

647-209-2742

HomeLife
Bayview
905-889-2200

پلازا سوپر پارسیان، محل سابق رویال بانک

416.802.9191

Senior Loan Clerk
چندین سال تجربه در زمینه وام و خدمات مالی
تخصص امور مالی و انواع خدمات در انتاریو

رستوران شبانه روزی دربند پس از تعمیرات اساسی و تغییر دکوراسیون از ۵ مارچ با کیفیت عالی غذاهای خود بدون تغییر قیمت و تغییر مدیریت در خدمت مشتریان گرامی است.

صبحانه کامل دربند

هر روز از ۸ تا ۱۱ صبح

- ✓ انواع نیمرو
- ✓ نان و پنیر
- ✓ املت
- ✓ سرشیر
- ✓ کره عسل
- ✓ کله پاچه
- ✓ کره مربا
- ✓ حلیم

- ✓ تازه،

قیمت مناسب، کیفیت بالا

دربند

رستوران خانوادگی ۲۴ ساعته ایرانی،

انواع غذاها با کیفیت بالا و قیمت مناسب

دربند شعبه دیگری در تورنتو و کانادا ندارد

کیتینگ دربند: رستوران دربند، پاتوق خانواده ها و ورزشکاران و هنرمندان

416-445-1777 879 York Mills Road, North York, ON M3B 1Y5 647-832-8232

✓ کله پاچه ✓ دیزی سنتی ✓ حلیم

خبر - تورنتو

کرونا ۲۴ برنامه نوروزی را در تورنتو لغو کرد گفتگوی اختصاصی ایران استار با مسئولان برنامه های نوروزی

در این برنامه که قرار بود با حضور داگ فورد، مایکل پارسا و دکتر مریدی انجام شود و ما از سپتامبر در اینبار در حال برنامه ریزی بودیم، با وجود همه انرژی که گذاشتیم تصمیم گرفتیم لغوش کنیم، ما متحمل ضرر مالی و انرژی و کاری شدیم، تنظیم کردن با داوطلبان، شهرداری، آتش نشانی، پلیس، و... کار بسیار سختی بود، ما حداقل حدود ۸۰۰۰ نفر میهمان داریم، بعلاوه چندین اسپانسر داشتیم که بایستی هرچه سریعتر پول های آنها را پس بدهیم، زیرا ما امسال تبدیل به چرتی شدیم و بایستی اعداد دقیق و کاملی را ارائه دهیم، در این زمینه اطلاعاتی نیز آماده کرده ایم که برایتان خواهیم فرستاد."

لغو - چهارشنبه سوری - بنیاد پریا - فروزان جلائی فر، مدیر پریا اظهار داشت که از میان برنامه هایشان، برنامه ارشدان خود را لغو کرده است و افزود: "اما ما برنامه چهارشنبه سوری خود را بخاطر کرونا لغو کردیم. برنامه ما که حدوداً ۴۰۰ میهمان داشت



اما عدد آن را الان نمی توانیم برآورد کنیم زیرا با بعضی هنوز صحبت نکرده ایم."

لغو - چهارشنبه سوری ریچموند هیل **علی وکیلی** درباره چهارشنبه سوری ریچموند هیل گفت: "همه ۹ نفر متفق القول رای به کنسل کردن چهارشنبه سوری ریچموند هیل دادند.

این روزها موضوع کرونا، سبب نگرانی مردم جهان، از جمله ایرانیان شده. از آنجا که دولت کانادا اقدامات مناسب و محکمی در قبال ورود این بیماری بخصوص در فرودگاهها از خود نشان نداده، نگرانی ها هر روز با افزوده شدن بیماری جدید، شدت می یابد. شاید به دلیل همین بی دقتی دولت بود که فشار ایرانیان تورنتو متوجه برنامه هایی شد که به مناسبت سال نو هر سال میهمان و بازدیدکننده های فراوانی را جذب خود می کردند و بسیاری از آنها با تحمل ضرری که متحمل شدند به خواست مردم برنامه هایشان را لغو کردند. ایران استار برای آگاهی مردم از وضعیت رویدادهای نوروزی با توجه به شرایط جاری، طی تماسی رسمی اقدام به تهیه گزارشی در اینباره کرده است که حاصل آن را ملاحظه می فرمائید.

لغو - چهارشنبه سوری ملستمن محمد شیخ الاسلامی می گوید که هیئت مدیره تصمیم به لغو کردن گرفته است. وی گفت: "ما اسپانسر ها و بقیه در حال تماس گرفتن هستیم و از آنها نیز نظراتشان را می پرسیم. اگر خدای نکرده حتی با احتمال نزدیک به صفر، به واسطه برنامه ما اتفاقی بیافتد آن اتفاق هیچ گونه جبران پذیر نخواهد بود. وی با بیان جملاتی احساسی گفت که به هیچ عنوان حاضر نیست هیچ ریسکی را برای به خطر افتادن جان هیچ فردی بپذیرد و با لغو این برنامه و تحمل مشکلات ناشی از لغو آن در مقابل جان مردم هیچ ابایی ندارد. وی افزود: "حداقل ۵۰۰۰ نفر به برنامه ما می آمدند که می بایستی به فکر آنها می بودیم. شهرداری، تی دی و اسپانسر ها را نیز در جریان قرار داده ایم. لغو این برنامه حتماً برایمان ضرر داشته



دفتر حقوقی

DANSON RECHT LLP
BARRISTERS AND SOLICITORS

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

مرجان دلاور

وکیل رسمی

با پروانه وکالت در استان انتاریو

از سال ۲۰۰۲

فارغ التحصیل از دانشکده حقوق دانشگاه یورک

OSGOODE HALL LAW SCHOOL
B.A. (Hons.), J.D.
(Jurisprudence Doctorate)

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

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

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

● وام مسکن برای تازه واردین به کانادا
● Mortgage For Self Employed Program
● New Construction & Renovation Financing Program
● Commercial mortgages, Line of Credit

416.454.6274
8185 Yonge (south of HWY7) Suite 200
2005 Sheppard Ave East, Suite 200, Toronto, ON M2J 5B4

MORTGAGE ALLIANCE
*OAC. Rates subject to change without notice.

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

Connect Insurance Inc.

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



CURRENCY EXCHANGE
LUMIERE

صرافی لومیر

هناره



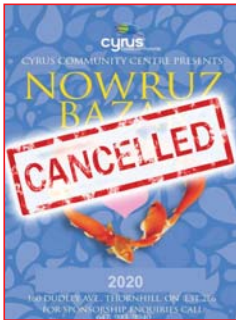
- ✓ دریافت و ارسال حوالجات ارزی به اقصی نقاط جهان
- ✓ پرداخت همزمان ارز با کلیه کارت‌های عابر بانک‌های ایران
- ✓ بهترین نرخ در خرید و فروش نقدی ارزهای رایج جهان
- ✓ پرداخت حواله‌های کانادایی، ۴۸ ساعته از طریق بانک‌های داخلی کانادا
- ✓ **NEW! (Second Mortgage) ارائه وام مسکن**



سریع • بهترین نرخ • معتمد

Tel: 416.542.1111
8167 Yonge St. Thornhill
پلازای سوپر پارسیان، محل سابق رویال بانک

ادامه از صفحه ۲



آنها اعلان کنیم که برنامه بخاطر کرونا لغو شده است. ضرر ما شامل تبلیغات، نیروهای انسانی، انتشارات و غیره که طی سه و چهارماه گذشته بوده که اگر خیلی غیر دقیق تخمین بزنم حدود ۲۰ تا ۳۰ هزار دلار می‌شود.

لغو - بازار نوروزی بهاران
علی وکیلی برگزار کننده بهاران در این زمینه توضیح داد: "از سه دکتر متخصص از کانادا و آمریکا در این زمینه پرسیدم و همه آنها گفتند که بهتر است کنسل کنید. برنامه ۲۲ ساله بهاران که امسال بیش از ۷۰۰ بلیط آن فروش رفته بود را لغو کردم، اگرچه سخت بود ولی این برای جامعه ایرانی کانادایی بهتر است. پول همه مردم را برگشت دادم و قراردادهای موسیقی، سفره هفت‌سین، عکس و حتی سالن و غیره را نیز باید صاف کنم. تعداد زیادی از هموطنان با ایمیل یا تلفن از لغو این مراسم تشکر کرده‌اند، که لازم می‌دانم از حمایت آنها تشکر کنم. پیشنهاد لغو این برنامه را یک خاتم دکتر به من دادند که من از وی نیز بخاطر راهنمایی‌شان سپاسگزارم. از طرف دیگر تعدادی از برنامه‌گذاران از من بابت لغو این برنامه انتقاد کردند، اما از نظر من ضرر مالی در مقابل احتمال بیماری و خطر جانی مردم اصلا مهم نیست". علی وکیلی در اینباره اطلاعیه رسمی لغو مراسم را با توجه به رویداد ساقط کردن هواپیمای اوکراینی توسط مشوک‌های سیاه و نیز گسترش ویروس کرونا به دفتر مجله ارسال کرده است.

لغو - نوروز فستیوال کانادا



کمال طراواتی مسئول این برنامه می‌گوید: "اری تعطیل کرده‌ایم، به این

امید دولخواه می‌گوید: "خبر دلیلی ندارد که بازار نوروزی را تعطیل کنیم، اگر مسئله‌ای یا موردی باشد دولت آن را اعلان می‌کند. هزاران نفر در برنامه‌های هاک، بسکتبال و غیره شرکت می‌کنند ولی دولت چیزی اعلان نکرده و همه مشغولند، هیچ جایی را هم ما هنوز ندیده‌ایم که حتی اعلان هشدار بدهند. به اضافه اینکه دستکش و ضدعفونی را حتما در دسترس قرار می‌دهیم. برنامه ما چندین هزار نفر را هر ساله جذب کرده است. اگر دولت چیزی را اعلان کند ما حتما از آن پیروی خواهیم کرد".

لغو - بازار نوروزی بهار و دیار



یکی از مسئولان در تماس تلفنی به ما گفت که پس از بررسی شرایط در سه‌شنبه شب ساعت ۱۱ به این نتیجه رسیدند که بازار را، علیرغم اینکه هنوز دولت چیزی را اعلان نکرده، لغو کنند. در بیانیه این بازار که به دفتر ایران استار ارسال شده آمده: "بخاطر سلامت هموطنان عزیز تصمیم گرفتیم که بازار نوروزی امسال. در گرین‌پارک - ریچموند‌هیل را تعطیل اعلان کنیم و با امید حمایت شما عزیزان این بازار را در تابستان بعنوان بازار تابستانی. برگزار خواهیم کرد". این بازار شاید در بهترین حالت ۱۳۰۰۰ بازدیدکننده داشته باشد و حدودا ۷۰٪ میزبانش نیز رزرو شده بود که اکنون کنسل شده است. بنا به گفته این مسئول، تعطیلی بازار برای برگزارکنندگان ضرر بسیار زیاد اقتصادی بدنیاال خواهد داشت.

لغو - بازار نوروزی - بنیاد کوروش
تینا پورلطفی، مدیریت بنیاد کوروش در مصاحبه‌ای تلفنی گفت که برنامه بازار نوروزی این بنیاد را بعثت کرونا لغو کرده و اطلاعیه آن را در شبکه‌های اجتماعی قرار داده‌اند: "از آنجایی که مهمترین اصل این مرکز فعالیت‌های اجتماعی، فرهنگی، هنری و غیره است، ما برای حفظ و اشاعه فرهنگ صحیح در جامعه ایرانی این قدم را برداشتیم و بازارمان را لغو کردیم. ما بر اساس تجربه ۲ سال گذشته انتظار حضور چندین هزار نفر را داشتیم. تعداد غرفه‌داران ما حداقل ۳۵ بود که ۱۵ نفر هم رزرو کرده بودند (از قسمت‌های غذایی و سالن‌های بزرگ) که مجبور شدیم به

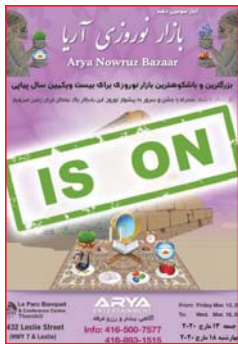
و در آن میز یا اسپانسر نداشتیم و تنها برنامه چهارشنبه‌سوری‌ست که مردم از روی آتش واقعی در شمال تورنتو می‌پرند. این تعطیلی چهارشنبه‌سوری برایمان ضرر مالی ندارد زیرا پریا برای اجرای برنامه‌های اینجینیی اجتماعی خود هزینه می‌کند. اما مهمترین عامل تصمیم‌گیری ما حفظ سلامت مردم و اطمینان آن است که خطری به هیچ وجه آنها را تهدید نکند".

لغو - چهارشنبه‌سوری بلا و برنامه نوروزی



دی‌جی امیر که مسئولیت برنامه‌های چهارشنبه‌سوری بلا و نوروز را دارد تصمیم گرفت که این برنامه‌ها را لغو کند و بلیط‌های مردم را پس داد. برنامه‌های دی‌جی امیر که روزهای ۱۹، ۲۰، ۲۱ و ۲۲ بوده همگی لغو شده‌اند و امیر امیدوار است که تا برنامه سیزده‌بدرش معطل کرونا حل شده باشد. او برنامه سیزده‌بدرش را هنوز لغو نکرده است. وی گفت: "مردم از کرونا می‌ترسند، بخاطر مردم برنامه‌ها را کنسل کردیم. لغو این برنامه‌ها هزاران دلار آسیب به من می‌زند. بد نیست به دولت بگویم که در فرودگاه جلوی بیماران را بگیرد که نگرته و نتیجه آن آسیب به اجتماعات شهری شده است. بهتر است آنهایی که وارد می‌شوند خودشان در فرودگاه اعلان کنند. الان فروشگاه‌های چینی هم خیلی خلوت شده‌اند. دولت که ضررهای اجتماعی را جبران نمی‌کند. الان شما اقدام کنید تا هرچه زودتر جلوی شایع شدن گرفته شود".

برپاست - بازار نوروزی آریا



دفتر حقوقی

ACCESS
Paralegal Services

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

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

In Association With Mirian Law Firm

- Car Accidents
- Slip & Fall matters
- All Real Estate matters
- All Immigration matters

آسیب دیدگی‌های ناشی از تصادفات

زمین خوردگی

حقوق املاک

مهاجرت

ساسان امام

Licensed Paralegal, Commissioner of Oaths

416.444.5555

لیسانس حقوق از ایران با ۱۵ سال سابقه کار حقوقی در انتاریو

دفتر جدید:

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

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



Access
Paralegal
Services



Maryam Akbari

Manager, Mobile Mortgage Specialist

مریم اکبری

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

بهترین نرخ برای انواع وام مسکن

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

Tel: 416.704.9292

Fax: 1.855.262.8603

maryam.akbari@td.com



دکتر محمد کاشفی

جراح دندانپزشک

فارغ‌التحصیل 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
ریچموند‌هیل

کلیه خدمات دندانپزشکی:

روت کانال، زیبایی،

ارتدوَنسی ...



خبر- کانادا

ایرانیان، رکورددار بیماری کرونا در کانادا



ایران بازگشته و خود را روز ۲۹ فوریه به بخش اورژانس بیمارستان "تورت یورک" معرفی کرده است. یکی از پرونده‌های جدید زنی حدود ۷۰ ساله اهل یورک است که سابقه مسافرت به مصر را دارد و در ۲۰ فوریه وارد تورنتو شده و خود را در اول مارس به بیمارستان مکنزی ریچموند هیل معرفی کرده است. وزارت بهداشت می‌گوید هر دو بیمار پس از ارزیابی در همان روز مرخص شدند تا خودشان را در خانه قرنطینه کنند.

مدیریت یک برج ساختمانی اسکاربو تایید کرد پس از آنکه یک مأمور امنیت این ساختمان کروناوی از آب درآمد، در حال ضدعفونی ساختمان‌های این شرکت با پلاک‌های ۴۰۹۱ و ۴۱۰۱ خیابان "شپرد" شرقی‌ست و به ساکنانش موضوع را اطلاع داده و افزود: "مردی که در این ساختمان کار می‌کرد در ۲۳ فوریه از یک سفر خارج از کشور بازگشته و برای هفته‌های قبل از تشخیص، در آنجا مشغول به کار بوده است."

اما ۲ پرونده از ۴ پرونده جدید کرونا استان بریتیش کلمبیا به ایران مربوط می‌شود و بدین ترتیب با ۷ مورد، بیشترین تعداد مبتلایان ۱۲ نفری کروناوی این استان ایرانی می‌باشند. یک مرد حدود ۶۰ ساله، یک زن ساکن منطقه ساحلی ونکوور و یک مرد حدودا ۵۰ در منطقه فریزر، یک زن حدود ۳۰ ساله که در خانواده هشتمین بیمار مبتلا به کروناوی قبلی (که زنی ۶۰ ساله با ویزای توریستی از ایران دود) ایرانیان مبتلای جدید هستند.

این استان با نزدیک شدن به ایام نوروز، از کسائی که احساس بیماری می‌کنند می‌خواهد که از جشن‌های عمومی پرهیز کنند و اشاره کرد که خطری عموم را تهدید نمی‌کند و از افرادی که به تازگی از ایران و چین بازگشته‌اند خواسته که پس از ورود به مدت ۱۴ روز خودشان را قرنطینه کنند. هنری گفت همه بیماران جدید در حال حاضر در خانه در قرنطینه هستند. هیچ‌کدام از بیماران این استان به شدت بیمار نبوده و چهار نفر از آنها به طور کامل خوب شده‌اند.

چهارشنبه ۴ مارس

جاستین ترودو برای مقابله با کرونا کمیته تشکیل داد و گفت: "ما کمیته‌ای را تشکیل می‌دهیم تا مسئول اطمینان از تصمیم‌گیری مناسب خانواده‌های کانادایی‌ها برای اجتماعاتشان باشند. ما باید به روشنی پیش برویم که بتوانیم کانادایی‌ها را ایمن، و چرخ اقتصاد خود را نیز در حال حرکت نگاه داریم." وی رهبری این کمیته را به کریستینا فرلند، جانشین نخست وزیر و وزیر سابق خارجه سیرد و این کمیته شامل وزیر صنعت، وزیر ایمنی عمومی، وزیر بهداشت، وزیر توسعه اقتصادی، وزیر دارایی، و وزیر اشتغال می‌شود. کریستی دانکن، معاون رهبر دولت در مجلس نمایندگان، نیز "عضو اصلی" خواهد بود. وی که یک جغرافیدان پزشکی است، قبل از نمایندگی در مجلس، در مورد همه‌گیری‌ها (اپیدمی) درس خوانده و سخنرانی کرده و یک کتاب ریز درباره مطالعات خود در مورد آنفولانزای اسپانیایی در سال ۱۹۱۸ نوشته است. او مدتی نیز وزیر علوم بوده است.

براساس وب‌سایت استان انتاریو، از روز سه‌شنبه تا آخر روز چهارشنبه، ۴۵ نفر تحت بررسی قرار گرفتند تا مشخص شود که آیا آنها کرونا زده هستند یا خیر. تعداد موارد تحت بررسی انتاریو از صبح چهارشنبه به ۱۰۲ نفر رسیده و تعداد اشخاصی که نتیجه آزمایش آنها منفی بوده نیز از ۱۷۰۶۱ مورد به ۱۲۱۱۶ بالغ گشته است.

را از خود نشان داده بود به قرنطینه خانگی رفت. وی پیش از مراجعه به بیمارستان از برخورد با مردم پرهیز کرده، در خانه مانده، ماسک زده بود. در پی این اعلانات دولت کانادا در توثیق اعلان کرد: "به دلیل دشوار شدن فزاینده خروج از ایران به کانادایی‌ها توصیه می‌شود اگر حضور شما در ایران ضروری نیست باید در نظر داشته باشید که سریعاً تا زمانی‌که امکان‌ش هست از طریق پروازهای تجاری آنجا را ترک کنید". این هشدار برای آنهایی که در ایران، کره جنوبی، و مغولستان هستند است. با جملات متفاوتی صادر شده است.

یکشنبه ۱ مارچ

انتاریو ۴ مورد جدید کرونا را در مناطق یورک و تورنتو اعلان کرد. یکی از بیماران (مرد حدود ۴۰ ساله) شوهر زن ۲۴ ساله‌ای‌ست که اولین بیمار این منطقه به شمار می‌رود که همراه زنتش از ایران به کانادا بازگشته است. وی همراه کودکش، به هیچ وجه تا بعد از ورود به کانادا و در حالی که در قرنطینه هم نبود، علائمی از بیماری نداشت، اما نتیجه آزمایش او آزمایش مثبت بوده است.

پرونده بعدی، مردی حدود ۵۰ ساله، ساکن تورنتوست که به طور موقت در شهر "وان" زندگی می‌کند و برادر یکی از موارد اخیراً گزارش شده در تورنتو است که او نیز به ایران سفر کرده و در تاریخ ۲۵ فوریه وارد فرودگاه تورنتو شده است. این مرد روز جمعه ۲۸ فوریه به بیمارستان مکنزی در ریچموند هیل مراجعه و با نتیجه مثبت کرونا به قرنطینه خانگی رفت.

مرد سوم که حدود ۶۰ ساله است روز یکشنبه ۲۳ فوریه از ایران بازگشته و روز جمعه خود را به اورژانس بیمارستان عمومی شمال یورک معرفی کرد، او در همان روز مورد ارزیابی قرار گرفت و قرنطینه رفته و در عین حال وزارت بهداشت به طور جدی در حال ردیابی اطرافیان وی می‌باشند. پرونده آخر، در شمال یورک متعلق به یک زن حدودا ۷۰+ نیومارکت است که با شخصی که قبل از تورنتو به مبتلا به کرونا بوده و بیماری‌اش را از مصر آورده در تماس بوده است.

دوشنبه ۲ مارچ

با اعلان ۳ مورد جدید کرونا در انتاریو تعداد مبتلایان این استان به ۱۸ و کشور به ۲۷ بیمار رسید. ۸ مورد در بریتیش کلمبیا و یکی هم در کبک شناسایی شدند. هر سه با مسافرت از مصر و ایران به استان آورده شده‌اند که در این میان یکی ایرانی و دو نفر مصری هستند. رئیس بهداشت عمومی از مسافرتی که از ایران وارد کانادا می‌شوند خواست تا برای جلوگیری از شیوع کرونا، بطور خودخواسته خودشان را برای دو هفته قرنطینه کنند و از مردم تقاضا کرد از مسافرت‌های غیر ضروری به شمال ایتالیا خودداری کنند، در ژاپن میزان احتیاط بالایی را منظور نمایند و از سفر غیر ضروری به ایران نیز بپرهیزند. مقامات فدرال در حال بررسی توصیه‌هایی برای لغو مجامع عمومی، مدارس یا کارها هستند و از مردم خواست تا خود را برای مقابله با ویروس در خانه مانند مراقبت از کودکان و تهیه مواد غذایی و دارویی، آماده کنند. وی گفت: "وقت لازم برای آماده‌سازی معقول وجود دارد و نیازی به خریدهای نجومی نیست".

سه‌شنبه ۳ مارچ

سه ایرانی در بریتیش کلمبیا، دو ایرانی و یک مصری در انتاریو کروناوی‌های سه‌شنبه ۳ مارچ کانادا هستند. مورد اول جدید مردی در حدود ۵۰ ساله است که در روز ۲۵ فوریه از

از هفته گذشته و پس از آنکه پنجمین مورد کرونا در انتاریو و دوازدهمین آن، یک ایرانی تازه از ایران برگشته از آب درآمد؛ هر روزه این آمار تغییر کرده و به تعداد مبتلایان، به ویژه ایرانیان، افزوده شده است.

جمعه ۲۸ فوریه

ششمین مورد تایید شده کرونا در انتاریو که در عین حال اولین مورد انتشار آن از طریق انتقال انسان به انسان است، مربوط به شوهر زن ایرانی‌ست که با کرونا از ایران وارد تورنتو شده بود. روز چهارشنبه (یک روز پیش از این اعلان، وزارت بهداشت اعلام کرد که زنی حدود ۶۰ ساله، که اخیراً به ایران سفر کرده بود، پنجمین کسی می‌باشد که در این استان مبتلا به ویروس کروناست. شوهر این زن که او نیز حدود ۶۰ سال سن دارد، اگرچه همراه همسرش در ایران نبوده ولی نتیجه آزمایش کروناوی مثبت شده، به این معنی که این اولین بار است که انتاریو شاهد یک مورد انتقال انسان به انسان از این ویروس می‌باشد. کلیه بیماران مشابه قبلاً سفری به چین داشته‌اند.

دکتر "ایلین دو ویلا"، مسئول بهداشت و درمان تورنتو گفت: "اکثون زن و شوهر، هر دو در خانهای در تورنتو در قرنطینه هستند و حال عمومی آنها خوب است. مرد تنها علائم سرفه خفیف و تب را از خود نشان داده بود". این وزارتخانه گفت که اداره بهداشت عمومی تورنتو اکنون در حال پیگیری این موضوع با این دو بیمار است تا افرادی که به آنها نزدیک و یا در تماس بوده‌اند را شناسایی و آزمایش کنند.

شنبه ۲۹ فوریه

مقامات بهداشتی انتاریو اعلان کردند هفتمین مورد کرونا در تورنتو مردی حدود پنجاه ساله‌ست که به ایران سفر کرده است. این مرد در حالیکه روز قبلش از ایران آمده بود، به بخش اورژانس مرکز علوم پزشکی بیمارستان "سانی‌پروک" تورنتو مراجعه کرده است. سپس مقامات وزارت بهداشت انتاریو با اعلان سه مورد جدید گفتند که دو مورد این مبتلایان اخیراً به ایران رفته بودند، و نفر سوم نیز شوهر یکی از این مبتلایان است. یک زن ۳۴ ساله که روز چهارشنبه گذشته (۳ روز پیش) وارد تورنتو شده بود، روز پنجشنبه (فردای رسیدنش) به بیمارستان مکنزی در ریچموند هیل رفته بود. وی که سابقه مسافرت به ایران را داشته با ماسک به بیمارستان مراجعه کرد ولی در نهایت به دلیل "شدت پایین علائم" در بیمارستان بستری نشد، اما به منزل رفته و خودش را قرنطینه کرد. این زن با کلاس تجاری پرواز هواپیمایی قطر و ایرکانادا و یک ایست در دانمارک وارد تورنتو شده و سپس با اتوبوس عمومی از فرودگاه پیرسون به سمت شرق و شهر ریچموند هیل رفته است. این زن همراه با شوهر و فرزند کوچکش مسافرت کرده است. پرونده دیگر مربوط به یک زن ۵۱ ساله است که در ۲۲ فوریه از ایران به تورنتو بازگشته و روز جمعه با علائم سرفه، لرز و درد بدن به کلینیک آژاکس رفته بود؛ وی پس از انجام آزمایشات مرخص شد و به قرنطینه رفت. هیچ گزارشی در مورد تاریخ سفر این زن وجود ندارد و اما مقامات می‌گویند، همسر این زن که مردی ۶۹ ساله‌ست که او را به کلینیک و بیمارستان آورده بود، نیز مورد آزمایش قرار گرفت که مشخص شد او نیز مبتلا به کروناست، اگرچه وی سابقه سفر به ایران در گذشته نزدیک را نداشته، بنظر می‌رسد که وی این بیماری را از همسرش (انتقال انسان به انسان) گرفته باشد، او هنگام آوردن همسرش به بیمارستان سرفه می‌کرد و در بیمارستان به او ماسک داده شد؛ او نیز به قرنطینه در خانه خود رفته است. اواخر جمعه شب نیز استان انتاریو خبر از هشتمین مورد ابتلا به کرونا را اعلام کرد که این مورد مردی حدود ۸۰ ساله با سابقه سفر به مصر بود که به بیمارستان اسکاربو مراجعه کرده بود. او نیز بعداً به قرنطینه خانگی رفت.

مستولان استان بریتیش کلمبیا نیز گفتند که یک زن حدود ۶۰ ساله که اخیراً از ایران آمده با مراجعه به بیمارستان ساحلی ونکوور، مبتلای کروناوی هفتم این استان کانادایی را تشکیل داده است. این زن که اوایل هفته وارد ونکوور شده و علائم خفیفی

خدمات مهاجرت و حقوقی درستکار

Dorostkar Immigration Services Inc.

پرونده‌های پناهندگی

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

خدمات مهاجرت

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

علیرضا درستکار

(647) 965-3867

Licensed Paralegal

عضو انجمن وکلای انتاریو LSUC

کارشناس رسمی مهاجرت، عضو رسمی ICCRC

مشاور رسمی وزارت مهاجرت کبک MIDI

دفتر تورن هیل

(905) 597-1232

7368 Yonge St., Suite 10A, Thornhill, ON L4J 1V8

دفتر ریچموند هیل

(905) 237-5003

10271 Yonge St., Unit 224, Richmond Hill, ON L4C 3B5

www.drlegalservices.ca

info@dorostkar.ca

Bradley Charles Wyndham Professional Corporation

دفتر حقوقی

✓ انجام امور قانونی خرید املاک

✓ انجام امور قانونی فروش املاک

✓ انجام امور قانونی «ریفایننس» املاک

✓ نماینده چندین شرکت وام دهنده‌ی معتبر

✓ انجام امور قانونی انواع دعاوی قضایی در انتاریو

36 Sir Tristram Place,
Markham, ON L3P 2X9

Tel: 647-779-4886

Fax: 905-581-1727

brad@wyndhamlaw.ca

416.802.9191

pouria@wyndhamlaw.ca

پوریا همتی

نماینده و مشاور فارسی زبان دفتر حقوقی

Senior Law Clerk

سریع ترین حواله به سراسر دنیا

ارز ملل

دررفت
۳ روزه

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.



