

بیمه

انواع بیمه و سرمایه گذاری از سال ۱۹۸۸ در کانادا

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



416.576.7766

با اطمینان کامل، خود، عزیزان و
زندگی قان را بیمه کنید.

Mortgage Agent / Team Leader

Brokerage Licence # 10530
License #M08004237 (Nasi Vaghef)

نازی واقف

5 YEAR VARIABLE %2.49
from

استخدام:

Mortgage Agent استخدام می شود

با آموزش خصوصی
و کمسیون بالا

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

416.454.6274

8185 Yonge (south of HWY7) Suite 200
2005 Sheppard Ave East, Suite 200, Toronto, ON M2J 5B4



*OAC. Rates subject to change without notice.

TD Canada Trust



مریم اکبری

- ✓ مدیر وام مسکن
- ✓ کارشناس امور وام
- با سال ها تجربه

Maryam Akbari

Manager, Mobile Mortgage Specialist

بهترین نرخ برای انواع وام مسکن

- | | |
|------------------------------|---------------------------------|
| ✓ Pre-Approval | ✓ پیش تاییدیه |
| ✓ Switch and Refinancing | ✓ وام مسکن برای مهاجران جدید |
| ✓ New Immigrants | ✓ وام مسکن برای افراد خوداشتغال |
| ✓ Home Equity Line of Credit | ✓ وام اعتباری |
| ✓ Self Employed | ✓ وام برای ساخت ساختمان |

Tel: 416.704.9292

Fax: 1.855.262.8603

maryam.akbari@td.com



ACCESS
Paralegal Services

دفتر حقوقی

- | | |
|------------------------------|--|
| — Small Claims Court matters | — کلیه دعاوی حقوقی تا سقف \$۲۵,۰۰۰ |
| — Landlord & Tenant matters | — کلیه امور مربوط به مالک و مستاجر |
| — Construction Lien | — دست گذاشتن روی ملک |
| — Shoplifting | — سرقت از فروشگاه |
| — All Criminal matters | — کلیه امور کیفری |
| — WSIB matters | — آسیب دیدگیهای حین انجام کار |
| — Speeding | — سرعت غیر مجاز |
| — Driving with no Insurance | — رانندگی بدون بیمه |
| — ODSP Appeals | — اگر تقاضای از کارافتادگی شما پذیرفته نشده، با ما تماس بگیرید |

In Association With Mirian Law Firm

- | | |
|---------------------------|---------------------------------|
| — Car Accidents | — آسیب دیدگیهای ناشی از تصادفات |
| — Slip & Fall matters | — زمین خوردگی |
| — All Real Estate matters | — حقوق املاک |
| — All Immigration matters | — مهاجرت |

ساسان امام

— Licensed Paralegal, Commissioner of Oaths —

416.444.5555

— لیسانس حقوق 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





CURRENCY EXCHANGE
LUMIERE

صرافی لومیر

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، ۴۸ ساعته از طریق بانک‌های داخلی کانادا
- ✓ **ارائه وام مسکن (Second Mortgage)**



سریع • بهترین نرخ • معتمد

Tel: 416.542.1111
8167 Yonge St. Thornhill

پلازای سوپر پارسیان، محل سابق رویال بانک

تحلیل - انتخابات ایران

رمزگشایی از جعبه سیاه انتخابات مجلس در ایران

در پی انتشار موفق سری مطالب "پشت پرده‌های کانادا" به قلم "آرش آبادی" در سال ۲۰۱۹ که با نگاهی ژورنالیستی، بررسی‌کننده و تحلیلی (بجز در شماره آخر آن) به موضوعات روز کانادا، به ویژه انتخابات پرداخت بود؛ در صدد برآمدیم که یک سری مطالبی را نیز به همین گونه در رابطه با ایران تهیه کنیم. حاصل این تلاش از این شماره با عنوان "رمزگشایی از جعبه سیاه جمهوری اسلامی" تقدیم شما می‌گردد که امیدواریم برخی از مسائل روز ایران را از جایگاهی برتر از رسانه‌های عادی و با روشی حرفه‌ای و کارشناسی شده در اختیار مخاطبانمان قرار دهد. ما به غایت متعقدیم که آینده ما در گرو دانایی صحیح و توانایی انسانی ماست.



جمله اینکه رهبر ایران بارها و به صراحت اعلام کرده که افزایش مشارکت مردم از جمله در همین انتخابات، نظام را در برابر تهدیدهای خارجی بیمه می‌کند.

تاخت و تاز استصوابی

یازدهمین دوره انتخابات مجلس با ثبت‌نام از داوطلبان به طور رسمی از ۱۰ آذرماه کلید خورد و شورای نگهبان از روز ۱۷ آذرماه بررسی صلاحیت کاندیداها را آغاز کرد که در نتیجه آن صلاحیت تعدادی زیادی از کاندیداها از جمله ۹۰ نفر از نمایندگان فعلی مجلس رد شد. شورای نگهبان بیشتر این افراد را با استناد به بندهای ۲، ۱ و ۴ ماده ۲۸ قانون انتخابات مجلس ردصلاحیت کرده بود که بند ۱ درباره اعتقاد و التزام عملی به اسلام، بند ۲ این ماده مربوط به التزام عملی به نظام و بند ۴ آن درباره وفاداری کاندیداها به قانون اساسی و ولایت فقیه است. سال‌هاست که ردصلاحیت کاندیداها با استناد به این بندهای یکی از چالش‌های اصلی قانون انتخابات در ایران شناخته می‌شود. به هرحال ردصلاحیت‌ها توسط شورای نگهبان به حدی گسترده بود که به اعتراف فعالان انتخاباتی در بسیاری از حوزه‌ها یکی از کاندیداها مورد نظر هسته سخت قدرت، از پیش پیروز انتخابات است. البته شورای نگهبان با رد صلاحیت ۹۰ نماینده مجلس رکورد قبلی خودش در ردصلاحیت نمایندگان مستقر را هم افزایش داد. رکورد قبلی این شورا

به آن از جمله شورای نگهبان و سیاه که در چند سال آینده با موقعیت‌ها و تصمیم‌های حساس از جمله احتمال انتخاب رهبر جدید روبرو خواهند بود، از فرصت انتخابات مجلس برای تقویت یکدستی حاکمیت استفاده خواهند کرد. این تحلیل با قرائن مختلفی تقویت می‌شد از جمله اظهارنظر چهره‌های وابسته به هسته سخت قدرت که مهمترین و صریح‌ترین آن مربوط به سردار "عزیز جعفری" فرمانده سابق سپاه بود. وی با گلایه از شورای نگهبان خواسته بود از حضور افرادی با مبانی فکری متفاوت از رهبری در انتخابات آتی جلوگیری کند. اعتراض‌های گسترده آبان ماه و سلسله حوادثی که با کشته شدن قاسم سلیمانی؛ فرمانده سپاه قدس توسط آمریکا آغاز شد و به ساقط کردن هواپیمای مسافربری اوکراینی و پیامدهای منفی آن از جمله تکذیب سه روزه و سپس پذیرش سقوط هواپیما با موشک‌های سپاه رسید، نظام سیاسی ایران در چالش کم‌سابقه‌ای در داخل و خارج از کشور فرو برد و این گمانه مطرح شد که شاید کشتی‌بان جمهوری اسلامی سیاست دیگری برای انتخابات در پیش بگیرد و سعی کند با میدان دادن به سلاقی سیاسی مختلف در داخل، رقابتی کردن فضای انتخابات و در نتیجه افزایش مشارکت، تهدیدهای پیش آمده پس از آبان ماه به ویژه از نوع تهدید خارجی را با استفاده از فرصت انتخابات ترمیم کند. این تحلیل با مفروضات مختلفی پشتیبانی می‌شد از

مانی باوری

فرصت یکدستی حاکمیت برای تصمیم روز مبدا

یازدهمین دوره انتخابات مجلس ایران در حالی در ۲ اسفند ۹۸ برگزار خواهد شد که این انتخابات با کلیدواژه‌هایی همچون ردصلاحیت، نظارت استصوابی، مهندسی انتخابات و در نهایت یکدست شدن حاکمیت توصیف می‌شود و به نظر می‌رسد هسته سخت قدرت از تمام توان و ظرفیت برای تعیین آرایش مطلوب خودش در مجلس آینده استفاده کرده است. در این گزارش تلاش شده با کنار هم گذاشتن اخبار و تحلیل‌های منطقی تصویر دقیقی از فضای سیاسی و مقاصد رفتارها و کنش‌های بازیگران اصلی سیاست در ایران ترسیم شود تا به قول معروف از جعبه سیاه این انتخابات رمزگشایی گردد.

فرصت برای تقویت یکدستی یا رفع تهدید خارجی؟

تا پیش از اعتراض‌های گسترده مردم در آبان ماه سال ۱۳۹۸ به افزایش ناگهانی قیمت بنزین، تحلیل‌گران از فضای سیاسی حاکم بر ایران و ضعف عملکرد جریان‌های موسوم به اعتدالیون و اصلاح‌طلبان در دولت، مجلس و شوراها و افت فاحش محبوبیت آنها در افکار عمومی نتیجه می‌گرفتند که هسته سخت قدرت در ایران مشکل از نهاد رهبری و مجموعه‌های مستقیم وابسته



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

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.

دکتر محمد کاشفی

جراح دندانپزشک

فارغ التحصیل از دانشگاه تورنتو

Bsc. , D.D.S.

905.780.8444

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

مطب ریچموند هیل

کلیه خدمات دندانپزشکی:

روت کانال، زیبایی،

ارتودنسی ...



تعطیلی سراسری راه‌آهن کانادا؛ ترودو: از زور استفاده نمی‌کنم



پ. رحمتی
مدیر بخش خبری

پس از آنکه ترودو طرح‌های خط لوله نفتی شرق و جنوب کانادا را تعطیل و فقط خط لوله غرب از آلبرتا به بریتیش کلمبیا را تصویب کرد، با مخالفت همیشگی طرفداران محیط زیست مواجه شد. این مخالفت با انتخاب دولت نیودموکرات در بریتیش کلمبیا به دادگاه کشیده شد و در حین دادگاه مجری طرح اعلان انصراف اجرا داد که دولت بلافاصله آنرا خرید. دادگاه پس از بالا و پایینی فراوان سرانجام رای به اجرای آن داد که به اعتراض و راه‌بندان جاده‌ها و راه‌آهن بریتیش کلمبیا و انتاریو توسط طرفداران محیط زیست و بومیان کانادا انجامید. آخر هفته گذشته، راه‌آهن سی‌ان حکم دادگاه را برای پایان دادن به تظاهرات غیرقانونی موهاک بدست آورد. معترضین این حکم را نادیده گرفته و به درخواست پلیس "نین‌دینگا" برای خاتمه اعتراضات اهمیتی ندادند. این حکم هرگونه مداخله مداوم در خط ریلی را ممنوع می‌کند. پلیس استانی انتاریو هنوز این حکم را اجرا نکرده است. اما پلیس بریتیش کلمبیا که مجوز تخلیه معترضان این استان را گرفته چند نفری را بصورت مسالمت‌آمیز جابجا کرد که کافی نبود و سرانجام راه‌آهن "وایا" روز ۱۳ فوریه اعلان کرد کلیه خطوط این شرکت در سرتاسر کانادا تا اطلاع ثانوی بسته می‌شوند، از جمله خط پُر رفت و آمد تورنتو- اتاوا- مونترال و پول بلیط‌ها را پس خواهد داد که با توجه به حجم کار ممکن است ۱۵ روز طول بکشد. شرکت "سی‌ان" نیز خطوط راه‌آهنش را در همین روز بست و بدین شکل این موضوع منجر به کمبود ۸۰۰ درصد مواد از گاز پروپان گرفته تا غلات و مواد غذایی و کالاهای مصرفی، زنجیره‌های تأمینتی کانادا و زمینگیر شدن بسیاری از شرکت‌ها نیز انجامیده است.

مذاکرات

وزیر خدمات بومی "مارک میلر" موافقت کرده است که روز شنبه با موهاوک ملاقات کند.فعالان موهاوک

گفتند که تا زمانی که پلیس فدرال از قلمرو سنتی "وت یوت آن" در شمال "بریتیش کلمبیا" خارج نشود، به تظاهرات خود پایان نمی‌دهند. رهبران ارثی وت یوت آن مانع دسترسی به یک سایت ساخت و ساز برای خط لوله گاز ساحلی "گزلیتیک" شده‌اند، که بخش اصلی پروژه صادرات گاز طبیعی مایع ۴۰ میلیارد دلاری کانادا است. اما ترودو که اختیارات کافی برای اقدام در این زمینه را دارد با لغو خارجی خود، از کشور خواست تا صبر پیشه کند تا "مذاکرات" بین دولت و بومیان پایان گیرد و گفت که نمی‌خواهد در رهبران همه احزاب، بجز محافظه‌کاران دعوت به یک نشست اضطراری کرد.

رهبر محافظه‌کاران به جلسه مخالفان دولت دعوت نشد

جلسه ویژه راه‌آهن ترودو که ۱۲ روز پس از بسته شدن خطوط راه‌آهن کشور بود، با مخالفان احزاب، بدون دعوت از اندرو شیر، که به زودی جایش را به شخص دیگری خواهد داد، برگزار شد بدون توضیح به رسانه‌ها پایان یافت. پس از جلسه ترودو گفت که سخنان شیر در این مدت نشان داده که وی مایل به حل این مشکل نیست در حالیکه همه احزاب دیگر ناراحت و کلافه هستند. شیر قبلاً گفته بود که مذاکرات طولانی دولت با معترضان فعالان رادیکالی که اقتصاد کل کشور را گروگان گرفته‌اند، برجسته کرده است و ترودو را متهم به ضعیف‌ترین برخورد ممکنه در

خبری عجیب از امریکا: چند همسری در یوتای آمریکا دیگر جرم نیست



محکومین چند همسری جلوگیری بعمل آید. اما مخالفان این لایحه می‌گویند که چند همسری اصولاً برای زنان، کودکان و به ویژه دختران جوانی که به زور به ازدواج مردان مسن در می‌آیند خطرناک و مضر است. گروهی از معتقدان به آیین کلیسای مسیحیت "عیسای مقدس روز جزا" که روزگاری بعلت ترس از محکومیت در

سنای ایالت یوتای آمریکا با اکثریت قاطع به جرم نیبون چند همسری میان بزرگسالان رای مثبت داد، بدین شکل که لایحه ارائه شده جرمیه چند همسری را به پرداخت مبلغ حدودی یک برگ جرمیه خودرو کاهش داد. این لایحه که توسط جمهوریخواهان ارائه شده بود مشکلات قانونی "مورمون‌ها" در این ایالت غربی آمریکا را بسیار کاهش می‌دهد. البته اکنون این لایحه به مجلس نمایندگان می‌رود، جایی که احتمالاً با مخالفت بیشتری روبرو خواهد شد اما به گفته کارشناسان این لایحه در آن مجلس نیز رای خواهد آورد.

با قانون قبلی مردانی که چند همسر زن داشتند بعنوان مجرم درجه سوم اطلاق شده و تا ۵ سال زندان منتظر آنها بود اما با قانون جدید آنها فقط به حداکثر تا مبلغ ۷۵۰ دلار جرمیه و انجام خدمات اجتماعی محکوم خواهند شد. طرفداران این لایحه می‌گویند بدین ترتیب چند همسری "قانون" نشده اما کاهش جرمش باعث می‌شود تا خاطیان خودشان را بدون ترس معرفی کنند. این قانون باعث می‌شود از مشکلات ارائه خدمات پزشکی، روحی، تحصیلی و حتی استخدای

اجاره بیسمنت دو خوابه Major Mac/ Bayview

تمیز، روشن، نزدیک به امکانات رفاهی و فروشگاه

نزدیک به ایستگاه اتوبوس؛ اینترنت و پارکینگ

416-887-0240

حمله به جلسه ترودو با ظریف



شهروند در هوایما بود. برخی از خانواده‌های این قربانیان از طریق وکلای کانادایی، خامنهای و ایران را به مبلغ حداقل ۱٫۵ میلیارد دلار "سو" کرده‌اند. ظریف در ۱۱ فوریه گفته بود که شکایت کانادا در مورد هوایما که به اشتباه توسط سیاه پاسداران ایران در ماه ژانویه ساقط شده است هیچ پایه قانونی ندارد.

همکاری کند و در همین روز وزیر امور خارجه کانادا نیز مجدداً به صراحت از ایران خواست تا هرچه زودتر جعبه سیاه هوایما را به خارج انتقال دهد. بسیاری از ۱۷۶ نفری که در این فاجعه جان خود را از دست دادند، ایرانیانی بودند که تابعیت دوگانه داشتند، تابعیت ایران خواسته تا با ارسال جعبه سیاه هوایما به خارج با جامعه بین‌المللی

پلیس فدرال کانادا رئیس کلاهبرداری تلفنی از کانادایی‌ها را دستگیر کرد



تصوری راجع به اینکه تحت نظر بوده نشده، بنابراین وقتی دالیوال ساعت ۵:۴۵، برای برگشتن به خانه به سمت ماشین خود رفت دستگیر، در عرض چند ثانیه جیب‌های او خالی و بلافاصله به سمت واحد جرایم مالی پلیس فدرال در "میلتون" برده شد تا مراحل انگشتنگاری و اداری طی گردد. پلیس ادعا کرد که دالیوال به عنوان واسطه بین قربانیان کانادایی و گروه‌های جنایتکار سازمان‌یافته و کلاهبردار در مراکز تماس هند، عمل کرده است. اوگدن گفت: "پروژه "اکتاویا" در اکتبر سال ۲۰۱۸ توسط بخش جرایم مالی منطقه تورنتو بزرگ متمرکز در زمینه کلاهبرداری مالیات تلفنی، راه اندازی شد. این افراد خاص که امروز دستگیر شده‌اند در رابطه با همین پروژه بوده‌اند. او اضافه کرد با توجه به هماهنگی‌های به عمل آمده با دولت هند ۳۹ مرکز تماس در منطقه دهلی‌نو و "نوبدا" تعطیل شده‌اند و افزود در سال ۲۰۱۸، ضربات مالی گزارش شده ۶٫۴ میلیون دلار بود اما از زمان معرفی پروژه اکتاویا در اکتبر ۲۰۱۸، به همراه بسته شدن ۳۹ مرکز تماس در هند و فعالیت‌های اجرایی و کارگاهی، میزان ضربات گزارش شده در سال ۲۰۱۹ به ۱٫۴ میلیون دلار رسیده است. هنوز اتهام‌های این زوج ثبت نشده، و آنها قرار است در تاریخ ۲ مارس در یک دادگاه در "بریمپتون" حضور پیدا کنند.

بودند که در لیست اولیه جبهه پایداری برای شهر تهران حضور داشتند.

در نهایت در آخرین روزهای مانده به انتخابات، هسته قدرت تصمیم گرفت که به هر شکل ممکن شورای نیروهای انقلاب و جبهه پایداری با یک لیست واحد در انتخابات شرکت کنند و بر همین اساس و با اعلام محمدباقر قالیباف در روز شنبه، این دو گروه با یک لیست در انتخابات مجلس شورای اسلامی تهران شرکت خواهند کرد. نام قالیباف و آقا تهرانی در صدر این لیست دیده می‌شود. نکته غیرمنتظره در جریان اصولگرا اما پیوند دوباره محمود احمدی‌نژاد با این جریان است که منجر به حضور پُرنرگ باران وی در لیست‌های اصولگرایان حتی ارائه لیست اختصاصی در تهران شده است. گویا با توافق‌هایی که میان احمدی‌نژاد و قالیباف صورت گرفته باران مصطفی میرسلیم، محسن بیرهادی، سیدرضا تقوی، عبدالجسین روح‌الامینی، سیدنظام‌الدین موسوی و الیاس نادران درازند. از طرف دیگر احمدی‌نژاد هم نه تنها با مجموعه اصولگرایان همراهی نمی‌کند بلکه خود را در قبیله انتقاد از این جریان و حتی نهادهای منتسب به رهبری را کاملاً پایین کشیده و به اعتقاد برخی تحلیل‌های متردّد انتخابات ریاست جمهوری است. البته به زودی مشخص خواهد شد که چراغ سبز هسته سخت قدرت به احمدی‌نژاد چه معنایی دارد و چه نقش‌ها و انتظاراتی برای او تعریف شده است.

جاستین ترودو نخست‌وزیر در نشست امنیتی مونیخ در آلمان گفت که او روز جمعه تحت تأثیر وزیر امور خارجه ایران قرار گرفته و طی آن به ظریف گفته که "باید یک تحقیق کامل و مستقل درباره شلیک موشک به یک فروند هواپیمای مسافربری اوکراینی در ماه ژانویه انجام شود".

فیلمی از این دیدار به بیرون درز کرده که در آن ترودو با احترام بسیاری مقابل ظریف سرش را حرکت می‌دهد که این موضوع باعث حمله به او شد. وی پس از آن گفت: "به کانادایی‌ها قول داده‌ام برای یافتن پاسخ و اطمینان از این که ایران تحقیق کاملی را با جامعه بین‌المللی انجام می‌دهد تلاش کنم، دفتر مسئولیت به عهده من است". دفتر وزرات خارجه کانادا از پاسخ دادن به اینکه کانادا محتوای این جلسه را ضبط کرده و آیا آنرا در اختیار عموم قرار خواهد داد، طفره رفته است. ترودو از ایران خواسته تا با ارسال جعبه سیاه هوایما به خارج با جامعه بین‌المللی

پلیس فدرال کانادا، یک زن و شوهر را در منطقه تورنتو به اتهام همدستی در کلاهبرداری عظیم تلفنی از خارج از کشور منجمله کلاهبرداری مالیاتی دستگیر کرد. این تماس‌ها برای بسیاری از کانادایی‌ها آشنا است: کلاهبرداران، معمولاً در هند بودند و خود را به عنوان کارمندان اداره مالیات جا می‌زدند و اصرار می‌کردند که شخص باید سریعاً مبلغی را پرداخت نماید و در غیر اینصورت دستگیر و حبس خواهد شد. "جیم اوگدن" از واحد جرایم مالی پلیس فدرال کانادا در منطقه تورنتو بزرگ گفت: "گوویندر دالیوال"، ۳۷ ساله و "اینردیریت دالیوال"، ۳۶ ساله، هر دو ساکن برامپتون، انتاریو، روز چهارشنبه دستگیر شدند. هر کدام از آنها متهم به کلاهبرداری بیش از ۵۰۰۰ دلار و پولشویی هستند، مقداری اموال کرده‌ایم که این امر تأثیر بزرگی بر پایان روز جمعه در اعلام اتهامات گفت: "ما جریان پول از کانادا به هند را مختل کردیم که این امر تأثیر بزرگی بر پایان کار این کلاهبرداران خواهد گذاشت". مقامات همچنین اعلام کردند که برای فرد سوم، یک تبعه خارجی ۲۶ ساله که در حال حاضر گمان می‌رود در هند باشد نیز حکم بازداشت در سراسر کانادا صادر شده است.

پلیس فدرال کانادا همچنین گفت: "در جستجوی انجام شده در خانه این زوج به ترتیب ۲۶۰۰۰ دلار پول نقد، ۱۱۴۰۰۰

➔ ادامه از صفحه ۵، رمزگشایی

دانشجویی، سازمان عدالت و آزادی، بخشی از حزب چند تکه اتحاد ملت و بخشی از انجمن اسلامی مهندسين اعلام کرده‌اند که به هیچ عنوان قصد حضور در انتخابات را ندارند.

گروه موسوم به یاران خاتمی شامل اکثریت اتحاد ملت، توسعه ملی، مجمع ایثارگران، قسمتی از حزب پیشرو اصلاحات، راه ملت و مجمع روحانیون مبارز به صراحت از عدم حضور در انتخابات نگفته‌اند اما اعلام کرده‌اند در این انتخابات لیستی ارائه نخواهند کرد و به نوعی از اصحاب سکوت در انتخابات شناخته می‌شوند.

گروه موسوم به یاران محمدرضا عارف به عنوان رئیس شورای سیاست‌گذاری و شامل بنیاد امید و تعدادی از اعضای حقیقی شورای عالی و فراکسیون امید برخی سیاست سکوت در پیش گرفته‌اند. یختری تحلیل‌گرانی می‌گویند که تغییرموضع شورای عالی سیاست‌گذاری اصلاح‌طلبان درباره انتخابات پس از اظهارات خاتم‌های و همچنین عدم ثبت نام عارف در انتخابات مجلس به دلیل نقشه وی برای حضور در انتخابات ریاست جمهوری ۱۴۰۰ است.

احزاب کارگزاران سازندگی و اعتدال توسعه که بیشترین سهم را در دولت روحانی هم دارند، دو حزبی هستند که با لیستی موسوم به "یاران هاشمی" به یاد اکبر هاشمی‌رفسنجانی، در انتخابات شرکت کرده‌اند که البته اصل ارائه لیست

و همچنین نام انتخاب شده برای آن به انتقاد شدید برخی چهره‌ها و گروه‌های اصلاح‌طلب روبرو شده است.

اتحاد باقر و مرتضی و بازگشت محمود

در حالی که رد صلاحیت‌های گسترده سفره انتخاباتی اصولگرایان نزدیک به هسته سخت قدرت را رنگین کرده اما در نهایت این جریان با دو تابلو اصلی و چند تابلو فرعی وارد انتخابات شده است. اصلی‌ترین لیست انتخابات اصولگرایان موسوم به شورای ائتلاف نیروهای انقلاب با محوریت محمدباقر قالیباف، شهردار اسبق تهران و نامزد چند انتخابات اخیر ریاست جمهوری بسته شده است. بسیاری از تحلیلگران بر این باورند که به احتمال زیاد قالیباف ریاست مجلس آتی را در دست خواهد گرفت. سید مصطفی میرسلیم، محسن بیرهادی، سیدرضا تقوی، عبدالجسین روح‌الامینی، سیدنظام‌الدین موسوی و الیاس نادران درازند. از طرف دیگر احمدی‌نژاد هم نه تنها با مجموعه اصولگرایان همراهی نمی‌کند بلکه خود را در قبیله انتقاد از این جریان و حتی نهادهای منتسب به رهبری را کاملاً پایین کشیده و به اعتقاد برخی تحلیل‌های متردّد انتخابات ریاست جمهوری است. البته به زودی مشخص خواهد شد که چراغ سبز هسته سخت قدرت به احمدی‌نژاد چه معنایی دارد و چه نقش‌ها و انتظاراتی برای او تعریف شده است.

سریع ترین حواله به سراسر دنیا

درفت ۳ روزه

ارز ملل

سرعت . دقت . امنیت

اولین صرافی در سرعت حواله ۲۴-۴۸ ساعته



416.830.6500

6024 Yonge St.

North York (at Cannaught)

arze.melal@gmail.com

www.melal.ca

• خرید و فروش کلیه ارزهای مختلف دنیا بدون محدودیت

• ارسال حوالجات ارزی از ایران و کانادا و آمریکا به سراسر دنیا

در کمترین زمان ممکن

• دریافت حوالجات ارزی از کشورهای مختلف به ایران

• انتقال سریع ارز به کشورهای کانادا، دبی، استرالیا، انگلیس، سوئد

• ارائه به روز و لحظه ای قیمت ارز، سکه، طلا و حوالجات ارزی

• خرید و فروش طلا و جواهرات و انواع سنگ های قیمتی

• ارائه مشاوره در خصوص کلیه عملیات ارزی شامل انتقال حواله، خرید و فروش نقدی ارز و سکه های بانکی

• انتقال و تحویل دستی پول در برخی کشورهای مورد قرارداد با صرافی (دبی، کانادا، انگلیس، ترکیه و ...)

