ارز ملل ARZE MELAL
● بهترین نرخ حواله فوری ۲۸ ساعته
● پرداخت همزمان ارز با کارت عابر بانکهای ایران
5859A Yonge St. NorthYork (at Cummer) 416.830.6500

IRAN STAR

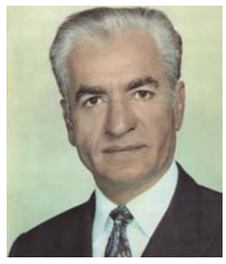
Thursday, 27 July 2017 - Vol. 23 - No. 1146 iranstar.com پنجشنبه ۵ مرداد ماه ۱۳۹۶ – سال ۲۳ – شماره ۱۱۴۶
169 Steeles Ave. East, Toronto, ON M2M 3Y5 Tel: 905.763.9770 - Email: info@iranstar.com

ارز پرسپولیس PERSPOLIS EXCHANGE 416.229.0000
برداشت ریالی از کارتهای عابر بانک ایران و دریافت قانونی و فوری معادل دلار کانادایی در تورنتو

افشای اسناد جدید ، در باره کودتای ۲۸ مرداد، با دکتر عباس میلانی:

داستان‌های شاه هرگز به پایان نمی‌رسد!

همین یکشنبه در بنیاد پریا



ایران استار- وزارت امور خارجه آمریکا در سال ۱۹۸۹ میلادی کتاب اسناد مربوط به روابط ایران و دولت دوایت آیزنهاور را منتشر کرد که اسناد کودتا در آن حذف شده بودند، به همین دلیل در سال ۱۹۹۲ کنگره آمریکا، وزارت امور خارجه را موظف کرد که اسناد "جامع، دقیق و قابل اعتماد" را چاپ کند. وزارت امور خارجه روز ۱۵ ژوئن ۲۰۱۷ این مجموعه را در حدود هزار صفحه منتشر کرد. پیش از آن در سال ۲۰۱۳ میلادی سیا،

۲ ←

شناگر کانادایی، رکورد جهانی کرال را فرو ریخت ۲ ←
وعده جدید کاتلین وین به بیزینس های کوچک ۴ ←
نماینده "ان دی پی" در گفتگو با رسانه های ایرانی ۳ ←
تویوتا بهترین خودروساز در ۴۹ کشور دنیا ۹ ←
بیش از ۱۴۰ خبر در یک نگاه ۲۰ ←

اولین صرافی بدون کارمزد ارز سرمایه
پرداخت همزمان با دستگاه کارت‌خوان
10097 - 1 Yonge St. 905.237.9050 416.616.0714

صرافی کیش
پرداخت همزمان با دستگاه کارت‌خوان
416-792-5777
روبروی پلازای ایرانیان، جنب سوپر زمانی
خانم امیری، پویا کریمی ۰۹۱۲-۸۱۴-۰۹۸۹

کارشناس وام مجید حبیبی
416.553.3394
tribe 5409 Yonge St, Unit 208, Toronto, ON, M2N5P8

محسن حنا MORCAN MORTGAGE SPECIALIST M10002474
وام مسکن Line of Credit . Refinancing . Loans
416.500.1010

صرافی تاج
پرداخت همزمان با دستگاه کارت‌خوان
647.345.3336
۶۰۸۷ خیابان یانگ
روبروی پلازای ایرانیان جنب سوپر پارس
ایران: پویا قبادی‌نیا ۰۲۱-۲۲۶۶۱۰۷۲-۷۸

محمدرضا اوجی RE/MAX REALTRON REALTY INC. Brokerage 183 Willowdale ave.
TOP PRODUCER
416 225 2900
مشاور املاک صدیق، پائین‌تر به وآگاه

زینا شکرابی MORTGAGE BROKER
1.888.411.ZENA

صرافی مرکزی
ارسال ارز به ایران و بالعکس
پرداخت در هنگام ورود
با عابر بانک بدون کارمزد
Iran: 0912.753.4000
1.888.318.2960
www.SarafiMarkazi.com
mkexchange@rogers.com
905.482.7847

رستوران دربار DARBAR RESTAURANT
647.351.4242

آیا در فکر خرید خانه هستید؟
مشاوره وام مسکن بدون هیچ گونه الزام
زیر هل وام مسکن مناسب با شیوه زندگی شما
تصویب اولیه سریع و آسان وام مسکن تا بتوانید با اطمینان خرید کنید
دانیل نیلی کارشناس وام مسکن
647-668-2200
FOR WHAT MATTERS

صرافی یزدان‌پرست، ارز تورنتو
تورنتو 416.300.1070
تهران 22526080
با مجوز رسمی از بانک مرکزی ایران
6091 Yonge St. پلازای ایرانیان

صرافی طاهری Taheri Exchange
416.488.8822
5775 Yonge St.
1-888-712-9999
taheriexchange.com
اولین موسسه مالی ایرانی - در کانادا خدمات ارز به کلیه کشورها - انتقال بین المللی پول

مجتمع پویا
6347 Yonge St.
416.225.6600
pouyacommercial.com
خدمات مالی و حسابداری
خرید، فروش و اجاره مسکن
خدمات امور مهاجرتی

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

دفتر حقوقی حسین نیرومند
امور حقوقی، استخدامی، صدمات بدنی، استیناف، وصیت و وراث، امور خانوادگی
416 850 0094

پوریا همتی Sales Rep.
416.802.9191
RIGHT AT HOME REALTY INC. BROKERAGE

ارز پاسارگاد
پرداخت همزمان ارز با کارت عابر بانکهای ایران
905.508.2580

محمدرضا فدوی
مسکونی، تجاری، سرمایه گذاری
416.732.7777
ROYAL LEPAGE TERREQUITY REALTY BROKERAGE

انواع بیمه
Commercial - Auto - Home Life - Disability
Insurance Broker نائله آجورلو
سابقه کار از ۱۹۸۶ در کانادا
416.558.6454

ارز مثقال Meghal Exchange
416-844-5555
6121 Yonge St. پلازای ایرانیان

ارز تهرانتو (پلازای ایرانیان) 6113 Yonge St.
پرداخت همزمان با دستگاه کارت خوان بانکهای ایران
416-225-2345
416-590-0066
Tehran: 912 317 6602 فرزاد فرخ مرزی

پرداخت همزمان با دستگاه کارتخوان
ارز پرسیکا
647-345-9325-26
ایران: پویا گریمی 0912-814-0989

حسابداری هرمز
حسابداری افراد و شرکت‌ها
416.285.5858
149 Willowdale Ave. Suite 22 (Just North of Sheppard)

پرداخت در سرتاسر کانادا
بصورت واریز بحساب، چک بانکی یا نقدی
بارعایت کلیه مقررات بانکی کانادا
ارز گاما Gamma
معتبرترین نام در خدمات ارزی
416-227-9815
www.arzgamma.com

ارز- شاپور تنباکویی ۶ ←
بازار آشفته ارز

فرهنگ- بهادر دوانی ۱۲ ←
مبحث شیعه از سلسله مقالات شناخت قسمت ۳۱

املاک- کامران انواری ۱۶ ←
بازار کاندو قوی‌تر از همیشه

روان درمان -دکتر صفر داعی ۱۷ ←
بعد از ازدواج از دوستانتان غافل نشوید

تاریخ - محمد اختری ۱۴ ←
شرق شناسی قسمت ۲۰

بیمه - رامین سیروسی ۱۳ ←
برای پدر و مادرم از کجا بیمه بگیرم؟ ایران یا کانادا؟

قیمت خانه در تورنتو دوباره بالا می رود

ایران استار- انتظار می‌رود که رکود اخیر در بازار املاک و مستغلات تورنتو که دربی قانون مالیاتی جدید بر خریداران خارجی در بهار حاصل شده است، "کوتاه" باشد، این نتیجه گزارش شرکت بیمه‌کننده منازل CMHC است که در آخر وقت روز چهارشنبه منتشر شد. براساس داده‌های این شرکت، قیمت میانگین املاک در شهر تورنتو که در ماه آوریل ۹۱۹،۵۸۹ دلار بود با کاهشی شدید به ۷۹۳،۹۱۵ دلار رسید. این میانگین باید به دلیل محدودیت‌های عرضه‌ی املاک و همچنین وجود اقتصاد قوی کانادا دوباره سیر صعودی به خود گیرد.

دانا سانگاما تحلیلگر ارشد بازار املاک تورنتوی شرکتCMHC ، در طی سخنان خود گفت: "واکنش بازار تورنتو به قوانین جدید بنظر می‌رسد بیشتر عاطفی و احساسی بوده باشد، و نتیجتا این اثرات کاهش کوتاه مدت خواهد بود.

اقدامات دولت استانی انتاریو که از ۲۱ اپریل اعمال شده است شامل: مالیات ۱۵ درصدی برای خریداران خارجی در منطقه مهم و اصلی انتاریو، قوانین کنترل‌کننده افزایش میزان اجاره بها در تورنتو و دیگر شهرها، و نیز برای جریمه برای خانه‌های خالی، می‌باشد.

باب دوگان، اقتصاددان ارشد CMHC نیز گفت: "اگر روند ایجاد شغل در تورنتو به همین منوال ادامه یابد ... و رشد اقتصادی نیز با همین کیفیت ادامه داشته باشد، هر دوی این مولفه‌ها به تقاضای بیشتر به معاملات مسکن می‌انجامند، و نتیجتا در برخی از مناطق فشار افت قیمت املاک در تورنتو ایستا و سپس رو به رشد خواهد شد.

بدین ترتیب تورنتو، همانند ونکوور (پس از اجرای مالیات بر خریداران خارجی در سال قبل) در ابتدا کاهش املاک و مستغلات را تجربه می‌کند. اما امسال نشانه‌هایی وجود دارد که بازار مسکن هر دو شهر مجددا گرم شوند. شرکت رویال‌لوپیج در آخرین بررسی سه ماهه‌ی املاک خود که دو هفته پیش منتشر شد اعلام کرد که فروش خانه در ونکوور در دوره‌ی اپریل ـ جون، پس از آنکه "مالیات" سودجویندگان را حذف کرد، مجددا شروع به بهبود کرده است. این گزارش منعکس کرده است که بازار ماه آوریل ونکور در مقایسه با ماه پیش آن تقریبا ۵۰ درصد افزایش یافته است. CMHC در آخرین ارزیابی بازار مسکن روز چهارشنبه خود، رتبه کلی ریسک خود را برای بازار مسکن در سطح ملی حفظ کرد.

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

خدمات ترجمه و مهاجرت درستکار
علیرضا درستکار
کارشناس رسمی مهاجرت
عضو رسمی ICCRC و مشاور رسمی وزارت مهاجرت کانادا MIEC
Tel: (647) 965-3867
Email: info@dorostkar.ca , www.dorostkar.ca
10271 Yonge St., Unit 224, Richmond Hill, ON, L4C 3B5

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

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

ارسال بسته‌های پستی شما در اسرع وقت
۵۰٪ ارزانتر از دیگران
416.820.8359
جنب سوپر هفت سین
30 Levendale road, Richmond Hill

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

وام مسکن
افشین نژاد دهقان
Afshin Nejaddehghan Mortgage Broker LIC# M 08003324
416-888-6753
www.loansolution.ca

ورشکستگی؟ آیا مشکل بدهی دارید؟
Consumer Proposal
پرداخت حق سرویس بعد از اخذ قبولی
محسن نوروززاده
416.830.3414

followTel Inc. 647.873.7979
اینترنت نامحدود: برای منزل یا محل کار Cable / DSL
High Speed Unlimited starting from 29.95
تماس مستقیم از تهران به کانادا فقط از 8.95
طفن منزل با ۱۶ سرویس فقط از 5.95
کانال‌های فارسی، کانادایی، آمریکایی و اروپایی
Live Free TV - Movies - Live Sports - News - Kids
TV BOX

خبر – کانادا

شناگر کانادایی رکورد شنای کرال جهان را فروریخت

ایران استار- کانی کیلی ماسسی، شناگر کانادایی، موفق شد رکورد جهانی شنای کرال پشت در قهرمانی جهانی طلای ۱۰۰ متری طلای اروپا را کاهش دهد. ماسسی از تکنیک و تلاش عالی خود در قسمت دوم مسابقه برای به دست آوردن رکورد۵۸/۱۰ ثانیه سود برد و توانست با تمرکز بالا و اعتماد به نفس، رکورد طولانی این رشته که در سال ۲۰۰۲ ثبت شده بود برای خودش و کانادا ارتقا دهد. پس از وی با ۰/۰۲ ثانیه تاخیر جما سپوفورت بریتانیایی که در مسابقات قهرمانی ۲۰۰۹ جهان در رم به طلا رسیده بود از خط پایان گذشت.

ماسسی پس از مسابقه به خبرنگاران گفت: "من فکر نمی‌کنم که واقعا کار بزرگی کرده باشم... وقتی دیوار (انتهای خط را) لمس کردم و نتیجه را دیدم، مجبور شدم دوباره نام و زمان را ببینم تا مطمئن شوم که درست دیدمام. من فوق‌العاده هیجان زده بودم، نمی‌دانم که به چه چیزی در آن لحظه فکر می‌کردم اما می‌دانم که از هیجان و شادی لبریز بودم".

ماسسی، دانشجوی ۲۱ ساله دانشگاه تورنتوست، وی در طول امسال مرتبا فاصله‌ی رکوردش را با رکورد جهانی کاهش می‌داد. او در ماه اپریل نیز توانسته بود رکورد کانادا را به میزان سه دهم ثانیه بشکند.

ماسسی دارنده مدال برنز همین رشته در المپیک ۲۰۱۶ در ریودوژانیرو هم هست که یکی از شش مدال‌آور شناگر کانادایی بود. وی ادامه داد:

"بعد از پایان بازی‌های المپیک دیدم که من به فینال مسابقات این رشته تعلق دارم و با بزرگان می‌توانم برابری کنم، بنابراین، با اعتماد به نفس بیشتری تلاش کردم چون می‌دانستم این رمز موفقیت است... در تمام طول سال این مسابقات آرزوی من بود، همه چیز دست به دست هم داد تا به قهرمانی مسابقات برسم".

مربیان او، بایرون مک دونالد و لیندا کیرفر، به او یادآوری کردند که سختی کار سختی اکنون تمام شده است و حالا وقت آن است که از این تجربه لذت ببرد.

این اولین مدال طلای شنا توسط یک زن کانادایی در تاریخ قهرمانی جهان‌ست که از سال ۱۹۷۳ شروع شده است.

ماسسی پس از آنامی پیرس (۲۰۰۹) اولین قهرمان کانادایی است که در مسابقات شنا با مسافت بلند، قهرمان جهان می‌شود.

مدال ماسسی چهارمین مدال کانادا در این مسابقات قهرمانی است.

جنیفر آبل سه مدال دیگر را در این هفته با تیم کانادا پیشتر بدست آورده است: یک برنز در اسپرینگ‌برد زنانه، یک نقره در اسپرینگ‌برد با ملاسیا سیتروئن-بلالیو و یک برنز در اسپرینگ‌برد، مختلط با اینبودولاک.

کانادا در سال ۲۰۱۵ هشت مدال به دست آورد: چهار عدد در شنا و چهار عدد در غواصی. دو عدد از آنها برنز بودند که توسط ریان کوچران که به تازگی بازنشسته شده است، بدست آمد.

← ۱

نیز تعدادی از اسناد محرمانه خود را از طبقه‌بندی خارج و منتشر کرده بود که در آن به نقش سیا در کودتا اعتراف شده بود.

در این زمینه با دکتر عباس میلانی گفتگویی را انجام دادیم، که نظرتان را به آن جلب می‌کنیم:

اسناد منتشر شده چقدر با اسناد شما مغایرت دارد؟

اسناد جدید مغایرتی با اسنادی که من استفاده کرده‌ام ندارند، بلکه در واقع مکمل آنها هستند و در بسیاری از مواقع جزئیات تازه‌ای را شرح می‌دهند. در این اسناد نکته اساسی متفاوت از انچه در کتاب نگاهی به شاه آمده، ندیدم. طبعا همه اسناد ارایه شده در کتاب جدید را خوانده‌ام. ولی در کنار این کتاب بسیاری از اسناد دیگر پس از گذشت ۳۰ سال علنی شده‌اند. مجموعه مفصل چند ملیونی دیگری هم هست که سیا انها را علنی کرده و برخی از آنها مربوط به ایران است.

پس شما به بازنویسی کتاب" نگاهی به شاه" نیازی نمی‌بینید ؟

هر کتابی را همیشه می توان بازنویسی کرد. این حکم کلی در مورد کتاب من هم صدق می کند. بعلاوه اکنون کلی جزئیات جدید تازه در دسترس هست . اگر من بنظرم می‌آمد که این اسناد در کلیات نقطه نظرهای چاپ شده در کتابم را نفی می‌کند و نیاز به تصحیح اساسی هست حتما کتاب را بازنویسی می‌کردم. البته باید توضیح بدهم که پدیده‌ای مانند شاه همیشه با این واقعیت روبروست که اسناد، عکس‌ها و خاطرات تازه از وی منتشر می‌شود. دایم وسوسه بازنویسی هست.

آیا فکر می‌کنید که اسناد خیلی مهم دیگری هم وجود داشته باشد که کشورهای دیگر هنوز آنها را منتشر نکرده‌اند؟

حتما. من در کتاب شاه و قسمت ماجراهای ۲۸ مرداد اشاره کرده‌ام که اسناد روس‌ها خیلی مهم هستند، مثلا: حزب کمونیست شوروی چه روابطی با حزب توده ایران داشت؟ اسناد خود حزب توده چه بوده است؟ اسناد پلیس و ارتش ایران چه هستند؟ اسناد دفتر شاه چه چیزهایی را ثبت کرده‌اند؟ اسناد بیت کاشانی و بروجردی هنوز منتشر نشده‌اند. اسناد فرانسوی‌ها چه بوده و اسناد انگلیسی‌ها که خیلی از آنها هنوز منتشر نشده‌اند چه هستند؟ هر کدام از اینها می‌توانند جنبه‌های تازه‌ای را ارائه دهند. بعلاوه اینکه فکر کنیم اسناد آمریکایی‌ها ارجحیت دارد بر بقیه، به گمان من اصلا درست نیست. هر کدام از اینها روایت خودشان از ماجراهاست، مثلا در مذاکره هندرسون با شاه، هندرسون روایت خودش را از این جلسه نوشته است، حال شاه چه برداشتی از این جلسه داشته است در دفترش ثبت شده، و شاید علاء هم که در این جلسه بوده یادداشت‌های دیگری داشته باشد، یا حتی روس‌ها از این جلسه خبردار شده باشند و نسخه خودشان را تهیه کرده باشند. بایستی همه اینها را کنار یکدیگر گذاشت و نتیجه گرفت. کار تاریخ دقیقا همین است که اینها را کنار هم سبک و سنگین می‌کند، به گمان من کار تاریخ یک نوع کار شرلوک‌هلمزی ست، که مرتبا صحیح و سقیم را از هم جدا می‌کند و به تصوری از واقعیت می رسد. بعلاوه باید در نظر داشت که این تصور می‌تواند فردا محتاج تجدید نظری جدی باشد.

این اسناد چگونه به دست شما رسید ؟

این اسناد امریکایی قبلا بصورت کتاب چاپ می‌شدند. اما امروزه این اسناد که حدود هزار صفحه هستند بصورت الکترونیکی در داخل سایت وزارت امور خارجه آمریکا قرار داده شد و به رایگان می‌شود آنها را کپی کرد. خواندن آنها برایم به جالبی و گیرایی یک رمان بود و هست که در آن نکات و شخصیت‌های جدیدی در نقاط و زمان‌های جدیدی وارد مجموعه دانسته‌ها و ماجرا ها می‌شوند.

در میان همه اسناد کدامیک تکان دهنده‌ترین از نظر شما بوده است که خیلی انتظار آنرا نداشتید؟

دو پدیده برایم خیلی جالب و عجیب بود یکی روابط برادران قشقایی‌ها با آمریکایی‌ها و دوم روابط کاشانی با آنها. (من می‌دانستم که کاشانی با آمریکایی‌ها تماس داشته) و وی نقش مهمی در سقوط مصدق داشت و در ضمن می‌دانستم که با زاهدی روابط نزدیکی داشته است. ولی ابعاد و تعداد تماس‌ها و احتمال، تاکید می‌کنم: "احتمال" اینکه از آمریکا کمک‌هایی دریافت کرده باشد و یا اطرافیانش، از طرف یا به نام او چنین کمك هایی دریافت کرده اند، برایم خیلی جالب بود. مثلا آمریکایی‌های از یکسال قبل از ۲۸ مرداد می‌دانستند که نقش عمده را کاشانی و به قول خودشان نیروهای خیابانی‌اش در برانداختن مصدق بازی خواهند کرد و همچنین روابط برادران قشقایی و اینکه از آمریکایی‌ها پول می‌خواهند و یا وعده و وعیدهایی که به آمریکایی‌ها می‌دادند برای آن سال‌ها خیلی خیلی غریب بود!

دکتر عباس میلانی، نویسنده کتاب نگاهی به شاه، همین یکشنبه ساعت ۱۱ صبح در پریا مفصل‌تر در این‌باره در پریا سخنرانی خواهد کرد.

قابل ذکر است که کتاب ایشان به دو زبان فارسی و انگلیسی نگاشته شده است. نسخه فارسی این کتاب بسیار مطرح، پُرفروش، پُردانلود، و یکی از موفق‌ترین و معتبرترین کتب می‌باشد.

PERSIAN CIRCLE

پرشین سیرکل برگزار می‌نماید:

سخنرانی
دکتر عباس میلانی

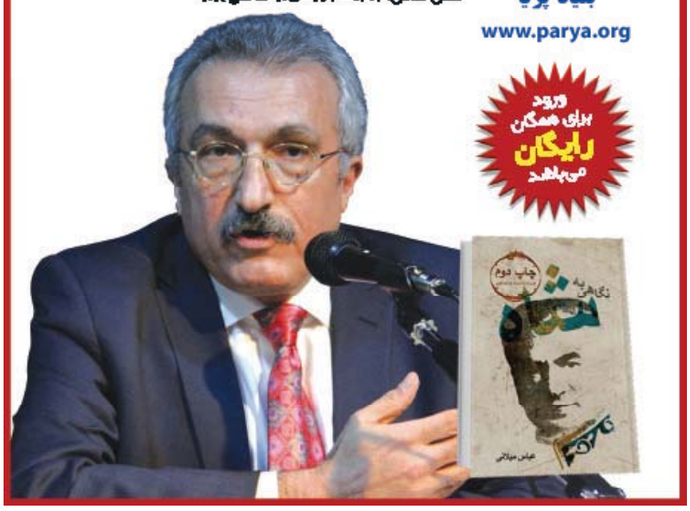
نگاهی به، نگاهی به شاه

از منظر اسناد تازه منتشر شده آمریکا

تاریخ: یکشنبه ۳۰ جولای ۲۰۱۷ ساعت ۱۱ صبح
محل: بنیاد پریا 344 John St. Thorn hill, ON L3T 5W8
تلفن تماس: ۹۰۵-۷۶۳-۰۲۰۴ داخلی ۱۰۸

Parya Trillium
بنیاد پریا
www.parya.org

ورود برای همگان رایگان می‌باشد



Connect Insurance Inc.

بیمه
از سال ۱۹۸۸ در کانادا

انواع بیمه و سرمایه گذاری

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

به تیم حرفه ای ما بپیوندید

نادر خداپرست
416.576.7766

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

خبر – کانادا

چارلی انگس، نامزد حزب NDP، در مصاحبه مطبوعاتی با رسانه های تورنتو:

مشکلات شما را بخوبی می دانم و از شما حمایت خواهم کرد

کنگره ایرانیان کانادا، این روزها به شدت در جنب و جوش است تا موقعیت و نفوذ جامعه ایرانی در سیاست کانادا را بهبود بخشد.

در این رابطه و با توجه به درپیش بودن انتخابات رهبری حزب نیوموکرات فدرال کانادا (NDP)، کنگره ایرانیان از کاندیداهای این حزب دعوت کرده است تا سیاست‌های خود را در رابطه با جامعه ایرانی و نیز خط مشی کلی خود در آینده با کنگره، رسانه‌ها و جامعه کانادایی - ایرانی در میان بگذارند.

این هفته چارلی انگس، که بنا به نظرسنجی‌ها از بقیه نامزدها جلوتر است میهمان کنگره ایرانیان کانادا بود و جلسه رسانه‌ای همراه با رسانه‌های تورنتویی: ایران استار، ایرکانیوز، سلام تورنتو، و همچنین بطور تلفنی با ونکوور و مونترال برگزار شد.

چارلی: می‌خواهم از همه تشکر کنم بخاطر این جلسه و بگویم که ما الویت‌ها و دیدگاه‌های مشترک بسیاری داریم. به همین دلیل من اینجا هستم که بشنوم و بفهمم و ببینم نیازهای جامعه ایرانی را، و مضافا اینکه پاسخ بدهم به سوالات سخت شما، تا در آینده بصورت بهتری بتوانم با جامعه ایرانی که بسیار اینجا موفق بوده‌اند ارتباط برقرار کنم. من می‌خواهم که بگویم من تمام تلاشم را می‌کنم تا نسل بعدی موفق باشد. من مشکلات بانکی، ویزا، رفت و آمد اعضاء خانواده و اقتصادی شما را به خوبی می‌دانم که متاثر از تصمیم‌های نادرست دولت قبلی بوده است. ما می‌خواهیم ایرانیان با ما شریک باشند و من اذعانم می‌کنم که ما {در جذب و توجه به جامعه و مشکلات ایرانیان} ضعیف بوده‌ایم.

ایرکانیوز: اگر بعنوان رهبر حزب انتخاب شدید آیا می‌روید به خاورمیانه و با آنها از صلح صحبت می‌کنید؟ آیا برای صلح و موقعیت بهتر کانادا در جهان تلاش خواهید کرد؟

چارلی: از ایرانیان برای این افکار صلح دوستانه و کاری که برای صلح در خاورمیانه می‌کنید بسیار متشکرم. من هم برای صلح در خاورمیانه تمام تلاشم را به کار خواهم بست. باید توجه داشته باشیم که در حال حاضر متاسفانه کانادا سومین فروشنده تسلیحات به خاورمیانه است، ولی اگر من نخست وزیر شوم با تمام قدرت برای صلح تلاش می‌کنم، اگرچه متاسفانه تا قبل از انتخابات بخاطر قوانین و کانال‌های قانونی قادر به این کار نخواهم بود چون این کار از مجرای وزارت خارجه انجام می‌شود. من به خوبی برای همه روشن می‌کنم که کانادا برای پل‌سازی و صلح می‌آید.

سلام تورنتو: نظرسنجی‌ها نشان می‌دهد که حزب شما حدود ۱۱٪ حامی دارد، طرح شما برای عضوگیری افراد بیشتر چیست؟

چارلی: من خیلی خودم را محدود به شرایط کنونی نمی‌کنم. ما در انتخابات قبلی می‌توانستیم برنده باشیم ولی مردم بخاطر تغییر دادن هارپر فکر کردند که جاستین ترودو گزینه‌ی پیشروتر، بازتر، و جوانمردانه‌تری برای کانادا است، و هیجان‌زده شدند و به لیبرال‌ها رای دادند. ولی متاسفانه ترودو به آن وعده‌های پیشرو خود هنوز عمل نکرده است، مثلا مشکلات بومی‌ها و گرمایش هوا و تغییرات سیستم رای، هنوز هیچ تغییری نکرده‌اند. من می‌دانم که در کانادا ما تعداد بسیاری محافظه‌کار داریم که از ترس حقوق بازنشستگی، شرایط کاری کنونی و غیره از این حزب حمایت می‌کنند و به راحتی آنرا ترک نخواهند کرد، اما ما تیم خود را دوباره آماده می‌کنیم و می‌فرستیم تا اعتماد مردم را جذب کنیم.

ایران استار: شما چه قولی به کانادایی - ایرانی‌ها می‌دهید که به آن وفادار خواهید ماند؟

چارلی: اول از همه باید خدمات کنسولی بازگشایی شوند. مشکلات بانکی مردم که اینگونه کانادایی - ایرانی‌ها مورد هدف قرارگرفته‌اند، قابل قبول نیست. بعلاوه بایستی به کانادایی‌ها توضیح دهیم که کانادایی- ایرانی‌ها چقدر نقش مهم و مثبتی در کانادا دارند. ما در حزب باعث کوچک‌شماری شما نخواهیم شد، ما شما را حمایت خواهیم کرد. در مورد بقیه موارد باید بگویم که من برای شنیدن مشکلات شما اینجا آمده‌ام و شما خواهید دید اگر من رهبر حزب بشوم از شما کاملا حمایت خواهم کرد.

همیاری، ونکور: بنظر شما لیست کشورهای حامی تروریست‌ها درست تهیه شده است؟ مبانی تصمیم‌گیری چه بوده است؟ این چه عدالتی‌ست که در این لیست ایران باشد ولی عربستان سعودی نباشد؟

چارلی: من فکر می کنم که لیست مشکل‌آفرین است وقتی که دولت با عربستان دوست نزدیک می‌باشد، در حالیکه ارتباط دولت عربستان با تروریست‌ها انقدر واضح است. من این لیست را مورد بازنگری قرار می‌دهم براساس حقوق بشر، واقعیت‌ها و نه لفظی. واضح است که این لیست صحیح نیست و باید کانادا در این زمینه بهتر عمل کند. من می‌خواهم سطح ارتباط بین دو کشور را به سطح ارتباط کامل بین‌المللی برسانم و به یک دفتر کنسولی بسنده نخواهم کرد. و برای اینکار بایستی با تیم وزارت‌خارجه صحبت و هماهنگی انجام دهم. ولی قدم اول بازگشایی کنسولی خواهد بود.

سلام تورنتو: بازگشایی کنسولگری تا موقعی که ایران در این لیست هست جور در نمی‌آید

چارلی: دولت با عربستان خیلی رابطه خوبی دارد و کانادایی - ایرانی‌ها حتی از امکانات اولیه خودشان بازمانده‌اند. از نظر من مهمترین بند در ایجاد روابط، نیازهای مردم {و سختی‌های آنها} است. مثلا مشکلات مالی، بانکی، دانشجویی، ویزایی. ارتباط ما با دولت ایران براساس قراردادهای بین‌المللی، حقوق بشر، گفت‌گوهای جدی باید باشد. ولی اولین کاری را که انجام خواهم داد حل مشکلاتی‌ست که بسیار اولیه هستند و از آنها دریغ شده است. می خواهم کاملا سفارت باز بشه ولی باید با گروه سیاست خارجی تنظیم کنم و بعد با اونها ارتباط برقرار کنم . ما ارتباط خیلی بهتری با دنیا برقرار کنیم.

ایرکانیوز: در ۱۳ سال گذشته ندیده‌ام کسی از حزب نیودمکرات به کامیونیتی‌های دیگر سری بزنند. شما اولین آنها هستید. با این رویه چگونه خواهید توانست در انتخابات پیروز شوید. نقشه شما برای پیروزی در انتخابات با کمک مهاجران چیست؟

چارلی: ما باید از ریشه شروع کنیم، پایین به بالا، با مردم ارتباط برقرار کنیم، با هندی‌ها، مسلمانان، و بومی‌ها. مثلا موضع خود من در قبال بومی‌ها مورد سوال قرارگرفته درحالیکه من با آنها بوده‌ام و دیگران وقتی صرف آنها نکرده‌اند. در زمانیکه لیبرال‌ها و ترودو همه جا برنده می‌شدند اقشار مختلف مردم در حوزه من آمدند و به من رای دادند چون من همیشه با آنها بوده‌ام و حتی از نظر آماری رکورد دار شدم. من به خوبی به اثر مردم واقفم، همین امروز من اینجا هستم تا ثابت کنم که با مردم هستم.

همیاری، ونکور: اگه برنده شدید چطور با مسئله روفرم انتخابات برخورد می‌کنید؟

چارلی: این قولی بوده که ترودو به همه کانادایی‌ها داد ولی متاسفانه انجام نداد. من طرفدار انتخابات نسبیتی هستم همراه با تعدیل منطقه‌ای. تعداد رای تنها مشخص کننده افراد مجلس نیست بعلاوه بومیان بایستی در انتخابات باشند و رهبرانشان را انتخاب کنند. از طرف دیگر مجلس هم بایستی در برابر کانادایی‌ها شفاف باشد.

چارلی انگس، نویسنده، روزنامه‌نگار، خبرنگار، موسیقی‌دان، سیاستمدار، و از سال ۲۰۰۴ عضو مجلس فدرال است. وی بشدت از حقوق بومیان کانادا دفاع می‌کند و از نظر موضع‌گیری سیاسی بیشتر به عدالت اجتماعی و متمایل به چپ است.

H.R.AZIMI Immigration Services Inc.

سازمان مهاجرتی حمیدرضا عظیمی
متخصص در ویزاهای سرمایه‌گذاری و تخصصی
با بیش از ۲۰ سال سابقه درخشان در امور مهاجرت به کشور کانادا

- تمدید کارت اقامت (PR)
- تکمیل فرم‌های شهروندی (Citizenship)
- تنظیم وکالت‌نامه و گواهی امضاء تنظیم دعوتنامه‌های شخصی و بازرگانی اجازه کار
- اسپانسرشیپ برای همسر و والدین
- سوپر ویزا برای والدین در کوتاهترین مدت
- ویزای دانشجویی
- دعاوی پناهندگی در دادگاه‌ها
- ویزاهای تخصصی، سرمایه گذاری و استانی

مهاجرت به آمریکا

- مهاجرت به آمریکا از طریق سرمایه گذاری EB-5
- مهاجرت به آمریکا برای اساتید دانشگاه، نخبگان، ورزشکاران مدال آور و افراد دارای مدرک PHD از طریق ویزای EB-1

حمیدرضا عظیمی
کارشناس رسمی مهاجرت (عضو ICCRC)

Hamid Reza D. Azimi
(RCIC, B.SC.; M. Eng.)
Registered Canadian Immigration Consultant
iccrc crcic

دفتر تهران: ۲۲۰۱۶۱۴۴ ◆ دفتر تورنتو: ۰۷۷۷-۷۳۱-۹۰۵
موبایل: ۴۰۰۰۰۹۷-۴۱۶ ◆ پست الکترونیکی: info@azimiimmigration.net

تهران خیابان ولیعصر، روبروی پارک ملت، جنب بازار صفویه، خیابان آرامش، پلاک ۱۷، واحد ۲
تلفن: ۲۲۰۵۹۹۰۲ ۲۲۰۱۶۱۴۴ ۲۲۰۳۹۳۲۰
500 Sheppard Ave. East. Unit 301, Toronto, ON M2N 6H7

شما لیاقت بهترین مشاور مسکن تورنتو را دارید

نورا اخباری

مشاور رسمی، خوشنام و مورد اطمینان شما در امور مسکن،
با ۲۳ سال سابقه و برنده بهترین جوائز

- ارزش خانه هر روز در تورنتو تغییر می‌کند.
- آیا می‌دانید ارزش واقعی منزل شما امروز چقدر است؟
- ما فروش منزل شما را به بالاترین قیمت ممکن در کوتاهترین زمان با خاطر آسوده گارانتی می‌کنیم.
- برای مشاور رایگان و ارزیابی منزل لطفا با من تماس بگیرید.

NORA AKHBARI
BROKER
416.277.6668
RE/MAX
Realtron Realty Inc. Brokerage*
Office: 416.222.8600
www.sellbuys.com
For a Free consultation and home evaluation call Nora Now

در نیومارکت افتتاح شد!

PIZZA NOVA
به یک پیتزا میکر
و یک راننده نیمه وقت یا تمام وقت
با حقوق مکفی نیازمندیم
416.895.1627

خبر – کانادا

اُتاوا در سال ۲۰۱۷ مجددا بهترین مکان زندگی شد

ایران استار- همه می پرسند که کجا را برای زندگی انتخاب کنیم، ولی همگی پاسخ می دهند که همین جایی که الان هستیم!

شهرهای دیگری هم هستند که می‌توانند جذابیت های محل اقامت ما را داشته باشند و امسال برای بار دوم آن شهر برگزیده، اوتاوا می‌باشد. همه ساله پایتخت برگزیده مردم در لیست نهایی است، که البته همیشه تعدادی مخالف هم وجود دارد. شاید هم اکنون که در حال خواندن این متن هستید، تصور کنید که ما گوشه ای از قلبمان را به پایتخت اختصاص داده‌ایم. به همین منظور برای داده ها دست دست کردیم و جهت تنظیم دوباره از ابزار هم کمک گرفتیم که به خودمان اثبات کنیم که اوتاوا را نمی توانیم در گوشه‌ی دیگر قلبمان جای دهیم، ولی دیدیم که اوتاوا از جایگاهش جم نخورد. اصلا چون و چرایی نیست که اوتاوا بهترین گزینه می‌باشد. اگر می‌خواهید شما هم مثل ما برگزیده های امسال را بررسی کنید. به یقین شما مکانی با شکوفایی هنری را تحسین می‌کنید و شاید از روند جرم و جنایت غافل شوید. مکان‌هایی که نرخ‌های بالا دارند هم که تف و لعنت می شوند. لابد جای خوش آب و هوا در زمستان می‌خواهید، چون سرد که باشد مفت هم نمی‌ارزد.

ما راسخ هستیم که بفهمیم چه چیزی باعث می شود که یک شهر از دیگری برای زندگی برتر باشد. حتما باید پررونق باشد ولی از پس هزینه‌هایش بر بیاییم، امن باشد، بتوان در آن چرخی زد، باید هوایی داشته باشد که شما را به بیرون بکشد. امسال بیست و پنج مکان به عنوان بهترین جاهای زندگی از لیست چهارصد و هفده شهر کوچک و بزرگ و روستا که البته جمعیت‌های ۹۰۰۰ نفره را هم شامل می‌شد، انتخاب شدند که اوتاوا از آن خارج شد و برای اینکه پاسخ دهیم چرا اوتاوا، باید اول توضیح دهیم که شهرهای بزرگ همیشه باهم کل کل دارند، رقابت ادمنتون و کلگری همیشگی است. ونکوور به کرات همیشه با نیت خیر سبک و سنگین می‌کند تا به تورنتو برسد. تورنتو در کانادا رقیبی نمی‌بیند و اوتاوا هم که از این وادی خارج است. و در این میان شکی نیست که اگر گلایه کنیم کانادایی‌ها به اوتاوا کم لطفی کرده اند پر بی راه نرفته‌ایم. در کشاکش این رقابت ها به کمک شرکت‌های بزرگ، بهترین های قطب تکنولوژی در اتاوا جای گرفته اند و برخی از آنها به تنهایی ۷۲۰۰ نفر را به کار گرفته‌اند و البته کارهای اداری با ثبات و نیز با حقوق مناسب هم وجود دارد و در دل این اقتصاد جایگاه شما برای کسب سودآوری تنوعی دارد که تمام کانادا به آن غبطه می‌خورند. امن است و به لحاظ مالی دست یافتنی است. به لحاظ درمان بهترین ها را ارایه می‌دهد و در فرهنگ مدعی شکوفایی است. جیم واتسون شهردار اوتاوا می‌گوید: "شاید بیست سال پیش میشنیدیم که اوتاوا یکنواخت و کسل کننده است ولی نه الان. وقتی که به اینجا برگشتم، از آشپزی اروپایی فقط شارلوت سوئیسی را داشتیم، ولی امروز بهترین سرآشپزها را در اختیار داریم."و در پایان باید بدانیم و هرگز فراموش نکنیم که فقط در بیست دقیقه می‌توانید هم به اسکی بروید و برگردید، به پیاده‌روی بروید و در یک کلبه‌ی روستایی کمی بیاسایید.

کاتلین وین به بیزینس های کوچک، برای جبران افزایش دستمزدها وعده کمک داد

نخست وزیر انتاریو، کاتلین وین امروز وعده داد که تاثیر افزایش ناگهانی افزایش دستمزدها به بیزینس‌های کوچک را جبران کند. وی گفت: "ما قصد داریم کسب و کارهای کوچک رونق داشته باشند و در پاییز امسال، ابتکاراتی را به کار خواهیم بست که به آنها خواهد کرد تا بتوانند به کار خود ادامه دهند... ابزارهایی وجود دارند که برای حمایت از کسب و کارهای کوچک قابل بکار گیری هستند."