خبر- کانادا

آمریکا به شوهر زن ایرانی که در پرواز او کراین کشته شده بود اجازه ورود نداد



پس از ترور سردار سلیمانی، یک شبکه بسیار گسترده ایجاد کرده و این دقیقاً اتفاقی است که بعد از ۱۱ سپتامبر نیز شبیه آن رخ داد. آلدن می‌گوید: "سیاست گسترده برای غربالگری به منظور شناسایی و کنترل تروریسم هیچ تاثیری ندارد اما این سیاست باعث ناراحتی قابل ملاحظه و گاهی صدمات زیادی به بسیاری از مسافران بی‌گناه می‌شود."

قابل توجه است که در حالی که علوی از ورود به آمریکا منع شد، پسرش، امیرعلی اجازه ورود به آمریکا را داشت. امیرعلی قبل از خدمت در ارتش، ایران را ترک کرد. امیرعلی که دانشجوی رشته حقوق در دانشگاه تورنتوست، گفت: "هیچ دلیل مشخصی وجود ندارد که پدرم تهدیدی برای امنیت آمریکا باشد، این غیر منطقی‌ست و آنها باید پاسخگو باشند." این خبر در دوم فوریه و پس از شروع مجدد جلوگیری آمریکا از ورود برخی ایرانیان به این کشور به رسانه‌ها درز کرده است.

خدمت سربازی در ایران برای مردان اجباری است. علوی گفت که وی به مأموران مرزی تأکید کرد که وی سه دهه پیش برای خدمت دو ساله خود در سپاه پاسداران هیچ انتخابی نداشته اما گویا مأموران به این موضوع توجهی نداشتند. سپاه از ارتش جداست و ترامپ در سال ۲۰۱۹ سپاه را به عنوان "سازمان تروریستی خارجی معرفی کرد. گمرک و حفاظت از مرزهای آمریکا (سی‌بی‌اف) تأیید کرد که مانع ورود علوی به آمریکا شده، اما از ارائه دلیل در اینباره خودداری کرد. علوی که یک جراح ارتوپدی در ایران بوده گفت در خدمت اجباری، وی به عنوان پزشک کار کرده است. وی افزود که او و خانواده‌اش در سال ۲۰۱۰ برای داشتن زندگی امن‌تر در تورنتو، ایران را ترک کردند. هم‌او و هم پسرش در سال ۲۰۱۴ تابعیت کانادا را کسب کرده‌اند. "ادوارد آلدن" استاد روابط اقتصادی آمریکا و کانادا در دانشگاه غربی واشنگتن در "بنینگام واش"، گفت که معتقد است آمریکا با اقدامات غربالگری

هنگامی که در ۱۰ ژانویه از ورود "فرزاد علوی"، شهروند ایرانی کانادایی به آمریکا جلوگیری شد وی گفت افسر مرزی به او گفته که دلیل این امر خدمت سربازی اجباری گذشته وی در ایران است؛ افسر ادعا کرد که این مسئله او را "به طور موثر با گروه‌های تروریستی" مربوط کرده است. علوی گفت: "آنها به من می‌گویند که من عضو یک سازمان تروریستی هستم، هضم این موضوع برای من بسیار دشوار است، آنها به من گفتند که هرگز سعی نکنم دوباره وارد آمریکا شوم."

همسر علوی "لندا صادقی" در حادثه شلیک سپاه به هوایماری اوکراینی کشته شده است. علوی اندوهگین قبل از اینکه بتواند در مراسم یادبود مادر خود در ایران شرکت کند، به همراه پسرش "امیرعلی" که نیاز به خدمات کنسولی دفاتر حافظ منافع ایران در واشنگتن داشت، از تورنتو به واشنگتن سفر می‌کرد. "امیرعلی" ۲۷ ساله درباره مرگ ناگهانی مادرش گفت: "ما وضعیت روحی مناسبی نداشتیم و این موضوع حال ما را بدتر کرد."

بعد از تنش‌های اخیر بین آمریکا و ایران، آمریکا مسافران متولد ایران را کانون توجه قرار داده است. علوی یکی دیگر از شهروندان ایرانی کانادایی‌است که از ورود به آمریکا منع شده است. او که ۵۵ سال دارد گفت که همراه پسرش حدود چهار ساعت در مرز آمریکا در آبنار نیاکارا بازداشت شدند، در آنجا انگشت‌نگاری شده و تلفن‌های همراهشان جستجو شد و درباره نظارت سیاسی و خدمت نظامی‌اش از او سوالاتی شده است.

کاهش نرخ بهره توسط بانک مرکزی



در کانادا، رشد تولید ناخالص داخلی در سه ماهه چهارم سال ۲۰۱۹، مطابق با پیش‌بینی بانک، به ۰٫۳ درصد کاهش یافت، اگرچه ترکیب آن متفاوت بود. سرمایه‌گذاری‌های مسکونی با سرعتی متوسط‌تر از اوایل سال ادامه داشته است در همین حال، هم سرمایه‌گذاری تجاری و هم صادرات ضعیف شده‌اند. مالی، از نزدیک بر شرایط اقتصادی و مالی نظارت دارد.

در کانادا، رشد تولید ناخالص داخلی در سه ماهه چهارم سال ۲۰۱۹، مطابق با پیش‌بینی بانک، به ۰٫۳ درصد کاهش یافت، اگرچه ترکیب آن متفاوت بود. سرمایه‌گذاری‌های مسکونی با سرعتی متوسط‌تر از اوایل سال ادامه داشته است در همین حال، هم سرمایه‌گذاری تجاری و هم صادرات ضعیف شده‌اند. مالی، از نزدیک بر شرایط اقتصادی و مالی نظارت دارد.

دستگیری دو کانادایی در استرالیا برای قاچاق مواد مخدر



به قاچاق مواد مخدر از طریق کشتی کروز به استرالیا کرده بودند. چند ماه پیش نیز یک کانادایی مواد مخدر در متقل جاسازی کرده بود که توسط گمرک استرالیا کشف و ضبط شد.

متهم شده و به زودی به دادگاه خواهند رفت. تاریخ دادگاه آنها هنوز اعلان نشده است. یک سال و نیم پیش نیز دو دختر جوان کانادایی همراه یک مرد میانسال اقدام

دو کانادایی پس از دستگیری در استرالیا، در حال حاضر در پشت میله‌های زندان هستند. گفته می‌شود آنها ۱۶ کیلوگرم "متامفتمین" را از طریق فرودگاه "ملبورن" قاچاق کرده‌اند. طبق اعلام پلیس فدرال استرالیا، یک مرد ۲۷ ساله و یک زن ۲۶ ساله در ۲۹ فوریه ۲۰۲۰ از فرودگاه بین‌المللی ونکوور به مقصد استرالیا پرواز کردند. پلیس نام این زوج را فقط به عنوان "دابلو هاکت" و "کی میتز" اعلام کرده است. پلیس می‌گوید پس از اسکن چمدان این زوج با اشعه ایکس به نوعی ناهنجاری در آن برخورد کرده و وقتی محققان پوش چمدان را باز کردند، کیسه‌ای از مواد بلوری سفید پیدا کردند. پلیس می‌گوید آزمایش نشان داد این مواد متامفتمین بوده است. پلیس می‌گوید که آنها چهار کیسه یک کیلوگرمی از ماده مخدر در هر چمدان کشف کردند.

این دو نفری که در بازداشت به سر می‌برند به ورود مواد مخدر به استرالیا

دفتر حقوقی و ترجمه

رضا ناظر و آذین وکیلی

از مبدا تا مقصد با شما هستیم

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

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

خدمات

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

جرایم جنایی: (دزدی از فروشگاه)
Summary Convictions

و تهیه دعوتنامه رسمی، تأیید اجازه خروج فرزند از کانادا
ترجمه رسمی کلیه مدارک توسط **آذین وکیلی**
شناسنامه - گواهینامه - مدارک تحصیلی - پاسپورت و غیره

Commissioner of Oath

416-915-0050

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

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.

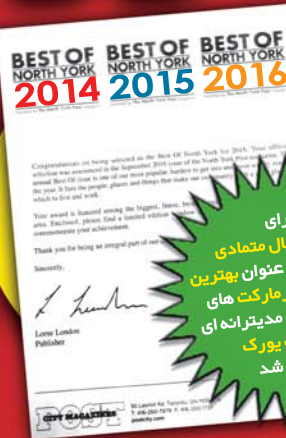
۲۴ ساعته

با فروش
آنلایندر پلازای
ایرانیان

سوپر ارزان

خورشت خوشمزه
آلو اسفناج با پلو
دوشنبه ها،
چهارشنبه ها، جمعه ها

زرشک پلوی
خوشمزه با مرغ
سه شنبه ها،
پنجشنبه ها



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

بادام خام

تازه
پوندی \$5.99

شیره انگور ارگانیک
رسید

ارده و حلو ارده اردکان
رسید

اسپیشال های این هفته سوپر ارزان

مر برای شانا، با طعم های مختلف



\$1.99

سلطان، با طعم های مختلف



\$2.99

توت خشک سیاه و سفید



\$4.99

لواشک
ترشینبسته ای: \$1.49
۲ تا \$2.99پنیر
بلغاری گوسفندیهر پوند
\$6.99پنیر
فیلا دلفیابسته ای
\$1.99

انواع دمنوش های
طبی و ارگانیک
نیوشا رسید

ترشی بندری
ناببسته ای
\$0.99

کلوچه نوشین

هر عدد: \$2.99
۲ تا \$5.99بیسکوئیت
ساقه طلاییبسته ای: \$1.49
۴ تا \$5.99

بیسکوئیت فر خنده
با انواع طعم ها
بسته ای



\$1.99

رب گوجه و
یک و یکهر عدد: \$3.99
۲ تا \$7.99رب گوجه
ناببسته ای
\$1.49خیار شور
لیموندیسهر عدد
\$0.99

زیتون کراون

با هسته و بدون هسته
هر عدد: \$2.99
۲ تا \$5.99

کاشک کامی

سایز خانواده: \$12.99
سایز بزرگ: \$7.99
سایز متوسط: \$5.99انواع سس های سالاد
روژینهر عدد: \$1.99
۲ تا \$3.99تن ماهی
شمیمبسته ای: \$2.49
۳ تا \$6.99

نودل فوری

گلستان
هر عدد: \$0.99
۳ تا \$2.99انواع ماکارونی
تک ماکارونبسته ای: \$0.99
هر بسته ۹۹ سنت

رشته آش نوشا

سبز دانه و انسی
بسته ای: \$2.99
۲ تا \$5.99کمپوت آلبالو و
گیلاس اروم آدابسته ای: \$1.99
۳ تا \$5.99سبزی شیلوان،
سیبونبسته ای: \$2.99
۴ تا \$10.99برنج ایرانی
هاشمیهر کیسه
\$19.99برنج ایرانی
هفت ستارههر کیسه
\$24.99

انواع رانی

بسته ۲۴ تایی
\$16.99ایستک با
طعم های مختلفجعبه ۱۲ تایی
\$9.99

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

انواع سفارشات کیتترینگ
و مجالس پذیرفته می شود

نان تازه پخت و با کیفیت سوپر ارزان

پلوپز ایرانی پارس خزر

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

سفارشات آنلاین با دلیوری:

پذیرفته می شود

www.arzon.ca

6103 Yonge St. (South of Steeles)

416-590-1234

416-222-4726

اخبار - اقتصادی

اعلام نرخ انواع ارز : www.melal.ca

خسارت چند صد میلیاردی کرونا برای گردشگری ایران



گردآوری: ارز ملل
شاپور تنباکویی



شیوع ویروس کرونا و لغو سفرهای نوروزی در ایران خسارت چند صد میلیاردی برای هتلداران ایران بر جا گذاشته است.

هتلداران به دلیل بازپرداخت هزینه رزرو اتاق‌ها متحمل این خسارت شده‌اند و دولت نیز هیچ بسته حمایتی خاصی برای آنها در نظر نگرفته است.

به گفته جمشید حمزه‌زاده، رئیس جامعه حرفه‌ای هتل‌داران ایران، در حال حاضر، ضربه اشغال هتل‌های کل کشور به زیر پنج درصد رسیده است. به گفته وی، در حالی که برای نوروز ۹۹ درخواست سفرهای نوروزی بسیار بالا بود، به دلیل شیوع کرونا برخی هتلداران به صورت "خودجوش" و برخی به "اجبار" تعطیل کرده‌اند. وی خسارت لغو برگزاری همایش‌ها، مراسم و عروسی‌ها در هتل‌ها را ۱۰ برابر بیشتر از خسارت لغو اقامت در اتاق‌های هتل‌ها اعلام کرد.

حمزه‌زاده با اشاره به بازگرداندن هزینه لغو اتاق‌ها از سوی هتل‌ها از وزارت میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی نیز انتقاد کرد که "هیچ تعاملی" با بخش خصوصی فعال در حوزه گردشگری ندارد. شیوع ویروس کرونا بیشتر کشورهای دنیا را با چالش‌های متعددی روبه‌رو ساخته که در این میان یکی از بخش‌هایی که آسیب جدی دیده، بخش گردشگری است. بیش از ۴۰ درصد بخش خدمات در ایران، مربوط به حمل و نقل، عمده‌فروشی و خرده‌فروشی، همچنین فعالیت‌های خدماتی مربوط به تأمین جا و غذاست. این بخش‌ها در واقع آسیب‌پذیرترین حوزه‌ها در مقابل ویروس کرونا هستند. قرنطینه احتمالی برخی مناطق کشور، کاهش چشمگیر رفت و آمدها، توقف گردشگری، خالی شدن رستوران‌ها و هتل‌ها، و حوزه‌هایی از این دست می‌تواند وضعیت معیشتی مردم را به خطر بیندازد، چرا که بیش از نیمی از شاغلان در ایران در بخش خدمات فعالیت دارند. به حال حاضر بسیاری از شاغلان در ایران در حالت نیمه تعطیل بسر می‌برند.

اگر خیامی‌ها در ایران خودرو می‌ماندند چه می‌شد؟



این برادران نقل شده که سعی داشتند تا یک خودروی ایرانی بسازند اما تا رسیدن به این مرحله نیاز به توسعه دانش ساخت خودرو بود آنها قصد داشتند این دانش را در همکاری با پژو به‌دست بیاورند. آنها یک سال پیش از انقلاب قرار داد تولید محصولات پژو در ایران را نهایی کرده بودند. که انقلاب آمد و کارخانه‌ها مصادره شدند.

مسیر که خیامی‌ها سعی داشتند طی کنند دو خودرو ساز کره جنوبی طی کردند؛ هیوندایی و کیا. آنها هم ابتدا خودروهای خارجی را مونتاژ کردند پس از مدتی به ساخت داخل آن خودروها پرداختند و در ادامه با همکاری شرکت‌های مشاور خارجی دانش طراحی خودرو را به‌دست آوردند. در این مسیر تقریباً ایران‌خودرو نسبت به رقبای کرای خود تا زمانی که این شرکت در دست برادران خیامی بود جلوتر گام بر می‌داشت و موفق شد تا در سال‌های آخر فعالیت، به بازارهای صادراتی هم دست پیدا کند. اما با مصادره کارخانه تمام نوار موفقیت‌های ایران‌خودرو و مسیر پیشرفت این شرکت تا دهه‌ها قطع شد.

خیامی‌ها گفتند که برای شروع وام می‌گیرند: وقتی علاقه‌مندی زیاد و واقعی آنها برای راه‌اندازی این کار را دیدیم خواستیم که سرمایه بیشتری جمع کنند و به آنها قول دادم که با بانک توسعه صنعت صحبت کنم تا به آنها وام بدهد و زمینه لازم برای کسب لیسانس از یک سازنده اروپایی را فراهم کنم که اتومبیل آن شرکت را بسازند.

اینگونه بود که با کمک وزارت اقتصاد ایران این دو برادر مشهودی پایه مهم‌ترین شرکت خودرو سازی ایران را گذاشتند. خیامی‌ها با درآمدی که از فروش اتوبوس‌های بنز به دست آورده بودند و با وام‌هایی که وزارت اقتصاد به آنها داده بود توانستند کارخانه ایران ناسیونال را در ۱۴ جاده کرج بسازند و در اردیبهشت ماه سال ۱۳۴۶ نخستین خودروی تولیدی را با نام پیکان روانه بازار کردند. اما آنها آرزوهای بیشتری داشتند و شروع به ساخت داخل خودرو کردند تا جایی که توانستند نزدیک ۴۰ درصد پیکان را داخلی‌سازی کنند. خیامی‌ها در پی داخلی‌سازی خودرو در داخل ایران نیز سرمایه‌گذاری کردند. از

محمود و احمد خیامی برادرانی بودند که با کمک هم سبب شکل‌گیری ایران‌خودرو، بزرگ‌ترین خودروساز خاورمیانه شدند. این رخداد تقریباً با آغاز فعالیت صنعت خودرو کره جنوبی، هم زمان است. اما ایران‌خودرو بر خلاف صنعت خودرو کره جنوبی به راه دیگری رفت. راهی که شاید اگر خیامی‌ها در ایران‌خودرو کار خود را ادامه می‌دادند فرجام دیگری می‌یافت.

این دو از ماشین‌شویی در مشهد فعالیت حرفه‌ای خود را آغاز کردند. سپس از تعمیرات ساده کنار خیابان، کار در تعمیرگاه خودرو، قطعه‌فروشی و تأسیس بزرگ‌ترین فروشگاه قطعات یدکی در تهران به تأسیس کارگاه اتاق‌سازی برای اتوبوس در جاده کرج رسیدند. در این کارگاه احمد خیامی از نماینده مرسدس بنز در ایران شاسی اتوبوس‌های مرسدس بنز را می‌گرفت و روی آن‌ها اتاق می‌ساخت.

رضا نیازمند، اولین رئیس سازمان گسترش و نوسازی صنایع ایران، می‌گوید: روزی منشی من گفت که دو نفر درخواست ملاقات با من را دارند که من آنها را نمی‌شناختم. وارد که شدند خود را معرفی کردند؛ احمد و محمود خیامی. گفتند آمدیم پروانه ساخت اتومبیل بگیریم. در پاسخ به پرسش من که آیا توانایی یا تجربه ساخت اتومبیل را دارید؟ گفتند ما یک گاز از مشهد داریم و هر نوع اتومبیل را تعمیر می‌کنیم. اتومبیل را داغان و دوباره سوار می‌کنیم و با آن آشنایی کامل داریم، فقط دنبال گرفتن پروانه هستیم تا اتومبیل تولید کنیم. برای این کار هم دو میلیون تومان سرمایه داریم. که البته سرمایه کمی بود.

این هفته نرخ انواع ارز با کمی کاهش یافت اما انتقال پول (بیش از ۲۰۰ میلیون تومان) با توجه به ارایه سند و دلیل تراکنش و کاهش ساعت بانک‌ها تا ۱۲،۳۰ به شدت کاهش یافته است. دولت با این قوانین سعی در کاهش انتقال پول دارد. پیش‌بینی بر کاهش نرخ در کوتاه مدت است.

آخرین نرخ انواع ارز طلا و نفت:

دلار نقدی کانادا.....	از ۱۱۸۰۰	تا ۱۲۲۰۰
دلار حواله کانادا.....	از ۱۱۷۰۰	تا ۱۲۱۰۰
دلار نقدی امریکا.....	از ۱۵۴۰۰	تا ۱۶۱۰۰
دلار حواله امریکا.....	از ۱۵۳۰۰	تا ۱۶۰۰۰
درهم.....	از ۴۱۰۰	تا ۴۳۵۰
طلا.....	از ۲۱۴۰	تا ۲۲۱۰
نفت.....	از ۵۲	تا ۵۷

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

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

Immigration & Citizenship

مهاجرت و سیتی زنی

- مهاجرت و اقامت از طریق سرمایه‌گذاری و استانی
- مهاجرت نیروی متخصص، رفع شرط مهاجرتی
- تهیه و تنظیم دعوت‌نامه سیتی‌زنی و
- مدارس و دانشگاه‌های شهروندی
- موارد انسان‌دوستانه
- بررسی موارد بازداشت
- فرجام و پژوهش در دادگاه IRB و
- سایر امور مهاجرتی

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

Business & Corporate Law

امور تجاری و شرکتها

- ثبت و تأسیس شرکتها
- خرید و فروش شرکتها، تنظیم قراردادهای تجاری

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 آتھایی 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.



خبر- جھان، کاناڊا

اوکراین به خانواده‌های قربانیان هواپیمای ساقط شده در تهران غرامت می‌دهد



سفیر اوکراین در کانادا می‌گوید دولت یو ای به «فرانساویلی فیلپ شاین» وزیر امور خارجه کشور خود کمک خواهد کرد تا کانادا بتواند ترمز پرواز هواپیماهای اوکراین که با سرعت زیاد از شرک توسط دو موکش نظامی سابق شد را از شرکت هواپیمایی اوکراین دریافت کند. پنجاه و هفت شهروند کانادایی در این پرواز کشته شدند. «آندری شوچونکو»، سفیر اوکراین گفت که دولت وی هیچگونه همکاری برای دیدار با شرکت هواپیمایی اوکراین برای اجرای تعهدات قانونی بین المللی این شرکت تعهد پرداخت فراموش به خانواده ها نمی بیند.

به خانواده‌های قربانیان را تسریع کند. این سفیر در مصاحبه‌اش اظهار داشت "شرکت هواپیمایی اوکراین به کلیه قوانین و برنامه‌های بین‌المللی چنین شرایطی (آگاه و) متعهد است. اگر کاری وجود دارد که دولت {اوکراین} می‌تواند در اینباره انجام دهد، مطمئناً انجام خواهد شد."

شرایط سخت

در همین راستا وزیر خارجه کانادا و

توافق کانادا با بومیان بر سر راه آهن



دهد از آن سه روز طولانی، مذاکره بین دولت و رسای "تسوتوت" در شمال بریتیش کلمبیا" به نتیجه رسید و بین آن‌ها ترتیب با توافق به عمل آمده بین روسای قبایل و "کارولین بنت" وزیر تجارتات فدرال و "اسکات فریزر" نماینده بریتیش کلمبیاییان در مورد حفظ لوله "گزیلیک" این پروژه طبق برنامه پیش خواهد رفت. جزئیات توافق فرافکرده که این توافقنامه ابتدا به سبب توافق‌نامه بین افسام شهرداری استمرز" برسد. رئیس "ووز" یکشینه میگوید: "این یک نقطه عطف برای ما است که بتوانیم با هم شاهد آن باشیم، باید بینیم خوسته‌های ما در تسوتوت چندتر اجرائی خواهد شد." البته وی تأکید کرد که زمان سخنان به خوسته‌هایش راه‌های باز خواهد کرد و این توافق به خودی خود به معنای باز شدن راه‌ها نیست.

حاکم سرزمین خود خواهد بود و این مشارکت بر اساس احترام به حقوق طریقین، همکاری و مشارکت به پیش می‌رود. بنت گفت این توافقنامه به طور مؤثر مشکلات نهایی دادگاه عالی را حل می‌کند. در این دادگاه به وجود عنوانی «البار ریجنال» به عنوان افراد دارای حق انحصاری و اجدادی در این سرزمین تأکید شده اما صحنه در مورد حق مالکیت و تسووت گفته شده و بحث در این خصوص به آینده می‌انجامد. بنت گریه‌ده بود، «گوزلیک گوزلیک» روز دوشنبه طبق برنامه‌های قبلی در منطقه مورد مناقشه در نزدیکی «هوسون» برپایش کلیماز را ترس گرفته خواهد شد. «بیودی ییفر» رئیس گوزلیک در بیانیه‌ای تأکید کرد این پروژه هنوز در اتمام است و تا در سال ۲۰۲۲ تکمیل شود اما افزود

سه هزار شکایت: شرکتهای هواپیمایی جر می زنند و غرامت نمی دهند

ژانسون حمل و نقل کانادا اخیراً با ۳۰۰۰ نفر شایکست در پرداخت غرامت تأخیر ترافیکهای هوایی ملی طی ۸ هفته‌ای که از اجرای قانون جدید می‌گذرد مواجه شده است. ژانسون می‌گوید شرکت‌ها با دلایل مختلف از پرداخت غرامت‌ها رای می‌کنند. مسافران در مجموع ۳۰۳۷ شایکست از ۱۵ دسامبر تا ۱۲ فوریه به این ژانسون فرستادند که این حدود ۰٫۶ درصد ۷۶۵۰ شایکست را در کل سال گذشته است. جدولی در فصل ۱۵ دسامبر مقررات جدیدی را وضع کرد که خطوط هوایی باید تا ۱۰۰۰ دلار غرامت تأخیر و لغو پرواز در صورتیکه مربوط به تأخیر نباشد، در پرداخت کنند. مقررات جدید بجای شفافیت بیشتر اکنون باعث سردرگمی و ناامیدی بسیاری از مسافران شده که ادعا می‌کنند خطوط هوایی در بار غرامت، دلایل معتبری ارائه نمی‌دهند.

ژانسی اکنون در حال تحقیق در مورد پرونده یک مرد تورنتویی به نام "کر" است که پس از تأخیر هشت ساعته در پروازش از هلیفاکس به تورنتو در تاریخ ۲ فوریه، شکایت خود را به ژانسی داده است. وی می‌گوید، خدمه ایر کانادا وعده پرداخت غرامت به مسافران داده‌اند و

سفیر ادامه داد: "هواپیمایی اوکراین به تعهداتش در اینباره عمل خواهد کرد اما انتظار دارد که از ایران نیز غرامت بگیرد. البته ایران نیز {تعدادی از} شهروندانش را در این حادثه نیز از دست داده است اما وقتی صحبت از تعهدات بین‌المللی می‌شود، همه چیز کاملاً واضح است که شرکت هواپیمایی متعهد به اجرای تعهدات خود است."

پیامدهای مالی برای ایران

فراخوان این کنفرانس که شامین و پرستایکو از کی‌یف میزبان آن خواهند بود، بخشی از تلاش‌های مداوم برای تحت فشار قرار دادن به منظور غرامت‌خواهی از ایران است. شامین در اوایل این هفته نیز تاکید کرده بود که پذیرش مسئولیت این سقوط، برای ایران عواقب مالی در بردارد.

شوچنکو می‌گوید اکنون، مهمتر از همیشه، این پنج کشور باید در مقابل

ایران وحدت داشته باشند، و افزود: "ما می‌فهمیم که ایران ممکن است بخواند مسیرهای جداگانه‌ای از گفتگوها را به کشورهای درگیر داشته باشد. (و البته) ما در اوکراین می‌فهمیم که با خانواده‌های زیادی سر و کار داریم و آنها {خانواده‌ها} به دنبال راه حقوقی خودشان خواهند بود. اما به نفع همه ما این است که مطمئن شویم در مورد جبران خسارت همه ما یک صدا و هماهنگ هستیم."

وزیر خارجه کانادا در شرق اروپا

شامین در اوکراین از ۲۰۰ نیروی نظامی آموزشی کانادایی مستقر در آنجا که مأموریتش در مارس ۲۰۲۲ تمام می‌شود نیز بازدید خواهد کرد. این نیروها بخشی از تلاش‌های کانادا برای تقویت اوکراین در برابر کرملین به دنبال انضمام منطقه کریمه به روسیه در سال ۲۰۱۴ و پشتیبانی از شبه

پوڀا مجتمه

نظامیان جدایی طلب روسی در شرق و جنوب اوکراین است. درگیری‌های داخلی اوکراین تاکنون جان هزاران نفر را گرفته و اوکراین خواهان گسترش حضور نظامی کانادا در کشور خود پس از ۲۰۲۲ نیز هست.

در لتونی، شامپین با ۶۰۰ سرباز کانادایی که از سال ۲۰۱۷ رهبری گروه ناتو در آن کشور را به عهده دارند، دیدار خواهد کرد. مأموریت این سربازان تا سال ۲۰۲۳ ادامه خواهد داشت.

«کارلیس اهن‌باز» سفیر ستونی در کانادا گفت که کشورش دوست دارد این مأموریت تمدید شود زیرا مشکلات با روسیه، از جمله کمپین‌های ضد اطلاعاتی بطور مداوم ادامه داشته و هیچ نشانی از فروکش کردن آنها وجود ندارد.

کانادا معتقد است این کشور پیام‌های شایع‌تری را از سه کشور که در سفر شامین قرار دارند دریافت خواهد کرد.

در
آدرس جدید:
27 Pleasant Ave.

در
آدرس جدید:
27 Pleasant Ave.