جواهری
آنتیک

• پرداخت دلار آمریکا و کانادا برای طلا و جواهر شما

• خرید و فروش انواع جواهر با سرتیفیکیت رسمی

• قبول سفارش ساخت انواع طلا و جواهر

647.554.8000
6024 Yonge St.



IT'S TIME TO TOYOTA

Get Toyota Safety Sense™ at no extra cost on our most popular models.



Pre-Collision System with Pedestrian Detection
Lane Departure Alert
Automatic High Beams
Dynamic Radar Cruise Control



2020 Corolla L CVT

LEASE FROM
\$68.00+TAX
WEEKLY WITH \$0 DOWN

FOR 48 MONTHS AT
2.99%
20,000KM/YEAR,
\$0.07 /EXCESS MILEAGE
ALL INCENTIVE APPLIED

2020 RAV4 LE AWD

LEASE FROM
\$103.00+TAX
WEEKLY WITH \$0 DOWN

FOR 48 MONTHS AT
5.49%
20,000KM/YEAR,
\$0.10 /EXCESS MILEAGE
ALL INCENTIVE APPLIED



2020 Camry SE

LEASE FROM
\$97.00+TAX
WEEKLY WITH \$0 DOWN

FOR 48 MONTHS AT
4.49%
20,000KM/YEAR,
\$0.10 /EXCESS MILEAGE
ALL INCENTIVE APPLIED



2020 Tacoma

4x4 Access Cab V6 TRD Off-Road Package

LEASE FROM
\$128.00+TAX
WEEKLY WITH \$0 DOWN

FOR 48 MONTHS AT
4.49%
20,000KM/YEAR,
\$0.10 /EXCESS MILEAGE
ALL INCENTIVE APPLIED



2020 Highlander AWD LE

LEASE FROM
\$142.00+TAX
WEEKLY WITH \$0 DOWN

FOR 48 MONTHS AT
5.49%
20,000KM/YEAR,
\$0.10 /EXCESS MILEAGE
ALL INCENTIVE APPLIED

DonValleyNorthToyota

3300 Steeles Ave E, Markham, ON L3R 1G9 | SALES : 1.905.475.0722

DonValleyNorthToyota.com



**DON VALLEY NORTH
TOYOTA**



#1 Volume Toyota Dealer in Canada for New vehicle as per 2019 Toyota Canada Inc. Up to \$8,000 in Customer Manufacture Incentives on select 2019 models (Tundra 4X4) Cash purchase only*. Financing as low as 0% up to 36 months on select 2019 models (Tundra)*. Leasing as low as 0.49% up to 40 months on select 2019 models (Camry). For example, 2020 Corolla L CVT (BPRBEC) All-In price is \$22,591 (includes freight, PDI, environmental fee, OMVIC fee), applicable taxes and licensing are extra. Lease weekly payment at \$68 (plus tax) over 48-month at 20,000km per year & \$0.07/km for excess with Toyota Incentive applied. 2020 RAV4 AWD LE (B1RFVT) All-In price is \$32,161.00 (includes freight, PDI, environmental fee, OMVIC fee), applicable taxes and licensing are extra. Lease weekly payment at \$103 (plus tax) over 48-month at 20,000km per year & \$0.10/km for excess. 2020 CAMRY SE (B11HST) All-In price is \$30,451.00 (includes freight, PDI, environmental fee, OMVIC fee), applicable taxes and licensing are extra. Lease weekly payment at \$97 (plus tax) over 48-month at 20,000km per year & \$0.1/km for excess. See Don Valley North Toyota or call toll free at 1 (888) 711-2179 for full details.

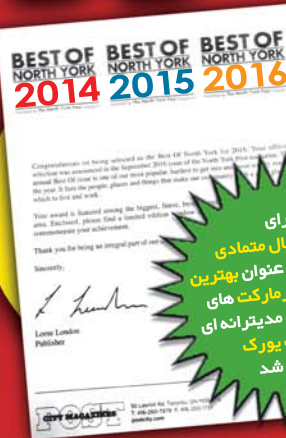
۲۴ ساعته

با فروش
آنلایندر پلازای
ایرانیان

سوپر ارزان

خورشت خوشمزه
آلو اسفناج با پلو
دوشنبه‌ها،
چهارشنبه‌ها، جمعه‌ها

زرشک پلوی
خوشمزه با مرغ
سه شنبه‌ها،
پنجشنبه‌ها



برای
سومین سال متتادی
سوپر ارزان به عنوان
بهترین سوپرمارکت‌های
میدل ایست و مدیترانه‌ای
در نورت یورک
انتخاب شد

بادام خام

تازه
پوندی \$5.99

شیره انگور ارگانیک
رسید

ارده و حلو ارده اردکان
رسید

اسپیشال‌های این هفته سوپر ارزان

مر برای شانا، با طعم‌های مختلف



\$1

جواهر، بلک روبیز ۲ تا 7



\$3

توت خشک سیاه و سفید



\$4

لواشک
ترشین
بسته‌ای: \$1.49
۲ تا 2



پنیر
بلغاری گوسفندی
هر پوند
\$6.99



پنیر
فیلا دلفیا
بسته‌ای
\$1.99



انواع دمنوش‌های
طبی و ارگانیک
نیوشا رسید



ترشی بندری
ناب
بسته‌ای
\$0.99



کلوچه نوشین
هر عدد: \$2.99
۲ تا 5



بیسکوئیت
ساقه طلایی
بسته‌ای: \$1.49
۴ تا 5



بیسکوئیت فرخنده
با انواع طعم‌ها
بسته‌ای
\$1.99



رب گوجه و
یک و یک
هر عدد: \$3.99
۲ تا 7



رب گوجه
ناب
بسته‌ای
\$1.49



خیار شور
لیموندیس
هر عدد
\$0.99



زیتون کراون
با هسته و بدون هسته
هر عدد: \$3.99
۲ تا 7



کاشک کامی
سایز خانواده: \$12.99
سایز بزرگ: \$7.99
سایز متوسط: \$5.99



انواع سس‌های سالاد
روژین
هر عدد: \$1.99
۲ تا 3



برگ مو
رایان
هر عدد: \$3.99
۲ تا 7



نودل فوری
گلستان
هر عدد: \$0.99
۳ تا 2



انواع ماکارونی
تک ماکارون
بسته‌ای: \$0.99
هر بسته ۹۹ سنت



رشته آش نوشا
سبز دانه و انسی
بسته‌ای: \$2.99
۲ تا 5



کمپوت آلبالو و
گیلاس اروم‌آدا
بسته‌ای: \$1.99
۳ تا 5



سبزی شیلوان،
سیبون
بسته‌ای: \$2.99
۴ تا 10



برنج ایرانی
هاشمی
هر کیسه
\$19.99



برنج ایرانی
هفت ستاره
هر کیسه
\$24.99



انواع رانی
بسته ۲۴ تایی
\$16.99



تن ماهی
شمیم
بسته‌ای: \$2.49
۳ تا 6

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

انواع سفارشات کیتترینگ
و مجالس پذیرفته می‌شود

نان تازه پخت و با کیفیت سوپر ارزان



پلوپز ایرانی پارس خزر

۴ نفره	\$100
۸ نفره	\$120
۱۲ نفره	\$140

سفارشات آنلاین با دلیوری:

پذیرفته می‌شود

www.arzon.ca

6103 Yonge St. (South of Steeles)

416-590-1234

416-222-4726

اعلام نرخ انواع ارز : www.melal.ca

اخبار - اقتصادی

تاثیر افزایش پایه پولی در ایران بر زندگی مردم

گردآوری: ارز ملل
شاپور تنباکویی

منفی خواهد شد. در کنار نگرانی از اثر رشد پایه پولی و نقدینگی، و همچنین آثار التهابات و کمبود منابع ارزی، موضوع مطالبات معوق بانکها نیز موضوعی است که توجهی به آن می‌تواند از یک سو اضافه‌پرداخت بانکها از بانک مرکزی به همراه داشته باشد و دور و تسلسل و رشد مجدد پایه پولی و نقدینگی را به همراه داشته باشد و دور و تسلسل تأمین نقدینگی، مطالبات معوق، رشد پایه پولی و نقدینگی و تورم را ادامه دهد و از سوی دیگر، تنگنای مالی بانکها، قفل شدن منابع، توان تسهیلات‌دهی بانکها را تحت تأثیر قرار دهد. بدهی دولت به پیمانکاران و سازمانها و شرکتها و بخش خصوصی، که رقم بزرگی را شامل می‌شود، نیز تحت تأثیر قرار خواهد گرفت، بدهکاران بانکی قادر به پرداخت بدهی خود نخواهند بود و مطالبات معوق بانکی باز هم افزایش خواهد یافت. در این شرایط، طبیعی است که بانکها در شرایط تنگنای مالی به سمت اضافه‌پرداخت از منابع بانک مرکزی هدایت شوند و، در نتیجه، اثر تورمی و سیل نقدینگی به سمت بازارهای گوناگون دامن زده می‌شود. امری که اکنون هر روزه با آن سرو کار داریم.

نقدینگی با رشد ۲۵/۱ درصدی از ۱۵۸۲ هزار میلیارد تومان در خرداد ماه سال ۱۳۹۷ به ۱۹۸۰ هزار میلیارد تومان در خرداد ماه امسال رسید. همچنین میزان رشد پایه پولی با ۲۵/۵ درصد رشد از ۲۱۸ هزار میلیارد تومان در خرداد ماه سال گذشته به ۲۷۴ هزار میلیارد تومان در خرداد ماه امسال رسید. این اعداد نشان می‌دهد در خرداد ماه امسال میزان رشد سالانه پایه پولی نسبت به نقدینگی بیشتر بوده است. در حقیقت این اعداد نشان‌دهنده این واقعیت هستند که هزینه عملکرد فعالیت مؤسسات خاکستری و عدم انضباط مالی و پولی، رشد سوداگری و دلالی در اقتصاد، و عدم شفافیت و فساد مالی باعث افزایش هزینه‌های دولت و بانک مرکزی در ساماندهی بازار پول شده است و اگر بهره‌وری و کارایی اقتصاد و مدیریت دولتی و بخش خصوصی بهتر نشود، که نخواهد شد، همچنان فشار برای افزایش پایه پولی و نقدینگی جهت تأمین نیاز رو به افزایش واحدهای اقتصادی به نقدینگی، نیازهای مؤسسات مالی، پرداخت سیردهای مردم، فشار بر بانکها برای تزریق پول بیشتر افزایش خواهد یافت و با وجود رشد بالای نقدینگی و رشد پایه پولی، رشد اقتصادی همچنان بیشتر

پایه پولی که به آن "پول پر قدرت" نیز گفته می‌شود، در واقع همان پول‌های "سکه، اسکناس یا اعتبار" منتشرشده از سوی بانک مرکزی هستند. شاید این پرسش برایتان پیش بیاید که چرا به این پول‌ها، پول پر قدرت می‌گویند؟ پول پر قدرت عبارت است از پولی که مستقیماً توسط بانک مرکزی به وجود می‌آید و شامل موارد ترازنامه بانک مرکزی می‌شود. به بیان ساده، پول پر قدرت برابر است با جمع اسکناس و مسکوک (مسکوک یعنی پول فلزی یا همان سکه) به علاوه سیردهای بانکی نزد بانک مرکزی. در واقع، پایه پولی منبعی است که توسط بانک مرکزی منتشر می‌شود و در چرخه اقتصاد در اختیار بانکهای تجاری قرار می‌گیرد، به گونه‌ای که بانکها می‌توانند با استفاده از این منابع و از طریق خلق پول بانکی به گسترش حجم پول بپردازند.

منابع پایه پولی چه هستند؟ طلا، دارایی‌های خارجی، دارایی‌های ترازنامه، بانکهای بدهکار، خالص دارایی‌های بانک مرکزی. برگردیم به سؤال ابتدای متن که با افزایش ۹ هزار میلیارد تومان به پایه پولی کشور، چه اتفاقی در اقتصاد ایران در حال رخ دادن است؟ اسکناس و مسکوک در دست اشخاص که از اجرای پایه پولی بوده در بهار امسال کاهش یافته است. بر اساس تازه‌ترین گزارش پولی بانکی که بانک مرکزی منتشر کرده، پایه پولی در خرداد ماه سال جاری به بیش از ۲۷۴ هزار میلیارد تومان واحد رسید.

عباس موسوی، سخنگوی وزارت خارجه ایران، با انتشار تصویری از پایین کشیدن یک بلیپورد تبلیغاتی شرکت کره‌ای سامسونگ نوشت "شرکت‌های خارجی که ایران را ترک می‌کنند، بداند بازگشت به بازار ایران بسیار سخت خواهد بود".

به گفته این مقام، شرکت سامسونگ "قدرتی آمریکا" را پذیرفته، ولی "قانون تجارت می‌گوید که حفظ بازار از ورود به آن سخت‌تر است".

این توییت آقای موسوی در واکنش به خبرهای منتشرشده درباره خروج سامسونگ و ال‌جی از بازار لوازم خانگی

"ال جی" و "سامسونگ" ایران را ترک کردند

لوازم صوتی و تصویری ایران، از پایان کار شرکت‌های کره‌ای "ال جی" و "سامسونگ" در بازار لوازم خانگی و تلفن همراه ایران خبر داد. او گفت علت این امر تحریم‌های آمریکا و همکاری نکردن شرکت‌های کره‌ای و "تحویل ندادن جنس و مواد اولیه به شرکت‌های ایرانی" بوده است. به گفته آقای موسوی مجد، چند شرکت ایرانی با استفاده از "دیرساخت‌هایی" که قبلاً از کره جنوبی وارد شده‌اند، از سال آینده قصد تولید لوازمی چون تلویزیون، مانیتور، لباسشویی و یخچال را دارند تا بتوانند خلاء بازار را پر کنند.



و تلفن همراه ایران منتشر شده است. روز جمعه، ۲۵ بهمن، علیرضا موسوی مجد، رئیس هیئت مدیره انجمن

زیان ده‌ها میلیارد دلاری ویروس کرونا برای شرکت اپل

یافت. اپل می‌گوید فعالیت‌های خود در چین را دوباره مقادری احیا کرده، اما برای رسیدن به وضعیت قبل از شیوع ویروس کرونا، مدت زمان زیادتری نیاز خواهد بود. گزارش‌ها حاکی است روز چهارشنبه شمار قربانیان ویروس کرونا در چین از دو هزار نفر گذشت.

چین، بعد از آمریکا و اروپا، سومین بازار عمده فروش محصولات اپل است. ارزش سهام اپل، شرکتی به ارزش ۱.۲ تریلیون دلار، روز سه‌شنبه، ۲۹ بهمن‌ماه، ۲.۴ درصد کاهش یافت که به معنی زیان ۳۴ میلیارد دلاری به این شرکت است. چهارشنبه نیز ارزش سهام این شرکت دوباره ۱.۸۳ درصد کاهش

شرکت اپل به سهامداران خود هشدار داد که ویروس کرونا درآمد شرکت را به شدت تحت تأثیر قرار خواهد داد. این شرکت نه تنها در چین واحدهای تولیدی عظیم دارد، بلکه در سه ماهه آخر پارسال ۱۳ میلیارد دلار از محصولات تولیدی‌اش را در بازار چین فروخته است.

با درود به ایرانیان عزیز

مشکلات همچنان پابرجا و نرخ‌ها متغیر افزایشی‌ست. دولت هم در حال پرکردن جیب خود برای عید است. مانند گذشته پس از ذخیره کردن خزانه دولت از پول مردم دوباره نرخ‌ها کاهش خواهد یافت. همچنان معتقد به کاهش نرخ هستیم.

ابلیکشن صرافی ملل (MELAL EXCHANGE)
برای آندروید و آیفون
هم اکنون در دسترس شماست.

اعلام آخرین نرخ انواع ارز : melal.ca



آخرین نرخ انواع ارز طلا و نفت:

۱۱۱۸۰	تا	از ۱۱۱۰۰
۱۱۹۰۰	تا	از ۱۱۰۴۰
۱۴۹۰۰	تا	از ۱۴۵۰۰
۱۴۷۰۰	تا	از ۱۴۴۰۰
۳۹۹۰	تا	از ۳۸۸۰
۲۱۹۰	تا	از ۲۱۰۰
۵۴	تا	از ۵۱

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

416-830-6500

سر دفتر استاندارد رسمی
Notary Public

دفتر وکالت



دکتر ناصر عابدی

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

Family Law

حقوق خانواده و امور مالی

— حضانت و حق دیدار فرزندان
— قرارداد جدایی
— قرار داد ازدواج

— طلاق
— حقوق مالی و همسر و فرزندان
— اموال خانواده

Immigration & Citizenship

مهاجرت و سیتی زنی

— موارد انسان‌دوستانه
— بررسی موارد بازداشت
— فرجام و پژوهش در دادگاه IRB و سایر امور مهاجرتی

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

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

Business & Corporate Law

امور تجاری و شرکتها

— خرید و فروش شرکتها، تنظیم قراردادهای تجاری

— ثبت و تاسیس شرکتها

Real Estate

خرید و فروش املاک و مستغلات تجاری و مسکونی

تنظیم وکالت نامه کانادایی — گواهی امضاء و کپی برابر اصل

Tel: 905.709.4066

Cell: 416.6666.012

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

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 آنهایی که
مقیم کانادا نیستید



مجید حبیبی

416.553.3394

www.majidhabibimortgage.ca

کارشناس وام

MAJID HABIBI
Lic. #12782

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

tribe
You belong.



تاریخ – معرفی دو شرق شناس

شرق شناسی – ۱۲۳

برزین و بریکتو



محمدعلی اخترى تاريخ پژه

برزین، ایلیا نیکلایویچ (**Berezin , Il'ya Nikolaevich**) ۱۸۱۸-۱۸۹۶ متخصص در زبان‌شناسی و تاریخ اهل سیبری؛ متولد ۲۱ ژوئیه ۱۸۱۸در شهر یرم (Perm) سیبری است. وی پس از تحصیلات مقدماتی وارد دانشگاه غازان گردید و در سال ۱۸۳۷ فارغ‌التحصیل شد. از ۱۸۴۲تا سه سال به دانشگاه قفقاز، ترکیه و ایران سفر کرد و در سال ۱۸۴۶ استاد زبان و ادبیات فارسی، جغرافیا، معماری و گویش‌های ایرانی بود و این سمت را تا سال ۱۸۵۵ به عهده داشت. همچنین از ۱۸۴۹تا ۱۸۵۴ نسخه‌های خطی شرقی را گردآوری کرد و برای نخستین بار کتابخانه تاریخ‌نویسان شرق را در روسیه بنیاد نهاد. در سال ۱۸۵۵ به دانشگاه پترزبورگ منتقل شد و استادی تاریخ، باستان‌شناسی، زبان‌شناسی، گویش‌های تالشی، گیلکی، مازندرانی و تاتی را در آن دانشگاه به عهده گرفت و نیز سرپرست بخش اسلام دائرةالمعارف روسی و انتشارات شرقی دانشگاه غازان شد. بر اثر تلاش او دانشگاه غازان صاحب یکی از مهمترین کتابخانه‌های نسخ خطی و چاپی شرقی در روسیه گردید. برزین درباره گویش‌های سواحل جنوبی دریای مازندران (خزر) تحقیقاتی انجام داده است. یکی از کارهای او تنظیم و گردآوری‌های دیگر محققان درباره گویش گیلکی است. او نخستین کسی بود که برای گویش گیلکی دستور زبان نوشت. این خاورشناس در سوم آوریل ۱۸۹۶ در سن‌پترزبورگ درگذشت.[؟]

دانشنامه آزاد ویکی‌پدیا در شرح حال این خاورشناس روس نوشته است که ایلیا نیکلایویچ برزین در زادگاهش از ۱۸۳۴ در دانشکده خاورشناسی دانشگاه غازان به فراگیری زبان‌های شرقی و خاورمیانه پرداخت و سپس تحصیلات خود را در فاصله سال‌های ۱۸۳۷ تا ۱۸۴۱در رشته ادبیات شرق تکمیل کرد و به مقام استادی رسید. در سال ۱۸۴۲ از طرف دانشگاه غازان برای تحقیق به کریمه، قفقاز، ایران، بین‌النهرین، مصر، سوریه و ترکیه سفر کرد و پس از بازگشت؛ مشاهداتش را در کتابی با عنوان "مسافرت در مشرق زمین" منتشر ساخت و به نشر کتاب‌های شرقی وتالیس کتابخانه‌ای به نام کتابخانه مورخان شرق همت گماشت که نخستین کوشش از این نوع در روسیه بود اما زمینه اصلی پژوهش‌های او تاریخ مغولان و اردوکنی‌های آنها به غرب است که در این زمینه بخش تاریخ مغول "جامع‌التواریخ" یا "تاریخ رشیدی" خواجه رشیدالدین فضل‌الله همدانی (۶۴۵-۷۱۸) را به زبان روسی برگردانده است. از دیگر فعالیت‌های او مطالعه در زمینه گویش‌ها و زبان‌های ایرانی از جمله گیلکی، تاتی، طالشی، مازندرانی، لاهیجانی، کردی وگبری (گویش بهدینان یعنی گویش زردشتیان ایران) است که چهار گویش اول را در دانشگاه سن‌پترزبورگ نیز تدریس می‌کرد. او ازسال ۱۸۴۶ استاد زبان ترکی دانشگاه غازان بود و با انتقال بخش تدریس زبان‌های شرقی این دانشگاه به دانشگاه سن‌پترزبورگ در سال ۱۸۵۵ میلادی خودش استاد و عضو گروه زبان ترکی این دانشگاه شد. از ۱۸۴۹ تا ۱۸۵۵ بازرسی کتاب‌های شرقی چاپ دانشگاه غازان و از ۱۸۶۱ تا ۱۸۶۳ ویراستاری بخش شرقی دائرةالمعارف بزرگ روسی هم با او بود و بعدها به اروپا سفر کرد وضویت

Business for Sale

Silkscreen Printing

Business for Sale

in Concord, Ontario

call Vlad: 416-893-8007

Beauty Saloon For Sale

Beauty Saloon For Sale

At Steeles and Dufferin

Call Victoria: 647-280-0007

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

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@idealtteam.ca



توجه

تخفیف فوق العاده

قیمت نوروزی ویژه هموطنان عزیز

چاپ بنر فقط \$1.5

Navid 416-890-8498

توجه

کارشناسان ضبط پرواز کانادا می‌گویند، ضبط کننده داده‌های پروازی (جعبه سیاه) در مرکز اختلاف بین جامعه بین‌المللی و ایران به دلیل ساقط شدن پرواز ۷۵۲ هواپیمایی اوکراین است، احتمالاً حاوی اطلاعاتی نیست که بتواند به پیش برد این تحقیقات کمک کند. "مایک پول"، بازررس سابق هیئت ایمنی حمل و نقل که بیش از ۳۰ سال است، که در زمینه ضبط اطلاعات پرواز فعالیت دارد و آزمایشگاه تجزیه و تحلیل جعبه سیاه کانادا را ساخته و هم اکنون امکانات آنالیز جعبه سیاه از سراسر جهان را دارد گفت: "نتایج تحلیل جعبه سیاه در وقت

بررسی می‌تواند ناامیدکننده باشد." او که مدیر عامل شرکت "پلین ساینس اینک" است افزود: "این کاملاً خلاف انتظار است ولی اینکه این درخت ثمری داشته باشد بسیار ناچیز یا صفر می‌باشد." مایک گفت: ضبط کننده اطلاعات پرواز به احتمال زیاد نشان می‌دهد که هواپیما به طور عادی پرواز کرده تا زمانی که موشک به آن برخورد می‌کند. وی گفت در بهترین حالت ممکن است این دستگاه مکالمه خلبان با خدمه پرواز را ضبط کرده باشد. محتوای ضبط‌کننده‌های پرواز و ضبط صدای کابین خلبان معمولاً برای تحقیقات تصادف بسیار مهم است. "لری

ونس" محقق سابق اداره حمل و نقل کانادا "تی‌اس‌بی" گفت تجزیه و تحلیل جعبه سیاه به خاطر شفاف‌سازی ارزش دارد. در این مورد، ایران پس از سه روز با فشار جاستین ترودو اعتراف کرد که سیاه به اشتباه کمی پس از برخاستن هواپیما از تهران در تاریخ ۸ ژانویه آن را با موشک ساقط کرده‌است. این حادثه در یک شب از فعالیت‌های سنگین نظامی، پس از آن رخ داد که نیروهای ایران موشک‌هایی را به پایگاه های عراقی که نیروهای آمریکایی در آن مستقر بودند شلیک کردند. حمله تلافی‌جویانه ایران در پاسخ به حمله آمریکا که باعث کشته

شدن قاسم سلیمانی، سردار سیاه قدس در عراق شد، انجام گرفت. از ۱۷۶ کشته شده در این سانحه، ۵۷ نفر شهروند کانادایی و ۲۹ نفر ساکن دائمی بودند. ایران توانایی تحلیل تکنیکال جعبه‌های سیاه را ندارد. طبق روند بین‌المللی برای خواندن محتوای این جعبه سیاه بایدبه کشور دیگری فرستاده شود که ایران از فرستادن آن امتناع می‌کند، اما جامعه بین‌المللی با ایران در اینباره موافق نیست و می‌خواهد که جعبه به فرانسه منتقل گردد. هنوز هیچ زمان و مکانی برای تجزیه و تحلیل این جعبه مشخص نشده است.

چهارشنبه ۱۰ آبان ۱۳۹۶ مقاله‌ای از مستوفی نامی چاپ کرده که این شخص (مستوفی) داستان ملاقات خود را با بریکتو در زمانی که در تهران بوده روایت کرده و گفته که در زمانی با این خاورشناس ملاقات کرده و نظریات خودش را درباره تمدن ایرانی به او گفته و برای اینکه این خاورشناس بلژیکی را به عمق فرهنگ و تزیینات داخلی خانه را به او نشان داده و مزه انواع و اقسام غذاها و شربت‌های ایرانی را به ایشان چشاند است و به خاطرشان کرده که یک خاورشناس تنها به ظاهر زندگی مردم ایران نپردازند و بریکتو هم از اشتباه خود درباره عمق زندگی و تفایک تمدن و فرهنگ ایرانی شناخت واقعی داشته و آن دقیق و طرافظ را به دنیای غرب معرفی کرده است.

آثار ایران شناسی از بریکتو:

۰۱ داستان خداداد پسر نوروز شاه و بردارانش (ترجمه به زبان فرانسه) چاپ ۱۹۰۴.

۰۲ قصه سیمرغ و وصلت پسر پادشاه غرب با دختر پادشاه شرق، نمایانگر قدرت سرنوشت (ترجمه به زبان فرانسه) چاپ ۱۹۰۵.

۰۳ روایت سفر سه پسر جوان با یک پیرمرد ترجمه به زبان فرانسه.چاپ ۱۹۰۵.

۰۴ نسخ خطی فارسی کتابخانه دانشگاه لیژ چاپ پاریس ۱۹۰۶.