به عنوان بخشی از اصلاحات کارگری دولت، حقوق و دستمزد ۱۱/۴۰ دلار در ساعت، از اول ژانویه ۲۰۱۸ به ۱۴ دلار افزایش می‌یابد و متعاقبا در سال ۲۰۱۹ نیز با افزایشی مجدد به ۱۵ دلار خواهد رسید. این افزایش، صاحبان بیزینس‌ها را بسیار نگران کرده است زیرا هزینه انسانی آنها را بیش از ۳۱ درصد افزایش خواهد داد.

اشلی چلینور در اتاق بازرگانی انتاریو، هشدار داده است که با افزایش ۳۲ درصدی حداقل دستمزد در طی ۱۸ ماه آینده، صاحبان کسب و کار پیش‌بینی می‌کنند که برای جبران این خسارت مجبور خواهند بود که به سرعت درآمد خود را افزایش دهند و این می‌تواند منجر به اخراج همان نیروهای انسانی شود.

"این به این معنی است که تعداد قابل توجهی از کسب و کارها از اینکه نمی‌توانند درهای خود را باز نگه دارند، نگران هستند".

چلینور به کمیته قانونگذاری در مورد این اصلاحات گفت: "قانون پیش‌بینی شده، برندگان و بازندگانی خواهد داشت: از دست رفتن شغل‌ها، افزایش هزینه کالاهای مصرفی و مشکلات اقتصادی، نمونه‌هایی از این قبیل هستند."

رئیس شرکت لابلا و مدیر عامل شرکت گالن وستون جونیور روز چهارشنبه پیش‌بینی کرد که هزینه‌های این شرکت در سال آینده می‌تواند ۱۹۰ میلیون دلار افزایش نشان دهد.

وی گفت: "ما نماینده تعدادی قابل توجهی از بیزینس‌ها هستیم که یک صدا تمام منابع خود را بسیج می‌کنیم تا ببینیم چگونه می‌شود این شکاف مالی بزرگ را جبران کرد."

در جلسه دادرسی قانونی روز جمعه در کوئینز پارک، فردا لوک، رئیس هیئت رستوران‌داران گفت که کسب و کارهای کوچک به سادگی قادر نخواهند بود از پس چنین افزایش سریع هزینه‌هایی برآیند و بسیاری از آنها در معرض ورشکستگی قرار خواهند گرفت.

وی افزود: "تنها نگرانی من این است که بتوانم تا تاریخ ۱ ژانویه ۲۰۱۸ به کار خود ادامه دهم. چگونه می‌توانم قیمت‌های فروش خود را برای پرداخت این افزایش هزینه‌ها بالا ببرم؟... از ۲۵ کارمند که من دارم، دو کارمند، کارمندانی با ساعات کار پایین و با حداقل میزان دستمزد هستند و افزایش دستمزد شامل حال آنها خواهد شد و احتمالا در معرض حذف موقعیت شغلی قرار خواهند گرفت. بقیه کارمندان حقوقشان بیشتر از افزایش حداقل دستمزد می‌باشند، با این حال، هنگامی که نرخ حداقل دستمزد افزایش می‌یابد آنها ممکن است دستمزدشان افزایش نیابد چون هزینه‌های کل از قبل افزایش یافته است".

این واقعیت کسب و کارهای کوچک است. شما می‌توانید در یک سال پول بیشتری بدست آورید، اما احتمالا در سال آینده آن ممکن است به دلیل مسائل حاشیه‌ای آنرا هم از دست بدهید."

جف لیال، وزیر کسب و کارهای کوچک، اصرار داشت که انتاریو به این نگرانی‌ها به دقت گوش می‌سپارد ولی طبق قانون عمل می‌کند؛ چرا که قانون، قانون است.

وی افزود: "مثل همیشه کارها را پیش می‌بریم: ما به طور مستقیم به پیشنهادات و ایده‌های شرکت‌های کوچک، سهامداران، و اتاق بازرگانی انتاریو برای رشد اقتصادی مشورت می‌کنیم و همچنان به این ملاقات‌ها ادامه خواهیم داد...

ما به طور فعال به نظارت بر نتایج لایحه ۱۴۸ ادامه می‌دهیم، و بررسی‌هایی را در خصوص ارائه ایده‌های جدید در مورد چگونگی پشتیبانی بهتر از کسب و کارهای کوچک انجام خواهیم داد."

قبل از
انجام هر معامله
ارزی با ما تماس بگیرید

پرسپولیس

اولین ارائه کننده خدمات عابر بانک ایران در کانادا

تسهیلات
برداشت ریالی
از طریق کارتهای
عابر بانک ایران و
دریافت قانونی و فوری معادل دلار کانادایی در تورنتو

پرسپولیس پیشتاز خدمات عابر بانک از سال ۲۰۰۹

416.229.0000
www.Roscotrading.ca

PERSPOLIS EXCHANGE
ارز پرسپولیس

ROSCO TRADING INTL LTD.
Foreign Currency Exchange

خبر اقتصادی – ارز

بازار آشفته ارز!

گردآوری: ارز ملل
شاپور تنباکویی

تا چند ماه پیش، محاسبات آینده نگرانه معتبرترین نهادهای کارشناسی بین المللی از تداوم ضعف پول واحد اروپا در برابر اسکناس سبز آمریکا دستکم تا پایان سال آینده میلادی خبر میدادند، وضعیتی که قرار بود دو پول اصلی رقیب را پس از سال‌های سال در محدوده‌ای کم و بیش برابر (یک یورو معادل یک دلار) قرار دهد.

پیش بینی‌ها تحقق نیافتند و امروز نرخ برابری یورو نسبت به دلار به بالاترین سطح در دو سال گذشته رسیده است. طی این مدت اسکناس سبز، با عبور از فراز و نشیب‌های زیاد، ده در صد ارزش خود را در برابر پول واحد اروپا از دست داده است.

اهمیت این رویداد به ویژه از آن رو است که تا حدود یک سال پیش، یورو هم به دلایل اقتصادی و هم به دلایل سیاسی بسیار متزلزل به نظر میرسید، تا جایی که حتی بقای آن به عنوان یک ارز بین المللی زیر پرسش رفته بود. بحران بسیار طولانی مالی در یونان همزمان با نرخ رشد بسیار ضعیف و بیکاری بالا در شمار زیادی از کشورهای عضو منطقه پولی اروپا، آنهم در شرایطی که اقتصاد آمریکا در موقعیت اقتصادی کم و بیش مساعدی قرار داشت، طبعا بر روابط میان دو پول مهم غرب تاثیر میگذاشت.

در این میان اوضاع سیاسی منطقه یورو نیز به تضعیف این پول دامن می زد. احزاب پوپولیست اروپایی از جمله در فرانسه، هلند و حتی خود المان موجودیت یورو را زیر پرسش می بردند و خواستار بازگشت به پولهای قدیمی بودند. به علاوه اتحادیه اروپا، به عنوان زادگاه حقوقی - سیاسی پول واحد، زیر فشار «برگزیت» (خروج بریتانیا از اتحادیه اروپا) و جنبش‌های ضد وحدت اروپا با سخت‌ترین بحران در تاریخ زندگی تقریبا شصت ساله خود روبروبود. در حالی که دوام اتحادیه پولی اروپا و حتی بقای اتحادیه اروپا زیر پرسش بود، یورو چگونه می توانست قدرت خود را حفظ کند؟واقعیت آن است که اروپایی‌ها از تقویت یورو خوشحال نیستند و امریکایی‌ها هم از تضعیف دلار چندان دلخور به نظر نمی رسند. با یوروی قوی، کالاهای اروپایی در بازارهای جهانی گران تمام میشوند و یا، به عبارت دیگر، قدرت رقابت خود را تا اندازه‌ای از دست میدهند. بی‌دلیل نیست که این روزها بورس‌های اروپا حال و روز خوبی ندارند و به ویژه ارزش سهام صنایع صادر کننده کالا، در پی تقویت یورو، جاذبه خود را از دست داده اند. برای محافل اقتصادی در بسیاری از کشورهای اروپایی، رسیدن ارزش یورو به یک دلار و بیست سنت یک خط قرمز است و از بانک مرکزی اروپا می خواهند اجازه ندهد اوجگیری یورو از این سطح بگذرد

شرایط تازه

طی یک سال گذشته، دگرگونی‌های مهمی در دو سوی اقیانوس اطلس داده‌ها را عوض کرده و بر روابط میان دلار و یورو نیز تاثیر گذاشته است:

یک) اوضاع اقتصادی در کشورهای عضو منطقه پولی اروپا به گونه‌ای محسوس رو به بهبود میرود و به ویژه میانگین نرخ رشد در این منطقه، که سال‌های سال در سطحی پایین تر از آمریکا بود، به تدریج افزایش می یابد. بحران مالی در یونان تا اندازه زیادی زیر کنترل است. بعضی از کشورهای اروپایی که بعد از آخرین بحران مالی جهانی در وضعیت متزلزلی قرار گرفته بودند، از جمله ایرلند و پرتغال و اسپانیا، بار دیگر یا به رونق چشمگیر رسیده اند و یا دیگر در موقعیت وخیمی نیستند. در اقتصاد فرانسه نیز، که به ویژه درگیر تنش‌های ناشی از بیکاری بالا بود، گرایش‌های مثبتی دیده میشود. مجموعه این تحولات، منطقه یورو را از خطر فروپاشی دور کرده و این خود به تقویت پول واحد اروپا منجر شده است.

دو) عقب نشینی محسوس جنبش‌های پوپولیستی مخالف وحدت اروپا در اروپای غربی به رشد فضای اعتماد در این منطقه دامن زده است. مهم‌ترین رویداد در این زمینه، پیروزی ماه مه گذشته امانوئل ماکرون در انتخابات ریاست جمهوری فرانسه است. رییس کشور تازه در نخستین قدرت نظامی و دومین قدرت اقتصادی اتحادیه اروپا به وحدت اروپا و حفظ و تقویت یورو پایبند است و یکی از برنامه‌های اصلی او همکاری هر چه بیشتر با المان به منظور دستیابی به این هدف‌ها است. با توجه به این چرخش بزرگ، بازار جهانی ارز دیگر از فروپاشی پول واحد اروپا نمی ترسد و این خود زمینه مناسبی را برای تقویت یورو فراهم آورده است.

سه) در عوض تحولات اقتصادی و سیاسی در آمریکا در راستای تقویت دلار پیش نمی رود. دونالد ترامپ با وعده انجام رفورم‌های مهم اقتصادی بر سر کار آمد که شماری از آنها، از جمله کاهش چشمگیر مالیات‌ها و نیز به کار انداختن صدها میلیارد دلار از سوی دولت برای انجام امور زیر بنایی، با استقبال محافل مالی آمریکایی و بین المللی روبرو شدند. به علاوه سیاست بانک فدرال آمریکا در راستای افزایش نرخ بهره، همان طور که گفته شد، به تقویت دلار منجر میشد. ولی اجرای برنامه‌های اقتصادی رییس جمهوری آمریکا با موانع جدی روبرو شده است. وعده حذف «اوباما کر» به جایی نرسیده و از اجرای قول و قرارهای بودجه‌ای کاخ سفید نیز هنوز خبری نیست. به علاوه مشکلات دونالد ترامپ درعرصه سیاسی نیز طبعا فضای مناسبی را برای تقویت موقعیت دلار ایجاد نمیکند. با توجه به همه این عوامل، نرخ برابری یورو در برابر دلار که حدود هفت ماه پیش ۱.۰۴ بود، به نزدیک ۱.۱۷ رسیده است. پرسش مهمی که امروز در بازارهای مالی تکرار میشود، چنین است : تقویت یورو در برابر دلار تا کجا ادامه خواهد یافت؟

واقعیت آن است که اروپایی‌ها از تقویت یورو خوشحال نیستند و امریکایی‌ها هم از تضعیف دلار چندان دلخور به نظر نمی‌رسند. با یوروی قوی، کالاهای اروپایی در بازارهای جهانی گران تمام میشوند و یا، به عبارت دیگر، قدرت رقابت خود را تا اندازه‌ای از دست می‌دهند. بی‌دلیل نیست که این روزها بورس‌های اروپا حال و روز خوبی ندارند و به ویژه ارزش سهام صنایع صادر کننده کالا، در پی تقویت یورو، جاذبه خود را از دست داده اند. برای محافل اقتصادی در بسیاری از کشورهای اروپایی، رسیدن ارزش یورو به یک دلار و بیست سنت یک خط قرمز است و از بانک مرکزی اروپا می‌خواهند اجازه ندهد اوجگیری یورو از این سطح بگذرد.

بخش بزرگی از محافل اقتصادی آمریکا نیز با دلار گران مشکل دارند و دولت ترامپ نیز مایل نیست با قوی تر شدن هر چه بیشتر دلار، واردات آین کشور بیشتر و صادراتش کم تر شود. به همین دلیل هم محافل اقتصادی و هم کاخ سفید از تضعیف کنونی دلار، دستکم تا سطح فعلی، نگران به نظر نمی رسند.

ولی در همان حال ضعف زیاد دلار نیز از لحاظ سیاسی به سود دونالد ترامپ نیست، از جمله به این دلیل که رییس جمهوری آمریکا مایل نیست افکار عمومی چه در سطح ملی و چه در سطح بین المللی این ضعف را به دشواری‌های سیاسی او نسبت دهد.

از سوی دیگر، قیمت هر بشکه نفت برنت برای تحویل در ماه سپتامبر امروز با ۳۰ سنت، معادل ۰/۶ درصد افزایش به ۴۸ دلار و ۹۰ سنت رسید. دیروز نیز نفت برنت ۱/۱ درصد رشد داشت. قیمت نفت وست تگزاس اینترمدییت هم امروز با ۳۱ سنت، معادل ۰/۷ درصد افزایش به ۴۶ دلار و ۶۵ سنت رسید.

ادواردمیر تحلیلگر اینتل می‌گوید"«هنوز پایانی بر تضعیف ارزش دلار در زمان‌هایی که نمایش ناامنی سیاسی در آمریکا وجود دارد نمی‌بینیم و نیز سقف بدهی‌های آمریکا به مهلت خودش نزدیک‌تر می‌شود، ما همچنان در بازار طلا محتاط اما امیدوار پیش می‌رویم.

طبق پیش بینی های اعلام شده نرخ دلار کانادا با افزایش ارزش روبروست و ما شاهد افزایش تدریجی آن در برابر ریال هستیم

این افزایش تدریجی و طی هفته های آینده شاید دلار ۳۱۵۰ تومانی را نیز ببینیم.

آخرین نرخ انواع ارز:

دلار نقدی کانادا	از ۳۰۵۰ تا ۳۰۸۵
دلارحواله کانادا	از ۳۰۶۵ تا ۳۱۰۰
دلار نقدی امریکا	از ۳۸۶۵ تا ۳۹۰۰
دلار حواله امریکا	از ۳۸۵۵ تا ۳۸۶۵
طلا	از ۱۵۵۰ تا ۱۵۷۳
درهم	از ۱۰۳۸ تا ۱۰۴۳
نفت	از ۴۶ تا ۴۸

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

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
Candiate 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 Convitctions
و تهیه دعوتنامه رسمی، تائید 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

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

416.454.6274
8185 YONGE (SOUTH OF HWY7) SUITE 200

Ask Me About The Following Products And Programs:
- Welcome To Canada Program
- Mortgage For Self Employed Program
- New Construction & Renovation Financing Program
- Commercial & industrial mortgages
- Approval & Pre-approveal
- Business Loan and Line of Credit

5 YEAR VARIABLE from 2.15%

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

MORTGAGE ALLIANCE

Agent پذیرفته می شود
Mortgage Agent با آموزش خصوصی، دفتر خصوصی
و کمسیون بالا استخدام می شود

شنبه ۵ اگوست
۹ شب، در تورنتو
300 City Centre Dr,
Mississauga
ماز جبرانی
فستیوال
کمدی
رایگان با
Tribute to
Junaid Jamshed
Workshops
Art Exhibit
Pakistan
Cultural Pavilion
Halal Food
Grand Bazaar
Films
Mixed Media Exhibit
Comedy Show
Nasheed Concert
Zabiha Halal
MapleLodge
ZABIHA HALAL PRESENTS
MuslimFest
Celebrating the Best in Muslim Art, Entertainment & Culture
Aug 4-6
MISSISSAUGA CELEBRATION SQUARE
FREE ADMISSION!
ALL ARE WELCOME!
VISIT MUSLIMFEST.COM FOR FULL SCHEDULE AND DETAILS!
150 MUSLIM CONTRIBUTIONS to CANADA
CANADA 150
ONTARIO 150
freesia
THE DOME
85,000 SYRIANS TWO AMERICANS FAR FROM HOME
SALAM NEIGHBOR
سلام یا جار
MUSTAQEEM
QARI THANVI
SAAD NOMANI
ZARQA NAWAZ
DAWUD WHARNSBY
HODAN NALAYEH
OMAR REGAN
THE KATTAM SHOW
SALMA HINDY
MAZ JOBRANI
AHMED ALI
KHALED MEHMOOD
MESUT KURTIS
SAFE ADAM
PRINCE UMI
HUMOOD ALKHUDHER
TIMAJ GARAD
KHALED SIDDIQ
SIEDD
ILYAS MAO
LIVING ARTS CENTRE
SQUARE ONE SHOPPING CENTRE
CITY CENTRE DR
DUKE OF YORK BLVD
PRINCE EDWARD DR
CELEBRATION SQUARE 300 CITY CENTRE DR MISSISSAUGA, ON
LIVING ARTS DR
BURNHAMTHORPE RD W
N
@MUSLIMFEST
@MUSLIMFEST
@MUSLIMFEST
#MUSLIMFEST
(647) 872 2015
WWW.MUSLIMFEST.COM
INFO@MUSLIMFEST.COM
PRESENTED BY
paramount
Sound Vision
DawaNet
FUNDING BY
MISSISSAUGA
Ontario
SUPPORTED BY
Quik Chik
Crispy & Crunchy
Watan Kabob
Land of Afghan Grill

Yonge/Mulock $978,000

خانه مستقل ۲ طبقه
۴ خوابه، ۴ سرویس
در محله بسیار آرام،
در چند دقیقه همه نوع
امکانات، بزرگراه‌های
۴۰۴ و ۴۰۰

Yonge/Bantry $978,000

تاون هاوس ۲ طبقه
۳ خوابه، ۳ سرویس
واحد گوشه،
Free Hold
بسیار روشن و دلباز
آشپزخانه بسیار بزرگ

Keele & Rutherford $939,000

خانه نیمه متصل
۳+۲ خوابه، ۵ سرویس
زیرزمین مستقل واک
اوت با ۲ سوئیت، پشت
به نهر، نزدیک کلیه
امکانات رفاهی

Markham/ Steeles $749,999

تاون هاوس ۲ طبقه
۳ خوابه، ۳ سرویس
در منطقه پُر طرفدار،
Free Hold
با کف چوبی و ماربل،
زیر زمین تکمیل شده

Adelaide/Sherbourne $379,000

آپارتمان در حال
واگذاری،
در ساختمان Axiom،
بسیار لوکس در شرق
داون تاون، با پنجره
های بلند ۹ فیتی

Richmond Hill Observatory $1,900

آپارتمان لوکس
۱+۱ خوابه، ۲ سرویس
بُر خیابان یانگ،
طراحی بسیار عالی
برای اجاره

پوریا همتی
Sales Rep.
416.802.9191

RIGHT AT HOME REALTY INC., BROKERAGE
1550 16th Avenue Bldg B Unit 3,
Richmond Hill, ON L4B3K9
Office: 905-695-7888

خبر- جهان

سیل بیش از ۱۰۰ هزار میانماری را آواره کرد

مقامات و رسانه‌های دولتی میانمار اعلام کردند سیل ناشی از باران‌های موسمی در بخش‌های وسیعی از این کشور جنوب شرق آسیا بیش از ۱۰۰ هزار نفر را آواره کرد و باعث مرگ ۲ نفر شد.

به گزارشات رسیده، سطح آب به طور پیوسته در مناطقی که سیل جاری شده افزایش یافته است، اما 'کو کو نایینگ' از مقامات وزارت رفاه اجتماعی میانمار اعلام کرد وضعیت اکنون تحت کنترل است.

وی گفت که دولت میانمار در حال کمک رسانی به ۱۱۶ هزار و ۸۱۷ آواره ای است که برای مدت طولانی در پناهگاه‌ها هستند و انتظار نمی‌رود که آب های سطحی ناشی از سیل به سرعت کاهش یابد.براساس این گزارش، یک میانماری بر اثر این سیلاب ها در منطقه 'ساگائینگ' غرق شد و یک نفر دیگر نیز جان خود را از دست داد. یک سد کوچک در منطقه 'باگ' نیز روز شنبه در هم شکسته است.

همچنین سازمان هواشناسی این کشور روز دوشنبه هشدار داد در روزهای آینده با توجه به نقشه های هواشناسی شاهد بارندگی‌های بیشتری خواهند بود و مردم باید اقدامات احتیاطی لازم را انجام دهند.

به نظر می رسد آب های رودخانه ها در منشاء رودها کاهش می‌یابد، اما میزان آب در قسمت پایین دستی رودخانه به حد خطرناک می‌رسد.

با توجه به باران های سنگین، آب های رودخانه آیهواروی، رودخانه سیتاگون، رودخانه شویگیین، رودخانه باگ، رود نگوان و برخی رودخانه های دیگر در برخی شهرها به مرز خطر خواهند رسید.

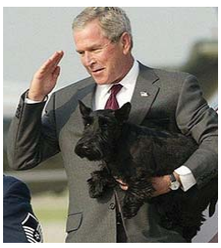
سیل ناشی از باران های موسمی در میانمار مرداد ماه سال گذشته نیز دستکم جان ۸ نفر را گرفت و زندگی بیش از ۴۰۰ هزار نفر را در این کشور جنوب شرق آسیا مختل کرد.

سیل مرداد ماه سال قبل از آن نیز در کشور فقیر میانمار باعث کشته شدن حدود ۱۷۴ نفر شد و بیش از یک میلیون و ۶۰۰ هزار نفر تحت تاثیر سیل قرار گرفتند. میانمار با سرانه تولید ناخالص داخلی یکهزار و ۲۴۴ دلاری یکی از فقیرترین کشورهای شرق آسیا و اقیانوسیه است.

بخش هایی از میانمار در اوج فصل موسمی دچار آب گرفتگی شده و شاهد خسارت زیادی است.

میانمار سال ۲۰۰۸ میلادی بدترین سیل و فاجعه طبیعی را براثر طوفان 'نرگس' تجربه کرد که در آن نزدیک به ۱۴۰ هزار نفر کشته شدند.

"حیوان اول آمریکا" هنوز در کاخ سفید جا ندارد



عنوان "حیوان اول آمریکا" که از یک زندگی تجملی و دسترسی چندین ساعته به شخص رئیس‌جمهور برخوردار است، در حال حاضر در کاخ سفید خالی بوده و انتخاب نشده است.

یکی از دلایل این مساله این است که دونالد ترامپ، رئیس‌جمهور آمریکا در حال حاضر به دنبال جلب توجه به یک موجود پشمالو در حاشیه فعالیت‌هایش نیست.

استفانی گریشام، سخنگوی ملانیا ترامپ، بانوی اول کاخ سفید در بیانیه‌ای درباره این‌که آیا خانواده ترامپ به دنبال اضافه شدن یک موجود چهارپا به کاخ سفید هستند، گفت: خانواده اول آمریکا در حال حاضر همچنان مشغول جا افتادن در محل سکونتشان هستند، بنابراین هنوز برنامه‌ای برای آن ندارند.

اگر ترامپ تصمیم بگیرد که یک رئیس‌جمهور بدون حیوان خانگی باشد دست به شکستن یک سنت بسیار دیرینه در میان روسای جمهور آمریکا زده است.

پیش از این به عنوان مثال فرانکلین دلانو روزولت، رئیس‌جمهور اسبق آمریکا یک سگ محبوب از نژاد تری‌یر به نام "فالا" داشت. جنیفر پیکنز، یک کارشناس اجتماعی کاخ سفید و نویسنده کتابی به نام "حیوانات خانگی در کاخ سفید" می‌گوید در ریاست جمهوری دوران مدرن آمریکا تقریبا همه رئیس‌جمهورها حیوان خانگی داشتند. داگ وید، یک کارمند سابق دولت جورج اچ.دبلیو. بوش که کتاب‌هایی درباره فرزندان رئیس‌جمهورهای آمریکا نوشته است، گفت: حیوانات خانگی گاهی اوقات می‌توانند برای سیاست نیز مورد استفاده قرار بگیرند.

او خاطره‌ای را ذکر کرد که در آن خانواده جورج اچ.دبلیو. بوش، توله سگ‌های "میلی" را با دقت کنار هم منظم کرده بودند تا مهمان‌ها بتوانند همه این توله‌های کوچک را ببینند و این مثل یک مراسم ضیافت شام دولتی محاسبه شده بود.

او افزود: باربارا بوش که در آن زمان بانوی اول آمریکا بود، اولین کسی است که از حیوان خانگی به عنوان ابزاری برای اقدام‌هایِ سیاسی استفاده کرد.

او کتابی درباره "میلی" نوشت که در پاییز سال ۱۹۹۰ تبدیل به پرفروش‌ترین کتاب آمریکا شد.

در عین حال هیلاری کلینتون نیز به تبعیت از اقدام باربارا بوش در سال ۱۹۹۸ یک کتاب درباره دو حیوان خانگی خانواده کلینتون که یک سگ به نام "بادی" و یک گربه به نام "ساکس" بودند، نوشت.

باراک اوباما نیز زمانی که در انتخابات ریاست جمهوری سال ۲۰۰۸ پیروزی‌اش را اعلام کرد به دخترانش گفت: شما قرار است صاحب یک سگ جدید شوید که پیش ما در کاخ سفید می‌آید. چند ماه بعد از آن این سگ به نام "بو" به عنوان هدیه‌ای از سوی سناتور تد کندی به خانواده آنها پیوست و تبدیل به یک نام ثابت در این خانواده و یک چهره حاضر در برنامه‌های صبحگاهی تلویزیون و ویدئوهای مربوط به برخی مراسم‌های کاخ سفید شد.

پیکنز گفت، هنوز نمی‌داند آیا ترامپ به این‌که یک سگ داشته باشد فکر می‌کند یا خیر اما گفت: از نظر من آنها می‌توانند ابزارهایی موثر برای ارتباط با مردم آمریکا باشند و این حیوانات خانگی می‌توانند به جنبه انسانی بخشیدن به ریاست جمهوری کمک کنند.

پیش شرط قطر برای کشورهای تحریم کننده

محمد بن عبدالرحمان آل ثانی، وزیر امور خارجه قطر در این زمینه گفت: اصل اول برای گفت‌وگو با کشورهای تحریم‌کننده احترام به حق حاکمیت کشورها و قوانین بین‌المللی و اصل دوم این است که گفت‌وگو منجر به تعهدهای متقابلی شود که همه طرف‌های بحران ملزم به رعایت آن باشند. وزیر امور خارجه قطر در ادامه نسبت به اتهام‌هایی بی‌اساس که از سوی کشورهای عربستان و امارات متوجه کشورش شده ابراز تاسف کرد و اتهام دوجه به دست داشتن در قتل سربازان اماراتی در یمن که از سوی ابوظبی مطرح شده را رد کرد و گفت: آنچه مسئولان اماراتی در این خصوص می‌گویند از همان روز اول کشته شدن این سربازان در یمن با یکدیگر تناقض داشت. آل ثانی افزود: عبدالعزیز المقرن، شهروند عربستانی که حین اجرای عملیاتی تروریستی در عربستان کشته شد، هیچ‌گاه تابعیت قطری نداشته و اصلا وارد خاک قطر نشده بود. وی ادامه داد: هماهنگی‌های امنیتی قطر با عربستان که با آغاز بحران اخیر منطقه متوقف شد، عربستان را از حمله‌های تروریستی متعددی نجات داد.

چهار کشور عربستان، امارات، بحرین و مصر، روابط دیپلماتیک خود با قطر را با طرح ادعای حمایت دوحه از تروریسم قطع کردند. این چهار کشور ۱۳ درخواست برای ازسرگیری روابط خود با دوحه مطرح کردند که از سوی دوحه رد شدند.

وام مسکن

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

مریم اکبری
کارشناس وام مسکن
با سال‌ها تجربه
416.704.9292
1.877.739.7679
maryam.akbari@cibc.com

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

خبر- جهان

با خروج ۳۰۰ هزار کارگر صنعت ساخت در قطر فلج شد

تعداد زیادی از کارگران مقیم قطر با شدت گرفتن تحریم‌های عربی، در حال خروج از این کشور به دلیل ترس از به تعویق افتادن زمان پرداختی‌ها و کساد شدن بازار ساخت و ساز هستند.
با شدت گرفتن تحریم‌های عربی علیه قطر، گزارشات حاکی از آن است که بخش‌های اقتصادی، به طور مستقیم تحت تاثیر این شرایط قرار گرفته‌اند.
در همین حال بسیاری از کارگران در قسمت‌های مختلف قطر، به دلیل اخراج شدن کارفرمایان خود یا به تعلیق درآمدن فعالیت‌های تجاری، سرگردان هستند.
از سویی دیگر، شرکت‌های قطری مانع از خروج کارمندان خود از این کشور می‌شوند و شرایط اقتصادی به دلیل ترس از به تاخیر افتادن پرداخت دستمزدها و کم شدن نیروی کار، در حال وخیم‌تر شدن است. بر همین اساس، زمانیکه عربستان سعودی مرز زمینی خود با قطر را بست، کارگران در بخش ساخت و ساز قطر با شوک روبرو شده‌اند؛ ضمن اینکه هر گونه کسری در تامین مصالح ساختمانی، به طرز قابل توجهی این صنعت را در قطر تحت‌الشعاع خود قرار می‌دهد و می‌تواند منجر به تعویق افتادن پرداختی‌ها شود.
از زمان شروع تحریم‌های عربی علیه قطر، بیش از ۳۰۰ هزار نفر «دوحه» را ترک کرده‌اند. همچنین بسیاری از شرکت‌ها، با کمبود مواد روبرو شده‌اند و پروژه های ساختمانی به تدریج رو به تعطیلی هستند.
با خروج این کارگران عملا صنعت ساخت و ساز فلج شد.

تویوتا پرفروش‌ترین خودروساز ۲۰۱۷ شد

سال گذشته، فولکس‌واگن توانست عنوان پرفروش‌ترین خودروساز دنیا را در کارنامه خود ثبت کند ولی امسال قضیه فرق کرد و تویوتا این عنوان را از این شرکت آلمانی گرفت. (این آمار بر پایه ۴ ماهه اول سال ۲۰۱۷ است)
شرکت تویوتا در سال ۱۹۳۷ میلادی یعنی درست ۸۰ سال پیش تاسیس شد. این شرکت ژاپنی مالک شرکت‌هایی مثل لکسوس، سیلیکون و دایهاتسو و سهام‌دار شرکت‌هایی مثل ایسوزو و سوبارو است.
تویوتا توانست در ۴۹ کشور دنیا، در صدر پرفروش‌ترین خودروساز سال ۲۰۱۷ قرار بگیرد. در مقابل شرکت ژاپنی تویوتا، فولکس واگن است که اصالتی مشابه تویوتا دارد. این شرکت آلمانی مثل تویوتا در سال ۱۹۳۷ میلادی تاسیس شده و مالک و سهام‌دار شرکت‌های بزرگی مثل پورشه، آئودی، سئات، اشکودا، بنتلی، بوگاتی، لامبورگینی و بوگاتی است.
فولکس‌واگن در ۱۴ کشور دنیا پرفروش‌ترین خودروساز امسال شناخته شد. پس از این دو غول خودروساز، شرکت‌های خودروسازی فورد در ۸ کشور، رنو و اشکودا در ۶ کشور، فیات هم در ۵ کشور دنیا عنوان پرفروش‌ترین را از آن خود کردند.
در کانادا فورد(تراک) عنوان پرفروشترین ماشین را از آن خود کرد.

بانوی اول ژاپن، در برابر ترامپ وانمود کرد انگلیسی نمی داند

بانوی اول ژاپن اکیه ابه، همسر نخست وزیر، بارها در وادی دیپلماسی زبان انگلیسی را با تسلط کامل و لهجه خوب صحبت کرده است. برای مثال یک بار در کاخ سفید با جورج بوش درباره بیسبال، بار دیگر با لورین هارپر و در نیویورک با مدیران تجاری و با میشل اوباما در ویرجینیا به انگلیسی گفتگو کرده است.
از اوائل سال تا کنون دو بار ملانی و دونالد ترامپ را ملاقات کرده و آخر هفته هم با آنها در فلوریدا بوده است. هفته گذشته در اپرایی در آلمان و برای صرف شام کنار دونالد ترامپ نشست و جالبترین ترفند دیپلماسی را به کار گرفت. وانمود کرد که انگلیسی بلد نیست ونمی تواند با ترامپ صحبت کند. پیشینه بی احترامی های پی در پی ترامپ به زنان که جدیدترین آن دست دادن وحشیانه با بریجت مکرون، بانوی اول فرانسه، است که شاید دلیل این رفتار جنجالی ابه باشد. البته درباره ابه، ترامپ خودش سر صحبت رو باز کرد و به نیویورک تایمز گفت که "به من گفتند کنار ابه بشینم، عجب کولاکیه، ولی حیف انگلیسی بلد نیست."

بازار برده‌فروشی داعش دوباره داغ شد

یک منبع محلی در عراق اعلام کرد داعش عده‌ای از زنانی را که از روستایی نزدیک موصل ربوده بود، در بازار برده‌فروشان در شهر حویجه در جنوب غرب استان کرکوک به فروش گذاشت.
این منبع محلی، اعلام کرد: بازار برده‌فروشان داخل یکی از پایگاه‌های داعش است. آنها اقدام به فروش تعدادی از برده‌ها به رهبران این گروه تروریستی به قیمت‌های مختلف کرده‌اند. طبق این گزارش داعش تعدادی از زنان و دختران ربوده شده را در پایگاه‌های خود در حویجه نگهداشته است. با وجود این‌که نیروهای عراقی تلاش می‌کنند تا حویجه را آزاد کنند، اما همچنان این شهر تحت تسلط این گروه تروریستی است.
گروه تروریستی داعش از زمان یورش خود به عراق در ۲۰۱۴، تعدادی از زنان و دختران قبائل و قوم‌های مختلف عراق را ربود و به بردگی گرفت.

پایتخت ایتالیا در آستانه جیره‌بندیِ آب

در پی خشکسالی و کاهش بارندگی بی‌سابقه در شهر رم، پایتخت ایتالیا با کمبود آب آشامیدنی و ضرورت جیره‌بندی آب مواجه می‌شود.
با استناد به گفته شهردار رم، ساکنان این شهر با خطر بی‌آبی روبرو هستند و مقامات شهر تصمیم گرفتند برداشت آب از دریاچه "براچانو" را به دلیل خشکسالی شدید ممنوع کنند.
بنابر گزارش رسانه‌های داخلی، این تصمیم بی‌سابقه در روز ۲۸ ماه ژوئیه به اجرا در خواهد آمد.
علت اتخاذ چنین تصمیمی، خشکسالی بی‌سابقه طی ۲۰۰ سال اخیر است که گریبانگیر رم شده است.
شهردار رم گفت: مطابق با تصمیم ما پس از یک هفته برداشت آب ممنوع خواهد شد. نمی‌توانستیم این موضوع را جدی نگیریم. آب در رم به پایان می‌رسد و همه باید با تشنگی این شهر کنار بیایند.

وام مسکن

- وام مسکن در شرایط ورشکستگی
- وام مسکن حتی با کردیت بد
- وام های مسکونی و تجاری (اول، دوم، سوم)
- وام های بازسازی و نوسازی
- وام برای افراد خود اشتغال
- وام مسکن برای تازه واردین به کانادا
- تمدید وام

افشین نژاد دهقان
416-888-6753
www.loansolution.ca
Office: 905.597.1414
Afshin Nejaddehghan
Mortgage Broker
LIC# M 08003324
Mortgage Architects

خدمات ترجمه درستکار
Dorostkar Translation Services

ترجمه توسط
علیرضا درستکار
عضو رسمی انجمن مترجمان انتاریو
(ATIO Certified Translator)

- ترجمه رسمی تمام مدارک
- ترجمه پاسپورت و شناسنامه
- ترجمه کلیه متون حقوقی و اداری
- ترجمه گواهینامه و مدارک تحصیلی
- کتاب امتحان شهروندی به زبان فارسی

(647) 965-3867
10271 Yonge St., Unit 224,
Richmond Hill, ON, L4C 3B5
info@dorostkar.ca , www.dorostkar.ca

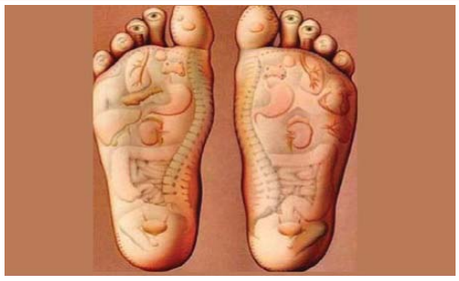
خبر- علمی

کفش ماساژ دهنده و ویبره دار در ایران ساخته شد

محققان ایرانی موفق به طراحی و ساخت کفش ماساژدهنده ویبره‌دار برای درمان بیماری‌های دیابت و پارکینسون شدند.

پا یکی از ارگان‌های بدن است که نقش اساسی در سلامت کل بدن دارد و در طول روز فشارها و نیروهای زیادی از طریق پاها به مفاصل زانو، لگن و ستون فقرات منتقل می‌شود. وقتی راه می‌رویم، می‌ایستیم یا آهسته می‌دویم، وزن یا جرم بدن ما نیرویی را به سمت پایین وارد می‌کند که این نیروها از طریق تنها نقطه اتصال انسان با زمین یعنی پا اعمال می‌شود.

زمین در حالت طبیعی خود به قدر کافی سفت است؛ اما در بیش‌تر موارد به وسیله سیمان، چوب، سنگ فرش، آسفالت و مجموعه‌ای از دیگر موادی که تولید ضربه می‌کند پوشیده شده است و وقتی روی این سطوح هزاران قدم برداشته شود اثر جمع‌شونده این ضربه‌ها باعث کوفتگی و درد در پاها، ران‌ها و قسمت پشت خواهد شد. از نظر انرژیکی در کف پا، چاکراهای کوچکی وجود دارد که فعال بودن انرژی در پا موجب تحریک این چاکراها می‌شود و انرژی را در آنها تولید می‌کند. از این رو محققان ایرانی توانستند خلاقیت خود را در این زمینه به کار بگیرند و کفش‌های ماساژوری که به صورت ویبره‌ای کار می‌کند را طراحی کرده و بسازند.



کفش‌های ماساژور ویبره‌دار می‌تواند به عنوان یک کفش طبی برای درمان بیماران دیابتی و پارکینسون مورد استفاده قرار بگیرد.

این کفش‌ها می‌تواند موثر در گردش منظم خون در پا و در کل گردش سیستم خون شود. کفش‌های ویبره‌دار موثر در بهبود طب فیزیکی عوارضی همچون آرتروز، واریس، گرفتگی ماهیچه، خون مردگی در مچ، پینه بستن انگشت‌های پا یا اطراف پنجه شود.

این طرح توسط پیام جمشیدنیا به ثبت اختراع رسیده است.

نهنگ‌ها مثل انسان آوازخواندن را فرامی گیرند

محققان استرالیایی دریافتند نهنگ‌ها برای یادگیری یک آواز، آن را قطعه‌قطعه فرا می‌گیرند؛ این شیوه‌ای است که انسان‌ها برای یادگیری آوازها از آن استفاده می‌کنند.

هنگامی که محققان الگوی آواز خواندن نهنگ‌های گوژپشت را مطالعه می‌کردند، دریافتند، نهنگ‌های جوان مهارت‌های ارتباطی را با استفاده از شیوه‌ای یاد می‌گیرند که پرندگان برای یادگیری آوازخواندن و انسان‌ها برای یادگیری زبان از آن استفاده می‌کنند. در واقع در یک جمعیت نهنگ‌ها، همگی یک آواز را می‌خوانند، اما الگوی آواز خواندن آن‌ها در طول زمان تغییر می‌کند.