مجتمع
پویا

امور مالیاتی، مالی و حسابداری
خود را امسال و هر سال،
با خیال راحت
به ما بسپارید

- ✓ خدمات مالی و حسابداری
- ✓ خرید، فروش و اجاره مسکن
- ✓ خدمات امور مهاجرتی

416.225.6600
27 Pleasant Ave.
North York, ON M2M 1L8
pouyacommercial.com

حسابداری ایده‌ال

Personal, Small Business & Corporation E-File

Ideal Accounting

مجتبی فریور

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

خدمات حسابداری

INCOME TAX

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

تکمیل فرم‌های Child Tax و GST رایگان است

905 59-777-59

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

تاریخ – معرفی شرق شناس انگلیسی

شرق شناسی –۱۲۵

بیوار ایدرین دیوید هیو



بیوار ایدرین دیوید هیو (David Hugh Bivar, Adrian)، از اهالی انگلستان و متخصص در باستان‌شناسی و مطالعات ایرانی، پس از تحصیلات مقدماتی در دانشگاه آکسفورد درس خواند و لیسانس مطالعات کلاسیک گرفت. در بیروت و شیراز به مطالعه زبان‌های عربی و فارسی پرداخت و سپس با ارائه پایان نامهای درباره تاریخ و باستان‌شناسی عصر کوشان و کوشانی - ساسانی موفق به اخذ درجه دکتری از کرسی چرچ آکسفورد گردید. دوره خدمت نظام را در هندوستان گذراند و در سال ۱۹۵۶ متصدی بخش عتیقه‌های نیجریه‌ای موزه

و در سال ۱۹۶۰ مربی باستان‌شناسی آسیای میانه در مدرسه مطالعات شرقی و آفریقائی دانشگاه لندن گردید. وی در سال ۱۹۷۱ منشی مجموعه کتیبه های ایرانی و از ۱۹۷۱ تا ۱۹۷۴ عضو انجمن آسیائی سلطنتی بود و زمانی هم عضو انجمن سکشناسی سلطنتی بوده و در کاوش‌های باستان‌شناسی ایران شرکت داشته است. و مقاله‌های بسیاری در زمینه باستان‌شناسی، سکشناسی و کتیبه‌های پیش از اسلام و ایران و افغانستان اسلامی نگاشته است.^(۱) دانشنامه ویکی‌پدیای فارسی در مقاله ادریان دیوید هیو بیوار نوشته است:

ایشان متولد ۱۹۲۶ و متوفی در ۲۰۱۵ استاد بازنشسته ایران‌شناسی دانشکده مطالعات مشرق زمین و آفریقا در دانشگاه لندن است. به عنوان یک سکشناس و باستان‌شناس تخصص ویژه‌ای در زمینه سکها و کتیبه‌های دیواری ساسانی، سکهای ساسانی- کوشانی و تاریخ‌شناس، پیکر نگاری، میترائی‌گری، تاریخ اشکانی و فولکلور پیش از اسلام ایران است. و جز ء نویسندگان جلد سوم تاریخ ایران کامبریج هم هست.^(۲)

درتاریخ ۱۶ آوریل ۲۰۱۴ به خاطر تحقیقات سکشناسی و باستان‌شناسی ایران از طرف انجمن آسیائی سلطنتی بریتانیا مدال طلای انجمن مزبور به پروفیسور بیوار اعطاءشد و پروفیسور فرانسوا دو بلواطی سخنرانی که در جلسه بزرگداشت پروفیسور بیوار بر پاشده بوده ضمن تقدیم نشان طلا به ایشان یادآورشدند که مطالعات و تحقیقات ارزنده پروفیسور بیوار باعث کشف اسناد معتبری درباره افغانستان سده هشتم میلادی شده که در آن اسناد خانواده معتبری که از دین پیشین خود به دینات اسلام مشرف شده بودند شناخته شدند. و در این جلسه پس از سخنرانی‌ها از حضار پذیرائی گردید.^(۳)

آثار خاورشناسی بیوار در زمینه ایران شناسی :

۱- مجموعه سکهای کوشانی- ساسانی (he Kushano - Sasanian Coins) چاپ ۱۹۵۶.

۲- سکه‌زنی در عمان ابو الیچلار آل‌بویه

(با همکاری) "The Coinage of Oman" under Abu Kalijar the BuwahidL. چاپ ۱۹۵۸.

۳- سند تازه‌ای از سجستان بربروس، مجموعه درهم‌های عرب- ساسانی (Fresh Evidence on the Sijistan Barbarous Series of Arab-Sasanian Dirhams) چاپ ۱۹۵۸.

۴- جزئیات و نشانه‌ها از مجسمه‌های ساسانی (Details and Devices from the Sasanian Sculptures) چاپ ۱۹۵۹.

۵- ساتراپ کوروش جوان (A Satrap of the younger Cyrus) چاپ ۱۹۶۲.

۶ - گنجی متعلق به ساسانیان از حبله (A Sasanian Hoard from Hilla) چاپ ۱۹۶۳.

۷-گردیز (Gardiz) چاپ ۱۹۶۵.

۸- غور (Ghur) چاپ ۱۹۶۵.

۹- گنبد قابوس (Gunbadh-I Kabus) چاپ ۱۹۶۵.

منابع وماخذ:

۱- گروه مؤلفان و مترجمان: فرهنگ خاورشناسان جلد دوم ص۵۲۰ چاپ تهران ۱۳۸۲ از انتشارات پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی.

۲- ویکی‌پدیای فارسی و انگلیسی مقاله "ایدرن دیوید هیو بیوار".

۳- سایت RAS (Royal Asiatic Society) (Society) مقاله و گزارش دریافت مدال پروفیسور بیوار.

محمد علی اختری،

تاریخ‌پژوه و سرفتر بازنشسته استاندارد رسمی، ساکن تورنتو است 9057589325

خبر- کانادا

فیات کرایستلر، کارگرانش را اخراج می‌کند



اساس سن و سال بسته‌های بازنشستگی به آنها ارائه دهد. این تغییر در ابتدا برای ۳۰ سپتامبر خوروساز تمدید شد.

یک سال زندان برای زنی که به یک پسر ۱۵ ساله تجاوز کرده بود



و روانی و ترک اعتیاد در بیمارستان بستری شده است. او سابقه کیفری ندارد." دادگاه گفت: "او تمام جوانانی که در خانه او بودند، از جمله فرزندان خود را نیز به خطر انداخته است." پسر ۱۵ ساله در مصاحبه یا پلیس هرگونه فعالیت جنسی با این زن را انکار کرد. این زن در ابتدا نیز آن را انکار کرد، اما پس از اتهامات وارده در ماه اگوست در خصوص تجاوز جنسی مجرم شناخته شد. دیگر اتهامات وی کامکان باقی است. فرزندان این زن اکنون در پرورشگاه هستند.

رسانه‌ها برای محافظت از هویت نوجوان درگیر، نه فقط نام این نوجوان، بلکه حتی نام این زن که در اواسط دهه سی سالگی خود می‌باشد را فاش نکرده‌اند. مک‌اچرن گفت: "او اساساً خانه خود را به یک مسافرخانه تبدیل کرده بود. این زن توسط والدینی الکلی پرورش یافته و بیشتر زندگی خود را در پرورشگاه گذرانده و بعد از وقوع این حادثه نیز زندگی او از ابتدا چالش برانگیز بوده است."

یک زن که به یک پسر ۱۵ ساله تجاوز جنسی کرده بود به یک سال زندان محکوم شده است. قاضی به دلیل مشکلات روحی و اعتیاد این زن اهل "پرینس ادوارد ایلند" به مواد مخدر، این پرونده را غم‌انگیز خواند. "جیمز گورملی" قاضی دادگاه هنگام صدور حکم در دیوان عالی کشور در "شارلوت تاون" پرینس ادوارد آیلند گفت: "با توجه به وضعیت این زن، کارش دور از ذهن نبوده، او باید از کمک مشاور استفاده کند."

در آوریل سال ۲۰۱۹، پسر قربانی با یکی از فرزندان این زن در خانه‌اش قرار گذاشته بود. در دادگاه از قول پلیس فدرال کانادا گفته شد که در آوریل گذشته شکایتی از والدین این پسر را دریافت کرد که در آن ادعا شده بود این زن به پسرشان موادمخدر و الکل می‌داده و با او که نوجوان بوده رابطه جنسی داشته است. بر اساس اطلاعات خوانده شده توسط "جف مک دونالد" دادستان دادگاه، پلیس فدرال کانادا با چند جوان بین ۱۳ تا ۲۱ سال مصاحبه کرده که یا در آن خانه زندگی می‌کردند و یا به آن خانه رفت و آمد داشتند. شاهدان گفتند که خانه زن بسیار کثیف و به هم ریخته، بدون گرما و مواد غذایی بوده است. یک مرد ۲۰ ساله که شاهد تجاوز جنسی بوده گفت: "این حادثه در اتاق خواب زن اتفاق افتاد و حدوداً پنج دقیقه به طول انجامید و شامل بوسیدن بود اما دخولی انجام نشد". "تان مک‌اچرن" وکیل

AdverToronto Inc.

* Import/Export Printing and Advertising Equipment and Material

* Signage and LED display

"Together We Can"

"دکنارم، توانمندتریم"

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

*** چاپ بنر و فروش تجهیزات نمایشگاهی و تابلوهای LED**

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, Chelmsford CM2 6FD, United Kingdom UK +447915549045
Middle East office: 315, Jalal-e Ale Ahmad,Tehran, Iran +982142206363

خبر- کانادا

یک شرکت کانادایی متهم به برده‌داری نوین شد



مجبور بودند در دمای ۵۰ درجه سانتی‌گراد زیر آفتاب کار کنند. این سه شاکی به دادگاه گفتند که آنها قبل از فرار در سال ۲۰۱۱، به ترتیب ۱۷ ، ۱۴ و ۱۱ سال، شش یا هفت روز در هفته، روزی ۱۲ ساعت در معدن بیشا کار اجباری می‌کرده‌اند. نظام اریتره از بدو تأسیس، دیکتاتوری بوده که توسط "ایسایاس افورکی"، یک چریک چینی مارکسیست سابق اداره می‌شد که برای استقلال از اتیوپی در حال جنگ بود.

دادگاه عالی کانادا روز جمعه حکم داد که یک شرکت معدنی مستقر در ونکوور می‌تواند به دلیل برده‌داری نوین، کار اجباری، و جنایات علیه بشریت در طول فعالیت‌های خود در "اریتره" متهم شود. کارشناسان می‌گویند این حکم می‌تواند شیوه انجام کار شرکت‌های کانادایی در خارج از کشور را تغییر دهد.

این حکم پایان تلاش‌های "نوسان ریسورس" برای متوقف کردن دادخواستی است که در سال ۲۰۱۴ شروع شد، هنگامی که سه پناهجوی اریتره‌ای شکایت این شرکت را به دادگاهی در "بریتش کلمبیا" بردند. آنها ادعا کردند که دولت محلی آنها را مجبور به کار در تأسیساتی کرده که متعلق به نوسان و دولت اریتره بوده آنها با ادعای تخلفات بین‌المللی شرکت از جمله برده‌داری به دنبال گرفتن خسارت بودند. آنها ادعا کردند در خدمت اجباری‌شان، تحت تهدید و شکنجه مجبور به کار در معدن طلا، مس و روی "بیشا" شده‌اند و گاهی

دستگیری یک زن ۲۵ ساله بعلت تجاوز جنسی به یک یا چند مرد



داشته باشد. پلیس از کسانی که در این مورد اطلاعاتی دارند خواست با پلیس تماس بگیرند و یا به طور ناشناس با

پلیس می‌گوید که آنها یک زن ۲۵ ساله تورنتویی را به اتهام تجاوز جنسی و اخاذی از مردی در اوایل روز جمعه دستگیر کردند.

پلیس تورنتو گفت این مرد با این زن در رسانه‌های اجتماعی آشنا شده است. پلیس گفت که این دو نفر در اوایل جمعه بین نیمه شب و ۲:۳۰ بامداد در نزدیکی تقاطع "بترس" و "کالنج" ملاقات کردند. پلیس می‌گوید که این زن از مرد پول اخاذی کرده و به او تجاوز جنسی کرده است. این زن فردای آن روز به جرم تجاوز جنسی، اخاذی و حمل سلاح دستگیر شد.

پلیس گفت که آنها نگران هستند که ممکن است قربانیان دیگری نیز وجود

کروناوی جدید،

آنفلانزا یا سرماخوردگی؟



محمد رحیمیان
مشاور ارشد بیمه



افزایش یابد. گذراندن وقت در شلوغی های بزرگ و یا مناطق شلوغ می‌تواند خطر ابتلا به بیماری را افزایش دهد.

طول سفر: از گذراندن وقت در شلوغی‌های بزرگ و یا مناطق شلوغ خودداری کنید. • از تماس با افراد بیمار خودداری کنید، به خصوص اگر تب، سرفه یا مشکل در تنفس دارید. • از وضعیت محلی آگاه باشید و توصیه‌های بهداشت عمومی محلی را دنبال کنید.

دستان خود را بشوید: دستان خود را حداقل به مدت حداقل ۲۰ ثانیه با صابون در زیر آب گرم بشوید. • در صورت عدم دسترسی صابون و آب از ضدعفونی کننده دست استفاده کنید. این ایده خوبی است که همیشه هنگام سفر، مقداری لوازم بهداشتی همراه خود داشته باشید. • دهان و بینی خود را با بازوی خود بپوشانید تا انتشار میکروب‌ها کاهش یابد. • در صورت استفاده از دستمال هرچه سریعتر آن را دور ریخته و دستان خود را بعد از آن بشوید. سلامت خود را زیر نظر بگیرید. اگر هنگام مسافرت بیمار شوید، از تماس با دیگران خودداری کنید، مگر این که یک متخصص مراقبت‌های بهداشتی را ببینید.

• اگر در حین پرواز به کانادا یا هنگام چین گزارش شد، اما از آن زمان تاکنون در سایر مناطق در جهان گزارش شده است. COVID-19 می‌تواند از فرد به فرد دیگر گسترش یابد. در ایران، انتشار ویروس به جامعه گزارش شده است. این بدان معناست که معلوم نیست چگونه یا کجا برخی از افراد به این ویروس آلوده شده‌اند و شیوع آن همچنان ادامه دارد. میزان گسترش در حال حاضر مشخص نیست. اطلاعات موجود نشان می‌دهد افراد مسن و افراد دارای سیستم ایمنی ضعیف یا شرایط پزشکی خاص در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به بیماری شدید هستند. ممکن است این مسافران بخواهند سفر به تعویق بیندازند، برای اطلاعات بیشتر در مورد شیوع COVID-19 در چین، لطفاً به بیماری COVID-19 (Coronavirus) در چین توجه کنید.

آژانس بهداشت عمومی کانادا به طور جدی وضعیت را کنترل می‌کند و با WHO و سایر شرکای بین‌المللی همکاری می‌کند تا اطلاعات بیشتری را جمع کند. اوضاع به سرعت در حال پیشرفت است. درباره coronaviruses خانواده‌ای از ویروس‌ها هستند که باعث بیماری تنفسی می‌شوند. برخی از ویروس‌های کور و ویروسی مانند سرماخوردگی می‌توانند باعث بیماری خفیف نشوند، اما سایر کوروویروس‌ها می‌توانند باعث بیماری شدید شوند، مانند سندرم شدید تنفسی کرونوویروس (SARS-CoV) و سندرم تنفسی خاورمیانه، کرونوویروس (MERS-CoV). برخی از ویروس‌های کروناوی انسانی به راحتی بین افراد پخش می‌شوند، در حالی که برخی دیگر اینگونه نیستند. هیچ درمانی خاص برای بیماری‌های ناشی از انسداد ویروس‌های انسانی وجود ندارد. اکثر مبتلایان به بیماری کرونوویروس به خودی خود بهبود می‌یابند.

توصیه‌هایی برای مسافران:

ایرانیان عید نوروز را در ۲۰ مارس ۲۰۲۰ جشن خواهند گرفت. در ایام نوروز و جشن سال نو، سفر در داخل ایران ممکن است

www.insufin.com
https://www.sherkatebimeh.com/blog
www.sherkatebimeh.com
9053700011

محمد رحیمیان کارشناس ارشد بیمه و سرمایه‌گذاری و عضو رسمی مشاوران تخصص بیمه و امور مالی کانادای شماره ثبت ۲۰۶۵۸۱۷ است.

www.insufin.com
https://www.sherkatebimeh.com/blog
www.sherkatebimeh.com
9053700011

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 صمیمیت، رسیدن به صلح درونی، غلبه بر احساس تنهایی و غربت، هنر لذت بردن از زندگی، شفای زخم‌های گذشته و صدمات 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

دبیرستان و هنرستان خصوصی صبحی آکادمی

Grade 9-12

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

۲۱ سال تجربه و آموزش بیش از ۶ هزار دانش آموز
و موفقیت آنان در صحنه های بزرگ دانشگاهی در کانادا و آمریکا

International Students Welcome!

تمدید ویزا و درخواست ویزا با داشتن ویزای توریستی

توجه

توجه

● ادامه تحصیل در دانشگاه برای (بزرگسالان) که دیپلم دبیرستانی ندارند
در عرض ۶ ماه (داشتن دیپلم ایران و یا کانادایی الزامی نمی باشد)

● ارائه کلیه کردیت کورسهای دبیرستانی ۱۰۰٪ مورد قبول دانشگاهها

● ثبت نام کاملاً رایگان با داشتن معدل ۸۵٪ به بالا از مدارس دولتی 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 تبرک

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

جهش بزرگ در حجم معاملات ملک

TREB MLS® Sales & Average Price By Home Type February 1 - 29, 2020						
	Sales			Average Price		
	416	905	Total	416	905	Total
Detached	716	2,760	3,476	1,485,304	1,017,573	1,113,918
Yr./Yr. % Change	54.0%	64.0%	61.8%	14.4%	14.1%	13.7%
Semi-Detached	180	467	647	1,208,073	743,602	872,821
Yr./Yr. % Change	4.7%	67.4%	43.5%	10.6%	9.9%	4.5%
Townhouse	229	911	1,140	846,465	702,077	731,081
Yr./Yr. % Change	44.9%	44.8%	44.9%	10.5%	16.4%	14.9%
Condo Apartment	1,335	571	1,906	722,675	534,688	666,358
Yr./Yr. % Change	26.2%	21.7%	24.8%	18.0%	19.3%	18.6%

بودیم و تمام زیبایی‌اش در یکپارچه شدن ناگهانی یک ملت بود حال باید بصورت انفرادی، در خفا و در قرنطینه آثرا جشن بگیریم و حفظش کنیم برای روزهای بهتری که در پیش رو خواهیم داشت. متأسفانه تقصیر این گسترش ویروس در جهان متوجه بی‌مبالاتی ما ساکنان این سیاره است.

کسانی که هنوز فکر می‌کنند توجه به مسائل بهداشتی یک امر شخصی است و به دیگران مربوط نیست در حالیکه بی‌توجهی یک نفر در قاره آسیا در حال حاضر ممکنست باعث بیماری و مرگ شخصی در کشور و حتی قارای دیگر بشود. در اینجا از دوستان خریداری که برای بازدید به املاک فروشی تشریف می‌برید خواهش می‌کنم نکات بهداشتی را رعایت بفرمایید بطور مثال کفش‌های شما ممکنست عامل انتقال ویروس باشند، لطفا با کفش وارد منزل فروشندگان ملک نشود. دست‌های خود را قبل و بعد از بازدید ضدعفونی بفرمایید. مطمئن هستم در اینمورد این روزها زیاد شنیده‌اید و به نکات بهداشتی به اندازه کافی آگاهی دارید، طبق آخرین اطلاعات پزشکی هر شخصی بدون اینکه بداند ممکنست ناقل این ویروس باشد خواهش من اینست که مراعات بفرمایید و برای بازدید خصوصی از املاک فروشی ما لطفا تماس بگیرید. به امید دیدار.

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

TRREB در این صفحه انتخاب کرده‌ام که تعداد فروش و تغییرات قیمت هر بخش از املاک دست به دست شده را به تفکیک نشان می‌دهد، ملاحظه بفرمایید و اگر پرسشی دارید یا نیاز به گزارش املاک منطقه خودتان دارید حتما تماس بگیرید.

سال‌های گذشته نزدیک بهار، اگر خاطراتان باشد، تمایلی به نوشتن در مورد بازار ملک نداشتیم و بیشتر ترجیح می‌دادم از عید بنویسم، زمستان در شهر ما خیلی طولانی است. استاندارش مثل همه جای دنیا سه ماه است ولی اینجا به کسی جواب پس نمی‌دهد و هر چقدر بخواهد طول می‌کشد. بعضی سال‌ها بخش بزرگی از فصول قبل و بعد از خودش را هم اشغال می‌کند و گاهی بقدری دوام می‌آورد که انسان کلافه می‌شود. بخصوص که بهار برای ما مفهوم متفاوتی دارد و دوست داریم که چهارشنبه سوری و عیدمان بوی بهار بدهد. اتفاقا امسال بنظر می‌رسد که هوا برای یک عیدی بی‌نظیر، آماده می‌شود و اگر همینطور ادامه بدهد می‌توانستیم شاهد بهاری به موقع باشیم و یک عید با شکوه را در کنار هم برگزار کنیم. اما مراسم و جشن‌هایی که گروه‌های مختلف جامعه ایرانی تدارک دیده بودند یکی پس از دیگری بخاطر نگرانی از انتشار ویروس متفی می‌شوند و افسوس که مصائب در یک سال گذشته چنان پشت سر هم بر سر هموطنان نازل شده که فرا رسیدن بهار و عید را تحت‌الشعاع خودش قرار داده است. عیدی که طی هزاران سال به هر زحمتی و به هر سختی حفظش کرده

کامران انواری
بروکر املاک

بازار مسکن در کلاتشهر تورنتو روز به روز داغ‌تر می‌شود. طبق آماري که تشکیلات املاک تورنتو TRREB روز چهارم مارچ منتشر کرد تعداد معاملات ماه فوریه تقریبا یک و نیم برابر زمان مشابه سال قبل است. اگر بخواهیم دقیق‌تر صحبت کنیم بیش از چهل و پنج درصد افزایش در حجم معاملات نسبت به سال گذشته، همانطور که می‌دانید افزایش معاملات، ماه‌هاست که سیر صعودی گرفته است. باز جای شکرش بایقست که عرضه ملک برای فروش، نزدیک به هشت درصد بالاتر از پارسال بوده است. اگرچه با این تقاضای عظیم برای خرید، بازار بزودی با کمبود عرضه مواجه خواهد بود. متوسط قیمت املاک دست به دست شده در ماه فوریه بیش از شانزده درصد افزایش نشان می‌دهد و البته باز هم جای شکرش بایقست که بانک‌ها با سختگیری جلوی وام‌ها را گرفته‌اند. طبق معمول این سه سال اخیر قیمت کاندو آپارتمان با بیش از مجده درصد افزایش پیرچهار است و خانه‌های ردیفی با نزدیک به پانزده درصد افزایش مقام دوم را از نظر افزایش قیمت دارند. خانه‌های ویلایی و مستقل نیز با افزایش قیمتی در حدود چهارده درصد در مقایسه با قیمت‌های فوریه سال گذشته از این بازار سهمی در خور توجه داشته‌اند. برای اینکه شما را با ذکر آمار و ارقام خسته نکنم جدولی از سایت

خبر- کانادا

کانادا از بعد از مارچ هزینه‌های امنیت هری و مگان را نمی‌دهد



پروتکل‌های دیرینه در جای خود وجود دارند که دنبال می‌شوند." اکنون به نظر می‌رسد که بحث‌ها به نتیجه رسیده‌اند و مسئله امنیت زوجین بین دولت انگلیس و پلیس متروپولیتن که همواره مجبور به حمایت از آنها بوده‌اند، به پایان رسیده است. با قطع رابطه این زوج معروف در هفته‌های آینده با خاندان سلطنتی، دولت تردو از تحمل بار مالی معاف می‌شود. نظرسنجی‌های "لگر" و "مؤسسه" انگوس رید" نشان داده که فقط حدود یک نفر از پنج کانادایی معتقدند که هزینه‌های امنیتی این زوج با کانادا باید تأمین کند، در مقابل فدراسیون مالیات‌دهندگان کانادا متنی مبنی بر ۸۰۰۰۰۰۰ امضا در اختیار نخست وزیر قرار داد که در آن آمده که مالیات‌دهندگان با این موضوع موافق نیستند. کارشناسان امنیتی، از جمله مأمورین بازنشسته پلیس، تخمین زده‌اند که هزینه محافظت از زوج در زندگی جدیدشان می‌تواند از ۱۰ تا ۳۰ میلیون دلار در سال باشد.

صحبت کردم." این خبر در حالی منتشر می‌شود که هفته‌ها روزنامه‌نگاران از دولت خواسته‌اند وضعیت نقل و مکان هری و مگان را روشن کنند. رسانه‌های انگلیس با استناد به منابع انگلیسی، می‌گویند نخست‌وزیر جاستین تردو بیش از این به آمریکا تعهدی داده بود که دولت کانادا به هزینه‌های نگهداری این دو کمک می‌کند. اما تردو هرگز این موضوع را تأیید نکرد. تردو در تاریخ ۱۳ ژانویه گفت: "دولت کانادا واقعا درگیر هیچ‌گونه مذاکره پیرامون توافقات‌های جدید این زوج نبوده است." تردو و دیگر مقامات دولتی لزوم نگه داشتن تدابیر امنیتی را محرمانه عنوان کردند که دلیل عدم افشای ترتیبات اتخاذ شده برای هری و مگان است. او همچنین گفته بود که بحث‌ها هنوز به نتیجه نرسیده است. تردو ۹ فوریه در "ادیس آبابا"، پایتخت اتیوپی گفت: "من در مورد جزئیات عملیاتی اظهار نظر نمی‌کنم، اما

اداره امنیت عمومی کانادا گفت که پلیس فدرال کانادا از ماه نوامبر سال گذشته تا به امروز وظیفه برقراری امنیت برای "هری" و "مگان"، اعضای خاندان سلطنتی انگلستان را به عهده داشته ولی پس از هفته‌ها حدس و گمان درباره اینکه آیا کانادایی‌ها باید هزینه حضور این دو را در کشور پرداخت کنند، و با تصمیم خاندان سلطنتی مبنی بر اینکه از ۲۱ ماه مارچ امسال آنها دیگر عنوان رسمی نخواهند داشت، سرانجام دولت کانادا در نظر دارد خدمات خود را به این زوج در هفته‌های آتی متوقف کند." دفتر "بیل بلر"، وزیر امنیت عمومی می‌گوید: "دوک و دوشس ساسکس از ۳۱ مارس به بعد عنوان عضو فعال خانواده سلطنتی را ندارند."

در این بیانیه آمده: "دوک و دوشس ساسکس که تصمیم به جابجایی موقت به کانادا را گرفته‌اند، شرایطی بی‌نظیر و بی‌سابقه برای دولت و پلیس فدرال ایجاد کردند. از آنجایی که دوک و دوشس در حال حاضر به عنوان افراد تحت حمایت بین‌المللی شناخته می‌شوند، کانادا مکلف به ارائه کمک‌های امنیتی بر اساس نیاز آنها بوده است. بنا به درخواست پلیس متروپولیتن (کانادا)، پلیس فدرال از زمان ورود دوک و دوشس به کانادا از نوامبر ۲۰۱۹ به طور متناوب خدمات امنیتی را به آنها ارائه کرده است." به نظر می‌رسد این بیانیه با پاسخ بلر در ۲۱ ژانویه، مغایرت داشته باشد، وقتی از وی در "وینیپگ" پرسیده شد که آیا هری و مگان برای کانادایی‌ها هزینه امنیتی دارند؟

وی پاسخ داده بود: "می‌توانم به شما بگویم که اکنون ما ملزم به ارائه خدمات به آنها نیستیم." بلر امروز گفت که این تضاد گفتاری ناشی از سوء تفاهم بوده است و اضافه کرد: "در آن زمان من بر اساس اطلاعاتی که در دست داشتم

کامران
انواری

Real Estate Broker

Cell: 647.808.3450

kamrananvari@yahoo.com

www.anvari.ca

RE/MAX® Re/max Central Realty 30 Fulton way unit 8 | Office: 416-500-5888



پیش خرید کاندو آپارتمان

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

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+۲ سرویس، در زمینی بزرگ واقع در بهترین منطقه نیومارکت

Richmond Hill

\$449,000



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

Call Now To Book Your Private Home Tour!

Dufferin / MajorMc

\$1,199,000



خانه مستقل، بسیار زیبا، چهار اتاق خواب، با زیرزمین واک اوت، در یک منطقه عالی

Bayview village

\$1,880,000



خانه‌ای زیبا در زمینی بزرگ در منطقه‌ای با کلاس و استثنایی

Donmills / Finch

\$1,088,000



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

Bayview / Cummer

\$1,499,000



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

علیرضا
بساقی زاده

416.570.9773

Centurion 2011, Centurion 2016

Century 21Canada

Top Producer Century 21

Heritage group 2011



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

خرید ، فروش و اجاره

خرید و فروش مراکز پزشکی

Bayview / Steeles

\$798,000



NEW!

Major Mac / Pine Valley

\$1,790,000



NEW!

Stunden / Mapleview

\$624,900



SOLD

مکان استثنایی: بی‌ویو و استیلاز
تاون‌هاوس ۳ خوابه ۲ سرویس،
با زیرزمین آپارتمانی،
۲ طبقه، بسیار روشن در زمینی با عمق زیاد،
تاسیسات جدید، نزدیک تی‌تی‌سی و همه امکانات شهری

خانه مستقل ۱+۵ خوابه ۵ سرویس،
با زیرزمین آپارتمانی و با درب مجزا،
۲ آشپزخانه، پشت به محوطه حفاظت شده،
کف چوبی، با تراس و حیاط پشتی بسیار عالی،
نزدیک بزرگراه‌های ۴۰۵ و ۴۲۷ و ۴۰۷

خانه مستقل ۱+۳ خوابه،
دو سال ساخت، ۴ سرویس،
با زیرزمین تکمیل شده
زمین بزرگ ۳۳x۱۱۰ فیتی
وسایل آشپزخانه و تازک‌کاری عالی

املاک و مسکن

پیش فروش آپارتمان های دو و سه خوابه
در خیابان Churchدکتر رامین سیروسی
مشاور املاک

با عرض سلام و آرزوی خوش برای شما،
در این هفته قصد داریم در مورد دو پروژه
با شما صحبت کنیم.

پروژه اول در ریچموند هیل و در **خیابان
الکین میلز** در شمال خیابان میچرمک
ساخته و در سال ۲۰۲۳ تحویل داده
خواهد شد.

پروژه دوم در مرکز شهر تورنتو و در
خیابان Church در قلب داون تاون
ساخته می شود. ویژگی هر دو پروژه آنست
که مناسب ترین قیمت را در داون تاون و در
ریچموند هیل دارا می باشند.

در پروژه اول هم واحدهای تاون هاوس
وجود دارد و هم کاندوها دو خوابه و
بزرگتر. این پروژه در خیابان Bayview
قرار دارد و شرکت سازنده هم اکنون
شروع به خاکبرداری آن کرده است و
عملیات ساختمان آن در حال انجام
است. آپارتمان های این مجتمع بسیار



و لاکر را نیز شامل می شود.
این واحدها Penthouse هستند و دارای
زیباترین منظره فضای سبز در اطراف
خود می باشند.
در فوت این آپارتمان ها فقط ۷۰۰ دلار
سال ۲۰۲۳ به شما تحویل داده خواهد
شد. این ساختمان همچنین دارای
پنت هاوس های بسیار بزرگ با زیربنای
۱۱۲۵ فوت مربع (حدود ۱۱۰ متر) نیز
می باشد که حدود ۷۷۰ هزار دلار قیمت

مزایای استثنایی پیش خرید ما:

- من همراه 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 وکیل 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.