۰۵ سفر به ایران، به کشور شیر وخورشید. ۰۶ قصه‌های ایرانی (ترجمه)چاپ پاریس ۱۹۱۰.

۰۷ سلمان وایسال، منظومه تمثیلی فارسی، اثر جامی (ترجمه) چاپ پاریس ۱۹۱۱.

۰۸ یوسف و زلیخا، اثر جامی (ترجمه) چاپ پاریس ۱۹۲۷.

۰۹ هجویه لسانی شیرازی در باره تبریز (تصحیح، ترجمه همراه با مقدمه و یادداشت‌ها) چاپ دانشگاه لیژ ۱۹۳۲. ۱۰۰ نمایش نامه‌های فکاهی ملکم‌خان (ترجمه به زبان فرانسه)چاپ پاریس ۱۹۳۳.

۰۱۱ حسیس، نمایشنامه فکاهی فارسی (ترجمه، مقدمه یادداشت‌ها و واژه‌نامه) چاپ پاریس ۱۹۳۴.

۰۱۲ فردوسی و شاهنامه، ماجرای عاشقانه زال و رودابه (ترجمه فرانسه به شعر سفید) چاپ ۱۶۳۴-۱۹۳۵.

۰۱۳ جایگاه فردوسی در ادبیات ایران چاپ بمبئی ۱۹۳۴.

۰۱۴ هزاره هومر ایرانی چاپ ۱۹۳۵.

۰۱۵ رستم و سهراب داستانی از شاهنامه فردوسی (ترجمه) چاپ پاریس ۱۹۳۸.

منابع و مآخذ:

۰۱ گروه مؤلفان و مترجمان: فرهنگ خاورشناسان ج ۲ ص ۲۲۱ چاپ تهران ۱۳۸۲ از انتشارات پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی.

۰۲ ویکی‌پدیا فارسی: مقاله ایلیا نیکلایویچ برزین.

۰۳ سایت Medroï-ru مقاله اولین کشف روس کار پروژه "مسافران روس".

۰۴ محمد رستمی: ایران‌شناسان و ادبیات فارسی ص۳۰۲/۴۰۲ چاپ تهران ۱۳۹۰ از انتشارات پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی.

۰۵ مآخذ شماره ۱ ص۳/۴۰۳.

۰۶ سایت روزنامه اطلاعات مقاله تلافی زندگی ایرانی با هنر به قلم مستوفی.

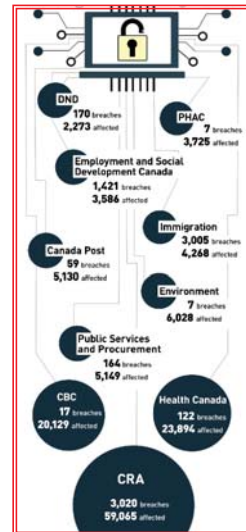
محمد علی اخترى،

تاریخ پژه و سردفتر بازنشسته استاندارد، ساکن تورنتو است 9057589325

بریکتو، اوجوست ژولین مارتن



دولتی‌ها اطلاعات ۱۴۴ هزار کانادایی را درز دادند



است." اداره مالیات کانادا لو رفتن اطلاعات را بیش از ۳۰۰۰ حادثه جداگانه می‌داند که ۶۰۰۰۰ کانادایی را بین ۱ ژانویه ۲۰۱۸ تا ۱۰ دسامبر ۲۰۱۹ تحت تأثیر قرار داده است. این اداره تخلفات را به دلیل سوء مدیریت مستقیم، حوادث امنیتی و سوء رفتار کارمندان می‌داند. "پتین بیرام" سخنگوی اداره مالیات کانادا گفت: "ما حتی یک مورد نقض حریم شخصی را بسیار زیاد می‌دانیم، متأسفانه دو سوم از کل اطلاعات لو رفته مرتبط با سه مورد جداگانه بوده است."

بیرام گفت: "در یکی از این موارد و در ژانویه سال ۲۰۱۹ یک هارد محافظت شده حاوی اطلاعات شخصی متعلق به ۱۱۷۸۰ نفر به طور سهوی در دسترس برخی از کارمندان اداره مالیات کانادا قرار گرفته است. البته هیچ مدرکی مبنی بر دسترسی به هر یک از پرونده‌های در معرض دید توسط این افرادی وجود ندارد." در مورد دیگر، یک کارمند اداره مالیات به حساب‌های دو پرونده دسترسی پیدا کرد و توانست به طور خلاصه اطلاعات مربوط به ۱۱۷۴۵ نفر دیگر را مشاهده کند.

تأمی جابو "سخنگوی اداره بهداشت کانادا گزارش داد که ۱۲۲ مورد نقض، نزدیک به ۲۴۰۰۰ نفر را در مدت زمان مشابه تحت تأثیر قرار داده است. آژانس گفت در بدترین مورد یک کارمند دولت به اشتباه نامه‌ای را که حاوی اطلاعات شخصی است دریافت کرده است. این فرد بلافاصله به مقامات مربوطه در بهداشت کانادا اطلاع داده و ایمیل را حذف کرده است. وی گفت: "بیشترین تخلفات گزارش شده نتیجه خطای انسانی بوده و اطلاعات شخصی حساس درز نکرده است."

در تعداد انگشت شماری از ادارات، دارای اطلاعات محرمانه، مانند اشتغال و توسعه اجتماعی کانادا و مهاجرت، پناهندگان و شهروندی کانادا نیز بیش از ۲۰۰۰ تخلف مشاهده شده است.

طبق آمار و ارقام جدیدی که در مجلس ارائه شده، ادارات یا آژانس‌های فدرال طی دو سال گذشته اطلاعات شخصی متعلق به ۱۴۴۰۰۰ کانادایی را لو داده‌اند و به افراد اطلاعات باخته نیز خبری داده نشده است. ارقام جدید شامل پاسخ دولت فدرال به سؤالات "دون آلیسون" نماینده محافظه‌کار نیز بوده است. در این پاسخ تقریباً ۸۰۰ صفحه‌ای توضیحی درمورد خطاها، ارائه نشده و در مجموع در آن فقط به اشکالات جزئی تا نقض جدی اطلاعات شخصی اشاره شده است. "دیوید فریزر"، وکیل حفظ حریم شخصی در "مکنیس کوپر" در "هلیفاکس" می‌گوید: "یک مشکل اصلی در نحوه حفاظت دولت از اطلاعات شخصی وجود دارد: تعدادی که ما به طور مداوم در گزارشات دولت فدرال شاهدش هستیم بیشتر از آن چیزی است که باید باشد و از نظر من به میزان قابل توجهی زیاد

فرار ایرانیان و پنجاه درصد مهاجران نیوبرانزویک، طی پنج سال از آن



حرکت مهاجران به استان "نیوبرانزویک" جمعیت این استان را رونق بخشیده و این استان به رکورد بالای ۷۸۰۰۰۰ نفر دست پیدا کرده ولی نگاه دقیق‌تر به این اعداد نشان‌دهنده این است که خیلی از آنها نمی‌خواهند واقعاً در آنجا زندگی کنند.

"تد مک دونالد"، مدیر موسسه تحقیقات، داده‌ها و آموزش نیوبرانزویک در دانشگاه نیوبرانزویک، در حال جمع‌آوری داده‌هایی درمورد تعداد مهاجرانی است که تحت برنامه استانی در حال رفتن به نیوبرانزویک هستند و در آنجا می‌مانند. برنامه‌های موجود، این قدرت را به استان می‌دهد از برنامه‌های مهاجرت سریع و تأیید شده فدرال استفاده کند. این برنامه کارگران ماهر یا افراد تاجر و با تجربه به همراه خانواده‌های آنها را برای زندگی به نیوبرانزویک می‌آورد.

مک دونالد می‌گوید: "باید سیاست‌گذاری آگاهانه‌تری در مورد جذب و ماندن مهاجران انجام شود. اگر واقعاً برای ماندن به نیوبرانزویک آمده باشید و به اندازه کافی مانده باشید تا در سیستم پزشکی اینجا ثبت‌نام کنید متوجه می‌شوید که واقعاً در این استان می‌مانید یا خیر." براساس گزارشی تحت عنوان مهاجران ماندگار نیوبرانزویک، نتایج حاصل از بانک اطلاعات "بیزتین" و "سیتیزین" نشان می‌دهد نرخ ماندگاری در سال اول حدود ۷۵ درصد است و این میزان طی سه سال به ۶۰ درصد کاهش می‌یابد و در طول مدت ۵ سال به ۵۰ درصد می‌رسد. مک دونالد همچنین در حال بررسی این موضوع است که آیا مهاجران در

Nastaran Adibrad

Ph.D, RP, CCCP

نسترن ادیب راد

Ph.D, RP, CCCP

دکترای مشاوره و روان درمانی روان درمانگر ثبت شده در انتاریو

بیش از هفده سال سابقه تدریس، تحقیق، تالیف و مشاوره فردی، خانوادگی و گروهی در ایران و کانادا



مشاوره فردی:

شادکامی و مثبت گرایی، آرامش و کاهش تنش، اعتماد به نفس و عشق به خویشتن، مدیریت بحران، مدیریت خشم و عصبانیت، رسیدن به صلح درونی، غلبه بر احساس تنهایی و غربت، هنر لذت بردن از زندگی، شفای زخم‌های گذشته و مدمات دوران کودکی، مهارت‌های ابراز وجود، قاطعیت، تصمیم‌گیری و آشنی با خود

مشاوره خانواده:

بازسازی و بهبود رابطه عاطفی و سکسی، بازگشت به عشق، ارزیابی تناسب قبل از ازدواج، مهارت‌های آغاز رابطه، افزایش صمیمیت، زوج‌های سرآمد، ترمیم آسیب‌های بعد از جدایی، فرزند پروری، مدیریت رفتار نوجوانان و جوانان، خانواده سالم

مشاوره تحصیلی و شغلی و نیز انواع آموزش‌ها و درمان‌های گروهی



7191 Yonge St., Suite 208, Thornhill, Ontario, L3T 0C4

Office: 416.730.0201 | Cell : 647.330.0684

Web: www.adibrad.com

سریعتر و آسانتر از دیگران وارد دانشگاه شوید.

RWS

Richmond Hill World School Private High School

After School . Night School
Adult Credit Courses

Online Credit Courses

Established in 2011



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

و سایر کورسهای دبیرستانی



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

Grade 9-12

بزرگترین، مجهزترین، کاملترین و موفقترین
مجتمع آموزشی و هنری ایرانیان کانادا

۲۱ سال تجربه و آموزش بیش از ۶ هزار دانش آموز

و موفقیت آنان در صحنه های بزرگ دانشگاهی در کانادا و آمریکا

International Students Welcome!

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٪ یا بالا از مدارس دولتی انتاریو

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

مشاوره رایگان تحصیلی



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 دانشکده تربیت معلم دانشگاه بیرک

416-221-2111

www.RWSschool.com , www.MTCschool.ca

10087 Yonge St. Richmond Hill, ON L4C 1T7

در قلب ایران هیل (Downtown Richmond Hill)

املاک و مسکن

آیا تاریخ تکرار می شود؟

کامران انواری
بروکر املاک

قابل توجه معاملات خانه‌های مستقل و افزایش قیمت ده درصدی این بخش بازار و مقایسه با قیمت‌های سال قبل است و البته کاهش شدید عرضه که شرایط را برای افزایش قیمت‌ها آماده می‌کند. اگرچه شخصاً اعتقاد ندارم که بازار یکبار دیگر شبیه بازار سال دو هزار و شانزده شده است ولی بسیاری از مقالاتی که در گوشه و کنار در مورد بازار مسکن درج می‌شود چنین شباهتی را گوشزد کرده‌اند و منظورشان اوج گرفتن دوباره قیمت‌ها و کمبود عرضه است اگرچه کار بازار کاندو به هر حال از داغی گذشته و قیمت این کالا بسیار بالاتر از سه چهارسال قبل است. شخصاً معتقدم که هنوز در گوشه و کنار، فرصت‌های خوبی برای خریداران در تمام بخش‌های بازار وجود دارد و توصیه می‌کنم اگر هنوز با پرداخت اجاره، قسط‌های صاحبخانه‌تان را می‌پردازید با ما تماس بگیرید و اگر قصد فروش منزل خود را دارید ممکنست ما خریدار آماده‌ای برای شما داشته باشیم. به امید دیدار.

کامران انواری، بروکر املاک در شهر تورنتو است

647-808-3450
anvariteam@gmail.com

خبر- کانادا

بمباردیه باقی بخش هواپیمای موفقش را به ایرباس فروخت



شامل ضمانت سه ساله مشاغل متعلق به ۳۶۰ نفر است که کابین‌های هواپیما را در کارخانه‌ای در منطقه مونترال "ویل سن لورن" می‌سازند. پس از آن، آنها به "میرابل کو" منتقل می‌شوند. علیرغم سرمایه‌گذاری ۱٫۳ میلیارد دلاری دولت کبک در پروژه هواپیمایی سری "سی" در سال ۲۰۱۶، فروش هواپیماها در ابتدا کند بود. "فرانسیس لگو" نخست وزیر کبک، سرمایه‌گذاری بیشتر دولت را در برنامه "ای ۲۲۰" را رد کرده، اما "پیر فیتزبین" وزیر اقتصاد گفت که می‌خواهد از سرمایه‌گذاری کبک در صنعت هواپیمایی حمایت کند.

نگاه می‌کنیم این است که سریع‌ترین استراتژی، خروج از تولید هواپیماهای تجاری بوده است. طبق این توافق نامه، ایرباس اکنون ۷۵ درصد از تجارت هواپیمایی بمباردیه را در اختیار دارد. دولت کبک که هیچ پول جدیدی را به این برنامه تزریق نمی‌کند نیز ۲۵ درصد مالکیت آن را در اختیار دارد. ایرباس مبلغ سهم بمباردیه را به ۵۹۱ میلیون دلار می‌خرد. این معامله بدان معنی است که دیگر لازم نیست بمباردیه برای سرمایه‌گذاری تقریباً ۷۰۰ میلیون دلار آمریکا در این برنامه سرمایه‌گذاری کند. این توافق نامه همچنین

شرکت بمباردیه برای پرداخت بدهی‌های گسترده خود در حال فروش جزء به جزء بخش‌های هواپیمایی حمل و نقل تجاری خود است. این سازنده هواپیما و قطار مستقر در کبک گفت که سهم باقی‌مانده خود را در برنامه A۲۲۰ "ای ۲۲۰" که قبلاً با نام سری C شناخته می‌شد را نیز به "ایرباس" فروخته است.

بمباردیه در تلاش است تا بدهی چند میلیارد دلاری خود را جبران کند. این شرکت روز پنجشنبه بیان مالی خود را برای سال ۲۰۱۹ منتشر کرد. بمباردیه در حال حاضر بیش از ۹ میلیارد دلار آمریکا بدهی اعلام کرده این در حالی است که درآمد سالانه شرکت کمی بیش از ۱۵ میلیارد دلار می‌باشد. این شرکت زبان سالانه ۱٫۶ میلیارد دلار را برای سال مالی ۲۰۱۹ به ثبت رسانده، به همین دلیل این شرکت اقدام به فروش دارایی خود کرده است.

"الن بلمار" مدیرعامل شرکت گفت: "ما در حال انتخاب گزینه‌های خود هستیم همانطور که می‌دانید این کار بسیار حساس است". بلمار که از سال ۲۰۱۵ مدیرعامل بوده است گفت: "دلیل اینکه ما به این گزینه‌های استراتژیک

و ادامه فروش: بمباردیه بخش قطارش را هم به آلستوم فرانسه می‌فروشد

بیش از ۵۰ درصد افزایش یافته است. این توافق تمرکز بمباردیه را بر روی تولید محدود می‌کند زیرا این سازنده هواپیما و قطار،

تصمیمی نهایی گرفته نشده است. در پی این اعلان، سهام‌های هر دو شرکت سقوط کرد. سهام بمباردیه از ژوئیه سال ۲۰۱۸ حدود ۷۰ درصد کاهش یافته در حالی که سهام آلستوم در طی دو سال گذشته

شرکت بمباردیه اظهار داشت که در حال مذاکره درباره فروش احتمالی بخش ریلی خود به غول قطارشسازی فرانسوی "آلستوم اس‌ای" است. بمباردیه و آلستوم می‌گویند که بحث‌ها ادامه دارد و هنوز

کامران
انواری

Real Estate Broker

Cell: 647.808.3450

kamrananvari@yahoo.com

www.anvari.ca

Re/Max Central Realty 30 Fulton way unit 8 Office: 416-500-5888



پیش خرید کاندو آپارتمان

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

anvariteam@gmail.com

Finch / Bathurst \$2,348,000



خانه تازه‌ساز،
۱+۴ خوابه با
۷ سرویس،
۲ آشپزخانه،
زیرزمین تکمیل و
واک اوت

Newmarket \$625,900



خانه ۳ خوابه،
۲ سرویس،
در زمینی بزرگ
واقع در بهترین
منطقه نیومارکت

Yonge / 16th (Beverly Hills) \$469,000



بهترین نقشه
۱+۱ خوابه با
پارکینگ، انباری و
بالکن، نوساز

Call Now To Book Your Private Home Tour!

Yonge / Finch \$4,100



خانه ۶ اتاق خوابه
با ۲ آشپزخانه،
۲ لاندری،
زیرزمین تکمیل و
واک‌اوت، در چند
قدیمی ایستگاه ساب وی فینچ

Richmond Hill \$449,000



آپارتمان ۱ خوابه،
یک سرویس،
با پارکینگ،
انباری،
و بالکن

Don Mills / Finch \$1,088,000



خانه مستقل با
۵۴
زیرزمین تکمیل
با ورودی جداگانه
با قیمتی استثنایی

Bayview / Cumber \$1,499,000



خانه ۴ خوابه،
در منطقه عالی،
زیرزمین تکمیل،
ابعاد زمین:
۶۷x۱۸۸ ft



24 YEARS IN CANADA

انشارات خردمند

خردمند با نزدیک به ربع قرن سابقه درخشان در تورنتو
بهترین انتخاب برای انجام کلیه کارهای چاپی و تبلیغاتی شما

www. we are
ThePrintGiant
.com
Gigantic Quality, Gigantic Savings

Since 1996

گروه ورزیده طراحان و متخصصان ما آماده انجام
کلیه سفارشات چاپی و تبلیغاتی شما هستند.

- Business cards
- Flyers
- Brochures
- Catalogues
- Invoices
- Letterheads
- Envelopes
- Books & Magazines
- Signs & Banners
- Website design & Hosting
- Promotional items

Over 24 years of experience will make a difference



Phone: + 416.676.9.676

Toll Free: 1.855.676.9.676

Fax: 1.888.676.9.677

skype: kheradmandgraphics

E-mail: info@khrd.ca

Web: www.khrd.ca

facebook: facebook.com/khrd.ca

Linked in: kheradmand

املاک و مسکن

پیش فروش تاون هاوس های دو طبقه در خوش آینده ترین منطقه دان تاون با ۵ درصد

دکتر رامین سیروسی
مشاور املاک



با عرض سلام و آرزوی اوقاتی خوش برای شما، در این هفته قصد دارم در مورد مناطق خوش آینده در مرکز شهر داون تاون با شما صحبت کنم و در دنباله پروژه ای را بررسی کنم که از این نواحی دان تاون در حال ساخت و تکمیل شده می باشد.

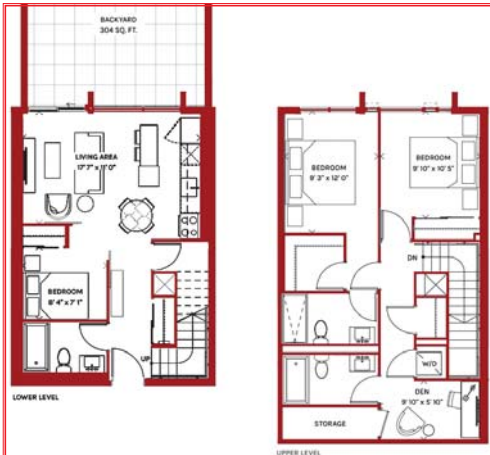
تورنتو بزرگ که به آن Great Toronto Area می گویند، منطقه ای است به وسعت ۷ هزار کیلومتر مربع و جمعیت حدود ۶ میلیون نفر.

ناحیه تورنتو بزرگ با همان GTA از سمت شرق به شهر Oshawa و در سمت غرب به شهر Oakville و در شمال به نیومارکت و از جنوب به شهر تورنتو دریاچه Ontario محدود می شود. از بین تمام این نواحی، شهر تورنتو و مرکز شهر تورنتو، قبل از سایر مناطق ساخته شده اند. ساختمان ها و محلاتی در شهر تورنتو وجود دارند که قدمتی بیشتر از یکصد سال دارند، به همین دلیل نو کردن این مناطق و ساختن ساختمان های جدید از اولویتهای اصلی شهرداری تورنتو و دولت اونتاریو به حساب می آید.

حال ممکن است این سوال پیش آید که این نو کردن و به روز رساندن خانه ها چه اهمیتی برای شما به عنوان خریدار خانه می تواند داشته باشد؟

جواب آنست که پیش خرید خانه و آپارتمان در نواحی و مناطقی که قرار است نووار و جدید شوند، بسیار سودآور و همراه با افزایش قیمت خواهد بود. بسیاری از مراکز شهر تورنتو در حال حاضر دارای ساختمان های قدیمی است ولی در ظرف چند سال آینده، کل ساختمان های منطقه خراب شده و به جای آنها ساختمان های جدید ساخته می شود. تجربه نشان داده که بالاتر رفتن قیمت این مناطق، به مراتب بیشتر از نواحی دیگر است. به عبارت دیگر پیش خرید در این نواحی سودآوری بالاتری برای خریداران به همراه داشته است.

یکی از مناطقی که خود من در آن نواحی در سال های ۲۰۱۴-۲۰۱۵ فعالیت داشتم، ناحیه شرق خیابان Parliament و خیابان Dundas شرقی بود. در سال ۲۰۱۴ یک شرکت بزرگ خانه سازی



شروع به تخریب ساختمان های قدیمی در خیابان Dundas شرقی کرد و از من برای همکاری دعوت کرد. قرار بود تمام ساختمان های قدیمی این ناحیه یکی پس از دیگری خراب شده و به جای آنها، ساختمان های جدید و مدرن ساخته شود. در آن زمان شرکت سازنده برای آپارتمان یک خوابه حدود ۳۵۰ هزار دلار می خواست و به هر خریدار یک پارکینگ مجانی می داد. امروز پس از گذشت ۵ سال، کل ناحیه خیابان Dundas ساخته شده و به منطقه نو و زیبایی تبدیل شده است. آپارتمان یک خوابه، امروز بیشتر از ۶۰۰ هزار دلار قیمت دارد و قیمت این ناحیه (Regent Park) از همه جای تورنتو، رشد بالاتری داشته است.

به دنبال این مقدمه، قصد دارم در مورد پروژه این هفته با شما صحبت کنم. این پروژه که در خیابان Front شرقی ساخته خواهد شد، جزو نواحی است که پتانسیل بسیار خوبی دارد و شهرداری بودجه زیادی را برای آن کنار گذاشته است. این منطقه در خیابان Front به دلیل نزدیکی به بزرگراه Don valley در شرق و بزرگراه Gardiner در جنوب، بهترین دسترسی را به همه جای مرکز شهر تورنتو به شما می دهد. از این منطقه تا بازار St. Lawrence دو دقیقه، تا خیابان

Yankee حدود ۷ دقیقه و حدود ۱۰ دقیقه فاصله است. یکی از شرکت های سازنده اخیر شروع به فروش تاون هاوس هایی در خیابان Front کرده است. این تاون هاوس ها سه خوابه

What's left in Bombardier's portfolio?

Commercial aircraft



Sold former C Series business to Airbus in early 2020
Previously sold D 400 turboprop to Longview Aviation in 2018
Previously sold CRJ jet business to Mitsubishi in 2019



Business aircraft



Will become major focus of streamlined company
Private jet brands include Global, Challenger and Learjet

Transportation



Streetcar and train business is Bombardier's biggest revenue generator
Reportedly in talks to sell this unit to French firm Alstom for \$7B



دکتر رامین سیروسی

مشاور رسمی املاک مسکونی و دارای دکترای پزشکی از دانشگاه تهران

416.418.8587



www.Facebook.Com/BestNewHouses



LIC# M12001035
Brokerage# 10206

متخصص وام مسکن و تهیه بهترین وام برای واجدین شرایط

416.826.9797

عالی ترین پروژه ها برای پیش خرید تاون هاوس و آپارتمان

مزایای استثنایی پیش خرید با ما:

- من همراه با شما از زمان قرارداد تا تحویل نهایی خواهیم بود و به سوالات شما پاسخ خواهیم داد.
- کمک و همراهی در تهیه وام مسکن و Pre-Approval بدون هزینه.
- مناسب ترین قیمت ها و بهترین پیشنهادات استثنایی هر هفته که به دست من می رسد.
- مناسب ترین قیمت ها و نکات مهم قرارداد را با شما مرور و بررسی خواهیم کرد.
- هزینه نهایی و کابل شما و Legal fee را بصورت هدیه به شما تقدیم خواهیم کرد.
- با هر خرید شما به نیازمندان و بیماران در ایران کمک خواهد شد.

فقط به تجربه و صداقت اعتماد کنید

با مورگیچ ماهاهای که کمتر از اجاره است، صاحبخانه شوید!

1	Yonge / MajorMac	\$440,000	دو خوابه، دو سرویس، ۱۲ ساله، مورگیچ ماهاه ۱,۷۰۰ دلار
2	Yonge / HWY 7	\$499,000	دو خوابه، دو سرویس، ۹۰ متر مربع، مورگیچ ماهاه ۱,۸۰۰ دلار
3	Yonge / 16th	\$529,000	دو خوابه، دو سرویس، ۵ ساله، شارژ ۴۴۰ دلار، مورگیچ ماهاه ۱,۸۵۰ دلار
4	Yonge / Finch	\$580,000	دو خوابه، ۹۰ متری، شارژ ۵۵۰ دلار، مورگیچ ماهاه ۱,۹۰۰ دلار

AdverToronto

* Import/Export Printing and Advertising Equipment and Material

* Signage and LED display

دکتر رامین سیروسی

پیشک از دانشگاه تهران، مدرس سابق دانشگاه و متخصص املاک در کانادا

416-418-8587

ramin.siroosi@gmail.com

www.AdverToronto.com

Canada Office: #5, 7321 Victoria Park Ave, L3R 2Z8

Cell: 416-890-8498

Email : info@advertoronto.com

China Office: 4448, 沪宜, 嘉定, 上海 +86 131 16688061

Europe Office: 6, The Meadows Shopping Centre, Cheshamford CM2 6FD, United Kingdom UK +447915549045

Middle East office: 315, Jalal-e Ale Ahmad, Tehran, Iran +982142206363

* واردات و خدمات پرینترهای چاپ بنر (با بیش از ۱۵ سال سابقه)

* چاپ بنر و فروش تجهیزات نمایشگاهی و تابلوهای LED

ایرانی تسلیت می‌گوییم
به جامعه

دفتر حقوقی

DANSON RECHT LLP

BARRISTERS AND SOLICITORS

Serious Personal Injury (Car accident, slip & fall) ●

از طرف خودم و به نمایندگی از همکاران در این دفتر حقوقی، صمیمانه‌ترین تسلیت خود را به خانواده‌های داغدار در ایران و کانادا و بطور کلی به جامعه ایرانی ابلاغ می‌کنیم. ما همراه با شما عزادار هستیم و در ماه‌ها و سال‌های آینده همچنان در کنار شما خواهیم ایستاد.