محققان برای درک نحوه یادگیری نهنگ‌ها روی آوازهایی که در میانه راه کامل شدن بودند، تمرکز کردند و پس از ضبط و تحلیل آن‌ها دریافتند نهنگ‌ها برای ساختن یک آواز، قطعات مختلف آن را با یکدیگر ترکیب می‌کنند.

بر اساس این تحقیقات نهنگ‌ها زمانی به آواز خواندن یکدیگر پاسخ می‌دهند که ساختار یا نوای زیربنایی آوازهای قدیمی و جدید شبیه به یکدیگر باشد.

این شیوه یادگیری نحوه آوازخواندن، تحت عنوان «یادگیری اجتماعی» شناخته می‌شود که در آن جانوران به جای انتقال ژنتیکی رفتارها از یک نسل به نسل دیگر، آن‌ها را از یکدیگی می‌آموزند.

آلودگی در بازگشت بیماری "ام اس" موثر است

طبق مطالعات اخیری که در فرانسه انجام گرفته و در مجلهٔ تحقیقات محیط زیست منتشر شده است، محققان می‌گویند آلودگی هوا یا ذرات ریز ۱۰ میکرومتری قابل استنشاق می‌تواند باعث بازگشت ام اس شود.

همچنین تحقیقات جدید نشان می‌دهند، آلودگی هوا می‌تواند با بیماری‌های عصبی مثل آلزایمر و پارکینسون نیز ارتباط مستقیم داشته باشد و بر ابتلای به آنها تاثیر بگذارد.

از بیماری ام اس، به عنوان یک بیماری چند عاملی یاد می‌شود که هر دو عامل ژنتیکی و محیطی در شکل گیری و توسعه آن مؤثر است.

با اینکه عوامل بازگشت ام اس به درستی شناخته نشده‌اند اما تغییرات فصلی وضعیت بیماران مبتلا بهام اس نشان می‌دهد، تغییرات آب و هوایی و میزان آلودگی هوا می‌تواند در عود کردن ام اس مؤثر باشند.

تا به امروز تنها چند تحقیق به صورت متمرکز در مورد اثر آلودگی هوا بر ام اس انجام گرفته است، و محققان برای یافتن پاسخ به سؤال خود، وضعیت ۵۳۶ بیمار مبتلا بهام اس که طی ۹ سال ۲/۰۵۲ حملهام اس داشته‌اند را بر اساس محل زندگی آنها و میزان آلودگی هوای آن ناحیه مورد بررسی قرار دادند.

نتایج بدست آمده حاکی از آن است که رابطهٔ مستقیمی میان میزان آلودگی هوا و بازگشت ام اس بیماران وجود دارد.

نسبت توجه پدر با کاهش چاقی در کودکان مرتبط است

مطالعه پژوهشگران دانشگاه جان هاپکینز نشان داده است که توجه پدر راهی برای تناسب اندام و کاهش چاقی در کودک است.

انجام بسیاری از فعالیت‌های کودکان مربوط به مادران است و پدران اغلب در انجام آنها نقشی ندارند، اما محققان دریافتند مشارکت پدران در انجام فعالیت‌های کودک مانند حمام کردن، لباس پوشیدن و بیرون بردن آنها برای پیاده‌روی و بازی، احتمال ابتلا به چاقی کودکان را در سنین دو تا چهار سالگی کاهش می‌دهد. نتایج مطالعه این پژوهشگران نشان داده است که نقش پدران در مراقبت از کودکان با کاهش احتمال ابتلا به چاقی در دوران کودکی همراه است.

میشل وونگ، نویسنده این مطالعه از دانشگاه جان هاپکینز بلومبرگ اظهار کرد: شواهد نشان می‌دهد مشارکت پدران در پرورش کودکان بسیار موثر است و منفعت زیادی برای سلامتی آنها دارد.

پژوهشگران امیدوار هستند از این بررسی برای مقابله با شیوع چاقی در دوران کودکی استفاده کنند.

پروژه استثنایی با شرایط استثنایی

برای مدتی محدود

بزودی در Pickering توسط Madison Group ساخته خواهد شد.

شامل هر دو نوع خانه‌های:

مستقل و تاون هاوس خواهد بود

همراه با طراحی و نقشه‌های واحدها

برای دریافت اطلاعات بیشتر لطفا با من تماس بگیرید

For more information, please call me

Sales Rep

بهادر دوانی

Email: davani@rogers.com

416.618.4848

BAHADOR DAVANI
SALES REPRESENTATIVE
MEMBER OF TORONTO
REAL ESTATE BOARD

HOMELIFE LANDMARK REALTY INC.
7240 WOODBINE AVE ,
MARKHAM ON L3R 1A4
TEL; (905)305-1600 FAX: (905)305-1609

در پلازای ایرانیان

سوپر ارزان

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

اسپشیال‌های این هفته سوپر ارزان:

آبمیوه آناناس
سه عدد
$5

خیارشور اروماداا
دو عدد
$5

رب گوجه سبزدانه وبدر
دو عدد
$5

رب گوجه زرین صدف
دو عدد
$7

بیسکوئیت فرخنده
دو عدد
$5

سیر سفید کراون Crown
دو عدد
$5

سیر قهوه‌ای کراون Crown
دو عدد
$5

آش رشته ان سی
دو عدد
$5

زیتون کراون Crown
دو عدد
$5

عسل کراون Crown
دو عدد
$5

قند شکسته کاترین
چهار بسته عدد
$6

نان با کیفیت سوپر ارزان

6103 Yonge St. (South of Steeles)

416-590-1234 , 416-222-4726

شناخت- مبحث شیعه

(۳۱)

بهادر دوانی
پژوهشگر

مقدمه

در قسمت قبل توضیح دادیم که برای تشریح تاریخچه شیعه از سه کتاب استفاده خواهیم کرد. نوشته زیر از کتاب " پژوهشی در آثار و افکار شیخیه " نوشته آقای جلال زارع برگرفته شده است.

کمتر غذایی در سفره ملتهای مختلف وجود دارد که همانند آش شله قلمکار باشد. در این آش همه چیز میتوان ریخت. تاریخ شکل گرفتن عقاید و فرهنگ عمومی ملتهای ما نیز بی‌شباهت به این آش نبوده است. آینه یا انعکاس تاریخ تحولات زندگی گذشتگان ما، افکار و فرهنگ فعلی ما می‌باشد. آیا چنین نیست که گذشته، حال را ساخت و پرداخت می‌کند؟

در کتابچه "تاریخ گذشتان ما" همه صفحات، خطوط و فصول طوری هماهنگ شده که در تصویر (عکس - Picture) آن همه چیز مثل آش شلمه قلمکار وجود دارد، ولی هیچ چیز مشخصتر و واضحتر از آشفتگی در آن مشهود نیست. نگاهی به نوشته پایین بیندازید و آخر سر بگویید با من موافق هستید یا خیر؟ نگاهی صادقانه به تصویر جامعه حال خود بیندازیم، چه در آن مشهودترین است؟

نکته ای که در چند قسمت آخرین مقالات شناخت مطرح کرده ایم تشابهات و آمیختگی فرهنگ مردمان آریایی و سومری در نتیجه همزیستی هزاران ساله آنان می‌باشد. در نوشته پایین که تاریخچه شیعه است دقت کنید که چندین بار از نقش دخالت، تاثیر و همریختگی عناصر فکری، عقیدتی و فیزیکی مزدکی، مانوی، نصاری و یهودی در پیدایش و تکوین عقاید بنیادین شیعه صحبت شده است. نوشته پایین همانند تاریخ ما خسته کننده، غم انگیز و مملو از تلاش‌هایی می‌باشد که نسل‌های پیشین بیهوده همانند فرفره به دور خود گشته‌اند. ما، این بوده، هستیم و خواهیم بود. بله خواهیم بود، چراکه کدامیک از ما به حقیقت فرفره ای بودن تاریخ خود پی برده و یا معترفیم؟ مگرنه اینکه تغییری انجام نمی‌شود تا اینکه به ضرورت نفی آنچه بوده و هست پی برده شود؟ فقط و فقط زمانیکه ما به نفی خطاهای گذشته و حال پی برده باشیم قادر به درک ضرورت تغییر آنها خواهیم بود. در یک جمعبندی ما مردمانی بوده و هستیم که مبتدی و مخترع نبوده ایم. عموما دنباله رو بوده و بر اساس اجبار تغییر کرده‌ایم نه اختیار آگاهانه و جسورانه. ما از تغییر خودپو هراس داریم. آیا تابحال غیر از این بوده است؟

بیاییم غیر فکر کنیم. ما به غیر اجازه حیات نمی‌دهیم ، زیرا به خود اجازه غیر فکر کردن نمی‌دهیم. مگر ما برای افراد و یا افکار غیر از خودمان حق مساوی قائل هستیم؟ بیاییم غیر فکر کنیم تا شاید آیندگان بتوانند از ما سرمشق گیرند و مایه افتخار آنان شویم.

نوشته پایین دارای ایرادهایی هست که شاید به علت " خود یا جامعه سانسوری" بوجود آمده باشد. ما پس از استفاده از زحماتی که که نویسندگان این سه کتاب کشیده اند، در تحلیل‌های خود به آن نکات که برخی بسیار مهم هستند اشاره خواهیم کرد.

ادامه صفحات ۱۲۲ از کتاب " پژوهشی در آثار و افکار شیخیه "

مغیره بن سعید عجلی، بنیانگذار فرقه مغیریه، در آغاز کار خود را به امامیه نزدیک کرد و اظهار نمود که امامت پس از علی و حسن و حسین به نبیره او محمدبن عبداهلد بن حسن بن حسن بن علی که به محمد نفس زکیه شهرت داشت رسید و او مهدی موعود و همنام پیامبر و پدرش همنام پدر پیامبر است و او زنده است و هرگز نخواهد مرد؛ اما پس از این که کار او بالا گرفت، ادعا نمود که او پیامبر است و اسم اعظم را می‌داند و از راه اسم اعظم قادر است مردگان را زنده و لشکرها را گریزان کند. او همچون بیان بن سمعان خدا را به مردی از نور که دارای اعضا و اندام های مختلف است تشبیه می‌کرد.

مضافا، ابومنصور عجلی، بنیان گذار فرقه منصوریه، اظهار داشت که امامت از علی، حسن، حسین و علی بن الحسین به امام باقر(ع) رسید و سپس او جانشین باقر گردید. پس از آن که امام باقر(ع) او را از پیش خود طرد نمود، مردم را به امامت خود فرا خواند و ادعا کرد که به معراج رفته و خدا دست نوازش بر سر او کشیده و بدو گفته است: « پسرکم، از سوی من تبلیغ کن ». منصوریه بهشت و دوزخ و معاد را انکار کردند و خفه کردن دشمنان خود را جایز دانستند. ابومنصور معرفت امام را موجب ساقط شدن تکالیف و فرایض شرعی دانست و اظهار نمود اولین مخلوق عیسی بن مریم و دومین مخلوق حضرت علی است.

فرقه جُناحیه، که به عبدالهق بن معاویه بن عبدالله بن جعفربن ابی طالب منسوب بودند، اظهار کردند که عبداهلط گفته است که روح خدا از آدم به سایر انبیا، و سپس علی و حسن و حسین منتقل شده و سرانجام در تن او جای گرفته است. جناحیه بهشت و دوزخ را منکر شدند و خوردن می و مردار و زناکاری و غلام بارگی را جایز دانستند و عبادات را واجب ندانستند و گفتند که مقصود از عبادات همانا دوستی خاندان و آل علی و مراد از محرمات دشمنی و کینه با ابوبکر و عمر و طلحه و زبیر و عایشه است. ابومسلم خراسانی لشکری را فراهم ساخت و به جنگ عبداهلن بن معاویه شتافت و سرانجام او را از پای درآورد. جناحیه مرگ او را باور نکرده و گفتند که او زنده و جاودان است و به زودی باز خواهد گشت.

همچنین، یکی از شخصیت‌هایی که نقش بسزایی در ترویج باورهای غلوآمیز داشته است ابوالخطّاب اسدی بود. وی که پایه گذار فرقه خطابیه بود نخست ادعا کرد که امامان پیامبرند و سپس آنان را به مقام الوهیت رسانید و گفت که حسن و حسین پسران خدا و دوستان او هستند و امام جعفرصادق(ع) خداست. وقتی امام صادق(ی) از دعوی وی آگاه شد، او را لعنت کرد و از پیش خود راند؛ سپس ابوالخطاب کار را به جایی رسانید که گفت او و جعفر و علی هرسه خدا هستند، لیکن مرتبه خدایی و الوهیت او برتر از جعفر و علی است! او برای نخستین بار ادعا نمود که در هر دورانی دو امام به سر می برند که یکی امام صامت و دیگری امام ناطق است. از نظر او پیامبر امام ناطق بود و علی در روزگار او امام صامت. وی این تقسیم بندی را تا امام صادق(ع) ادامه داد و مدعی شد که او، یعنی ابوالخطاب، ابتدا امام صامت بود و سپس امام ناطق گردید. پس از قتل ابوالخطاب، پیروان او به پنج دسته تقسیم شدند و همه بر این باور بودند که امامان خدا هستند و از غیب آگاهی دارند. خطابیه ادعا کردند که امام صادق(ع) پوستی را به آنان داد که حاوی علوم غیبی بود و آن پوست را "جفر" نامیدند.

یکی دیگر از فرق غلاه غرابیه بودند. آنان گفتند که جبرییل به سبب شباهت علی و محمد اشتباها مقام نبوت و رسالت را به جای علی به محمد ابلاغ نمود، فلذا درباره جبرییل گفتند که « العنوا صاحب الریش » یعنی آن شخص پردار را لعنت کنید! آنان علاوه بر جبرئیل بر پیامبر اسلام نیز لعنت می‌فرستادند.

مفوضه، که از غالیان شمرده می شدند، ادعا کردند که خداوند محمد(ص) را آفرید و سپس آفرینش و تدبیر کار عالم را به وی واگذار نمود و خود از کار کناره گرفت و محمد(ص) نیز پس از خود تدبیر کار جهان را به علی(ع) واگذاشت. بنا به این باور، محمد(ص) اولین کارگذار و علی(ع) دومین کارگذار جهان شمرده می شوند...

ذمیه نیز گفتند که علی خداست و محمد را از جانب خود به پیامبری برگزید، اما محمد مردم را به خویشتن فرا خواند. از این رو، آنان به محمد دشنام می دادند.

شریعیه، که پیروان شریعی بودند، گمان کردند که خداوند در پنج تن قرار گرفته است: محمد و علی و فاطمه و حسن و حسین، لذا شریعیه آنان را خدا تلقی کردند و گفتند که این خدایان دارای اضداد هستند. شریعی ادعا کرد که روح خدا در او حلول کرده و پس از او یکی از پیروانش نیز به نام "نمیر" که پایه ریز فرقه "نمیریه" بود چنین ادعایی را نمود.

یکی دیگر از فرقه های غالی "هشامیه" است که به هشام بن حکم هشام بن سالم جوالیقی منسوب است. هشام بن حکم تقریبا اولین کسی بود که خدا را به جسم تشبیه کرد و گفت میان خدا و اجسام به نحوی تشابه وجود دارد وگرنه دلالتی بر خداوند وجود نمی‌داشت. وی گفت خدا جسمی است دارای ابعاد، اما با هیچ یک از موجودات شباهت ندارد: یکی دیگر از عقاید هشام بن حکم آن است که وی به حدوث علم خداوند قایل گردید و گفت علم خداوند پس از پیدایش اشیا، بدان ها تعلق می گیرد...

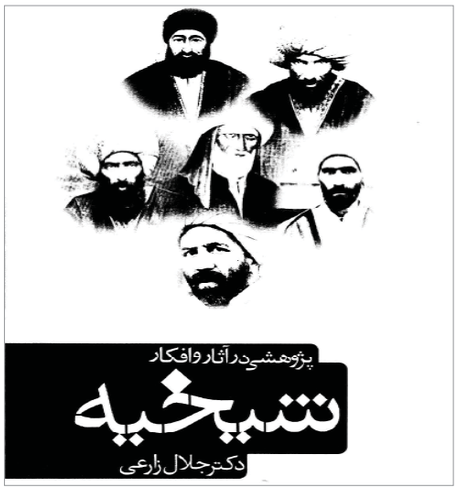
یکی از شخصیت های پر نفوذی که در ترویج عقاید غلوآمیز نقش ویژه ای داشته است عبدالکریم بن ابی العوجا، بود. وی که به ظاهر مسلمان اما در باطن مانوی بود نه تنها مروج عقاید تناسخ و قدر شمرده می شد، بلکه در حق امامان بسیار غلو می‌کرد و در این باره احادیث زیاد جعل نمود و آن ها را به امام صادق(ع) نسبت داد. نقل است وقتی ابوجعفر محمدبن سلیمان، عامل منصور خلیفه عباسی در کوفه، از حضور ابی العوجاء مطلع گردید، به کشتن او دستور داد. ابی العوجا، گفت: « مرا نکشید زیرا چهار هزار حدیث ساخته ام که حلال را حرام و حرام را حلال کرده‌ام».

بغدادی نه تنها سبائیه، بیانیه، جناحیه، خطابیه و نمیریه بلکه مقنعیه (سفید جامگان)، برکوکیه، حلمانیه، حلاجیه و عزافره را نیز در شمار حلولیه یاد کرده است. با توجه به آنچه گفته شد می‌توان گفت که سبائیه نخستین فرقه ای بودند که به الوهیت حضرت علی(ع) قایل شدند و گفتند که روح خدا در او حلول کرده است. بیانیه پا را فراتر گذاشتند و اظهار کردند روح خدا به پیامبران و امامان و سرانجام به بیان بن سمعان منتقل گردیده است؟ همچنین جناحیه درباره عبداهل، بن معاویه بن ۱۲۵ عبداهلو بن جعفر و خطابیه درباره ابوالخطاب و راوندیه درباره ابومسلم چنین سخنانی را نیز بر زبان راندند و این عقیده را بسط و گسترش دادند.

چهارمین دسته از فرقه‌های شیعی "امامیه" است. امامیه خود طیف وسیعی از فرقه های مختلف را در بر می‌گیرد که مهم ترین و اصلی ترین آن ها عبارتند از: باقریه و جعفریه واقفیه. این فرقه ها از پیروان امام محمدباقر و فرزند او امام جعفر صادق(ع) بودند. آنان به امامت زین العابدین سجاد(ع) و امام باقر(ع) و امام صادق(ع) قایل شدند. منتها بعضی از فرقه‌ها امامت را به یکی از این امامان منحصر کردند و برخی امامت را به فرزندان دیگر آنان سرایت دادند.

ناووسیه: از پیروان مردی به نام ناووس شمرده می‌شدند. آنان گفتند که امام صادق زنده است و هرگز نخواهد مرد و او مهدی قایم است و به زودی باز خواهد گشت.

ادامه دارد



برای پدر و مادرم از کجا بیمه بگیرم؟ ایران یا کانادا؟

رامین سیروسی
مشاور ارشد بیمه

در این هفته قصد دارم به سوالاتی که مکررا از من شده پاسخ دهم و آن این است که پدر و یا مادر من که از ایران می‌آیند، قصد دارند بیمه مسافرتی Visitor بگیرند. بهتر است آن را ایران بخرم که هزینه کمتری دارد و یا آنکه آن را از کانادا تهیه کنم؟ کجا برای گرفتن بیمه مسافرتی بهتر است؟

جواب این سوال بستگی به هدف شما دارد. شما بیمه مسافر را به چه قیمتی تهیه می‌کنید؟

بعضی بیمه را صرفا به این منظور می‌گیرند که پوششی داشته باشند تا هزینه ها را بپردازد. عده دیگری بیمه مسافرتی را برای آرامش خاطر می‌گیرند تا بدون دغدغه، در زمانی که مسافر آنها در کانادا است، بتواند در کنار مسافرشان باشند. اجازه بدهید توضیح دهم.

بیمه اصولا برای این بوجود آمده که شما را در برابر حوادث ناگهانی محافظت کند، بیمه عمر، شما را در مقابل فوت نابهنگام پوشش می‌دهد. بیمه دارو، شما را در قبال هزینه‌های ناخواسته درمانی و دارویی محافظت می کند و بیمه Disability شما را در برابر از دست دادن در آمد و Income حفظ می کند.

بیمه مسافرتی هم پوششی است در قبال هزینه های ناگهانی بیمارستان و دکتر که به مسافر شما مربوط می شود.

حال فرض کنید شما بیمه مسافرتی برای ویزیتور یا پدر و مادر خود از ایران بگیرید و مسافر شما به کانادا بیاید. اگر خدای ناکرده اتفاقی برای او بیافتد، شما چگونه می‌توانید از بیمه خود استفاده کنید؟ شرکت‌های بیمه ایرانی در کانادا شعبه و یا نمایندگی ندارند و در نتیجه پوشش بیمه مسافرتی شما در کانادا پذیرفته نمی‌شود. شما بایستی هزینه‌های بیمارستانی و درمانی مسافر خود را پرداخت کنید و پس از تسویه حساب با بیمارستان یا مرکز پزشکی مربوطه، آنها را به ایران بفرستید تا آنها به شما مبلغی که خرج کرده اید برگردانند. در هنگامی که مریض خود را از مرکز پزشکی کانادا ترخیص می‌کنید، مبالغی در حد هزاران دلار باید به بیمارستان مربوطه بپردازید. بهمین دلیل هم بیمارستانهای کانادا، در ابتدا کردیت کارت شما را می گیرند و در انتها و زمان مرخص کردن بیمارتان، شما را شارژ می‌کنند. بعدا شما باید تمام صورت حسابها را برای بیمه ایران خود بفرستید تا آنها به شما بپردازند.

از سوی دیگر از نظر هزینه بیمه مسافرتی، ایران چندان ارزانتر از کانادا نیست.

یک بیمه مسافرتی با سقف ۲۵ هزار دلار را با مبلغی در حد ۳-۴ دلار در روز برای یک آقای ۶۵ ساله را می توان تهیه کرد. اگر این آقا ۲ ماه در کانادا بماند، کل هزینه او بین ۱۸۰ تا ۲۴۰ دلار خواهد شد. در حالیکه تهیه این بیمه از ایران بین ۳۰۰ تا ۴۰۰ هزارتومان هزینه دارد. در مقام مقایسه می‌بینید که اختلاف قیمت چندان قابل توجه نیست.

مشاور بیمه شما می‌تواند با مقایسه قیمت‌های بیمه مسافرتی، بهترین ها را برای شما پیدا کند. در حال حاضر ۶-۷ شرکت معتبر در مورد این بیمه فعال هستند .

من با مقایسه قیمت‌ها و شرایط آنها می توانم بیمه‌ای مناسب برای شما بیابم.

برای کسب اطلاعات بیشتر در این زمینه با من تماس بگیرید.

رامین سیروسی پزشک از دانشگاه تهران و مشاور ارشد بیمه

چرا ایرانیان به داشتن بیمه عمر کمتر فکر می کنند!

میزان تقاضای بیمه عمر در دنیا از کل GNP ایران بیشتر است. برای نمونه تقاضای سرانه بیمه عمر در کشور انگلستان ۵ هزار و ۵۸۲ دلار و در دانمارک سه هزار و ۶۸۹ دلار و در ژاپن دو هزار و ۸۶۹ دلار است؛ اما تقاضای سرانه بیمه عمر در ایران تنها ۴ دلار است. میانگین جهانی تقاضای سرانه بیمه عمر ۱۷۲ دلار است که این رقم در ایران معادل یک نودم جهان است. همچنین ضریب نفوذ بیمه عمر در دنیا ۴/۱ درصد است، در حالی که این ضریب در ایران به یک دهم درصد بالغ می‌شود.

نخستین عامل در نداشتن بیمه عمر ایرانیان، **مشکلات ساختاری است.** ساختار صنعت بیمه و ساختار اقتصاد کشور به نفع توسعه بیمه عمر نیست. تنوع بیمه‌نامه عمر در ایران بسیار کم است. غیررقابتی بودن صنعت بیمه و ساختار توزیع درآمد در ایران از جمله عواملی هستند که توسعه‌یافتگی بیمه را با چالش مواجه می‌کنند بنابراین نمی‌توان چندان انتظار داشت که افراد به خرید بیمه عمر رغبت کنند.

چالش دیگر(البته در ایران) سازمان تامین اجتماعی است. این سازمان، به افراد به صورت ماهیانه پول می‌دهد که این اقدام به زیان بیمه عمر است. به همین دلیل برخی کشورها مانند ژاپن کاهش تامین اجتماعی و تشویق بیمه عمر را در دستور کار خود قرار داده‌اند.

مشکلات اقتصادی، دومین عامل در این مورد است. زمانی که تورم در جامعه وجود داشته باشد سرمایه بیمه عمر نازل خواهد بود. بنابراین اگر فردی احساس کند که تا چند سال دیگر نیز سلامت است اقدام به خرید بیمه‌نامه عمر نخواهد کرد؛ زیرا سرمایه‌گذاری در بیمه عمر در شرایط تورمی مقرون به صرفه نیست.

عامل دیگر توسعه‌نیافتگی بیمه عمر **مشکل فرهنگی و آموزشی** است. ما ایرانیان به اندازه کافی ریسک‌گریز، آینده‌نگر و حساس نیستیم. حتی برنامه‌ریزی بلندمدت نیز برای زندگی خود نداریم. از سوی دیگر آموزش بیمه در ایران نیز بسیار ضعیف است.

از این رو؛ زمانی که با همان تفکر از ایران خارج می‌شویم، به داشتن بیمه عمر تمایلی نشان نمی‌دهیم.

به همین جهت، رسانه ها و صاحبان بیمه باید در اطلاع‌رسانی به مردم، تلاش مضاعف کنند.

شرق شناسی

(۲۰)

محمد علی اختری
تاریخ شناس

کوتاه شده بخش‌های پیشین:

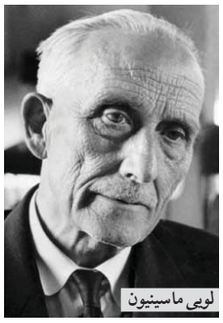
گفتگوی ما در بخش‌های پیشین این رشته گفتارها در این باره بود که در سده‌های پیش گروهی از دانشمندان دینی و کشیشان مسیحی برای بدست آوردن آگاهی تاریخی از زندگانی حضرت عیسی مسیح و جایگاه خیزش او اغاز به جستجو در باره کشور فلسطین و تاریخ زندگانی و اندرزهای دینی آن پیامبر خدا نمودند. و اندک اندک این جستجوهای تاریخی به دیگر کشورهای همسایه فلسطین هم کشیده شد. چندی بعد در آغاز سده ۱۸ میلادی بازرگانان وزر سالاران اروپائی برای یافتن بازار فروش برای کالاهای خود و آزمودن راه‌های آمد وشد و اشنائی با مردمان خاورزمین این آموزش هارا گسترش دادند ودر دانشگاه ها برایش کرسی های آموزشی فراهم کردند و سپس دولت های آزمند استعماری و شرکت های بزرگ سودپرست برای شناخت مردمان خاور و سود جستن از زبان وتاریخ وفرهنگ و آئین شرقیان برای چپاول آن مردمان سرمایه ها بکار انداختند و دانشی بنام خاورشناسی یا شرق شناسی بنیاد گرفت ومن تاریخ این دانش خاورشناسی را در کشورهای ایالات متحده آمریکا و آلمان و انگلستا ن در شماره های پیشین همین هفته نامه «ایران استار »به کوتاهی به آگاهی رسانیدم و این دنباله داستان خاور شناسان در کشور فرانسه یکی دیگر از کشورهای اروپائی استعمارگر است که می‌خوانید.

هانری کربن

هانری کربن:

متولد در چهاده اوریل ۱۹۰۳ در نورماندی شمال فرانسه که در خانواده پروتستان مذهب بزرگ شد در مدرسه‌های کاتولیکی درس خواند ،در سال ۱۹۲۵ م درجه کارشناسی در فلسفه را از دانشگاه «سوربن »پاریس دریافت نمود. از سال ۱۹۲۶ م کارش را در مدرسه زبانهای خاوری آغاز نمود، پس از آن آموختن زبان‌های عربی و سانسکریت را در پیش گرفت در نزد« ماسینیون » هم آموزش دید و شیفته اندیشه‌های فلسفی وعرفانی "شهاب الدین سُهروردی" گردید در میان این درسها در باره "فلوطین" و"اوپانیشادها" کتاب دینی باستانی هندی ها هم کار کرد. در هنگام گوش دادن به سخنرانی‌های "اتین جیلسون" در باره فلسفه بوعلی سینا به فلسفه اسلامی روی آورد. از این روی به آموختن زبان فارسی میانه"پهلوی ساسانی"و زبان پارسی جدید روی آورد. پس از پایان آموزش دانشگاهی مدت شش سال در شهر استامبول جهت گردآوری نوشته

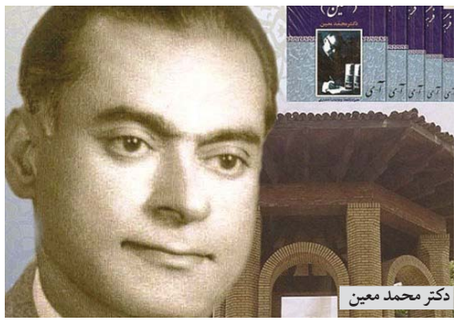
مارتین هایدگر


لویی ماسینیون

های «سُهروردی » تلاش کرد ودرسال ۱۹۴۵ کتابی را دراین باره چاپ کرد ودر همان سال به جانشینی"ماسینیون" کرسی اسلام شناسی را در«سوزبن» بدست آورد. وی در سال ۱۹۴۷ به ایران آمد ودر "انستیتوی ایران وفرانسه" بخش" ایران شناسی" را بنیاد گذارد و با همکاری دکتر محمد معین و سید جلال آشتیانی و دکتر محمد مکری دانشمندان ایرانی کتابهای ارزشمندی را در زمینه فلسفه که نشان دهنده دیدگاه‌های سنتی ایرانی، اسلامی بود تصحیح وچاپ نمود. بیشتر این کتابها در باره "فلسفه اشراق " بودند. از نوشته‌های این خاورشناس نامی می‌توان‌ازکتابهای"کشف المحجوب"هجویری، در زمینه باورهای اسماعیلیه چاپ تهران وپاریس ۱۹۴۹و "حکمت الاشراق "شهاب الدین سُهروردی و " جامع الحکمتین " ناصر خسرو با همکاری استاد دکتر محمد معین ۱۹۵۳ و"شاهنامه حقیقت" تالیف حاج نعمت الله جیحون آبادی مکری درسال ۱۳۴۵ چاپ وانتشار از سوی انجمن فرهنگی ایران وفرانسه درتهران یاد کرد .(۱) این کتاب درسال ۱۳۶۱ خورشیدی هم از سوی فرزند مولف دکتر محمد مکری ویرایش و با مقدمه هم او چاپ گردید . هانری کربن و استادش لوئی ماسینیون بیشتر از همه خاورشناسان فرانسوی در زمینه آئین‌های اسلامی بررسی و جستجو کرده‌اند و کتابهای فارسی بسیارارزشمندی را در این زمینه‌ها به فرانسه ترجمه کرده‌اند و هانری کربن در این موارد با دانشمندان ایرانی همچون علامه سید محمد حسین طباطبائی وسید جلال الدین آشتیانی و کتر محمد معین و دکتر محمد مکری و علامه مطهری و دکتر حسین نصر در ارتباط بوده و برخی از کتب دینی وعرفانی اسلامی را با راهنمائی‌های آنان تصحیح وچاپ نموده است (۲) . هانری کربن افزون بر خاورشناسی فیلسوف هم بود و مدت ۱۲ سال در کشور آلمان فلسفه آموخت و دانشمندان آلمانی او را بهترین شاگرد "هیدگر"می‌دانستند و از سوئی او با ملا صدرا وپیروان او سر وکار داشت و نیز به مکتب تشیع دلبستگی بسیاری اظهار می‌داشت (۳). دانشمندی ایرانی در باره او چنین نوشته است:«یکی از مهمترین دست آوردهای پژوهش‌های کربن این بود که دریافت سنتی مارا نسبت به تحول تاریخ اندیشه فلسفی در ایران از بنیاد دگرگون کرد. کربن با تکیه بر تحولات تاریخی فلسفه در مغرب زمین و از دیدگاه فیلسوفی غربی ونه اهل تتبعات ادبی، رویکردی فلسفی به تاریخ اندیشه فلسفی ایرانی کرده و نظراتی بدیع در باب تحول آن ارائه کرده است. این تحول و تداوم سنت اندیشه فلسفی ایرانی را ما بویژه از دیدگاه صدرالدین شیرازی و سنت مکتب شیراز ملاحظه کرده و فهمیده‌ایم » (۴) . شخصیت دیگری از ایرانیان فرهیخته در خصوص تحقیقات کربن می‌نویسد:«توجه فیلسوف فرانسوی (کربن)به این امر است که بزرگترین حادثه در تاریخ اندیشه فلسفه ایرانی، نه ندوین حکمت متعالیه صدرالدین شیرازی در پایان فلسفه دوران قدیم ؛ بلکه تاسیس حکمت اشراق توسط شهاب الدین سُهروردی، بزرگترین نماینده اندیشه ایرانی است. (۵) شادروان استاد دکتر محمد معین، خاطراتی از کربن نوشته اند و گویند که «در شهریور ۱۳۲۴ با آقای هانری کربن خاورشناس فرانسوی و متخصص حکمت اشراق در تهران ملاقات دست داد و معلوم شد که ایشان در این زمینه (حکمت اشراق) سالهاست به تتبع اشتغال دارند و خلاصه نظریات خودرا در مقدمه (مجموعه فی الحکمته الاهیه) از مصنفات سُهروردی بزبان فرانسه که به سال ۱۹۴۵ در مطبعه المعارف استامبول به چاپ رسانیده نقل کرده اند - ... ونیز در همین اثنا به پیشنهاد نگارنده و دعوت انجمن ایران شناسی معزی‌الیه در دهم آبان همان سال در موزه آثار باستان سخنرانی در موضوع "محرکهای زرتشتی در فلسفه اشراق" ایراد کردند که بعدا به همین نام و "روابط حکمت اشراق وفلسفه ایران باستان" به عنوان سومین نشریه انجمن مزبور با ترجمه فارسی احمد فردید و گلشن چاپ ومنتشر شد"(۶). آشنائی هانری کربن با شادروان دکتر محمد معین از سال ۱۳۲۴ خورشیدی آغاز گردید که در نتیجه در تصحیح و نقد متون فلسفی وعرفانی فارسی وعربی که از طرف انیستیتو ایران وفرانسه به فارسی وفرانسه چاپ ومنتشر گردیده با یکدیگر همکاری کرده اند (۷).

ویکی شیعه نت یک سایت اینترنتی شیعی در باره هانری کربن مقاله‌ای دارد که کوتاه شده‌ای ازآن را در اینجا می‌آورم "هانری کربن" فیلسوف شرق شناس فرانسوی متولد ۱۹۰۳ و متوفی ۱۹۷۸ بیست سال هرسال اوائل پائیز بهار به ایران می‌آمد ودر دانشگاه ادبیات دانشگاه تهران تدریس می‌نمود وی درسال ۱۹۱۹در دانشگاه سُربون پاریس در رشته فلسفه آغاز به آموختن نمود ودرسال ۱۹۲۶ کارشناسی (لیسانس) فلسفه را به پایان برد ودر همین زمانها زبانهای کلاسیک اروپائی و عربی وفارسی را آموخت. سال ۱۹۳۰به آلمان عزیمت نمود ونزد هایدگر ودیگران آموختن فلسفه را دنبال کرد. درسال ۱۹۴۵ به دستور دولت فرانسه به استامبول رفت و انستیتوی فرانسه را در آن شهر گشود بعد برای همین منظور به ایران آمد و این سفر به مدت ۲۰سال ادامه داشت وهرسال او در اول پائیز در ایران می‌بود ودر دانشکده ادبیات دانشگاه تهران تدریس فلسفه اسلامی می‌نمود. در این مدت اقامت طولانی با دانشمندانی چون علامه طباطبائی مولف تفسیر ۴۰ جلدی المیزان، سید محمد کاظم عصار، سید جلال آشتیانی، علامه مرتضی مطهری، بدیع الزمان فروزان فر ودیگران آشنا شد وکتب فلسفی شیعی را با همکاری آنان تصحیح وچاپ نمود. از سوئی کسانی مانند با احمد فردید و مرتضی مطهری وداریوش شایگان و استاد پورداود ودکتر محمد معین ارتباط نزدیک یافت و کسانی مانند احمد فردید و مرتضی مطهری از او فلسفه آموختند. او با آثاری که از فلسفه تشیع چاپ ومنتشر کرد توجه دانشمندان وخاورشناسان اروپائی را با فلسفه اشراق (حکمت خسروانی) که پیشآهنگان آن کسانی مانند بوعلی سینا وشیخ شهاب الدین سُهروردی و ملا صدرا و شیخ احمد احسائی و حاجی ملا هادی سبزواری بودند جلب نمود. از تاثیرات نظر هانری کربن است که شاگرد او هرمان لندولت با همکاری توشی هیکو ایزوتسو ژاپنی در دانشگاه مگ گیل کانادا پایه‌گذار تدریس فلسفه اسلامی شاخه تشیع گردیدند و تاکنون ده ها جلد از این آثار را با همکاری دانشگاه تهران در ایران وکانادا چاپ ومنتشر کرده اند. در مورد انگیزه اقدامات هانری کربن درباره تبلیغ فلسفه تشیع نظریات مختلفی از سوی ایرانیان ابراز شده است. دکتر سید احمد فردید از نظریه پردازان فلسفه ظهور منجی در دیانت تشیع واز شاگردان خود اودر باره هنری کربن گوید که او (کربن) یهودی بوده و طرفدار صهیونست‌ها می‌باشد و عضو فرقه فراماسونری لژ اورشلیم هم بوده‌اند و قصدش از این کوششها برای توجیح وتوضیح شیعه کارش تخریب تشیع اصلی بر بنیاد آموزش‌های امامان شیعه است.(۸).

من در بخش‌های پیشین این سلسله گفتارها درشرح حال لوئی ماسینیون و جاهای دیگر اشاره کرده ام که دوشخصیت برجسته ودانشمند ایرانی که تعلیمات ونوشته‌های آنها در پیدایش انقلاب اسلامی ۱۳۵۷-۱۹۷۹سخت چشمگیر بوده، یعنی دکتر علی شریعتی و شهید مرتضی مطهری که اولی طرفدار تشیع علوی است از شاگردان لوئی ماسینیون در پاریس بوده و دومی از شاگردان هانری کربن در دانشکده ادبیات تهران بوده اند که متاسفانه هردو شخصیت جان خودرا برسر همین نظریه از دست دادند لوئی ماسینیون که استاد هنری کربن بوده بیشتر مطالعات خودرا در باره فلسفه اسلامی بر بنیاد تسنن قرارداده و شخصیت مورد علاقه اوحسین ابن منصور حلاج است. دکتر علی شریعتی که نزد لوئی ماسینیون تلمذ کرده وآثارش تحت تاثیر ماسینیون فراهم شده ولی مرتضی مطهری که نزد کربن فلسفه خوانده


دکتر محمد معین

نظراتش با افکار دکتر علی شریعتی هم خوانی ندارد، آثار مرحوم مطهری بیشتر مشوق طلاب حوزه‌های علمیه ایران برای پیوستن به انقلاب اسلامی بوده و آثار و سخنرانی های دکتر علی شریعتی محرک دانشجویان دانشگاه ها برای روی آوردن به انقلاب اسلامی سال ۱۳۵۷ بوده است و این اختلاف نظر هنوز هم بین طرفداران انقلاب اسلامی وجود دارد وهرکدام از این گروه‌ها کوشش در اجرای دیگاه خود دارند.