خبر- آمریکا

جو بایدن با پیروزی در ۱۰ ایالت
از سندرز پیش افتاد

جو بایدن، معاون سابق باراک اوباما روز
سه شنبه ۳ مارس (۱۳ اسفند) توانست
در انتخابات مقدماتی ۱۰ ایالت، برنی
سندرز، سناتور ایالت ورمونت و دیگر
رقبای خود را در رقابت های مقدماتی
حزب دموکرات آمریکا شکست دهد.
نتیجه انتخابات مقدماتی ایالت های
ویرجینیا، کارولینای شمالی، الایاما،
مینسوتا، ماساچوست، آرکانزاس،
اوکلاهما، تنسی، مین و تگزاس از
پیروزی جو بایدن حکایت دارد. به این
ترتیب او از نظر تعداد نمایندگان که
تاکنون به کنوانسیون حزب دموکرات
فرستاده است از برنی سندرز پیشی
گرفت.
رای گیری برای تعیین نامزد حزب
دموکرات در انتخابات ریاست جمهوری
سال جاری میلادی روز سه شنبه در
۱۴ ایالت آمریکا برگزار شد.
شرکت کنندگان در رای گیری های
ایالتی بیش از یک سوم نمایندگان
حاضر در کنوانسیون حزب دموکرات
را انتخاب کردند. این نمایندگان وظیفه
تعیین نامزد این حزب برای رقابت با
دونالد ترامپ، رئیس جمهوری فعلی
آمریکا را در انتخابات ماه نوامبر (آبان)
برعهده خواهند داشت.
از برگزاری همزمان رای گیری در
۱۴ ایالت آمریکا و منطقه خودگردان
ساموای آمریکا در اقیانوس آرام در
ادبیات سیاسی آمریکا به عنوان "سه
شنبه بزرگ" یاد می شود. برنی سندرز
در میان رای گیری های "سه شنبه
بزرگ" در چهار ایالت ورمونت، کلرادو،
یوتا و کالیفرنیا پیروز شد. او نماینده
ایالت ورمونت در مجلس سنای آمریکا
است.
مایکل بلومبرگ، شهردار سابق نیویورک
با وجود تبلیغات گسترده در ۱۴ ایالت
"سه شنبه بزرگ"، تنها در منطقه
خودگردان ساموای آمریکا پیروز شد.
جو بایدن پس از پیروزی در ایالت

کارولینای جنوبی و کناره گیری پیت
بودیج و امی کلپوجار از رقابت ها
توانست از آنچه پیش از این پیش بینی
می شد نتایج بهتری کسب کند. امری
که در عمل باعث شد برنی سندرز
موقعیت خود را به عنوان نامزد پیشتر
رقابت ها از دست بدهد.
پیت بودیج، شهردار سابق ساوت بند
و امی کلپوجار، سناتور ایالت مینه
سوتا در روزهای گذشته ضمن کناره
گیری از رقابت ها از نامزدی جو بایدن
حمایت کردند. بسیاری از تحلیلگران
بر این باور هستند که کناره گیری آنها
نشانه ای از تلاش چهره های میانه رو
و بانفوذ حزب دموکرات برای جلوگیری
از پیروزی برنی سندرز در مقابل جو
بایدن است. مایکل بلومبرگ، شهردار
سابق نیویورک پس از نتایج ضعیف در
"سه شنبه بزرگ"، اعلام کرد که کارزار
انتخابی اش را متوقف می کند. وی در
عین حال گفت که از نامزدی جو بایدن
حمایت می کند.
وی در بیانیه ای اعلام کرد: "سه ماه
پیش، برای شکست دادن دونالد ترامپ



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

416.418.8587

iProRealty



**ژاله
وحدت پناه**
مشاور
رسمی املاک

416.826.9797

iProRealty

www.Facebook.Com/BestNewHouses

با مورگیج ماهانه ای که کمتر از اجاره است، صاحبخانه شوید!

1 Yonge / Sheppard 	\$599,000 دو خوابه + دن ۸۵ متری *مورگیج ماهانه ۲,۰۲۵ دلار	2 Yonge / Steeles 	\$680,000 تاون هاوس، ۱۴۰ متر مربع *مورگیج ماهانه ۲,۳۰۰ دلار
3 Yonge / John 	\$570,000 سه خوابه، ۱۱۰ متری *مورگیج ماهانه ۱,۹۲۵ دلار	4 Yonge / MajorMac 	\$525,000 دو خوابه + دن ۱۱۰ متری *مورگیج ماهانه ۱,۷۷۵ دلار
5 Yonge / Harding 	\$550,000 دو خوابه + دن ۱۲۰ متری *مورگیج ماهانه ۱,۸۶۰ دلار	6 DonMills / Sheppard 	\$500,000 دو خوابه، ۱۱۰ متری *مورگیج ماهانه ۱,۷۰۰ دلار

عالی ترین پروژه ها برای پیش خرید تاون هاوس و آپارتمان

* محاسبات وام مسکن های فوق بر اساس وام ۳۰ ساله معادل ۸۰٪ ارزش ملک و نرخ بهره ۳٪ انجام گرفته است.



انشارات خردمند

24 YEARS IN CANADA

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

- 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**

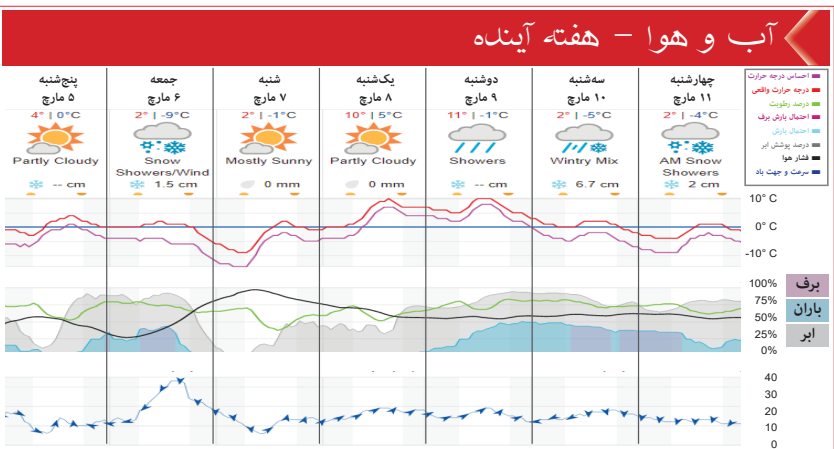
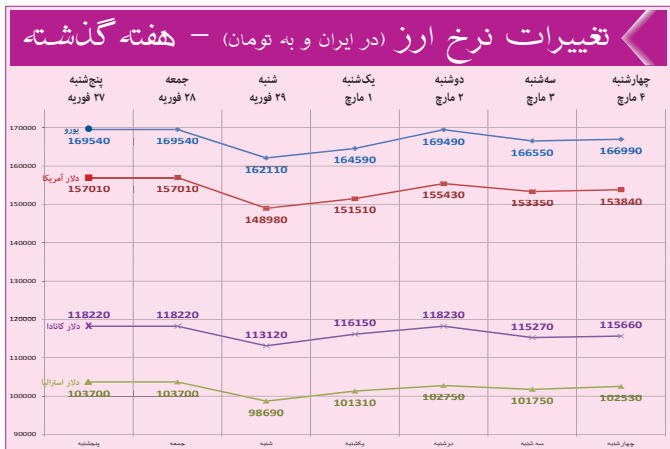
 **kheradmandgraphics**

E-mail: **info@khrd.ca**

Web: **www.khrd.ca**

 **facebook.com/khrd.ca**

 **kheradmand**



گزارشی از پیامدهای سقوط فروش نفت ایران در سال ۹۹



مانی یآوری - کارشناس ارشد رسانه

مردم معترض تر و حکومت پرزورتر

هجوم گسترده ویروس کرونا به ایران تبدیل به مهمترین موضوع برای برنایان شده و روزی نیست که رسانه‌های کشورهای مختلف به وضعیت وخیم ابتلای مردم ایران به کرونا و گسترش سریع آن به سایر کشورها از شرق تا غرب دور اشاره‌ای نداشته باشند. همچنین تنوع ارتباطات مربوط به کرونا آن ذهن اولویت اول افکار عمومی در داخل و خارج از ایران شده و از طرفی عطف اخبار و رویدادهای کلیدی این کشورها را در حاشیه توجه قرار داده که سقوط بی‌سابقه فروش نفت ایران از مهمترین آنهاست. این اتفاق منجر به دل‌آلای اخبار مربوط به کلیات موضوعه سال ۹۹ در مجلس به‌یادداشت داشت و این گزارش شریف کرده این موضوع و پیامدهای آن را در کانون توجه مخاطبان قرار دهد.

داستان‌های بودجه ۹۹

مجلسه فعلی ایران که از عمر آن کمی بیشتر از سه ماه مانده در ۶ اسفندماه ۱۳۹۶ با کلیات بودجه ۹۹ که دولت آن را در ۱۷ اردیبهشت ۹۹ کرده بود، مخالفت کرد. این بودجه به این معناست که نمایندگان بدون ورود به جزئیات بودجه ۹۹، مسوولان مربوط به تهیه آن را در کمره و زیر درخت کشور و دستگاهها، با استراتژی و کلیات بودجه از جمله تمایل در آیدهای دولت مخالفت کردند. رسانه‌های نزدیک به سپاه پاسداران با استقبال از این اتفاق سیاسی فنی بودجه‌دهی و همچنین شفاف بودن اختصاص بودجه به سازمان‌های دولتی و... را تائید در کلیات بودجه ۹۹ عنوان کردند. برخی اخبار هم حاکی از این بود که نمایندگان از ترس ایندکس محبوب باشند از این روزهای کزوبانی کار می‌کنند و به بهانه تصویب جزئیات بودجه بپردازند. کلیات آن را رد کردند تا خیال خودشان را راحت کنند. فارغ از این تفاسیر و توجیه‌ها اما نکته مهم اشاره برخی بودجه‌دهان به کاهش فروش نفت سابقه نفت ایران بود و بر همین اساس آنها معتقد بودندحاجت دولت بر روی فروش یک میلیون بشکه در روز در بودجه ۹۹ غیر منطقی است.

نیز دولت اما با اصرار بر تصویب کلیات لایحه بودجه سال ۹۹ قصد داشت تا دست خودش را برای تصمیم‌هایی از جمله استقراض مستقیم یا غیرمستقیم از بانک مرکزی و انتشار اوراق از جمله اوراق بدهی و پرداخت از صندوق توسعه یا دستور رهبر جمهوری اسلامی ایران باز نگه دارد و برپایه‌اش با حکم حکومتی خانمانه همان کلیات بودجه رد شده ایران تنها در کمیسیون تلفیق مجلس تصویب شد تا دولت هم به هدف خودش رسیده باشد.

سقوط فروش نفت ایران

روند فروش نفت ایران پس از خروج آمریکا از برجام کاهش بی‌سابقه‌ای را به ویژه در چند ماه اخیر تجربه کرده به طوری که بر اساس داده‌های شرکت «کلیئر» میزان بارگیری نفت ایران در چند ماه گذشته به تنها ۳۳۸ هزار بشکه در روز رسیده که چین و سوریه خریداران اصلی آن هستند. از طرفی در وزارت نفت ایران پیش‌بینی شده با شروع کرانه برای نفت ایران کاهش دهد که باعث خواهد شد فروش نفت با افت در سال جاری میلادی در عمل به زیر ۲۰۰ هزار بشکه در روز برسد.

در ظرف یک دهه همین فروش ۲۰۰ هزار بشکه در روز از یک چند صدها میلیون دلار به عراق و افغانستان و سوریه و لبنان و یمن و عراق افزایش یافته که در سال ۱۳۹۵ به ۴۶۴ هزار بشکه افزایش نسبت به ژانویه به ۲۲ میلیون و ۳۵۹ هزار بشکه در روز رسید.

با کاهش بی‌سابقه فروش نفت ایران در حالی است که در روزهای خوش و روایی برجام با حضور آمریکا، فروش نفت ایران افزایش بی‌سابقه‌ای را در سال گذشته تجربه کرد و در سال ۱۳۹۵ از افزایش حدود ۸۵ درصدی نسبت به سال ۹۴ به ۷۶۵ میلیون بشکه یعنی کمی بیش از دویست میلیون بشکه در روز رسیده بود.

امریکا پس از خروج از برجام و اعمال تحریم‌های گسترده علیه ایران از میانه‌های آبان ۱۳۹۷ با معافیت مشتریان اصلی نفت ایران از تحریم‌ها برای چهار ماه موافقت کرد اما از اردیبهشت سال ۱۳۹۸ و با هدف به صفر رساندن فروش نفت ایران تمامی این معافیت‌ها را لغو کرد و از همان زمان سی‌قوت بی‌سابقه فروش نفت ایران در بازارهای جهانی آغاز شد به طوری که این روزها از سایر مشتریان اصلی نفت ایرانی یعنی ایتالیا، یابون، ترکیه، ژاپن، چین، کره جنوبی، هند و یونان تنها چین همچنان جای خرید نفت ایران ماند و سایر مشتریان اصلی خرید این نفت زیر ریسک را به لقاء الله می‌بخشند.

این شرایط در حالی است که بسیاری از کارشناسان صنعت نفت در ایران در بدترین حالت پیش‌بینی کرده بودند که با شدت یافتن فشارها و تحریم‌های آمریکا و شکست تلاش‌های دیپلماتیک ایران برای حفظ ارتباط با شرکای استراتژیک باز هم ایران می‌تواند با حفظ چند مشتری اصلی و ویژه هند و چین روزانه ۴۰۰ تا ۵۰۰ هزار بشکه نفت فروش داشته باشد اما اوضاع امروز نفت ایران حتی از این بدتر شده و تحولات جدیدی در پی می‌آید. به‌بیانیه هم‌چونمتر شدن و صادرات نفت تنها کمی بیشتر از گابن است.

حفظ اولویتهای امنیتی و انتظامی

گشایش فروش نفت در ساده‌ترین شکل ممکن اولویت‌های اختصاص بودجه نفت در کلیات نظام سیاسی ایران را تحت تأثیر قرار خواهد داد. با توجه به فضای ناآرام داخلی و خارجی در سال ۹۸ قابل پیش‌بینی بود که اولویت‌های بودجه کشور در سال ۹۹ تحت‌الشعاع متغیرهای امنیتی، انتظامی و نظامی باشد. چنانچه در بودجه دولتی سال ۹۹ و علی‌رغم پیش‌بینی کاهش فروش نفت، برای تنها چهار مجموعه وزارت اطلاعات، سپاه، و نیروی انتظامی ۴۲ هزار ۱۱۱ میلیارد تومان بودجه پیشنهاد شده است که نسبت به بودجه سال ۹۸ این چهار مجموعه در کل پنج هزار و ۵۹۳ میلیارد تومان افزایش را نشان می‌دهد.

در کنار افزایش بودجه بخش‌های امنیتی، انتظامی و نظامی به طور طبیعی بودجه سایر بخش‌ها از جمله بخش‌های عمرانی و جاری کشور کاهش می‌شود. مسکویرا با تجربه خواهند کرد که در یک نگاه کلی به معنای زندگی بسیار سخت‌تر از سال ۹۸ برای مردم ایران در سال ۹۹ و البته یک حکومت مأمده برای برخورداری‌های امنیتی، انتظامی و نظامی با اعراض‌ها بسیار خواهد بود.

اخبار کامل و کوتاہ جهان - ہفتہ گذشتہ

چهارشنبه ۴ مارچ	سه‌شنبه ۳ مارچ	دوشنبه ۲ مارچ	یکشنبه ۱ مارچ	شنبه ۲۹ فوریه	جمعه ۲۸ فوریه	پنجشنبه ۲۷ فوریه
بلمورگ به نفع یابین از نامزدی دموکرات‌ها کنار شد؛ یابین در کشت؛ یابین در ۵۱ حوزه ۳۰ سنדרز پیشانی افتاد کشته‌های کرونا؛ آمریکا ۱۰۰ نفر شد	موفقیت یابین در انتخابات سه‌شنبه بزرگ دموکرات‌ها گرمایا ۲۵ کشته گرفت کشتی‌های آمریکا ۱۰۰ ترامپ با ملا ۱۰۰، کنگره آمریکا بوجه ۱ میلیاردی رای کرونا نفر شد	قربانیان کرونا در آمریکا ۲۶ کشته شد کاشی - ۲۰، ۵ ۲۱ با رساند در نفر دو اتروری به سفر در بریتیش کلمبیا کرونا؛ دیند عقب نشینی دولت اتروری از ۲ پیشنهاد اومز و پروش هجوم کانادایی‌ها به خریف شد آردوگان: میلیون‌ها مهاجر به اروپا می‌روند سوند پراواچری ایران را متوقف آزمایش کرونا؛ با مفتی شد دیگری میان پانچووی سوری و مرزبانان یونان ترکیه، یک مشک در پرتاب و آزمایش کرد آغاز نظرات علوی از نخست وزیر عراق انتخابات ایحسان سقارت زد مخالفت تعویق المپیک توکیو به حاکم و شکت تنها خبر حالی شد ایران سوری سرقاب را دوباره پس گرفت بازداشت ۴۱۲ کارمند قضایی بگرفت مسلمانان شد آتششان اندونزیایی فوران در	پوتنج از ۱ انتخابات کنار کشید نخستین بیمار کرونا؛ نیویورک ایران است کرونا؛ ایران توافق دولت کانادا با بومیان بر س راه‌شان شکت ماسکو در اکسیس مقابل در اتیوپی گروگان پروزی حزب مردم اتحاد اساکی در انتخاب مجلس رشد ۵۰ درصدی مذاکرات با دولت استانی جده هزار مهاجر سوری از ترکیه به یونان رفتند؛ یونان: مرز بستم سوریه از شام و مرز اردن آغاز شد عراق مرز ایران باز یازگاری پوتین: از سر راه سرازمان ما کنار آزادی زندانیان بروند رومن پولاسکی چندین پیرین کارگردان جشنواره فیلم فرانسه در و اعتراض مواجه کشفید شد احمد حاج سنگین میان ترکیه و سوریه با راش سوریه تناهوی پس از انتخابات به دادگاه کشید سقارت و یکی به محلی ایران یاسین نخست وزیر شود داشی از کرونا در ایران استقبال کرد مرگ اولین استرالیایی بزرگ کرونا فیضان وجود نادر، فیلم محمد رسول برنده سفر طلایی برنلاند شد کرونا: ۴۲ ۱۲۳ درمان: ۵۹۳ میتا ارزش قاصطونی و زنبیون در قم پلیس فرد پس زندانی بازگذاشت افرا رضا را کشته کرد ۲۰ - یانیده مجلس کرونا دارند	امضاء توافقنامه صلح آمریکا و طالبان در وجه پروزی یابین در انتخابات کارولینی جنوبی مرگ یک کرونا؛ در آمریکا: ایالات واشنگتن آمریکا رئیس جمهور ارگوئه راستگرا کرد به ایران و یک مصری مبتلایان کرونا؛ ایران اتروری هستند توافق دولت کانادا با بومیان بر س راه‌شان شکت ماسکو در اکسیس مقابل در اتیوپی گروگان پروزی حزب مردم اتحاد اساکی در انتخاب مجلس رشد ۵۰ درصدی مذاکرات با دولت استانی جده هزار مهاجر سوری از ترکیه به یونان رفتند؛ یونان: مرز بستم سوریه از شام و مرز اردن آغاز شد عراق مرز ایران باز یازگاری پوتین: از سر راه سرازمان ما کنار آزادی زندانیان بروند رومن پولاسکی چندین پیرین کارگردان جشنواره فیلم فرانسه در و اعتراض مواجه کشفید شد احمد حاج سنگین میان ترکیه و سوریه با راش سوریه تناهوی پس از انتخابات به دادگاه کشید سقارت و یکی به محلی ایران یاسین نخست وزیر شود داشی از کرونا در ایران استقبال کرد مرگ اولین استرالیایی بزرگ کرونا فیضان وجود نادر، فیلم محمد رسول برنده سفر طلایی برنلاند شد کرونا: ۴۲ ۱۲۳ درمان: ۵۹۳ میتا ارزش قاصطونی و زنبیون در قم پلیس فرد پس زندانی بازگذاشت افرا رضا را کشته کرد ۲۰ - یانیده مجلس کرونا دارند	ترامپ: دموکرات‌ها بر کرونا از بر علیه من شایعه می‌کنند سقوط مجدد سهم در دنیا: ۵ تریلیون دلار ضرر آمریکا: اروپا سوتیس به ایران موافقت کرد آغاز فاز جدید دیوار ترامپ در مرز آمریکا و مکزیک سقوط کرد اتروری در کانادا شمال رومن پولاسکی چندین پیرین کارگردان جشنواره فیلم فرانسه در و اعتراض مواجه کشفید شد احمد حاج سنگین میان ترکیه و سوریه با راش سوریه تناهوی پس از انتخابات به دادگاه کشید سقارت و یکی به محلی ایران یاسین نخست وزیر شود داشی از کرونا در ایران استقبال کرد مرگ اولین استرالیایی بزرگ کرونا فیضان وجود نادر، فیلم محمد رسول برنده سفر طلایی برنلاند شد کرونا: ۴۲ ۱۲۳ درمان: ۵۹۳ میتا ارزش قاصطونی و زنبیون در قم پلیس فرد پس زندانی بازگذاشت افرا رضا را کشته کرد ۲۰ - یانیده مجلس کرونا دارند	سقوط آزاد بازارهای سهام دنیا ترامپ از سر مادی واشینتن در حال ملاقات نامردی با مرد دیگری است آمریکا با برنامه کمک غذایی و دارویی سوتیس به ایران موافقت کرد آغاز فاز جدید دیوار ترامپ در مرز آمریکا و مکزیک سقوط کرد اتروری در کانادا شمال رومن پولاسکی چندین پیرین کارگردان جشنواره فیلم فرانسه در و اعتراض مواجه کشفید شد احمد حاج سنگین میان ترکیه و سوریه با راش سوریه تناهوی پس از انتخابات به دادگاه کشید سقارت و یکی به محلی ایران یاسین نخست وزیر شود داشی از کرونا در ایران استقبال کرد مرگ اولین استرالیایی بزرگ کرونا فیضان وجود نادر، فیلم محمد رسول برنده سفر طلایی برنلاند شد کرونا: ۴۲ ۱۲۳ درمان: ۵۹۳ میتا ارزش قاصطونی و زنبیون در قم پلیس فرد پس زندانی بازگذاشت افرا رضا را کشته کرد ۲۰ - یانیده مجلس کرونا دارند

ایران استار

Iran Star Marketing Inc.

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

315 Steelcase Road East, Suite 201, Markham, Ontario, L3R 2R5

اپ جدید: Metal Exchange

• بهترین نرخ حواله فوری
• ۲۸ ساعته
• پرداخت همینان 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, 03 March 2020 - V. 26 - No.1278

صرافی بهمنی

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

416 319 0000
6120A Yonge St, Unit 209

← ۲۶ **سلامتی**

نان را قبل از خوردن
برای مقابله با کرونا
گرم کنید

انستیتو تحقیقات تغذیه



← ۲۷ **سلامتی**

استفاده زیاد از کامپیوتر
سبب خشکی چشم
می شود

دکتر محمد قریش



← ۲۹ **تغذیه**

مواد خوراکی که
سرماخوردگی و سرفه را
تشدید می کنند

متخصصین تغذیه



← ۳۰ **آشپزی-۱۲۶**

پودینگ سیب زمینی
فیکن مرغ
پنیر کریسپی

پروین ترابی



← ۳۱ **رمان دنباله دار**

آتوسا
(دختر کوروش بزرگ)
قسمت ۴۶

هلا افشار



← ۳۳ **نیاز مندی ها**

استخدام و اجاره



← ۳۴&۳۵ **سرگرمی**

سودوکو، فال



← ۳۶&۳۷ **اطلاعات عمومی**

جدول
لیست مشاغل ایرانی

۳۸&۳۹




شش پک، متوسطی که یک فرد سیگاری به یک نخ سیگار می زند، به آن زدند. سپس میزان هشت ترکیب شیمیایی را که چهار مورد از آنها توسط سازمان غذا و داروی آمریکا مضر یا مستعد آسیب زایی تشخیص داده شده در فواصل زمانی مشخص اندازه گرفتند.

پایندیک می گوید: مقادیر بدست آمده قابل توجه است و اگر ته سیگارها در محیط سر بسته یا داخل خودروها خاموش شوند می توانند اثرات مهمی به لحاظ آزاد کردن گازهای سمی در محیط به جا بگذارند.

تخمین زده می شود که روزانه پنج تریلیون ته سیگار در سراسر جهان تولید می شود که اکثر آنها به درستی خاموش و دور انداخته نمی شوند.



نمی کند زیرا این اطلاعات بیش از اندازه پراکنده و ضد و نقیض هستند. سامانه رصد این شرکت در عوض از گزارش های خبری و اطلاعات موجود در مورد شبکه های بیماری تشخیص داده شده بین حیوانات و بلیت های هواپیمایی برای ایجاد مدلی برای پیش بینی این که عفونت ها از کجا آغاز شده و افراد آلوده به کجا سفر خواهند کرد، استفاده می کند.

بلودات به درستی پیش بینی کرده بود ویروس ووهان طی چند روز پس از ظهور در تاییه، توکیو، سنول و بانکوک نیز شایع می شود.

سیستم بلودات اولین مورد از ورود هوش مصنوعی به حوزه پیش بینی شیوع بیماری ها نیست. دانشمندان مدت ها است که از مدل های یادگیری ماشین و کلان داده ها برای ردگیری شیوع بیماری های مختلف استفاده می کنند. با این حال اگر زمان ثابت کند که سیستم بلودات در پیش بینی شیوع بیماری ها موثر است، راه برای پیش بینی های سریع تر و دقیق تر در این حوزه هموار می شود.

سیگار بعد از خاموش شدن هم گازهای سمی آزاد می کند

نتایج یک آزمایش تازه نشان می دهد که سیگارها تنها در زمان روشن بودن تولید ترکیبات سمی نمی کنند بلکه حتی تا چند روز پس از خاموش و سرد شدن نیز به متصاعد کردن گازهای سمی در محیط اطراف ادامه می دهند.

بنابر نتایج یک مطالعه جدید که توسط کارشناسان سازمان غذا و داروی آمریکا انجام شده است، سیگارها در فاصله ۲۴ ساعت پس از خاموش شدن معادل ۱۴ درصد نیکوتینی که یک سیگار روشن از خود آزاد می کند، متصاعد می کنند.

این آزمایش نشان می دهد با وجود آنکه بخش عمده ترکیبات شیمیایی در فاصله یک روز آزاد می شوند، با این حال نیکوتین و تریاکتین (ماده افروندنی به فیلتر سیگار) پس از پنج روز تازه به نیمی از مقدار اولیه خود می رسد.

"داستین پایندیک"، کارشناس محیط زیست در انستیتو ملی استاندارد آمریکا به همراه تیم متخصصان خود برای این مطالعه ابتدا ۲۱۰۰ سیگار تهیه کردند. سپس با یک دستگاه مکنده

هوش مصنوعی شیوع ویروس کورونای جدید را پیش بینی کرده بود

مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری آمریکا (CDC) و سازمان بهداشت جهانی به ترتیب در تاریخ ۶ و ۹ ژانویه در مورد شیوع ویروس کرونا در ووهان چین به مردم اطلاع رسانی کردند، اما اولین علائم هشداردهنده این بیماری حدود یک هفته زودتر توسط یک سامانه رصد سلامت مبتنی بر هوش مصنوعی در کانادا شناسایی شده بود. این سامانه که به شرکت بلودات (BlueDot) تعلق دارد، در ۳۱ دسامبر به مشتریان خود درباره شیوع احتمالی یک بیماری واگیردار در ووهان چین هشدار داد. بلودات از الگوریتم های هوش مصنوعی برای رصد منابع خبری مختلف در جهان و شناسایی الگوها در گزارش های خبری حوزه بهداشت استفاده می کند.

این سیستم همچنین اطلاعات مربوط به شبکه های بیماری را نیز در گیاهان و جانوران در نظر می گیرد، همه گیرشناسان بلودات در گام بعد با استفاده از اطلاعاتی که جمع آوری می کنند، هشدارها و پیش بینی هایی را در مورد خطرات احتمالی برای سلامت و شیوع بیماری های واگیردار به مشتریان خود ارائه می دهند.

به گفته کامران خان، بنیانگذار بلودات، این شرکت در پیش بینی شیوع بیماری از داده های به دست آمده از شبکه های اجتماعی استفاده

← ۱۸ **زندگینامه - کتاب**

نگاهی به شاه
قسمت ۹۰

دکتر عباس میلانی



← ۲۰ **سخن و اندیشه-۱۰۴**

چگونه با آگاهی درست،
بر مشکلات ویروس کرونا
پیروز شویم؟

دکتر حسن گل محمدی



← ۲۲ **روانشناسی-۱۰۷۴**

عوامل ایجاد کننده
افسردگی-۲

دکتر صفر داعی



← ۲۳ **تاسیسات-۵۴**

فیلتر "هیا" از انتشار
بیماری در خانه تان
جلوگیری می کند

مهندس پیمان رامندی



← ۲۴ **مشاور خانواده-۴۵**

نشانه های یک رابطه
آزاردهند

فرشته نیک خواه



← ۲۴ **پزشکی**

نوشیدنی های قندی
کلسترول را افزایش
می دهند

دانشگاه تافتس



← ۲۴ **تندرستی**

عفونت کرونا را ۴ روز
زودتر از بروز علائم
تشخیص می دهیم

بیمارستان مونت سینا



← ۲۵ **طنز-۷۶**

اندر حکایت تعلیق کلیه
فعالیت های فصول خان برای
جلوگیری از اشاعه کرونا

فصول خان کامیونیتی



نگاهی به شاه



ژوئن ۱۹۶۳ (۱۵ خرداد ۱۳۴۲) هیچ تغییری در مملکت ایجاد نکرده‌ایم؟ آیا کارگران به رغم این که آنها را در سهام شرکت‌هایی که در آن کار می‌کنند سهم کردیم از ما حمایت نمی‌کنند؟ آیا زنانی که در همین دوران بعد از ۱۵ خرداد به آزادی رسیدند و حق رأی پیدا کردند به صف مخالفان خواهند پیوست؟ مفروضات تحلیل ساواک و واکنش شاه به آنها به خوبی دست‌کم یکی از ریشه‌های انقلاب ۱۹۷۹ (۱۳۵۷) را روشن می‌کند. حتی وقتی که ساواک به درستی بحرانی را پیش‌بینی می‌کرد عملاً تنها راه حل پیشنهادی‌اش سرکوب و سخت‌گیری بیشتر بود. واکنش شاه هم به خوبی مؤید نگاه اقتصادزده او به سیاست بود. به این توهم دچار بود که پیشرفت اقتصادی حلال همه مشکلات مملکت بوده است.