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)

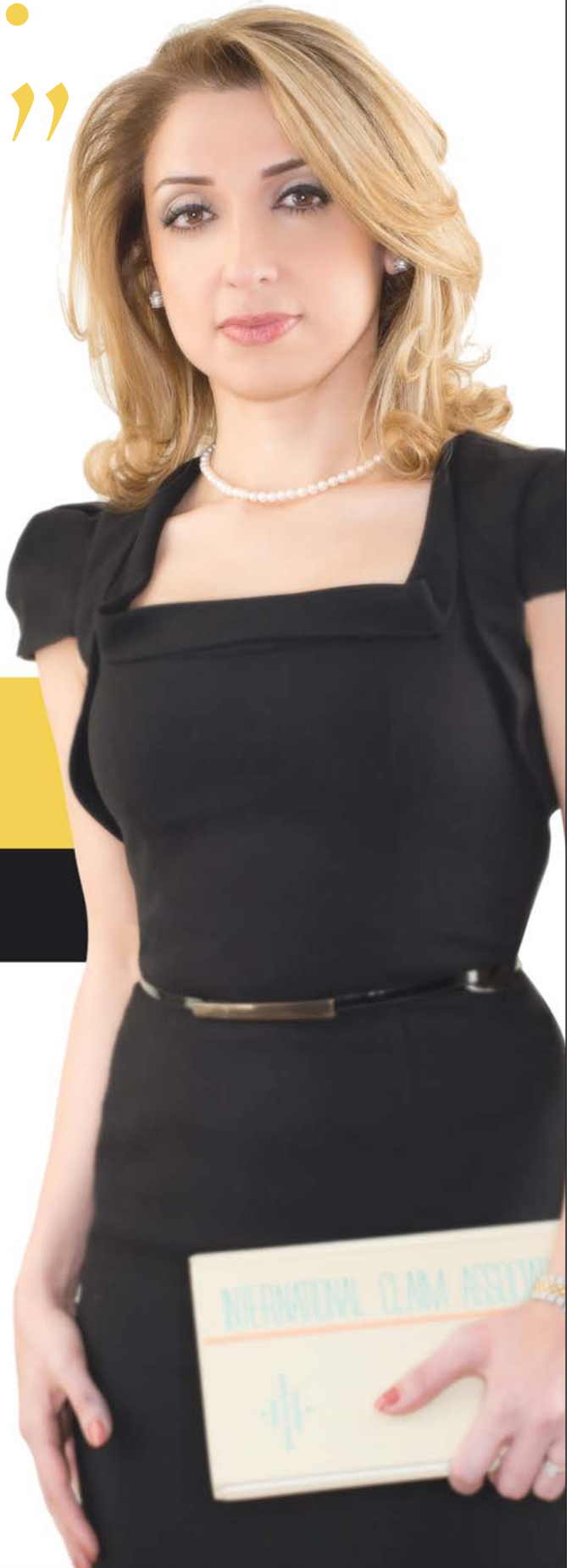
Member of: Canadian Bar Association, Ontario Bar Association,
Iranian Canadian Legal Professionals

مرجان دلاور، از سال ۲۰۰۲ در همه سطوح دادگاه‌های کشوری منجمله دیوان عالی دادگستری و دادگاه تجدید نظر انتاریو، و دیوان عالی کانادا (Supreme Court of Canada) مشغول به وکالت و خدمت به جامعه ایرانی کانادایی بوده است.

مرجان عضو کانون وکلای کانادا، کانون وکلای انتاریو و متخصصان حقوقی کانادا است.

در زمینه صندوق غرامت ۲۵۰۰۰ دلاری قربانیان پرواز اوکراینی که توسط دولت فدرال کانادا ایجاد شده، مرجان یکی از معدود وکلای ایرانی‌ست که نامش در لیست Pro Bono در کمک به خانواده‌های ۵۷ شهروند، و ۲۹ مقیم کانادا آمده است.

فارغ از هر روند قانونی، جمهوری اسلامی ایران مسئولیت این قتل عام را بر عهده دارد و باید به عنوان متهم معرفی شود.



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

اپ جدید: Metal Exchange

• بهترین نرخ حواله فوری
• ۲۸ ساعته
• پرداخت همزمان ارز با
• کارند عابر بانکهای ایران

ارز ملل

416.830.6500 6024 Yonge St.

ایران استار خانواده

315 Steelcase Road East, Suite 201, Markham, Ontario, L3R 2R5 | info@iranstar.com | Tel: 647.674.4048
Thu, 20 Feb 2020 - V. 26 - No. 1276

17

پنجشنبه ۱۸ اسفند ۱۳۹۸ - سال ۲۶ - ش ۱۲۷۶

صرافی بهمنی

پا مجوز رسمی از بانک مرکزی • با ۱۳ سال سابقه درخشان

416 319 0000
6120A Yonge St, Unit 209

تندرستی

← ۲۷

نشستن روی زمین و غذا خوردن برای سلامتی مفید است

متخصصان تغذیه



دانش

← ۲۹

برخی خوردنی‌ها به احساس خوشبختی کمک می‌کنند

کلینیک مایو



سلامتی

← ۲۹

شکلات داغ به تسکین درد انسداده عروق خونی پا کمک می‌کند

دانشگاه نورث‌وسترن



آشپزی - ۱۲۵

← ۳۰

خوراک ماهی سیب‌زمینی سوخاری کتلت آلمانی

پروین ترابی



رمان دنباله‌دار

← ۳۱

آتوسا (دختر کوروش بزرگ) قسمت ۴۴

همن افشار



نیازمندی‌ها

← ۳۳

استخدام و اجاره



سرگرمی

← ۳۴ & ۳۵

سودوکو، فال



اطلاعات عمومی

← ۳۶ & ۳۷

جدول لیست مشاغل ایرانی

← ۳۸ & ۳۹



عمر گوشی‌تان را کم نکنید



گوشی‌تان را روی تخت یا زیر بالشتان می‌گذارید

قرار دادن تلفن همراه در زیر بالش نه تنها به خود شما بلکه به گوشی‌تان هم آسیب می‌رساند. از جمله عوارض قرار دادن گوشی همراه زیر بالش، نآرامی در خواب و ابتلا به سرطان‌های مختلف با امواج آن است. علاوه بر آن، احتمال آتش‌سوزی نیز وجود دارد.

گوشی‌تان را به مدت زیادی در شارژ نگه می‌دارید

زمانی که گوشی‌تان را در شارژ می‌گذارید اگر شارژ آن پر شود و آن را از برق نکشید، به باتری آن آسیب رسانده‌اید. شاید فکر کنید دلیل آن فشار بیش از حدی است که از برق به باتری گوشی وارد می‌شود در حالی که این‌طور نیست. واقعیت این است زمانی که شما گوشی‌تان را به شارژ می‌زنید، گوشی شما داغ می‌شود و همین گرمای بیش از اندازه می‌تواند به باتری آن آسیب برساند.

گوشی‌تان را آپدیت نمی‌کنید

اگر گزینه آپدیت اتوماتیک گوشی‌تان را غیرفعال کرده‌اید، بدانید که بیشتر از سود به آن ضرر زده‌اید. گوشی‌های آیفون و اندروید مدام ورژن‌های جدیدی را در اختیار کاربران قرار می‌دهند تا عملکرد گوشی‌هایشان را بالا ببرند. آپدیت کردن فواید دیگری هم دارد مثلاً اگر گوشی شما باتری ضعیفی دارد، امکان دارد پس از آپدیت مشکل آن برطرف شود. بنابراین سعی کنید گوشی‌تان را آپدیت نگه دارید در غیر این صورت از عمر گوشی‌تان کم خواهد شد.

گوشی‌تان را ۱۰۰ درصد شارژ می‌کنید

آیا شما هم جزو افرادی هستید که شب گوشی‌تان را به شارژ می‌زنید و صبح زمانی که شارژ آن ۱۰۰ درصد شد آن را از برق می‌کشید؟ آیا می‌دانید شارژ کردن گوشی‌تان به طور کامل می‌تواند از عمر آن بکاهد؟

باتری‌های لیتیوم یونی مانند باتری‌های اسیدی نیستند که به شارژ ۱۰۰ درصدی نیاز داشته باشند. در حقیقت بهتر است این باتری‌ها تا حد کامل شارژ نشوند بنابراین به یاد داشته باشید دوره‌های کوتاه شارژ از دوره‌های کامل شارژ مناسب‌ترند.

یکی از این اپلیکیشن‌ها را در گوشی‌تان دارید

اپلیکیشن‌هایی که بیشترین حجم باتری شما را می‌گیرند اپلیکیشن‌هایی چون اسنپ‌چت، گوگل‌مپ، نتفلیکس، آمازون و فیسبوک است. تحقیقات نشان داده است اگر شما اپلیکیشن فیسبوک را از روی گوشی‌تان پاک کنید تا ۲۰ درصد به عمر باتری‌تان اضافه کرده‌اید. دلیلی هم این است که این اپلیکیشن در بک‌گراند شما همیشه در حال اجراست حتی زمانی که شما از آن استفاده نمی‌کنید.

گوشی‌تان را مدام روی ویبره می‌گذارید

یکی از کارهایی که از عمر گوشی‌تان به مقدار زیادی می‌کاهد ویبره آن است. اگر هر زمان که برای شما پیغامی می‌آید، گوشی شما ویبره می‌زند یعنی از توانایی خود برای چیزی که اهمیت چندانی ندارد استفاده می‌کند.

اپلیکیشن‌هایتان را باز می‌گذارید

اگر شما از اپلیکیشن‌های استفاده کرده و پس از استفاده آن را همان‌طور رها کنید، آن برنامه در بک‌گراند گوشی شما همچنان باز می‌ماند و نه تنها از عمر باتری و گوشی‌تان می‌کاهد، بلکه فضای گوشی‌تان را نیز بی‌جهت پر می‌کند.

نور صفحه گوشی‌تان بسیار روشن است

اگر شما هم جزو افرادی هستید که دوست دارید نور صفحه گوشی‌تان بسیار روشن باشد، باید بدانید با این کار دارید از عمر گوشی‌تان می‌کاهید. شما می‌توانید نور صفحه‌تان را روی تنظیمات اتوماتیک بگذارید تا خودش با توجه به محیط، نور صفحه را تنظیم کند.

گوشی‌تان را در معرض سرما و گرمای شدید قرار می‌دهید

گرما و به همان نسبت سرمای شدید می‌تواند از عمر گوشی‌تان بکاهد. گرما می‌تواند تأثیرات منفی زیادی روی گوشی‌تان بگذارد مثلاً اطلاعات آن را از بین ببرد یا حتی باتری‌تان را از کار بیندازد.

سرمای شدید هم می‌تواند برای گوشی‌تان مشکل‌ساز شود. در دمای پایین، برخی از گوشی‌ها خاموش می‌شوند، برخی دیگر دچار اختلال در صفحه نمایش می‌شوند یا حتی باتری‌شان از کار می‌افتد. در برخی از مواد نادر هم ممکن است صفحه نمایش آن‌ها متلاشی شود.

زندگی‌نامه - کتاب

← ۱۸

نگاهی به شاه قسمت ۸۸

دکتر عباس میلانی



سخن و اندیشه - ۱۰۲

← ۲۰

آلیس مونرو، نویسنده بزرگ کانادایی

دکتر حسن گل‌محمدی



مشاور خانواده - ۴۴

← ۲۲

چرا عزت نفس از اعتماد به نفس مهمتر است؟ فرشته نیک‌خواه

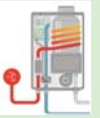


تاسیسات - ۵۳

← ۲۳

از آبگرم‌کن چه می‌دانید؟

مهندس پیمان رامندی



پزشکی

← ۲۴

جای سبز و ورزش در درمان کبد چرب موثر است

دانشگاه پنسیلوانیا



پزشکی

← ۲۴

یک داروی لاغری سرطان‌زا از بازار خارج شد

شرکت ژاپنی ایسای



طنز - ۷۴

← ۲۵

اندر حکایت معرفی ویروس‌های بدتر از کرونا

فضول‌خان کامیونیته



تندرستی

← ۲۶

افراد کم خون همراه با غذا ماست مصرف کنند

متخصص تغذیه



نگاهی به شاه



که به خط شاه بود اغلب کوتاه ولی قاطع بود. شاه خطی خوش داشت ولی خطیب چندان توانایی نبود. اگر سخنرانی‌اش متن مکتوب از پیش آماده شده نداشت، گاه با جملاتی گنگ و گاه با فعلی فراموش شده همراه می‌شد. اما مضمون کلماتش در این پاسخ‌های مکتوب از تسلط او بر خط و زبان فارسی حکایت دارند. گاه هم البته پاسخ شاه به این گزارش‌ها را دکتر ایادی، پزشک مخصوص شاه یا نصرت‌الله معینیان رییس پرکفایت دفتر ویژه تدارک می‌کرد و می‌فرستاد. از شمار به راستی متعدّد گزارش‌های زاهدی و پاسخ‌های شاه به یک یک آنها، می‌توان این قول برخی از طرفداران شاه را باور کرد که او گاه تا دیروقت در دفترش کار می‌کرد. ناگفته پیداست که علاوه بر زاهدی، شاه از شمار متعدّد از دیگر مأموران بلندپایه مملکت، از جمله نخست‌وزیر و برخی وزرا و امرای ارتش گزارش‌های مستقیم دریافت می‌کرد. به گفته شمار فراوانی از این مسئولان مملکتی، شاه همه گزارش‌ها را به دقت می‌خواند و هرکدام را "همراه دستورات مقتضی" باز پس می‌فرستاد.

در همان چند ماه اول دور دوم سفارتش در آمریکا، زاهدی از طریق یک "منبع موثق" آمریکایی که در کاخ سفید کار می‌کرد، خبری مهم دریافت کرد. گویا شبی این منبع بعد از مقدار معتناهی شراب که در یکی از مهمانی‌های سفارت ایران نوشیده بود، به اطلاع زاهدی رساند که تلگراف‌های رمزی سفارت ایران به شاه را دستگاه‌های اطلاعاتی آمریکایی به طور غیرقانونی می‌خوانند. در یکی از همین گزارش‌های بسیار محرمانه زاهدی به شاه خبر داد که حتی پیش از این اقرار شراب‌آلوده او حدس و گمان‌هایی در این زمینه می‌زده است. برای نمونه، زاهدی به این نکته اشاره می‌کند که چند هفته پیش، کیسینجر در دیدارش با زاهدی به اشتباه به نکته‌ای اشاره می‌کند که زاهدی چند روز قبل آن را در تلگراف رمزی برای شاه ذکر کرده بود.

یادداشت ۲۲ سپتامبر (۳۱ شهریور) بر کاغذ خطدار زردرنگی از نوع مورد استفاده وکلای آمریکا

دکتر عباس میلانی
استاد دانشگاه - پژوهشگر
milanibooks.com



توفان بزرگ

دن خوشی از این خبر ندارم اما
آنچه می‌گویم عین حقیقت است
شکسپیر، ریچارد دوم

در ۲۲ سپتامبر ۱۹۷۳ (۳۱ شهریور ۱۳۵۲) اردشیر زاهدی که در آن زمان سفیر ایران در آمریکا بود، یکی از گزارش‌های "شرف عرضی کاملاً محرمانه" خود را برای شاه فرستاد. تنها شخص شاه این گزارش‌ها را می‌دید و می‌خواند. مضمون آنها در حدی محرمانه بود که حتی منشیان و معتمدین زاهدی هم نه تنها از خواندن آنها که حتی از رونویسی یا تایپ آن محروم بودند. زاهدی با خط معروف گاه ناخوانای خود یک یک این گزارش‌ها را می‌نوشت و آن را در چمدان ویژه‌ای که خاص این کار ساخته شده بود می‌گذاشت. آن گاه یکی از کارمندان سفارت چمدان را به تهران حمل می‌کرد. هر کدام از این چمدان‌ها که گویا در اصل برای نخست‌وزیر انگلیس طراحی شده بود و زاهدی در دوران سفارتش در لندن از چند و چون آنها خبردار شده بود، تنها دو کلید ویژه داشت. یکی نزد زاهدی بود که به مددش چمدان حامل گزارش محرمانه را قفل می‌کرد، و دومی در تهران نزد شاه بود که با استفاده از آن چمدان را می‌گشود. گزارش را می‌خواند و دستورات لازم را در حاشیه به دست خودش و اغلب هم با مدادی قرمز رنگ می‌نوشت. در تمام مدت حمل این چمدان از واشنگتن به تهران و بازگشتش آن را با دستبندی به دست مأمور حمل آن وصل می‌کردند و بدین سان امکان گم یا ربوده شدن آن عملاً از میان می‌رفت. پاسخ‌هایی



Freight Services International



حمل و نقل بین‌الملل

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

دارای دفاتر نمایندگی
در آمریکا، اروپا،
دبی و ایران

416.590.8989

7191 Yonge St. Suite # 312
(World on Yonge office Building)

www.freightall.com

E-mail: info@freightall.com

دفتر جدید
7163 Yonge, Suite 275

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
7163 Yonge St. Suite 275
Thornhill, Ontario, L3T 0C6
Canada

کامران نقوی

کارشناس رسمی مهاجرت

416.733.4050

icccrc | crcic
IMMIGRATION CONSULTANTS OF CANADA REGULATORY COUNCIL
CONSEIL DE RÈGLEMENTATION DES CONSEILS EN IMMIGRATION DU CANADA



نوشته شده، و پاسخهای شاه هم همه در حاشیه با مدادی قرمز رنگ مشهودند. زاهدی از دیدارش با یکی از مقامات عالیرتبه آمریکایی می‌نویسد. نام این مقام در اصل گزارش نیست و وقتی سی و پنج سال بعد از واقعه از زاهدی در باب هویت این مقام پرسیدم، گفت که آن نام را به یاد نمی‌آورد. این گزارش از چند بابت به راستی شگفت‌آور است. از سویی چند و چون اطلاعات دست کم یک مقام آمریکایی از وضع ایران را نشان می‌دهد، و از طرفی صراحت کلام زاهدی در گزارش و بی‌پروایی‌اش در باز نمایاندر هر آنچه آن مقام گفته بود هم، سخت قابل تأمل‌اند. بالاخره این که پاسخهای شاه به این پرسش‌ها گویای ذهنیت او در آن سال‌های پر اهمیت‌اند. این گزارش و بسیاری گزارش‌های مشابه دقیقاً بی اساسی نظریه‌ای را نشان می‌دهند که ریشه انقلاب را عمدتاً در بی اطلاعی شاه از واقعیات می‌داند. نشان می‌دهد که بودند کسانی که گاه واقعیات را بی پرده با شاه در میان می‌گذاشتند و او بود که دیگر در سال‌های دهه هفتاد، رغبت چندانی به شنیدن این گونه گزارش‌ها نداشت. سؤال اول مقام آمریکایی پیرامون سلامت جسمی و روحی شاه بود. مقام آمریکایی از زاهدی پرسیده بود که آیا حال شاه به راستی خوب است؟ نفس این پرسش در آن سال تعجب‌آور است. تا آن زمان هیچ گزارش و خبری در ایران یا جهان غرب در مورد بیماری شاه مطرح نشده بود. شاه در حاشیه در جواب نوشت: "حالم بسیار خوب است." با این حال باید پرسید آیا برخی از سازمان‌های اطلاعاتی آمریکا از همان زمان، یعنی سپتامبر ۱۹۷۳ (شهریور ۱۳۵۲)، از بیماری شاه خبر داشتند؟ واقعیت اینست که بیش و کم هم زمان با این گزارش، یعنی در اواخر سال ۷۳ (۵۲) شاه در حالی که در جزیره کیش استراحت می‌کرد، متوجه وجود "عده‌ای در ناحیه شکم" خود شد. او از همه با دکتر ایادی مشورت کرد. با آن که او را سال‌ها به عنوان پزشک مخصوص خود منصوب و حفظ کرده بود، اما چندان اعتمادی به قضاوت‌های پزشکی و درایت طبی او نداشت. طولی نکشید که دکتر عباس صفویان که دوست و طبیب اسدالله علم بود طرف مشورت قرار گرفت. تصمیم گرفته شد که بایستی با پزشکان اروپایی هم رایزنی کنند و چنین بود که در روز اول ماه مه ۱۹۷۴ (۱۱ اردیبهشت ۱۳۵۲) دکتر جرج فلاکدرن به طور سخت محرمانه به تهران پرواز کرد و بعد از معاینه شاه به این نتیجه رسید که او به "نوعی بیماری سرطان خون" دچار است. در گزارش‌هایی که در

[نگاهی به شاه، ادامه در صفحه ۳۲ ←]

آلیس مونرو، نویسنده بزرگ کانادایی

سخن و اندیشه-۱۰۲

حسن گل محمدی
نویسنده و شاعر

و نیمه روستایی جنوب غربی استان انتاریو کانادا که محل زندگی و تجربه‌های او در کودکی بوده است، تعلق دارد. نوشته‌های مونرو بسیار عالی و بیان‌گر واقعیت‌های ملموس و تجربیات او است. به همین علت است که خوانندگان آثارش زندگی خود را در آنها می‌بینند، بویژه اگر کانادایی باشند و در استان انتاریو هم زندگی کنند. اما از آن مهم‌تر تاثیری است که آثار مونرو بر ذهن خوانندگان می‌گذارد. به طوریکه او در یک داستان کوتاه ۲۰ تا ۳۰ صفحه‌ای، تفکر، تعمق و دقت بیش از یک رمان طولانی را به خواننده انتقال می‌دهد.

مونرو حرف‌هایی می‌زند و تجربیاتی را منتقل می‌کند که برای نسل‌های جوان امروزی که گرفتار تکنولوژی و بویژه رایانه‌ها شده‌اند، بسیار ارزشمند است. او می‌گوید: "نسل‌های گذشته مشکلات را مانع حرکت به جلو نمی‌دانستند، زیرا انسان با غلبه بر مشکلات به خوداگاهی و ارزیابی خوب از خود می‌رسد در حالیکه جوامع امروز بر این باورند که انسان باید خوب زندگی و کار کند و عبور از موانع قدرت جسمی و روحی را حفظ و تقویت می‌کند."

این تفکر و بینشی که مونرو آن را بیان می‌کند، شاید یکی از پارادوکس‌ها و تفاوت‌های طرز نگرش نسل‌های گذشته و نسل امروز در رابطه با زندگی است. نسل امروز که در آمریکا و کانادا و اروپا زندگی می‌کنند به هیچ وجه با نسل‌های گذشته نزدیکی و قرابت ندارند. خود من شاهد این گونه مسایل در جامعه امروز کانادا هستم. وقتی که با یک نوجوان ایرانی یا غیر ایرانی در



آلیس مونرو، نویسنده بزرگ کانادایی و برنده جایزه ادبیات نوبل در سال ۲۰۱۳، اکنون در آستانه ۹۰ سالگی است. او در مجموعه داستان کوتاه "دره اتاوا" که داستان‌های آن اوج توانایی‌های این نویسنده را در داستان‌سرایی نشان می‌دهد، می‌نویسد: "هر وقت در شهر محل زندگی‌ام بودم، خطری وجود داشت، خطر دیدن زندگی خودم از طریق چشمانی به غیر از چشمان خودم." این جمله تکان دهنده مونرو واقعیت‌های درستی از زندگی امروز ما است. اغلب ماها زندگی می‌کنیم تا به چشم دیگران بباییم. زندگی نمی‌کنیم تا از ارزش‌های گذران عمر لذت ببریم. واقعا چرا انسان امروز دچار چنین حالتی شده است؟ حالتی که زندگی را به صورت نقش بازی کردن، درآورده است. به عبارت دیگر ما داریم نقشی از زندگی را به صورت تصنعی ارائه می‌دهیم.

مجموعه‌ای از چنین نقش‌ها را آلیس مونرو که به ملکه داستان کوتاه کانادا معروف است، در نوشته‌های خود با مهارتی باورنکردنی به رشته تحریر درآورده است. داستان‌های او، زندگی انسان‌ها را به تصویر می‌کشد و به لایه‌های درونی ذهن‌ها و اندیشه‌ها فرو می‌رود. بیشتر داستان‌های مونرو مربوط به مناطق روستایی

دکتر فرامرز ارجمند

جراح و متخصص چشم

از دانشگاه تهران و اپتومتریست از کانادا

با ۲۵ سال سابقه چشم پزشکی



416.548.6555

Emergency Phone: 647.868.4041

6070 Yonge St.

North York, ON, M2M 3W6

روبروی پلازای ایرانیان (جنب پلازای Fido)



ورشکستگی؟؟؟

قادر به بازپرداخت بدهی خود نیستید؟

ما بطور کاملاً خصوصی شما را از بدهی خلاص می‌کنیم،

مشکلات مالی شما را حل می‌کنیم.

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

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

Call us for a FREE, confidential consultation.



RISMAN ZYSMAN INC.

LICENSED INSOLVENCY TRUSTEE

با ۳۰ سال سابقه

4580 Dufferin St., North York Ontario M3H 5Y2

416-222-4600

می‌برد. این هنری است که در کمتر نویسنده‌ای وجود دارد. در مقام مقایسه شاید بتوانیم آثار آلیس مونرو را به داستان‌های آنتوان چخوف و جیمز جویس نزدیک بدانیم، در حالیکه به گمان نگارنده تأثیر آثار مونرو در خواننده بیش از این نویسندگان است چون او روایت‌گر زندگی مردم دوران عمر خود است. آثار آلیس نه تنها تأثیرگذار در زندگی مردم جامعه امروز است بلکه آنها منبع الهام و آفرینش برای نویسندگان دیگر نیز تلقی می‌گردند. کسب جایزه نوبل ادبیات توسط این نویسنده، ارزش و اهمیت دو چندان به هنر نوشتن داستان کوتاه بخشید و او سیزدهمین زنی بود که در طول تاریخ توانست به چنین افتخاری دست یابد. به همین دلیل کانادا به داشتن یک چنین نویسنده توانایی افتخار می‌کند. خوشبختانه بسیاری از آثار این نویسنده کانادایی به زبان فارسی ترجمه شده است. رویاهای مادرم، می‌خواهم چیزی بهت بگویم، فرار، دست مایه‌ها، دورنمای کاسل راک، خوشبختی در راه است و زندگی عزیز. بنابراین به تمام ایرانیان ساکن کانادا و داخل کشورمان توصیه می‌کنم آثار این نویسنده را بخوانند که کتاب‌های او قطعا نقش مثبتی در زندگیشان ایجاد می‌کند.