دانشنامه آزاد یا ویکی پدیا تحت عنوان هانری کربن (Henry Corbin) گفتاری مفصلی دارد که کوتاه شده آنرا می‌خوانید:

هانری کربن نخستین مترجم آثار مارتین هایدگر فیلسوف آلمانی بزبان فرانسه است و هم اولین خاور شناسی است که فلسفه اشراق سُهروردی و حکمت متعالیه ملا صدرای شیرازی را به جهان خاورشناسی اروپائی شناسانید. او معتقد است که" فلسفه اسلامی ایرانی معادل با فلسفه اسلامی عربی نیست، بلکه این نوع فلسفه حکمت پویائی است که در حوزه فرهنگی ایران با بهره گیری از احادیث امامان شیعه وامتزاج با فلسفه ایران باستان(حکمت خسروانی)و عرفان نظری هنوز هم زنده است و پویا ". کربن استاد شیعه شناسی در دانشگاه سوربن و پایه گزار انجمن ایران شناسی ایران وفرانسه در تهران است در زمان اقامت خود در ایران مدتی استاد دانشکده ادبیات دانشگاه تهران و انجمن شاهنشائی حکمت و فلسفه ایران هم بوده است . او در پاریس شاگرد لوئی ماسینیون در فلسفه اسلامی بود و هم لوئی ماسینیون بود که کتاب "حکمت الاشراق " شیخ شهاب الدین سُهروردی را با و هدیه داد و اورا با فلسفه تشیع و حکمت اشراق ایرانی آشنا نمود. ماسینیون خود مجذوب حلاج بود ولی کربن شیفته شیخ اشراق وسید حیدر آملی وملا صدرا شد. کربن در مدت اقامت خود در ایران با دانشمندان ونویسندگان ایرانی همچون ابراهیم پورداود، دکتر محمد معین، صادق هدایت، دکتر مهدی بیانی و علامه محمد حسین طباطبائی، سید محمد کاظم عصار، مرتضی مطهری، سید جلال الدین آشتیانی، جلال الدین همائی، داریوش شایگان، بدیع الزمان فروزافر، عیسی سپهبدی، غلامحسین ابراهیمی دینانی، خسرو شاهی و مکارم شیرازی ارتباط علمی برقرار کرد و با کمک وراهنمائی بعضی از آنان ۲۲جلد از آثار فلسفی ایرانی را از فارسی وعربی منتشر نمود ودر سال ۱۹۵۸ از طرف دانشگاه تهران دکتری افتخاری با اهدا گردید. او که بجای لوئی ماسینیون به استادی فلسفه اسلامی در سُربون برگزیده شده بود درسال ۱۹۷۴ باز نشسته گردید ودرسال ۱۹۷۸ در پاریس در گذشت . او در ایران چنان خودرا شیفته مکتب تشیع نشان داد که علامه طباطبائی در جائی گفته بود که کربن به تشیع ایمان آورده ولی بعللی اظهارش را صلاح نمی‌داند وهم در موقع خواندن صحیفه مهدیه اشک در چشمانش جمع میشد و یک بار هم چنان سخنرانی پرشوری در باره امام دوازدهم شیعیان در تهران ارائه کرد که موجب تعجب علمای دینی حاضر در جلسه گردید (۱۳).

آثاری از هانری کربن در باره فلسفه ایران (حکمت متعالیه یا حکمت اشراق).

۱- مکتب شیخی، ترجمه احمد بهمنیا ر تهر ا ن ۱۳۴۶.

۲- کشف المحجوب از هجویری به همت هانری کربن.

۳- جامع الحکمتین از ناصر خسرو به تصحیح هانری کربن ومحمد معین.

۴- قصه حی ابن یقظان به اهتمام هانری کربن از انتشارات انجمن آثار ملی ۱۳۳۱-۱۹۵۲.

۵- عبهر العاشقین از روزبهان بقلی شیرازی به کوشش هانری کربن ودکتر محمد معین، انستیتو ایران فرانسه تهران ۱۳۳۷.

۶- آواز پر جبرئیل از شیخ شهاب الدین سهروردی، ترجمه به فرانسه پاریس ۱۹۳۵.

۷- مجموعه آثار فارسی شیخ شهاب الدین سهروردی با مقدمه دکتر سیدحسین نصر و تجزیه وتحلیل هانری کربن تهران ۱۳۴۸

۸- شرح شطحیات شیخ روزبهان با تصحیح هانری کربن تهران ۱۳۴۴

۹- ابن سینا و تمثیل عرفانی ۱۹۵۳ تهران.

۱۰- تاریخ فلسفه اسلامی ترجمه اسدالله مبشری و یک بار هم ترجمه دیگری از آن توسط سید جواد طباطبائی.

۱۱- فلسفه ایرانی و فلسفه تطبیقی ترجمه سید جواد طباطبائی

۱۲- اسلام ایرانی - آئین جوانمردی ۱۳- ارض ملکوت. ترجمه سید ظیاء الدین دهشیری از انتشارات کتابخانه طهوری تهران

۱۴- المشاعر از ملا صدرا ترجمه کریم مجتهدی، انتشارات صدرا

۱۵- روابط حکمت اشراق و فلسفه ایران باستان ترجمه عبدالمحمد روح بخشان از انتشارات اساطیر.

۱۶- انسان نورانی در تصوف ایران ترجمه فرامرز جواهری نیا نشر آموزگار

۱۷- مجموعه‌ای از مقالات هانری کربن به زبان فارسی ترجمه محمد امین شاهجوئی .

۱۸- مقدمه فارسی برکتاب مزدا یسنا وادب فارسی از دکتر محمد معین و بسیاری از کتب ورسالات در باره فلسفه و تصوف که جویندگان به شرح حال هانری کربن مراجعه نمایند .

پایان بخش ۲۰- شرق شناسی.

ادامه دارد

منابع وماخذ :

۱- ایران شناسی وادبیات فارسی از محمد رستمی. چاپ تهران ۱۳۹۰ از انتشارات پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی ص۲۶۹تا۲۷۱.

۲- تاریخ تحولات ایران شناسی در دوران اسلامی از دکتر مریم میر احمدی چاپ تهران طهوری ۱۳۹۵ ص ۶۲۰

۳- مجموعه مقالات انجمن واره بررسی مسائل ایران شناسی/ مقاله نگاهی به ایران شناسی وشیعه هانری کربن از سید جلال الدین آشتیانی ص۲۷.

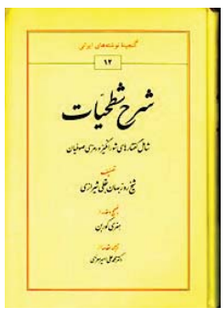
۴- همان ماخذ ص۴۲۴۱تا۲۵۴ مقاله « ملاحظاتی در باره نقادی های هانری کربن از ایران شناسی» از سید جواد طباطبائی .

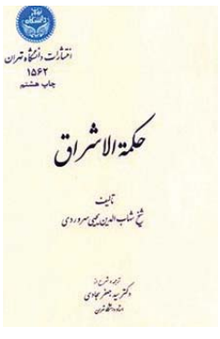
۵مجموعه مقالات دکتر محمد معین: مقاله حکمت اشراق وفرهنگ ایران جلد اول از انتشارات معین تهران۱۳۶۴. ص ۳۸۰.

۶- کارنامه دکتر محمد معین از عبدالله نصری ص۶۲چاپ تهران انتشارات امیر کبیر ۱۳۶۴.

۷- ویکی شیعه : مقاله هانری کربن .

۸- ویکی پدیا /دانشنامه آزاد : مقاله هانری کربن





مهاجرت به کانادا و آمریکا Top Immigration

دریافت اقامت دایم آمریکا برای نیروهای غیر متخصص EB3

- مهاجرت از طریق سرمایه گذاری
- مهاجرت از طریق کارآفرینی
- کلیه امور مهاجرت و پناهندگی
- اسپانسر خانواده
- ویزای دانشجویی
- مشکلات مربوط به Citizenship & PR Card
- تنظیم و تهیه دعوت نامه برای سوپر ویزا، مالتی ویزا
- تقاضای فرجام (Appeal)
- دفاع در کلیه دادگاه های اداره مهاجرت
- تمدید کارت اقامت و ویزای توریستی

پرستو مرادیان
COMMISSIONER FOR OATH
www.canadatopimmigration.com
416-871-4896
تلفن‌های رایگان از تهران: 85521496 9711874 ext 4100
تلفن رایگان از اصفهان: 59711311 ext 4100
قابل تماس در واییر، لاین، واتساپ ، تلگرام، IMO

سریعتر و آسانتر
از دیگران وارد دانشگاه شوید.

RWS Richmond Hill World School Private High School
دبیرستان و هنرستان خصوصی صبوحی آکادمی
Grade 9-12
After School . Night School
Adult Credit Courses
Online Credit Courses
Established in 2011
بزرگترین، مجهزترین، کاملترین و موفقترین مجتمع آموزشی و هنری ایرانیان کانادا
۲۱ سال تجربه و آموزش بیش از ۶ هزار دانش آموز و موفقیت آنان در صحنه های بزرگ دانشگاهی در کانادا و آمریکا
ETS AUTHORIZED TOEFL iBT CENTER Sabouhi Academy of Art & Design تنها مرکز امتحانات تافل ایرانی بزرگترین و مجهزترین در انتاریو Since 2008
MCAT مرکز امتحانات ورود به دانشکده های پزشکی آمریکا و کانادا در منطقه یورک Since 2015
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 عرض۶ ماه (داشتن دیپلم ایران و یا کانادایی الزامی نمی باشد)
- ارائه کلیه کردیت کورسهای دبیرستانی۱۰۰٪ مورد قبول دانشگاهها
- ثبت نام کاملا 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)
$399
مناسب ترین شهریه در سرتاسر انتاریو
مشاوره رایگان تحصیلی
Advanced Function
Calculus & Vector
English
The Writer's Craft
Biology
Challenge & Change
Physics
Family Study
Philosophy
Canadian Law
World Issues
Visual Arts
Computer
French
ESL
TOEFL
IELTS
و سایر کورسهای دبیرستانی

Mehrdad Sabouhi, B.F.A, B.A. (Hons.) B.Ed.
Principal
با تضمین ۱۰۰٪ قبولی
آموزش و تهیه Art Portfolio
توسط مهرداد صبوحی موسس اولین آکادمی هنر ایرانی در کانادا
لیسانس هنرهای زیبا ، لیسانس هنر و لیسانس آموزش از دانشکده تربیت معلم دانشگاه یورک
416-221-2111
www.RWSschool.com , www.MTCschool.ca
10087 Yonge St. Richmond Hill, ON L4C 1T7
(Downtown Richmond Hill) در قلب ایران هیل

بازار کاندو قوی تر از همیشه

کامران انواری
مشاور املاک- بروکر

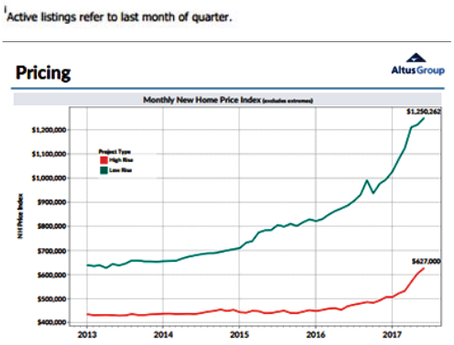
از حدود پنجاه و پنج هزار معامله ملکی که امسال در کلانشهر تورنتو انجام شده ، بیش از بیست و هشت در صد آن مربوط به معاملات کاندو آپارتمان است ، بنابرین می‌توان با قاطعیت از استحکام قریب به سی در صد بازار مسکن تورنتو صحبت کرد این بخش بازار از اتفاقات و ضربات اخیر جان سالم به در برده! و محکم تر و استوارتر از همیشه است. البته در مطالب هفته‌های بعد حتماً برایتان می‌نویسم که چرا عقیده دارم که هفتاد در صد دیگر بازار هم بر خلاف "یک کلاغ چهل کلاغ‌های" رایج همچنان محکم است و بزودی بر همگان ثابت خواهد شد که از حباب قیمت خبری نبوده است و کاهش تعداد معاملات در بخش خانه و املاک آزاد (غیر از کاندو) صرفاً یک تاثیر روانی کوتاه مدت است و بزودی به مسیر قبلی باز خواهد گشت، نکته دیگر این است که تعداد معاملات کلانشهر تورنتو در یکسال که معمولا TREB منتشر می‌کند سالی هشتاد و پنج تا نود و پنج هزار معامله است که در نیمه اول سال قریب به پنجاه و پنج هزار مورد گزارش شده است و کاهش معاملات در نیمه دوم تا حدودی طبیعی به نظر می‌رسد. گراف و جدولی که در سمت چپ و بالا مشاهده می کنید، آماریست که خرید و فروش کاندو در سه ماهه دوم سال جاری را نشان می‌دهد، همان سه ماهی که اتفاقا بعد از تصمیم‌های دولت انتاریو است. همانطوریکه ملاحظه می‌کنید قیمتها در مقایسه با زمان مشابه سال گذشته بیست و هشت در صد بالاتر است و واحدها با سرعت بیشتری از قبل به فروش می‌رسند. این آمارتشکیلات املاک تورنتو است که پیش خریدهای آپارتمان را شامل نمی‌شود و تنها کاندو هایی را که از طریق سیستم "ام ال اس" دست به دست شده را شامل می‌شود.

و اما گراف دوم مربوط به خانه‌ها و آپارتمان‌های نوساز است که در دفاتر بیلدر به فروش می‌رسد و اگر چه همکاران ما در این بخش بسیار فعال هستند اما معمولا این قبیل فروش‌ها خارج از سیستم "ام ال اس" انجام می‌شود. این گراف افزایش قیمت خانه‌های نوساز را در منحنی بالایی و افزایش قیمت کاندوهای نوساز را در منحنی پایینی نشان می‌دهد، همانطوریکه ملاحظه می‌کنید افزایش قیمت در بخش کاندو بعد از چندین سال سکون در یکسال گذشته با شیب تندی سیر صعودی گرفته است، در حالیکه منحنی بالایی نشان می‌دهد که افزایش قیمت املاک نوساز به دنبال افزایش شدید چند سال گذشته به دنبال کمی آرامش است. این که دنباله مسیر در چند سال آینده چگونه خواهد بود پرسشی میلیون دلاری است که هر سرمایه گذاری به دنبال جواب آن می‌گردد و بدون شک پیش بینی آینده کاری غیر ممکن است اما از قدیم گفته اند گذشته چراغ راه آینده است و با مرور آمار و ارقام گذشته می‌توان تا حدودی مسیر آینده را حدس زد و این بخشی از کار روزنه تیم ماست تا قادر باشیم بهترین خدمات را به مشتری‌هایمان ارائه کنیم. اگر پرسشی در این زمینه دارید یا تمایل دارید اطلاعات بیشتری در این مورد داشته باشید، یا اگر تمایل به خرید کاندو دارید حتماً با ما تماس بگیرید تا کلکسیونی از بهترین خریدها و همچنین بهترین پیش خریدها را به شما معرفی کنیم.

Year-Over-Year Summary [1,6]

	2017	2016	% Chg.
Sales	8,223	8,942	-8.0%
New Listings	13,682	13,591	0.7%
Active Listings	3,907	5,185	-24.6%
Average Price	$532,032	$415,454	28.1%
Average DOM	12	25	-52.0%

[1] Active listings refer to last month of quarter.



کامران انواری
Real Estate Broker
Cell: 647.808.3450
kamrananvari@yahoo.com
www.anvari.ca

RE/MAX Re/max Hallmark Independently owned and operated
685 Sheppard Ave. East Unit 401

Bayview / Sheppard $4,990,000

یک خانه بسیار زیبا و مدرن در زمینی بزرگ واقع در Bayview Village، برای آنها که بهترین‌ها را می‌پسندند
زمین: (0.47acre) 60x303ft

Richmond Hill $890,000

خانه مستقل
۴ خوابه
۲ گاراژ
نزدیک مدارس
خوب
زیبا و دیدنی

Avenue Rd / 401 $1,195,000

خانه مستقل
۴ خوابه با
۳ سرویس،
۲ گاراژ
زمین:
130x134ft

برای اجاره Yonge / Finch

آپارتمان
۱ خوابه
و ۲ خوابه،
نزدیک خط
سابوی فینچ

Yonge / HWY 7
پروژه جدید پیش‌فروش آپارتمان،
فروش خصوصی همین هفته آغاز می‌شود.
آپارتمان‌های یک خوابه، دو خوابه، و سه خوابه.
شروع قیمت از ۳۹۰,۰۰۰ دلار

لطفا تماس بگیرید Yonge / Finch
خانه بسیار زیبا، ۵ خوابه،
نزدیک خط سابوی فینچ،
مشرف به فضای سبز
تمام خانه یا قسمتی از آن برای اجاره فوری

Call Now To Book
Your Private Home Tour!

Yonge / Sheppard $1,900
آپارتمان بسیار، شیک و تمیز، ۱+۱ خوابه
ساخت ترایدل، نمای زیبا، پارکینگ، استخر،
اتاق ورزش و... برای اجاره

یک وزیر و سه نماینده، تاکنون برای حل مشکل ما چه کرده‌اند؟

رویا گلسرخی
مشاور مهاجرت

سال گذاشته، جامعه ایرانی کانادا برکنار رفتن دولت هارپر و انتخاب دولت ترودو و حزب لیبرال را با آغوشی باز استقبال کرد؛ به خصوص که نمایندگان جدیدی از کامیونیتی ایرانی وارد پارلمان شدند. بعد از سیاست‌های دولت هارپر که بسیاری از آنها برای ایرانی‌ها مشکل ساز بود، انتخاب حزب لیبرال و نمایندگان ایرانی، نفسی تازه و امیدوار کننده بود.

به عنوان یک شهروند ایرانی-کانادایی، من نیز از این تغییر بسیار خوشحال و امیدوار بودم. بخصوص که در ماه‌های پیش از انتخابات آقایان کاندیدای ایرانی، و خود آقائی ترودو در جلسات مختلف با نظر بسیار مثبتی با کمونیتی ایرانی صحبت میکردند ، و این تصور را به وجود آوردن که، انتخاب حزب لیبرال کمک زیادی به جامعه ایرانی و روابط ایران و کانادا خواهد کرد. یکی از این موارد باز شدن سفارت ایران در کانادا بود.

ولی الان با گذاشت یک سال و اندی، مثل اینکه واقعاً فقط تصور بود. قول و وعده بود. نداشتن سفارت در کانادا مشکلات بسیار زیادی برای ما ایرانی‌ها بوجود آورده، که لازم به توضیح نیست. خود شما هم حتما از این مشکلات آگاه هستید. ولی در حل حاضر با آمدن ترامپ، دیگر حتی ویزا به ایرانی که اقامت کانادا را دارد، به سختی می‌دهند، اگر حتی هم بخواهد به واشنگتن برود.؟

دولت آمریکا، یا به قولی خود "شیطان بزرگ" که باعث اصلی همه این جریانات می‌باشد، در خاک خودش سفارت پاکستان را مسئول انجام کارهای کنسولی ایرانیان مقیم آمریکا کرده.

اگر باز شدن سفارت ایران در کانادا مساله سیاسی پیچیده‌ای می‌باشد، چرا این دولت لیبرال برای کمک به ایرانیان کانادا پی اینکه از تسهیلات مملکت دیگری(همانند کار خود دولت آمریکا) استفاده کنند نیستند؟

مشکل دیگر نداشتن سفارت کانادا در ایران می‌باشد. این هم یکی از مواردی بود که تصور میکردیم با آمدن آقای ترودو درست می‌شود.

بطور مثال یک پدر و مادر می‌خواهند برای یک ماه برای دیدن فرزند خود به کانادا سفر کنند. ویزا لازم دارند و باید برای انگشت نگاری و گرفتن عکس که سرتاسر آن ۱۰ دقیقه طول می‌کشد به یکی از ممالک مجاور مثل ترکیه، ارمنستان و غیره که مرکز انگشت نگاری دولت کانادا را دارد بنام وک(CVAC) سفر کنند. یکی از بیزینس‌های جدید در ایران بردن تور ترکیه برای انگشت نگاری برای ایرانیان می‌باشد با هزینه‌های بسیار بالا.

باز اگر باز شدن سفارت در ایران مساله ساده‌ای نیست، چرا نمایندگان ما فعالیت نمیکنند و این مشکلات را به آقائی ترودو تذکر نمی‌دهند و تقاضا نمی‌کنند که یکی از این مرکز انگشت نگاری در تهران باز بشود؟ این مرکز، دیپلماتیک و سیاسی نیستند، و باز کردن آنها باید خیلی ساده‌تر از باز کردن سفارت باشد.

به نظر می‌رسد همیشه صدای دهل از دور خوش هست.

این بار هم ما تصور کردیم این دولت با بقیه فرق دارد. تصور بود. بله، اجتماعی‌تر هستند، به سوپر مارکت‌های ایرانی در موقع سال تحویل سرمیزنند، ولی یک وزیر، ۳ نماینده و نخست وزیر ما چه تغییر اساسی برای من و شما شهروند ایرانی کانادایی انجام دادند؟

نظر شما چه می‌باشد؟

دفتر حقوقی
DANSON RECHT LLP
BARRISTERS AND SOLICITORS

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

مرجان دلاور
وکیل رسمی
با پروانه وکالت در استان انتاریو
از سال ۲۰۰۲
فارغ التحصیل از دانشکده حقوق
دانشگاه یورک

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

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

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

بعد از ازدواج از دوستان غافل نشوید

دکتر صفر داعی
روان درمانگر

اغلب، زمانی که افراد ازدواج می‌کنند، نه تنها او بلکه دوستان نیز به نحوی روابط نزدیک خود را با او کاهش می‌دهند، زیرا به نظر آنها دیگر آن دوست با همسر خود زندگی می‌کند و فرصتی برای معاشرت و رفت و آمد با دوستان قدیم را ندارد. شخصی که ازدواج می‌کند نیز این نظر را دارد که حال باید تمام وقت و انرژی خود را صرف بودن با همسر خود نماید، که البته بسیاری از مواقع تاسف می‌خورد که چرا مثل سابق نمی‌تواند با دوستان خود همه جا برود و با آنها حشر و نشر نماید، زیرا حال دیگر صاحب زن و زندگی شده و فرصتی برای صرف وقت با دوستان خود را ندارد. حال مجسم کنید که هر دو دوست اعم از زن و یا مرد ممکن است خیلی با هم نزدیک بوده و سالهای سال بهترین دوستان یکدیگر بوده‌اند. با هم به مسافرت می‌رفتند و همه چیز را با هم سهیم بودند. اگر روزی یکی از آنها عاشق شخصی شود، دوست دیگر بسیار خوشحال می‌شود که بالاخره دوست عزیزش کسی را که واقعا دوست داشته است و او شخص بسیار خوبی هم هست را به همسری انتخاب نموده است. اما به محض اینکه دوست این خانم با همسر مورد علاقه اش ایجاد رابطه و عشق نمود، میزان روابط او با دوست قدیمی‌اش بتدریج کم شده. زمانیکه دوستش به او زنگ می‌زند تا حال و احوالی نماید، بیشتر اوقات با Voice Mail مواجه می‌شد و مجبور بود برای دوستش پیغام بگذارد. بنابراین دوران شادی و خوشی آنها هر آن کمتر و کمتر می شد و فاصله بین آنها بیشتر. دوست ازدواج کرده نیز بسیار زیاد از دوست قدیمی خود یاد می‌کرد اما فرصت دیدن او را نداشت. بالاخره بعد از چند ماهی او با دوست پسرش ازدواج نمود.

عاقبت روزی هر دو دوست با یکدیگر یک مکالمه سفت و سخت همراه با گلایه و ناراحتی داشتند. دوست قدیمی به دوستی که ازدواج کرده بود گفت که چقدر از او غافل شده و او را کاملا طرد کرده است. ایشان هم حالت دفاعی گرفت و گفت که خیلی مشغول بوده و کوشش نموده است تا در حد امکان شغل خود را که پرستاری است، حفظ نماید و با فرصتی که برایش باقی می‌ماند آنرا صرف همسر خود نماید و بیشتر با او باشد.

البته او به دوست خود و دوستان دیگر گفت که به او و بقیه دوستانش خیلی علاقه دارد و احترام می گذارد، برای این است که این موضوع را با او در میان گذاشته است. دوست به حالت گله به او گفت البته تو همه ماها را فراموش نموده ای. لطفا به زندگی خودت در یکسالی که گذشت نگاه کن، یعنی عاشق شدنت، برنامه‌ریزی برای عروسی‌ات، و آخر سر رفتن به ماه عسل. در واقع هیچ کدام از ماها در این مدت تو را جز در روز عروسی ندیده‌ایم. آیا تو برای همیشه قصد داری دوستانت را ترک کنی و خود در تنهایی، یعنی خود و همسرت زندگی کنی؟ صحبت های این دوست او را برای چند روز به فکر انداخت و در این مدت او کلی فکر کرد و متوجه شد که بله واقعا بیشتر دوستانش از او بریده اند و این دوست که حاضر شده بود این موضوع را با او در میان بگذارد، چقدر باید او را دوست داشته باشد که بخاطر ایجاد رابطه دوستانه با او و خود و دوستانش کلی با او مجادله و کشمکش نموده است. بعد از این او از دوستش بسیار تشکر نمود و از او به خاطر روراستی و صراحت لهجه و کوشش برای برقراری رابطه او با دوستان سپاسگزاری کرد.

با کمال تاسف کمتر از دو هفته بعد از این جریان او از اسبی به زمین افتاد و یک شکستگی شدید در پای او بوجود آمد. در طول ماهها معالجه و درمان، نیاز مبرم به دوستان بسیار نزدیک خود پیدا نمود. پس از حدود ۴ ماه که از شکستگی پایش گذشت، او یک مادر تنها (Single Mom) شده بود. گرچه او مجددا ازدواج نمود و شوهر جدیدش در دوران بهبودی از او مواظبت و مراقبت نمود، با این وجود او در طول روز و نیز سرکار تنها و بی تحرک باقی می‌ماند. متاسفانه زندگی دوست نزدیکش هم از او بهتر نبود. به ویژه زمانیکه نوزاد پسر او بدنیا آمد و زندگی او را بشدت تحت تاثیر قرار داد و تغییر ناجوری برای او بوجود آورد. باتمام این مشکلات او بدفعات برای ملاقات نزد دوست خود می‌رفت و به او کمک می کرد تا کمتر احساس تنهایی نماید. او همچنین نقش بزرگی در زندگی نوزاد پسر او به عنوان خاله افتخاری(Honorary Auntie) داشت.

حالا این دو بسیار بیش از قبل به همدیگر احتیاج دارند و هر دو بخاطر برقراری مجدد روابط دوستی با همدیگر، سپاسگزار هستند.

در آغاز یافتن یک عشق جدید و نو بنظر غیر قابل تصور می‌رسد که هیچگونه روابطی در زندگی فرد بتواند حتی نزدیک به نشاط و خوشی و نشئه‌ای که از زندگی مشترک جدید او بوجود می‌آید برابری نماید، با وجود این بسیاری از ماها اشتباه می کنیم که هنگام ارتباط با عشق جدید خود دوستان قدیمی را نادیده و حتی طرد می‌نماییم. در این رهگذر حتی وفادارترین دوستان ما از این کوتاهی و بی‌توجهی و در دسترس نبودن ما واقعا صبر و حوصله‌شان به سر می‌رسد. روشن است که تک تک ماها نیازهای فردی متعددی داریم که بسیاری از آنها توسط دوستان قدیم برآورده می‌شوند. اگر ما تمام این روابط دوستانه خود را با یافتن عشق جدید و ازدواج از دست بدهیم، زندگی ما تقریبا تهی می‌شود و این باعث می‌شود که مقدار زیادی از علاقه و عشق خود را که در زندگی زناشویی آورده‌ایم نیز از بین برود، زیرا ما با کمبود دوست و دوستان، حالت شادی و خوشی سابق را نخواهیم داشت. دوستان نه تنها در شادی های ما بلکه در گرفتاریهای ما نیز کمک کار هستند. برای ما مهاجرین بسیاری از مواقع، دوستان بهتر از نزدیکان و فامیل می‌توانند به ما کمک نمایند و ما را از تنهایی نجات دهند. هر فرد باید لااقل چند دوست صمیمی داشته باشد. دوست و یا دوستانی که با یک تلفن نزد آنها بیاید. فراموش نکنیم در مواقع شادی وخوشی دوستان خوب و قدیمی خود را فراموش نکنیم.

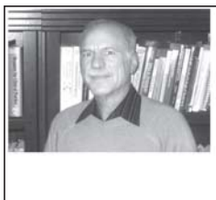
خوانندگان گرامی، تیتر شماره قبل مطلب دکتر داعی به اشتباه با تیتر یک شماره قبل‌تر چاپ شد. تیتر مطلب" آنچه از دیگران انتظار داری، دیگران نیز از تو انتظار دارند" بود که به این وسیله از شما و ایشان پوزش می‌خواهیم.

دکتر علی داعی، دکترای روانشناسی از دانشگاه انگلستان
Safardaei4@hotmail.com

دفتر حقوقی و مهاجرتی
الهام معاونی
وکیل رسمی دادگستری و
افسر سابق اداره مهاجرت
Elham Moaveni, B.Sc. (Hons.), LL.B.
Member of Law Society of Upper Canada

حقوق و دعاوی خانوادگی
(Divorce, Separation Agreement, Spousal/child support, custody & access for child, etc.)
حقوق املاک و مستغلات
خرید و فروش املاک مسکونی و تجاری - تمدید و تجدید وام‌های بانکی
Status Certificate Review & Advise (free with pirchase)
مهاجرت از طریق سرمایه گذاری . تحصیلات و تجربه کاری . ویزای سریع کار و تحصیلی
دفاع از پرونده های مهاجرتی و سیتیزنی و حضور جهت مصاحبه با افسر اداره مهاجرت و امنیتی کانادا
امور مربوط به وصیتنامه
(Wills, Power of Attorney, Trusts)
گواهی امضاء، کپی برابر با اصل، تنظیم دعوتنامه
905-918-9606
10087 Yonge St. Richmond Hill, Ontario
North of Major Mackenzie, on Yonge St.

Freight Services International
FSI
حمل و نقل بین الملل
• حمل و نقل هوائی و دریایی به تمام نقاط دنیا
• حمل و نقل کانتینر کامل یا کمتر
• بیمه حمل و نقل و تهیه مدارک واردات و صادرات
دارای دفاتر نمایندگی در امریکا، اروپا، دبی و ایران
416.590.8989
7191 Yonge St. Suite # 312
(World on Yonge office Building)
www.freightall.com
E-mail: info@freightall.com



دکتر صفر داعی
دکترای روان‌شناسی از دانشگاه لندن انگلستان
روان درمانگر
اختلافات خانوادگی، مشکلات شخصی، مشکلات کودکان و نوجوانان
پذیرش مصدومین تصادفات اتومبیل و زمین خوردگی
19A Center Street West, RichmondHill., L4C 3P1
905-770-4556 Cell: 416-303-5730

خبرهای محلی

بنیاد پریا

• پرشین سیرکل برگزار میکند، یکشنبه ۳۰ جولای از ساعت ۱۱ صبح، سخنرانی دکتر عباس میلان ، نگاهی به شاه از منظر اسناد تازه منتشر شده آمریکا ورود برای همگان رایگان میباشد.

تورهای یک روزه گروه یاران با همکاری بنیاد پریا برگزار می گردد:

• گردش خانوادگی یک روزه به هزار جزیره و بازدید از رستوران بیگ اپل یک‌شنبه ۳۰ جولای همچنین گردش خانوادگی یک روزه به کوه آبی Blue Mountain

زمان: یک‌شنبه ۱۳ آگوست

برای کسب اطلاعات بیشتر میتوانید با آقای مقدم ۰۱۱۲ ۲۳۰ ۴۱۶ و یا دفتر بنیاد پریا داخلی ۱۰۸ تماس حاصل فرمایید.

• خدمات سازمان University Settlement

دو بار در ماه روزهای دوشنبه در بنیاد پریا جهت پر کردن فرم‌های مانند سیتی زن شیپ، تمدید کارت اقامت، راهنمایی جهت بررسی کار و مشاغل جهت گرفتن وقت قبلی با داخلی ۱۰۸ تماس حاصل نمایید.

• آموزش سازهای دیوان، تنبور، تار، سه تار، قوبوز و ساز ترکی آذری، سنتور، دف، سلفژ و آواز توسط علی زندی برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۴۳۷۱ ۲۱۵ ۶۴۷ و یا داخلی ۱۰۸ تماس حاصل فرمایید.

• کلاس رزومه نویسی و توضیح درباره منابع کاریابی

آیا جویای کار هستید؟

آیا دوست دارید با محیط کار در کانادا آشنا شوید؟

آیا رزومه شما با استاندارد کانادایی تهیه شده؟ این کلاسها اولین چهارشنبه هر ماه شروع از ۵ جولای.

• آموزش برنامه نویسی کامپیوتر با برنامه C++ سطح اول، دوشنبه‌ها از ساعت ۷ تا ۸ بعد از ظهر و همچنین برنامه & CSS HTML5 دوشنبه‌ها از ساعت ۵:۳۰ تا ۶:۳۰ بعد از ظهر.

• چنانچه شما سئوال و یا مشکلی با برنامه‌های لب تاپ، تبلت و گوشی هوشمند خود دارید می‌توانید جهت ثبت نام در کلاسهای روزهای دوشنبه و شنبه با داخلی ۱۰۸ تماس حاصل فرمایید.

• آموزش طراحی پوستر و اطلاعیه بازرگانی روزهای پنج‌شنبه از ساعت ۶ تا ۷ بعد از ظهر از تاریخ ۶ جولای آغاز میگردد .

• آموزش ساخت تبلیغات از طریق ویدئو و نمایش عکسها بصورت ویدئو

روزهای پنج شنبه از ساعت ۷:۱۵ تا ۸:۱۵.

• کلاس مقدماتی کامپیوتر و اینترنت: آموزش استفاده از موس، کیبرد و اینترنت و آشنایی با مفاهیم نرم افزار و سخت افزار شنبه ۳ جون از ساعت ۱۰ صبح تا ۱۲ ظهر .

• کلاس مایکروسافت: ساخت فولدر و مدیریت فایل و کار با میکرو سافت، ۳ جون ساعت ۱۲:۳۰ تا ۲:۳۰ بعد از ظهر

• آموزش نقاشی توسط خانم پریسا مهدی پور ، روزهای شنبه ، ساعت ۱۲ تا ۱ برای کودکان و ساعت ۱ تا ۲ برای بزرگسالان، برای کسب اطلاعات بیشتر و ثبت نام میتوانید با داخلی ۱۰۸ تماس حاصل فرمایید.

• گام به گام تا عکاسی حرفه‌ای، مدرس: رضا میزانی شروع جلسات از تاریخ ۲۷ جون میباشد.

•کلاسهای آموزش زبان فارسی برای جوانان و بزرگسالان

روزهای شنبه از ساعت ۱۲ صبح تا ۲ بعد از ظهر..

• کلاس یوگا و موزیک:

آموزش سازهای کوبه‌ای همراه با یوگا مدرس و طراح: علی مسعودی شنبه‌ها از ساعت ۱۰ تا ۱۱ صبح، شرکت در جلسات اول و دوم رایگان میباشد. برای اطلاعات بیشتر و ثبت نام با شماره ۵۸۵۰ ۵۶۶ ۴۱۶ و یا داخلی ۱۰۸ بنیاد پریا تماس حاصل فرمایید.

• خدمات عمومی از دوشنبه تا جمعه با تعیین وقت قبل قبلی/ رایگان.

• کمک و اطلاع رسانی به تازه واردین و ستیزن ها جهت پر کردن فرمهای دولتی و شخصی، اطلاعات در مورد ولفر، بازنشستگی، مهاجرت، نوشتن نامه اداری و کمک و ترجمه در تماسهای تلفنی با ارگان‌های دولتی.

• آمادگی جهت اشتغال؛ هدایت شغلی و پشتیبانی مربیگری- Skills for Change اگر شما دارای تخصص و تحصیلات در رشته های برق کاری، کارگران فنی ، مکانیک ها، لوله کش ها و کارگران ماهر در تهویه مطبوع هستید برای آموزش بین المللی و دریافت اجازه کار مهر قرمز در رابطه با رشته خود به این سازمان واقع در طبقه دوم بنیاد پریا مراجعه و یا با داخلی ۱۰۱ تماس حاصل فرمایید.

• خدمات رایگان The Housing Help جمعه ها به زبان ارمنی و فارسی- از ساعت ۹ تا ۴ بعد از ظهر

• خدمات مربوط به خانه دولتی، کمک به تازه واردان در پیدا کردن مسکن، لطفا جهت گرفتن وقت ملاقات با دفتر پریا تماس حاصل فرمایید.

• کلاس‌های در سطوح مختلفESL - رایگان این کلاسها در سطوح مختلف روزهای دوشنبه الی جمعه از ساعت ۹ صبح الی ۳ بعد از ظهر تشکیل میگردد. برای کسب اطلاعات بیشتر لطفا با داخلی ۱۵۵ تماس حاصل فرمایید.

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

• برنامه شهروندان ارشد (یاران پارسی) روزهای جمعه از ساعت ۹ تا ۴ بعد از ظهر این برنامه پلی ارتباط و دوست یابی است که روزهای جمعه از ساعت ۹ الی ۴ بعد از ظهر تشکیل می‌گردد.

آموزش زبان برای این عزیزان هر هفته از ساعت ۱۰ الی ۱۲ بعد از ظهر. کلاسهای زبان انگلیسی برای این عزیزان از ساعت ۱۰ صبح تا ۱۲ ظهر برگزار میگردد.

• مشاوره سلامت روان، استرس ، اضطراب ، اختلافات خانوادگی و مشکلات روحی ناشی از مهاجرت در بنیاد پریا توسط دکتر مجید کاوه عضو هیات علمی روانشناسی دانشگاه های تهران و عضو انجمن مشاوره و روان درمانی انتاریو

سه شنبه ها از ساعت ۱۶ تا ۱۸

تلفن ۸۳۳۵ ۸۹۶ ۶۴۷

• مشاور خانواده توسط شهرزاد شهریاری: برای اختلافات خانوادگی و مسائل شخصی مانند افسردگی، تنهایی، اضطراب و غیره میتوانید برای تعیین وقت قبلی با شماره تلفن ۷۷۰۶ ۴۰۵ ۶۴۷ تماس حاصل فرمایید

• بنیاد پریا آماده برگزاری جشن تولد عزیزان شما می باشد، برای اطلاعات بیشتر با داخلی ۱۰۸ تماس حاصل فرمایید.

• کتابخانه پریا جهت استفاده عموم رایگان میباشد.

کتاب مورد نظر خود را می توانید به مدت دو هفته بصورت امانت در اختیار داشته باشید. همچنین دانشجویان میتوانند از محیط آرام این کتابخانه استفاده نمایند.

ساعات کار: روزهای دوشنبه الی جمعه از ساعت ۹ صبح الی ۵ بعد از ظهر .

تماس با ما:

Parya Trillium Foundation
,John Street, Markham 344
ON L3T 5W6
Tel: 905 764 0202 ext.108
Fax: 905 764 3775
Email: admin@parya.org
www.parya.org

خلیل هناره

- عضو رسمی انجمن مشاورین املاک انتاریو.
- همراه و همگام با شما برای تصمیم گیری بهترین خرید و فروش املاک تجاری، پیترس، مسکونی و مزرعه.
- کمک در تهیه انواع وام های مسکونی و تجاری.
- ارزیابی ملک شما جهت خرید و یا فروش.
- آماده پاسخگو و برآورد خواسته های شما در امور املاک.

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

Khalil Henareh
B.Sc., Sales Representative
Experince Excellence
Direct: 416.275.8747
Office: 905.764.7111 Ext.1397
Fax : 905.764.1274
Email : Khalil.henareh@century21.ca
Century 21
HERITAGE GROUP LTD.
BROKERAGE*
Inpedently owned and operated
REALTOR
MLS MULTIPLE LISTING SERVICE
Trust, Honesty and Integrity... Always.

بنیاد فرهنگی فروردین:

اگر تازه وارد به کانادا هستید، و نیاز به کمک در مورد سیستم مختلف اداری و سیاسی کانادا دارید، داوطلبان بنیاد می توانند شما را در امور زیرکمک کنند:

• آموزش کامپیوتر و رسانه های اجتماعی به سالمندان.