جالب اینجا است که بخش‌هایی از تحلیل هشارآمیز ساواک شبیه تحلیلی است که آنتونی پارسنز، سفیر انگلستان در ایران از ریشه‌های بحران و انقلاب ارائه کرده بود. در بحبوحه بحران، در یکی از دیدارهایش با شاه به صراحتی تمام سعی کرد تحلیلش از اوضاع را با شاه در میان بگذارد می‌گفت "شاه برای ۱۵ سال مملکت را با انضباطی شدید اداره کرده" و در این دوران برنامه‌نویسی سریع جامعه را دنبال کرده است. اجتناب‌ناپذیر بود که بالأخره زمانی این انضباط آهسته بایستی پایان می‌گرفت. در عین حال تردیدی هم نبود که پایان این دوران استبداد در وهله اول با عصیان عاطفی پر خشونت توده مردم همراه خواهد بود.^{۲۵} پارسنز می‌گفت که در این دوران نوسازی "خیل عظیمی از روستاییان شهرنشین شدند." اما در آنجا نهادهایی که بتواند آنها را جذب و تربیت کنند وجود نداشت. و بدین سان بود که "صف عظیم و بی سابقه‌ای از پرولتاریای شهرنشین بی ریشه" پدیدار شد. در تمام طول تاریخ ایران چنین خیل بهم فشردۀ عاصی و از خود بیگانه‌ای از مردم زحمتکش و تنگدست وجود نداشت. پس از توصیف این تحوّل

دکتر عباس میلانی
استاد دانشگاه - پژوهشگر
milanibooks.com



نیکخواه یادآور شده بود که معمولاً در فرایند نوسازی جوامع، تعداد کسانی که به طلبگی، کشیشی یا خاخامی رو می‌کنند کاهش پیدا می‌کند. در ایران جریانی درست عکس این رخ داده است. برای نمونه می‌توان به این نکته اشاره کرد که شمار مساجد و حوزه‌ها هم در آن سال‌ها شاهد رشدی شگفت‌انگیز بود. در سال ۱۹۷۷ (۱۳۵۶) مثلاً چیزی نزدیک به ۷۵ هزار مسجد و حوزه در ایران مشغول کار بود. به علاوه، شبکه‌ای سخت پیچیده از تکیه‌ها، هیئت‌ها، مجالس تدریس قرآن و نشر احکام و حتی مجله‌ها و انتشارات مذهبی به کار ترویج احکام اسلام و تشییع و در بسیاری از موارد نظرات رادیکال آیت‌الله خمینی بود. هیچ کس، نه روشنفکران و محققان، نه ساواک، به واکاوی ریشه‌های این شبکه و چند و چون فعالیتش عنایتی نداشتند. حتی هشار نیکخواه را هم کسی به جد نگرفت. شگفت اینکه در زمان نگارش رساله تیزبینش، او رئیس دفتر تحقیقات رادیو و تلویزیون ایران بود و زمانی، پیش از آن که در زندان تغییر نظر بدهد و به صف حامیان شاه بپیوندد، در زمره نامدارترین مخالفان رژیم بود. با این همه، کسی به هشارش وقتی نگذاشت. ساواک بیشتر نگران رشد نیروهای چپ بود. تحلیل ثابتی هم از پیامدهای بالقوه خطرناک انتخاب شدن کارتر این بود که به محض بروز نخستین نشان ضعف و تعلل در شاه ائتلاف عظیمی علیه رژیم صورت خواهد بست و چه بسا که ثبات سیستم را با مخاطره روبرو کند.

شاه از خواندن تحلیل ثابتی سخت برآشفته. او را متهم کرد که با تنگ‌نظری و بدبینی ذاتی‌اش همه دستاوردهای انقلاب شاه و مردم را نادیده گرفته است. پرسیده بود که آیا ما از زمان ۵



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



تاریخی پارسز به این نتیجه نهایی رسید که "در شرایط ذهنی آنها طبیعی بود که به رهبران و پیشکسوتان سنتی خود، یعنی سلسله مراتب روحانیون رجعت کنند."

آنچه این کلاف سردرگم را دو چندان پیچیده تر می کرد این واقعیت بود که شاه، به ویژه بعد از ۱۹۵۳ (۱۳۳۲) و وقایع تکان دهنده ای که در زندگی اش رخ داد، بیشتر و بیشتر بر این باور بود که حکومت اقتدارگرایانه اش پیش شرط بی بدیل نوسازی ایران است. هر چه آهنگ رشد اقتصادی ایران سریع تر می شد باور شاه به حقانیت این نظرش هم استوار می شد. از موفقیت اقتصادی چون استدلالی برای توجیه اقتدارگرایی شخصی اش بهره می جست. در تحلیلی که سازمان سیا در سال های دهه هفتاد (پنجاه) ارائه کرد بر این نکته تأکید داشت که شاه حال دیگر "دمکراسی را مانعی فراراه رشد اقتصادی می داند."

در آن سال ها گاه از ضعف های ذاتی و شکنندگی دمکراسی سخن می گفت و زمانی ادعا می کرد که ایرانیان هنوز آمادگی کافی برای شرکت در یک نظام دمکراتیک را پیدا نکرده اند. ایمانی راسخ پیدا کرده بود که او و تنها او می تواند لحظه پیدایش این آمادگی را تعیین کند. تجربه تاریخی از قضا نشان داد که او در بدترین لحظه ممکن کار گذار به جامعه ای دمکراتیک را آغاز کرد. چه این گذار تحت فشار کارتر صورت گرفت و چه تصمیمی بود که خود شاه به آن رسیده بود، در یک نکته شکی نمی توان داشت: وقتی فضای باز سیاسی آغاز شد مخالفان شاه او را در موقعیتی سخت ضعیف و ضربه پذیر می دانستند. دیری نپایید که دیگر به اصلاح امور و فضای باز سیاسی راضی نبودند. حال دیگر تغییر رژیم و براندازی شاه و سلطنت را می خواستند.

در واقع سرعت آهنگ رشد اقتصادی در دهه های شصت و هفتاد (چهل و پنجاه) در شاه خودبزرگ بینی فزاینده ای ایجاد کرده بود. به گفته سیا، شاه خود را در آن زمان بسان "رهبری می دانست که مأموریتش مستظهر به لطف الهی است و می بایست مملکتش را که سال ها در سکون و بی تحرکی مانده بود... به قدرتی بزرگ تبدیل کند و ارتشی توانمند را ملازم این قدرت می دانست." در سال ۱۹۷۷ (۱۳۵۶) ایران ۱۰/۶ درصد تولید ناخالص ملی خود را صرف ارتش کرد. در همان سال فرانسه ۳/۹ درصد، ترکیه ۵/۵ درصد و عراق ۸/۷۵ درصد تولید ناخالص

[نگاهی به شاه، ادامه در صفحه ۳۲ ←]

سخن و اندیشه - ۱۰۴

حسن گل محمدی
نویسنده و شاعر

چگونه با آگاهی درست، بر مشکلات ویروس کرونا پیروز شویم؟



این روزها جامعه جهانی و کشور ما ایران با مشکلات بیماری کرونا دست و پنجه نرم می‌کنند. متأسفانه آنقدر اطلاعات و مطالبی که توسط افراد ناآگاه در این باره در رسانه‌های جمعی و سیستم‌های رایانه‌ای نشر می‌یابد از دانسته‌های درست علم پزشکی و ارزش‌های آکادمیک به دور است که انسان نمی‌داند چگونه با آنها برخورد کند. افراد گوناگون از متخصص تا ناوارد بدون احساس مسئولیت در این باره مطالبی می‌نویسند و توصیه‌ها و راهکارهایی به مردم ارائه می‌دهند که بسیاری از آنها نه تنها مشکلی را حل نمی‌کند بلکه مشکل‌زا است.

انسان‌های روی کره زمین در طول تاریخ به دفعات زیاد با بیماری‌ها، رنج‌ها و دردهای همه گیر مواجه شده‌اند. بدیهی است گذر از چنین مصیبت‌هایی کار چندان آسان و ساده نیست، گاهی تحمل آنها از حد توان ما خارج است و برخی اوقات نیز توأم با تلفات جانی می‌گردد. نمونه عینی آن بروز ویروس کرونا در چین و توسعه آن با سرعت در سطح جهان در مدت یک ماه اخیر است.

کشورهای مختلف برای حفظ جان مردم خود به شیوه‌های گوناگونی با این بیماری برخورد کرده و می‌کنند. شاید بسیاری از راهکارهایی که

مکانیزم‌ها در آن است که آنها به طور ناخودآگاه عمل می‌کنند. این رفتار از کودکی در انسان‌ها بوجود می‌آید و سپس به صورت یک فرایند رفتاری در ذهن ما شکل می‌گیرد. ما در برخورد با این فرایند رفتاری نباید عکس‌العمل فرافکنی از خود نشان دهیم. باید برای خود و دیگران ارزش قابل شویم. یعنی همانقدر که ویروس کرونا ممکن است موجب بیماری ما شود باید فکر کنیم که این ویروس می‌تواند زندگی دیگران را هم به خطر اندازد.

بنابراین ما نمی‌توانیم مسئولیت خودمان را نسبت به دیگران فرافکنی کنیم. باید قبول کنیم همانطوریکه زندگی برای ما ارزش زندگی کردن دارد، برای دیگران هم همین‌گونه است. البرکامو نویسنده و فیلسوف فرانسوی می‌گوید: "من انسان‌های زیادی را دیده‌ام که در مواجهه با بیماری‌ها و مشکلات مرده‌اند. چون زندگی برایشان ارزش زندگی کردن نداشته است." یعنی اگر زندگی برای ما ارزش زندگی کردن نداشته باشد، ما آنچنان از لحاظ روحیه و مکانیزم‌های مبارزه با مشکلات ضعیف می‌شویم که در مقابل هرگونه گرفتاری و ناهنجاری قدرت دفاعی خود را از دست می‌دهیم و شکست خورده و از بین می‌رویم. جالب است بدانید ویکتور فرانکل در کتاب خود با عنوان "انسان در جستجوی معنا، می‌نویسد: "آنچه که انسان‌ها را از پا درمی‌آورد، رنج، دردها و سرنوشت آنها نیست، بلکه بی‌معنا شدن زندگی از دیدگاه آنها است." بنابراین می‌توان از گفته‌های این نویسنده اندیشمند نتیجه گرفت که با نگاهی درست به زندگی، هر

به کار گرفته می‌شود، روشی مطلوب و مناسب نباشد، اما باید فکر کنیم چگونه می‌توانیم بر این بیماری تسلط پیدا کنیم و جامعه را از وجود آن پاک نماییم. گام اول برای مبارزه با این بیماری همه‌گیر، آگاهی پیدا کردن است. هنگامی که آگاهی و دانش ما از این بیماری به سطح بالایی برسد، می‌توانیم راه‌حل‌های علمی و منطقی برگزینیم و با حفظ خونسردی و رعایت اصول درست پزشکی

دکتر فرامرزارجمند

جراح و متخصص چشم

از دانشگاه تهران و اپتومتریست از کانادا

با ۲۵ سال سابقه چشم پزشکی



416.548.6555

Emergency Phone: 647.868.4041

6070 Yonge St.

North York, ON, M2M 3W6

روبروی پلازای ایرانیان (جنب پلازای Fido)

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

خود را نیز تا اندازه‌ای تغییر دهید. از ساعت کار و فشار محیط خارج خودتان بکاهید و مدت بیشتری را در کنار خانواده سپری نمایید. سعی کنید برای ایام بیشتر حضور خود در خانه برنامه‌ریزی داشته باشید، گوش کردن به موسیقی و تماشای فیلم‌ها و سریال‌های شاد و با مفاهیم مثبت و امیدوار کننده به آینده، از پیشنهاداتی است که برای این ایام بسیار مفید است. متخصصین و روانشناسان می‌گویند انسان آن طوری که فکر می‌کند، زندگی می‌کند. پس درست فکر کنید و برای پیروز شدن در مقابل بیماری ویروس کرونا به سطح آگاهی خود بیفزایید. آگاهی اخبار و اطلاعاتی نیست که از طریق رسانه‌ها نشر پیدا می‌کند. آگاهی اطلاع و کاربرد توانایی‌هایی است که در وجود خودتان نهفته است و شما باید از آنها در چنین موقعیت‌های بحرانی استفاده کنید.

این را بدانید که بیماری کرونا یک نوع سرماخوردگی خاص است که بدن انسان توانایی مبارزه و دفع آن را دارد. با شناخت از این توانایی‌ها، جای هیچ‌گونه نگرانی وجود ندارد. چون اگر شما به این بیماری دچار شدید، بر آن پیروز خواهید شد.

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



مسئله دیگر تغذیه است. در این روزها که موضوع بیماری کرونا در سطح جهان مطرح است به تغذیه خود توجه بیشتری داشته باشید. غذاهای مقوی و کم حجم مصرف کنید. از سبزیجات و میوه‌هایی که سرشار از ویتامین هستند، بهره بگیرید. هم زمان با تغییر روش غذایی خود، ورزش را فراموش نکنید که فعالیت‌های بدنی شما می‌تواند اکسیژن زیادتری را به مغز، قلب و بدن برساند و شما را در مقابل بیماری مقاوم کند.

شاید لازم باشد که در این مدت سبک زندگی

موقع که ما با مشکلات و مسایل سخت روبرو شویم می‌توانیم بر آنها فائق آییم. ما از این‌گونه توصیه‌های انسان‌های فرهیخته می‌توانیم برای پیروزی در مقابل ویروس کرونا راهکارهای درستی انتخاب کنیم. یعنی به زندگی خود معنا ببخشیم. اراده خویش را قوی کنیم و این باور را در سیستم ذهنی و روانی خود ایجاد نماییم که باید بر این بیماری پیروز شویم. این‌گونه نگرش موجب می‌شود که سیستم‌های دفاعی بدن ما تقویت شوند و به دفع ویروس‌هایی که بر این سیستم حمله کرده‌اند، اقدام کنند.

یکی دیگر از راهکارهای مثبت آن است که زیاد به اخبار و سیستم‌های اطلاع رسانی که ذهن ما را دارند با مطالب درست و نادرست خود بمباران می‌کنند، گوش فرا ندهیم. اطلاع از آمارهایی که از رسانه‌ها پخش می‌شود جز آن که در وجود ما استرس را افزایش دهد، کار دیگری نمی‌کند. چقدر خوب است مدت دو هفته خود را از هر چه تلفن همراه، لپ‌تاب و کامپیوتر به دور نگهدارید و به مطالعه چند کتاب که شور و شوق زندگی را در انسان زنده می‌کند، بپردازید.

آمار و اطلاعات بیماری کرونا موجب استرس و درگیری ذهنی برای ما می‌شود. استرس چه شدید و چه ضعیف یک سری واکنش‌های جسمی، روحی، عاطفی و احساسی از جمله اضطراب، ترس و خشم را در ما پدید می‌آورد. این‌گونه واکنش‌ها متابولیسم بدن را به هم می‌ریزند و موجب بدخواهی و پریشانی فکری می‌شوند. بر اثر تجمع این ناهنجاری‌ها، سیستم دفاعی بدن تنزل پیدا می‌کند و در مقابله با ویروس کرونا

نمی‌تواند موفقیت چندانی از خود بروز دهد. از طرف دیگر بعضی از عملکردهای ما می‌توانند در بالا بردن روحیه و مبارزه سیستم‌های دفاعی بدن ما کمک شایانی نمایند. مثبت‌اندیشی یکی دیگر از این مشخصه‌ها است. شاد بودن نیز خصوصیتی دیگر. بنابراین همواره مثبت‌اندیش باشید و سعی کنید که فضای زندگی خود را توأم با موسیقی‌های شاد و آرامش بخش نمایید. این‌گونه شادی آفرینی‌ها باعث ترشحاتی در بدن انسان می‌شود که سیستم دفاعی او را به شدت بالا می‌برد.

Independent Insurance Advisors Group



آسودگی خیال شما و عزیزانتان هدف اصلی ما در یافتن مناسب ترین 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

✖ سرمایه گذاری 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

روانشناسی - ۱۰۷۵

دکتر صفر داعی
روان‌درمانگر

عوامل ایجادکننده افسردگی^۱

بیماران در ظرف چند روز به حالت افسردگی قبلی رسیدند. زمانی که داروی دوم را متوقف نمودند تا از بالا رفتن آمینوی مغز جلوگیری نمایند مجدداً بیماران بهبودی پیدا کردند. این یافته‌ها این سوطن را نشان می‌دهد که ممکن است آمینوی مغز لااقل در بعضی از بیماران عامل موثر مواد شیمیایی مغز باشد. خلق و خوی این بیماران در پاسخ به تغییرات سطح آمینوی مغز به نظر یک حالت بالا و پایین رفتن پیدا کرده است.

ت: مطالعات روی این سطوح آمینوها و تجزیه و تحلیل آنها در خون، ادرار و مایع درون ستون فقرات در افراد مبتلا به افسردگی جمع‌آوری شده و پیش‌بینی می‌شود که این کمبودها و یا اختلالات در بعضی از بیماران مبتلا به افسردگی وجود داشته باشد. همانطوریکه ملاحظه می‌نمایید بعضی از این اطلاعات به نظر امیدبخش می‌باشند. آیا این بدان معنی است که ما دقیقاً علل افسردگی را بررسی کرده‌ایم؟ نه، فهم ما از اینکه مغز چگونه کار می‌کند خیلی ابتدایی است. لیکن کوشش‌های پژوهشی بسیار مهم‌اند و به سرعت در حال پیشرفت در این زمینه هستند. بالاخره احتمالاً ما را به پایان تشخیص جدی معمای آمینو خواهند رسانید. حال باید دید که چگونه داروهای ضد افسردگی در انسان تأثیر می‌گذارند:

در این نوشته اساس و پایه ساده‌ای از فهم ما را در حال حاضر که چگونه داروهای ضد افسردگی بر اعصاب داخل مغز اثر می‌گذارند به شما یادآور می‌شود. مغز ضرورتاً یک سیستم الکتریسیته می‌باشد. اعصاب با علائم الکتریکی از طرق شیمیایی با یکدیگر گفتگو می‌کنند. اگر اعصاب با این پیام‌های شیمیایی تخلیه و یا تضعیف شوند، وایبرهای داخل مغز نوعی روابط اشتباهی را رشد

در چند سطر آخر نوشته پیش اشاره شد که شخص ممکن است ژن‌های غیرعادی را از طریق افراد فامیل به ارث ببرد. در سال‌های اخیر پژوهشگران تمرکز زیادی بر عوامل ارثی بودن بعضی از اختلالات روانی مثل افسردگی، نموده‌اند. از زمانیکه پژوهشگران فرض کردند که افسردگی ممکن است در نتیجه کاهش سطوح مواد خاصی در مغز بوجود آمده باشد به آن Amines گفته‌اند.

حال باید دید Amines چه هستند. آمین‌ها Transmitters نامی هستند که اعصاب برای ارسال پیام‌ها به سوی یکدیگر به کار می‌برند. آمینوها مواد بیوشیمیایی Mailmen هستند که بویژه در سیستم ساختمانی مغز جای دارند و با هیجانات شیمیایی و حافظه سر و کار دارند. سیستم Limbic ناحیه اولیه و قدیمی مغز می‌باشد که به نظر می‌رسد در تنظیم خلق و خوی دخالت دارد.

این یافته‌ها حاصل انواع مختلف پژوهش‌هایی می‌باشد که با این فرضیه Amines ارتباط دارند. این یافته‌ها را می‌توان به شرح زیر خلاصه نمود:

الف: بعضی و نه تمام داروها که در درمان فشارخون به کار برده می‌شوند به نظر می‌رسد که به افسردگی افرادی که اختلالات خلق و خوی قبلی داشته‌اند حمله می‌کند. این داروها می‌خواهند مغز را از پیام‌های شیمیایی Amines تهی و تخلیه نمایند. هر چه سطوح Amines بیشتر کاهش پیدا کند ممکن است خلق و خوی شخص افسرده را تحریک و تهییج کند.

ب: داروهایی که سطوح آمینو را بالا می‌برند و باعث افزایش فعالیت و تغییر آزمایشگاهی حیوانات می‌شوند. داروهایی که فعالیت آمینو را می‌گیرند و یا کاهش می‌دهند برعکس باعث بی‌حالی، بی‌علاقگی و آرامش در این حیوانات می‌شوند. در عین حال که چنین کاهش و یا افزایش فعالیت در حیوانات را به وضوح باعث می‌شوند یک نوع مدل مناسب برای علت فیزیکی فعالیت در حیوانات را به وضوح باعث می‌شوند یک نوع مدل مناسب برای علت فیزیکی بالا بردن ممکن در افسردگی ایشان نمی‌شوند. با این وجود اینهم درست است که تغییرات فعالیت در سطح هشجاری را در اختلالات خلق و خوی انسان نیز می‌توان دید. بنابراین مشاهدات آزمایشگاهی با تئوری آمینو هم‌خوانی دارند.

پ: بیشتر داروهایی که برای درمان افسردگی به کار می‌برند عامل بالقوه فعالیت شخص و یا بالا برنده پیام‌های آمینو اسیدی در مغز می‌باشد. در یک سری پژوهش‌های جالب در نیویورک به یک گروه از بیماران افسرده داروی غلیظ کننده آمینو اسید مغزی دادند بعد از چند هفته از درمان، بیماران به صورت کلینیکی بهتر شده بودند. سپس به آنها داروی دومی دادند که تخلیه‌کننده آمینو در مغز بودند. در این موقعیت



مانند نمک معمولی است و به عنوان یک ELECTROLYTE معروف است. این دارو دوران خلق و خوی تخریب شده شخص را صاف و هموار می‌کند آنجایی که عواطف شخص به شیوه غیر متعادل بالا و پایین می‌رود که البته غیرقابل کنترل است و عامل بسیار بالا برنده یاس و ناامیدی عمیق می‌باشد. هنوز به طور کامل معلوم نیست که چگونه یک دارو می‌تواند دو نوع واکنش متضاد را بوجود آورد و این تناقض البته معمای قابل چالشی در پژوهش‌های روان‌شناسی و روان‌پزشکی می‌باشد که می‌خواهند آنرا روشن نمایند.

یک تئوری فعلی پیشنهاد می‌کند که لیتون سطوح پیام‌آوردگان را میزان و منظم می‌کند که از این طریق طرح نوسان مواد آمینو را خیلی اجازه نمی‌دهد که اتفاق افتد.

I-TRYPTOPHAN چهارمین و جدیدترین داروی ضدافسردگی است. این دارو به صورت طبیعی در آمینو ایجاد می‌شود و با یک رژیم طبیعی بوجود می‌آید و مغز آنرا برای ترکیب یکی از پیام‌آورها شیمیایی به کار می‌برد. فکر می‌کنند که این دارو برای تنظیم خلق و خوی حیاتی است.

این دارو بسیار جالب است زیرا به سرعت از معده شخص به مراکز خلق و خوی مغز می‌رود. بنابراین این دارو را به عنوان داروی ضدافسردگی طبیعی می‌دانند. این داروها برای بعضی از بیماران مناسب و موثرند، اما برای بعضی دیگر ناامید کننده می‌باشند.

بعضی از بیماران ممکن است از چندین دارو استفاده نمایند تا داروی مناسب خود را پیدا کنند. زیرا در حال حاضر روان‌پزشکان به طور کامل روش‌های موثری را برای تصمیم‌گیری اینکه کدام دارو برای کدام فرد مناسب است را نمی‌دانند. اخیراً آزمایش خون برای اندازه‌گیری داروی ضدافسردگی TRICUCCLIC به کار می‌رود. این آزمایش خون روان‌پزشکان را راهنمایی می‌کند که مقدار مشخصی از داروی ضدافسردگی را تجویز نمایند.

دکتر صفر داعی، روان‌درمانگر از دانشگاه انگلستان است.

Safardaei4@hotmail.com

Office:905-770-4556



می‌دهند. حاصل این کار حالت عاطفی و یا روانی را ارائه می‌دهد. درست مثل موزیکی که با یک تن سیم شل از رادیو شنیده شود. حالت عاطفی ساکت با وضعیت افسردگی ارتباط پیدا می‌کند. حالت سرخوشی و یا شاد بودن که در آن بیمار به وسیله یک هیجان بالای غیرقابل کنترلی احاطه می‌شود. پژوهشگران فکر می‌کنند که اثر یک فعالیت زیاد این پیام‌های شیمیایی است که فرد را به رفتار عصبی و حالت بالای آن می‌رساند.

چگونه داروهای ضد افسردگی عمل می‌کنند و فرد را از تأثیرات نامناسب آن رها می‌نمایند؟ در واقع چهار نوع داروهای ضدافسردگی به کار می‌روند. داروی ضدافسردگی که بسیار رایج است TRICYCLIC نام دارد. با مصرف این دارو به نظر می‌رسد که پتانسیل ارتباطات خلق و خوی شخص با عملکرد سیناپس‌ها بالا می‌برد. البته این دارو کاملاً عامل افزایش سطح این مواد نمی‌باشد.

دومین دسته از این گروه داروها O.A.M و یا داروهای جلوگیری نام‌گذاری شده‌اند. این داروها مثل RARNATE و یا TRANYLANY، PROMINE، MARPLAN، NARDIL، PHENELYNINE.

این داروها بالا برنده واقعی سطح آمینو اسیدهای پیام‌آور در نواحی EMOTIONS مغز می‌باشند. به محض اینکه مغز از ترانزسمیترهای شیمیایی خیلی پر می‌شوند، کمبود آمینو شیمیایی به نظر می‌رسد که کامل می‌شود. لیتوم CARBONATE سومین گروه از داروهای ضد افسردگی است اثرات لیتوم پیچیده‌تر و کمتر قابل فهم می‌باشد. لیتوم

Ph.D.

صفر داعی

روان‌درمانگر CRP | ۳۰ سال تجربه حرفه‌ای

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

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

بیمه کار پذیرفته می‌شود

Cell: 416.303.5730
Office: 905.770.4556



فیلتر "هپا" از انتشار بیماری در خانه تان جلوگیری می کند

دستگاه های سرمایشی و گرمایشی - ۵۴

پیمان رامندی
مهندس تاسیسات



هپا اچ ۱۰ قابلیت تصفیه ذرات معلق تا ۸۵ درصد
هپا اچ ۱۱ قابلیت تصفیه ذرات معلق تا ۹۵ درصد
هپا اچ ۱۲ قابلیت تصفیه ذرات معلق تا ۹۹/۵ درصد
هپا اچ ۱۳ قابلیت تصفیه ذرات معلق تا ۹۹/۹۵ درصد
هپا اچ ۱۴ قابلیت تصفیه ذرات معلق تا ۹۹/۹۹۵ درصد

عملکرد فیلتر هپا

در دستگاه هایی مانند دستگاه های تصفیه هوا که با واسطه یک پنکه یا همان فن، هوا به درون دستگاه مکش می شود، فیلترهای گوناگون منجمله فیلتر هپا، برای تصفیه هوای ورودی کاربرد دارند. عملکرد فیلتر هپا، همانطور که بالاتر هم اشاره نمودیم، از طریق روزنه های موجود در این فیلتر که فضایی در حدود ۰.۳ میکرون دارند صورت می پذیرد. وجود این روزنه ها باعث می شود که جریان هوا بتواند از فیلتر رد شود ولیکن ذرات معلق بزرگی که در هوا وجود دارد (بزرگتر از ۰.۳ میکرون)، قادر به رد شدن نبوده و درون فیلتر باقی بمانند. این ذرات شامل آلاینده های هوا و گرد و غبار و ویروس های بیماری زا هستند. این فیلترین هوا معمولاً با سه

با "هپا" رستگار شوید!

بعد از مدت ها این بار می خواهیم به مقوله فیلترهای هپا و رابطه آن با سلامتی و کم کردن و یا جلوگیری از انتشار بیماری ها صحبت کنیم. در زبان ساده فیلترهای هپا یکی از تجهیزات پیشرفته تصفیه هوا محسوب می شود که امروزه در لوازمی که با مکش یا دمش هوا سروکار دارند، مانند دستگاه های حرارتی منزل و حتی جارو برقی ها استفاده می شوند. این فیلترها که معمولاً از در هم فشرده کردن الیاف فایبر گلاس، پوشال و حصیر ساخته می شوند، عمداً قطری ما بین ۰/۵ تا ۲ میکرون دارند که نسبت به کاربردها متفاوت است.

"های افشینیسی پارتيکولار ایر" یا همان هپا که به معنای حذف ذرات معلق هوا یا کارایی بالا می باشد، در واقع لایه ای است از الیاف پلیمری به هم فشرده شده خاص که دارای منافذ ریزی می باشد وجود این منافذ سبب می شود که هوا بتواند به آسانی از این فیلتر عبور نماید، در حالی که ذرات بزرگتر از ۰/۳ میکرون در آن ها گیر کرده و در آن طرف فیلتر باقی می ماند. جذب ذرات در فیلترهای هپا معمولاً بر سه عامل اصلی بستگی دارد. که عبارتند از قطر الیاف تشکیل دهنده فیلتر، ضخامت کلی فیلتر و سرعت عبور هوا از سطح فیلتر.