حسن گل محمدی،

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

بود. من بچه‌های کوچکی داشتم و کسی نبود که بتواند کمک کند. هیچ راهی نبود که بتوانم وقت این کارها را داشته باشم. نمی‌توانستم به آینده نگاه کنم و بگویم که این کار قرار است یک سال زمان ببرد، چون فکر می‌کردم هر لحظه ممکن است اتفاقی بیفتد و تمام آن فرصت را از من بگیرد. بنابراین بخش بخش و در زمان‌های محدودی می‌نوشتم. شاید به مرور زمان به ایده‌هایی عادت کردم که می‌توانستند در یک زمان محدود به سرانجام برسند و همین علت گرایش من به نوشتن داستان کوتاه شد." به نظر نگارنده، در حال حاضر با توجه به مشکلات زندگی و زمانی که افراد می‌توانند برای مطالعه در نظر بگیرند، خواندن داستان‌های کوتاه که کم‌وقت‌گیر است و خواننده هم زود به منظور نویسنده پی می‌برد، از خواندن داستان‌های بلند و رمان رغبت‌انگیزتر است. بویژه داستان‌های کوتاهی که مونرو می‌نویسد. او غالبا هر داستان را با جمله‌ای منحصر به فرد آغاز می‌کند. آغازی که مسیر زندگی را عوض می‌نماید و خواننده را به فکر راه و چاره می‌اندازد. خصوصیات خاص قلم مونرو چگونگی طرح داستان و یا رعایت اصول کلاسیک داستان‌نویسی نیست. مشخصه اصلی داستان‌های آلیس تصمیمات و شکل‌گیری افراد داستان است. شخصیت‌هایی که آنقدر هنرمندانه و نزدیک به واقعیت‌های زندگی امروزه خلق می‌شوند که هر یک از خوانندگان خودشان را در آن داستان می‌بیند و با آنها در تصمیم‌گیری‌ها و شکل‌پذیری‌ها مشارکت می‌کنند و همین امر خواننده را تا پایان داستان با خود به همراه

مهمتری را مطرح کند. به همین دلیل بود که کمیته جایزه ادبیات نوبل بر توانایی‌های مونرو در انتقال مفاهیمی زیاد تنها در چند صفحه یک داستان کوتاه صحنه گذاشت و او را ملکه داستان کوتاه کانادا نامید. آلیس در دنیای آرام و دوستانه خود غرق است. از مسایل جنجال‌برانگیز و روشنگر مابانه و بویژه گرایش‌های سیاسی کاملا به دور است. او اهل تظاهر نیست ولی در جامعه کانادا حضوری هوشیارانه دارد. مونرو با بیان ساده، زیبا و پر نفوذ به ذهن خواننده راه درست زندگی را القا می‌کند. آلیس به همه چیز در دنیای اطراف خود توجه دارد و واقعیت‌ها را به روی کاغذ می‌آورد. این نویسنده بزرگ کانادایی علاوه بر هنر نویسندگی، متفکر و فیلسوفی است که همیشه تفاوت بنیادین میان افراد با دانش و خرد را با افراد فرصت‌طلب و نادان درک کرده است. او سیاستمدار نیست ولی از "سیاست زندگی کردن" می‌نویسد. همین نکته یکی از عوامل مهم موفقیت او به شمار می‌رود. آلیس مونرو شخصیت‌های داستان‌هایش را از میان مردم جامعه انتخاب می‌کند. خواننده هنگام خواندن قصه‌های او متوجه گذر زمان نمی‌شود، موقعی که به پایان داستان این نویسنده می‌رسد، تازه متوجه می‌شود که زمانی هم گذشته است. این‌گونه توانایی در قلم هر نویسنده‌ای موجود نیست. او از روابط انسانی در ساختن زندگی بهتر بر اساس اصول روانشناسی استفاده مطلوب می‌کند. آلیس مونرو علت گرایش خود به نوشتن داستان کوتاه را این‌گونه بیان کرده است: "زمانی که جوان بودم، مسئله‌ام برای نوشتن فقط زمان

تورنتو به صورت خصوصی و دوستانه صحبت می‌کنم و یک مقدار به آنها در گرده‌مایی‌ها یا جلسات مختلف و حتی میهمانی‌های خانوادگی نزدیک می‌شوم، احساس می‌کنم که چقدر دنیای آنها با دنیای ما تفاوت و حتی تضاد دارد. نزدیک‌ترین نوجوان فامیل و آشنا حوصله، زمان و فرصت این را ندارد که چند لحظه از دنیای مجازی‌ای که رایانه برای او ساخته است جدا شود و برای گفتگویی کوتاه به میان جمع بیاید. چه باید کرد؟ هیچ راه حل اجرایی قابل توجهی برای این مشکل در حال حاضر به نظر نمی‌رسد. آلیس مونرو، نویسنده‌ای است که این مسایل اجتماعی را درک می‌کند و آثار او می‌تواند راهکارهای ساده و اجرایی در جلوی چشم ما قرار دهد. او اعتقاد دارد اگر چه جامعه در طول زمان تغییر کرده و بینش نسل‌های جوان با گذشته متفاوت است اما ذات و سرشت آدمی پابرجا باقی مانده و همین دلیل محکمی است که نشان می‌دهد مونرو در داستان‌هایش همواره حرف‌هایی برای گفتن دارد، حتی برای نسل‌های جدید. به همین علت باید گفت که آلیس در نوشته‌هایش داستان کوتاه خلق نمی‌کند، او نحوه زندگی را نشان می‌دهد. مونرو مسایل عادی زندگی را به جای پرداختن به موضوعات جنجال‌برانگیز دستمایه خلق آثارش قرار می‌دهد. این نویسنده با نوشتن کتاب "عشق زن خوب" نشان داد که هنوز صحبت‌های جدیدی درباره زندگی زنان دارد. مونرو با کارهای خود ثابت کرد که یک داستان کوتاه می‌تواند در مقایسه با یک رمان، حرف‌های بیشتر و تجربیات

Independent Insurance Advisors Group



آسودگی خیال شما و عزیزانتان هدف اصلی ما در یافتن مناسب‌ترین نرخ بیمه برای شما
بهترین‌ها از بزرگترین
و معتبرترین شرکت‌های بیمه

بیمه سوپر ویزا
برای والدین

B.Sc. سینا ستوده‌نیا
Insurance Broker

مشاوره رایگان
Direct: 416-496-9300
sina@iiagroup.ca
www.iiagroup.ca



مسافرتی - توریستی

عمر: بلند مدت، کوتاه مدت

از کار افتادگی

دارو، درمان - دندان

گروهی

بیماری‌های سخت

مراقبت‌های ویژه

سرمایه‌گذاری تضمین شده

حساب باز نشستگی (RRSP)

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

مشاور خانواده - ۴۴

فرشته نیک‌خواه
روان‌درمانگر

چرا عزت نفس از اعتماد به نفس مهمتر است؟

صورت کامل و بی‌نقص
• ترس زیاد از شکست و ترس شدید از عدم
تایید از سوی دیگران
بسیاری از ما به دلیل کمبود عزت نفس ممکن
است نقدهای سازنده‌ی اطرافیان را نپذیریم و
یا جرات رد کردن همه‌ی نظرات و پیشنهادهای
را نداشته باشیم. هر دوی این حالت‌ها بیانگر
ناهنجاری در عزت نفس می‌باشد. نمونه‌ی بارز
این ناهنجاری‌ها در شبکه‌های اجتماعی با
رفتارهایی مثل خشونت و یا ادعای روشنفکری
مفرط، قابل مشاهده است.
کمبود عزت نفس موجب می‌شود که در
فعالیت‌های اجتماعی همیشه در حاشیه قرار
گیریم و با موج‌های مثبت و منفی پیوسته در
حرکت باشیم. این عدم ثبات منجر به ندیدن
مهارت‌ها و استعدادهای خودمان می‌شود. در این
حالت مدام سعی می‌کنیم تا ببینیم جامعه از ما
چه توقعی دارد و به خوشایند آن حرکت کنیم.
در اینصورت هیچ چیزی از ذهنیت و شخصیت
فردی مان باقی نمی‌ماند.

کمبود عزت نفس موجب می‌شود که در
تصمیم‌گیری‌ها نظر دیگران را بر نظر خود ارجح
بدانیم و برای نظرات و نگرش خود ارزشی قائل
نباشیم. بنابراین در تصمیمات ما دیگران سهمی
بیشتر از خودمان داشته باشند.

کمبود عزت نفس موجب می‌شود که در همه
حال خود را با دیگران مقایسه کنیم. یک فرد بالغ
باید بداند که برای پیشرفت باید توانمندی‌های
خود را در گذشته و حال مقایسه کند و هر روز به
دنبال راهی برای ترقی باشد، در حالی که فردی
که عزت نفس پایینی داشته باشد، بدون در نظر
گرفتن شرایط پیوسته خود را با دیگران مقایسه
می‌کند و این عملکرد بسیار مخرب می‌باشد.

همه‌ی ما باید هر روز که از خواب بیدار می‌شویم
به خودمان متذکر شویم که تنها یک بار فرصت
زندگی کردن داریم و برای این مدتی که هیچ
کدام از زمان دقیق به اتمام رسیدن آن مطمئن
نیستیم، بهترین برنامه‌ریزی‌ها را داشته باشیم.
متأسفانه بسیاری از افراد با عزت نفس پایین
به نوعی این فرصت‌ها را می‌سوزانند و تلاش
نی‌کنند تا سبک زندگی مطلوب خود را انتخاب
کنند،

بنابراین ناراضی‌تی تنها نتیجه‌ای است که
عایدشان می‌شود. هیچ وقت فراموش نکنید که
هر فرد زندگی را از دریچ‌های نگاه خود می‌بیند.
پس حالا که منحصر به فرد هستید، منحصر به
فرد هم زندگی کنید و فرصتی را که فقط مال
شماست با نگاه و نگرش دیگران خراب نکنید.
بسیاری از والدین با این فکر که تربیت صحیح
در کلاس‌های آموزشی تحصیلی و مهارت‌های
بسیار پیچیده خلاصه می‌شود، چشم خود را بر
روی واقعیت وجودی کودک خود می‌بندند و از
ساده‌ترین و اولیه‌ترین آموزش‌ها غافل می‌شوند،
در حالی که با صرف هزینه‌های بسیار کمتر
و ایجاد لحظه‌هایی شاد و پر بار برای خود و
کودکانشان می‌توانند فردی با عزت نفس بالا و
مفید برای خود و جامعه تربیت کنند.

فرشته نیک‌خواه

روان‌درمانگر و مشاور خدمات فردی و اجتماعی
در کاناداست

fery.nikkhah@gmail.com

- داشتن احساس شرمساری
زیاد در ارتباطات با دیگران
- شدت حساس و
زودرنج در مقابل
برخورد دیگران
- بسیار حساس
در مقابل انتقادات
اطرافیان
- ترس بیش
از حد نسبت به
قضایات شدن از
سوی دیگران
- عدم توانایی پذیرش
خطاها و اشتباهات خود و
خطاها و اشتباهات دیگران
- احساس گناه بیهوده نسبت به خطاهای
گذشته
- عدم مسئولیت‌پذیری نسبت به خود و اطرافیان
- احساس قربانی بودن در زندگی
- دائما سرزنش‌کننده دیگران بودن و دائما
دیگران را مورد قضاوت‌های شدید قرار دادن
- منتقد درونی بسیار سختگیر و سرزنش‌کننده
- میل شدید به کمالگرایی و انجام کارها به



"من دوست داشتنی و لایق رسیدن به اهدافم هستم"

عزت نفس به بهتر
شدن روابط ما
کمک می‌کند.
افرادی که عزت
نفس سالمی
دارند همیشه
شفاف و با صداقت
با دیگران گفت
و گو می‌کنند.
محیط‌های کاری،
اجتماعی و خانوادگی که
عزت نفس در آنها بسیار است
محیط‌های امنی هستند که افراد با خیال
راحت نظرات خود را خالصانه و شفاف بیان
می‌کنند.

چگونه بدانیم عزت نفسمان نیاز به تقویت دارد؟

• داشتن نگاه و جهان بینی و نگرش منفی
نسبت به خود، نسبت به دیگران و نسبت به
جهان اطراف.



INCOME TAX E-FILE

Personal, Small Business & Corporate

خدمات حسابداری و مالیاتی

رضا پورلطفی

■ خدمات حسابداری و دفتر داری

■ تهیه و تنظیم صورتهای مالی

■ خدمات مالیاتی اشخاص و شرکتها

■ برنامه ریزی مالیاتی برای اشخاص و شرکتها

■ خدمات حقوق و دستمزد

■ تهیه و تکمیل فرمهای WSIB & HST, GST

■ 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

Fax: (416) 900-4189

www.HarmonicTeam.com

info@harmonicteam.com

در پلازای
سویر پارسیان

عزت نفس باور و نگرشی است که هر انسانی
نسبت به خودش دارد. باور به اینکه من لایق
یک زندگی خوب و ارزشمند هستم. باور به اینکه
من دوست داشتنی و مهم هستم. باور به اینکه
من هم مانند همه انسان‌هایی که زندگی زیبا
و موفقی دارند شایسته این هستم که زندگی
زیبایی برای خودم رقم بزنم. احساس ارزشمندی
درونی، احساس مهم بودن، حس دوست‌داشتنی
بودن سه احساس اصلی و از نتایج عزت نفس
است. در دنیایی هستیم که تنهایی، احساس
گناه و شرم از خود و احساس حقارت زیاد
است. کم نمی‌بینیم افرادی که را که از چیزهای
زیادی از زندگیشان فرار می‌کنند یا واقعیت‌های
درون خود را انکار می‌نمایند. نقاب و ناراستی و
بی‌صداقتی زیاد است. در این حالت که بخاطر
مسائل و مشکلات گذشته بیشتر افراد دچار این
احساسات و تضادها هستند. معدود افرادی را
می‌باید که با خیال راحت می‌توانید آنچه را که
پنهان می‌کنید به آنها بازگو کنید. افرادی که
می‌توانیم پیچیده‌ترین رازهای درون را با آنها
فاش کنیم بدون اینکه ترس از قضاوت یا ترس از
رها شدن از او داشته باشیم. این شخص امن و با
عزت نفس سالمی است که ما با او یکی می‌شویم
و با او راحت خودمان را زندگی می‌کنیم این
شخص من را حقیر نمی‌کند، بی‌ارزش نمی‌سازد.
احساس گناه به من القا نمی‌کند.

ما برای این خلق نشدیم که یک زندگی تنها، در
فرار و پشت نقاب با دیگران داشته باشیم. خلقت
ما برای مشارکت و صمیمیت و ارتباط نزدیک
به هم است که صادقانه و شفاف صورت گیرد. شاید
برخی از ما دچار اشتباه شویم و این دو را با هم
یکسان فرض بگیریم.

احتمالا برای شما هم پیش آمده در اجتماع در
خانواده و در بین دیگران افرادی را می‌بینید
که بسیار مغرور و متکبر هستند. ظاهرا ژست
بسیار زیبا و جذابی دارند و شاید برای دیگران
هم جذاب به نظر بیایند، اما واقعیت این است که
ژست این افراد بسیار با اعتماد به نفس نمایش
داده می‌شود در حالیکه اینها هرگز عزت نفس
کافی ندارند بلکه بخاطر کمبود عزت نفس و
جبران این ضعف روبرو برتری طلبی و بالاگرفتن
خود با غرور و تکبر در برابر دیگران کرده‌اند در
حالیکه در ظاهر جذاب هستند. اینکه ما در ظاهر
خودمان را چگونه نشان می‌دهیم یک بُعد قضیه
است اما اینکه در عمق وجودمان چه می‌گذرد
بحثی متفاوت است. به این می‌گویند اعتماد به
نفس که یک جنبه بیرونی از شخصیت ماست
اما عزت نفس یک منبع کنترل درونی در وجود
ماست. عزت نفس در واقع موضوع عمیق‌تر و
ریشه‌ای‌تری است.

عزت نفس یک باور و احساس درونی مبتنی
بر ارزش و لیاقت خود است. اگر بخواهیم در یک
جمله عزت نفس را تعریف کنیم فردی که از
عزت نفس سالمی برخوردار است این باور را در
درونش دارد که:

از آبگرم کن چه می دانید؟

تعداد خانوار داخل منزل و یا نوع دستگاه های مصرف کننده آب گرم انتخاب می شوند. میله ای آند - میله ایست از جنس منیزیم که درون مخزن آب گرم قرار می گیرد و به دلیل تمایل بیشتر این فلز به خوردگی نسبت به فلز بدنه مخزن آبگرمکن باعث بالا رفتن عمر مفید مخزن می شود.

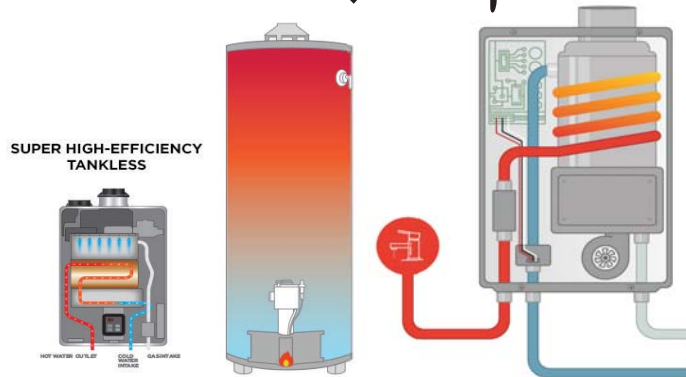
مکانیزم های ایمنی - همه آبگرمکن ها دارای سیستم ایمنی می باشند. از آنجا که آب در مخزن آب گرم ذخیره می شود، باید در یک سطح معینی از فشار و دما نگه داشته گردد. مکانیزم های ایمنی به صورتی طراحی شده اند تا در صورت بروز دما یا فشار، بیش از حد مجاز برای جلوگیری از انفجار مخزن، شیر ایمنی تعبیه شده بر روی مخزن باز شده و قسمتی از آب را تخلیه می کند به همین دلیل است که محل نصب آبگرمکن های مخزن دار باید دارای کفشو باشد تا در صورت بروز مشکل به لوازم و تجهیزات منزل خسارتی وارد نگردد.

برخی از نکات قابل توجه:

آبگرمکن های مخزن دار الکتریکی حدود ۳۰ درصد کارآمدتر از آبگرمکن های گاز طبیعی یا پروپان هستند. طول عمر آبگرمکن های برقی یا گازی حدود ۱۰ تا ۱۵ سال است. آبگرمکن های گازی معمولاً نرخ گرمایش بهتر نسبت به آبگرمکن های الکتریکی دارند. یعنی آبگرمکن های گازی به طور کلی دمای آب را سریعتر افزایش می دهند و همچنین داری هزینه های کمتر انرژی هستند.

آبگرمکن زمینی یا دیواری کدام نوع برای شما مناسب تر است؟

واقعیت این است که برای یک خانواده ۳ نفره داشتن یک آبگرمکن ۴۰ گالنی انتخاب خوب و مقرون به صرفه ای است ولی خانواده های بزرگتر نیاز به آب گرم بیشتری برای نیازهای روزانه دارند بنابراین یا باید از مخازن بزرگتر استفاده کنند و یا به سمت مدل های دیواری حرکت کنند. در اغلب موارد، هزینه های بلند مدت استفاده و نگهداری از یک آبگرمکن گازی غیراجاره ای با هزینه های بالا و سرویس سالیانه مناسب نسبت به مدل های دیواری کمی کمتر است. ولی از نظر بهداشتی آبگرمکن های دیواری آب گرم سالم تر و نامحدودی را در اختیار خانواده قرار می دهد و برای خانواده های پرجمعیت ایده آل است. برای داشتن آب گرم سالم هر ۲ نوع آبگرمکن نیاز به سرویس و نگهداری سالیانه دارند که متأسفانه اغلب در نظر گرفته نشده و مشکلات بیشتری را ایجاد می کند انجام سرویس های دوره ای توسط افراد متخصص باعث آسودگی خیال، صرفه جویی مالی و سلامت خانواده می گردد. توجه به توضیحات داده شده در صورت نیاز لطفاً تماس بگیرید تا در خصوص سوالات شما گپی بزنیم. **ایام به کام.**



می باشند که این قسمت ها شامل مشعل و شیر گاز یا المنت الکتریکی، مخزن ذخیره سازی آب گرم، میله ای آند و تجهیزات ایمنی، این چهار قسمت به طور یکپارچه با هم کار می کنند و عملکرد ایمن و قابل اطمینان آبگرمکن را تضمین می نمایند.

واحد گرمایش - اکثر آبگرمکن ها از گاز طبیعی، پروپان و یا المنت های الکتریکی برای گرم نمودن آب استفاده می کنند. صرف نظر از نوع سوخت مصرفی هدف گرم نمودن آب می باشد. مخزن آب داغ - آبگرمکن ها خانگی معمولاً دارای مخازنی با ظرفیت های ۴۰ تا ۹۰ گالن یا ۱۵۰ تا ۳۴۰ لیتر هستند که ظرفیت آنها با توجه به

گرم نگه داشتن آب استفاده می کنند، گرچه دستگاه های الکتریکی و یا استفاده از سوخت پروپان نیز نسبتاً رایج هستند. هنگامی که شیر آب گرم را باز کرده و از آب داغ استفاده می کنید، در این هنگام به ازای هر ۱ گالن آب داغ خروجی از دستگاه ۱ گالن آب سرد جایگزین می گردد یعنی یک آبگرمکن ۴۰ گالنی مساوی ۴۰ گالن آب داغ نیست و بر اساس دمای آب ورودی و میزان بازدهی دستگاه حدوداً بین ۲۵ تا ۳۰ گالن آب داغ می باشد. به همین دلیل است که معمولاً بعد از دوش گرفتن باید منتظر بمانید تا آب مخزن مجدداً گرم شود. آبگرمکن های مخزن دار دارای چهار قسمت اصلی

دستگاه های سرمایشی و گرمایشی - ۵۳



پیمان رامندی
مهندس تاسیسات

اگر مایلید در خصوص کارکرد انواع آبگرمکن های خانگی دانش بیشتری پیدا کنید، این مقاله برای شما مناسب است. دستگاه آب گرم در هر خانه یک عنصر اصلی و اساسی است. بدون آن، شستشوی البسه و ظروف با مشکل روبرو شده و دوش گرفتن لذتی ندارد.

آبگرمکن ها به دو دسته اصلی تقسیم می شوند: اول مخازن آب گرم سنتی و دوم آبگرمکن های مدرن بدون مخزن. هر دو نوع هدف مشابهی را دنبال می کنند که آن عرضه ی قابل اعتمادی از آب گرم به شما می باشد. در این مقاله، من قصد دارم اختلافات میان دو نوع آبگرمکن را بررسی و خلاصه ای از نحوه عملکرد هر دو نوع آبگرمکن ارائه کنم.

آبگرمکن های بدون مخزن یا دیواری (Tankless)

آب گرمکن های دیواری نسبتاً جدید هستند، در طول چند سال گذشته به طور فزاینده ای محبوب شده اند و به دلیل عدم وجود مخزن به صورت قابل ملاحظه ای کوچک هستند و گزینه های بیشتری از نظر محل نصب در اختیار شما قرار می دهد. این نوع آبگرمکن ها تنها آبی که مورد استفاده شما قرار می گیرد را گرم می نماید. به طور کلی دارای بازدهی بالاتری می باشند و می توانند منبع آب گرم بی پایانی را فراهم آورند. تکنولوژی بالای ساخت و مقرون به صرفه بودن آبگرمکن های دیواری در سال های اخیر واقعاً سبب افزایش محبوبیت آنها شده است. آبگرمکن های دیواری از یک مبدل حرارتی برای گرم کردن آب استفاده می کنند. از آنجا که این دستگاه ها آب گرم را در خود را ذخیره نمی کنند، بنابراین شما هزینه ای برای مخزن و یا نگهداری مداوم آبگرم پرداخت نمی کنید. هنگامی که درخواست برای آب گرم وجود دارد، دستگاه فعال شده و یک مشعل آب سرد عبوری از مبدل حرارتی دستگاه را به دمای دلخواه می رساند و تا زمانی که نیاز به آب گرم وجود داشته باشد این کار ادامه پیدا می کند. در واقع شما آب گرم دائمی خواهید داشت.

آبگرمکن های مخزن دار یا زمینی

این نوع آبگرمکن ها دارای یک مخزن ذخیره سازی آب گرم می باشند که اغلب به عنوان مخزن آب داغ نامیده می شود. شما می توانید این دستگاه را در ابعاد و اندازه های مختلف بر اساس میزان مصرف آب گرم خود انتخاب کنید. هر چند مخازن ۴۰ گالنی از محبوب ترین مدل ها هستند، این مخزن آب گرم، از یک عنصر حرارت دهنده الکتریکی و یا گازی برای گرم کردن آب استفاده می کند. آب ذخیره شده در مخزن تا دمای مشخصی گرم می شود تا این اطمینان حاصل گردد که در صورت درخواست، آب گرم به صورت محدود در دسترس خواهد بود. معمولاً خانه ها از گاز طبیعی به عنوان سوخت برای

ارائه کننده همه نوع بیمه

برای همه نیازهای امروز و فردای شما

تورستی 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

پیمان رامندی

لیسانس مکانیک (تاسیسات) از دانشگاه آزاد و ارائه دهنده خدمات سرمایشی و گرمایشی در تورنتو است.

Airsolarsystem.com

647-896-3025



محققان دانشگاه پنسیلوانیا:

چای سبز و ورزش در درمان کبد چرب موثر است

مشخص شد تنها یک چهارم رسوبات لیپیدی در کبدشان باقی مانده بود. همچنین در موش‌های که تحت درمان فقط با عصاره چای سبز یا فقط ورزش قرار گرفته بودند تقریباً نیمی از چربی کبدشان در مقایسه با گروه کنترل باقی مانده بود.

جاشوا لمبرت، سرپرست تیم تحقیق در این باره می‌گوید: "ما معتقدیم پلی فنول‌های موجود در چای سبز با آنزیم‌های گوارشی ترشح شده در روده کوچک فعل و انفعال یافته و تا حدودی مانع از تجزیه کربوهیدرات‌ها، چربی و پروتئین غذا می‌شود." چای سبز به همراه ورزش برای افراد مبتلا به کبد چرب مفید است

نتایج تحقیق جدید محققان دانشگاه ایالتی پنسیلوانیا نشان می‌دهد انجام منظم تمرین‌های ورزشی و مصرف نوشیدنی‌های فاقد کافئین می‌تواند برای افراد مبتلا به کبد چرب مفید باشد. محققان دریافتند ترکیب چای سبز و ورزش موجب کاهش شدت بیماری کبدچرب مرتبط با چاقی تا ۷۵ درصد در موش‌های تغذیه شده با رژیم غذایی پرچرب شد.

در این مطالعه، به مدت ۱۶ هفته به موش‌ها رژیم غذایی پرچرب داده شد. برخی از این موش‌ها عصاره چای سبز مصرف کرده و ورزش منظم با دویدن با روی چرخ انجام می‌دادند. در مقایسه این موش‌ها با موش‌های گروه کنترل



شرکت ژاپنی ایسای:

یک داروی لاغری سرطان‌زا از بازار خارج شد

شد به کاهش وزن افراد دچار چاقی کمک می‌کند و برای چندین سال وزن آنان را پایین نگه می‌دارد بدون اینکه خطر مشکلات قلبی را افزایش دهد. این نتیجه یک بررسی پنج ساله درباره ایمنی قلبی این دارو بر روی ۱۲۰۰۰ بیمار بود که سازمان غذا و داروی آمریکا شرکت ایسای را برای گرفتن مجوز دارو ملزم به انجام آن کرده بود.