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

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

تلفن: ۴۱۶-۸۴۰-۷۳۳۷

180 West Beaver creek U#34

سازمان زنان

ازدوشنبه تا جمعه، ساعت ۹ صبح تا ۵ بعدازظهرآماده پاسخگویی به اعضاء وعلاقمندان هستیم.

برای اطلاعات بیشتردرمورد برنامه های سازمان، لطفا با شماره تلفن ۹۵۶۶- ۴۹۶- ۴۱۶ تماس بگیرید و یا به وب سایت ما مراجعه فرمایید

www.iwontario.com

آدرس دفترمرکزی:

1761 Sheppard Ave E, Ground Floor,
Toronto, ON M2J 0A5

• ثبت نام جهت دوره‌های آموزش خوشنویسی با خودکار و قلم

دوره های جدید آموزش خوشنویسی با خودکار و قلم، چهارشنبه هر هفته به مدت یک ساعت از ساعت ۴ تا ۵ بعدازظهر در محل سازمان زنان برگزار می شود.

در صورت علاقه مند بودن خواهشمند است جهت ثبت نام به دفتر سازمان زنان ایرانی آنتاریو مراجعه کنید.

مربی: شهره معتمد

• کلاسهای آموزش اکسل

کلاسهای جدید آموزش اکسل سه شنبه هرهفته به مدت یک ساعت و نیم از ساعت ۳:۳۰ تا ۵ بعد از ظهر

از اول ماه آگوست به مدت چهارهفته در دفترسازمان زنان برگزار خواهد شد.

مربی: نوشین بهشتی

• برنامه جدید آموزشی منتورینگ در زمینه‌های مختلف

اگر به دنبال کسب اطلاعات در زمینه تجربه کاری از افرادی خبره هستید، و یا دارای تبحر و مهارتی خاص می باشید، از شما درخواست میشود تا برای مشارکت و دریافت اطلاعات بیشتر درمورد برنامه با دفتر سازمان تماس بگیرید.

• برگزاری کارگاه آموزشی صلح، گردانندهٔ: میترا صفاری

جلسه چهارم: " اهمیت گفت و گو در ارتقاء فرهنگ صلح"، جمعه۱۸ اگوست از ساعت ۳:۳۰ تا ۵ بعدازظهر

دراین جلسه به اهمیت گوش کردن و درک کردن دیگری در فرآیند صلح پرداخته می‌شود.

ده سال بعد- گفتگو با بنیان گذاران کنگره ایرانیان کانادا

در پی نامه اخیر بنیان گذاران کنگره به هیئت مدیره چند تن از اعضا از امضاء کنندگان نامه دعوت کردند تا در جلسه‌ای پیرامون چند پرسش مهم گفتگو نمایند. چهار تن از آنها مهرداد آرین نژاد، سعید حریری، مسعود منصورزاده، و منوهر میثاقی که امکان حضور در این جلسه برایشان مهیا بود به این دعوت پاسخ مثبت دادند.

موارد مطرحه در نامه اخیر و موضوع گفتگو گردهمائی:

• هویت و اهداف تعیین شده برای کنگره چه بودند؟

• اساسنامه و پایبندی به آن چه اهمیتی دارد

• رفتار غیر حزبی به چه معناست؟

• کنگره چگونه می‌تواند گوناگونی موجود در جامعه را نمایندگی کند؟

• کنگره را به چه صورت می‌توان ثبت فدرال کرد؟

برای یافتن پاسخ به این پرسش‌ها و گفتگو با بنیان‌گذاران کنگره از شما دعوت می‌کنیم در این جلسه شرکت نمایید

جمعه، ۴ آگوست ۲۰۱۷، از ۷ تا ۹ شب (برنامه سر وقت آغاز خواهد شد)

North York Civic Centre,
5100 Yonge St., Commerce Chamber

برگزارکنندگان: رضا سپهر اصفهانی، شهرام تابع محمدی، کاووس صوفی سیاوش، ارسلان کهنمویی‌پور، مریم ناظمی، مهردخت هادی

همینطور به تکنیکهای حل اختلافات conflictresolution و تفاوت آن با conflict transformation اشاره می شود.

• برگزاری جلسات شاهنامه خوانی در سازمان زنان ایرانی انتاریو

انجمن شاهنامه خوانی میزبان خرداندیشانی خواهد بود که مایلند با شاهنامه و محتوای آن در مدت زمان محدود آشنا شوند. از اینرو گاه به روخوانی ابیات و گاه به خلاصه گویی برای رسیدن به نتیجه داستانهای حکیمانه فردوسی می‌پردازد. این جلسات دومین جمعه هرماه با همکاری خانم صدیقه آل داوود برگزار خواهد شد.

جمعه ۱۱ اگوست

از ساعت ۵ تا ۸ عصر

• برنامه گروه ادبیات ومطالعه

جلسات ادبیات و مطالعه این کانون در دومین و چهارمین دوشنبه هر ماه از ساعت ۵:۳۰ تا ۸:۳۰ بعد از ظهر بر گزار می شود.

شرکت کنندگان در این جلسات از خواندن، نوشتن و بحث و نقد آثار یکدیگر لذت می‌برند.

این جلسات با حضور نویسندگان خانم مرضیه ستوده و آقای ساسان قهرمان تشکیل می‌شوند.

جلسه بعدی دوشنبه۱۴ آگوست ۲۰۱۷

• برنامه ویژه بزرگسالان

جلسه بعدی سه شنبه ۱ آگوست ۲۰۱۷

از ساعت ۳۰: ۱۲ تا ۴ بعدازظهر

در بترز هاب و اقع در 540 Finch Ave. West

اطلاعیه هیات مدیره کنگره ایرانیان کانادا در رابطه با برنامه ای به نام "ده سال بعد" که در برخی رسانه های فارسی زبان تبلیغ شده

حضور محترم اعضا و حامیان کنگره‌ی ایرانیان کانادا،

از طریق شبکه های اجتماعی آگاه شدیم که برنامه ای با عنوان "ده سال بعد" از سوی گروهی ۶ نفره (که مخالف تلاش های کنگره ایرانیان کانادا در جهت بازگشایی سفارت ها و جلوگیری از تحریم ایران هستند) درباره فعالیت های کنگره ایرانیان کانادا در رسانه های اجتماعی و برخی از هفته نامه های فارسی زبان تورنتو (شهروند، شهر ما) تبلیغ شده است. از آنجا که در روزهای گذشته از طرف اعضای کنگره در رابطه با این برنامه سوالاتی مطرح شده، لازم دیدیم که در این رابطه آگاهی رسانی کنیم تا از هرگونه سوء تفاهم و سوء استفاده جلوگیری شود. برنامه مذکور توسط کنگره ایرانیان کانادا برگزار نمی شود و کنگره ایرانیان کانادا هیچ گونه مسئولیتی در رابطه با این برنامه ندارد. کمیته سیاست گذاری کنگره از مدت ها پیش جلسه ای را جهت مشورت عمومی با جامعه ایرانی کانادایی در رابطه با مشکلات ایرانیان مهاجر به کانادا برای روز جمعه ۴ ام آگوست برنامه ریزی کرده بود و پیگیر برگزاری آن می باشد. متاسفانه به دلیل عدم همکاری و هماهنگی با کنگره حتی از این تداخل زمانی نیز جلوگیری نشد.

بدیهی است اشخاص و گروهها در کانادا می توانند آزادانه در حدود قانون برنامه های گوناگون و سخنرانی در رابطه با موضوعات مختلف ترتیب دهند. لیکن از نظر اخلاقی و اصول حرفه ای، برگزاری جلسه ای در رابطه با یک سازمان بدون کوچک ترین هماهنگی با مدیران آن سازمان (که منتخب اعضای سازمان هستند) و عدم دعوت از آنان برای حضور در بین سخنرانان و حداقل امکان پاسخ گویی به پرسش ها و یا انتقادات، روشی درست و سازنده تلقی نمی شود. با احترام به سخنرانان و گروه ۶ نفره برگزار کنندگان این برنامه، ما معتقدیم گسترش چنین رفتارهایی تنها اتحاد و همدلی جامعه ایرانی کانادایی را هدف قرار میدهد و حاصل آن جز هرج و مرج در فضای فعالیت اجتماعی در جامعه ما و نا امیدی نسل جوان و نوجوان به فعال شدن در جامعه و سازمان های اجتماعی و یا فرهنگی جامعه ایرانی ما نخواهد بود.

ما اعضای هیات مدیره کنگره ایرانیان کانادا به پیگیری مطالبات اساسی جامعه ایرانی کانادایی پایبند هستیم و در این راه همواره از نظرات، مشورت ها، و نقد و انتقاد سازنده استقبال کرده و خواهیم کرد. از شما دعوت میکنیم که از طریق کانال های رسمی کنگره با ما در تماس باشید، نظرات خود را با ما مطرح کنید و به پیشرفت این سازمان و پویایی جامعه ایرانی کانادایی کمک کنید.

کانال رسمی کنگره:

www.iccongress.ca

کنگره‌ی ایرانیان کانادا (ICC) برگزار می‌کند:

جلسه مشورت عمومی در رابطه مشکلاتِ ایرانیانِ تازه‌وارد به کانادا

کنگره‌ی ایرانیان کانادا، در راستای الویت خود در جهت تلاش برای رفع مشکلات ایرانیانِ تازه‌وارد به کانادا، قصد دارد به بررسیِ دقیق‌تر و موشکافانه‌تری از مشکلات و تجربیاتِ این گروه از ایرانیان بپردازد. حاصل بررسی و تحقیق به کنگره ایرانیان کانادا کمک خواهد کرد که مشکلات این گروه از ایرانیان مهاجر را بتواند با دولت و سیاست مدارانِ کانادا در میان بگذارد و در جهت رفع این مشکلات تلاش کند. بدین وسیله از تمامی ایرانیانِ تازه‌وارد به کانادا و همین‌طور دیگر اعضای جامعه ایرانی کانادایی که علاقمند به مطرح کردن تجربه خود از مشکلاتی که در سالهای آغازین مهاجرت به کانادا داشته‌اند دعوت میکنیم تا در این جلسه مشورت عمومی، که روز جمعه **چهار آگوست** ساعت ۷ تا ۹ عصر در سالن اجتماعات شهرداری نورث یورک (۵۱۰۰ خیابان یانگ) برگزار خواهد شد، حضور به هم رسانند. هدف اصلی از برگزاری این گردهمایی، شنیدن و آشنا شدن با مشکلات و تجربیاتِ ایرانیانِ تازه‌وارد به کانادا از زبانِ خودِ آن‌هاست. با وجود آن که کنگره‌ی ایرانیانِ کانادا آشنایی با بسیاری از این مشکلات دارد، بررسیِ دقیق‌تر و اطلاع از جزئیاتِ تجربیاتِ این گروه از ایرانیان می‌تواند به عنوان منبعی موثق و قابل اتکا جهتِ رساندنِ صدای ایرانیانِ کانادا به گوش دولتِ کانادا و نهادهای مرتبط مورد استفاده قرار گیرد. برخی از مسائلی که جامعه ایرانی کانادایی با آن مواجه است، مانند اشتغال و تبعیض، میان بسیاری از اقلیت‌ها در کانادا مشترک است؛ با این حال برخی مسائل، از جمله عدم وجود سفارت یا کنسولگری، مشکلات بانکی به دلیل تحریم ها مختص به اجتماع ایرانیان کانادا می‌باشد. در این جلسه از شما دعوت میکنیم تمامی این مشکلات را با توجه به تجربه خود با ما در میان بگذارید. حمایت از ایرانیانِ تازه‌وارد به کانادا یکی از مهم‌ترین اولویت‌های کاری کنگره‌ی ایرانیان کانادا محسوب می‌شود. آشنایی بیشتر با مسائل و مشکلاتِ این گروه از ایرانیان به کنگره کمک خواهد کرد تا در راستای احیای حقوق و بهبود شرایط ایرانیانِ کانادا قدم‌های مطمئن‌تر و استوارتری بردارد. با حضور خود در چنین برنامه‌هایی، به پویایی جامعه ایرانی کانادایی و بهبود شرایط ایرانیان مهاجر کمک کنید. • زمان: جمعه ۷ تا ۹ شب.

مکان: سالن اجتماعات شهرداری نورث یورک (Council Chamber) ، واقع در ۵۱۰۰ خیابان یانگ./حضور برای عموم آزاد است.

برای شرکت ایرانیان خارج از تورنتو در این روند مشورتی فرم های نظر سنجی و نیاز سنجی آنلاین به زودی در اختیار عموم قرار خواهد گرفت.

Landview Realty Ltd. Brokrage
5915 Leslie Street, Suite 203 Toronto Ontario M2H 1J8
Cell:416-704-9696 Office:416-491-8989 Fax:416-491-6789
همگام و همراه با شما
Keyvan Shahrokhi
Broker of Record/Owner
کیوان شاهرخی
متخصص در امر خرید و فروش بیزنس - تجاری - سرمایه گذاری با سالها تجربه
416-704-9696
با بیش از 29 سال اقامت در تورنتو و تجربه در امور سرمایه‌گذاری و خرید و فروش
Hiring Licensed Agent • Low Office Fee • Free Training and Lead Provided
Park Your Real Estate License With Low Annual Fee
موفقیت‌های بسیار خوب خرید بیزنس برای برداشتن شرط مهاجرت
خرید و فروش املاک مسکونی- تجاری و پیش‌خرید
خرید و فروش انواع بیزنس فرانچایزر و خصوصی
انواع بیزنس فرانچایز و خصوصی Subway, Second Cup, Gas Station & More با سودده‌ی بالا
متخصص در خرید وفروش بیزنس- پلازا Investment property
کمک در تهیه وام های مسکونی- تجاری- بیزنس با کمترین بهره
keyvan789@gmail.com
www.keyvanweb.com

از خوانندگان

ایمیل‌های نخوانده

شعله خلیلی

پرواز مادرم سه ساعت تاخیر داشت. فکر برگشتن به شهر و دوباره به فرودگاه امدن یك لحظه از ذهنم گذشت ولی زود منصرف و دست به دامن دوست همیشگیم فیسبوك شدم. دوستی آهنگی از فریدون فروغی پست کرده بود (دیوانه من). اهنگ عاشقانه زیبائیست ولی مخاطب خواننده در این آهنگ بر من معلوم نیست. پروانه من، نغمه من، مستانه من وووو. حالا فرق چندانی هم نمی‌کند. مدتی سرگرم اهنگ بودم که علامت تمام شدن باطری مانع تفحص بیشتر فیسبوکی شد.

چند وقتی بود که خیال داشتم ایمیل‌هایم را سرو سامان بدهم. خوشحال از اینکه IPad نازنینم را با خودم آورده بودم کار پاکسازی را شروع کردم. اولین هایی که شامل پاکسازی شد ایمیل‌هایی بود که از احزاب مختلف می آیند. روزی چند تا از هر کدام. بعد ایمیل‌هایی که معلوم نیست به چه دلیل برای من فرستاده شده‌اند. با هر اشاره به سطل آشغال ایمیلی از جلوی چشمانم به پرواز در می‌آمد و حذف می‌شد و انگار من سبك می‌شدم.

دو هزار و هفده‌ای‌ها را پاکسازی کردم. از دوهزار و شانزدهی‌ها هم آنهایی ماند که قصد مراجعه مجدد به آنها را داشتم. در بین ایمیل‌های دوهزار و پانزده اسم دوستی را دیدم که چند سالیست که دیگر نیست. باز هم پایینتر ایمیل‌هایی از او داشتم خوانده و نخوانده. دلم گرفت. چرا جواب ایمیل‌هایش را نداده بودم؟ شروع به خواندنشان کردم. ایمیل‌های زیادی نخوانده از او پشت سر هم ردیف شده بود. انگار پشت ایمیل‌هایش پنهان شده بود. تصمیم گرفتم همه آنها را نگهدارم.

باید در پاك کردن ایمیلها دقت بیشتری می‌کردم. ناگهان تمام فرستندگان ایمیل، آنهایی که شخصی واقعی بودند پشت ایمیلهایشان صف کشیدند. دیگر حذف ایمیلها کار آسانی نبود. ایمیل نخوانده از یك دوست ایمیلی یادم انداخت که مدتهاست از او بی خبرم و ارتباطمان قطع شده. شاید او هم دیگر نبود. ایمیل‌های نخوانده او را هم گذاشتم در یك فرصت مناسب بخوانم.

بلاتکلیف در اینکه پیغامی بفرستم و سراغی بگیرم یا نه. هنوز در تردیدم. حالا او هم بخشی از حافظه مرا که تقریبا گنجایشش پر است اشغال کرده.

حالا که ارتباطات انسانی بیشتر گفتاری و نوشتاریست تا دیداری ظهور یك ایمیل نخوانده، حضور نویسنده ایمیل است حتی بعد چند سال و بعد از وفات. با احساس گناه نخوانده‌ها و افسوس در اهمال در نوشته ها به آن فکر می‌کنم که کاش آنها را نرنجانده باشم.

تصمیم دارم هر از گاهی جواب ایمیل‌هایشان را بدهم. ارتباط با جهان رفتگان شاید ترس از راه نرفته را کمتر کند .

نازِ وایت

کورش عموئی

تقدیم به رضا براهنی
که همین را بارها
و بارها زیباتر می‌نویسد

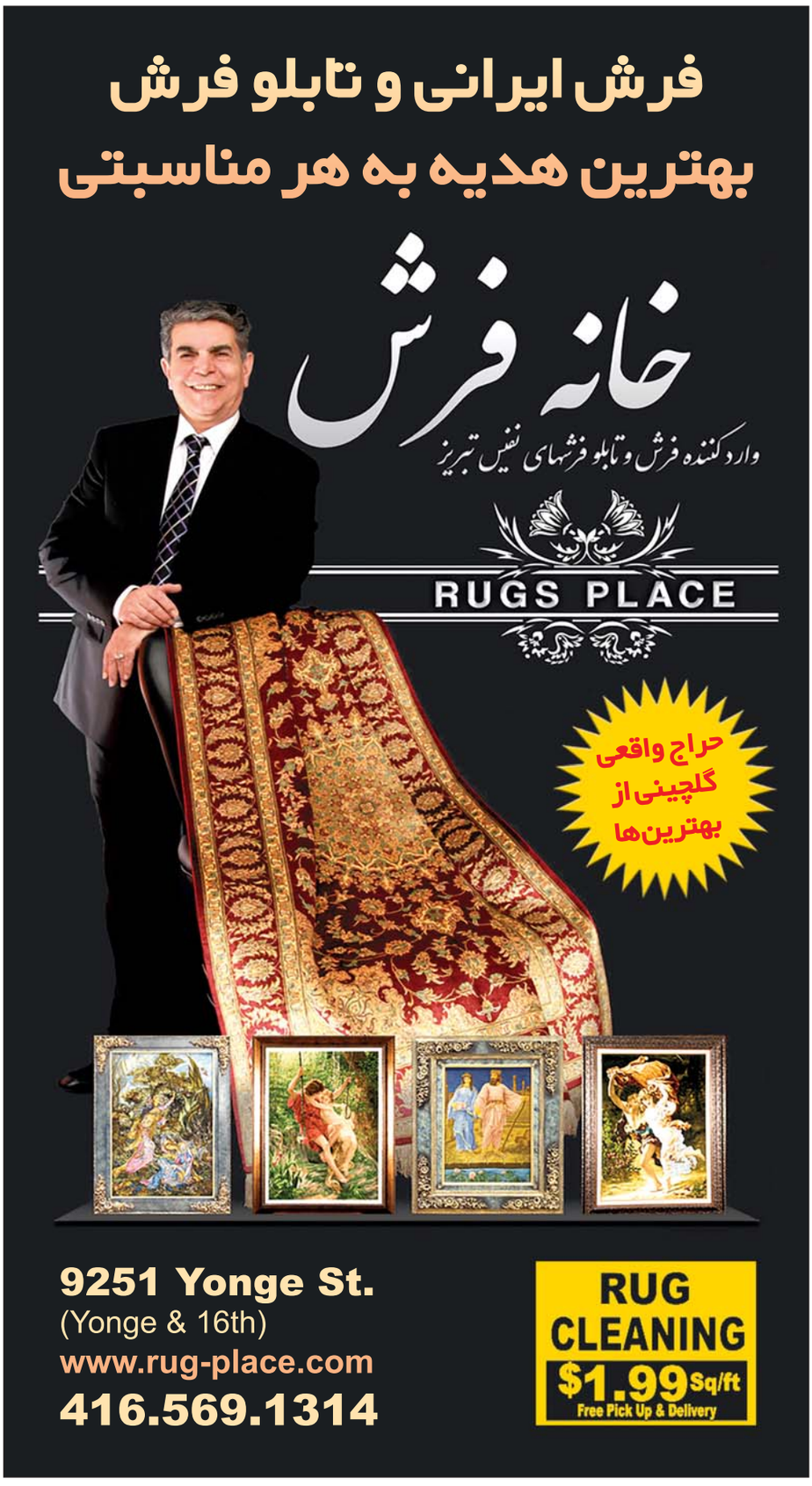
نازِ وایت می‌کِشی که کِشاله‌ی ران‌ت که
که کِشاله‌ی ران‌ات که مرا می‌کِشی که کِشاله‌ی ران‌ت که
که کفترکانِ کامل که خِشتِ خُشک سوار می‌کنند بر بالکن پنجره‌ای که می‌جهد
تو نازِ وایت را می‌کِشی
که ای آقا، ای کلاه به سر، ای عصا در دست،
کِشاله‌ی رانِ مرا بِکش که قشنگ رگ‌ها و موی
رگ‌های مرا بِکش،
که کِشته‌ی خُشکِ تو را سوار کنم، بِدَمَم، لُؤلُؤِ هزاردستانِ تو را،
به جنگل بروم که کِشیده‌تر بِکِشی خورشید که زد بسوزانی و سرخ کنی،
وزن کنی،
که کِشیدنِ کابوس‌های نَعره‌ای که وزن کردن نمی‌خواهد،
که مفتعلن فاعلن که وزن کردن نمی‌خواهد،
که اِستغفرالله ذنوبی وزن کردن نمی‌خواهد،
که
که
که

سر که بالا می‌گیرم خراب می‌شوم،
سر که پایین،
قُمارستانِ تَن را بِتکانم که جُفت یک،
که جُفت دو،
که جُفت چند بیاورم که بتکانی درون‌ات که جُفت بِت شوم
که بِت بنهمانم که سر که بالا می‌گیرم خراب می‌شوم
و این تقصیر نیست و شرم است
این کِشاله‌ی کُشتنیِ کیسه‌بُرهای نازو
این نازهای وای‌وایِ پای‌پای و
هق‌هقِ های‌هایِ داغ‌داغ و
دررفتن‌های چندباره‌ی بازگشتنی
که باز
گش‌تنی گش‌تنی گش‌تنی
گشت‌نی گشت‌نی گشت‌نی

گش
خطِ اول، یک نفس:
چهارِ تیرِ نود و شش
سیِ رمضانِ سی و هشت

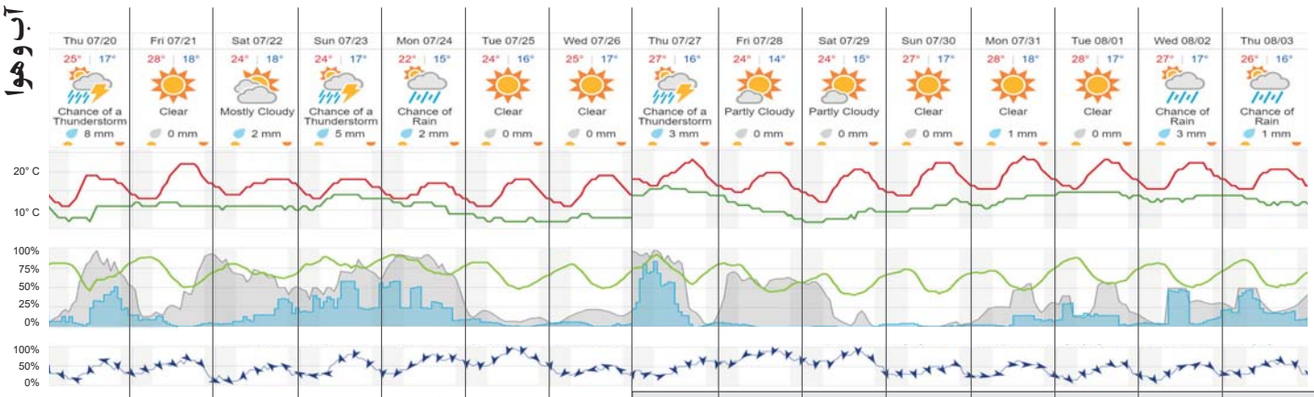
تورنتو

کوروش عمویی
PhD Student, Social & Political Thought
Teaching Assistant, Social Science



از یکهفته قبل تا یکهفته بعد در یک نگاه

آب و هوا



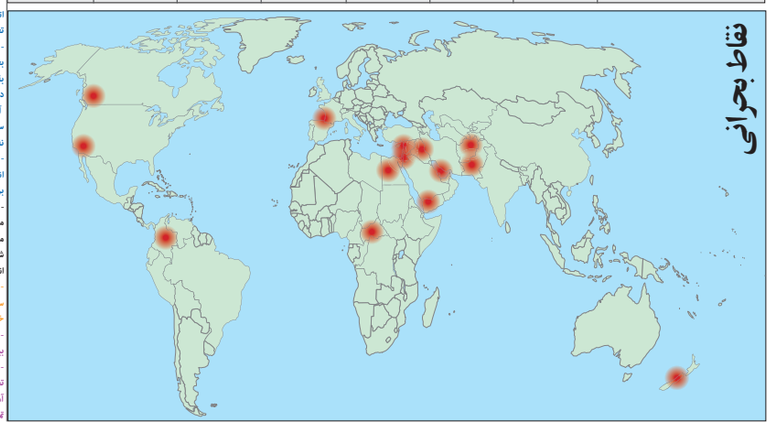
در چنین روزی

- ۱۹۸۱ م: ۱۳هزار نفر از کارکنان ترافیک هوایی آمریکا اعتصاب کردند و رونالد ریگان همه را اخراج کرد
- ۱۴۹۲ م: آغاز سفر دریایی کلمبوس از بندر پالوس اسپانیا
- ۱۹۱۴ م: حمله آلمان به بلژیک و فتح آن در جنگ اول جهانی
- ۱۹۸۱ م: پیروزی جنبش همبستگی لهستان با اعتصابات گسترده
- زلدروز حبیب بورقیبه نخستین رئیس جمهور تونس
- ۱۹۳۷ م: تصرف پکن توسط ژاپنی‌ها در جنگ دوم جهانی
- ۲۰۰۷ م: ایجاد سایت اینترنتی ویکی‌لیکس توسط جولیان آسانژ
- ۸۳۷ م: دستگیری بابک خرم‌دین در حال فرار از ارمنستان
- ۱۹۳۹ م: انشتین رزولوت را ترغیب به تولید سلاح اتمی کرد
- ۲۱۶ م: شکست امپراتوری روم از هانیبال کارتاژی، نابغه جنگ
- ۱۹۳۴ م: درگذشت هیندنبورگ رئیس جمهور آلمان و قدرت مطلق هیتلر
- ۵۳۲ م: قتل عام مردم مخالف مالیات اضافی در قسطنطنیه توسط رومیان
- ۱۹۹۰ م: حمله عراق به کویت و تصرف کامل آن
- ۲۰۰۵ م: درگذشت ملک فهد و پادشاهی برادرش امیرعبدالله
- ۱۷۴۴ م: لشکرکشی نادرشاه به بین‌النهرین و فتح سلیمانیه، کرکوک، بغداد و بصره در جنگ با عثمانی
- ۱۴۹۸ م: ورود کریستوفر کلمبوس به ونزوئلا
- ۱۹۷۰ م: نخستین سرشماری آمریکا ۳،۲۳۹،۲۱۴ جمعیت
- ۱۸۸۱ م: تیراندازی میگولن هیدالگو کاستیلا رهبر استقلال و پدر کشور مکزیک
- ۱۹۱۸ م: ژنرال عمر ترحیوس رئیس کشور پاناما در یک سانحه هوائی کشته شد
- ۱۹۹۱ م: بوش (پدر) و گورباچف قرارداد محدود کردن تسلیحات استراتژیک اعضاء کردند.
- ۱۰۹۹ م: کشته شدن السید دولت روم شرقی قسطنطنیه را از اسپانیا یهودیان را اخراج کردند
- ۷۷۸ م: افتتاح نخستین "بانک پس انداز" در شهر هامبورگ آلمان
- ۱۹۱۴ م: اعلان جنگ آلمان به روسیه در جنگ اول جهانی
- ۱۹۷۳ م: سالروز ایجاد تورنتو
- ۱۹۵۳ م: سالروز تاسیس آژانس جهانی انرژی اتمی
- ۱۸۶۳ م: تولد هنری فورد
- ۱۹۲۹ م: تاسیس شهر پالتیمور آمریکا
- ۱۹۳۸ م: نمایش اولین عکس رنگی متحرک
- ۱۹۸۴ م: سالروز درگذشت دیدورو اولین پایه‌گذار دانژه‌المعارف در جهان
- ۱۸۸۸ م: زادروز لادمیر کسما زوریکن مخترع لامپ تلویزیون
- ۱۹۸۸ م: سالگرد بیسمارک آلمانی
- ۱۹۳۷ م: سقوط پکن بدست امپراتوری ژاپن
- ۱۱۲۸ م: شکست صلیبیون در دمشق
- ۱۹۷۹ م: نخستین قیام بردگان در آمریکا
- ۱۹۵۴ م: برخورد سیاهپوست در آمریکا
- ۱۷۷۹ م: زادروز محی‌الدین ابن عربی مهمترین فرضیه‌پرداز صوفیسم در اندلس
- هنری هشتم، کردن کرامول را زد
- ۱۹۳۷ م: تصرف پکن توسط ژاپنی‌ها در جنگ دوم جهانی
- ۱۳۲۳ ش، رایگان و اجباری شدن آموزش و پرورش در ایران
- ۱۸۹۰ م: خودکشی وان گوگ نقاش هلندی
- ۵۹۴ ق م: سولون یونانی تئوری دموکراسی را مطرح کرد
- ۱۸۸۴ م: تولد موسیقیدان
- ۱۹۰۰ م: ترور پادشاه ایتالیا
- ۱۹۶۸ م: پاپ استفاده از وسائل جلوگیری از بارداری را حرام اعلان کرد
- ۲۰۱۵ م: آندره برابویک تروریست مسجی نروژی ۷۷ نوجوان را قتل عام کرد
- ۱۲۶۹ م: پیروزی پژ اول تزار روسیه بر عثمانی‌ها
- ۱۹۱۱ م: ۱۰۰ هزار تومان جایزه برای آوردن سر محمدعلی شاه قاجار
- ۱۹۰۹ م: پرواز هواپیمای اورویل رایت به مدت یک ساعت و ۱۲ دقیقه
- ۷۱۱م: پیروزی طارق ابن زیاد بر ویزیگوت‌ها و فتح اسپانیا
- ۱۹۴۳م: بمباران شدید رم و صدمه به آثار باستانی توسط متفقین
- ۱۸۳۹ م: آغاز جنگ اول تریاک بین انگلستان و چین
- ۱۹۰۰ م: مشتزنان چینی پکن را محاصره کردند
- ۱۹۳۳ م: کشتار جمعی مسیحیان در عراق
- استقلال نامیبیا
- ۱۶۰۶ م: شاه عباس شهر گنجه را از عثمانی پس گرفت
- ۱۹۸۰ م: درگذشت محمدرضاشاه پهلوی

مهمترین اخبار

- رئیس سیا: چین خطرناکتر از روسیه و ایران
- بانک مرکزی آمریکا نرخ بهره پایه را تغییر نداد
- کاتئین وین وعده کمک به بیزینس‌های کوچک در مقابل افزایش حداقل دستمزد را داد
- ترامپ: تراجنس‌ها نمی‌توانند به ارتش راه یابند
- افت شدید مجدد قیمت متوسط خانه در تورنتو
- فیس بوک تبلیغاتش را به شبکه‌های دیگر گسترش می‌دهد: صعود بزرگ سهام فیس‌بوک
- آلمان و فرانسه، قوانین تحریم جدید آمریکا برعلیه روسیه و ایران را "فرامرزی و مخالف قوانین بین‌المللی" دانستند
- تنش بین لهستان و اتحادیه اروپا بر سر تغییرات دیوان عالی
- جوکوویچ تنیس‌باز بعلت مجروحیت بقیه سال ۲۰۱۷ را از دست داد
- آتش‌سوزی در سواحل فرانسه هزاران نفر را فراری کرد
- اولین رشد اقتصادی انگلستان پس از برگزیت
- حمله شبه نظامیان مسیحی در افریقای مرکزی به کشته شدن ۲ پاسدار صلح انجامید
- بانک مرکزی ژاپن سیاست‌های بانکی خود را تغییر می‌دهد
- مرخصی بقایی از بیمارستان بقیه‌الله
- رئیس مجلس ایران: تحریم‌ها به ضرر آمریکا و همدستانش تمام می‌شود
- تصویب بررسی براندازی اوباماگر در سنای آمریکا با نطق مک‌کین: ۵۱ موافق، ۵۰ مخالف
- کیلی ماس، شناگر کانادایی رکورد شنای ۱۰۰ متر کرال پشت جهان را در بوداپست فروریخت و طلا گرفت
- سقوط شدید قیمت و فروش خانه در تورنتو ادامه دارد
- جلسه ترودو با نخست‌وزیر جدید پرتیش کلمبیا در اتاوا
- درگذشت باربارا سیناترا، بیوه سیناترا در ۹۰ سالگی
- افت ۵۹ درصدی تعداد اسیرم مردان آمریکایی در طی ۳۶ سال
- وزیر امور خارجه ترکیه در بروکسل با اعتراضات گسترده مواجه شد
- دستگیری مردی که با اره زنجیری ۵ نفر را در سوئیس زخمی کرد
- شروع انتخابات در آنگولا
- ارتش سوریه برای اولین بار در جنوب رقه به فرات رسید
- غاز خواندن صدهاهزار فلسطینی در مسجدالقصی در اعتراض به اسرائیل
- پژوناس مازی بعلت عدم صرفه اقتصادی از همکاری با کانادا در پروژه گاز مایع منصرف شد
- سیل و آبگرفتگی وسیع در نیوزیلند
- انتقال بقایی از زندان به بیمارستان بعلت اعتصاب غذا
- رویارویی تاو آمریکا با قایق‌های سیاه در خلیج فارس
- حذف تیم ملی فوتبال جوانان ایران از راهیابی به المپیک
- ترامپ: من قدرت کامل برای عفو روس‌های متهم را دارم
- جان هارت، هنریشه تنها در خانه، درگذشت
- کانادا به قطب شمال بزرگراه می‌کشد!
- حزب محافظه‌کار گلسرخ وحشی آلبرتا، به ادغام در حزب محافظه‌کاران پیشرو رای داد
- میلیون‌ها نفر در حمایت از اردوغان و شکست کودتا به خیابان ریختند
- مسکو زیر آب باران گاربین مکزرا، فاتح ویمبلدون زنان، ونوس ویلیامز دوم
- ۲۸ نفر در مصر برای کشتن یک بازجو به اعدام محکوم شدند
- حزب‌الله در حال پاکسازی داعش از مرز لبنان-سوریه
- قتل دو نوجوان ۱۷ و ۱۸ ساله، و با خاک یکسان کردن خانه معارضان فلسطینی توسط ارتش اسرائیل
- دولت هندوستان به شرکت سیگار فیلیپ موریس دستور داد تبلیغاتش را در سراسر جهان جمع کند
- طالبان ۷ گروگان افغان را کشت
- پیروزی ۲ بر ۱ والیبال ساحلی ایران بر اسپانیا و راهیابی به ۴ تیم برتر جهان
- اتفاقی همیشگی: تیم ملی فوتبال جوانان ایران از راهیابی به المپیک بازماند
- دستگیری شناور عربستانی در آب‌های ایران
- ممنوعیت استعمال دخانیات در ورزشگاه
- استعفای اسپایسر، سخنگوی کاخ سفید
- وب سایت "بازار سیاه" آلفاب، که رئیس کانادایی آن در بازداشت مرد، توسط دولت پایین آورده شد
- استعفای رئیس پلیس میناپولیس بخاطر کشته شدن مشکوک به ادغام در حزب محافظه‌کاران پیشرو رای داد
- میلیون‌ها نفر در حمایت از اردوغان و شکست کودتا به خیابان ریختند
- تظاهرات چند صد نفره در پاریس در اعتراض به دیدار نتانیاهو
- مسکو زیر آب باران گاربین مکزرا، فاتح ویمبلدون زنان، ونوس ویلیامز دوم
- مصر: ۳۰ نفر نظامی مشکوک را به قتل رساندیم
- پلیس اسرائیل ۳ فلسطینی معترض و ۱۸ ساله، و با خاک یکسان کردن خانه معارضان فلسطینی توسط ارتش اسرائیل
- دولت هندوستان به شرکت سیگار فیلیپ موریس دستور داد تبلیغاتش را در سراسر جهان جمع کند
- کذشته را تجربه کرد
- مرگ صدها مسلمان روهینا در کمپ های مرزی تایلند و مالزی
- کشته شدن ۱۲ نیروی نظامی افغانستان در حمله هوایی آمریکا
- ارتش برای کمک به گردباد نیوزیلند فراخوانده شد
- ترامپ: اگر ایران زندانی های آمریکایی را آزاد نکند منتظر عواقب جدی باشد
- قهرمانی جام حذفی پرسپولیس۳، نفت صفر
- زد هرگونه ارتباط با روسیه از طرف کوشنر
- در جلسه خصوصی با کنگره آمریکا
- هر سه ایرانیان اصلی آمریکا: آمریکن، دانا، فرانتیر بخاطر نقض قوانین حمایت از مشتری جریمه شدند
- سود ۲۳۳ کمتری گوگل از میزان برآورد
- تعداد کشته‌های قاجاق انسان از مکزیک به سن‌آنتونیو، تگزاس به ۱۰ نفر رسید
- ترکیه اسرائیل را به نقض حقوق بشر در مسجدالقصی متهم کرد
- مردی با اره زنجیری ۵ نفر را در سوئیس زخمی کرد
- مردی با نقاب ماسک در ایتالیا دزدی کرد!
- بازکشت یونان به اقتصاد جهانی
- بارش تگرگ بزرگ در اسپانیا و ژاپن‌های بزرگ کشاورزی و مستغلاتی
- ویدئو الشباب در تهدید کنیا، ترامپ را "بیلیونر بی‌مغز" خواند
- اسرائیل فلزیاب‌های امنیتی مسجدالقصی را جمع می‌کند
- وقوع نادر نور قطعه‌ای پایین به بالا در اقیسفر استرالیا
- لاریجانی به آمریکا: زندانیان ایرانی را آزاد کنید
- بعلت عارضه قلبی: مهدی کروبی در بیمارستان
- ۸۰ جسد، ۲۰ نفر در بیمارستان: قاچاق انسان از مکزیک به سن‌آنتونیو، تگزاس
- ترامپ با تحریم روسیه موافق است!
- شهرداری تورنتو: جایگزینی مجموعه ۱۵ پله‌ی ۵۰۰ دلاری پارک با پلکان ۱۰ هزاردلاری
- ۵خبر جنگجوی آلمانی داعش، در موصل دستگیر شد
- سقوط قیمت ملک در انگلستان
- کریس فروم پیروز تودوفرانس
- تیراندازی در سفارت اسرائیل در اردن: ۲ اردنی کشته، یک اسرائیلی زخمی، انگیزه سیاسی نبوده است
- اردوغان در ریاض برای مبانجیگری بین قطر و کشور عربستان
- غزه و فشار مصر: تقسیم قدرت حماس با دهلان، تنها راه بازشدن گذرگاه رفح
- تخریب شدید موصل در اثر جنگ داعش و عراق
- سوخت ذوب شده هسته‌ای نیروگاه فوکوشیما در اقیانوس پیدا شد
- نفوذ آب باران ساختمان معبد بودائیان میانمار را به دریا هل داد و غرق کرد
- گونه‌ای جدید و ثبت نشده از خورشید ماهی سفید در سواحل نیوزیلند پیدا شد
- همکاری نظامی ایران و عراق
- ده روز دیگر تا تعیین تکلیف انتقال سروری تلگرام به ایران

نقاط بحرانی



حسابداری ایده آل
Personal, Small Business & Corporation E-File
Ideal Accounting
مجتبی فریور
آیا میدانید با تکمیل فرمهای مالیاتی
اگر در سال 2016 درآمدی نداشته باشید، ممکن است صدها دلار به شما پرداخت شود!
اگر حتی در آخرین روز سال 2016 وارد کانادا شده اید، 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 شرکت ها و اشخاص تهیه صورت های مالی
- تهیه فرمهای Payroll &GST.PST
- تهیه Business Plan
- مشاوره برای برداشتن شرط تجاری
- ثبت شرکتها
- وام مسکن Mortgage
تکمیل فرمهای Child Tax و GST رایگان است
تخفیف ویژه برای سالمندان، دانشجویان و تازه واردین
خدمات مالیاتی
905 59-777-59
World on Yonge
7191 Yonge St. Suite 609, Thornhill, ON L3T 0C7
acc@idealteam.ca

محسن نوروززاده
Qualified Credit Counsellor
A.B.D.C CREDIT SOLUTION
Solutions for your debt problems
آیا مشکل مالی دارید؟
ما به شما کمک می‌کنیم:
اگر برای پرداخت کردیت کارت‌ها و وام‌های شخصی و بیزنس خود با مشکل روبرو هستید؟
اگر از سوی آژانس های کالکشن و کمپانی های طلبکار مورد تهدید واقع می شوید
اگر از دادگاه اخطار به دریافت می نمایید؟
اگر از حقوق شما هر ماهه بابت بدهی کسر می گردد؟
اگر در بازپرداخت وام دانشجویی و مالیات شخصی و تجاری مشکل دارید؟
ما مشکل مالی شما را بدون اعلام ورشکستگی رفع می کنیم
- کسر کل مبلغ بدهی تا ۸۰٪ به مدت ۵ سال بدون بهره با حفظ خانه، ماشین و دارائی و ...
- گرفتن وام مسکن، وام ماشین، ویزا و اعتبار بانکی برای افراد بدکردیت و تازه واردین به کانادا
- ترمیم کردیت بد در کوتاهترین زمان
- پروسه Bankruptcy و Consumer Proposal با کمترین هزینه
- ما برای شما کار می کنیم و تراستی برای طلبکاران شما
- تماس با ما چند دقیقه اما ورشکستگی ۷ سال
گارانتی، پرداخت حق سرویس بعد از اخذ قبولی
همین امروز برای مشاوره محرمانه و رایگان توسط متخصصین رسمی و با تجربه در شرکت A.B.D.C Credit Solution با مدیریت محسن نوروز زاده تماس بگیرید.
416-830-3414
خدمات ما در تمام شهرهای انتاریو، مونترال و ونکوور می باشد
Tel: 905-597-2232 (ABDC)
Toll Free:1-800-225-4746 Fax : 905-597-2260
www.mydebtproblem.ca nowroozadeh@yahoo.com
7368 Yonge St., Suite #301 B, Thornhill, ON, L4J 8H9

HARMONIC
Accounting, Tax & Financial Services
INCOME TAX
E-FILE
Personal, Small Business & Corporate
خدمات حسابداری و مالیاتی
رضا پورلطفی
- 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
- Accounting & Bookkeeping Services
- Personal & Corporate Income Tax Services
- Payroll Services
تخفیف ویژه و مشاوره رایگان برای سالمندان، دانشجویان و تازه واردین
Let our experience bring harmony to your finances
8131 Yonge St., Suite 211, Thornhill, ON L3T 2C6
Tel: (416) 900-4188 www.HarmonicTeam.com
Fax: (416) 900-4189 info@harmonicteam.com
در پلازای سوپر پارسیان

ارز ملل
ARZE MELAL
● بهترین نرخ حواله فوری ۴۸ ساعته
● پرداخت همزمان ارز با کارت عابربانکهای ایران
5859A Yonge St.
NorthYork (at Cummer)
416.830.6500

IRAN STAR
Thursday, 27 July 2017 - Vol. 23 - No. 1146
iranstar.com
پنجشنبه ۵ مرداد ماه ۱۳۹۶ – سال ۲۳ – شماره ۱۱۴۶

ارز پرسپولیس
PERSPOLIS EXCHANGE
416.229.0000
برداشت ریالی از کارتهای عابر بانک ایران و دریافت قانونی و فوری معادل دلار کانادایی در تورنتو

> ماشین ← ۲۲
سری جدید" ب ام و" یا مرسدس E ؟

> کودک ← ۲۷
بازل اسرار آمیز
آتیسم بخش ۳
شیدا معنوی

> دانش و بهداشت ← ۲۹
پدر شدن در سنین بالاتر، فرزندان باهوش تر ایجاد می کند.