قابل اشاره است که در بسیاری از موارد جهت افزایش کارایی و طول عمر فیلتر، آن را به صورت آکاردئونی تا می نمایند. این امر سبب می شود که حجم زیادی از فیلتر در یک بخش کوچک فشرده شود. تا جایی که ممکن است در برخی از دستگاه های تصفیه هوا، ۴۰ متر از سطح فیلتر را بدین صورت تا کرده و در یک دستگاه ۱ متری قرار دهند.

فیلترهای هپای عرضه شده به بازار چنانکه برای استفاده در دستگاه های تصفیه هوا باشند، معمولاً به شکل استوانه ای و دایره ای تولید و عرضه می گردند. لازم به ذکر است که مدل های پر کاربرد این فیلترها قابل شست و شو نمی باشند به همین جهت پس از پایان عمر فیلتر دستگاه های تصفیه هوا بهتر است اقدام به خرید فیلتر جدید نمایید، تا از آلودگی ها و مشکلات احتمالی دیگر، جلوگیری به عمل آید.

انواع فیلتر هپا

این فیلترها معمولاً در انواع و رده های متفاوتی تولید و عرضه می شوند. این رده های مختلف هر کدام ذرات متفاوتی با قطرهای متفاوت را تصفیه می کنند. با این حال معیار اصلی رده بندی فیلترهای مذکور معمولاً با قطر ۰/۳ میکرون است. در رابطه با رده بندی این فیلترها هم باید اشاره کنیم که این فیلترها معمولاً بر اساس میزان فیلتراسیون هوا یا مواد فیلتر شوند تعیین می گردد و پایین ترین رده این فیلترها، هپا ۱۰ یا "اچ ۱۰" نامیده می شود، قابلیت تصفیه ذرات معلق تا ۸۵ درصد را داراست. برخی رده های فیلتراسیون این فیلترها عبارتند از:

نمی توانند بوهای ناخوشایند، فرمالدهید و ترکیبات آلی فلز را تصفیه کنند. به همین دلیل است که از فیلتر کربن اکتیو نیز در دستگاه های تصفیه هوا استفاده می شود. مجموعه ذرات معلق یا "پارتیکولار متر" مخلوطی از ذرات ریز و درشت جامد و قطرات مایع را می گویند که در هوا پراکنده هستند. برخی از این ذرات مانند ذرات گرد و غبار، خاک، خاکستر، دود و ... به قدری بزرگ می باشند که توسط چشم غیر مسلح قبل مشاهده هستند. ولی برخی نیز به قدر ریز و کوچک هستند که تنها با استفاده از میکروسکوپ امکان مشاهده آن ها وجود دارد.

چرا تصفیه این مواد مهم است؟

ذرات جامد و قطرات مایعی که به عنوان ذرات معلق شناخته می شوند، این قابلیت را دارند که به راحتی وارد دستگاه تنفسی ما شده و آسیب های بسیار جدی را به سلامت بدن ما وارد کنند. در میان این ذرات، بزرگترین مشکل مربوط به ذرات با قطر کوچکتر از ۱۰ میکرومتر است. چرا که ذرات با این اندازه می توانند به راحتی وارد ریه شده و حتی ممکن است وارد دستگاه گردش خون شما شده و به هر نقطه از بدن شما رفته و ایجاد اختلال نمایند. از جمله شایع ترین و خطرناک ترین بیماری هایی که ممکن است از تنفس ذرات معلق ناشی شود، می توان به احتمال ابتلا به بیماری های ریه ای مانند انفلوانزا و بیماری تازه رسیده کرونا و غیره اشاره کرد! در پایان درست است که فیلترهای هپا دارای ظاهری ساده هستند و کارکردی ساده دارند ولی مطابق آنچه گفته شد می بینید که قطعه بسیار ارزشمندی بوده و در سلامت ما تاثیر به سزایی دارند. لذا بهتر است با استفاده از چنین وسایلی محیط کار و یا زندگی خود را سالم تر نگه دارید. در پایان مثل همیشه در صورت داشتن سوال می توانید با من تماس بگیرید.

ایام به کام

پیمان رامندی

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

Airsolarsystem.com

647-896-3025

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

نشانه‌های یک رابطه آزاردهنده



مشاور خانواده - ۴۵



فرشته نیک‌خواه
روان‌درمانگر

تهدید کردن‌های مداوم: در این موارد فرد سوء استفاده کننده سعی می‌کند با تهدید به آسیب زدن به شما مانع جدایی و پایان رابطه‌تان شود و کنترل بیشتری بر شما داشته باشد. چنین افرادی از ترس، بی‌آبرویی و محکوم کردن شما در موارد مختلف برای پایداری رابطه‌تان استفاده می‌کنند.

حسادت: حسادت نسبت به خانواده و دوستان شما از جانب طرف مقابل نیز می‌تواند یکی دیگر از نشانه‌های یک رابطه آزاردهنده و سوء استفاده‌ی عاطفی باشد.

بی احترامی: یکی از نشانه‌های سوء استفاده‌ی عاطفی در رابطه این است که طرف مقابلتان شما را به چشم یک کالا می‌بیند. در واقع این دیدگاه به او کمک می‌کند احساس ارزش و احترام داشته باشد و با بی ارزش کردن شما جایگاه خودش را بالا ببرد.

شما را سرکوب می‌کند: اگر رابطه‌ای که در آن هستید شما را سرکوب کند و یا مانع پیشرفت شما شود، یک رابطه آزاردهنده و سوء استفاده‌ی عاطفی محسوب می‌شود. وقتی رابطه بر سلامتی، شغل و حرفه و یا جنبه‌های دیگر زندگی‌تان تاثیر منفی داشته باشد به این معنی است که رابطه‌ای آزاردهنده را در پیش گرفته‌اید.

کنترل‌گری مالی: یکی از طرفین رابطه طرف دیگر را از نظر مالی در کنترل می‌گیرد.

رابطه‌ای که به احساسات شما آسیب می‌رساند: اگر شریک عاطفی‌تان سعی کند اعتماد به نفس شما را تخریب کرده و به بی‌ارزش بودن متقاعدتان کند باید متوجه شوید که او یک فرد سوء استفاده‌گر است و تمام تلاش او در راستای جلوگیری از پایان رابطه با پایبند کردن شما به خود می‌باشد.

آزار جسمی و بدنی: خشونت جسمی از نشانه‌های واضح یک رابطه آزاردهنده و سوء استفاده‌ی عاطفی است.

رنج و عذاب کودکان: اگر فرزندی داشته باشید و به هر دلیلی شاهد رنج و عذاب آن‌ها هستید، ممکن است رابطه‌ی شما یک رابطه آزاردهنده باشد.

فرشته نیک‌خواه

روان‌درمانگر و مشاور خدمات فردی و اجتماعی در کاناداست

fery.nikkhah@gmail.com

۶۴۷-۷۷۱-۲۴۴۰

محققان دانشگاه تافتس:

نوشیدنی‌های قندی کلسترول را افزایش می‌دهند



جلوگیری از سخت‌شدن رگ‌های خونی است. از طرفی کاهش کلسترول از تشکیل پلاک‌های خون در رگ‌ها و انسداد آن جلوگیری می‌کند و در کنار افزایش فشار خون یک روش موثر برای سلامت سیستم قلب و عروق است.

بر اساس گزارش سازمان جهانی بهداشت، بیماری‌های قلبی عروقی مهم‌ترین عامل مرگ و میر در سراسر جهان است. بنابراین لازم است افراد برای جلوگیری از ابتلا به بیماری دیابت و بیماری‌های قلبی مصرف نوشیدنی‌های قندی را تا حد امکان کاهش دهند.

نتایج این مطالعه در نشریه American Heart Association منتشر شده است.

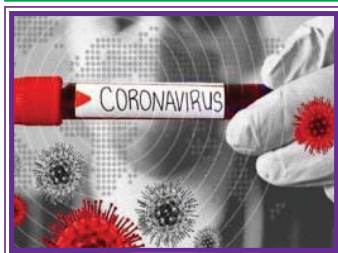
اکثر افراد بر این باورند که نوشیدنی‌های شیرین فقط در بروز دیابت نقش دارد، در حالی که مطالعات نشان می‌دهد مصرف نوشیدنی‌های قندی در افزایش کلسترول و تری‌گلیسیرید نیز موثر است.

مطالعه محققان دانشگاه تافتس در آمریکا نشان می‌دهد بزرگسالانی که در روز حداقل یک نوشیدنی قندی مانند نوشابه، لیموناد و آبمیوه مصنوعی مصرف می‌کنند، ۹۸ درصد شانس بیشتری برای ابتلا به کلسترول و تری‌گلیسیرید دارند.

زنان باردار نوشیدنی قندی نخورند
کاهش کلسترول یکی از مهم‌ترین روش‌های

پزشکان بیمارستان مونت سینا:

عفونت کرونا را ۴ روز زودتر از بروز علائم تشخیص می‌دهیم



زودتر بیماران کمک بسیار بزرگی کند؛ چراکه با تشخیص زودتر عملیات قرنطینه و درمان زودتر آغاز می‌شود.

ویروس کرونا

ساختار کروناویروس‌ها دارای یک ژنوم RNA معمولی است. افرادی که هم‌زمان دارای بیماری دیگری باشند و کودکان مبتلا به بیماری‌های قلبی بیشتر در معرض خطر ابتلا به کروناویروس‌ها هستند. معمولاً شدت سرماخوردگی که کروناویروس عامل آن باشد، بیشتر است. کروناویروس‌ها که پس از راینوویروس‌ها بزرگ‌ترین عامل ابتلا به سرماخوردگی‌ند، بیشتر در زمستان و بهار باعث سرماخوردگی می‌شوند. اگرچه کروناویروس‌ها بیشتر در حیوانات دیده می‌شوند، اما ۵ نوع از آن‌ها دستگاه تنفسی بدن انسان را تحت تأثیر قرار می‌دهند.

تشخیص این‌که علت بیماری کروناویروس باشد یا خیر، کمی مشکل است؛ چراکه برخلاف راینوویروس‌ها به سختی در آزمایشگاه رشد و نمو می‌کنند. این ویروس همچنین از حیوانات به انسان قابل انتقال است. بیماری‌زایی این ویروس، سیستم تنفسی را تحت تأثیر قرار می‌دهد و علائمی مشابه سرماخوردگی ساده ایجاد می‌کند. علائم ویروس کرونا شامل آبریزش بینی، سرفه و گلودرد است که می‌تواند با سردرد و تب نیز همراه باشد و تا چند روز به طول می‌انجامد. در افرادی با نقص سیستم ایمنی، افراد مسن و کودکان این علائم می‌تواند شدیدتر شود و ذات‌الریه و برونشیت را ایجاد کند.

یک مطالعه جدید نشان می‌دهد سی‌تی‌اسکن ممکن است در تشخیص سریع‌تر کروناویروس به کادر پزشکی کمک کند. پزشکان بیمارستان مونت سینا در نیویورک اولین کسانی بودند که در ایالات متحده اسکن ریه بیمارمان مبتلا به این بیماری بسیار مسری را تجزیه و تحلیل کردند. آنها گفتند می‌توانند الگوهای خاصی در ریه‌ها را به عنوان نشانگر ویروس که با نام COVID-19 نیز شناخته می‌شود، شناسایی کنند.

محققان می‌گویند این تشخیص سریع‌تر می‌تواند به آن‌ها کمک کند تا فرایند قرنطینه کردن بیمارمان را زودتر و پیش از ظهور دیگر علائم این بیماری آغاز کنند. آنها با سی‌تی‌اسکن می‌توانند میزان تخریب بافت ریه افراد را مشاهده کنند و این کاری است که توسط اسکن‌های دیگر مانند اسکن اشعه ایکس قفسه سینه امکان‌پذیر نیست. بنابر گفته پزشکان، ظاهر ریه بیمارمان مبتلا به کرونا الگو و نشانه خاصی دارد که با بررسی سی‌تی‌اسکن می‌توان این بیماری را چند روز زودتر تشخیص داد.

طی این مطالعه که در مجله Radiology منتشر شده است، پژوهشگران سی‌تی‌اسکن ۹۴ بیمار را در ۴ مرکز پزشکی در ۴ استان چین مورد تجزیه و تحلیل قرار دادند. بیمارمان بین ۱۸ ژانویه و ۲ فوریه بستری شده بودند. رادیولوژیست‌ها اسکن را بررسی کردند و براساس زمان بروز علائم و زمان انجام سی‌تی‌اسکن، یادداشت‌برداری کردند. آن‌ها دریافتند توسط سی‌تی‌اسکن می‌توانند چند روز زودتر وضعیت تخریب بافت ریه را مشاهده کنند. این کار می‌تواند به پزشکان در تشخیص

دفتر حقوقی و مهاجرتی



وکیل رسمی
دادگستری
و افسر سابق
اداره مهاجرت

Elham Moaveni,
B.Sc. (Hons.), LL.B.
Member of Law Society
of Upper Canada



حقوق و دعاوی خانوادگی

(Divorce, Separation Agreement, Spousal/child support, custody & access for child, etc.)

حقوق املاک و مستغلات

خرید و فروش املاک مسکونی و تجاری
تمدید و تجدید وام‌های بانکی
Status Certificate Review & Advise (free with purchase)

مهاجرت از طریق سرمایه گذاری

تحصیلات و تجربه کاری

ویزای سریع کار و تحصیلی

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

امور مربوط به وصیتنامه

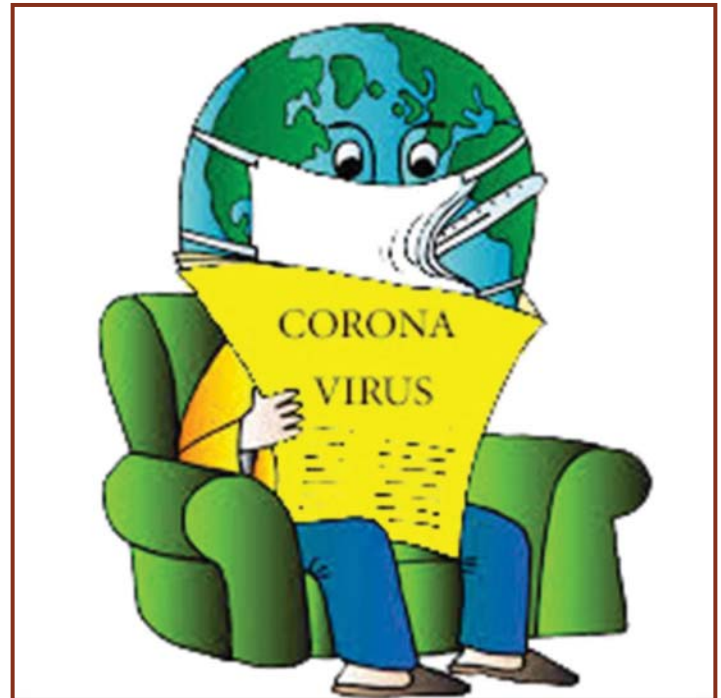
(Wills, Power of Attorney, Trusts)

گواهی امضاء، کپی برابر با اصل،
تنظیم دعوتنامه

905-918-9606

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

اندر حکایت تعلیق کلیه فعالیت‌های فضول خان برای جلوگیری از اشاعه کرونا



طنز-۷۵

فضول خان کامیونیتی

غیرستادی فضول‌خانه، آگاه باشند که اگر از منابع مشکوک و تلفن‌های گوش‌کوب، پیامی، آفری، پیشنهادی، مبنی بر گذراندن تعطیلات نوروزی به صورت مجانی در کشورهای گرفتار کرونا و بویژه ایران به شما اعلام کردند، اکیدا به آن توجه نداشته باشید و آن تماس را فیک تلقی کنید. همچنین به استحضار می‌رساند که چون در این‌گونه مواقع فرصت‌طلب‌ها، انگ رو هوا زنان دلاری، ۱۱ ماه بیکاران آخر سالی، که خرج سالیانه خود در این چند روز آخر سال از جیب دیگران کش می‌روند، در این روزها به بهانه‌های نو شدن سال و گرمی هوا و رونق کسب و کار، شما را دعوت به حضور در کاری، باری، خواب و خیالی کردند، سخت امتناع کنید که ممکن است این کار زیان‌آور و کرونا پرور باشد.

در ضمن به عنوان آخرین روش مبارزه با این ویروس مهلک، از منابع موثق و افراد مطبق و ریفرنس‌های معذب و کرسی طب بوعلی و آفتابه‌گردان‌های پیرامون بیرونی و مراقبه‌کنندگان روشن ضمیر و اختلاس‌گران توبه‌کار پارلمان نشین و ورشکستگان برندپوش پورشه‌سوار و جوج‌خواران ساحل خزر با سس ماء‌الشعیر، همگی به اتفاق گفته‌اند که هرگاه فرد آلوده به کرونا، روزی سه بار در آینه خود را بنگرد و بر تصویر خویش محکم فوت نماید، پس از هفت روز این بیماری آنچنان از او تبرا جوید که انگار از اول در وجودش نبود.

آنان که این روش معالجت و نسخه مطایبت را می‌خوانند، لطفا هر یک شصت بار آن را به دیگران بازگو کنند تا دور شوند از عذاب وجدان و بیابند آرامشی با لب خندان و یسجدان و یسجدان و یسجدان.

کل حیاتکم هالک و کل مماتکم آنک.

از خدا پنهان نیست، از شما هم پنهان نباشد آن که این روزها به علت توسعه جهانی ویروس کرونا و خطراتی که این دشمن برای جان انسان‌ها دارد، رسم معمول و عهد معقول بر آن قرار گرفته است که کشورها، موسسات، بخش‌های دولتی و خصوصی و خلاصه هر جا و محلی که به فعالیت‌های دسته جمعی مشغول هستند، اعلام کرده‌اند که یا از فعالیت‌های خود می‌کاهند و یا آن که مدتی آن را به حالت تعلیق در می‌آورند.

بنابراین به اطلاع کلیه افراد جامعه کامیونیتی می‌رسانیم که استاد فضول‌خان در یک دستور موکد و فرمان مصدق به تمامی ستادها، نهادها، بنیادها، کنگره‌ها و افراد و اشخاصی که به طور اشتغالی یا افتخاری به فعالیت‌های فضولی می‌پردازند، اعلام داشتند از این تاریخ تا زمانی که این ویروس مهلک و بیماری جانکاه به مهار در نیامده و جامعه تخصصی خطرات آن را منتفی ندانسته‌اند، کلیه فعالیت‌های فضولی را به حالت تعلیق درآورند و نمایندگان فضول‌خانه، خبرنگاران زاغ‌سیاه چوب‌زن و افراد وابسته و پیوسته، دیگر حق ندارند در هیچ جا و مکانی که در آن افراد به صورت تجمع گرد می‌آیند، حضور پیدا کنند چون خدای نکرده اگر یک نفر آلوده به این ویروس در آن جمع باشد، برای آلوده کردن اغلب افراد کفایت می‌کند. چنانکه سعدالدین مهاجرانی گفته است:

"با ماسک کرونا ببند اطراف دهن را
در جمع تا نکنی آلوده هر مرد و زن را"
در ضمن مدیران، کارکنان و کارمندان ستادی و



رئیس انستیتو تحقیقات تغذیه:

نان را قبل از خوردن برای مقابله با کرونا گرم کنید

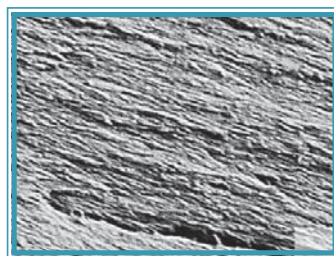
خانه خود برده‌ایم. به همین دلیل از بریدن و خرد کردن نان توسط چاقو و برس‌های عمومی که معمولاً در نانوائی‌ها وجود دارد پرهیز کنیم، اگر از نایلون برای حمل نان به منزل استفاده کرده‌ایم آن را داخل خانه نبریم و پس از خارج کردن نان آن را دور بیندازیم.

نان قابلیت شستشو و ضد عفونی کردن ندارد و درجه حرارت پائین حتی فریز کردن در فریزر ویروس‌های موجود در نان را از بین نمی‌برد. وی اضافه کرد: با توجه به نکات مهمی که به آنها اشاره شد، تنها راه اطمینان از اینکه نان فاقد آلودگی است، حرارت دادن مجدد آن در منزل قبل از مصرف است.

این حرارت دادن به طریق مختلف است. استفاده از توسترهای برقی و گازی و استفاده از ماکروویو و در صورت عدم دسترسی به موارد فوق استفاده از ماهیتابه و قابلمه جهت حرارت دادن و گرم کردن نان توصیه می‌شود.

بنابراین حتماً در هنگام مصرف نان از سالم بودن و آلوده نبودن آن اطمینان حاصل کنید.

جلال الدین میرزای رزاز رئیس انستیتو تحقیقات تغذیه گفت: تنها راه اطمینان از اینکه نان فاقد آلودگی است، حرارت دادن مجدد آن در منزل قبل از مصرف است. وی افزود: ویروس کرونا از راه‌های گوناگون می‌تواند انتقال یابد که می‌توانیم به مواردی مانند اینکه، آیا نانوا و فروشنده از سلامت برخوردار بوده و ناقل ویروس نیستند؟ آیا محلی که برای خنک شدن نان‌ها استفاده می‌کنیم عاری از ویروس است؟ آیا رد و بدل کردن پول باعث آلودگی نان می‌شود؟ آیا دادن کارت بانکی به فروشنده و وارد کردن رمز در دستگاه دیجیتالی کارت خوان باعث آلودگی دست‌ها و متعاقب آن آلودگی نان‌ها نمی‌شود؟ و آیا با استفاده از پلاستیک برای انتقال نان به منزل ویروس را هم انتقال می‌دهیم از نکات و نگرانی‌های دیگر با توجه به شرایط فعلی است که وجود دارد. طبقاً اگر نان آلوده شود، نمی‌توان مانند سایر مواد و اقلام دیگر مواد غذایی دیگر آن را بشوئیم و یا ضد عفونی کنیم و خیلی غیر محسوس و چراغ خاموش ویروس را به داخل



توسط محققان ۴ دانشگاه:

سوپر چسب گیاهی ساخته شد

سلولزی، با سطح‌های کناری پیوند ایجاد کنند. در نهایت اگر کسی سعی کند دو سطح را مستقیماً از هم جدا کند، انجام این کار بسیار دشوار خواهد بود؛ چرا که فقط یک قطره از این چسب می‌تواند نیروی کششی تا ۹۰ کیلوگرم را تحمل کند. گفته می‌شود اگر دو سطح در جهت‌های مخالف به طرف دیگر کشیده شوند، نیروی عمود بر صفحه اعمال می‌شود و پیوندها نسبتاً به راحتی شکسته می‌شوند. در حقیقت، استحکام این چسب در این حالت یک هفتادم حالت اول است. بنابراین چسب را می‌توان با فشار جانبی جدا کرد. در حال حاضر حدود دو ساعت طول می‌کشد تا این چسب شکل بگیرد، اگرچه با افزایش گرما می‌توان این زمان را کاهش داد. پس از توسعه این چسب، امید است که بتوان از آن در صنایعی از قبیل الکترونیک یا بسته‌بندی استفاده کرد. بدین ترتیب پس از دور انداختن آنها، به راحتی بازیافت می‌شوند. این تحقیقات در مجله Advanced Material منتشر شده است.

اگرچه چسب‌های به اصطلاح سوپرچسب (superglues) می‌توانند بسیار مفید باشند، اما آنها به طور معمول از مواد شیمیایی مضر ساخته می‌شوند، به علاوه کندن آنها پس از چسباندن بسیار دشوار است. اکنون دانشمندان یک سوپرچسب گیاهی ساخته‌اند که در صورت لزوم به راحتی قابل جدا شدن است.

این چسب آزمایشی با همکاری محققان دانشگاه آلتو در فنلاند، دانشگاه توکیو در ژاپن، دانشگاه سیچوان چین و دانشگاه بریتیش کلمبیا در کانادا طراحی شد. ماده فعال این چسب، نانوذرات سلولزی است که از گیاهان به صورت نسبتاً ارزان حاصل می‌شود. بعدها این ذرات حتی می‌توانند از مواد گیاهی دور ریخته شده مانند ضایعات کشاورزی یا کارخانه تولید کاغذ تأمین شوند. آب به این نانوذرات اضافه می‌شود و مخلوط حاصل بین دو سطح قرار داده می‌شود. هنگامی که گرما متعاقباً روی محلول اعمال می‌شود، آب تبخیر و باعث می‌شود که ذرات با تبدیل شدن به لایه‌های جانبی نانو کریستال



ارائه‌کننده کلیه خدمات گرمایشی و سرمایشی

فروش . نصب . تعمیر

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

کیفیت عالی، سرویس سریع،
قیمت مناسب

با امکان اقساط ماهیانه بدون سود



Tel: 647.896.3025
Web: AirSolarSystem.com



The Little House Of Kebobs North

بازیش از ۲۰ سال سابقه

Little House of Kebobs North

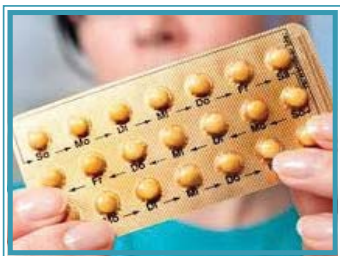


در قلب ریچموند هیل با مدیریت ایرانی

رستوران ایرانی با انواع غذاهای اصیل ایرانی

905-787-9988

1480 Major Mackenzie Dr. East
Major Mackenzie & Leslie



جامعه رادیولوژی آمریکای شمالی:

قرص ضد بارداری هیپوتالاموس مغز را کوچک می کند

وی همچنین بیان می کند: تحقیقات مقدماتی دانشمندان از ارتباط بین استفاده از قرص ضد بارداری و علائم افسردگی حکایت دارد. پیش تر نیز پژوهشی در سال ۲۰۱۹ منتشر شده بود که از تاثیر قرص های پیشگیری از بارداری بر مغز زنان و آسیب به بخش تصمیم گیری مغز سخن می گفت.

دانشمندان در این تحقیق بعد از انجام مطالعات و عکسبرداری های مکرر از مغز زنان دریافتند مواد شیمیایی موجود در این قرص ها با ایجاد تغییراتی در هورمون های بدن به تغییر شکل و اندازه مغز منجر می شوند.

با مشاهده مغز ۹۰ زن در این تحقیق، دانشمندان دریافتند زنانی که قرص و دارویی برای جلوگیری از بارداری استفاده نمی کردند، مغزشان بدون تغییر شکل و اختلال بوده است، اما زنانی که از قرص های ضد بارداری استفاده می کردند به صورت مشهود در شکل مغزشان تغییراتی را داشتند که بارزترین این تغییرات کوچک شدن اندازه بخش تصمیم گیری مغز بود.

براساس نتایج تحقیقات جدید جامعه رادیولوژی آمریکای شمالی استفاده زنان از قرص پیشگیری از بارداری باعث تاثیر در غده هیپوتالاموس مغز می شود.

محققان در پژوهش جدید خود با تصویرسازی تشدید مغناطیسی (MRI) و بررسی اندازه غده هیپوتالاموس ۵۰ زن دریافتند مغز آن دسته از زنانی که از قرص های پیشگیری از بارداری استفاده می کردند به طور چشمگیری کوچک تر از زنان دیگر است!

غده هیپوتالاموس بخش مهمی از مغز است که وظیفه تنظیم سطح هورمون ها را برعهده دارد. این غده همچنین در کنترل چرخه خواب، ضربان قلب، وزن بدن و میزان اشتها نقشی اساسی ایفا می کند.

مایکل لیپتون، تهیه کننده گزارش نهایی این تحقیق، می گوید: ما دریافتیم بین اندازه ساختار مغز زنانی که قرص ضد باروری استفاده می کنند و زنانی که از آن استفاده نمی کنند تفاوت شگرفی وجود دارد.



دکتر محمد قریشی متخصص قرنیه:

استفاده زیاد از کامپیوتر سبب خشکی چشم می شود

استراحت های متناوب و سایر اقدامات، بر این مشکل غلبه کنند. وی نقش تغذیه در پیشگیری از بروز خشکی چشم را بسیار موثر دانست و ادامه داد: آنتی اکسیدان ها و رژیم های غذایی که امگا ۳ دارند، در پیشگیری از خشکی چشم بسیار موثر هستند. سوزش و احساس جسم خارجی در چشم، خستگی چشم ها و خواب آلودگی، به عنوان مهمترین علائم شناخته می شوند. زمانی که فرد دچار خشکی چشم می شود، اشک به خوبی سطح چشم را پوشش نمی دهد و این مسئله منجر به علائم ذکر شده و نیز اختلالات بینایی می شود. اگر چه خشکی چشم ممکن است درمان قطعی نداشته باشد، اما در اکثر موارد می توان بیماری را با درمان های موجود کنترل کرد. افرادی که از رایانه استفاده می کنند باید مانیتور رایانه آنها یک مقدار پایین تر از سطح چشم باشد تا چشم خود به خود یک مقدار بسته بماند و اگر در محیطی کار می کنند که هوای آن خشک است، حتی الامکان از وسایلی که باعث مرطوب شدن محیط می شود، استفاده کنند.

دکتر محمد قریشی متخصص قرنیه از خشکی چشم به عنوان یکی از بیماری های شایع چشمی نام برد و گفت: استفاده زیاد از تلفن همراه و رایانه باعث خشکی چشم می شود و این بیماری درمان قطعی ندارد.