اما اخیراً سازمان غذا و داروی آمریکا اخیراً یک آنالیز داده‌های به دست آمده از یک بررسی را به اتمام رساند که نشان داد ۷.۷ درصد از افراد مصرف‌کننده بلویک دچار سرطان تشخیص داده شده‌اند. این مقدار اندکی بیشتر از ۷.۱ درصد میزان سرطان تشخیص داده شده در گروه شاهد بود که قرص‌های بی‌اثر مصرف می‌کردند.

به گفته سازمان غذا و داروی آمریکا انواع گوناگونی از سرطان‌ها از جمله سرطان لوزالمعده، سرطان روده و سرطان ریه در بیمارانی مصرف‌کننده بلویک بیشتر گزارش شده است

شرکت ژاپنی ایسای (Eisai) می‌گوید به طور داوطلبانه داروی لاغری ساخت خود به نام بلویک (Belviq) (با نام ژنریک لورکاسرین) را از بازار خارج می‌کند.

سازمان غذا و داروی آمریکا قبلاً در بیانیه‌ای از بیماران خواسته بود، مصرف بلویک را فوراً متوقف کنند، باقیمانده قرص‌هایشان را دور بریزند و درباره داروی جایگزین با دکترهایشان مشورت کنند. این سازمان به پزشکان هم گفته است به بیمارانشان هشدار دهند که مصرف این دارو را قطع کنند.

داروی ضد چاقی بلویک در سال ۲۰۱۲، تقریباً در همان زمانی که چند داروی کاهش وزن دیگر وارد بازار شدند، مجوز گرفت. هیچکدام از این داروها برخلاف انتظار به داروی پرفروشی بدل نشدند، اما گزینه‌های جدید درمانی برای درمان افراد پرشمار درگیر اضافه وزن یا چاقی و مشکلات سلامتی ناشی از آن در اختیار پزشکان قرار دادند. بلویک نخستین دارویی بود که ثابت

سرویس

رفت و آمد به فرودگاه و کلیه مناطق شهر

ترجمه خدمات
در همراهی با شما
در مکان‌های انجام
کارهای اداری
شما

با قیمت‌های مناسب

فریده 416.903.7030

وب سایت می‌خواهید؟

تعداد نامحدود صفحه

فقط ۹ دلار در ماه

بسیار سریع و پرقدرت، بر اساس آخرین تکنولوژی‌های روز
که آنرا خودتان به سادگی و بصورت اینترنتی، بدون نیاز به ما آپدیت می‌کنید.

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

تلیفات
آلاین
وبسایت
وبسایت
وبسایت
وبسایت

شبکه‌های اجتماعی
فیس‌بوک
گوگل پلاس
توییتر

وبسایت
پیش‌بینی
پیش‌بینی
پیش‌بینی
پیش‌بینی

روزانه و طراحی
ایران استار
ایران استار
ایران استار
ایران استار

مطالب: متنوع، حرفه‌ای، علمی، بدون گرایش
منابع معتبر و غیرپوپولاریزاسی
ساز و طراحی: استاندارد جهانی
تیم‌رنگی: کافه تمام سفید (غیرپولاریزاسی) بدون سرب
هرشماره: در دو بخش خبری و زندگی
بدون متن: سبک، به راحتی تا می‌شود
قابل برگرد شدن: همه خانواده در یک لحظه آنرا می‌خوانند
چاپ در بهترین چاپخانه‌های شهر
وضوح و کیفیت بالا در مطالب، آگهی‌ها و چاپ
توان در میزان آگهی و مطالب

ایران استار
IranStar.com
647.674.4048
169 Steeles Ave East

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 امنیتی کانادا

امور مربوط به وصیتنامه

(Wills, Power of Attorney, Trusts)

گواهی امضاء، کپی برابر با اصل،

تنظیم دعوتنامه

905-918-9606

10087 Yonge St. Richmond Hill, Ontario
North of Major Mackenzie, on Yonge St.

اندر حکایت معرفی ویروس های بدتر از کرونا



طنز-۷۴

فضول خان کامیونیتی

رستورانی، قهوه‌خانه‌ای یا فروشگاه‌ای در محلی ایجاد شده و پس از سال‌ها کوشش و هزینه تا اندازه‌ای موفق گردیده است، فوراً ویروس حسادت، خرابکاری و هنرمندی خودمان را که از ویروس کرونا هم بدتر است به سراغ آن بیزینس می‌فرستیم و درست در چند قدمی آن، رستوران یا فروشگاه مشابه‌ای علم می‌کنیم و بیزینسی که نسبتاً موفق شده است را به خاک سیاه ورشکستگی می‌نشانیم.

۲ به زعم ما ویروس بدتر از کرونا، ویروس گران‌فروشی است. شما می‌توانید این ویروس را در بعضی از مغازه‌های ایرانی مشاهده کنید که آنها سرخود و به دلخواه نان، غذا، خشکبار و همه چیز را به قیمت گران عرضه می‌کنند و کسی هم نیست که بگوید بالای چشمشان ابرو است. مگر می‌شود مغز گردو را هر کیلویی ۵۰ دلار قیمت گذاشت (یعنی کیلویی نیم میلیون تومان)، یا برنج ایرانی را کیلویی ۱۵ دلار فروخت (یعنی کیلویی یکصد و پنجاه هزار تومان) یا نان سنگک را دانه‌ای ۴ دلار (یعنی ۴۰ هزار تومان) می‌گویند نه؟ به مغازه‌ها مراجعه کنید.

۳ به زعم ما ویروس بدتر از کرونا، قیمت این روزهای دلار است که اگر در کشورمان و در سطح جهان نصف هم شود، عزیزان وال استریت ژورنال پلازای عزیزمان، حاضر نیستند دیناری از قیمت آن را کاهش دهند.

۴ به زعم ما ویروس بدتر از کرونا، نهادینه کردن خرافات، دروغ و تزویر برای حل مشکلات زندگی از طریق طالع‌بینی و پیشگویی، از بین بردن سحر و جادو، پیدا کردن دوست دختر گم شده، رفع نازایی افراد، علاج مشکلات جنسی و هزاران مشکل‌گشای دیگر است که این روزها تبلیغات آن با آب و تاب فراوان در مجلات ایرانی به کرات به چاپ می‌رسد و کسی هم حرفی نمی‌زند.

۵ به زعم ما، ویروس بدتر از کرونا، هر چیزی و هر کسی است که آرامش من و شما را بر هم بزند یا حسادت، دروغ‌پراکنی، انگ‌زنی و دنبال یکدیگر حرف زدن و افراد را وابسته به این گروه یا آن گروه کردن.

صحبتهای استاد فضولی که به اینجا رسید، دیدیم عجب دل‌پری دارند، لذا از ایشان خواهش کردیم که به بیان همین چند نوع ویروس بدتر از کرونا بسنده کنند که آدم از شنیدن آنها واقعا دلهره می‌گیرد که این همه ویروس در اطراف زندگی ماها وجود دارد و ما فقط به اخبار ویروس کرونا فکر می‌کنیم.

از خدا پنهان نیست، از شما هم پنهان نباشد آن که این روزها همه شاهد هستیم که ویروس کرونا بدون توجه به اقداماتی که در سرتاسر جهان صورت می‌گیرد، فعلاً در کشور چین جا خوش کرده و تاکنون جان بیش از هزار نفر را گرفته است. حال این ویروس آیا از پرندگان و حیوانات وحشی به انسان سرایت کرد، یا آن که نتیجه تکنولوژی‌های میکروبی و بیولوژیکی است، موضوعی است که فعلاً نمی‌توان درباره آن نظر قاطع و روشنی اعلام کرد، ولی برای آن که بتوانیم اطلاعاتی در این باره کسب کنیم، چون نتوانستیم به صورت حضوری خدمت استاد فضولی برسیم، لاجرم به تماس تلفنی بسنده کردیم که این کار از لحاظ رعایت اصول بهداشتی و پزشکی برای جلوگیری از اشاعه این ویروس هم خوب و مناسب است. بنابراین تلفن را برداشتیم و شماره مستقیم استاد را گرفتیم و پس از عرض ارادت و احترام از حضورشان پرسیدیم:

- جناب استاد فضولی، با درود بر شما، از این ویروس کرونا، تا زگی‌ها، چه خبر؟

استاد فرمودند: "عزیزم، این همه سازمان‌ها، بیمارستان‌ها، مراکز تحقیقاتی و پژوهشی و انسان‌های صاحب نظر در سطح جهان وجود دارند و آن وقت شما این سوال تخصصی را از حقیر می‌پرسید که هیچ‌گونه اطلاعات و تخصصی در این‌باره ندارم؟"

به استاد عرض کردیم: "چون حضرتعالی فضول کامیونیتی هستید، خواستیم بدانیم که نتایج حاصله از فضولی آن سرور گرامی تاکنون چیست؟ تا به اطلاع سایرین برسانیم."

استاد فرمودند: "آنچه که از قرائن پیداست، این ویروس فعلاً به کار خودش ادامه می‌دهد و ارباب جراید و کارشناسان و متخصصان هم حرف‌های خودشان را می‌زنند. گویا هیچ کدام از این دو جناح به کار یکدیگر کاری ندارند. ولی ما نمونه‌هایی بدتر از این ویروس سراغ داریم که برای اطلاع شما که در آینده گرفتار آن نشوید، استنباط و تحقیقات فضول مایانه خود را به شرح زیر به استحضار کامیونیتی می‌رسانیم:

۱ به زعم ما یک نوع ویروس شبه کرونا وجود دارد و آن این است که ما ایرانی‌ها می‌بینیم بیزینسی،



متخصصان علوم پزشکی آمریکا:

زغال مانع غلبه بیماری بر سیستم طبیعی بدن می شود

است. اثربخشی این روش درمانی همچنان مورد مطالعه است اما برخی از محققان این روش را درمانی امیدبخش در نظر می گیرند. این در حالی است که رادیکال های آزاد موسوم به گونه های واکنش پذیر اکسیژن، آنتی اکسیدان های طبیعی از قبیل آنزیم "سوپراکسید دیسموتاز" را از بین می برند. متخصصان بر این باورند که دست یافتن به آنتی اکسیدان مصنوعی به آنتی اکسیدان های طبیعی بدن کمک می کند که با رادیکال های آزاد مقابله کنند. متخصصان علوم پزشکی در آمریکا معتقدند که زغال می تواند در تولید این آنتی اکسیدان مصنوعی کمک کننده باشد. این آنتی اکسیدان از نقاط کوانتومی گرافن گرفته می شود که محققان اولین بار در سال ۲۰۱۳ میلادی آن را از زغال استخراج کردند. این نقاط کوانتومی ذرات ریز نیمه هادی هستند که می توانند به شکل های مشخصی مورد استفاده قرار بگیرند. محققان معتقدند این نقاط می توانند به مقابله با استرس اکسیداتیو کمک کنند.

متخصصان علوم پزشکی آمریکا به روشی دست یافته اند که مانع می شود برخی از بیماری ها بر سیستم طبیعی آنتی اکسیدانی بدن غلبه کنند، شاید باورتان نشود اما با زغال! هر ساله حوادث جراحی از قبیل آسیب دیدگی مغزی، سکته مغزی و حمله قلبی سلامت میلیون ها انسان را تحت تاثیر قرار می دهد و می تواند کشنده نیز باشد. سازمان جهانی بهداشت (WHO) سکته مغزی را به عنوان دومین عامل مرگ و میر در جهان معرفی کرده است. تمامی این بیماری ها و اختلالات شامل استرس اکسیداتیو می شوند که به "عدم توازن جسمی بین سطح رادیکال های آزاد و آنتی اکسیدان ها" گفته می شود. در حوادث تروماتیک مغزی تعداد رادیکال های آزاد افزایش پیدا می کند که به آسیب دیدن بافت و از کار افتادن اندام ها منجر می شود. همچنین این عدم توازن، حمله قلبی و سکته مغزی را به دنبال دارد. "آنتی اکسیدان درمانی" یکی از روش های کاربردی برای مقابله با استرس اکسیداتیو



مرتضی مصطفوی؛ متخصص تغذیه:

افراد کم خون همراه با غذا ماست مصرف کنند

مرتضی مصطفوی متخصص تغذیه درباره میزان مصرف شیر و ماست در سبد روزانه غذایی گفت: می توانیم مصرف شیر و ماست را جایگزین یکدیگر کنیم مثلاً مصرف یک لیوان شیر دقیقاً مانند یک لیوان ماست است. وی افزود: توصیه می کنیم لبنیات به صورت منظم مصرف شود؛ چراکه ما شاهد پوکی استخوان در خانم های جوان نیز هستیم در نتیجه باید ماست،

شیر، دوغ، پنیر و کشک پاستوریزه استفاده شود. یک لیوان ماست به جای یک لیوان شیر، دو لیوان دوغ به جای یک لیوان شیر و سه چهارم یک لیوان کشک پاستوریزه را می توان به جای مصرف یک لیوان شیر مورد استفاده قرار داد. صفوی در مورد مصرف شیر به صورت ناشتا در ابتدای صبح یا مصرف آن در انتهای شب گفت: خوردن شیر اگر با معده فرد سازگار باشد، تفاوتی در زمان مصرف نمی کند و می توان شیر را در صبح به صورت ناشتا یا شب نیز استفاده کرد. البته به افرادی که دچار کم خونی هستند توصیه می کنیم لبنیات و ماست را همراه غذا مصرف نکنند و حداقل نیم ساعت تا یک ساعت بعد از صرف غذا از لبنیات و ماست استفاده کنند؛ چراکه برای آن ها مضر است. این متخصص تغذیه توضیح داد: مصرف ماست همراه با گوشت مشکلی ندارد؛ چراکه مصرف لبنیات با مواد غذایی دارای آهن "هم" ایجاد مشکل نمی کند.





ارائه کننده کلیه خدمات گرمایشی و سرمایشی

فروش . نصب . تعمیر

فرنیس، ایرکانه دیشن، آبرگمکن، شومینه، شوفاژ، روفتاپ
باربیکیو، گرمایش از کف، اسپلیت یونیت، یونیت هیتر
خدمات کانال کشی و گاز کشی

مشاوره
تلفنی
رایگان

کیفیت عالی، سرویس سریع
قیمت مناسب

با امکان
اقتساط ماهیانه
بدون سود



Tel: 647.896.3025

Web: AirSolarSystem.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

متخصصان تغذیه:

نشستن روی زمین
و غذا خوردن برای
سلامتی مفید است

قرار می‌گیرند. این حالتی پایدار برای انجام کارهای بالاتنه مانند چرخش شانه و کشش گردن است. در حقیقت، حالت سوخاسانا به‌خوبی تراز شده شرایط خوبی را برای یک وضعیت آرامش‌بخش و در عین حال هوشیار برای بدن و ذهن فراهم می‌کند. همچنین، این حالت نشستن به کاهش تنش عضلانی و باز کردن چاکرا (مرکز انرژی) کمک می‌کند.

بهبود گوارش

نشستن روی زمین در وضعیت چهارزانو و غذا خوردن برای دستگاه گوارش انسان خوب است. حرکت رو به جلو و عقب در نتیجه خم شدن برای خوردن غذا و بازگشت به وضعیت طبیعی نشستن به عضلات شکم در ترشح شیره‌های گوارشی کمک می‌کند، که برای گوارش سریع و مناسب مورد نیاز هستند. افزون بر این، این حالت نشسته امکان آرامش ذهن و اعمال فشار روی قسمت پایینی ستون فقرات را فراهم

می‌کند که تن آرامی را تسهیل می‌کند. همچنین، تنش عضلانی بهبود می‌یابد و فشار خون بالا افت می‌کند.

بهبود قدرت و انعطاف‌پذیری

نشستن روی زمین در حالت چهارزانو بدن را قدرتمندتر و انعطاف‌پذیرتر می‌سازد. این حالت نشسته کشش کفل‌ها، زانوها و قوزک‌ها را موجب می‌شود. همچنین انعطاف‌پذیری در ستون فقرات، شانه‌ها و سینه را افزایش می‌دهد و از این رو انعطاف‌پذیری کلی را بهبود بخشیده و توانایی دفع برخی بیماری‌ها را افزایش می‌دهد. قدرت و انعطاف‌پذیری بیشتر امکان صاف ایستادن بدون مشکل و بلند کردن اجسام سنگین بدون اینکه آسیبی به کمر وارد شود را فراهم می‌کند. از سوی دیگر، نشستن طولانی‌مدت روی صندلی به شکل‌گیری ضعف و درد در ناحیه کمر، عضلات شکمی ضعیف و کفل‌های سفت و انعطاف‌ناپذیر منجر می‌شود.

بشپیبانی از وضع اندامی صحیح

وضع اندامی خوب برای کاهش فشار روی برخی عضلات و مفاصل، به‌ویژه در ناحیه کمر و گردن، اهمیت دارد. نشستن در حالت چهارزانو روی زمین برای غذا خوردن این امکان را فراهم می‌کند تا به‌طور خودکار وضعیت خود را اصلاح کنید.

در مقابل، نشستن طولانی‌مدت روی صندلی یا نیمکت و قوز کردن روی میز یا رایانه می‌تواند به وضع اندامی ضعیف و ضعف در ناحیه کمر منجر شود.

بهبود گردش خون

هنگامی که روی زمین نشستاید، خون راحت‌تر از طریق قلب به دیگر نقاط بدن پمپ می‌شود. همچنین، نشستن روی زمین به سلامت قلب کمک می‌کند، زیرا فشار اضافی روی این اندام هنگام غذا خوردن را کاهش می‌دهد. با گردش خون خوب این اطمینان حاصل می‌شود که تمام اندام‌های بدن به میزان کافی اکسیژن و مواد مغذی برای ارائه عملکرد درست خود را دریافت می‌کنند. برای افرادی که دارای مشکلات گردش خون هستند نشستن روی زمین در حالت درست هنگام غذا خوردن توصیه شده است.

کمک به کاهش وزن

این به دلیل آن رخ می‌دهد که عصب واگ عملکرد بهتری ارائه می‌کند و سیگنال‌ها را در وضعیت نشسته بهینه‌تر انتقال می‌دهد. عصب واگ انتقال سیگنال‌ها از معده به مغز را هنگام غذا خوردن بر عهده دارد و به مغز می‌گوید که آیا سیر شده‌اید یا خیر.

افزون بر این، این حالت نشسته موجب می‌شود تا آهسته‌تر غذا بخورید. بر همین اساس، معده و مغز از زمان کافی برای تشخیص اینکه چه زمانی سیر شده‌اید، برخوردار هستند. همچنین عمل نشستن و ایستادن از روی زمین تمرین ورزشی خوبی محسوب می‌شود. تمامی این موارد در کنار یکدیگر به مدیریت وزن کمک می‌کنند. اگر بایاتان سخت است روی زمین بنشینید زیرتان بالش بگذارید تا احساس راحتی کنید.

Income TAX

حسابداری نشنال
افشین غایبی

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

416.223.3336

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

طبقه بالای سوپر گوشت زمانی و پسران



↓ متخصصان تغذیه:

تخم مرغ به رفع ۱۲ مشکل سلامتی کمک می کند

به جای نان باعث سیری زود رس، مصرف کالری کمتر و در نهایت منجر به کاهش وزن خواهد شد.

کاهش استرس و اضطراب

یکی از مواد مغذی در تخم مرغها آمینو اسیدها هستند. مطالعات و آزمایشها نشان می دهد آمینو اسیدهای موجود در تخم مرغ موجب کاهش استرس و اضطراب می شود.

تقویت ماهیچه ها

تخم مرغ آبیژ به دلیل وجود مواد پروتینی و آمینو اسیدها موجب تقویت ماهیچه ها می شود به همین علت شما می توانید برای تقویت ماهیچه های خود از تخم مرغ آبیژ در صبحانه یا بعد از ورزش های تقویتی استفاده کنید.

جلوگیری از اسهال و بهبود زخم

روی موجود در تخم مرغ باعث جلوگیری از اسهال حاد در کودکان می شود همچنین در بهبود زخم حیاتی کمک می کند.

بهبود التهاب پروستات

یکی دیگر از مواد مغذی در این خوراکی کلسیم است که موجب التیام التهابات در پروستات می شود.

جلوگیری از ریزش مو

تخم مرغ حاوی زینک است که این ماده مفید برای رشد مو و همچنین جلوگیری از ریزش مو بسیار موثر است.

بهترین راه مصرف تخم مرغ

بهترین و سالم ترین راه برای مصرف تخم مرغ، آبیژ کردن آن است؛ زیرا بدون استفاده از روغن و کره پخته شده و باعث می شود تا چربی های اضافی به غذا افزوده نشود.

طبق مطالعات انجام شده توصیه می شود، این خوراکی مفید را نشسته، داخل یخچال قرار دهید زیرا روی تخم مرغ یک لایه محافظ وجود دارد که با شستن تخم مرغ این لایه نابود می شود و در معرض آلودگی قرار می گیرد. بنابراین بدون آن که آنها را بشویید، در یخچال بگذارید. بهتر است تخم مرغها را با بسته بندی خریداری کنید تا خطر آلودگی محیط یخچال نیز کاهش یابد.

جذب کلسیم و هضم بهتر غذا

تخم مرغها سرشار از ویتامین D هستند. این نوع ویتامین باعث جذب بهتر کلسیم در بدن می شود و همچنین به هضم بهتر غذا هم کمک می کند.

پیشگیری از سرطان

ویتامین E موجود در تخم مرغها یکی از انواع آنتی اکسیدانها است. به همین علت مصرف تخم مرغها باعث از بین رفتن رادیکال های آزاد بدن (عامل اصلی ابتلا به انواع سرطان) می شود. خاصیت دیگر این نوع ویتامین نقش محافظتی است به طوری که بافت و سلول های بدن را از تخریب و آسیب ناشی از ایجاد سوخت و ساز مواد زائد بدن حفظ می کند.

بهبود عملکرد چشم

یکی دیگر از ویتامین های مهم در تخم مرغ ویتامین A است که برخی از افراد به نام رتینول هم می شناسند. ویتامین A در تخم مرغ و مواد غذایی مانع از آسیب رسیدن به شبکیه چشم می شود.

درمان کم خونی

ویتامین B12 موجود در تخم مرغ برای گلبول های قرمز خون بسیار ضروری است. کمبود این ویتامین باعث اختلال در انتقال اکسیژن، مواد غذایی و همچنین کم خونی در فرد می شود. متخصصان تغذیه توصیه می کنند افراد می توانند تخم مرغ را جایگزین قرص و آمپول B12 کنند.

یکی دیگر از ویتامین های موجود در تخم مرغ ویتامین B2 است. این ویتامین باعث جذب بهتر املاح مواد غذایی و همچنین انرژی زیاد در افراد می شود.

افزایش کلسترول خوب بدن

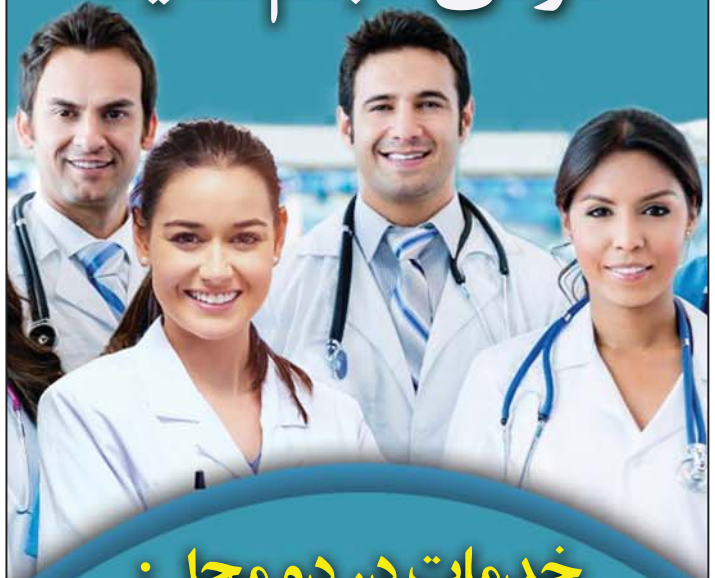
مطالعات بر روی تخم مرغ نشان می دهد مصرف این خوراکی باعث افزایش ۱۰ درصدی HDL (کلسترول خوب بدن) شده و همچنین موجب کاهش ابتلا به بیماری های قلبی-عروقی می شود.

کاهش وزن

آزمایشها و مطالعات نشان داده است که جایگزین کردن تخم مرغ آبیژ در وعده صبحانه

با متخصصان ایرانی کانادایی

آزمایش های طبی خود را به زبان فارسی انجام دهید



خدمات در دو محل:

1 نورت یورک مجهز به واکینگ کلینیک

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



ایکس ری



روماتولوژی



سونوگرافی



کاردیولوژی



پوکی استخوان

2 ریچموند هیل

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



روماتولوژی



کاردیولوژی



Ultimate Diagnostics Inc.

توجه

تخفیف فوق العاده

قیمت نوروژی ویژه هموطنان عزیز

چاپ بزر فقط \$1.5

Navid 416-890-8498

توجه

وضعیت سلامتی یا بیماری شما تنها با یک آزمایش



هنگامه جولایی

متخصص تغذیه کل نگر و بیوانرژی
MLA, BFA, RHN, RBIE

647.262.0919

E: info@optimumbalanceinc.com

W: www.optimumbalanceinc.com

A: 16700 Bayview Ave. Unit 201,
Newmarket, ON



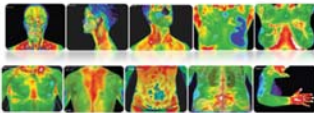
هر انسانی حق دارد که وضعیت واقعی سلامت خود را بداند.
شما آن چیزی هستید که بدن شما جذب می‌کند.

با کلینیک‌های:

عکسبرداری حرارتی

تجزیه معدنی مو

ایریدولوژی



خدمات:

مشاوره در زمینه تغذیه

تنظیم هورمون و متابولیسم بدن

بررسی جذب مواد غذایی و دفع سموم

انرژی، خستگی و بیخوابی

حساسیت‌های فصلی و مواد غذایی

مشکلات پوست و اکزما

با آغاز سال نو میلادی، سلامتی خود را در اولویت بگذارید.
با دفتر ما برای تخفیف‌های ویژه سال نو تماس بگیرید.



پزشکان کلینیک مایو:

برخی غذاها به احساس خوشبختی کمک می‌کنند

می‌شوند. لوبیا، آجیل و تخم‌مرغ حاوی اسیدهای آمینه هستند، یعنی تریپتوفان، که تعادل سروتونین را در بدن حفظ می‌کند. تریپتوفان برای عادی‌سازی رژیم خواب و بیداری انسان نیز مهم است. همچنین در اسفناج و کلم بروکلی اسیدفولیک وجود دارد که کمبود آن می‌تواند باعث اختلال در خواب و بروز افسردگی شود. پزشکان گفتند که مواد غذایی نامبرده فقط می‌توانند در بهبود روحیه و وضعیت روحی کلی فرد نقش داشته باشند. اما اگر علائم افسردگی شدید یا وحشت‌زدگی (حمله پانیک) را تجربه می‌کنید، لازم است حتماً به پزشک متخصص مراجعه کنید.

پزشکان کلینیک مایو در ایالت آریزونا ایالات متحده معلوم کرده‌اند که چه غذاهایی را باید برای بهبود سلامت روان و خوشبختی احساس کردن خود مصرف کرد.