> موسیقی ← ۳۱
خاستگاه و سبک شناسی موسیقی راک
بخش دوم
بهروز پایگان

> رمان دنباله دار ← ۳۲
نقطه تسلیم/ قسمت ۳
شهره و کیلی

> کامپیوتر ← ۲۴
کامپیوتر شما حک شده است اگر...

> آشپزی - کیترینگ کدبانو ← ۳۳
حلوای شیر خشک
تهیه ترش شامی گیلانی
پروین ترابی

> نوجوان ← ۳۰
چه کنیم اگر نوجوانمان سیگاری شده؟

می خواهید ماشین دست دوم بخرید؟

خرید ماشین دست دوم کابوسی است که چندین بار در عمر هر کسی اتفاق می افتد. ما در اینجا قصد داریم این کابوس ترسناک را به یک رویای شیرین بدل کنیم. اگر هنگام خرید ماشین دست دوم نمی دانید که از کجا باید شروع کنید و احساس سردرگمی می کنید، بهتر است قبل از خرید، گامهای پیش رو را دنبال کنید و دیگر هنگام خرید ماشین دست دوم احساس استرس نداشته باشید.

۱

بودجه خود را برای خرید ماشین مشخص کنید.

چقدر پول می خواهید برای خرید ماشین خرج کنید؟ بهتر است هزینه بیمه، هزینه نقل و انتقال سند، تعمیرات اولیه، خرید لوازم جانبی و لاستیک، در صورت لزوم برای ماشین را در نظر بگیرید. ممکن است ماشینی که بعد از دوندگی بسیار پیدا کرده اید ۵ تا ۱۰ درصد نسبت به بودجه شما گرانتر باشد. میزان معقول و حداکثر پولی که می توانید برای خرید ماشین صرف کنید را مشخص کنید و از آن فراتر نروید.

۲

ماشین هایی که در محدوده قیمتی بودجه شما قرار دارند را پیدا کنید.

بعد از تعیین بودجه، ۲۰ در صد از کل مبلغ را برای خرج های پیشبینی شده و پیشبینی نشده، مضاف بر قیمت خودرو کنار بگذارید. با توجه به ۸۰ درصد باقیمانده، تمامی ماشین های موجود در بازار را با توجه به مدل، سال تولید و قیمت، لیست کنید.

← ۲۲

مجتمع
پویا
☑ خدمات مالی و حسابداری
☑ خرید، فروش و اجاره مسکن
☑ خدمات امور مهاجرتی
6347 Yonge St.
416.225.6600
pouyacommercial.com

در طول روز چقدر میوه می توانیدبخورید؟

همه ما از زمان مدرسه ابتدایی یاد گرفته‌ایم که خوردن سبزیجات و میوه چقدر مهم است. اما آیا می‌دانیم واقعا چقدر کافی است؟ طبق گفته وزارت کشاورزی ایالات متحده، به طور متوسط زن ۱۹ تا ۳۰ ساله باید دو فنجان میوه در روز بخورد. اگر فکر می‌کنید انواع مختلف و زیادی در فروشگاه‌ها هستند که همگی به شما چشمک می‌زند، ما قصد داریم بدون نیاز به اندازه گیری خاصی به شما نشان دهیم که هر وعده میوه شما چقدر می‌تواند باشد و شما می‌توانید بدون حذف هیچ میوه‌ای آنها را به درست و اندازه مصرف کنید! فراموش نکنید برای حمایت از یک زندگی سالم، باید همگی بیاموزیم که اندازه هر چیزی را یک را رعایت کنیم.

در اندازه گیری زبر، هر فنجان میوه را بر اساس یک وعده در نظر بگیرید.

یک سیب کوچک = یک فنجان میوه
یک موز بزرگ = یک فنجان میوه
یک پرتقال بزرگ = یک فنجان میوه
یک فنجان بلوبری(حدود ۹۰ عدد) = یک فنجان میوه
۳۲ انگور بدون دانه = یک فنجان میوه
یک هلو بزرگ = یک فنجان میوه
یک گلابی متوسط = یک فنجان میوه
یک فنجان آناناس خرد شده (نیمی از یک آناناس) = یک فنجان میوه
حدود هشت توت فرنگی بزرگ = یک فنجان میوه
یک گوجه فرنگی بزرگ = یک فنجان میوه
یک چهارم طالبی= یک فنجان میوه
یک فنجان انبه (یک انبه کوچک) = یک فنجان میوه یک فنجان میوه یک فنجان خیار (یک و نیم خیار کوچک) = یک فنجان میوه
یک گریپ فروت متوسط=یک فنجان میوه

حال می‌توانیم دو فنجان میوه در روز را بر اساس اندازه‌های فوق انتخاب کنیم.

رویا گلسرخی
Bsc. Msc.
همـــراه شمـــا در تمـــام مراحـــل
416.301.7420
www.get2canada.com
مـــهـــاجـــرت
تخصـــصـــی
سرمایه‌گذاری
خویشـــاوندی
ویـــزا
دعوتنـــامه
تمـــدید PR
1937 Leslie St.,
Toronto
M3B 2M3
با تعیین
وقت قبلی

آموزش شنا
گارانتی
از مبتدی تا پیشرفته
برای تمام سطوح سنی
Look Great - Love Swimming
مربی با سابقه‌ی
Advance Swim Instructor
۱۷ سال تدریس شنا
عضو TYMS (Trillium Y Master Swim Club)
مجتبی
647.774.2393
لطفا پیام بگذارید یا تکس بزنید

LEVY ZAVET PC
LAWYERS
Rose Bahrami
B.Sc., LL.B.
Member of the Law Society of Upper Canada
Member of Ontario Bar Association
فیروزه بهرامی
وکیل رسمی دادگستری کانادا
عضو هیئت مدیره انجمن وکلای ایرانی-کانادایی
■ حقوق املاک
■ حقوق تجاری
■ امور مهاجرت و اقامت
■ تنظیم وصیت‌نامه و وکالت نامه
■ تایید رسمی اسناد
416.777.2244 x720
www.LevyZavet.com
RBahrami@LevyZavet.com
Fax: 416.477.2847
201-315 Eglinton Ave. West, Toronto, Ontario, M5N 1A1

← ۲۱

۳

ماشین مورد علاقه خود را پیدا کنید.

قرار است همه از داشتن ماشین جدید خوشحال باشند پس بهتر است با همه افراد خانواده در این مورد مشورت کنید.

نوع ماشین را مشخص کنید:

• کوچک و کم مصرف (هاچ بک)
• بزرگ و پر مصرف، شاسی بلند (SUV)
• چهار در صندوقدار، خانوادگی(Sedan)
• اسپرت کوپه

دو یا سه انتخاب مشخص را قطعی کنید و تمرکز خود را بر روی آنها قرار دهید.

۴

یک چک لیست از تمامی نکاتی که در گام های پیش رو می خوانید، تهیه کنید.

برای اینکه هنگام خرید ماشین احساس سردرگمی نکنید و چیزی را فراموش نکنید، لیستی تهیه کنید از تمام مواردی که باید قبل از خرید ماشین به آنها توجه کنید. نمونه لیست را بر روی نیمی از کاغذ A۴ پرینت کنید و بعد آن را تا کنید وهمراه داشته باشید یا روی تلفنتان در قسمت یادداشت همه موارد را تایپ کنید تا زمان خرید چیزی فراموشتان نشود.

• قیمت خودرو: قیمت نهایی خودرو را از فروشنده بپرسید.
• سال تولید خودرو: در مورد سال تولید و مالکین قبلی سوال کنید.
• میزان کارکرد: میزان کارکرد ماشین با وضعیت سلامت خودرو از لحاظ فنی و ظاهری نسبت مستقیم دارد.
• ضربه، رنگ، خوردگی، خط و خش: در مورد سابقه تصادف، رنگ شدگی و وضعیت ظاهری سوالات کلی بپرسید.
• بیمه، لاستیک، لوازم جانبی: این موارد روی قیمت نهایی خودرو تاثیرگذار هستند .
• علت فروش: نوع پاسخ فروشنده و میزان قانع کنندگی آن می تواند بر روی اعتماد شما نسبت به ماشین و فروشنده تاثیر بگذارد. مثلا در مورد ماشینی که قبلا جهت اجاره ماشین استفاده شده باید بیشتر تامل کنید و نیز فروشنده موظف است اگر ماشین قبلا تصادف داشته، به شما بگوید. پس لطفا به یاد داشته باشید رکورد ماشین را از فروشنده درخواست کنید.

و حالا مهمترین قسمت:

وضعیت ظاهری و فنی ماشین را چک کنید.

در مرحله نهایی خرید، نیاز به یک متخصص دارید اما بررسی های اولیه را خودتان می توانید انجام دهید. ماشین را در زیر نور خورشید به خوبی بررسی کنید و موارد زیر را چک کنید

• بدنه ماشین را بررسی کنید که رنگ شدگی نداشته باشد. تشخیص رنگ شدگی ماشین حتما نیاز به تجربه دارد و در مرحله پایانی خرید حتما ماشین را به یک صافکار و نقاش با تجربه نشان دهید. اگر متوجه رنگ خوردگی ها نشوید بعدا مجبور خواهید بود ماشین را هنگام فروش، ارزانتر از قیمت واقعی به علت تصادفی که خودتان مرتکب نشده اید بفروشید. یک راه تشخیص آن حرکت دادن آهن ربا روی بدنه ماشین است. اگر آهن ربا به قسمت وسیعی از بدنه نچسبد نشانگر آن است که این قسمت به خاطر تصادف از بین رفته و با بتونه پر شده است اگر قسمتهای از بین رفته زیاد باشد ازخریدن ماشین صرف نظر کنید.

• حتما زیر ماشین را از بیرون و از درون (زیر کفی ها و موکت ها در صورت امکان) وارسی کنید که پوسیدگی، زنگ زدگی و آثار جوشکاری وجود نداشته باشد.

• درها و حاشیه درها را چک کنید. اگر درها به راحتی باز و بسته نمی شوند و اگر حاشیه درها یکسان نیستند، نشانه تصادف خودرو است.

• لاستیک ها را چک کنید. اگر تایر ها (مخصوصا چرخ های جلو) بیش از حد ساییده شده باشند، باید هزینه ای برای تعویض لاستیک ها کنار بگذارید.

• زیر کاپوت را نگاهی بیندازید. آثار ضربه بر روی رادیاتور نشانه تصادف از جلو می باشد. اگر سرپیچ روی قطعات یا کاور موتور کم باشد نشانه این است که تحت تعمیر بوده است.

• از فروشنده یا دوستی بخواهید که چندین بار پدال گاز را تا ته فشار دهد. اگر دود آبی رنگی دیدید، نشانه این است که ماشین روغن سوزی دارد.

• داخل خودرو را چک کنید. آثار ساییدگی شدید بر روی دنده، فرمان و پدال ها نشان دهنده این است که ماشین کارکرد بالایی داشته و تحت فشار بوده است.

• به همه جای ماشین به صورت عمودی فشار زیادی وارد کنید در حالت طبیعی باید ماشین به شکل اولیه خویش بازگردد، اما اگر ماشین شروع به لرزیدن کرد نشانگر آن است که سیستم تعلیق اتومبیل نیاز به تعمیر دارد.

• کیلومتر شمار را چک کنید . اگر میزان کارکرد و حرکت اتومبیل در کیلومتر شمار نسبت به ساییدگی اجزای درونی و بیرونی و سال تولید خودرو همخوانی نداشته باشد، احتمالا دستکاری شده است. یک راننده معمولی در سال بین ۱۲ تا ۲۰ هزار کیلومتر ماشین میراند، اما اتومبیلی در خدمت شرکت های اجاره ای بوده، گاه تا ۴۰ هزار کیلومتر در سال پیموده.

• میله اندازه گیری روغن را بررسی کنید اگر روی آن خط های مایل به خاکستری رنگ و یا قطرات آب دیدید نشانه خرابی رینگ پیستون است

• سوار ماشین شوید، کلید را بچرخانید و استارت بزنید. ماشین باید بلافاصله روشن شود وصدای اضافی از موتور شنیده نشود.

• تمامی لوازم الکترونیکی ماشین را چک کنید: کولر، برف پاک کن، چراغ جلو، چراغ عقب، تنظیمات الکترونیکی فرمان، صندلی و آینه ها، سیستم صوتی و غیره

• اگر در هنگام رانندگی زمانی که سرعت را زیاد و یا کم می کنید، (یعنی مرحله ای که در آن اتوماتیک دنده عوض میشود) و یا در ماشین دنده ای زمانی که دنده را خودتان عوض کردید صدایی و یا حرکت ناگهانی از زیر ماشین شنیدید و این وضعیت چندین بار تکرار شد، نشان دهنده مشکلی در سیستم گیربکس ماشین است.

• هنگام رانندگی اجازه ندهید، صحبت های فروشنده و صدای سیستم صوتی ماشین مزاحم شنیدن صدای موتور و سیستم تعلیق ماشین شود. سیتم صوتی را خاموش کنید و فقط در صورت لزوم با فروشنده صحبت کنید.

• به هر صدای غیر عادی داخل ماشین گوش کنید اگر هنگام پیچیدن از چرخ های جلو صدای بلندی خارج شد نشانگر وجود مشکل در سیستم کمک فنر اتومبیل است.

• هنگام حرکت به سمت جلو دست خود را از روی فرمان بردارید؛ اگر ماشین به یکی از دو سمت منحرف شد مشکلی در سیستم تعلیق ماشین وجود دارد که گاهی فقط علتش تنظیم نبودن باد چرخ ها است.

• با ماشین به هر دو سمت دور کامل بزنید و عملکرد ماشین را هنگام عبور از دست انداز چک کنید.

• و سرانجام قبل از اینکه تصمیم نهایی را برای خرید ماشین دست دوم بگیرید بهتر است که از یک مکانیک باتجربه کمک بگیرید تا ماشین را به دقت بررسی کند.

سری جدید ب ام و یا مرسدس E ؟

نسل جدید بام‌و سری ۵ وارد بازار شده است؛ اما آیا این خودرو بهتر از رقیب خود یعنی مرسدس E کلاس است؟ به منظور فهمیدن این موضوع ما دو سدان لوکس آلمانی را در برابر یکدیگر قرار داده‌ایم. مقایسه‌هایی در بخش‌های طراحی، کابین، تکنولوژی، فضای کابین، کاربردی بودن و سواری آن‌ها صورت گرفته است. مرسدس توانسته بود در سال ۲۰۱۶ از پس نسل قبلی سری ۵ بربیاید؛ اما آیا می‌تواند از عنوان خود در برابر نسل جدید سری ۵ دفاع کند؟ با ما باشید تا پاسخ سؤال‌های خود را دریافت کنید...

قیمت

بهای مدل 520i که از پیشرانه بنزینی ۲ لیتری و گیربکس اتوماتیک بهره‌مند است، از ۳۵۸۳۵ پوند آغاز می‌شود. از طرف دیگر بهای مرسدس E200d دیزلی به همراه گیربکس اتوماتیک از 35205 پوند آغاز می‌شود. در زمان نگارش مقاله این مرسدس بوده که بهای فروش دوباره بالاتری نسبت به بام‌و داشته است.

استایل و طراحی

بام‌و سری ۵ تناسبات ابعادی مناسبی داشته و خطوط قوی و جلو پنجره کلیوی شکل بزرگ از شاخصه‌های آن محسوب می‌شوند. البته این خودرو به اندازه E کلاس لوکس به چشم نمی‌آید، حتی اگر به کیت M اسپورت مجهز باشد. این کیت باعث استفاده از رینگ‌های بزرگ‌تر و کیت بدنه گیراتر شده است. مرسدس E کلاس زیباست و هنگامی‌که از رینگ‌های ۲۰ اینچی و کیت بدنه AMG لاین استفاده شود این زیبایی دوچندان می‌شوند. این خودرو پرزرق‌وبرق بوده و ستاره سه پر مرسدس در وسط جلوپنجره آن خودنمایی می‌کند.

کابین

کابین بام‌و در مقایسه با کابین حریف اشتوتگارتی کمی تقلیل یافته به نظر می‌رسد. با این وجود در ساخت کابین بام‌و از مواد باکیفیت استفاده شده و شاهد صندلی‌های چرمی و داشبورد با طراحی ساده و هوشمندانه هستیم. این خودرو به‌صورت استاندارد از سیستم iDrive استفاده می‌کند که بی‌شک بهترین سیستم موجود در بازار بوده و روش‌های متعددی برای استفاده دارد که شامل کنترل حرکتی می‌شود. نشان‌دهنده‌های دیجیتال بام‌و نیز به‌صورت استاندارد در نسل جدید سری ۵ وجود دارند.

کابین تکنولوژیک E کلاس بسیار جادار بوده و داشبورد آن فوق‌العاده است. البته برخی تریم‌های پلاستیک با احساس ارزان‌قیمت بودن در بخش‌های پایین کابین به چشم می‌خورند. این خودرو می‌تواند به سیستم اطلاعات سرگرمی COMAND با صفحه‌نمایش ۱۲٫۳ اینچی مجهز گردد. همچنین کاکپیت دیجیتال ۱۲٫۳ اینچی جایگزین نشان‌دهنده‌های آنالوگ می‌شوند اما باید اضافه پرداخت ۱۹۹۰ پوندی را بپذیرید. اگرچه این سیستم گیرا بوده اما به نرمی و روانی سیستم iDrive سری ۵ نیست.

کاربردی بودن

در بحث کاربردی بودن، صندلی‌های عقب بام‌و فضای سر و پای زیادی حتی برای افراد قدبلند دارند. متأسفانه صندلی مرکزی در بخش عقب به گونه‌ای است که سرنشین این بخش به اندازه دو فرد دیگر احساس راحتی نخواهد داشت. فضای ذخیره‌ای داخل کابین بام‌و بیشتر از مرسدس است اما صندوق مرسدس بزرگ‌تر از صندوق ۵۳۰ لیتری سری ۵ می‌باشد.

E کلاس در بخش عقب به اندازه سری ۵ راحت است اما فضای سر بام‌و بیشتر است. از طرف دیگر اگر شما بخواهید سه نفر را در بخش عقب سوار کنید نفر وسطی به خاطر صندلی مرکزی کم ارتفاع‌تر و راحت‌تر خواهد بود. صندوق مرسدس ۱۰ لیتر بزرگ‌تر از سری ۵ است و فضای زیر کف دارد، اما فرم کلی آن به‌گونه‌ای است که بارگیری چندان راحتی نخواهید داشت.

رانندگی و سواری

در روی جاده بام‌و هیجان‌انگیزتر از مرسدس بوده و در پشت فرمان بام‌و احساس کوچک‌تر بودن خودرو به شما دست می‌دهد. سری ۵ به‌طور شگفت‌آوری فرز و چابک بوده و در پیچ‌ها نسبتاً خنثی باقی می‌ماند و البته فرمان آن نیز تیزتر از E کلاس است. بی‌شک این خودرو از نظر راحتی شانه‌به‌شانه با مرسدس می‌تازد مخصوصا وقتی که به دامپرهای تطبیقی هزار پوندی مجهز باشد. دینامیک رانندگی E کلاس بیشتر از اسپورت بودن روی راحتی تمرکز دارد. داشبورد خودرو به گونه‌ای است که احساس می‌کنید بجای حرکت در سدانی لوکس سوار بر قایقی بزرگ هستید و پشت فرمان آن احساس لوکس‌تری دارید.

قضاوت نهایی

اگر به دنبال یک لیموزین سرسنگین و باوقار هستید، E کلاس با ترکیبی از تجمل و راحتی در خدمت شماست. اگر چشمتان به دنبال سدان لوکس با جاذبه‌های اسپورت هستید نسل جدید بام‌و سری ۵ مطابق با نیازهای شماست. در کل بام‌و در این مقایسه کمی بهتر از مرسدس عمل کرده و ترکیبی مناسب از تجمل، اسپورت بودن و راحتی محسوب می‌شود.

ورزش

ورزش سنگین قبل از صبحانه؟

تقریبا اکثر ما از اثرات ورزش در لاغری کم و بیش مطلع هستیم. مطالعات پژوهشگران نیز ثابت کرده که ورزش نه تنها از کاهش بافت عضلانی در اثر رژیم غذایی جلوگیری کرده بلکه به افزایش آن هم کمک می‌کند.

اما ورزش ناشتا، دیگر این دو اثر مثبت را نخواهد داشت. زیرا به علت افت شدید قند خون در این حالت، فرد دچار سرگیجه، تاربینی و خستگی زودرس خواهد شد و این عوامل بی شک مدت زمان و کیفیت تمرین را کاهش خواهد داد. بنابراین، نمی‌توان توقع داشت که انرژی را که انتظار می رود که در اثر ورزش سوزانده شود، مصرف کرد. در مورد افزایش بافت عضلانی هم باید گفت در این زمان بدن از لحاظ هورمونی در وضعیتی قرار دارد که به جای افزایش آن ممکن است موجب کاهش آن شود. چرا که سطح هورمون هایی که باعث تجزیه پروتئین ها برای تولید گلوکوز می‌شوند (مانند کورتیزول و گلوکاگن) بالا بوده و برعکس سطح هورمون هایی که ساخت آنها را افزایش و یا از تجزیه آنها جلوگیری می‌کنند، (مانند هورمون رشد و انسولین) پایین می‌باشد.

خوشبختانه در حالت طبیعی با تامین کربوهیدرات مورد نیاز از طریق خوردن صبحانه این وضعیت نگران کننده نخواهد بود. اما اگر به جای آن، بدن با فعالیت شدیدی مثل ورزش روبرو شود، طبیعتا ذخایر پروتئینی بدن از جمله پروتئین های عضلات تحت خطر تجزیه شدن قرار می‌گیرند.

از دیگر اثرات منفی ورزش ناشتا می‌توان به افزایش خطر آسیب دیدگی و ورزش زدگی اشاره کرد. از آنجا که سوخت و ساز بدن در طول شب کاهش داشته، دمای صبحگاهی بدن پایین است و اگر گرم کردن طولانی مدت برای ورزش میسر نشود، همین پایین بودن دما منشاء بسیاری از آسیب دیدگی ها خواهد بود.

مجددا یادآور می‌شویم که منظور ما ورزش شدید و طولانی قبل از صبحانه است، و ورزش‌های سبک مثل پانزده دقیقه دوی نرم یا نرمش و حرکات کششی به منظور آماده کردن عضلات و مفاصل برای آغاز یک روز پر نشاط و لذت بردن از صبحانه بعد از آن، همچنان مفید و مجاز خواهد بود.

چند ورزش مناسب برای گردن درد

در صورتی که هنوز دچار این مشکل نشده‌اید می‌توانید با اجرای تمرینات منظم ورزشی بدن خود را در برابر این مشکل بیمه کنید و اگر در حال حاضر از دردهای این عارضه رنج می‌برید، توصیه ما این است که با توجه به تفاوت در سیر بیماری و نحوه درمان گردن درد مزمن و گردن درد حاد و شدید، لازم است که بیمار به پزشک مراجعه کند تا علت درد مشخص شده و درمان مناسب انجام شود.

در دردهای مفصلی عضلانی، به خصوص در دردهای گردنی، برای جلوگیری از پیشرفت بیماری مراجعه به پزشک در مراحل اولیه و انجام روش‌های پیشگیری و درمان بسیار مناسب هستند.چند نمونه از ورزش های مناسب که برای پیشگیری و درمان گردن دردهای مزمن مناسب است را در اینجا برایتان می‌آوریم:

•گردن را ضمن سفت کردن عضلات آن به سمت عقب، چپ و راست حرکت دهید. از حرکات چرخشی گردن و سر خودداری کنید.

• مستقیم روی صندلی به صورت قائم بنشینید و دست راست خود را در پشت کمر قرار دهید. با دست چپ از پشت سر، قسمت راست سر خود را گرفته و به طرف چپ بکشید. شما احساس کشش در قسمت راست سر و گردن خود خواهید کرد. برای ۵ ثانیه سر خود را نگه دارید. این عمل را ۵ بار در هر حالت اجرا کنید. در بین ورزش‌ها ۳ ثانیه استراحت کنید.

• روی صندلی مستقیم و بصورت قائم بنشینید و هر دو دست را در ناحیه پشت کمر حلقه کنید. شانه چپ خود را پایین آورده و سر خود را به طرف راست خم کنید. این حالت برای ۵ ثانیه حفظ شود. حالا بر عکس حالت قبل، شانه راست خود را پایین آورده و سر خود را به طرف چپ خم کنید. این حالت نیز برای ۵ ثانیه حفظ شود. برای هر طرف ۵ بار تکرار شود.

• مستقیم و در حالت نشسته کف دست خود را روی پیشانی قرار داده و پیشانی خود را به کف دست فشار بدهید. برای ۵ ثانیه آن را نگه دارید و سپس رها کنید.

• در حالت نشسته کف دست خود را در ناحیه پشت سر قرار دهید و سر را به کف دست فشار دهید. ۵ ثانیه نگه دارید. این ورزش را ۵ بار انجام دهید.

• کف دست را در یک طرف شقیقه گذاشته و شقیقه را به کف دست فشار دهید. ۵ ثانیه صبر و سپس رها کنید. این ورزش را ۵ بار انجام دهید.

• چهار دست و پا درحالیکه کف دستها و زانوها روی زمین باشند، قرار بگیرید. پشت خود را صاف نگه دارید و کم کم سر را درحالیکه به کف اتاق نگاه می کنید، خم کنید. سپس آهسته چانه خود را بالا آورده و در امتداد تنه قرار دهید. این ورزش را ۵ بار و هر بار با ۵ ثانیه مکث انجام دهید.

• روی یک تخت دراز بکشید و گردنتان را از پایین به بالا حرکت دهید.

• شانه‌ها و عضلات اطراف را تقویت نمایید، چرا که با افزایش قدرت و تحمل این عضلات، فشار کمتری روی مهره و دیسک‌های بین مهره ای وارد می‌شود:

الف: شانه‌هایتان را بالا ببرید و به گوش‌هایتان نزدیک کنید. ۵ ثانیه نگه دارید، سپس آزاد نمایید. این حرکت را روزی ۱۰ مرتبه تکرار کنید.

ب: شانه هایتان را به سمت عقب حرکت دهید به طوری که کتف هایتان از پشت به یکدیگر نزدیک شوند. این حرکت را روزی سه مرتبه، هر مرتبه ۳۰ بار تکرار نمایید.

چند نرمش برای کاهش درد مچ دست

۱- خم کردن دست به جلو

مچ دست را به آرامی به طرف جلو خم کنید. به مدت ۵ ثانیه دست را در این وضعیت نگه دارید. سپس مچ دست را به آرامی به طرف عقب خم کنید. این حرکت را سه بار در روز و هر بار ۱۰ مرتبه انجام دهید.

۲- حرکت دست به پهلو

مچ دست صدمه دیده را به آرامی به پهلوها حرکت دهید. در پایان هر حرکت، دست را به مدت ۵ ثانیه نگه دارید. این حرکت را سه بار در روز و هر بار ۱۰ مرتبه انجام دهید.

۳- حرکت کششی

هر دو کف دست را روی میز قرار داده و به آرامی روی مچ دست، به طرف جلو تکیه کنید. به مدت ۱۵ تا ۳۰ ثانیه در این وضعیت بمانید. این حرکت را سه بار تکرار کنید.

۴- باز و بسته کردن انگشتان

با از بین رفتن گزگز می‌توان به آرامی به انجام حرکات قدرتی از نوع ایزومتریک پرداخت که شامل حرکات بعدی است :

انگشتان دست صدمه دیده را باز نموده و سپس به آرامی بر روی مفصل میانی انگشتان و تا ناحیه بالایی کف دست خم کنید.

دست را به مدت ۵ ثانیه در این وضعیت نگه دارید. این حرکت را سه بار در روز و هر بار ۱۰ مرتبه انجام دهید.

۵- خم کردن مچ به جلو

یک قوطی یا لیوان را با کف دست صدمه دیده گرفته و به طرف بالا برای مدت ۵ ثانیه نگه دارید. این حرکت را سه بار در روز و هر بار ۱۰ مرتبه انجام دهید. بتدریج وزن شیء را افزایش دهید.

سپس قوطی مشابه ای را با کف دست صدمه دیده به طرف پایین نگه دارید و ۵ ثانیه نگهدارید.

این حرکت را نیز سه بار در روز و هر بار ۱۰ مرتبه انجام دهید.

به خاطر داشته باشید،«حرکات ورزشی فوق، باید با نظر پزشک انجام گیرد و جایگزین مشورت با او نیست.»

سفره‌خانه سنتی
شبستان
با فضای صمیمی و سنتی

شبانه روزی – صبحانه، ناهار، شام

هر روز صبحانه:
کله‌پاچه، حلیم، املت، سرشیر عسل و..
دیزی، آش رشته، کشک بادمجان،
کباب: جوجه، کوبیده، سلطانی، چنجه
چای، دوغ مخصوص شبستان

موسیقی زنده بدون ورودیه

پنجشنبه تا شنبه: شب‌ها ساعت ۸ تا ۱۱
یکشنبه‌ها ظهر و شب

با هنرمندی یاری

مکانی عالی برای
جشن‌تولد، فارغ‌التحصیلی و..
دارای رمپ و دستشویی ویژه معلولین
امکان استفاده از پارکینگ پلازای ایرانیان

416.222.3335
ضلع شمالی پلازای ایرانیان 6123 Yonge St. Lower Unit, Toronto, ON, M2M 3W2

کامپیوتر

کامپیوتر شما حک شده، اگر...

گاه خیلی آسان نیست که متوجه حک شدن کامپیوترتان شوید و در مواقعی خیلی سخت می‌توان این اتفاق را تشخیص داد. اما در اینجا برایتان نشانه‌هایی را ذکر می‌کنیم که می‌تواند دسترسی شخصی دیگر را به کامپیوتر شما را افشا کند. به موارد زیر توجه کنید و اگر هر یک از آن‌ها برای شما نیز اتفاق افتاده است، احتمال هک شدن کامپیوتر شما بیشتر از سایر موارد است.

ناگهان سرعت عملکرد کم می‌شود

اگر اخیرا سرعت کامپیوتر شما و یا اتصال به اینترنت آن کندتر از گذشته شده است، این امکان دارد شخصی از قدرت کامپیوتر و یا پهنای باند اینترنت تان استفاده می‌کند. بسیاری از هکرها با نصب و اجرای یک اپلیکیشن در پس زمینه کامپیوتر قربانیان، منابع را در اختیار می‌گیرند و باعث کاهش سرعت همه چیز می‌شوند.

البته در اینجا به جز هک شدن کامپیوتر شما، دلایل دیگری نیز می‌تواند برای این کاهش سرعت وجود داشته باشد. کامپیوترها بعضا به خاطر قدیمی بودن نیز با کاهش سرعت مواجه می‌شوند؛ به همین دلیل ما تنها افت ناگهانی را می‌توانیم ملاک هک شدن کامپیوتر قرار دهیم.

اگر در طول روز این اتفاق برای شما افتاد، بدان معناست که چیزی مشکوک در جریان است. همین قضیه در مورد سرعت اتصال به اینترنت نیز صدق می‌کند. اگر بیش از حد معمول و بدون استفاده از آن، سرعت اینترنت شما کم شد، این بدان معناست که پهنای باندتان در حال ربوده شدن است.

ظاهر شدن برنامه های جدید

هکرها می‌توانند بر روی کامپیوتر شما به نصب برنامه بپردازند؛ بنابراین می‌توانند به راحتی کارهای خطرناکی انجام دهند. کارهایی نظیر راه اندازی بات نت ها که می‌توانند اطلاعات بانکی و کارت‌های اعتباریتان را بدزدند، کامپیوترتان را خاموش کنند و تمامی اطلاعاتی که به دردشان می‌خورد را استخراج کنند. در مواقعی که شما باید شک کنید، نوار ابزار جدیدی به چشم می‌خورد، هشدارهای آنتی ویروس ناآشنایی دیده می‌شود، پاپ آپ های عجیب و غریبی نمایان می‌شوند و همچنین مرورگرهای جدیدی با انواع هشدارها پدیدار می‌شوند.

این می‌تواند وسوسه انگیز باشد که شما برنامه‌هایی که همیشه می‌خواستید را اتفاقی در کامپیوتر خود پیدا کنید؛ به خصوص اگر آن‌ها تازه، جدید و یا گران قیمت باشند. بنابراین به خاطر داشته باشید که برنامه‌هایی را بر روی کامپیوتر خود نصب کرده‌اید و مواظب هر چیز مشکوکی که می‌بینید باشید.

غیرفعال کردن آنتی ویروس

برنامه آنتی ویروس شما باید در همه زمان فعال و در حال اجرا باشد. شما می‌توانید آیکون آن را در تسک بار کامپیوترتان نیز ببینید. اگر آن متوقف شد و یا قادر به اجرای آن نیستید، این احتمال وجود دارد که یک هکر آن را غیر فعال کرده و کنترلش می‌کند. از آنجایی که آنتی ویروس می‌تواند نشانه خوبی باشد تا شما را متوجه یک حمله کند، فکر خوبیست که شما روزانه و یا هفتگی کامپیوترتان را با آنتی ویروس اسکن کنید و البته از یک نسخه کامل آنتی ویروس قدرتمند با آپدیت‌های روزانه و هفتگی بر روی دستگاهتان استفاده کنید.

عدم توانایی در ورود

شما ممکن است هزاران بار وارد کامپیوتر خود شده باشید ولی حالا پسوردتان کار نمی‌کند. در وهله نخست، احتمال دارد شما یک کلمه را اشتباه زده باشید، پس این بار با دقت بیشتری تلاش کنید تا شاید مشکل شما حل شود. اما اگر باز هم موفق به ورود نشدید، احتمال هک شدن کامپیوتر شما زیاد است.

فعالیت‌های حجیم

اگر نشانگر ماوس شما، زمانی که آن را لمس نمی‌کنید حرکت می‌کند و یا اگر در هیستوری مرورگر شما آدرس‌هایی یافت می‌شود که هرگز به آنجا سر نزده‌اید، یا اینکه وقتی یک کار ساده همانند چک کردن ایمیل را انجام می‌دهید و هارد دیسک شما به شدت در حال انجام کار است، تمامی این‌ها می‌تواند نشانه‌هایی از هک شدن کامپیوتر شما باشد.

البته که در این بین استثنا نیز وجود دارد. به عنوان مثال ممکن است تکان خوردن ماوس به خاطر در حال اتمام بودن باتری آن باشد. یا اینکه فرزندان شما بدون اطلاع شما دست به کامپیوتر زده‌اند و از مرورگر اینترنت استفاده کرده‌اند. تسک منیجر ویندوز و یا اکتیویتی مانیتور مک را چک کنید، چرا که به شما کمک می‌کند برنامه های پر مصرف را شناسایی کنید.

ناتوانی در خاموش کردن

اگر شخصی کامپیوتر شما را کنترل کند، قصد دارد که همچنان کنترل را در دست داشته باشد و این بدان معناست که کامپیوتر شما نیز بایستی روشن بماند. اگر نمی‌توانید طبق روال عادی و همیشگی کامپیوترتان را خاموش کنید، این امکان وجود دارد که کسی جلوی این کار را می‌گیرد.

همچنین طول کشیدن مدت زمان بسیار زیاد برای خاموش شدن نیز می‌تواند نشانه‌ی خطرناکی باشد، چرا که هکر می‌خواهد کمی زمان بخرد تا بتواند کارهای خود را برای انجام در زمانی دیگر ذخیره کند.