وی افزود: عوامل متعددی مانند بیماری های عمومی و چشمی، اعمال چشمی، ژنتیکی و مادرزادی و عوامل ناشناخته، در بروز این بیماری نقش دارند، ولی افزایش شیوع آن در سال های اخیر، مرتبط با سبک زندگی کنونی از جمله شیوه تغذیه، تحرک کم، افزایش استرس، آب و هوا و آلودگی های محیطی بوده و از عوامل مهم دیگر افزایش خشکی چشم، کارکردن زیاد با رایانه و استفاده مفرط از تلفن همراه است. اگرچه در گذشته، خشکی چشم مختص سنین بالا بود، اما متأسفانه امروزه این معضل به قشر جوان هم سرایت کرده است و افرادی که از رایانه و تلفن استفاده می کنند، باید به چشمانشان استراحت دهند و نباید زمان زیادی به صفحه رایانه خیره شوند بلکه با پلک زدن مداوم و

Income TAX

حسابداری نشنال

افشین غایبی



- ✓ خدمات حسابداری و مالی
- ✓ تهیه اظهار نامه های مالیاتی
- ✓ تنظیم صورت حساب های مالی
- ✓ ثبت شرکت ها
- ✓ خدمات مالیاتی (اشخاص و شرکت ها)
- ✓ برداشتن شرط مهاجرت تجاری

416.223.3336

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

طبقه بالای سوپر گوشت زمانی و پسران



متخصصان سلامت:

۱۰ پیام بدن
که به شما
هشدار می دهد

به آهن بیشتری نیاز دارید. همانطور که اشاره کردیم نقش اکسیژن رسانی آهن در مغز بسیار اهمیت دارد. کمبود خون می تواند باعث کمپشتی و نازک شدن موی شما بشود.

چشم شما همیشه پف دارد.

ممکن است بیماری کلیوی یا قلبی داشته باشید. مشکلات کلیوی و قلبی می تواند مانع رهایی بدن از مایعات اضافی شود. همچنین این مایعات ممکن است در جاهای غیرمعمول به خصوص صبح ها جمع شود.

بیش از بقیه سردتان می شود.

ممکن است تیروئید کم کار داشته باشید. یکی از علائم شایع تیروئید کم کار، احساس سرماخوردگی غیرعادی است. سطح پایین هورمون تیروئید باعث می شود شما نسبت به اطرافیانتان بیشتر احساس سرماخوردگی کنید. اگر اخیراً مدام احساس سرما می کنید ممکن است کم کاری تیروئید داشته باشید.

در ناخن شما خط های سفید وجود دارد.

ممکن است بیماری کلیوی داشته باشید. اگر ناخن های شما ناگهان سفید شدند و خط های سفیدی در آن ها به وجود آمدند، بهتر است سلامت کلیه خودتان را چک کنید. البته اگر شما همیشه این نقطه های سفید یا خطوط را داشته اید، پس در مورد شما اتفاقی طبیعی است.

گرفتگی های عضلانی بی علت.

ممکن است پتاسیم کافی مصرف نکنید. اگر سطح پتاسیم شما کم باشد، عضلات شما بدون ارتباط با ورزش، درد می گیرد. معمولاً خوردن موز برای بازگرداندن تعادل میزان پتاسیم کافی است.

شما دستان سردی دارید.

ممکن است ویتامین B۱۲ بیشتری لازم داشته باشید. ویتامین B۱۲ برای تشکیل گلبول قرمز اهمیت دارد. کمبود این ویتامین می تواند منجر به کاهش تولید گلبول های قرمز و کم خونی متعاقب آن شود. کم خونی باعث کاهش اکسیژن بدن و باعث سردی بدن می شود.

بدن علائمی از خود نشان می دهد که حکم هشدار را برای ما دارد و از وجود مشکلاتی خبر می دهد. اگر این هشدارها را بشناسیم، قبل از آنکه مشکل جدی تر شود، آن را حل خواهیم کرد. پس اگر هر علامت جدیدی را از بدنتان دریافت کردید حتماً با پزشکتان مشورت کنید. متابولیسم، کنترل دمای بدن و عملکرد ارگان ها همه خودکار هستند؛ اما این وضعیت به این معنا نیست که به چراغ های هشداردهنده بدن بی تفاوت باشیم. ممکن است ندانیم که علائم هشداردهنده چه چیزهایی هستند تا از مشکلی شما را آگاه کند. در اینجا به مواردی اشاره می کنیم:

خال های پوستی زیادی دارید.

شما در ریسک ابتلا به دیابت هستید. محققان به طور قطع به این نرسیده اند اما مطالعات متعددی نشان می دهد که بین تعداد بالای خال پوستی و ریسک ابتلا به دیابت نوع دوم رابطه وجود دارد.

به جوییدن یخ تمایل دارید.

بدن شما به آهن بیشتری نیاز دارد. بدن برای انتقال اکسیژن به مغز و ماهیچه های شما به آهن نیاز دارد و افرادی که آهن کافی ندارند، اکسیژن کمتری در خون دارند. اگر کمبود آهن دارید از بهترین منابع آن که ماهی، مرغ و گوشت است، استفاده کنید.

بوهای حس می کنید که وجود ندارند.

شما در این شرایط باید نزد متخصص مغز و اعصاب بروید. این اتفاق می تواند نشانه ساده ای از سینوس های ملتهب، تومور مغزی، صرع و یا بیماری پارکینسون باشد.

هاله طوسی اطراف مردمک چشم شما وجود دارد.

کلسترول خونتان را بررسی کنید. هاله طوسی یا سفید که دور گردی چشم می افتد، نشان از افزایش کلسترول خون شما دارد که باید در این صورت غذاهای چرب را از سبد غذایی خود حذف کنید.

موهای شما کم پشت و نازک شده است.

با متخصصان ایرانی کانادایی

آزمایش های طبی خود را به زبان فارسی انجام دهید



خدمات در دو محل:

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

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 بنر 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

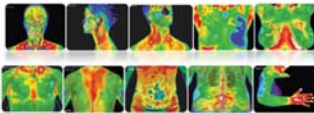
A: 16700 Bayview Ave. Unit 201,
Newmarket, ON



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.

متخصصین تغذیه:

مواد خوراکی که سرماخوردگی و سرفه را تشدید می‌کنند



چای و نوشیدنی‌های حاوی کافئین همچون ادراآور عمل کرده و موجب می‌شود آب و نمک بیشتری از بدن دفع شود.
شیر: بررسی‌ها نشان می‌دهد مصرف شیر هنگام سرماخوردگی موجب می‌شود مخاط‌های موجود ضخیم‌تر شده و جدا شدن آن‌ها سخت‌تر انجام شود. به همین دلیل مصرف شیر هنگام سرماخوردگی توصیه نمی‌شود.

خوراکی‌های تند: این باور وجود دارد مصرف غذاهای تند هنگام سرماخوردگی و سرفه کردن خوب است؛ چرا که به جدا شدن راحت‌تر مخاط کمک می‌کند. در واقع ترکیب کاپسی‌سین موجود در فلفل تند به تسکین التهاب کمک می‌کند هرچند مطالعه‌ای که در سال ۲۰۱۶ انجام گرفت نشان داد این ترکیب تولید بیشتر خلط را به همراه دارد و ممکن است برای چند دقیقه علائم فرد را تسکین دهد، اما در طولانی مدت وضعیت را وخیم کرده و روند بهبودی را به تاخیر می‌اندازد.

برخی از افراد نسبت به مواد غذایی که ممکن است سرفه و سرماخوردگی را تشدید کنند از آگاهی لازم برخوردار نیستند. به طور مثال، افراد بر این باورند مصرف بدون نسخه داروهای آنتی بیوتیک برای درمان سرماخوردگی مناسب است که تصور اشتباهی است. درحقیقت، استفاده از داروهای آنتی بیوتیک برای درمان سرماخوردگی معمولی می‌تواند با عوارض جانبی نیز همراه باشد. در اینجا به چند نوع ماده خوراکی که سرماخوردگی و سرفه را تشدید می‌کنند اشاره می‌کنیم.

مواد قندی: هنگام سرماخوردگی ممکن است فرد به مصرف چای یا خوراکی شیرین میل داشته باشد؛ این درحالیست که مصرف این گونه مواد خوراکی سرفه را تشدید می‌کند. مطالعه‌ای که در سال ۲۰۱۷ انجام گرفت نشان داد مصرف مواد قندی سیستم ایمنی را به ویژه هنگام مقابله با عفونت ویروسی ضعیف می‌کند.

نوشیدنی‌های حاوی کافئین: در زمان سرماخوردگی بدن برای حفظ رطوبت مورد نیاز خود به مصرف مایعات بیشتر نیاز دارد. قهوه،

حسابداری ایده‌ال

Personal, Small Business & Corporation E-File

Ideal Accounting



مجتبی فریور

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

خدمات حسابداری



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

تکمیل فرم‌های Child Tax و GST رایگان است

905 59-777-59

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



INCOME TAX E-FILE

Personal, Small Business & Corporate

خدمات حسابداری و مالیاتی رضا پورلطفی

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

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

تخفیف ویژه و مشاوره رایگان برای سالمندان، دانشجویان تازه واردین

Let our experience bring harmony to your finances



8131 Yonge St., Suite 211,
Thornhill, ON L3T 2C6
Tel: (416) 900-4188 www.HarmonicTeam.com
Fax: (416) 900-4189 info@harmonicteam.com

در پلازای
سوپر پارسیان



پودینگ سیب زمینی

پروین ترابی
کیتترینگ کدبانو



مواد لازم:

کره نرم: یک فنجان
شکر سفید: دو فنجان
پوره سیب زمینی شیرین: دو فنجان
عصاره وانیل: یک قاشق چای خوری
تخم مرغ: چهار عدد
آرد همه منظوره: سه فنجان
بکینگ پودر: دو قاشق چای خوری
دارچین: یک قاشق چای خوری
جوش شیرین: نصف قاشق چای خوری
جوز هندی: نصف قاشق چای خوری
نمک: یک چهارم قاشق چای خوری
شکر شیرینی پزی: یک فنجان
آب پرتقال: پنج قاشق چای خوری
پوست پرتقال رنده شده: دو قاشق غذاخوری

طرز تهیه:

ابتدا فر را روشن نموده و دمای فر را روی ۳۵۰ درجه فارنهایت یا ۱۷۵ درجه سانتیگراد قرار می دهیم. کره و شکر را در یک کاسه بزرگ مخلوط کرده و هم می زنیم سپس سیب زمینی شیرین له شده و وانیل را اضافه می کنیم و هم می زنیم. آرد، بکینگ پودر، دارچین، جوش شیرین، جوز هندی و نمک را در یک کاسه الک می کنیم سپس تخم مرغ هم زده شده را اضافه می کنیم و پس از آن مخلوط آرد را به تدریج اضافه کرده و هم زمان به هم می زنیم. بعد مخلوط را در ظرف پخت ریخته و درون فر به مدت ۸۰ دقیقه قرار می دهیم. برای لعاب نیز شکر را به آب پرتقال مخلوط کرده و روی کیک با یک قاشق پخش کرده و پوست پرتقال را رویش پخش می کنیم.



فیکن مرغ

مواد لازم:

نان تست: ۱۰ عدد
گوشت مرغ چرخ کرده: ۱۵۰ گرم
قارچ: ۱۵۰ گرم
کنسرو ذرت: ۱۰۰ گرم
پیاز: ۱ عدد
فلفل دلمه ای: ۱ عدد
رب: ۱ قاشق غذاخوری
سس گوجه: ۱ قاشق غذاخوری
پنیر پیتزا: ۱۰۰ گرم
تخم مرغ زده شده: ۱ عدد
آرد سوخاری و پفک پودر شده: به میزان لازم

طرز تهیه:

ابتدا مواد میانی را آماده می کنیم: پیاز نگینی خرد شده را سرخ کرده، گوشت چرخ کرده اضافه و تفت می دهیم. فلفل دلمه ای نگینی را هم اضافه کرده و تفت می دهیم. سپس اطراف نان تست را با چاقو جدا



پنیر کریسپی

مواد لازم:

پنیر موتزارلا تکه ای: ۲۰۰ گرم
خرده نان: نصف پیما نه
تخم مرغ: ۱ عدد
پودر سوخاری فلفلی: ۴ قاشق سوپ خوری
سبزیجات معطر تازه
آرد سفید: ۴ قاشق سوپ خوری
فلفل قرمز: کمی

طرز تهیه:

قزمز مخلوط شده بزنی (بهتر است که دوبار این کار را تکرار کنید) و در روغن سرخ کنید تا کمی رویش طلایی شود. توجه کنید این مواد باید لایه ضخیمی شود که روی پنیر را بگیرد سپس در روغن سرخ شود. این عمل را سریع انجام دهید تا پنیر زیادی آب نشود و شکل خود را از دست ندهد.

تخم مرغ را در ظرفی با چنگال بزنی تا زرده و سفیده اش مخلوط شود. پنیرموتزارلا را چهار تکه کرده در فریزر قرار دهید تا کاملاً سفت باشد. سپس پنیر را ابتدا در آرد سفید سپس در تخم مرغ و در آخر در آرد سوخاری که با فلفل

ELEGANCE Cake House خانه کیک الگانس



تهیه انواع کیک خامه ای
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

هله افشار

۴۶

همچنان که پیش‌بینی می‌شد، تاب و شکیبایی پادشاه بیشتر از چند روز پایدار نماند و پیش از بهبودی، در اندیشه گریختن از بند چهاردیواری کاخ افتاد. هنگامی که داریوش آگاه‌شان ساخت بامداد دیگر روز به سوی کرانه‌های دریای پارس خواهد رفت تا بازدید از بارانداز شهر بنشو داشته باشد، آتوسا هم به گردآوری ره‌توشه‌ی بازدید از بند رودخانه‌ی فرات پرداخت و با ارنیستوت به گفتگو پرداخت تا کار پرستاران خشیار را در هنگام نبودنش پیگیری نماید. بامداد روزی که هر کدام باید پا در راهی می‌نهادند، ایبار را فراخواند و چهارپایه‌ای که درودگر دربار برای سوار و پیاده شدن پادشاه به هنگام اسب سواری ساخته بود، بدو سپرد تا هر زمان که داریوش خواست سوار و پیاده شود، آن را کنار شکم اسب بگذارد و از آسیب دوباره‌ی میج پا جلوگیری نماید. ایبار چهارپایه را کمی زیر و بالا کرد و گفت:

- اگر بندی چرمی به آن بزنیم که هم‌چون کوله‌پشتی بر شاندازم، جابه‌جایی‌اش آسان خواهد شد.

آتوسا پیشنهاد مهتر را پسندید و درودگر همان‌جا میخ و چکش را به دست گرفت و کار را به پایان رساند. چندان زمانی نپایید که ایبار چهارپایه را بر شانه انداخت و به سوی باغ رهسپار شد.

ایرانیانو به سرایش بازگشت تا اگر کارهای هم‌نشینانش به پایان رسیده، آنان نیز از سوی دیگر شهر به راه افتند. کبوترک و آلوگونه را دید که هم‌چنان ابزارهای گوناگون را به کارگران می‌سپردند تا درون گردونه‌ها جا دهند.

در میان آن هیاهو، بانگ پا کوبیدن ارتشیان را از باغی که جلوی پنجره‌اش دامن گسترده بود، شنید. با خود پنداشت، بی‌گمان همراهان شاه هستند که با او از شوش می‌روند. کنار پنجره رفت و به آرامی پرده را کمی پس راند. آری درست پنداشته بود، سپاهیان پست سر هم ایستاده بودند. یکی یکی جلو می‌آمدند، پا بر زمین می‌زدند و با نوایی بلند به او درود می‌فرستادند. داریوش هم با گام‌هایی هماهنگ از برابرشان می‌گذشت و پاسخ بزرگداشت‌ها را می‌داد.

هنگامی که پادشاه به کنار اسبش رسید، ایبار پیش رفت و چهارپایه را در برابرش بر زمین نهاد. آتوسا سخنانی که میان مهتر و همسرش گذشت نمی‌شنید و تنها دید که پس از گفتگوی کوتاه، شاه پایش را بر چهارپایه گذاشت و با چهره‌ای آرام، هم‌چون سنگ بر اسب نشست. آشکار بود درد بر او چیره نگشته. شهبانو هم‌چنان از باریکه‌ی میان پرده و پنجره، آنان را می‌پایید. ارتشیان را دید که پس از همسرش به سوی اسب‌ها رفتند تا آنان نیز سوار شوند. برای زمانی کوتاه که به اندازه‌ی یک پلک برهم زدن گذشت، پادشاه به سوی پنجره‌ی او تگریست و بر چشمان سپاهی که در زخی چون بهار بدرود می‌گفت، درنگ کرد. لبخندی کوچک در میان آن همه ریش و سیل انبوه نشست که تنها آتوسا آن را دید و به یاد سپرد.

شاه و همراهانش که از راه میان باغ گذر کردند

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

زنی توانا که ردپایش در میان هزاره‌های گمشده، ما را به شگفتی وامی‌دارد. این نوشتار پیشکشی است از آیین و باورهای مردم ایران باستان، برای کسانی که دوست دارند آنان را نه در گزارش‌های تاریخ که در رمان تاریخی جستجو نمایند.

به آهنگی که در سینه می‌نوازد، گوش بسپاریم. هماهنگ با درختان جنگل پایکوبی کنیم. هم‌چون گردباد به روی کشتزارها بچرخیم و به سان گل‌های رنگارنگ و شاد، دست افشانی کنیم. نیازی نیست ستایش را به واژه بکشیم. او همان دم که به نیروی دلدادگی از خود رها گشتیم، آوای نیایش شورآفرین را دریافت می‌کند.

در آن زمان بی‌نیاز از آن‌چه که دیگران ما را باور کنند، فراسوی زمین و زمان، به اوج پر می‌گشاییم و چشمان روشن‌بین، به معنی جاودانگی پی خواهند برد. آغاز این راه در یک باور است. پر گشودن به اوج، همان فرو رفتن در ژرفای دل است. پس با زندگی و توانایی‌هایی که به ما سپرده شده آشتی کنیم.

او نخستین بانویی بود که به فرمانداری استان پارس گزیده شد. پیش از آتوسا هیچ زنی بدان جایگاه دست نیافته بود. هنگامی که در شوش به سر می‌بردند، پادشاه به آگاهی‌اش رساند که باید زودتر به پایتخت بازگردد. زیرا در فرمانی او را به استاندارد پارس برگزیده است.

اکنون ایرانیانو به پاسارگاد آمده بود تا کار خویش را آغاز نمایند. برای نخستین روز، جامه‌ای به تن

و از نگاهش دور گشتند، پرده را انداخت و به سوی اتاق چرخید. در میان آن چهاردیواری تنگ، کبوترک و آلوگونه بر سر آن جامه‌ی لاجوردی یا ارغوانی را با خود ببرند سبکسرا نه گفتگو می‌کردند. ایرانیانو لبخندی زد و گفت:

- هرچه گذاشته‌اید بس است. باید از این‌جا زودتر برویم، زیرا دیگر کاری ندارم.

بخش بیست

بهمن ۵۱۹ پیش از میلاد-پاسارگاد

هنگامی که از گنجینه‌ی درون ناآگاهی، به سان ابزاری در دست این و آن، داد و ستد می‌شویم. همه‌ی آن‌چه در زندگی به ما سپرده شده، تنها برای راهیایی به ژرفای درون کارایی دارند. زیرا ما پا در این جهان نهاده‌ایم تا آهنگ خویش را بیابیم و بسراییم. برپا داشتن این پرده که در توانایی‌های ما می‌گنجد، بهانه‌ی آفرینش است. باید آواز درون را پیدا کنیم و از هسته‌ی روان به گوش جهان هستی برسانیم، همه‌ی شاهکارها و بی‌کرانه‌ها در دل ماست. بهیوده نامی را جست و جو می‌کنیم که آن را از ما دور گرداند و در میان آسمان‌ها از دیده نهد. این همان مهری است که در دل ما خانه دارد.

کرد که بیشتر از پوشش‌های دیگرش دوست داشت. جامه‌ی آبی لاجوردی که شیرهای زرین بر لبه‌هایش سوزن دوزی شده بود. موهایش را بست و تاج بلندی بر سر نهاد. سراندازی در پشت سر تا پایین شانه، گردن و گیسوانش را نهان ساخت. در همان زمانی که آماده‌ی رفتن به اتاق کار می‌شد، چهره‌ی داریوش را در زمان مهر و موم کردن این دستور به یاد آورد. شاه، با نوایی که رگه‌هایی از بیم و نگرانی در آن آشکار بود، گفت:- این گزینش بر پایه‌ی نزدیکی و خویشاوندی نیست. شما را از آن رو بر این‌کار می‌گمارم که می‌پندارم، شایسته‌تر از ایرانیانو کسی را نخواهم یافت. بنابراین، پیمان ما تا هنگامی استوار است که شایسته‌ترین بمانید، وگرنه در برداشتن شما یک دم درنگ نخواهم کرد. در آن جایگاهی که خواهید نشست، مرا همسر خویش نخواهید یافت. من سخت‌گیرترین کارفرمایی هستم که تاکنون شناخته‌اید و آگاه باشید کوچک‌ترین رفتار شما از نگاه من دور نمی‌ماند.

آتوسا در شوش سخنان داریوش را پذیرفت و با او پیمان بست که در نهان و آشکار، گوش به فرمانش باشد. پس از آن مرد در جایگاه یک شوهر گفت:- چیز دیگری هم هست که نباید فراموش کنید. ما در جهانی زندگی می‌کنیم که مردها خود را برتر از زن‌ها می‌دانند و دوست ندارند فرمانبر بانوان باشند. بنابراین، کار شما سخت‌تر از سرزمین‌های دیگر خواهد گذشت. همواره کسانی پیدا می‌شوند که با سنگ‌اندازی در برابر خواسته‌هایتان، بخوانند ناتوانی‌های‌تان را چند برابر نشان دهند. این رفتار شما را به خشم می‌آورد. با این همه دوست ندارم با آنان درگیر گردید و پیوسته بانگ فریادتان به گوش این و آن رسد. شما با مهر من و در اتاق پادشاه کارهای‌تان را پی می‌گیرید و هرگاه نیاز بود، نافرمان‌ها را گوش مالی می‌دهید. از اتاق کار و مهر شهبانو برای کارهای خانوادگی بهره‌برداری نمایید.

آتوسا با شنیدن آن گفتارها، ناخشنودی خود را بیان کرده و گفت، چگونه دیگران با نام خودشان فرمانروایی می‌کنند و من باید فرمانروایی در سایه باشم؟ داریوش پاسخ داد: شما می‌خواهید کار انجام دهید یا درگیری درست کنید؟ فرمان این است. مهر من و اتاق من! بیش از این اگر سخنی بشنوم، جایگاه را به دیگری می‌سپارم. بدین روش ایرانیانو تواناترین و بی‌نشان‌ترین استاندار ایران شد.

زمانی که کبوترک آینه را در برابرش گرفت و از آراستگی خود، آگاه شد به سوی اتاق کار همسرش به راه افتاد. سرایی که پدرش و کمبوجیه نیز در آن به کشورداری پرداخته بودند. در دو سوی در آن نگهبانانی ورزیده با نیزه‌هایی بلند ایستاده بودند. با دیدن شهبانو، دو لنگه در از هم گشوده و پس از گذر کردن او، با دیگر بر هم نهاده شد. برای زمانی در میان اتاق ایستاد و در آن سرای باشکوه تگریست.

روزی را به یاد آورد که دخترکی پنج ساله بود. بردیا در پی او میان راهروها می‌دوید تا مگر گیس‌هایش را بگیرد و او را بابت خبرچینی‌اش گوش مالی دهد.

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: نگاهی به شاه]



و برای خودش بسان رهبر آن باور پیدا کرد. در یکی از تظاهرات حزبی در شهر اصفهان دولت هویدا را "ارتجاعی" خواند و ادعا کرد که اگر در ایران انتخابات آزاد می‌بود، حزب مردم به راحتی می‌توانست حزب ایران نوین را شکست دهد. وقتی شاه گزارشی از این جلسه دریافت کرد سخت برآشفته. به علم گفته بود کنی دولت مرا ارتجاعی و انتخابات را غیرآزاد خوانده است. اما به‌رغم خشم شاه از گفته‌های کنی، انگار خود می‌دانست که رژیمش با بحران سیاسی‌ای جدی روبرو است. نه تنها در همان جلسه اول سمیعی را متقاعد کرد که کار تأسیس حزبی تازه را بپذیرد، بلکه پس از آن نشست برای حدود پنج ماه برای تدوین و تعیین چهارچوب فعالیت و مرامنامه حزب جلساتی با سمیعی برگزار کرد. خوشبختانه سمیعی پس از هر ملاقات، مضمون مذاکرات آن جلسه را یادداشت می‌کرد و از سر لطف نسخه‌ای از آنها را در اختیارم گذاشت.

بر اساس این یادداشت‌ها، می‌توان استنتاج کرد که شاه در فکر ایجاد یک حزب مخالف اما وفادار بود. می‌خواست در سیاست میانه‌رو باشد و معتقد بود باید از برخی اصول فکری سوسیال دموکراتیک الهام بگیرد. در عین حال تأکید داشت که پشت پرده عملاً رهبری حزب را خود عهده‌دار باشد. می‌گفت حزب جدید باید بتواند "نیروهایی را جذب کند که تا کنون از پیوستن به احزاب موجود پرهیز کرده‌اند." با آن که می‌گفت حزبی مستقل و مخالف اما وفادار می‌خواهد در عین حال تأکید داشت که دولت "حقوق سمیعی را تأمین خواهد کرد." می‌گفت "علیه نظام تک حزبی است" چون چنین نظام‌هایی بالمال به نوعی دیکتاتوری ره می‌سپرد. می‌گفت "طبعاً اصول انقلاب" او نمی‌تواند مورد نقد حزب قرار گیرد. سمیعی با ظرافت سعی کرد شاه را متوجه کند که در گفتارش تضادی جدی وجود دارد. به شاه یادآوری کرد که اگر قرار است "نهادی (و اعلیحضرت خود بر واژه نهاد تأکید داشتند) مورد وثوق مردم ایجاد کنیم باید فرصت بحث و انتقاد را هم پدید آوریم." شاه در جواب ادعا کرد که گرچه به ضرورت چنین بحث و انتقادی باور دارد، در عین حال اجازه نخواهد داد که چنین مباحثی "به شکل حرف‌های کنی در بیاید که دولت مرا ارتجاعی" خوانده بود و در مشروعیت انتخابات شک روا داشته بود. حال که به گذشته می‌نگریم، به گمانم از این واقعیت نمی‌توان به تأیید خود او تعیین می‌کردند. برآشفتنش از کنی آسانی گذشت که شاه قطعاً خود می‌دانست که انتخابات آن زمان "مشروع" نبود. می‌دانست که برندگان صندلی‌های مجلس و سنا را از پیش و به تأیید خود او تعیین می‌کردند. برآشفتنش از کنی را قاعدتا تنها می‌توان به این صورت معنا کرد که در زمان او حتی احزاب وفادار منتقد حق نداشتند واقعیت‌های تلخ و شناخته شده جامعه را بر زبان آورند. انگار تنها او بود که می‌توانست حدود بازگویی واقعیت را تشخیص دهد. مضمون گفتگوهایش با سمیعی مؤید این نکته‌اند.

لامه دارد...

شاه را نگران کرد بلکه او را به فکر چاره‌سازی واداشت و چنین شد که مهدی سمیعی را به دربار فراخواند.

سمیعی یکی از خوشنام‌ترین تکنوکرات‌های ایران بود. چه هنگام ریاست بانک مرکزی چه در مقام رئیس سازمان برنامه نشان داده بود که مدیری مدبر است و از هرگونه شائبه فساد مبری است. به علاوه او بسیاری از روشنفکران پر نفوذ و سران جبهه ملی را می‌شناخت و مورد احترام این افراد بود. از بورس دولتی استفاده کرده و برای ادامه تحصیل به انگلستان رفته بود. نه تنها حسابداری و بانکداری خوانده بود و به روایتی نخستین حسابدار قسم خورده ایران بود، بلکه به سافقه دلبستگی‌ها و کنجکاو‌های شخصی اش در دوران تحصیل در کلاس‌های هارولد لاسکی، استاد پرآوازه سوسیال دموکرات انگلیسی شرکت جسته بود. ابراهیم گلستان و ایریم از دوستان نزدیک سمیعی بودند. ایریم اقتصاددانی درخشان بود که اولین نقد جدی علیه حزب توده را نوشت و اندکی بعد به انگلستان رفت و در آنجا به تدریس اقتصاد مشغول شد. شاه در دیدارش با سمیعی از نگرانی‌هایش سخن گفت. گفته بود نگران "مسأله گذار" است. از همان واژه فرانسوی گذار یا ترانزیسیون (Transition) استفاده کرده بود. می‌گفت نگران است که پس از مرگش "گذار" به ولیعهد چگونه میسر می‌تواند شد. بالآخره از سمیعی خواست که حزبی تازه، متشکل از تکنوکرات‌ها و روشنفکران خوشنام، تأسیس کند. می‌گفت وجود چنین حزبی می‌تواند راه گذار مسالمت‌آمیز و منظم را هموار کند.

سمیعی نخست در برابر پیشنهاد شاه مقاومت کرد. می‌گفت ساخته این کار نیست. به علاوه به تجربه دیده بود که علینقی کنی که رهبری حزب مردم را مدتی به عهده داشت ناگهان به اعتبار حملاتی که به هویدا کرده بود، مغضوب شاه شده و همه مشاغل خود را از دست داد. به گفته سفارت آمریکا در تهران کنی نتوانست بود در مدتی کوتاه روحی تازه در کالبد حزب مردم بدمد. شماری از مردم گمان بردند که شاید به راستی و بالآخره این حزب نقش منتقد البته وفادار دولت را به عهده خواهد گرفت. گویا خود کنی هم به تدریج به چنین نقشی برای حزب

جلال آل‌احمد بود. هم او بود که حتی از شیخ فضل‌الله نوری - که به فتوای فقهای اعلم آن زمان بخاطر عنادش با مشروطیت به دار آویخته شد - اعاده حیثیت کرد. آل‌احمد بود که می‌گفت روحانیون شیعه را باید در صف روشنفکران ایران و سردمداران مبارزه علیه استعمار دانست. هم او بود که در مشهد به دیدار روحانان رفت و با طلبه‌ای به نام علی خامنه‌ای که در آن زمان ناشناس بود دست وحدت داد. آن چنان که از برخی مصاحبه‌ها و نوشته‌های سیمین دانشور، همسر فاضل آل‌احمد، بر می‌آید، آل‌احمد در سال‌های پیش از مرگش ارتباطاتی گسترده با کسانی چون آیت‌الله خمینی و موسی صدر داشت.