به عقیده پزشکان آمریکایی، برخی مواد غذایی از جمله اسفناج و کلم بروکلی به احیای خواب کمک می‌کنند و برای بهبود روحیه پزشکان کلینیک مایو توصیه می‌کنند لوبیا، ماهی، آجیل، کلم بروکلی، اسفناج و تخم‌مرغ به رژیم غذایی اضافه شود. برای مثال انواع ماهی‌های چرب حاوی مقدار زیادی اسید امگا ۳، به تخفیف علائم افسردگی کمک می‌کنند و باعث تولید سروتونین و دوپامین، هورمون‌های خوشبختی



دانشگاه نورث وسترن شیکاگو:

شکلات داغ به تسکین درد انسداد عروق خونی پا کمک می‌کند

محسوب می‌شود. شکلات تلخ که مزه آن قوی‌تر است دارای مواد شیمیایی است که جریان خون را با گشاد کردن رگ‌های خونی افزایش می‌دهد. در این تحقیق به موش‌ها معادل ۱۰ قاشق غذاخوری پودر کاکائو یا چهار تا پنج فنجان کاکائو داغ طی یک دوره ۱۰ هفته‌ای داده شد. جاشوا لامبرت از دانشگاه پنسیلوانیا که عضوی از این گروه تحقیقاتی بود، اظهار داشت: در این تحقیقات وزن بدن موش‌ها براساس آنچه که انتظار می‌رفت افزایش نیافت اما کاهش چشمگیر التهاب کبد چرب چشمگیر بود. چندین شاخص التهاب که عامل ابتلا به دیابت نوع ۲ است در موش‌هایی که کاکائو مصرف کردند بسیار کم بود و این میزان کم حتی در رابطه با گروه کنترل که غذای کم چرب مصرف می‌کردند نیز قابل توجه بود.

پودر کاکائو همچنین میزان چربی‌های مضر کبد را که تری گلیسرید نامیده می‌شود تا یک سوم کاهش داد. اگر میزان این چربی افزایش یابد، نشانه‌ای از بیماری کبد چرب است که به التهاب و دیابت نیز مرتبط می‌شود.

علت اصلی بروز کبد چرب ناشناخته است اما تعدادی از اختلالات بالینی معین به عنوان علل زمینه‌ای شناخته شده‌اند. هفتاد درصد بیماران مبتلا به کبد چرب چاق هستند. دیابت و بالا بودن چربی‌های خون نیز از علل زمینه‌ای آن است. عوامل مختلفی که باعث تغییر متابولیسم در بدن می‌شوند شامل کاهش ناگهانی وزن، سوء تغذیه، تغذیه وریدی، گرسنگی طولانی مدت نیز ممکن است باعث کبد چرب شوند.

دکتر "مری مک درموت"، سرپرست تیم تحقیق از دانشگاه نورث‌وسترن شیکاگو، در این باره می‌گوید: "تغذیه درمانی شیوه‌ای ایمن و مطمئن در جهت بهبود توانایی راه رفتن در افراد مبتلا به بیماری عروق محیطی است." وی در ادامه می‌افزاید: "بیماری عروق محیطی مشکلی شایع و علت اصلی ناتوانی در افراد بالا ۵۵ سال است." بیماری عروق محیطی موجب تنگی عروق خونی تأمین کننده خون پاها از قلب می‌شود. علائم متداول آن شامل درد بخصوص در زمان راه رفتن، و گرفتگی و ضعف ماهیچه‌های پا است. از آنجا که این مطالعه در مراحل مقدماتی بوده و فقط شامل ۴۴ فرد بوده است، تحقیقات بیشتری در این زمینه نیاز است.

محققان در این مطالعه میزان فلاوانول‌های کاکائو را از طریق آزمایش خون بررسی کردند. فلاوانول‌ها ترکیبی موجود در بسیاری از مواد خوراکی گیاهی هستند که می‌توانند موجب بهبود جریان خون و کاهش فشارخون شوند. فلاوانول‌ها در شکلات تلخ حاوی بیش از ۸۵ درصد کاکائو، بیشتر یافت می‌شوند از این رو تأثیر بیشتری در تسکین درد ناشی از بیماری‌های عروق محیطی دارند.

از سوی دیگر نتایج تحقیقات جدید نشان می‌دهد که یک فنجان شکلات داغ پیش از خواب می‌تواند از خطر ابتلا به دیابت پیشگیری کند در تحقیقات جدید وقتی موش‌هایی که دارای رژیم پرچرب بودند، پودر کاکائو مصرف کردند با التهاب کمتری رو به رو شدند. رژیم پرچرب خود عاملی برای ابتلا به دیابت نوع ۲

حسابداری ایده‌آل

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
Payroll و GST, PST
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





خوراک ماهی

پروین ترابی
کیتترینگ کدبانو



رنده پوست یک عدد لیمو، آب لیمو، پونه کوهی، نمک، فلفل و دو حبه سیر رنده شده اضافه و مخلوط کنید. از مواد آماده شده روی ماهی و میان گوشت ماهی بزنید و برشهای لیمو و سیر کامل را در شکم ماهی بگذارید و به مدت ۴۰ دقیقه در فر با دمای ۲۰۰ درجه سانتیگراد بپزید یا اجازه بدهید ماهی حدود یک ساعت با این مواد در یخچال مزه‌دار بشود و در تابه سرخ کنید. این سس خوشمزه طعم دیگه‌ای به ماهی میدهد. حتما امتحانش کنید.

مواد لازم:

ماهی بزرگ: ۳ عدد
روغن زیتون: ۱ لیوان جای کمر باریک
سیر بزرگ: ۶-۷ حبه
فلفل پاپریکا: ۱ قاشق غذاخوری
پونه کوهی یا آویشن: ۲ قاشق غذاخوری
لیموی تازه: ۲ عدد
فلفل قرمز (ریز شده): ۱ عدد

طرز تهیه:

برای تهیه سس، در یک کاسه به روغن زیتون



سیب زمینی سوخاری

مواد لازم:

سیب زمینی: ۳ عدد
پودر سوخاری: نصف پیمانه
تخم مرغ: ۲ عدد
شیر: ۲ قاشق سوپ خوری
نمک، فلفل و پودر آویشن، مرزن جوش و رزماری
روغن: به اندازه لازم

طرز تهیه:

کرده و به خوبی هم بزنید تا یکدست شوند. در ظرف دوم، پودر سوخاری را با پودر آویشن و ادویه‌های مطبوع به خوبی مخلوط کنید. در این مرحله سیب زمینی‌ها را ابتدا در تخم مرغ، سپس در پودر سوخاری بغلتانید. سپس سیب زمینی‌ها را به مدت یک ساعت در یخچال بگذارید. سیب زمینی‌ها را سرخ کنید و آن‌ها روی یک دستمال کاغذی قرار دهید تا روغن آن‌ها گرفته شود.

ابتدا سیب زمینی‌ها را پوست گرفته، خلال کنید و بشوید. بعد به مدت ۶ الی ۸ دقیقه سیب زمینی‌ها را در آب جوش بگذارید تا بجوشد و کمی پخته شوند. مقداری نمک هم اضافه کنید. سپس سیب زمینی‌ها را آبکش کنید و اجازه دهید تا خنک شود. دو ظرف جداگانه تهیه کنید. در ظرف اول تخم مرغ و شیر را با هم ترکیب



کنتل آلمانی

مواد لازم:

گوشت چرخ کرده: ۵۰۰ گرم
باگت: حدود ۱۰ سانتی متر
خردل: ۱ قاشق چای خوری
نمک و فلفل: به میزان لازم
تخم مرغ: ۱ عدد

پیاز: ۱ عدد بزرگ (ریز خرد شده)
پودر پاپریکا: ۱ قاشق چای خوری
سیر: ۱ حبه (در صورت تمایل)

طرز تهیه:

باگت‌ها را ببوشاند. سپس با دست فشار دهید تا آب اضافی نان خارج شود، اما نه آنقدر که خیلی سفت و خشک شود. پیاز و سیر را با ۱ قاشق غذاخوری کره تفت دهید تا کمی نرم شود. باقی مواد را اضافه کنید و خوب مخلوط کنید. تابه‌ای را گرم کنید و کمی روغن بریزید. به اندازه یک نارنگی کوچک از مواد بردارید، داخل دست گرد کنید و در تابه با حرارت متوسط سرخ کنید. حرارت زیاد نباشد. نباید بسوزد. به روغن زیاد هم برای سرخ کردن کنتل‌ها نیاز ندارید. می‌توانید داخل مایه کنتل از جعفری ساطوری شده هم استفاده کنید.



ELEGANCE Cake House خانه کیک الگانس



تهیه انواع کیک خامه‌ای
باترکریم، فوندانت دسر
و نقاشی روی کیک جهت
کلیه مراسم شما

647-466-3845

f Elegance Cake House

ig elegancecakehouse

۱۰٪ تخفیف در
اولین سفارش
دلیوری رایگان در
منطقه نورت یورک



آتوسا

هلا افشار

۴۴

داریوش دستور پذیرایی داد و آتوسا دانست، آن شب در تنهایی خواهد گذشت و فراخوان، در بر گیرنده ی پیام آشتی است.

شام با آهنگی آرام، بدون آن که سخنی بر زبان آورند آغاز شد. همه چیز به خوبی پیش می رفت و گاهی یک لبخند در میان شان رفت و آمد می کرد. با پایان یافتن خوراک، داریوش بلند شد و از او خواست تا ایوان همراهی اش کند. هنگامی که به راه افتادند، آشکار شد کمی درد دارد و سنگینی اش را به روی پای دیگر می اندازد. ایوانی که در تالار به آن گشوده می شد، چشم اندازی به باغ و در پس آن، به شهر شوش داشت.

از دور، کورسوی چراغ خانه ها دیده می شد. زمانی گذشت تا چشمان اش به تاریکی ایوان خو کرد و صندلی هایی را دید که در برابر میزی گل آرای شده به همراه جام و می چیده بودند. پیش از این، هزاران هزار سخن ناگفته داشت که در پی روزنه ای برای جوشش می گشت و اکنون که هنگام آن فرا رسیده بود، از شکستن خاموشی میان شان پرهیز می کرد و دل سپردن بدان آرامش را برتر می دید. باد آرام و گرمی، بوی دلاویز گل ها را پخش می کرد. با خود اندیشید، ای کاش آن خوابواره هرگز به پایان نرسد.

کسی به نرمی بر در ایوان کوبید و گفت: - نامه ای دارید، می توانم آن را به پیشگاه تان بیاورم؟

- بله، بیاورید. خواجه ای به سری رو به پایین، وارد ایوان شد و نامه ای لوله شده را به پادشاه سپرد. داریوش آن را گشود و با خواندن آن در خود فرو رفت. آتوسا او را دید که با سیل هایش بازی می کند و نگاهش به دور دست ها دوخته شده. زمانی گذشت تا نامه را بار دیگر لوله کرد و به دست خواجه سپرد و گفت:

- به داور بگوید آن گنه کار را می بخشم و از دستور مرگش می گذرم. خواجه، شتابان از ایوان بیرون رفت و در را پشت خود بست. با این همه، نوایی خوش آهنگ هنوز به گوش می رسید. داریوش گفت: - گنه کاران هم بسته به آن که چه شبی سرنوشت شان نگاشته گردد، سپید بخت و سیاه بخت دارند. دوست دارید نام کسی را که بخشیده شد، بدانید؟

آتوسا اندیشید، آسمان تاریک است و درها بسته. پس سراندازش را به روی پشتی صندلی نهاد. دستش را به دور بازوی همسرش انداخت و گفت: - با من تا لبه ی ایوان بیاوید، آن جا به شما پاسخ می دهم.

چند گام جلوتر، روشنایی چراغ های باغ و شهر بهتر دیده می شدند. آوای نرم و مهربانی گفت: - تا ما را به کناری افکنیم و مردم را فراسوی زن و مرد بودن، خودی یا بیگانه انگاشتن، باور کنیم. امشب به دستور شما یکی از این چراغ ها روشن ماند و این برای من بس است. چه کار دارم پدرش چه کسی بود، به کدام زبان سخن می گفت و چه جامه ای در بر داشت؟ او هر که باشد آفتاب فردا را خواهد دید و پای دفتر زندگی اش مهر شما

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

زنی توانا که ردپایش در میان هزاره های گمشده، ما را به شگفتی وامی دارد. این نوشتار پیشکشی است از آیین و باورهای مردم ایران باستان، برای کسانی که دوست دارند آنان را نه در گزارش های تاریخی جستجو نمایند.

- هم این که می ترسید، نیمی از راه را پیموده اید. وانگهی شما تنها نیستید.

- این را راست می گوید. چند روزی بود از خودم می پرسیدم، آیا کسی پیدا می شود که سرگشته ای تنها را دوست بدارد؟ دیشب دانستم، بانویی هست که با بوسه اش بر چشمان بسته جانی تازه بدمد.

بازنده میدان هستی می شویم آن گاه که مهر ورزیدن را که تنها بهانه ی زیستن است و پیشکشی اهورایی است در پیمانه ی گیتی می ریزیم و درخشندگی اش را به خاک می آلائیم. در آن شب روشن تر از روز، دریافت پس از دوازده سال دل سپردگی تازه به سرزمین مهرورزان راه یافته است. سال ها بود که داریوش را برای توانایی ها و کشش های مردانه اش ستوده و همواره از این که زنی به او نزدیک گردد، رنج برده بود. در میان آن همه نشیب و فراز، دست هایش را برای شمشیر کشیدن، در آغوش فشردن و پیشکش دادن شناخته بود.

زمانی او را برای مرد بودنش آرزو کرده و آن شب به شور شگری رسید که جهان پیرامون را

بر هم می زد تا پایه های بهشت را در دل زمین خاکی فرود آورد. آیا اگر پرده ی زن و مرد بودن به کناری می رفت باز هم او را آن چنان با همه ی تن و روان می خواست؟ چون به خود پاسخ آری داد، دریافت سرانجام به او رسیده و دیگر برای از دست دادنش در دام هراس و نگرانی نخواهد افتاد. روزهای بی شماری را در میان اشک ها و خنده ها تاخته بود تا گنجایش آن را پیدا کند که پوسته ی خاکی اش را بر زمین نهد و از آتش درون داریوش گذر کند، بدون آن که بسوزد و خاکسترش بر جای ماند. او دیگر از چیزی نمی ترسید زیرا به گرما و روشنایی ره یافته بود.

آفتاب گرم و دلپذیر شوش از میان پرده ها به اتاق سرک می کشید. همان گونه که بر موهای بلندش شانه می زد، همسرش را دید که آماده ی بیرون رفتن می گردد.

امروز چه برنامه ای دارید؟ - بازدید از کاخی که به تازگی در شوش می سازید. گمان کنم گفتگو با استادکاران آن، برای ارگ پارسه سودمند باشد.

- خوب است اگر این بازدید را برای روزی دیگر بگذارید و به انجمنی که در تالار برپا می شود، بیاوید.

- گفتگوهای انجمن پیرامون چه خواهد بود؟ - پیرامون کاری بزرگ که پیش بینی می نمایم خوش تان می آید.

نوای شادمانه ی خشیار در اتاقی دیگر پیچید و داریوش با لبخند گفت:

- زمان درازی است خشیار را ندیده ام. بگوید او را نزد من بیاورند.

آتوسا برخاست و به سوی در رفت. پس از گشودن آن دستور داد پسرشان را بدان جا بیاورند.

با ورود کودک، آرامش از اتاق رخت برپست و شورشی کوچک بدون هیچ درنگی زمین و آسمان را بر هم ریخت. از نگاه خشیار ابزاری که روی میزها می چیدند، برای آزمایش پرتاب، آفریده شده بود. هنگامی که گلدان شیشه ای را بلند کرد، پدر از ترس آن که مبادا به دست هایش آسیب برساند، گلدان را از او ستاند. پاداش این کار نیک، کشیده ای در گوش پادشاه بود.

داریوش برای دمی شگفت زده بر جای خویش ماند و آن گاه با لبخند گفت:

- بسیار خوب، خودتان خواستید با هم کشتی بگیریم. زیر بازوهای کوچک خشیار را گرفت و روی تخت خواب با هم گلاویز شدند. کودک برای پیروزی در ریش پدر چنگ انداخت و داریوش با بهره گیری از ترفند غفلت دادن از دست او گریخت و به همسرش گفت:

- پسران هم چون شاهدخت آتوسا آتش پاره است.

- راست می گوید. زیرا پدرش آرام ترین مرد روزگار است!

زمانی به خنده و شادمانی گذشت و هنگامی که داریوش برای آغاز کارهای روزانه از در بیرون می رفت گفت:

- یادتان باشد در انجمن امروز چشم به راتان هستم.

در که بسته شد آتوسا اندیشید، به راستی گفتگوهای انجمن، درباره ی چه خواهد بود؟

ادامه در شماره بعد



Hajir Golmohammadi
Sales Associate

خرید و فروش خودرو
با بهترین قیمت

647.949.3611

CarHub® North York Chrysler
Find your perfect car, your way.

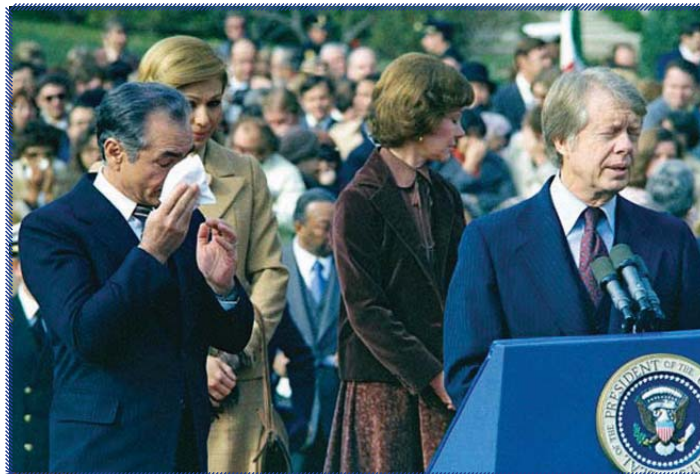
[ادامه از صفحه ۱۹: نگاه‌های شاه]

یک دادگاه ایرانی بر می‌آید، او اذعان کرده بود که در این معامله سیصد هزار دلار "کمسیون" دریافت کرده است. می‌گفت این مبلغ را صرفاً در ازای نمایندگی یک شرکت انگلیسی گرفته و هیچ جنبه غیر قانونی در آن وجود نداشته است.

نگرانی شاه از محاصره اقتصادی بی اساس از کار در آمد. اما واهمه‌اش از این که قدرت‌های بزرگ بیماری‌اش را چون حربه‌ای علیه او به کار گیرند نه اغراق‌آمیز بود و نه نشانی از واهمه‌های بی نام و نشانی که گاه دچارشان بود داشت. راجر آون که در زمان انقلاب وزیر امور خارجه انگلستان بود در خاطرات خود به تصریح می‌نویسد که "اگر آمریکا و انگلیس از بیماری شاه مطلع می‌شدند قطعاً از او می‌خواستند که هم مسأله را در ایران علنی سازد و هم بعد از نصب نایب‌السلطنه تهران را ترک کند."

اما در آن گفتگوی ۲۲ سپتامبر (۳۱ شهریور) با زاهدی، طرف آمریکایی بعد از پرسش در باب وضع مزاجی شاه می‌افزاید که بنا بر اخباری که او دریافت کرده، وضع در ایران چندان روبراه نیست و شمار هر روز بیشتری از مردم به صف ناراضیان و معترضان می‌پیوندند. مقام آمریکایی پرسیده بود که آیا درست است که شاه به شکلی فزاینده در انزوا است و اطرافیان‌ش را تنها کسانی تشکیل می‌دهند که جرأت بازگفتن حقیقت به او را ندارند؟ زاهدی در جواب نخست در مقام دفاع از شاه برمی‌خیزد و می‌گوید مگر "جز یک عده فتودال و یک عده کمونیست و یک عده آخوند که منافعشان در خطر بوده" مخالفین دیگری هم هستند. ولی مقام آمریکایی "به عنوان این که باید رئالیست بود" و باید به قضیه نگاه اصولی داشت می‌افزاید که به گمانش صف مخالفان را جوانها تشکیل می‌دهند و مخالفشان نه با شخص شاه که او می‌پرسد به "لحاظ نداشتن آزادی کامل" است. او می‌پرسد "چرا این معایب را به عرض نمی‌رسانند." پاسخ شاه به این نکته مفصل‌تر از همه جواب‌هایش بود و به خوبی روحیه و نگاهش را در آن زمان نشان می‌دهد. شاه نوشت: "هنوز ما نواقص خیلی داریم ولی حتماً از آمریکا خیلی کمتر. این مطالب را یا یک عده ایرانی لوس می‌گویند یا روزنامه‌نگار غیر مسئول است که دائم پشت Barهای تهران چیزی می‌نویسند." حتی این جواب مفصل هم شاه را کفایت نمی‌کرد و در حاشیه چپ همان صفحه می‌افزاید: این‌ها همه "Propaganda" کهنه و old cliché است. Intellectual در ایران به معنی واقعی وجود ندارد. این‌ها همه مارکسیست هستند. حتی تازگی Marxist اسلامی پیدا کرده‌ایم."

در ادامه این گفتگو، طرف آمریکایی به زاهدی گفته که به گمانش شاه شخصیتی "دوست داشتنی" است و حتی "به تجربه خودم می‌توانم بگویم که خیلی مسلط و وارد" است و می‌پرسید پس چرا او از وجود ناراضیانی گسترده در مملکت بی‌خبر است. می‌گوید "ایا PM حقایق را می‌گوید؟ یا گروهی هستند که برای نگهداری از همدیگر جریان را محرمانه نگاه می‌دارند و isolate him او را منزوی نگه می‌دارند." شاه دوباره به لحنی آشکارا عصبانی در حاشیه نوشت: "من اقلاً ۵ channel گزارش دهنده دارم. این اطلاعات را به آمریکایی‌ها puppet های کهنه خودشان یا آنهایی که در آمریکا تحصیل کرده یا نوکر شده یا انگلیس ها [کلمه‌ای خوانده نشد] می‌دهند." چندی بعد



از این گزارش، شاه در مصاحبه مطبوعاتی‌اش با اورینتا فالاجی، روزنامه‌نگار پرواژه ایتالیایی گفت که "نه تنها از خدا" الهام‌هایی می‌گیرد، بلکه دست کم از حدود دوازده منبع مختلف از جزییات آن چه در مملکت می‌گذرد مطلع می‌شود. وقتی در سال ۱۹۷۱ (۱۳۵۰) علم به شاه پیشنهاد کرد که گهگاه دیدارهایی با اقشار گوناگون جامعه داشته باشد و از طریق این دیدارها، درد دل‌های مردم عادی را بشنود، شاه پیشنهاد او را نپذیرفت و دوباره به تکرار این قول بسنده کرد که از منابع گونه‌گون خبر می‌گیرد.

آن مقام آمریکایی در ادامه گفتگوش با زاهدی می‌گوید "حتی شنیده شده گزارش‌هایی که از لحاظ وضع اقتصادی به عرض می‌رسد بانک‌های مأمور درصد صحیح را نمی‌نویسند." شاه در حاشیه می‌نویسد: "این حرف این قدر مسخره است که جواب ندارد." آن گاه در حاشیه دیگر همین بخش اضافه می‌کند، "باید این حرف‌ها را امثال فرمانفرمائی‌ان یا مهدی سمعی می‌گویند." سمعی و فرمانفرمائی‌ان هر دو از برجسته‌ترین بانک‌داران و اقتصاددانان ایران آن دوران بودند و در مقاطع گونه‌گون مصدر کارهای مهمی در دولت بودند. جالب این که در زمان گزارش زاهدی، هم سمعی و هم فرمانفرمائی‌ان دیگر در دولت کاری نداشتند و به بخش خصوصی رفته بودند.

در آن دوران، هر بار شاه در مصاحبه‌ای به سئوالی گزنده درباره این مسائل اقتصادی و اجتماعی و نیز



کنفدراسیون یکی از بزرگ‌ترین تظاهرات ضد شاه را در مقابل کاخ سفید تدارک دید. دانشجویان و فعالان کنفدراسیون و نیز متحدانشان در بسیاری از گروه‌های رادیکال آمریکایی تشویق شدند که برای شرکت در این تظاهرات به واشنگتن سفر کنند. اسناد متعددی در وزارت امور خارجه آمریکا و انگلستان نشان می‌دهد که در آن سال‌ها یکی از عواملی که برای برنامه‌ریزی جزییات سفر شاه به این دو کشور در نظر گرفته می‌شد، چند و چون قدرت کنفدراسیون در ناحیه مورد نظر برای دیدار شاه بود. سفر ۱۹۷۷ (۱۳۵۶) هم از این قاعده مستثنی نبود.

این بار البته سفارت ایران در آمریکا و دفتر ساواک هم تمام توان خود را بکار بردند تا طرفداران شاه را به سفر به واشنگتن و شرکت در تظاهراتی به نفع شاه ترغیب کنند. در اغلب موارد خرج سفر این افراد همراه مبلغ کوچکی برای مخارج روزانه از طرف سفارت پرداخت می‌شد. به دلایلی که چند و چوش دست کم بر من روشن نیست، پلیس شهر واشنگتن و اف بی ای که امنیت تظاهرات آن روز را به عهده داشتند اجازه دادند که دو گروه وسیع تظاهرکنندگان موافق و مخالف شاه در نزدیکی یکدیگر و کاخ سفید به تظاهرات خود دست بزنند. وقتی که دو گروه، آن چنان که انتظار می‌رفت، به جان هم افتادند و زدوخورد میانشان آغاز شد، پلیس ناچار شد با استفاده از گاز اشک‌آور متخاصمان را از هم جدا کند. از قضا آن روز بادی هم در هوا بود و همان باد بخشی از این گازها را به حیاط کاخ سفید برد، جایی که مراسم استقبال رسمی از شاه در جریان بود. شاه و ملکه همراه کارتر و همسرش بر سکویی ایستاده بودند و گارد نظامی مراسم رسمی مألوف به معمول را اجرا می‌کرد. تصویری که از آن لحظه ماندگار شد مکشی بود از شاه، با چشمانی پر اشک، دستمال به دست، در تلاش برای زدودن باقیمانده گزنده گاز از چشمانش. همان تصویر بود که به تمثیل گویای وضعیت بحران‌زده رژیم شاه بدل شد.

در آن سال‌ها بارها شاه نه تنها چین و شوروی بلکه آمریکا و اروپای غربی را متهم می‌کرد که نه تنها به کنفدراسیون اجازه فعالیت می‌دهند، بلکه پشت پرده محرک و متوق کنفدراسیون‌اند. مضمون حاشیه مفصل که شاه در پاسخ به آن قسمت از گزارش زاهدی که به مسأله مخالفان ربط داشت نوشت، نشان می‌داد که حملات علنی‌اش علیه متحدان غربی‌اش و نیز باورش که مخالفانش همه آلت دست نیروهای خارجی‌اند، صرفاً حربه‌ای تبلیغاتی نبود، بلکه شاه به راستی به این گمان بهاور داشت.