دوستان شما فعالیت‌های زیادی را گزارش می‌دهند

آیا دوستانتان اخیرا به شما گفته‌اند که ایمیل‌ها و پیام‌های متنی عجیب و غریب زیادی را برای آن‌ها می‌فرستید؟ این می‌تواند یک نتیجه داشته باشد و آن هم هک شدن کامپیوتر شماست. ارسال لینک‌های مسموم، یکی از بدیهی‌ترین چیزهایی است که هکرها از این راه می‌کوشند تا اشخاص آشنا با شما را نیز هک کنند.

معاملات مالی جعلی

این می‌تواند بسیار خطرناک باشد. اگر متوجه تحرکات مالی (هرچند کم) در حساب‌های بانکی خود شدید، این می‌تواند نشانه‌ای برای دزدیده شدن اطلاعات بانکی شما باشد.

پنج راه برای کاهش صدای فن لپ تاپ

۱. بستن پروسه‌های در حال اجرا

افزایش صدای فن لپ تاپ بستگی مستقیمی به پروسه‌های در حال اجرای سیستم عامل دارد، در لپ تاپ های جدیدتر پروسه‌های گرافیکی بیشتر از سایر برنامه‌ها دمای لپ تاپ را بالا می‌برند؛ برای حل این مشکل باید پروسه‌های در حال اجرای سیستم را ببندید.

کاربران مک با استفاده از Activity Monitor می‌توانند پروسه‌های کم اهمیت را ببندند، کاربران ویندوز هم با استفاده از Task Manager می‌توانند این کار را به انجام برسانند.

اگر مشکل، حرارت بالای لپ تاپ است، قطعا با بستن برنامه‌هایی که در آغاز بارگزاری سیستم فعال می‌شوند می‌توان از آن جلوگیری کرد.

۲. کاربران مک : ریست کردن SMC و PRAM

یک گزینه کاربردی برای کاربران مک در بهبود مشکل صدای فن لپ تاپ ریست کردن System Management Controller یا SMC است. SMC تمامی کارهای روزمره macOS را در دست دارد و صدای زیاد فن هم می‌تواند مشکلی از این ناحیه باشد.

۳. خریدن یک پد خنک کننده

پدهای خنک کننده لپ تاپ گزینه دیگر شما در رفع مشکل گرمای زیاد لپ تاپ است. پدهای خنک کننده معمولا ظاهری جذاب دارند؛ یک بدنه فلزی و چند فن جاسازی شده درون آن. این پدها می‌توانند نقش یک هاب USB را هم برای شما بازی کنند.

اگر از لپ تاپ خود بر روی یک میز کار استفاده می‌کنید پد خنک کننده بهترین بازده را برای شما دربر خواهد داشت.

۴. تمیزکاری لپ تاپ

صدای بالای فن لپ تاپ نشانه حرارت بالای لپ تاپ شما است. گرد و خاک، مو و پرزهای فرش به راحتی راه خود را به درون لپ تاپ شما باز کرده و در آن‌جا جمع می‌شوند و در آخر از رفت و آمد جریان هوای درون لپ تاپ جلوگیری می‌کنند. اگر صدای بالای لپ تاپ شما همیشگی است و لپ تاپ شما اکثر مواقع گرم است احتمالا باید سرویس کردن سخت افزار آن را در نظر بگیرید.

اخطار: اگر گارانتی لپ تاپ شما هنوز به پایان نرسیده است به یاد داشته باشید که با باز کردن لپ تاپ احتمالا این گارانتی را باطل می‌کنید، علاوه بر آن اگر تجربه قبلی در این زمینه ندارید ممکن است به بخش‌های سخت افزاری لپ تاپ خود آسیب وارد کنید، پس بهتر است قبل انجام هر کاری با یک دوست وارد در این زمینه مشورت نمایید.

برای این کار به یک پیچ‌گوشتی و یک کپسول هوای فشرده نیاز دارید، بعد از باز کردن لپ تاپ باید حسابی دریچه‌های خروجی هوا و فن را اسپری کنید.

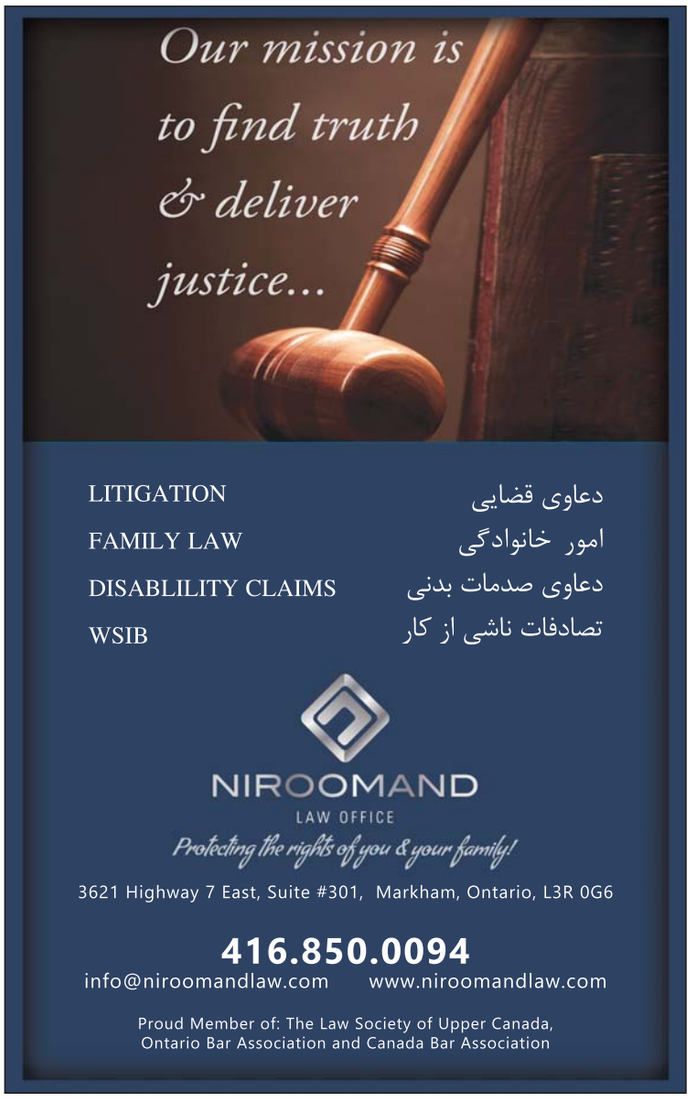
۵. نرم افزارهای کاربردی

بیشتر لپ تاپ ها به برنامه‌های جانبی اجازه کنترل سرعت فن لپ تاپ را می‌دهند؛ سرعت کم‌تر فن با صدای کمتری هم همراه است. البته به یاد داشته باشید که با کم کردن سرعت فن لپ تاپ حرارت بالا رفته و در درازمدت مشکلاتی برای دستگاه شما به وجود می‌آید.

این برنامه‌ها علاوه بر کنترل سرعت فن لپ تاپ اطلاعات کامل و دقیقی در رابطه با سخت افزار سیستم به شما می‌دهند. پیشنهاد ما برای کاربران ویندوز SpeedFan و برای کاربران مک smcFanControl است. کاربران لینوکس هم در صورت علاقه می‌توانند از بسته lm-sensors و fancontrol استفاده کنند .

مشکل حل نشد؟

اگر هیچ‌کدام از پیشنهادها مشکل شما را حل نکرد احتمالا باید لپ تاپ خود را به یک نمایندگی مجاز و یا تعمیرکار مناسب بسپارید. اگر به شما گفته شد که مشکل از سخت افزار است (مثلا مادربورد)، زیاد تعجب نکنید. در صورتی که مبلغ تعمیر لپ تاپ بیش از انتظار شما بود خریدن یک لپ تاپ جدید را در نظر بگیرید.



روانشناسی

ارتباط شخصیت شما با محلی که در آن سکونت دارید

اصولا طبع و روحیه شما بستگی به نوع سلیقه شما در انتخاب محل زندگی دارد. این واقعیت اجتماعی مکررا بیان شده است که محلهای که در آن زندگی می‌کنیم، تاثیر قدرتمندی بر زندگی ما دارد. اما آیا محله ما بر شادی و رضایت ما از زندگی نیز اثرگذار است؟ محله ما درباره شخصیت درونی ما چه چیزی را می تواند منعکس کند؟

یك مطالعه جدید که در مجله آکادمی ملی علوم توسط یك گروه بین المللی از روانشناسان منتشر شده، به بررسی دقیق ارتباط شخصیت و شادی در شهر لندن پرداخته است.

درحالیکه مطالعات فزاینده‌ای به بررسی شادی در شهرها و مناطق شهری پرداخته، و تعداد کمتری از مطالعات دسته بندی جغرافیایی و تمرکز ویژگی های شخصیتی را مورد ملاحظه قرار داده است، مطالعات بسیار کمی در خصوص دسته بندی انواع شخصیت در شهرها و تاثیرات جایگاه محله بر شادی صورت پذیرفته است. در این مطالعه دسته‌بندی محله‌ای ویژگی های ۵ گونه شخصیتی پایه مورد بررسی گرفته که در مدل، پنج عامل کلاسیك، تعریف شده است: آزاد بودن به تجربه، برونگرایی، سازگاری، هوشیاری و ثبات عاطفی (یا نبود روان رنجورخویی). پژوهشگران سپس با بررسی آنلاین ۵۶ هزار نفر در منطقه شهری لندن به مطالعه دسته‌بندی این ویژگی‌های شخصیتی و تاثیرات آنها بر شادی افراد پرداختند. در این مطالعه محلات بر اساس منطقه پستی تعریف شدند که در لندن تعداد آنها ۲۱۹ مورد است. با انجام این مطالعه پژوهشگران دریافتند که پر توزیع‌ترین ویژگی شخصیتی، باز بودن به تجربه است که در مرکز شهر لندن متراکم می‌باشد. براساس مطالعات زیادی که در حوزه روان‌شناسی صورت گرفته، شخصیت بازبودن به تجربه متضمن ویژگی‌های خلاقیت، نوآوری و کارآفرینی است. این گونه شخصیتی در محلات دارای تراکم زیاد، با قیمت های مسکن بالاتر، دارای تنوع قومی و مذهبی بیشتر و نرخ جرم بالاتر متمرکز است. افراد برونگرا نیز اکثرا در حوالی مرکز شهر ساکن هستند. از آنجا که برونگرایان تمایل دارند که با افراد دیگر در ارتباط باشند، این ویژگی موجب می شود که آنها بیشتر جذب محلات متراکم تر و دارای اماکن عمومی بیشتر همچون رستوران‌ها باشند. بنابراین جای برونگرایان در حوالی و حومه شهر خالی است. دو گونه شخصیتی دیگر شامل سازگاری و هوشیاری نیز در مناطق حومه‌ای دورافتاده شهر متمرکز هستند. بخش بعدی شهروندان شادترند که در محلات متمکن ساکن هستند و آنهایی که در سطوح پایین تری از زندگی رضایت دارند، در مناطقی که فقر و اقلیت‌های قومی بیشتر است ساکن هستند.

مرحله دوم این مطالعه به بررسی این مساله می پردازد که ارتباط بین ویژگی های شخصیتی و شادی در محلات چگونه است. از این مرحله سه نتیجه بدست آمده است. اول اینکه این بررسی نشان می دهد شادی بیش از همه به ویژگی‌های ثبات عاطفی و برونگرایی وابسته است. با این حال جایگاه محله نقش بسیار کمی در این ارتباط ایفا می‌کند.

دوم اینکه تنها یك پیوند ضعیف مابین شادی و بازبودن به تجربه وجود دارد. اما این رابطه براساس ویژگی‌های محله تغییر می‌کند. زندگی در محلات متراکم جمعیتی با قومیت‌های مختلف افراد دارای ویژگی شخصیتی باز بودن به تجربه را به سمت زندگی شادتر سوق می‌دهد. در حقیقت نتایج این بررسی مبین آنست که افراد دارای روحیه باز برای تجربه به محلاتی گرایش پیدا می‌کنند که پر از افراد دیگر با همین ویژگی است چون این مناطق شهری برای آنها شادی بیشتری را به همراه دارد.

و در نهایت، این بررسی نشان داد که سازگاری و هوشیاری پیشگویان قوی برای پیش بینی شادی در مناطقی هستند که سطح میانگین پایینی از رضایت زندگی دارند. پژوهشگران می‌گویند این به معنای آنست که سازگاری و هوشیاری در تعریف شادی در شرایط زیست محیطی کمتر خوشایند، عوامل مهمتری هستند. به طور کلی یافته های اصلی این پژوهش به ما کمك می کند که ابعاد روانشناختی شهرها و حومه های آنها را بهتر بشناسیم. مرکز شهر نه تنها افراد جوان و خلاق تر را بیشتر به سمت خود جذب می‌کند، بلکه شادی بیشتری را برای افرادی که علاقه‌مند به کسب تجربه های جدید هستند و نیز افرادی که به اندازه کافی برونگرا هستند تا از مزایای تراکم جمعیت و مطبوعیتی که مرکز شهر ارائه می دهد بهره مندشوند، فراهم نماید. راضی ترین افراد ساکن در حومه شهر بیشتر افرادی با ویژگی های شخصیتی سازگار و هوشیار هستند. و البته بزرگترین نتیجه این پژوهش این حقیقت است که تنها نیروهای اجتماعی و اقتصادی نیستند که محلات ما را می سازند، بلکه عوامل روانشناختی نیز در این مهم دخیل هستند.

چند ایده برای اینکه مدیر موفقی باشید

• با دقت استخدام کنید و از اخراج کردن نهراسید: شما نیاز به یک گروه قوی دارید؛ چرا که یک گروه کاری متوسط هر قدر هم که خوب مدیریت شود، نتیجه عملش قطعا متوسط خواهد بود.

• محیط کار را مولد و سودآور کنید: این موضوع کمی چالش انگیز است؛ چرا که نیازمند رویکردهای متفاوتی بسته به زمینه فعالیت است. برخی اوقات اختصاص دادن یک دفتر کار مجزا به کارمندان، موجب افزایش سود بنگاه می‌شود. برخی اوقات با انتقال کارمندان به یک محیط باز می‌شود سود را افزایش داد. بعضی مواقع باید از محرک های مالی برای سودآور کردن بنگاه استفاده کرد.

• تعریف مشخصی از موفقیت داشته باشید: برای کارمندان خود به طور شفاف توضیح دهید موفقیت از نظر سازمان چیست و آنها چگونه می‌توانند دستاوردهای خود را ارزیابی کنند. اهداف باید واقع گرایانه انتخاب شوند. زمان‌بندی پروژه ها باید توسط افرادی تنظیم شود که خود درانجام آن دخیل هستند. کارمندان ممکن است موعدهای کاری و برنامه زمان بندی که دوستانه در بین خودشان تعیین شده باشد را بپذیرند؛ ولی نسبت به زمان بندی تحمیل شده از مدیریت که با واقعیت کاری آنها هماهنگی ندارند، واکنش نشان دهند.

• برای اینکه یک مدیر خوب باشید باید کارمندان خود را دوست داشته باشید و بتوانید ارتباط مناسبی با آنها برقرار کنید. این موضوعی نیست که بتوانید درباره آن به دیگران دروغ بگویید و نقش بازی کنید.

• توانایی های کارمندان خود را به گونه‌ای توسعه دهید که وظایف خود را بهتر از آنچه شما می‌توانید انجام دهند. مهارت‌های خود را به آنها منتقل کنید.

• دلگرمی ایجاد کنید: برای کارمندان خود به طور واضح مشخص کنید که در صورتی که امور به طور مناسب انجام شوند تنها مدیران نیستند که از نتیجه آن بهره‌مند می‌شوند. به کارمندان خود حس اهمیت در مورد کاری که بر عهده دارند را انتقال دهید. به آنها نشان دهید که برای شرکت و مشتریان مهم هستند.

• مسئولیت پروژه‌ها را خود بر عهده بگیرید. شما باید مسئولیت های بیشتری علاوه بر ارتباط صرف داشته باشید. آخرین چیزی که کارمندان ممکن است به آن احتیاج داشته باشند مدیری است که به کارهای غیر مهم و فرعی می‌پردازد.

• کارمندان خود را آگاه سازید که باید رضایت چه کسی را تامین کنند. شاید این فرد شما باشید، شاید مدیر فنی شما باشد یا ممکن است فرد دیگری باشد که برای شما کار می کند. اگر کارمندان شما با خود بگویند «آیا من باید رضایت این فرد را جلب کنم یا فرد دیگری را» شما در حال فلج کردن سازمان خود هستید. در این حالت به نظر می‌رسد که کارمندان نمی‌توانند اولویت ها را در شرکت مشخص کنند.

سردفتر اسناد 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

حقوق خانواده و امور مالی — Family Law
– طلاق
– حقوق مالی و همسر و فرزندان
– اموال خانواده
– حضانت و حق دیدار فرزندان
– قرارداد جزایی
– قرار داد ازدواج

مهاجرت و سیتی زنی — Immigration & Citizenship
– مهاجرت و اقامت از طریق سرمایه‌گذاری و استانی
– مهاجرت نیروی متخصص، رفع شرط مهاجرتی
– تهیه و تنظیم دعوتنامه سیتی‌زنی و دادگاه‌های شهروندی
– موارد انسان‌دوستانه
– بررسی موارد بازداشت
– فرجام و پژوهش در دادگاه IRB و سایر امور مهاجرتی

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

دعاوی حقوقی — Civil Litigation

امور تجاری و شرکتها — Business & Corporate Law
– ثبت و تاسیس شرکتها
– خرید و فروش شرکتها، تنظیم قراردادهای تجاری

خرید و فروش املاک و مستغلات تجاری و مسکونی — Real Estate

تنظیم وکالت نامه ایرانی و کانادایی – گواهی امضاء و کپی برابر اصل

Tel: 905.709.4066 , Cell: 416.6666.012
visalawyer@rogers.com , www.abedilaw.com , info@abedilaw.com
7378 Yonge St. Unit # 9B, (Yonge/Clarck)

AMIN
the name you can trust

خدمات حسابداری
امین
کلیه امور حسابداری و مالیاتی

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

Income Tax
Personal
E-File
Small Business & Corporation

مالیات برگشتی خود را ظرف ۲ هفته از اداره مالیات کانادا، یا بلافاصله از ما دریافت کنید

پرداختی در کمتر از ۲ هفته
E-FILE

حسابداری امین، پیشگام در برداشت شرط مهاجرت تجاری

416.224.0540
5927 Yonge St, Suite 202, North York, ON M2M 3V7
(between Finch & Steeles)

خانواده

راز شادی سالمندان، به تفریحات آنها مرتبط است

سالمندان وقت آزاد زیادی دارند و اگر بتوانند بخشی از زمان خود را به تفریح اختصاص دهند قطعا سلامت روانی و جسمی شان تضمین خواهد شد.

داشتن تغذیه مناسب، سطح بهداشتی، درمانی کافی، داشتن مکان زندگی راحت و آسوده، امکانات مالی کافی و ... موارد مهمی در زندگی سالمندان هستند که باعث ارتقای سطح روانی و جسمی و در نهایت شادی و سرزندگی آنها می شوند اما بخش مهمی از رازهای شادی و سلامت سالمندان به تفریح آنها مرتبط است که معمولا کمتر به آن توجه می شود چون اغلب ما فکر می‌کنیم آنها بیشتر به استراحت و محیط آرام نیاز دارند.

در حالی که سالمندان وقت آزاد زیادی دارند و اگر بتوانند بخشی از زمان خود را به تفریح اختصاص دهند قطعا سلامت روانی و جسمی شان تضمین خواهد شد. تفریحات در نظر گرفته شده برای سالمند باید انرژی و نشاط بیشتری به او بدهد؛ بدون اینکه آزار و اذیتی به او برساند.

۷ معیاری که برای انتخاب تفریح مناسب سالمندان باید در نظر گرفت

مثلا تفریحی مانند بازی شطرنج ممکن است برای سالمندی مفید و برای سالمند دیگری خسته کننده و حتی مضر باشد یا اگر به سالمندی که بیماری ریوی یا آرتروز شدید دارد توصیه کنیم هر روز پیاده روی کند، در واقع نه فقط موجب آزار او شده ایم بلکه ممکن است سلامت جسمی او را هم به خطر اندازیم. بنابراین برای انتخاب نوع تفریح سالمندان این شرایط باید در نظر گرفته شود.

۱- در نظر گرفتن وضعیت فرهنگی - اجتماعی

نوع فرهنگ و ساختار اجتماعی که فرد در آن رشد کرده، نکته بسیار مهمی است که علایق و دلبستگی های او را نمایان می کند. رفتن به مناطق تاریخی، طبیعت گردی، حضور در مجامع ادبی و گوش دادن به موسیقی های مورد علاقه برای بسیاری از سالمندان مفرح است، اما گاه می‌تواند چنین نباشد، بنابراین برای هر سالمندی باید تفریحاتی مطابق با علائق او در نظر گرفت.

۲- در نظر گرفتن شرایط تحصیلی

جامعه سالمندان ما به سمتی می رود که تعداد سالمندان تحصیلکرده بیشتر شده است. برای فردی که تحصیلاتی در زمینه خاص و علاقه به مطالعه دارد، به احتمال زیاد کتاب گزینه مناسبی برای اوقات فراغت است. این افراد می توانند در مراسم ادبی و شعرخوانی حضور یابند. برای مثال در شهر ما روزهای جمعه، سالمندان در بنیاد پریا گرد هم می‌آیند و می‌توانند همتایان خود را بیابند و بدین وسیله دوستان جدیدی هم پیدا کنند. آنها کلاس زبان دارند، ورزش گروهی می‌کنند، با هم نهاری که برایشان هر هفته تدارک دیده می‌شود خورده سپس بینگو بازی می‌کنند و تفریحات گوناگونی را کنار هم تجربه می‌کنند. جدول حل کردن، بازی شطرنج، تخته نرد و بازی های دیگر فکری نیز برای برخی از آنها بسیار لذت بخش است.

۳- در نظر گرفتن مکان تفریحی

در شهر ما چند مکان برای سالمندان در روزهای مختلف وجود دارد و با توجه به شرایط جسمانی سالمند نزدیکترین آنها انتخاب می شود و سالمند در ساعات و روزهایی از هفته در آنجا حضور می یابد. ولی تعداد این مراکز بسیار اندک است و نمی تواند جمعیت رو به رشد سالمندان اینجا را پوشش دهد.

۴- در نظر گرفتن شرایط اقتصادی

تفریحی که برای هر سالمندی توصیه می‌شود به شرایط اقتصادی او نیز بستگی دارد. سالمندی دوره ای است که کمتر کسی شاغل است. اغلب سالمندان بازنشسته اند و در بازنشستگی هم درآمد کاهش می‌یابد.

از یک سو، سطح هزینه‌ها به دلیل ناتوانی‌های ناشی از بیماری و هزینه‌های درمانی بالا می‌رود و از سوی دیگر، ساختار جامعه ما طوری است که والدین همچنان نقش حمایتگری خود را هنگام ازدواج فرزندان و بعد از ورود عروس و داماد و نوه ها به زندگی ایفا می‌کنند و این کار نیز مخارج آنها را چند برابر می کند.

در یک نظرسنجی از سالمندان پرسیده شد برای چه به مراکز ورزشی یا مراکز تفریحی مراجعه نمی‌کنند؟ بسیاری از آنها دلیل اصلی حضور نیافتن در چنین مراکزی را نبود امکانات مالی عنوان کردند. بنابراین بهتر است تفریحی برای سالمند در نظر گرفته شود که متناسب با شرایط اقتصادی او باشد یا هزینه ها را به حداقل برسانند.

۵- در نظر گرفتن هنر و حرفه سالمندان

بعضی از سالمندان هنر خاصی دارند، مثلا کار دستی بلد هستند. باید مراکزی تاسیس شود که سالمندان بتوانند کارهای دستی خود را به این مراکز ارائه دهند. حتی سالمندانی هستند که به کشاورزی علاقه زیادی دارند. برای این گروه باید پارک هایی را در نظر گرفت و باغبانی و کاشت گل و گیاه را برعهده سالمندان علاقمند به این کار گذاشت. البته در مرکز کهریزک در ایران مناطقی وجود دارد که سالمندان می‌توانند در آن به کاشت گل و گیاه بپردازند، ولی در شهر ما هنوز برنامه‌ای در این زمینه دیده نمی‌شود.

۶- در نظر گرفتن فعالیت فیزیکی

ورزش برای سالمندان باعث تندرستی و سلامت جسم و روح می‌شود؛ بنابراین اختصاص دادن مکان هایی برای ورزش سالمندان جزو ضروریات است. بعضی از مراکز ورزشی استانداردهای لازم را ندارند و ممکن است سلامت سالمند را به خطر اندازند. مثلا کفپوش مناسبی نداشته باشند و باعث لیز خوردن سالمند و زمین خوردنش شوند. متاسفانه سالمندان ایرانی ما مکانی که بتوانند به شکل مرتب در آن ورزش کنند را ندارند.

در کشورهای توسعه یافته که تقریبا ۲۵ درصد از جمعیت آنها سالمند هستند توجه بیشتری به این طیف سنی شده است و در هر محله‌ای باشگاه های استانداردی وجود دارد که سالمندان همان محله می‌توانند در آنجا حضور یابند.

بهترین ورزش برای این گروه سنی ورزش‌های مقاومتی و هوازی است. توصیه می‌شود اگر سالمند مشکل خاصی ندارد، هفته‌ای ۱۵۰ دقیقه برنامه فعالیتی را داشته باشد. ورزش‌های آرام مانند تایچی و یوگا نیز برای این طیف سنی مفید است. البته این ورزش‌ها هزینه بر هستند و دولت باید تمهیداتی را برای رفاه بیشتر سالمندان و استفاده از وسایل تفریحی بیندیشد و کارت‌های ویژه و تخفیف‌هایی را برای آنها در نظر بگیرد.

۷- در نظر گرفتن تجربیات سالمندان و استفاده بهینه از آن

در کشورهای شمال اروپا از تجربه‌های نسل قدیم استفاده بهینه می‌شود. آنها از سالمندان در مهد کودک ها و مدارس ابتدایی دعوت می‌کنند تا برای آنها از تجربه و اتفاق‌های گذشته تعریف کنند. این کار هم حس خوبی به سالمندان می‌دهد و هم بدین وسیله شکاف بین نسل‌ها از بین می‌رود و ۲ نسل قدیم و جدید به هم پیوند می‌خورند و کنار هم قرار می‌گیرند.

ACCESS Paralegal Services

دفتر حقوقی

- کلیه دعاوی حقوقی تا سقف ۲۵،۰۰۰ $
- کلیه امور مربوط به مالک و مستاجر
- سرقت از فروشگاه

و همچنین:

- کلیه امور کیفری
- آسیب دیدگیهای ناشی از تصادفات
- آسیب دیدگیهای حین انجام کار
- زمین خوردگی
- سرعت غیر مجاز
- رانندگی بدون بیمه
- اگر تقاضای دریافت حقوق از کارافتادگی شما پذیرفته نشده است با ما تماس بگیرید

- Small Claims Court matters
- Landlord & Tenant matters
- Shoplifting
- All Criminal matters
- Car Accidents
- WSIB matters
- Slip & Fall matters
- Speeding
- Driving with no Insurance
- ODSP Appeals

ساسان امام

Licensed Paralegal, Commissioner of Oaths

416.444.5555

لیسانس حقوق از ایران با ۱۱ سال سابقه کار حقوقی در انتاریو

298 Sheppard Ave West, Suite 201
Toronto, ON, M2N 1N5
www.accessparalegal.ca
Direct: 416-910-7182

APS Access Paralegal Services

Commercial Commercial Auto

انواع بیمه

اتومبیل ، خانه ، تجاری ، مسئولیت ، بیلدر
عمر ، بیماری های سخت ، ازکارافتادگی

- اگر صاحب بیزینس هستید و به پکیج کامل بیمه نیاز دارید.
- اگر راننده ای بدون تیکت و تصادف هستید.
- اگر به دلیل عدم پرداخت، بیمه ماشین شما کنسل شده.
- اگر چند تیکت رانندگی دارید.
- اگر تصادفی داشته اید که در آن مقصر شناخته شده اید.
- اگر تازه وارد هستید و به مشاوره رایگان برای بیمه ماشین نیاز دارید.

علیرضا شاقوزایی
دکترای بیمه
مدرس سابق دانشگاه تهران
Registered Insurance Broker

Cel :647-700-0104
Tel :905-597-4711
PrimeService Insurance

کودک - بررسی اُتیسم

پازل اسرارآمیز (۳)

شیدا معنوی
روانشناس- تورنتو

در مطالب پیشین در مورد اختلال طیف اتیسم و مداخلات درمانی این اختلال صحبت کردیم.

اختلال طیف اتیسم مجموعه ای از نشانه‌های رفتاری و اجتماعی است که در زمینه هایتکلم، رفتار و روابط اجتماعی فرد خلل ایجاد می‌کند. وجود کلمه طیف در این عبارت به آن معناست که این نشانه‌ها در افراد بصورت متفاوت نمایان می شوند. مثلا در حوزه روابط اجتماعی برخی کودکان اتیستیک هیچ گونه تماس چشمی با دیگران ندارند، برخی دیگر زبان بدن را متوجه نمی‌شوند و برخی دیگر معنای ایهام، کنایه‌ها یا ضرب المثل‌ها را نمی‌دانند. در حوزه تکلم کودک ممکن است هیچ گونه کلامی نداشته باشد و تنها با آوایی که دارد با دیگران ارتباط برقرار کند، کودک دیگر ممکن است عبارات دو کلمه یا سه کلمه‌ای را بلد باشد و دیگری ممکن است فقط در استفاده از ضمایر دچار مشکل باشد. و در مورد حوزه رفتار،کودکی ممکن است کلیشه‌ی بال بال زدن داشته باشد، یا سرگرمی همیشگی با یک شی خاص داشته باشد مثل چرخ ماشین یا هر شی گردی، یا ممکن است روی پاشنه پا راه برود و یا خنده ها و گریه های به ظاهر بی دلیل داشته باشد. لازم به ذکر است وجود تنها یکی از نشانه های بالا دال بر اتیسم نیست. برای تشخیص اتیسم باید حداقل ۲ تا ۳ نشانه در دو حوزه وجود داشته باشد. (نشانه‌های بالا تنها چند مثال بود و این طیف نشانه‌های بسیار متفاوتی را شامل می‌شود). تاکنون تنها مداخله درمانی که بصورت علمی ثابت شده است در بهبود شرایط این کودکان موثر است استفاده از روش تحلیل رفتار کاربردی است که از اصول رفتاری استفاده می شود. روش تحلیل رفتار کاربردی از اصول یادگیری استفاده می کند که رفتارهای اجتماعی مهم و معنادار را به فرد آموزش می‌دهد تا بطور کلی کیفیت زندگی فرد را ارتقا بخشد. این روش مختص افراد اتیستیک نیست، بلکه می توان از آن برای آموزش رفتارهای کاربردی و مناسب در ورزشکاران، مدیران، دانش آموزان و افراد با معلولیت‌های متفاوت استفاده کرد. بطور خلاصه هدف این روش آموزش و افزایش رفتار مناسب و کاهش و حذف رفتارنامناسب است. برای استفاده از این روش باید ۷ بعد زیر را در نظر گرفت:
۷ بُعد روش تحلیل رفتار کاربردی ABA

کاربردی:
معیار رفتاری که برای این مداخله درمانی انتخاب می شود اهمیت اجتماعی آن در زندگی افراد است. برای مثال ایجاد ارتباط، آموزش استفاده از توالت، مهارت‌های اجتماعی. پس هر رفتاری حائز اهمیت نیست! رفتارهایی را در نظر بگیرید که در استقلال فرد، در زندگی اجتماعی و در آینده فرد نقش مهمی را ایفا کنند. و عدم توانایی یا عدم مهارت در آنها باعث ایجاد مشکل در زندگی فرد می‌شود.

رفتاری:
۳ نکته مهم برای این بعد
۱• رفتاری که انتخاب می‌شود باید رفتاری باشد که نیاز به بهبود و ارتقادارد.
۲• باید قابل اندازه گیری باشد
۳• باید بتوان تغییر آن را مشاهده کرد.
برای رفتاری که در نظر گرفته می‌شود باید تعریف عملیاتی دقیقی داشت که بتوان براساس آن، رفتار را اندازه گیری کرد.
برای مثال رفتار پرخاشگرانه مفهوم بسیار کلی است. اگر بگوییم سرکوبیدن، باز هم مفهوم کلی است. زیرا ممکن است من تکان دادن سر در نزدیکی دیوار را نیز سر کوبیدن در نظر بگیرم و فرد دیگر فقط وقتی صدای مهیبی از کوبیدن سر شنیده می‌شود رفتار را پرخاشگرانه بداند! پس مهم است همه ی افراد دخیل در انجام این روش، تعریف دقیق و کلمه به کلمه‌ای از رفتار را بدانند.

تحلیلی:
روش تحلیل رفتار کاربردی نشان داده است که این مداخله مسؤول اصلی تغییر رفتاری است که مشاهده شده است. رابطه علمی باید تشریح شود. باید نشان داده شود که مداخله باعث شروع یا اتمام یک رفتار شده است. اغلب از روش تحقیق تک موضوعی استفاده می شود. این مبحث مربوط به موضوع آمار و تحلیل داده‌ها است. داده‌ها باید روی نمودار بروند و قابلیت تحلیل داشته باشند تا بتوان اثربخشی مداخله را بررسی کرد.

تکنیکی:
مداخله باید طوری تشریح شود که دیگران بتوانند آن را دقیق و عینا و بطور مداوم تکرار کنند؛ یعنی از لحاظ تکنیکی درست و کامل باشد.

از نظر مفهومی، سیستماتیک باشد:
روش‌هایی که برای تغییر رفتار استفاده می شوند باید کاملا براساس اصول رفتاری باشند. ما باید توضیح دهیم که چطور مداخله رفتاری با احترام و اتکا به اصول رفتاری، عمل می‌کند (برای مثال شرطی سازی کلاسیک و شرطی‌سازی عامل). این روش یک کیسه پر از خوراکی نیست! اگر تکنیک ها فهمیده نشوند، به راحتی می‌توانند اشتباه به کار گرفته شوند.

اثربخشی:
مداخلات رفتاری باید اثربخشی معنادار و بالینینشان دهند. تغییر رفتاری که این مداخلات به وجود می آورند باید به اندازه‌ای باشد که تغییرات مهمی در زندگی افراد به جا بگذارند.

تعمیم:
این مداخله‌ی درمانی باید بتواند تغییراتی را ایجاد کند که طولانی مدت و در شرایط و محیط‌های متفاوت ماندگار باشد. برنامه‌های رفتاری شامل روش‌هایی است که تعمیم را معرفی و ترویج می‌کند.

مثال هایی در راستای نقض این ابعاد
• آموزش «متساوی الساقین» به کودک اتیستیک- این آموزش نقش مهم و اساسی در آینده کودک ندارد و قانون کاربردی بودن را نقض می کند.
• کودکی که از پوشک گرفته شده ولی فقط از توالت خانه استفاده می‌کند - در برنامه آموزشی این کودک تعمیم رخ نداده است.
• توضیح عملکرد یک رفتار: کودک عصبانی است چون ناراحت است- این تعریف دقیقی نیست. چطور می‌توان ناراحتی را اندازه گرفت؟ چطور می‌توان آن مشاهده کرد؟
• درمانگر آموزش دیده مطمئن نیست که چطور باید روشی که در برنامه‌اش آمده را انجام دهد - نقض بُعد تکنیکی
• هنگام انجام مداخله در رابطه با رفتار پرخاشگرانه کودک، برای کاهش این رفتار، داده‌ای جمع آوری نشد. و البته رفتار او کاهش یافت!
• نقض بُعد تحلیلی. با عدم جمع آوری داده ، نمی‌توان فهمید آن روش مؤثر بوده است یا خیر.

شیدا معنوی
لیسانس روان شناسی بالینی از دانشگاه علامه تهران
دانشجوی رشته اتیسم و علم رفتار

سفر به هلند و پیاده شدن در ایتالیا (رویای بچه دار شدن)

اغلب از من سوال می‌کنند تجربه خودم را درباره تربیت کودک با یک اختلال توصیف کنم. برای کمک به افرادی که این تجربه خاص را هرگز نداشته‌اند که متوجه بشوند چه حسی دارد.

چیزی شبیه...

وقتی در شرف بچه دار شدن هستید، انگار برای یک سفر رویایی برنامه‌ریزی می‌کنید. سفر به ایتالیا. احتمالا یه سری کتاب راهنما می‌خرید و برنامه‌های خاصی در نظر می‌گیرد. آمفی تئاتر کلوسوم، میکل‌آنژ، ونیز و ... ممکن است حتی چند عبارت کاربردی به زبان ایتالیایی یاد بگیرید. بعد از چند ماه شوق و انتظار، روز نهایی می‌رسد... چمدان‌ها را می‌بندید و راهی فرودگاه می‌شوید... چند ساعت بعد، هواپیما به زمین می‌نشیند و مهماندار می‌گوید: به هلند خوش آمدید !! «هلند؟ منظورت چیه هلند؟ من برای ایتالیا ثبت نام کردم. من باید الان ایتالیا باشم!! همه‌ی زندگی، رویای ایتالیا را داشتم !!! ولی تغییری در مسیر هواپیما پیش آمده و آنها در هلند فرود آمدند و شما باید بمانید !

مهم‌ترین نکته این است که آنها شما را به جایی وحشتناک، کثیف و ترسناک نبرده‌اند.. فقط جایی متفاوت است..

در نتیجه باید بروید و کتاب‌های جدید بخرید. باید زبان جدید را شروع به تمرین کنید، و افراد جدیدی را ملاقات می‌کنید که هیچ وقت قبلا آنها را ندیده‌اید.

فقط جای متفاوتی است. زندگی شاید کمی کندتر از ایتالیا حرکت کند، کمتر از ایتالیا زرق و برق داشته باشد، ولی وقتی نفسی تازه کنید و دور و بر را نگاه کنید، می بینید هلند آسیاب های بادی دارد، گل های لاله دارد. هلند حتی نقاش معروف، رامبرند را دارد.

ولی هرکسی که شما می‌شناسید، در حال رفت و آمد به ایتالیاست و همه از لذتی که در ایتالیا می‌برند، می‌گویند و تعریف می‌کنند وشما برای بقیه عمرتان می‌گویید: بله، ایتالیا جایی است که قرار بود من بروم! چیزی که برایش همه عمر برنامه‌ریزی کرده بودم!

و درد این قضیه هیچ وقت، هیچ وقت از بین نمی رود، چون از دست دادن رویا و آرزو، فقدان بسیار تاثیرگذاری است.

اما اگر قرار باشد بقیه عمرتان را صرف آه و ناله و سوگواری کردن برای نرفتن به ایتالیا کنید؛ ممکن است هیچ وقت از خاص ترین و بهترین چیزهای هلند لذت نبرید.

برگرفته از کتاب Welcome to Holland
اثر امیلی پرل کینگزلی ۱۹۸۷
گردآوری: شیدا معنوی

Personal Injury Law
دفتر وکالت با سالها تجربه در امور تصادفات
بهترین مزایا و حقوق شما، تصادفی نیست
تمام خدمات در دفتر ما زیر نظر وکلای رسمی
با پروانه وکالت در استان انتاریو انجام می شود

Mehrdad Mike Salamzadeh
B.A. (Hons.), M.B.A., LL.B.
Director, Client Relations
416.226.0737
Tel: 416.226.7346
Kenway Yu
H.B.A., LL.B.
Barrister and Solicitor
Personal Injury Law

خدمات دفتر ما:
- تصادفات اتومبیل (مقصر یا بی تقصیر)
- انواع صدمات بدنی (معلولیت، نقص عضو)
- تصادفات بدون بیمه
- تصادفات در حال مستی
- تصادفات (جرائم رانندگی)
- زمین خوردگی
- از کار افتادگی

مهاجرت به کانادا
Salam Toronto.com
Tel: 416.733.4050
Fax: 647.477.4151
www.salamtoronto.com
e-mail: info@salamtoronto.com
7191 Yonge St. Suite 914
Toronto, Ontario, L3T 0C4
Canada
○ تجاری و سرمایه گذاری
○ تخصصی و کاری
○ استانی و فدرال
○ ازدواج و اسپانسرشیپ
○ دعوتنامه توریستی
○ سوپر ویزا
○ تمدید کارتهای PR
○ کلیه امور حقوقی در ایران
○ گواهی امضاء و کپی برابر اصل
○ اسکان تازه واردین
ترجمه رسمی

کامران نقوی
کارشناس رسمی مهاجرت
416.733.4050
iccrc crcic

دانش - پزشکی

آنچه طلاق بر سر مردان می آورد

آثار طلاق بر مردان بیش از زنان است. آسیب شناسان و روانشناسان اجتماعی معتقدند احساساتی نظیر ناامیدی، یاس، افسردگی، کاهش اعتماد به نفس، کاهش پذیرش شخصیت فردی، زیر سوال بردن زیباییها و تواناییهای شخصی و فردی بعد از متارکه به شکل گسترده و پنهان در مردان شکل می‌گیرد.