شاه با کمک به ایجاد طبقه متوسط شهرنشین و با جلوگیری از فعالیت همه نیروهای میانه‌رو و چپ در مملکت، زمینه را برای نفوذ افکار مذهبی در میان این اقشار مهیا کرد. از سوی دیگر از همان زمان آغاز "انقلاب شاه و مردم" طرفداران آیت‌الله خمینی هم می‌دانستند که باید در جهت جذب و بسیج این نیروی تازه نفس و کلیدی در عرصه سیاسی ایران بکوشند. می‌دانستند که برای جلب این نیرو به روایتی متفاوت از روایت سنتی روضه‌خوانان و حتی مدرّسین سنتی حوزه‌ها از تشیع نیاز دارند و در همین زمینه بود که نظرات کسانی چون آل‌احمد و شریعتی زمینه‌ساز این جلب و جذب شد.

البته شاه هم یکسره از خطری که رژیمش را تهدید می‌کرد غافل نبود. از اواخر سال ۱۹۷۲ (۱۳۵۱) شاه به این نتیجه رسید که احزاب موجود در ایران - بویژه حزب حاکم ایران نوین - کارساز نیستند. از برخی اقدامات هویدا در حزب هم برآشفته بود. کنفرانس چند هزار نفره حزب و سرود ویژه حزب و مهمانان مدعو از احزاب خارجی را انگار بر نمی‌تابید. حزب ایران نوین در واقع به عنوان ابزاری برای بسیج طبقه متوسط شکل گرفته بود. قرار بود با جبهه ملی و نهضت آزادی - که در طبقه متوسط نفوذی داشتند - رقابت کند و بدیلی در برابر آنها باشد. اما پس از روی کار آمدن هویدا حزب هر روز بیشتر و بیشتر در فکر تثبیت رهبرانش در قدرت بود و سودای تغییر در بافت قدرت را واگذاشته بود. این عوامل همه دست به دست هم داد و نه تنها

زمانی از تغییر ناگهانی تقویم ایران - که سال ۱۳۵۵ را به فرمانی به سال ۲۵۳۵ بدل کرد و سرآغاز تاریخ را نه هجرت پیامبر اسلام که تولد کوروش کبیر شمرد - دلزده بودند و گاه به قوانین مربوط به زنان اعتراض می‌کردند. در بسیاری از موارد هم به تصریح از بی‌اعتنایی رژیم شاه به قانون اساسی یاد می‌کردند و شاه را از فرجام این سیاست‌ها بر حذر می‌داشتند. اما شاه و رژیمش همه این هشدارها را نادیده می‌گرفت. انگار شاه این قول مکرر و خودفرب علم را پذیرفته بود که می‌گفت در ۱۵ خرداد او همه نیروهای مذهبی مخالف رژیم را ریشه‌کن و خنثی کرده. گویی چنین گمانی بیشتر به مذاق شاه خوش می‌آمد. طبعاً هر چه شاه بیشتر به روحانیون میانه‌رو بی‌توجهی نشان می‌داد، عرصه سیاسی را بر آنان تنگ‌تر و زمینه را برای کسانی چون آیت‌الله خمینی مساعدتر می‌کرد.

این نیروهای تندروتر اسلامی، سوای استفاده از همه ابزار بسیج و تشکل سنتی خود، در سال‌های پیش از انقلاب مفهوم بکر و تازه‌ای هم از حسینیه پیش کشیدند. حسینیه ارشاد در تهران بهترین مصداق این کارکرد و مفهوم تازه بود. در آنجا بجای نشستن روی زمین - آنچنان که مالوف مساجد بود - حضار روی صندلی می‌نشستند و به علاوه سخنرانانی چون علی شریعتی می‌کوشیدند روایتی عقلانی‌تر از تشیع ارائه کنند، روایتی همساز با گرایشات فکری تجددخواهانه طبقه متوسط رو به رشد ایران. گرچه بخش اعظم بودجه حسینیه ارشاد را تجار بازار تأمین می‌کردند و گرچه هیأت مدیره آن ترکیبی بود از شخصیت‌های خوشنام نهضت آزادی و جبهه ملی، ولی امروز می‌توان با تکیه به اسناد و خاطراتی که پس از انقلاب به چاپ رسید گفت که رهبری فکری و عقیدتی حسینیه در واقع در دست آیت‌الله خمینی بود. او از طریق مطهری که از مهره‌های اصلی حسینیه ارشاد بود، در جریان همه تحولات مهم آنجا قرار می‌گرفت و در مواقع لازم دستورات و فتاوایی صادر می‌کرد. یکی از محورهای تنش در حسینیه ارشاد از قضا علی شریعتی بود که از یکسو محبوب‌ترین سخنران آن مرکز بود و از سویی دیگر به لحاظ سوابقش در جبهه ملی و نیز نقدهایش بر روحانیت - که بسان تجسم و عامل اصلی ارتجاع اسلامی‌شان می‌دانست - مورد بی‌مهری و حتی بی‌اعتمادی روحانیونی چون آیت‌الله خمینی و نماینده‌اش در تهران، مطهری بود. از جمله جوانانی که در آن سال‌ها پای ثابت سخنرانی‌های شریعتی بودند می‌توان از میرحسین موسوی و زهرا رهنورد نام برد. جالب این جا است که گرچه شریعتی در نقد آن چه "تشیع صفوی" می‌خواند روحانیت شیعه را به کرات مورد نقد قرار می‌داد اما معمولاً روایتی "مرتقی" از تشیع - یا به قول خودش تشیع علوی - داشت.

البته شریعتی تنها کسی نبود که در آن زمان از آیت‌الله خمینی چون رهبری مرتقی جانب‌داری می‌کرد. در میان روشنفکران غیرمذهبی و چپ مسلک ایران هم کم نبودند کسانی که در صف جانبداران او قرار گرفتند. شاید مهم‌ترین روشنفکر پ ظاهر عرفی مسلکی که به جانب‌داری از آیت‌الله خمینی و دیگر روحانیون برخاست

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 در داون تاون ریچموند هیل

اجاره اتاق‌های مبله با کلیه امکانات رفاهی نودر
ساختمان‌های بازسازی شده برای دانش‌آموزان
و دانشجویان نزدیک خیابان یانگ و ایستگاه
اتوبوس و مرکز خرید ایرانی
تلفن: **۴۱۶-۷۲۷۴-۲۲۱**
و یا ارسال پیام به:
تلفن موبایل: **۶۴۷-۸۹۶-۲۸۸۰**

اجاره**Bayview/Majormac**

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

Business for Sale**Silkscreen Printing**

Business for Sale
in Concord, Ontario
call Vlad: 416-893-8007

اجاره بیسمنت**Aurora**

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

تدریس ریاضیات

تدریس خصوصی ریاضیات
از اول تا ششم به زبان فارسی و
انگلیسی،
توسط دانشجوی رایرسون
در محل کار (نورت یورک)
647-767-6830

Beauty Saloon For Sale

Beauty Saloon For Sale
At Steeles and Dufferin

Call Victoria:
647-280-0007

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 وکالتنامه 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

مسائلی در انتظار توست که در برخورد با آن باید صبور باشی. خوشبختی و صبر موجب می شود که تو دوباره به آرامش برسی و با خیالی آسوده تصمیم بگیری. استعداد و توانمندی تو در مسائل اقتصادی بی نظیر است. اگر بخواهی و اراده کنی می توانی موفقیت های مهمی را بدست آوری. فقط باید برای این کار انگیزه های قوی و ریشه دار داشت تا از پا نیفتد.

آبان

رابطه ای عاطفی شکل می گیرد که نمی توان درباره آن داوری کرد چون هنوز هیچ چیز مشخص نیست. باید کمی بیشتر انتظار کشید تا دریافت که نتیجه و هدف آن چه خواهد بود. خوشبختی در همین نزدیکی هاست. در یک رابطه گرم و صمیمی دوستانه یا در یک محیط گرم خانوادگی. تو خودت باید شادی و خوشبختی را برای خود ایجاد کنی و از آن لذت ببری. از یک بیماری دشوار و پیچیده نجات می یابی. کسی تو را شفا می دهد که همیشه به درگاهش راز و نیاز می کنی.

آذر

سری که درد نمی کند دستمال نمی بندند اما ظاهراً تو می خواهی برعکس این ضرب المثل عمل کنی و خود را به آب و آتش بباندازی. به هر حال هر کاری عواقبی دارد که باید از ابتدا به آن اندیشیدی. باید دوباره شادی و نشاط را به زندگیت بازگردانی. همچنان فکرها می آید و می آید که ذهن تو را تحت تاثیر قرار می دهد.

دی

اگر با عقل و منطق رفتار کنی، حتماً به نتیجه می رسی. از عجله و شتاب دوری کن و حوصله داشته باش و خود را برای هرگونه احتمالی آماده کن تا غافلگیر نشوی. یکی با هدیه شیرین به دیدارت می آید. بعضی ناامیدی ها از فکر و دلت خارج میشود. مسافرتی پرخاطره در پیش داری. ناراحتی و نگرانی تو هیچ نتیجه ای به بار نخواهد آورد. پس آرامشت را حفظ کن به زودی کارها روبه راه می شود و پادشاه زحمات را خواهی گرفت و یا با همکاران خود به تفاهم می رسی.

بهمن

مشکل اینجاست که وقتی ناراحتی تصمیم می گیری. کمی به خودت و دیگران فرصت بده. به دیگران تا بتوانند توضیح دهند و به خودت که درست فکر کنی و تصمیم عاقلانه بگیری. هدایا و با مقداری پول که در فکرش نبودی، به دست می رسی. کسی را که در فکرش نبودی، ملاقات می کنی. به زودی تحول بزرگی در زندگیت پیش می آید. آماده باش! کار زیاد و سخت به سلامتی ات آسیب می رساند. کار کردن بدون در نظر گرفتن مراقبتهای کافی می تواند حماقت محض باشد!

اسفند

در زندگی عاطفی تو تحول تازه ای به وجود می آید که در نهایت خوب خواهد بود. بهتر است نگران نباشی و فکرت را مشغول نکنی چون همه چیز روبه راه است. کسی را که در انتظارش بودی، ملاقات می کنی و یا یک فرصت طلایی بدست می آوری. پس سعی کن از این فرصت استفاده کنی. این هفته پولی به دست می رسی و حوادثی اتفاق می افتد که در مجموع به نفع تو خواهد بود. به شرط اینکه تو بی توجه نباشی و از این موقعیت استفاده کنی.

فروردین

سعی کن تا جایی که می توانی از بحث های بیهوده و دردسر آفرین دوری کنی چون تو را در شرایط تشنج و آشفتگی قرار می دهد. این اعتماد به نفس توست که راه را هموار می کند. با قدرت اراده و یک روحیه خوب می توان بسیاری از گره های سخت را باز کرد. منتظر اتفاقات خوب باش. اوضاع اقتصادی تو ثابت است و تغییر چندانی ندارد پس به اندازه خرج کن که دچار بحران نشوی.

اردیبهشت

باید کاری انجام دهی که محبوبیت بیشتر شود. البته با کارهای کلیشه ای نمی توانی به این جایگاه برسی. باید رفتار، گفتار و اندیشه نیکی داشته باشی. بهترین روش این است که با شادی و لبخند به جنگ بحران مالی بروی و با انرژی زیاد آن را برطرف سازی. این بحران زودگذر است و کمتر از آن است که تو تسلیم شوی.

خرداد

ماجرای عاطفی تازه ای پیش می آید که نباید از آن ترسید. با جرات و جسارت باید وارد این ماجرا شد و از آن پیروز خارج شد. تو این توانایی را داری که هر کسی را مجذوب خود سازی. همیشه اوضاع به یک حالت نبوده و از این پس هم نخواهد بود. روزهای بهتری خواهد آمد که در آن احساس راحتی و آسایش بیشتری خواهی کرد. در این قانون هیچ تردیدی نباید داشت. دچار رکود اقتصادی شده ای اما جای نگرانی نیست.

تیر

مطمئن باش که تلاش های تو به نتیجه خواهد رسید. شاید دیگران از راههای مشروع یا نامشروع دیگری بتوانند کسانی را بدست آورند اما تو با خود عهد کرده ای که زندگی سالمی داشته باشی. در شرایط کنونی، صبر و خوشبختی بهترین راه حل است. باید برای مسائل اقتصادی خود برنامه ریزی علمی و دقیقی داشته باشی تا دچار بحران نگردی. این کار با عجله و شتابزدگی جور در نمی آید.

مرداد

عشق است که به انسان بال پرواز می دهد. عشق تو را از این زندگی واقعی و روزمره جدا می کند و به فضای جدیدی می برد که پر از امید است. به زندگی عاطفی ات تکانی بده. تا پایان روز احساس خوشبختی خواهی کرد چون بعضی امور، که فکرت را مشغول کرده بود، روبه راه می شود. در یک میهمانی خبرهای امیدبخشی خواهی شنید. برای رسیدن به هدفها باید با افراد با تجربه در زمینه مسائل اقتصادی، مشورت کنی. یکی دو مشکل مالی کوچک در راه است که برطرف خواهد شد. باید به جای فکر به مسائل کوچک به آینده ات امیدوار باشی.

شهریور

این رویاها و افکار رومانتیک جذاب هستند اما در واقعیت ها جایی ندارند. باید خود را برای زندگی واقعی آماده کرد و به افکاری دل بست که مفید و عملی باشند. با شوخ طبعی خود باید تلخی های این زندگی را از بین برد. هر چه روزگار به تو سخت می گیرد، تو آسان بگیر و با آن لبخند و روحیه شاد خود به استقبال آن برو. وضعیت مادی و اقتصادی تو روند خوبی را طی نمی کند. برنامه ای را که در نظر داشتی شکست خورد و همین موضوع، اوضاع را بدتر کرد. باز هم باید راه حل تازه ای پیدا کرد و از تلاش دست برنداشت.



Hamid Auto Service Inc.

تعمیرگاه، صافکاری و نقاشی در ریچموند هیل

- ✓ سیفتی و امپیشن تست (سواری، کامیون)
- ✓ قبول انواع بیمه، پرداخت "دیداکتبل"
- ✓ تعمیر جلوگیری و میزان فرمان
- ✓ خریدار اتومبیل های فرسوده
- ✓ سرویس کولر اتومبیل
- ✓ عیب یابی با کامپیوتر
- ✓ قیرپاشی
- ✓ فریم کشی
- ✓ تعمیر اگزوز
- ✓ برچسب زرد
- ✓ تعویض شیشه
- ✓ سرویس تویینگ



دیگر نگران امپیشن 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
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 قیمت ها با ارائه این آگهی
تضمین شده است

یابک بالاز از میجر مکنزی
روبروی 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

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

۶۵۲



متوسط

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

۶۵۰



آسان

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

۶۴۸

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

۶۵۳

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

۶۵۱

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

۶۴۹

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

۶۴۶

پاسخ

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

۶۴۴

پاسخ

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

۶۴۲

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

۶۴۷

پاسخ

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

۶۴۵

پاسخ

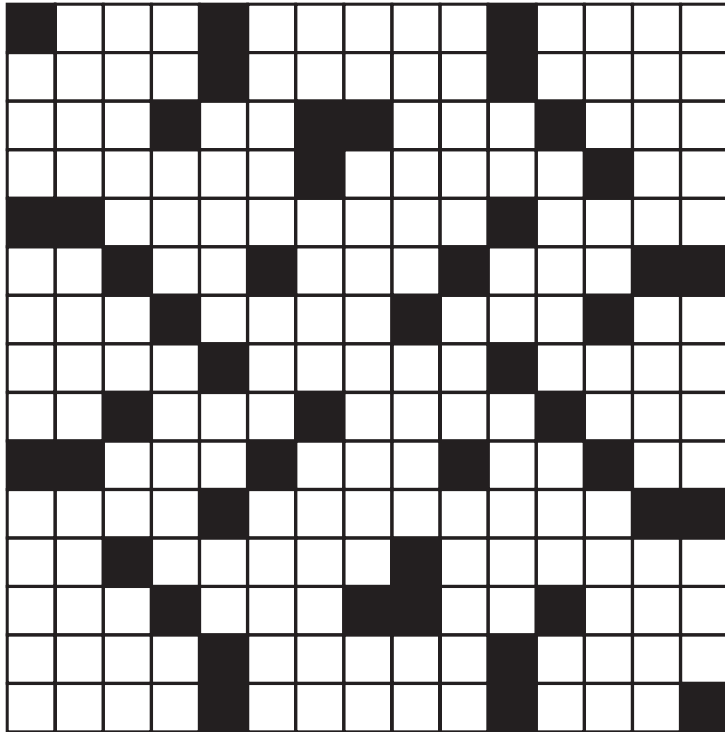
9	8	3	1	2	6	4	5	7
6	5	1	3	7	4	8	9	2
2	4	7	9	5	8	3	6	1
5	9	8	4	1	2	6	7	3
4	1	2	7	6	3	9	8	5
7	3	6	5	8	9	1	2	4
1	6	4	2	9	7	5	3	8
8	7	5	6	3	1	2	4	9
3	2	9	8	4	5	7	1	6

۶۴۳

جدول

شماره ۱۲۷۸ - الف

۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰ ۱۱ ۱۲ ۱۳ ۱۴ ۱۵



افقی

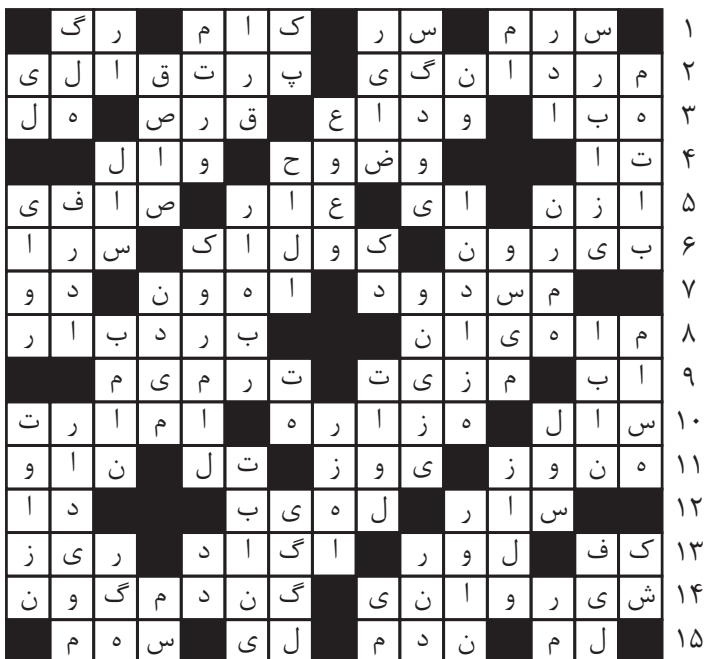
- ۱- واحد شمارش عکس - به کشورهای دیگر گویند - اختراع "یوهانس گوتنبرگ" سوئدی
- ۲- آتشگیره فلزی - دستگاه ضبط مغناطیسی تصویر و صدا - بخشی از زندگی
- ۳- باد بهار - سخن ناگفتنی - دوشاب - قبیله "کریمخان"
- ۴- عدد ورزشی - عاشق شوریده سر - گرانقدر و معتبر
- ۵- از گویش‌های کهن ایرانی - برگه زنه‌ار دادن
- ۶- آری - تظاهر به نیکی - پاسخ منفی - دست سودن
- ۷- نفس دردمند - درد و رنج - متقارب - زندگی و دوام
- ۸- شاداب و سرزنده - پایتخت بلغارستان - کشاورز
- ۹- از ابزار فالگیری - شادمانی - بانگ و فریاد - گذشتن بر چیزی
- ۱۰- نمناک - آبکی - پشم شتر - آدمی و انسان
- ۱۱- از روزهای هفته - اندیشیدن
- ۱۲- جلسه آشنایی - انسان دو نژاده - سد استان خوزستان
- ۱۳- پول نقد - هرگز نه عرب - اندام پرواز - ننبیل جالیز
- ۱۴- نوعی کفپوش - کشوری در قاره آفریقا - محصول سینما
- ۱۵- عدسی دوربین - بطور قطع و یقین - خرید کالای وعده‌ای

عمودی

- ۱- گل آن را نشانه رسیدن مهمان دانند - حق الزحمه - تفاله عسل
- ۲- از آلات موسیقی شبیه سه‌تار - نابینای حماسه‌سرای یونان باستان - شتابان
- ۳- جامه‌ای بلند و جلو باز - خرس فلکی - حرکت مهره اسب در صفحه شطرنج - همیشه ته چاه است
- ۴- همه را شامل می‌شود - شهری در ایتالیا - از تقسیمات کشوری - پایان‌نامه تحصیلی
- ۵- ردیف و صف - عطر چای - خوراکی جنوبی که از نخود و در روغن سرخ می‌شود
- ۶- نوشته قابل خواندن - ایستادگی کننده در کار - هدایتگر طریق
- ۷- مولکول‌های مساوی در علم شیمی - جانوران بیابانی - بی‌مهار
- ۸- قرمز انگلیسی - از آثار زنده‌یاد استاد "محمدابراهیم باستانی‌پالیزی" - آب گوجه‌فرنگی
- ۹- نام پیشین اصفهان - بلندآوازه - پروردگاری
- ۱۰- از سرداران نامی "افراسیاب" - آزاد شده - مترسک سر جالیز
- ۱۱- میدل جریان برق - پنبه پاک‌نکرده - هدف ورزش فوتبال
- ۱۲- متضاد راست - سنگی شبیه زاج - پرنده‌ای از راسته کبوتر شکلات - صنعت و تکنیک
- ۱۳- شوهر خواهر - گرفتن از هوا - چون بیاید پس ۹۰ هم پیش ماست - چروک
- ۱۴- نوعی حریر ساده - رتبه و درجه - به چیزی بدگمانی داشتن
- ۱۵- جادوی باران در نزد مغولان - جادوگر - چکیده شرح حال برای استخدام

پاسخ شماره ۱۲۷۷ - الف

۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰ ۱۱ ۱۲ ۱۳ ۱۴ ۱۵



کلیه خدمات

لوله کشی و تاسیسات

Drain - Heating - Cooling

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

لوله کشی گاز و نصب کباب پز BBQ

نصب لوله‌های Floor Heating، کانال‌کشی هوا

نصب و تعمیر انواع فرنس، بویلر، آبگرمکن، شویمینه

تشخیص، رفع ترکیبگی و گرفتگی لوله‌های آب و فاضلاب

مهدی - Florimed Plumbing

416.875.5484

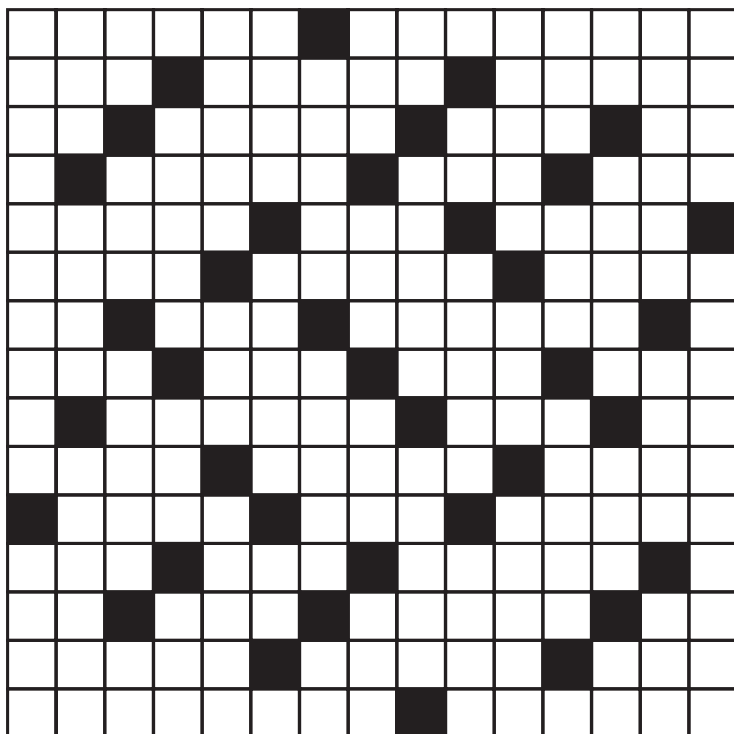
دارای بیمه خسارت WSIB و Fully License



جدول

شماره ۱۲۷۸ - ب

۱۵ ۱۴ ۱۳ ۱۲ ۱۱ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱



افقی

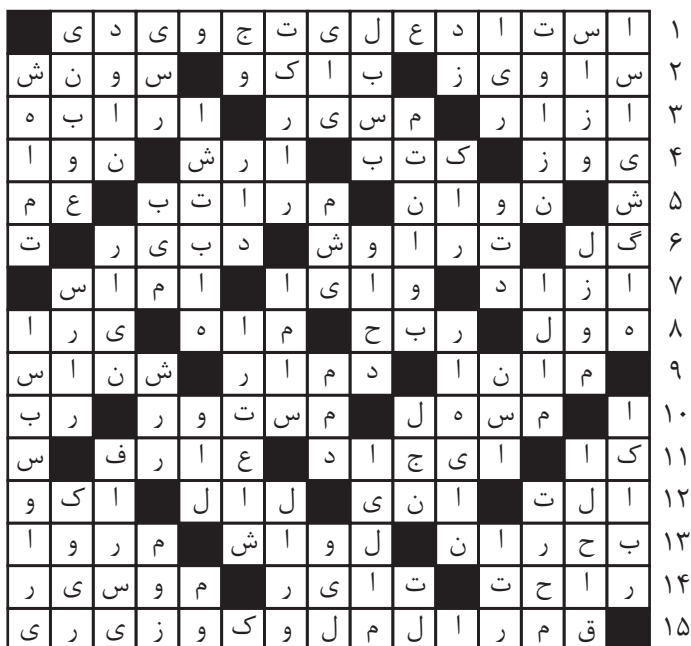
- ۱- نگهبان زمین صیفی کاری - سرپرست خانواده
- ۲- صبح زود بیدار شدن - وسیله سازی - سازمان جاسوسی آمریکا
- ۳- از شهرهای باستانی - اتحاد انگلستان - کاغذ کپی - آببند
- ۴- شناسنامه - هموطن سنج - خیالی
- ۵- فناپذیر - دانش و فرهنگ - محل نگهداری اسناد
- ۶- یاقوت سرخ ساوه - جایگاه عکس - یک ششم ملک
- ۷- پایتخت تاجیکستان - حرف خوردنی - شعله آتش
- ۸- سرگشتگی - وسیله کار هیزم شکن - از پرندگان - ستاره‌ای از دب اصغر
- ۹- امر به آمدن - از آثار شادروان فریدون توللی - طریق انحرافی
- ۱۰- ملاحظت و زیبایی - زن همنشین - رستگار
- ۱۱- به غیر آن - نوعی کوه - سراینده شعر من
- ۱۲- سرایدار - سوره‌ای در قرآن کریم - درد دست
- ۱۳- سرخ کمرنگ - همراه عروس - آسمانگون - محصول روده درازی
- ۱۴- از درندگان - قدیمی و کهن - از زمین‌های زراعی
- ۱۵- میوه گرمسیری - بااحتیاط و آینده‌نگر

عمودی

- ۱- از اقوام اصیل ایرانی - کاخ عبرت
- ۲- پایتخت ساحل عاج - پایتختی در آمریکای جنوبی - واحد پول بلغارستان
- ۳- افتادنی بر دامن - جامه گشاد و بلند - شیر تازی - زردروی پُربها
- ۴- اسب یدک - برداشت محصول کشاورزی - شکستی ورزشی
- ۵- از رنگ‌های میوه‌ای - از آفات درخت بارور - عمران روستا
- ۶- تاز و آبدار - کیسه پوستی - کتاب ژان ژاک روسو
- ۷- مترادف آشغال - برشی در خیاطی - واحد پول الجزایر
- ۸- عبادت - ظرف روغن - قسمتی از گیاه - قوه بینایی
- ۹- گیاه خیزران - نقره‌گون - دل‌آزار کهنه
- ۱۰- قدرت و انرژی - جایگان موزن - پسوند شباهت
- ۱۱- حق‌الشرب - پشت سر - بی‌موقع و بی‌مورد
- ۱۲- پیمودن و طی کردن - گوارا - سخنان غیر ارادی تبار
- ۱۳- دو سنگ آسیا - بسیار راه رونده - نوعی شرکت - دشمن سخت
- ۱۴- فقر و درویشی - دنباله‌رو عروس - سحرآمیز
- ۱۵- پرتونگاری - قیمت و بها

پاسخ شماره ۱۲۷۷ - ب

۱۵ ۱۴ ۱۳ ۱۲ ۱۱ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱



دبیرستان انتگرال

INTEGRAL HIGH SCHOOL

تدریس خصوصی (دبیرستان و دانشگاه)

کردیت کورس‌های 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 مهندسی
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 جوادی
416-877-8430	مهشید سلیمانپور
416-576-7766	خداپرست، نادر
416-558-2138	رحیمیان، محمد
416-418-8587	سیروس، 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 الکترونیک

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 وکیلی 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

مخضر	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	شاپان
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



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 \$1.2 MILLION*

از THE PRESENTATION GALLERY به آدرس 4800 DUFFERIN STREET بازدید کنید | 416 661 7699

©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. March 2020.