وقتی در ادامه همین گزارش مقام آمریکایی از زاهدی در باب فساد در ایران پرسید شاه به زبانی تند پاسخ داد که "مشکلات، حاصل فساد مالی خود این غربی‌هاست." به علاوه به زبانی طعن از زاهدی خواست که از آن مقام آمریکایی بخواهد که لیست دقیقی از متهمان به فساد در ایران را در اختیار دولت ایران بگذارد.

انتهای دارد...

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

اجاره بیسمنت - ریچموند هیل**Bayview/Major Mac**

بیسمنت ۲ خوابه، با درب ورودی جدا
روشن و تمیز
همراه با اینترنت و پارکینگ
نزدیک به مدرسه، والمارت، فودبیسک،
ایستگاه اتوبوس، فروشگاه‌های ایرانی،
و کلیه امکانات رفاهی
416-887-0240

اجاره**Bayview/Majormac**

منزل سه خوابه بنگالو
با امکانات مناسب، نزدیک به والمارت و
فروشگاه‌های ایرانی و اتوبوس
416-822-9409

اجاره

تقاطع خیابان‌های یانگ و فینچ
در چند قدمی ایستگاه "ساب وی"
بیسمنت واک‌اوت، سه خوابه بسیار روشن
و تمیز با آشپزخانه و لاندري جداگانه
۱۷۰۰ دلار
647-808-3450

دعوت به مشارکت

Partner to open cannabis store
Retail experience
500 k minimum cap required
416-428-8607

اجاره بیسمنت لاکچری

Bayview/Cummer
بیسمنت بچلر آپارتمان شیک
کاملاً نو- به یک خانم
۹۰۰ دلار + ۵۰ دلار Utilities
647-746-8271

اجاره دفتر کار پزشکی**Yonge/Steeles**

منطقه استثنایی، آماده از اول اپریل
دارای ۵ اتاق، طبقه همکف
با امکان ورودی معلولین
پارکینگ رایگان
Shared reception با مطب دندانپزشکی
905-660-5129

اجاره بیسمنت

Aurora
بیسمنت ۱ خوابه، واک
اوت، نورگیر نزدیک به همه
فروشگاه‌ها ۱۱۰۰ دلار
647-620-2020

استخدام

تعدادی بروکر، مشاور بیمه و ...
را با مزایا و کمیسیون بیشتر
به همکاری دعوت می‌کنیم
info@connectinsuranc.ca
416-576-7766

توجه
ترجمه فوری توجه
(ATIO Member)

ترجمه

کلیه اسناد رسمی

گواهینامه . شناسنامه
مدارک تحصیلی
مدارک ازدواج و ...
و اداره مهاجرت کانادا

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

طلاق 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 ایران

. تنظیم و تأیید رسمی دعوتنامه . گواهی امضاء . وصیتنامه

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

. اجازه خروج مکرر . تنظیم، تایپ و تأیید وکالتنامه

10087 Yonge St. Richmond Hill**\$69**

Per Month

شنبه هر هفته همراه با

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

۱۰٪ تخفیف

برای ثبت نام در

Farsi Summer School

**مدرس فارسی بچه های ایران****دو 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

مهر

اگر شما مدتی زمان زیادی با یک راز زندگی کرده‌اید و تا بحال هم آن را افشا نکرده‌اید، الان وقتش رسیده که تا حدودی از این نگرانی بیرون بیایید. شما توانایی‌های دیگری نیز دارید و در حال حاضر باید بر روی مسائل مادی خود مثل جزئیات پروژه‌تان در محل کار تمرکز کنید. پس فعلا به دنیای درونی خود توجه نکنید، این موضوع شما را برای مسافرتی که در پیش رو دارید آماده می‌کند.

آبان

اگر امروز یک روز کاری به حساب می‌آید، اصلا نباید اهمیت داشته باشد؛ برای اینکه ماه در پنجمین خانه شما، یعنی خانه بازی و شادی قرار دارد و به شما می‌گوید از خانه بیرون رفته و اوقات خوشی داشته باشید. اما این بی‌توجهی شما بار مسئولیت‌تان را بر دوش دیگران می‌اندازد و این موضوع اصلا خوشایند آنان نیست. از بین کار و تفریح یکی را انتخاب کردن اصلا دست خود شما نیست، سرنوشت شما هر چه که باشد شما نمی‌توانید در برابرش ایستادگی کنید.

آذر

یک بار دیگر شما بین وظایف کاریتان و مسئولیت‌های خود در خانه قرار گرفته‌اید. در حال حاضر حتی اگر موفقی باشد، شما باید بتوانید هر نوع مشکلی را حل کنید. خوشبختانه دور و بری‌هایتان به خاطر شما و به طور موازی با شما حرکت می‌کنند و با کمک کردن به شما واقعا معجزه خواهند کرد. شما آدم نادانی نیستید!! اما بهتر است این رازی را که بهتان گفتیم فعلا به هیچ کس نگویید!

دی

شما امروز از برنامه‌های خودتان هم سر در نمی‌آورید! شاید شما از خودتان انتظارات زیادی از حد داشته‌اید و یا شاید وقت خودتان را تلف کرده باشید. اما الان هر قدر هم که وقت داشته باشید، باز هم امکان دارد در محل کار و یا قرار ملاقات‌هایتان دیر حاضر بشوید. اما سعی نکنید با دروغ گفتن و یا اغراق کردن در واقعیت به اشتباه خود سرپوش بگذارید. صادق باشید و با اشتباهات خود به درستی برخورد کنید.

بهمن

امروز شما می‌توانید در یک لحظه خیلی به خودتان مطمئن باشید و در لحظه دیگر از اعتماد به نفس بالایی خود رنج می‌برید. سیر کردن در این روند اصلا جالب نیست، اما شما می‌توانید طی این مراحل چیزهای خیلی مهمی درباره خودتان بفهمید و خودتان را بهتر بشناسید. سرزنش کردن و مقصر دانستن دیگران باعث نمی‌شود احساس بهتری پیدا کنید و مطمئنا به آنها هم کمکی نخواهد کرد.

اسفند

رابطه‌های شما منشأ اصلی استرس‌های شما هستند، به خصوص اگر یک نفر از شما خواسته‌ای داشته باشد و شما از پس انجام دادن آن برنیاورید. نفس عمیق کشیدن، زمانی را به مدیتیشن و یا دعا خواندن اختصاص دادن باعث می‌شود که در این روز پر مشغله استرس‌های شما کمتر بشوند. به خاطر مشکلات مالی به خودتان فشار زیادی می‌آورید در حالی که تنها به سلامتتان آسیب می‌زنید. زمان‌هایی را به خودتان اختصاص دهید و از سرویس دادن دائمی به همه خودداری کنید. وقتش رسیده بدانند که شما نباید همیشه در خدمتشان باشید.

فروردین

اگر شما به خاطر اینکه وارد مرحله جدیدی شده‌اید و توانایی‌هایتان دگرگون شده است کمی احساس یأس می‌کنید، زیاد نگرانی به دلان راه ندهید. به جای اینکه دوران گذشته را بازسازی کنید و یا اینکه با عجله به سوی آینده حرکت کنید، به لحظه حال توجه کنید. اما تا وقتی که خودتان کاملا آمادگی ندارید لزومی ندارد که احساسات خود را با دیگران در میان بگذارید.

اردیبهشت

شما امروز دوباره می‌خواهید به مشکلات قدیمی توجه کرده و سعی می‌کنید برای تعادل برقرار کردن بین نیازهای خود و همکارانتان تعادلی متناسب برقرار کنید. اگر شما همراه با دیگران درگیر یک پروژه شده‌اید، در عمل کردن به عنوان عضوی از تیم اگر نخواهید از انزگاریتان کم کنید با مشکل مواجه خواهید شد. سعی کنید کارهایی انجام دهید که با اعضای دیگر گروه هماهنگ باشد.

خرداد

امروز شما نمی‌توانید به راحتی از علایق خود در خانه چشم‌پوشی کنید و حتی وقتی به سر کار می‌روید تا بدان جا هم کشیده می‌شوند. شما مطمئن هستید که تا موقعی که احساسات‌تان ناگهانی سر ریز نکرده‌اند، قادر هستید آنها را تحت کنترل خود داشته باشید. وقتی که این اتفاق بیفتد برای خود شما هم به اندازه دیگران تعجب‌آور خواهد بود. بنابراین تا دیر نشده عجله کنید؛ هر چه در دلان دارید در طول روز بیرون بریزید.

تیر

حتی اگر شما خودتان دقیقا بدانید که چه کارهایی باید انجام دهید، رویاها یا توانایی‌های شما را از مسیر اصلیتان خارج می‌کنند. اما شما می‌توانید با قبول کردن این گفته که "در هر اتفاق حکمتی نهفته است" نوع نگاه خود را عوض کنید. شما شاید اکنون نتوانید آنچه را که برایش برنامه‌ریزی کرده بودید را تمام کنید، ولی وقتی این کار را کردید روحیه خیلی بهتری خواهید داشت.

مرداد

اگر شما یک شریک شغلی دارید، ممکن است پای شما را به موقعیت آشفته‌ای بکشاند و شما به آسانی نمی‌توانید از کار این فرد سر در بیاورید. سر در آوردن از پیچیدگی‌های احساسی یک نفر دیگر کار سختی است، بخصوص زمانی که موقعیت مالی شما در خطر باشد، سخت‌تر هم خواهد شد. اما فراموش نکنید که تفاوت‌های بین شما و یک نفر دیگر در نهایت شاید ساده‌تر از قبول کردن شکاف عمیق بین عقل و احساسات باشد.

شهریور

شما رابطه دوستانه خاصی با یک نفر برقرار کرده‌اید، و الان فکر می‌کنید که اگر بخواهید به این رابطه پایان دهید باید همه زندگیتان تغییر کند و از این رو به آن رو بشود. بنابراین این موضوع خیلی شما را ناامید و همچنین خسته کرده است. اعتماد بیش از اندازه شما به دیگران باعث شده که خیلی بی‌احتیاط عمل کنید. اما اگر شما بخواهید با تکیه کردن به دیگران درگیر احساسات خود بشوید، امکان دارد یک نفر دیگر به شما خیانت کند. بنابراین سعی کنید که به خاطر منافع یک نفر دیگر کاری انجام ندهید.



Hamid Auto Service Inc.

تعمیرگاه، صافکاری و نقاشی در ریچموند هیل

- ✓ سفتی و امپشن تست (سواری، کامیون)
- ✓ قبول انواع بیمه، پرداخت "دیداکتبل"
- ✓ تعمیر جلوگیری و میزان فرمان
- ✓ خریدار اتومبیل‌های فرسوده
- ✓ سرویس کولر اتومبیل
- ✓ عیب‌یابی با کامپیوتر
- ✓ قیرپاشی
- ✓ فریم‌کشی
- ✓ تعمیر آگزوز
- ✓ برچسب زرد
- ✓ تعویض شیشه
- ✓ سرویس تروینگ



دیگر نگران امپشن 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



Taher landscaping

شرکت فضای سبز طاهر

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

Tel: 647-802-3592

www.taherlandscaping.com
taherlandscaping@yahoo.ca

خشکشویی 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

905-883-5254

کوتاه کردن شلوار فقط ۵/۹۹ دلار

تمام فیمتیا با ارائه این آگهی تضمین شده است

یاقک بالاز از میجر مکنزی روژروی No Frills جنوب سوپر هفت سین

36 Levendale Road, Richmond Hill, L4C 4H2

Edna Mills	Yonge
36 Levendale	
Major Mackenzie	

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 پر و راه را برای تکمیل جدول هموارتر نمود.



سخت

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

۶۲۰



متوسط

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

۶۲۸



آسان

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

۶۲۶

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

۶۴۱

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

۶۳۹

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

۶۳۷

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

۶۳۴ پاسخ

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

۶۳۲ پاسخ

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

۶۳۰ پاسخ

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

۶۳۵ پاسخ

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

۶۳۳ پاسخ

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

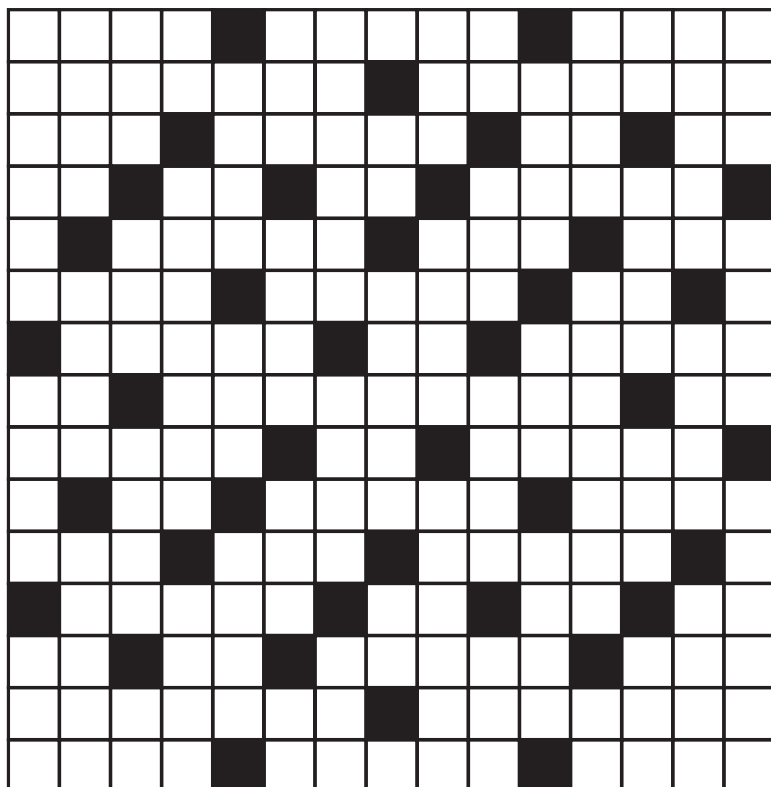
۶۳۱ پاسخ



جدول

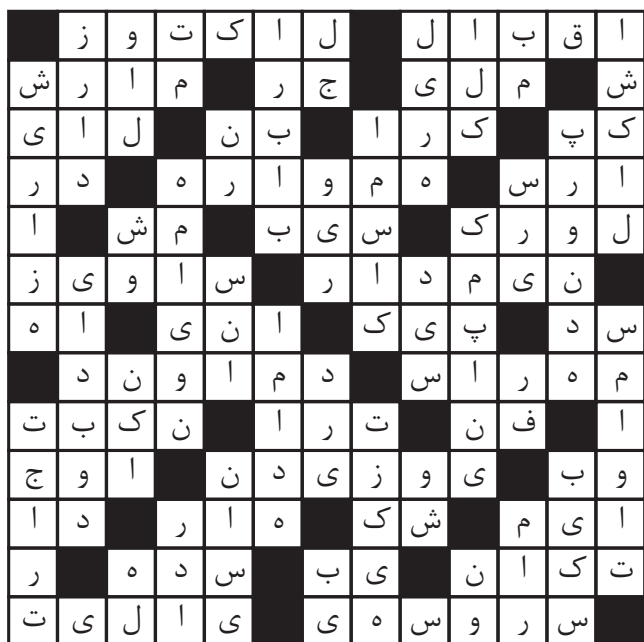
شماره ۱۲۷۶ - ب

۱۵ ۱۴ ۱۳ ۱۲ ۱۱ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱



پاسخ شماره ۱۲۷۵ - ب

۱۳ ۱۲ ۱۱ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱



افقی

- ۱- کال - درگاه - زمینی که آب کم و باریکی در آن جاری باشد
- ۲- جامه پشمی خشن مانند جامه درویشان - سخنان بیهوده و بی معنی
- ۳- تکیه دادن - مادر عرب - هم صحبت - روان
- ۴- مامور اجرا و فراش - ناشنوا - بزرگ منشی - ضمیر مفرد
- ۵- منزل - برکت سفره - دربدر
- ۶- آب منجمد - صداقت و دوستی - امانت داران
- ۷- کسیکه خرمن را باد می دهد - شماره - بارهای سنگین و گناهها
- ۸- میان چیزی - رستنی هایی که یافته های آنها یکسان و همانند است - نیزه کوچک
- ۹- همراز و سازگار - پایه - شهرنشینی
- ۱۰- نشان ها - پیامبران - علامت جمع
- ۱۱- مانند ماه - وسط - لباس
- ۱۲- تپه - رمق - اثر چربی - زنگ کلیسا
- ۱۳- کلمه آرزو - ماده ایست از لبنیات مانند قراقروت که از آب کشک یا دوغ گیرند - طلا - واحد سطح
- ۱۴- چرک کردن زخم - ستاره درخشان
- ۱۵- نصیب و قسمت - دریافتن - اسب کوتوله

عمودی

- ۱- درخت خرما - آماج و سرزدن گناه از کسی
- ۲- افسانه ها و حکایت ها - دره عجز و نیاز
- ۳- برهنه - متداول - مادر وطن - سپاس داشتن
- ۴- توانایی خواندن و نوشتن - چای پُر خار - سلطان
- ۵- آسایش و آرامش - دورویی - بیماری سگ و گربه
- ۶- لحظه - شهری در استان فارس - عنوان امپراتور روم - پروردگار
- ۷- ترس و وحشت - پیک کاغذی - کسی که از موم یا کاغذ گل و درخت مصنوعی درست کند
- ۸- منقار کوتاه - خانه زیرزمینی - چه وقت؟
- ۹- دستگاه نمایش فیلم - صدمه - نیروگاه شمالی
- ۱۰- تنه درخت - هوس باردار - اشاره به نزدیک - قورباغه
- ۱۱- خواهش کردن - قرض - باریک و ظریف
- ۱۲- داخل - لایق - نزدیکی
- ۱۳- خانه ای از نی و بوریا، آلونک - مرغ سعادت - حقه و مکر - بیماری
- ۱۴- صبر زرد - لینت - زیان دیدن
- ۱۵- سختی گرما در تابستان - شامی کباب - نیرنگ و فریب



دبیرستان انتگرال

INTEGRAL HIGH SCHOOL

✓

تدریس خصوصی (دبیرستان و دانشگاه)

✓

کردیت کورس های دبیرستانی

323 Cummer Ave, North York, ON M2M 2E8

— 416.497.3107 —



تلفن های مشاغل در تورنتو

تلفن های ضروری

416-759-3019	مرکز امام علی
905-764-0202 EX 108.....	بنیاد پریا
416-431-4847 EX 235.....	کمک به مهاجرین
905-482-4822	خبریه پردیس
416-288-9868	مرکز ولیعصر (عج)
416-441-2656	انجمن ایرانیان
416-496-9566	سازمان زنان
905-771-7147	کانون مهندسين
416-223-4120	کانون شهروندان ارشد
416-665-6886	مرکز خانواده
905-597-0096	حمایت از بیماران سرطانی
416-431-4847	سازمان کاستی
905-763-1061	تلویزیون ایران زمین
416-918-6950	متوفیات و کفن و دفن

آژانس مسافرتی

416-546-8906	تراول ساپورت
416-730-8687	رهتورز (آژانس و تور مسافرتی)
416-221-2792	اطلس
416-224-9931	اسکای لارک
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
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

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
--------------	-----------------

اتومبیل - خرید و فروش، صافکاری

416-752-9494	best Auto Services - صافکاری، خرید و فروش
416-736-8880	bell Auto (کامران) - نمایشگاه

Tehran Auto (بهرروز) - تعمیرگاه

اتومبیل - کرایه

905-853-5922	Thrifty Car Rental
--------------	--------------------

املاک، مسکن

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	الهه اردستانی
647-808-3450	کامران انواری
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
416-570-9773	علیرضا بساق زاده
647-466-4994	فتانه حمصی
416-904-9571	علی (ابوالقاسم) عسگری
416-817-7756	مهشید مدیرنیا (وام)
416-223-8885	حسین علی نژاد
416-648-8048	میترا نائینی

بازرسی ساختمان

416-830-3347	افشین افتخاری
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	رز ابری (انواع بیمه)
416-829-7877	آقازاده، سیروس (انواع بیمه)
416-558-6454	آجورلو، نائله
647-606-9794	امیر کرمی
416-584-7070	پویا جواد
416-877-8430	مهشید سلیمانپور
416-576-7766	خداپرست، نادر
416-558-2138	رحیمیان، محمد
416-418-8587	سیروسی، رامین

هوتن قره باغی

FSB Group رستمی

قره باغی-هوتن

برق و صنعتی

647-764-4787	خدمات برق KHMG
416-834-2532	آلفا "برق"
416-899-5563	الکتروکام
416-899-5279	برق بهروز
416-258-8794	برق موسوی
647-205-7977	آریا الکتریک

ترجمه

647-965-3867	علیرضا درستکار
416-875-2830	موسوی ATIO (آرورا، نیومارکت)
905-709-0062	جواد مددی ATIO
416-431-4445	اسکندر تدین ATIO
416-419-0476	سهیلا خاتمی ATIO
416-732-3278	دکتر رضا شیدفر
647-470-0220	ماه بانو غلامی ATIO
416-274-7448	آذین و کیلی ATIO
416-416-0476	سهیلا خاتمی
416-224-2829	ف. امامی

پزشکان خانوادگی و متخصص

647-847-2070	دکتر محمدرضا کاظمی (نچروپات)
416-548-6555	ارجمند (چشم پزشکی)
647-330-0684	ادیب راد-نسترن (روان درمانگر)
416-303-5730	صفر داعی (روان درمانگر)
905-780-8444	محمد کاشفی (دندانپزشک)

دندانپزشکان

905-836-6111	سعید مشکسار
647-352-8080	ساعتیان
905-780-8444	کاشفی
905-727-0007	کرمانشاهی

دامپزشک

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

داروخانه

416-733-7999	داروخانه کیو (Q)
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
----------------	-----------

تعمیرات اتومبیل

416-739-1010	اتو کروز
416-967-1616	اتو حمید
905-883-1118	TrilliTire



تلفن های مشاغل در تورنتو

محضر	416-850-6455
محضر رسمی تورنتو	
مکانیک	416-883-1118
ویگن	
وام	416-779-0706
بابک اسلامی	
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 اصفهانی
416-710-9391	رئوف قدر دوست
416-831-3124	زهرا علوی
416-975-3875	سحر یوباش
647-622-0111	رعنا زوالت
416-571-4045	رویا روستا
416-648-3064	بابک فتوحی
416-454-6274	نازی واقف
647-546-4042	نیوشا نوری زاده
416-856-7950	بهروش شفیعی (مسکن TD)
416-888-6753	افشین نژاددهقان
416-553-3394	مجید حبیبی
416-704-9292	مریم اکبری
416-722-8069	حسین طباطبایی
وکالت - مهاجرت - تصادفات	416-777-2244 #720
رز بهرامی	
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)
416-551-1529	مهرداد صالحی (تصادفات - جرائم رانندگی)
647-777-1443 #	پروین صادقی (مهاجرت)
647-965-3867	علیرضا درستکار (مهاجرت)
416-871-4896	Top Immigration
416-224-2829	Gateway
416-666-6012	دکتر عابدی
416-733-4050	کامران نقوی
647-297-9723	ندا نظری (تصادفات)
416-835-2009	موری فرجی (تصادفات)
416-788-4851	وفا نعمتی (تصادفات - جرائم رانندگی)
هتل و مهمانسرا	416-540-2379
اسکان کانادا	

طبیعی درمانی	416-779-7901
مهبیز آزاد	
416-222-6568	هنری مساوات
416-492-2111	محسن رضوی
رستوران	905-597-1188
پارسی	
416-595-9988	خانه کوچک کباب
416-445-1777	دریند (اولین رستوران ۲۴ ساعته ایرانی)
ساندویچ فروشی	905-597-1188
پارسی	
سونوگرافی - ایکس ری	416-223-6500
شپرد و ریچموند هیل (دوشعبه ایرانی)	
فروش و موکت	416-858-9491
فروش شوئی مازیک	
فروشگاه خوار و بار	416-590-1234
ارزان	
905-773-2323	سوپرمدنی
قنادی و بیکری	416-510-1050
شیرینی سرا	
416-223-5551	گل سرخ
کابینت سازی	416-661-5101
Legend Kitchen	
647-262-7551	Top Kitchen
کامپیوتر	416-226-6939
ادونس کامپیوتر	
416-731-9300	PC Laptop Wireless
647-500-8003	نوت بوک بهمن
416-854-0192	Apple MacBook Setup
کمک به سالمندان	416-628-8545
AceHomeCare.ca	
کیتربگ	647-466-3845
کدبانو	
لوازم یدکی اتومبیل	416-292-7001
دلنا - لوازم یدکی نو	
لوله کشی	416-661-9393
احمد	
416-876-6679	رضا
416-880-3680	میلا
416-708-4073	لوله کشی محسن
ماهواره , WEB Design	647-669-7001
ماهواره	
416-490-9009	Web
مالی و ورکشکستگی	416-407-1119
جمشید عامری	

تعمیرات لوازم منزل	905-508-4111
الن الکترونیک	
905-884-7227	
جواهری	647-554-8000
آنتیک	
چاپخانه	416-903-6060
Candoo	
416-676-9-676	خردمند
حسابداری	416-841-6706
آرت	
905-59-777-59	ایده آل
647-848-1855	اشنا
647-606-9794	امیر کرمی (Financial Planning)
416-223-7272	آرش حسامی (حسابدار رسمی)
416-225-6600	پویا (عزت زنگنه)
416-823-5727	جاهد
289-597-8880	شایان
905-709-0880	شفقت
416-857-1681	یعقوب نصری (Jacob)
416-317-3003	هارمونیک
416-223-3336	نشنال (غایبی)
416-844-6634	متین
416-505-0055	یارخانی، بهروز
حمل و نقل بین المللی	416-590-8989
FSI (چاپچی)	
خیاطی و خشک شویی	437-224-1811
افروز (خیاطی و خشک شویی)	
صرافی و حواله پول	416-356-6666
اکسپرس	
647-202-1318	اکسچنج
416-224-0000	ارگ
416-616-8585	بهمنی
416-731-9797	پاک سیما
416-229-0000	پرسپولیس
416-300-1070	تورنتو
905-237-9050	سرمایه
416-542-1111	لومیر (اسماعیل هناره)
416-830-6500	ملل
416-640-9949	ملی
905-597-8787	نیویورک
416-300-1070	یزدانیپرست



Live Exceptionally.



ROYAL BAYVIEW™

به زودی در Bayview & Royal Orchard

Royal Bayview با مجموعه‌ای حیرت‌انگیز از آپارتمان‌های لوکس و باشکوه، سوئیت‌هایی بزرگ با چشم‌انداز رو به Ladies' Golf Club of Toronto در Thornhill عرضه می‌کند. این فرصتی منحصر به فرد برای زندگی در اجتماعی با طراحی باشکوه، فاخر و مدرن است.

مجموعه آپارتمان‌های لوکس با شروع قیمت از \$1.2M

برای تعیین وقت خصوصی، همین حالا در **TRIDEL.COM** ثبت نام کنید

©Tridel 2020. ©Tridel, "D" design, Tridel Built for Life, Tridel Built for Life Design, and Built Green Built for Life are registered Trademarks of Tridel Corporation. Project names and logos are Trademarks of their respective owners. All rights reserved. Building and view not to scale. Illustrations are artist's concept only. Prices and specifications subject to change without notice. Royal Bayview, the condominium development, is not affiliated with Ladies' Golf Club of Toronto. E & O.E. February 2020.