بعضی اشخاص تصور می‌کنند زنان بیش از مردان آسیب می بینند. ممکن است زنان از نگاه فرهنگی و یا موضوع امرار معاش یا مسائل عاطفی آسیب ببینند اما تخلیه خود از نظر روانی را با گریه و یا درد دل انجام می دهند اما مردان بعد از طلاق نه تنها دچار آسیب‌های روانی بیشتر می‌شوند بلکه به خاطر ساختار اجتماعی با درون ریزی ناراحتی‌ها در معرض سکته و مرگ زودرس قرار می‌گیرند.

مردان طلاق تمایلی به ازدواج مجدد ندارند

مردان بعد از کودکان بیشترین آسیب را از طلاق می‌بینند. نگرانی در مورد سرنوشت فرزند و آینده او، گسست عاطفی با همسر، نگاه جامعه به یك مرد جدا شده و اشاره به ضعف وی به خاطر عدم توانایی در مدیریت زندگی عواملی هستند که مرد را مورد هجوم قرار می‌دهند. شاید از نظر ازدواج مجدد مردان شرایط بهتری از زنان داشته باشند، اما اکثریت مردان اعتنایی چندانی به ازدواج مجدد ندارند چرا که وحشت از تکرار شکست اولیه باعث نوعی تجرد طولانی و حتی تا پایان عمر در مردان می‌شود.

بخت کم مردان در ازدواج دوم

بر اساس پژوهش هایی که در خصوص تاثیرات طلاق بر خانواده انجام شده است، پیامدهای فردی که طلاق بر تک تک افراد وارد می‌کند بسیار وسیع است. سرخوردگی منفی، حس بدبینی و تردید، مشکلات مالی اولین اثرات طلاق بر زندگی فردی است که زندگی مشترك خود را از دست داده است. حس بدبینی و تردید از ازدواج یکی از مشکلات فراگیر در مردان طلاق است. آنها به این فکر می‌کنند اصلا لازم است دوباره ازدواج کنند یا خیر، یا اصلا چه ضرورتی دارد دوباره ازدواج کنند. برای مردان پس از طلاق فرصت‌هایی برای ازدواج مجدد به وجود می‌آید، اما آنها به دلیل حس بدبینی که با سرخوردگی همراه است، از کنار آنها می‌گذرند. اگر فرزند نیز با مرد زندگی کند، این موضوع کمتر نیز خواهد شد، چرا که زنان کمتری هستند که حاضر به تربیت فرزندان دیگران باشند. از آنجا که بسیاری از مردان توانایی کمتری در کنار آمدن با مشکلات دارند و توانایی روانی زنان در این گونه مسائل بیشتر و علت آن نیز ترشحات هورمون استروژن است، هنگام متارکه، مردان به دلیل وابستگی به همسر از نظر مسائل تربیتی و مسائل حاکم بر زندگی ضربه بیشتری می‌بینند. از سوی دیگر از آنجا که مردان به خاطر مشغله کاری خارج از محیط خانواده نمی‌توانند همانند زنان زندگی را اداره کنند و از سوی دیگر آشنایی کمتری با مشکلات محیط خانواده اعم از تربیت فرزندان و مسائل حاکم بر خانه دارند، دچار شکست روحی و روانی می‌شوند.

تاسف همیشگی با مردان طلاق

دوگانگی عاطفی و تغییرات خلقی شدید و افسوس احساسی که بیشتر مردان با آن درگیر می‌شوند. دکتر فربد فدایی، روان پزشک در این رابطه می‌گوید: بلافاصله بعد از جدایی، برای بیشتر مردان دوگانگی عاطفی و تغییرات خلقی شدید به وجود می‌آید. تضاد از این نظر که مردی که از همسرش متارکه کرده در این که کاری که انجام داده درست بوده یا نه مردد است و همیشه با این سوال که آیا می‌توانسته کار بهتری انجام دهد یا نه مواجه است. به عقیده روانشناسان، مرد در عین حال که از همسر سابق خوشش نمی‌آید، همزمان نسبت به او احساس مثبتی هم دارد؛ چون ممکن است بعضی از جنبه‌های وجود او را که در گذشته دوست داشته است، هنوز هم دوست داشته باشد. پس از جدایی گاهی اوقات، مرد احساس تاسف می‌کند؛ چون فکر می‌کند می‌توانسته است بهتر رفتار کند، یا احساس شرم در او به وجود می آید؛ به این دلیل که در ازدواج و تشکیل خانواده شکست خورده است.

طلاق انتها ندارد

بر اساس مطالعات جامعه شناختی طلاق فرآیندی است که ابتدا دارد، اما انتهایی ندارد، به این معنا که طلاق صد درصد اتفاق نمی‌افتد و صرفا این مسئله به شکل حقوقی پایان می پذیرد، اما مسائل عاطفی ناخودآگاه در ذهن طرفین می‌ماند.

فرآیند طلاق در بررسی‌های جامعه شناسان ۱۳ مرحله است، هفتمین مرحله آن طلاق پنهان است که با رنگ باختن عشق و علاقه در محیط خانواده بین زوجین اتفاق می‌افتد، و از آنجا که ساختار سنتی بر جامعه حاکم است، زنان به جمله می‌سوزم و می‌سازم اکتفا می‌کنند، در این مرحله زن معتقد به سوختن و ساختن برای حفظ پیوند خود است، این در حالی است که هر چه بسوزد می سوزاند، و قربانی این تفکرزنان، مردان هستند. در این مرحله که به ظاهر بر اساس ایثار زن صورت گرفته است و مرد برنده آن است، آثار مخرب روحی و روانی و زیانبار آن بیشتر متوجه مرد می شود.

افسردگی رایج ترین بحران مردان بعد از طلاق

روانپزشکان افسردگی را رایج ترین بحران مردان بعد از متارکه می دانند و می گویند: افسردگی در این دوران بسیار شایع است؛ زیرا مردان نمی‌دانند چه وضعیتی در انتظار آن‌هاست. به طور کلی در دوره پس از طلاق، خشم، تاسف، عشق و نفرت در هم می‌آمیزد. ممکن است بعضی اوقات، مرد احساس راحتی کند؛ زیرا بر این باور است که دیگر فشارها و دخالت‌ها تمام شده است؛ اما ترس از آینده‌ای نامعلوم، این احساس راحتی موقت را از بین می‌برد. متارکه می‌تواند استرس مضاعفی را برای مردان ایجاد کند، در کنار افسردگی حاصل از این اتفاق، مرد دچار اضطراب می‌شود، اضطرابی که در مردان بعد از متارکه شکل می‌گیرد بسته به نوع شخصیت مردان باعث بروز ناراحتی های قلبی و عروقی، بیماری‌های ریوی، ناراحتی های گوارشی، ریزش مو و یا سفید شدن موی سر می‌شود.

مردان همانند زنان بعد از طلاق دچار مشکلات بسیاری می‌شوند، مشکلاتی که بی توجهی به آن می‌تواند آنها را با آسیب‌های جدی جسمی و روحی مواجه کند.

کم خوابی با ما چه می کند؟!

فقط یک هفته کم‌خوابی فعالیت ژن‌هایی از ما را که کارکردشان کنترل استرس، سیستم ایمنی، مبارزه با عفونت و تأمین سلامت عمومی بدن است،تغییر می‌دهد در اینجا شما را با خطرهای پنهان کم‌خوابی آشنا خواهیم کرد.

• **افسردگی شدید**

کمبود خواب باعث کاهش عملکرد انتقال‌دهنده‌های عصبی می‌شود که کارکردشان تنظیم خلق و خو است.

• **اختلال شناختی**

خواب کافی توانایی فرد را در فکر کردن و پردازش اطلاعات افزایش می‌دهد و اختلالات حافظه را برطرف می‌کند.

• **خطر فشار خون بالا**

۵-۶ ساعت خوابیدن در طول شب خطر ابتلا به فشار خون را بالا می‌برد. بدن یك فرد بالغ حداقل به ۸ساعت خواب عمیق نیاز دارد.

• **خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی**

وقتی ما می‌خوابیم فشار خون پایین می‌آید و وقتی طی شب نمی‌خوابید، این پدیده ضروری و طبیعی برای بدن اتفاق نمی‌افتد. در نتیجه فشار خون بالا، بیماری‌های ناشی از آن مانند بیماری‌های قلبی بروز پیدا می‌کند.

• **خطر بالای ابتلا به دیابت**

کم‌خوابی کنترل استرس در بدن را کاهش می‌دهد و در نتیجه هورمون‌های تولید استرس مانند کورتیزول و نورایی‌نفرین که در بروز مقاومت به انسولین دخیل هستند، بیشتر ترشح می‌شود.

• **اضطراب بیش از اندازه**

کمبود خواب باعث تشدید عکس‌العمل پیش‌بینی شده مغز می‌شود و میزان استرس را در افراد بالا می‌برد؛ در نتیجه افراد طی روز بسیار عصبی خواهند شد.

• **خطر بروز حوادث**

کمبود خواب عامل برخی از بزرگ‌ترین حوادث ناگوار طی تاریخ مانند چرنوبیل بوده است. این عارضه یك خطر جدی برای رانندگی در جاده‌هاست. خواب آلودگی، زمان واکنش راننده را آهسته می کند.

• **تغییر زمان طبیعی بدن**

کمبود خواب ریتم طبیعی بدن را تغییر می‌دهد و در نتیجه باعث ضعف سلول‌های سفید و کاهش توان کنترل بر استرس‌های محیطی می‌شود.

• **افزایش احتمال سکته**

کمبود خواب از طریق محدودیت جریان خون در مغز، تأثیر منفی بر سلامت قلب و عروق بدن می‌گذارد.

• **افزایش سرطان پستان**

وجود نور در شب باعث کاهش تولید ملاتونین در بدن می‌شود که در عملکرد استروژن در بدن اختلال ایجاد می‌کند. مقدار زیاد استروژن در بدن عامل ایجاد سرطان پستان می‌شود.

• **افزایش اشتهای کاذب**

خواب کافی کمك می‌کند که بین هورمون‌های گریلن و لپتین که کارشان مدیریت احساس گرسنگی است، تعادل ایجاد شود. کمبود خواب باعث می‌شود که آنزیم گریلن که در معده ترشح می‌شود و کارش ایجاد اشتهاست بیشتر شود و پروتئین لپتین که کارکردش تنظیم فرایند ذخیره‌سازی چربی در بدن است، کاهش یابد.

• **برخی اختلالات کمبود خواب**

حمله‌های خواب

اختلال حرکات دوره‌ای اندام

وقفه تنفسی در خواب

سندروم پای بیقرار

مرض بی‌خوابی

دفتر وکالت سالومه باغبانی
BAGHBANI LAW

خرید و فروش املاک، حقوق املاک
تجاری و مسکونی

حقوق خانواده و دعاوی مالی
قرارداد ازدواج، قرارداد جدائی، حقوق مالی همسر و فرزندان، اموال خانواده، حضانت و حق دیدن فرزندان

امور تجاری و شرکت ها
ثبت و تاسیس شرکت‌ها، خرید و فروش شرکت‌ها، تنظیم قراردادهای تجاری

تصادفات
تصادفات بدون بیمه، صدمات جسمی و روحی، لیز خوردن و افتادن، صدمات مغزی، صدمات نخاعی

سایر خدمات
تنظیم وکالت‌نامه ایرانی و کانادائی، گواهی کپی برابر اصل امضاء، تنظیم وضعیت وراثت‌نامه، تائید رسمی اسناد

برای خرید و فروش خانه با نازلترین قیمت با ما تماس بگیرید

لیگال اید پذیرفته می شود
We accept Legal Aid

Family Law , Real Estate , Notary Commissioner
Personal Injury Law , Corporate / Business Law
Criminal Law

سالومه باغبانی
B.A., LL.B.
Member of the Law Society of Upper Canada
Member of Family Lawyers Association
416.706.2703
Fax: 416.224.0758
www.baghbanilaw.com
10376 Yonge St., Suite 305
Richmond Hill, Ontario
4950 Yonge St., Suite 1800
(Just north of Sheppard), North York, ON M2N 6K1

www.TrilliTires.com

رینگ و لاستیک
"زمستانی و چهارفصل"
به قیمت های عمده فروشی

مکانیکی و تعویض روغن

رینگ و لاستیک فروشی ایرانی در ریچموندهیل
(تقاطع یانگ و الگن میلز)

به مدیریت ویگن 905-883-1118

TrilliTires
130 Industrial RD.
Richmond Hill ON. L4C 2Y3

www.TrilliTires.com

Spa Samira Laser Clinic
Agincourt Mall
3850 Sheppard Ave. E., Unit 235, Scarborough, ON. M1T 3L4
647-350-5757
www.samiralaserclinic.com
Designed by
Our Services:
کلینیک لیزر
و درمان پوست
اسکاربورو
. Wrinkle Erasing
With 4 different Techniques
. Facials
. Acne Removal
. Waxing Hair Removal
. Tightening The Skin
. Pigmentation Treatment
. Manicure / Pedicure
. Vela Shape (Weight Loss)
. Permanent Laser Hair Removal
(Hair Ingrown)
. Microdermabrasion
. Whitening the Skin
. Skin Stain Removal
. Treading
. Micro Needeling
New Technology! HIFU Anti-Aging Instrument
دستگاه زیبایی
در برابر پیری
با استفاده از امواج
سونوگرافی
HIFU anti-aging instrument will build up new, younger skin by producing collagen under the skin. Used in cancer treatment, this technology has been adopted by the beauty industry for skin tightening, whitening, as well as wrinkle removal. It will make you look at least 10 - 20 years younger! Just Ultrasound Energy, Anti Aging without Pain, Needles, and no side effects. Let's say bye bye to aging and welcome your youth again!
75% OFF Limited Time
BEFORE AFTER
BEFORE AFTER
Permanent Laser Hair Removal
Up to 50% Off
Weight Loss
50% Breast Enlargement
Before After
Non-Surgical, No side Effects
Pain, Downtime, or Medicine
Weight Loss Without:
1- Diet, Medicine, Operation Sports, Needle Pain, Downtime, or Suction of the Fat with Skin Rejuvenation
Cool Sculpting Technology
Only with the Energy of ULTRASOUND
2 - Stretch Marks
3 - Micro Dermabration (Crystal & Diamond)
4 - Micro Needling & Stretch Mark
Before After
65% OFF
MICRO NEEDLING
REJUNVENATION
OR STRETCH MARKS
SERVICES:
MICROBLADING
TATTOOING
PERMANENT MAKE-UP
LIPS, EYEBROWS OR HEAD
EYE LINER & EYE SHADOW

کلینیک پوست ولیزر سمیرا
Spa Samira Laser Clinic
کم کردن وزن – بزرگ کردن سینه ها
ماکرودرم کریستال و دایموند آخرین تکنولوژی ۲۰۱۷
کم کردن وزن موضعی بدن
(647) 350-5757
www.samiralaserclinic
3850 Sheppard Ave East, Suite 235
Agincourt Mall, Scarborough,
ON M1T 3L4

دانش – پزشکی

پدر شدن در سن بالاتر فرزند باهوش‌تر ایجاد می‌کند

احتمالا پدران مسن‌تر تا حدی از نتایج یک بررسی جدید احساس رضایت کنند که نشان می‌دهد کودکان این پدران با احتمال بیشتری هوش بالایی خواهند داشت.

به گزارش هلث دی ماگدالنا جانکا، پژوهشگر پسادکتری در مرکز اوتیسم سیور در دانشکده پزشکی ایکان در مونت سینایی در نیویورک و سرپرست این پژوهش گفت: «ما تا حدی درباره پیامدهای منفی سن بالای پدری، نگران بودیم، اما اکنون نشان داده‌ایم که این کودکان به احتمال زیاد ممکن است چشم‌اندازهای تحصیلی و شغلی بهتری داشته باشند.»

این پژوهشگران کشف کردند که پسران متولدشده از پدران مسن از دیگر پسران، سالمندتر، هوشمندتر و متمرکزتر بر علائقشان هستند. همه این خصوصیات باعث پیشرفت در تحصیل و شغل می‌شود.

این بررسی شامل ۱۵۰۰۰ دوقلویی انجام شد که آزمایش‌های آنلاین در ۱۲ سالگی انجام دادند که صفات مربوط به افراد غیرمعمول با موفقیت فوق‌العاده تحصیلی و شغلی را اندازه می‌گرفتند، ازجمله بهره هوشی غیرکلامی، تمرکز و کناره‌گیری اجتماعی. والدین این کودکان هم اطلاعاتی درباره آنان فراهم آورده بودند. این پژوهشگران با استفاده از این داده‌های یک «شاخص غیرمعمول و متفاوت بودن» برای هر کودک ایجاد کردند. درمجموع پسران پدران مسن‌تر نمره‌های بالاتری در این شاخص را داشتند.

این بررسی در ژورنال Translational Psychiatry منتشر شده است.

جانکا معتقد است که پدران مسن‌تر نسبت به پدران جوان‌تر با احتمال بیشتری ازلحاظ شغلی موقعیت تثبیت‌شده‌تری دارند و ثروتمندتر هستند. به این ترتیب کودکانشان در محیط‌های مرفه‌تری رشد می‌کنند و به مدارس بهتری دسترسی دارند.

جانکا اضافه کرد: «هنگامی‌که کودک فقط با برخی از ژن‌ها متولد می‌شود، با احتمال بیشتری در مدرسه پیشرفت می‌کند؛ اما اگر میزان بیشتری از این ژن‌ها وجود داشته باشند و هنگامی با عوامل خطرساز دیگر همراه شوند، ممکن است به آسیب‌پذیری بیشتر به اوتیسم بینجامد. این فرضیه با پژوهش‌های اخیر حمایت می‌شوند که نشان می‌دهند این ژن‌های اوتیسم با بهره هوشی بالاتر مرتبط هستند. البته این یادآوری هم در انتهای گزارش آمده که اوتیسم فقط به سن پدر و مادر بستگی ندارد.

رانندگی، بیش از دو ساعت در روز سطح هوش را پایین می برد

به نقل از ایندیپندنت، کارشناسان در بررسی چگونگی تاثیر بی‌تحرکی بر قدرت مغز دریافتند، سطح IQ در میانسالان انگلیسی که هر روز مسافت طولانی را رانندگی می‌کنند، سریع‌تر افت می‌کند. یکی از متخصصان در این مطالعه گفت: پیش از این مشخص شده بود مرتب رانندگی کردن برای بیش از دو تا سه ساعت در روز برای سلامت قلب مضر است. همچنین بررسی‌ها حاکیست از آنجاییکه در طول رانندگی، ذهن کمتر فعال است این کار می‌تواند برای مغز هم آسیب‌رسان باشد.

در این بررسی کارشناسان انگلیسی به مطالعه سبک زندگی بیش از ۵۰۰ هزار فرد ۳۷ تا ۷۳ ساله برای مدت زمان پنج ساله پرداختند و در این بازه زمانی از آنان تست هوش و حافظه گرفته شد.

کارشناسان انگلیسی دریافتند ۹۳ هزار نفری که برای مدت دو تا سه ساعت در روز رانندگی می‌کردند در شروع مطالعه قدرت مغزی پایین‌تری داشتند و با گذشت زمان این روند کاهشی ادامه پیدا کرده است. در حالیکه نتایج مطالعات نشان می‌دهد افت شناختی با کم تحرکی جسمی مرتبط است کارشناسان معتقدند فاکتورهای دیگر هم می‌توانند در این زمینه نقش داشته باشد. اگر در روز مسافت زیادی را رانندگی می کنید بهتر است تجدید نظر کنید.

حس بویایی شما احتمالا کلید عمر طولانی‌ترتان است

پژوهشگران سوئدی می‌گویند احتمال مرگ شما ممکن است با توانایی حس بوییایتان ارتباط داشته باشد.

به گزارش ساینس دیلی این پژوهشگران از دانشگاه استکهلم بیش از ۱۷۰۰ نفر را که در سنین ۴۰ تا ۹۰ سالگی بودند، برای ۱۰ سال پیگیری کردند.

دانشمندان در آغاز این بررسی، این افراد را از لحاظ توانایی شناسایی ۱۳ بوی متفاوت آزمایش کرده بودند.

نتایج این بررسی نشان داد که احتمال مرگ این افراد با نمره‌ای که آنان در آزمایش بویایی گرفته بودند، مرتبط است، یعنی هر چه این نمره پایین‌تر بود خطر مرگ در این مدت بیشتر می‌شد. همچنین به ازای هر پاسخ اشتباه خطر مرگ در این مدت حدود ۱۰ درصد افزایش یافته بود.

این نتایج با شواهد فزاینده‌ای مطابقت دارد که نشان می‌دهند آزمایش بویایی دریچه‌ای عالی برای بررسی سلامت مغز در همه سنین است. گیرنده‌هایی که در بینی شما قرار دارند درواقع دنباله عصبی مغز هستند.

بررسی‌های پیشین نشان داده بودند که از دست رفتن حس بویایی با احتمال بیشتر دچار شدن به زوال عقل ارتباط دارد. اما دکتر یوناس اولوفسون، سرپرست این بررسی می‌گوید: «افزایش خطر مرگ‌ومیر در این بررسی به طور مستقل با از دست رفتن بویایی ارتباط دارد.»

این پژوهشگران می‌گویند در آینده تلاش خواهند کرد که فرایندهای زیستی که این ارتباط را توضیح می‌دهند، پیدا کنند. البته اگر به‌طور موقت حس بویایی خود را از دست بدهید، نگران نباشید، چون بیماری‌های دیگر مانند سینوزیت یا پولیپ بینی هم می‌توانند بر بویایی تأثیر بگذارند.

نوجوان

چه کنیم اگر نوجوانمان سیگاری شده ؟ !

مدتی است که رفتارش تغییر کرده است، نگاهش سردرگم و بی‌تفاوت است، افت تحصیلی دارد و نمراتش پایین آمده و گاه مدرسه نمی‌رود. دیگر به ورزش علاقه‌ای نشان نمی‌دهد و فقط با دوستان معدودی رفت‌وآمد دارد. عجولانه نتیجه‌گیری نکنید زیرا این علائم همچنین ممکن است نشانگر حالتی از افسردگی باشند. برای آنکه فکرتان به سمت مصرف مواد برود، باید دلایلی برای آن وجود داشته باشد. به احتمال زیاد اگر به پول توجیبی بیشتری نیاز پیدا کند، آن‌وقت... .

اگر در اتاق نوجوانتان سیگار یا موادمخدر پیدا کرده‌اید چه واکنشی نشان می‌دهید؟

نوجوانان ممکن است به چند دلیل به کشیدن سیگار روی بیاورند؛ نشان دهند که بزرگ شده‌اند، خشن به‌نظر رسیدن، احساس استقلال، تعارف دوستان یا اطرافیان، پیدا کردن سیگار در خانه و الگو گرفتن از پدر و مادر و اطرافیان. اما والدین می‌توانند با این کشش به سوی سیگار مبارزه کنند و فرزندانشان را از امتحان و عادت سیگار و اعتیاد دور نگه دارند.

مطلبی که می‌خوانید راهنمایی‌های پروفسور دنیل‌مارسلی، روانپزشک و متخصص مسائل نوجوانان است به والدین در این زمینه که از نظرتان می‌گذرد.

هول نکنید

چنانچه متوجه شدید که فرزندتان سیگار کشیده یا مواد مصرف کرده است، دست و پای خود را گم نکنید. اما در نخستین فرصت در مورد آن با او صحبت کنید. متخصصان بر این باورند که از نخستین مصرف تا زمانی‌که مصرف به‌صورت مداوم درآید، مدتی طول می‌کشد. از این‌رو بهتر است با دیدن نخستین سیگار یا مواد، با نوجوانتان وارد گفت‌وگو شوید. حس شدید کنجکاوی که در دوران نوجوانی اجتناب‌ناپذیر است، نباید به‌صورت عادت و سپس وابستگی درآید که هرچه بیشتر این عادت دوام یابد، به همان نسبت مشکل‌تر می‌توان آن را از سر او انداخت.

با فرزندتان صحبت کنید

هنگام صحبت کردن، قبل از هر چیز اجازه ندهید که سوءظن و بدگمانی روابط بین شما را خراب کند. مواظب باشید او را سرزنش نکنید. ابتدا چیزی را که متوجه شده‌اید مطرح کنید، نگرانی خود را بیان کنید و در آخر حرف خود را اینگونه به پایان برسانید «فکر می‌کنم که تو سیگار می‌کشی یا مواد مصرف می‌کنی».

برای آنکه از تنش جلوگیری کنید و به او فرصت دهید تا حرف‌هایش را بزند، زمان مشخصی را برای گفت‌وگو تعیین کنید- «باید امشب بعد از شام با هم حرف بزنیم» یا «شنبه باید با پدرت صحبت کنی» و بدین وسیله لحظه گفت‌وگو را اندکی بزرگ و مهم جلوه دهید و به او نشان دهید که این مسئله خیلی برایتان اهمیت دارد. حضور پدر و مادر، هر دو در زمان گفت‌وگو مهم است. حتی اگر والدین از یکدیگر جدا شده باشند باید هر دو حضور داشته باشند. بدین‌وسیله به او می‌فهمانید که هر دو نگران او هستید و او باید چاره‌ای برای آن بیندیشد.

چند نکته را به خاطر بسپارید:

* از تبدیل سخنان یا نصیحت خود به موعظه خودداری کنید.

* درباره موضوعات حساس به روشی گفت‌وگو کنید که بچه‌ها را از تنبیه یا داوری شدن نترساند.

* از کشش‌هایی که فرزندتان به سیگار دارد سخن بگویید و در این باره رو راست باشید و پرده‌پوشی نکنید .

* بسیاری از اوقات، بچه‌ها نمی‌توانند تشخیص دهند که رفتار کنونی آنها بر تندرستی آینده‌شان تأثیر خواهد داشت، بنابراین درباره کشیدن سیگار به‌طور مستقیم گفت‌وگو کنید: تنگی نفس، نفس بدبو، دندان‌های زرد و لباس‌های بدبو.

* از فرزندتان درباره سیگار بپرسید و اینکه چه چیزی برایش جذاب است یا جذاب نیست؛ شنونده خوبی باشید.

*درباره روش‌های پاسخ به فشار همسالان بحث و گفت‌وگو کنید. فرزند شما باید در گفتن «نـــه» بی‌پروا و مطمئن باشد. پاسخ‌هایی را نیز پیشنهاد کنید؛ مانند «لباس‌ها و نفسم بدبو می‌شود» یا «از سیگاری به‌نظر رسیدن خوشم نمی‌آید».

* بچه‌ها را تشویق کنید از دوستانی که به دلایل‌شان برای نکشیدن سیگار احترام نمی‌گذارند، دوری کنند.

* توضیح دهید که کشیدن سیگار چه اندازه بر زندگی روزانه کسانی که این کار را آغاز می‌کنند، تأثیر می‌گذارد؛ چگونه پول سیگار را فراهم می‌کنند؟ چگونه پول بقیه نیـازهای خود را تهیه می‌کنند؟ بر دوستی‌هایشان چه تأثیری دارد؟

* قوانین پایداری را تعیین کنید که کشیدن سیگار را از خانه شما دور می‌کند و توضیح دهید که چرا: نفس سیگاری‌ها بدبو است، بد به‌نظر می‌رسند و احساس بدی دارند و اینکه برای سلامتی خوب نیست .

* بر قوانینی که درباره سیگار تعیین کرده‌اید، پافشاری کنید و اجازه ندهید در خانه سیگار بکشد تا آرامش خانه حفظ شود.

زمانی‌که او همه چیز را کاملا انکار می‌کند ابتدا فایده‌ای ندارد که اصرار کنید. به او یادآوری کنید که شما موظف هستید مراقب او باشید. برایش توضیح دهید که «من قصد ندارم اتاقت را بگردم اما انتظار دارم به محض اینکه در زدم و خواستم وارد اتاقت شوم، در را فورا باز کنی». به او اطلاع دهید که معلمان، مربی ورزش و دوستانش را ملاقات خواهید کرد و با آنها در تماس خواهید بود. او باید احساس کند که شما بنا به خیر و صلاح او عمل می‌کنید. ۶ ماه بعد، دوباره شروع کنید. اگر همچنان زیر همه چیز می‌زند و حاضر نیست گفت‌وگو کند درحالی‌که علائم نگران کننده‌ای چون افت تحصیلی، اختلال در خواب... همچنان ادامه دارد، نزد یک متخصص بروید اما از هرگونه پایبدن و جست‌وجوهای پلیسی خودداری کنید (زیروروکردن اتاقش، استفاده از کیت‌های آنالیز که گمان می‌رود مصرف مواد را نشان می‌دهند و رفته‌رفته در اینترنت رواج می‌یابد). مواظب باشید اقدامات و تدابیر تند و خشنی که موجب طغیان و سرکشی نوجوان می‌شوند به‌کار نگیرید، چه بسا نوجوان را به سمت تخطی‌های شدیدتری چون بزهکاری و مصرف مواد خطرناک‌تر سوق دهد.

قبول دارد که سیگار می‌کشد

خب این خیلی خوب است. فقط می‌ماند که میزان مصرف را ارزیابی کنید: چه وقت، از کی، چقدر؟

او اعتراف می‌کند که جمعه شب‌ها یا در میهمانی‌ها زمانی‌که با دوستانش دور هم هستند، به‌طور تفننی سیگار می‌کشد. به او بگویید که از این عمل خوشتان نمی‌آید، اینکه ترجیح می‌دهید دست از این کار بردارد یا دست‌کم بیشتر از این جلو نرود و هیچگاه حاضر نخواهید شد که او در خانه سیگار بکشد. از اعتماد و حس مسئولیت پذیری‌اش کمک بگیرید. اما چنانچه سن نوجوان شما زیر ۱۵سال باشد، این نوع مدارا به هیچ وجه شامل حال او نمی‌شود. مصرف هرگونه موادی که روی روان اثرگذارد (توتون و حشیش) برای نوجوانان به‌ویژه در این سن بسیار خطرناک است. سیستم اعصاب مرکزی هنوز در این سن در حال کامل شدن است و مصرف اینگونه مواد به آن آسیب وارد می‌کند. او قبول دارد که گاه شب‌ها زمانی‌که تنهاست برای آنکه خوابش ببرد یا احساس بهتری داشته باشد، سیگار می‌کشد یا اینکه تقریبا هر روز این کار را انجام می‌دهد.

به او پیشنهاد دهید تا موضوع را با یک پزشک درمیان بگذارید. «طبیعی نیست زمانی‌که تنها هستی برای آنکه احساس بهتری داشته باشی، به چیزی مثل سیگار یا مواد نیاز پیدا کنی». شما حق دارید در مورد نوجوانی که برای تفریح و سرگرمی یا برای اینکه احساس خوشایندی به او دست دهد، به سیگار و مواد روی می‌آورد، نگران شوید.

والدین باید به‌دنبال پزشکی کاردان و خبره باشند. به جای آنکه به مراکز ترک اعتیاد مراجعه کنند، بهتر است به یک روانپزشک متخصص نوجوانان، پزشک کودکان یا پزشک عمومی که در زمینه مصرف مواد نیز اطلاعات دارد، مراجعه کنند. کمک یک روانپزشک متخصص قطعا میسر است و گاه برای درمان لازم است که از داروهای ضدافسردگی استفاده شود(این داروها فقط توسط پزشک تجویز می‌شوند). هدف آن است که نوجوان را نسبت به سلامت جسم و روح و روانش مسئول کنیم.

نوجوان، شما را کفری می‌کند...

چنانچه روی میزش اثری از آنچه مصرف کرده به جای می‌گذارد یا جلوی چشم شما سیگار می‌کشد، نباید خودتان را به آن راه بزنید و وانمود کنید که هیچ‌چیز ندیده‌اید. به‌طور خلاصه به اطلاع او برسانید:«ته سیگار یا اثر موادی را که مصرف کرده بودی پیدا کرده‌ام، این موضوع مرا نگران می‌کند، باید در مورد آن با هم حرف بزنیم.» اگر نوجوان واقعا به‌دنبال درگیری و مقابله کردن است، از دخالت فرد سومی مثل روانپزشک کمک بگیرید. زمانی‌که ارتباط با نوجوان همراه با کشمکش و درگیری باشد، درمان خانوادگی اغلب راه حل خوبی است و به این مسئله جواب می‌دهد.

محدودیت تعیین کنید

موادمخدر و سیگار برای نوجوانان به‌ویژه نوجوانان ۱۵ تا ۱۶سال که تقریبا هنوز بچه به شمار می‌آیند، خطری جدی است و باید قاطعانه آنها را از آن منع کرد. به جای بد و بیراه گفتن و صحبت کردن با لحنی تند و زننده (تو حق نداری، غلط می‌کنی...) با صراحت بگویید: «ما نمی‌خواهیم که تو سیگار بکشی. تو هنوز بچه هستی. مغز و سیستم اعصاب تو هنوز در حال رشد است و با این کار تو به آن آسیب می‌زنی». نوجوانی که به والدینش اعتماد دارد و احساس می‌کند که آنان مایلند از او حمایت کنند و این عمل آنان را برحق می‌داند، حرف والدینش را قبول خواهد کرد.

همچنین گاه باید او را از برخی از رفت و آمدها دور نگه دارید. هیچ پدر و مادری نباید به بهانه اینکه نمی‌داند چگونه فرزندش را از سیگار کشیدن یا مصرف مواد منع کند، به او اجازه این کار را بدهد. انسان به فرزندش «اجازه نمی‌دهد» سیگار بکشد، مواد مصرف کند یا در کل خودش را در چاه بیندازد. او را از ناراحتی‌تان آگاه کنید و برایش محدودیت تعیین کنید.

از آنجایی که کشیدن سیگار یا مصرف هرگونه موادی را قدغن کرده‌اید، در عوض محیط خانه را برایش دلپذیر و خوشایند کنید. دوستانش را به خانه راه دهید و از آنان استقبال کنید. به او پیشنهاد دهید که ورزش مورد علاقه‌اش را تمرین کند یا برایش یک گیتار بخرید. پول تو جیبی‌اش را قطع نکنید اما آن را نسبت به نیازهای واقعی‌اش برآورد کنید.

موسیقی

خاستگاه و سبک شناسی موسیقی راک ۲

بهروز پایگان
آهنگساز و تنظیم کننده

راک آلانی Krautrock/German Rock

صحنه موسیقی راک آلانی شاهد گروههای معروف راک اند رول بوده است. مردم آلان به بسیاری از آهنگ های راک کشورهای دیگر گوش میکردند،مخصوصا وقتی آلبوم های راک اند رول امریکایی به آلان می رسید، ولی خود کشور آلان هیچ وقت گروه خودش را نداشت، حداقل گروهی که کسی اسمش را شنیده باشد. زمانی که این نوع موسیقی شروع شد، به نظر می رسید با دیگر سبک ها متفاوت است. صدای شنیده شده از این آهنگ ها آشنا بود، اما آنها ساز الکترونیک به موزیکشان اضافه کردند. این فرم موسیقی Krautrock نامگذاری شد که توسط یکی از طرفداران این شکل جدید و خاص راک، انتخاب شد. برخی گروهها که جز Krautrock به حساب می آیند در دهه ۶۰ و۷۰ گروههایی بودند که در آن زمان بسیار محبوب شدند و همچنان نیز از محبوبیت آنها کاشته نشده است. اما ممکن است بسیاری از ما اسمشان را هم نشنیده باشیم، مثل «Kra werk» و «Dream Tangerine.»این گروهها راه را برای شکل های مدرن صنعتی و تکنوی امروزی در سال های اخیر هموار کردند. یکی از گروههای راک آلان که از معروفترین گروههای راک اند رول همیشگی است، «Scorpions» نام دارد. این گروه در سال ۱۹۶۵ توسط «رادولف» شکل گرفت. او بعد از جنگ در آلان بزرگ شد. وقتی امریکایی ها راک اند رول را برای اولین بار در رادیو ارتش برای ارتش امریکا معرفی کردند، «کلوسمین» و «مایکل شنکر» در ۱۹۷۰ عضو اسکورپین شدند و اولین آلبومشان را در ۱۹۷۲ پخش کردند که در تاریخ موسیقی جزو شاهکارها قرار گرفت و موسیقی راک الان را در نقشه جهان قرار داد. مایکل شنکر با عضویت در گروه انگلیسی «UFO» «این گروه آلانی را ترک کرد. بعدها او گروه خودش را با نام خودش راه انداخت که گروه آلانی معروفی شد با نام اختصاری MSG .در این روزها گروههای آلانی معروف دیگری هم وجود دارند که بیشتر در سبک متال فعالیت می کنند، مانند Rammstein گروهی که بسیار جهانی شد و بخاطر آلانی بودن ترانه هایشان این محبوبیت جای تعجب دارد!

راک یونانی Greek Rock

موسیقی راک زمانی معروف شد که گروههای انگلیسی و امریکای به موفقیت عظیمی در دهه ۵۰ و ۶۰ دست پیدا کرده بودند. برخی کشورها بنا به قوانین دولت در پشت این جنبش راک اند رول ماندند. راک اند رول در دهه ۶۰ راه خود را به یونان هم پیدا کرد؛ وقتی آنان توانستند آلبوم های وارد شده به کشورشان را بخرند. زمانی که راک اند رول وارد جامعه یونان شد، بسیاری از هنرمندان سراسر یونان اقدام به تشکیل گروه راک خودشان کردند. در اواسط دهه ۷۰ وقتی موسیقی راک یونانی محبوبیت خود را در سراسر کشور کسب کرد، دیکتاتوری نظامی یونان از هم پاشید و کشور درگیر آشوب شد. مردم مجبور شدند به موسیقی های سنتی گوش کنند و همین در محبوبیت موسیقی راک یونان که تازه شروع به رشد کرده بود، خلل ایجاد کرد. این موضوع فقط چند سال طول کشید و دوباره گروههای راک ظاهر شدند و گروههای جدیدی در اواخر دهه ۷۰ شکل گرفتند. موج جدیدی از موسیقی راک و پانک در یونان در دهه ۸۰ و ۹۰ به وجود آمده و همچنان ادامه دارد. هوی متال هم در یونان محبوب شد و البته این محبوبیت در سراسر اروپا پراکنده گشت.

هارد راک Hard Rock

طرفداران موسیقی هارد راک بسیار زیاد هستند. بیشتر آنان صدای قوی و بلند این نوع موسیقی را دوست دارند و این بهترین راه گوش دادن به موسیقی هارد راک است. هاردراک در سال ۱۹۷۰ همراه گروههایی همچون Who The، Zeppelin Led مردمی محبوب موسیقی یک به Van Halen و Deep Purple، Aerosmith، AC/DC تبدیل شد و در اواخر ۱۹۸۰ به اوج شهرت تجاری خود دست یافت. این نوع موسیقی راک با صدای دسیتورت شده گیتار الکتریک، گیتار بیس، درامز و گاهی همراه با پیانو و کیبورد از سایر شاخه ها متمایز می شود.

راک مردمی Pop Rock

سلیقه موسیقایی هر ساله عوض می شود و این موضوع را می توان در جایزه های اهدا شده هر سال یا کانال های تلویزیونی موزیک مشاهده کرد. موسیقی راک در دهه ۵۰ هیچ مورد مشابهی با گروه های راک نسل آینده ندارد. گروههایی هستند که تأثیر بسیار زیادی روی راک مردمی گذاشته و جاودانه شدند و موفقیتشان برای سالها باقی ماند. این موفقیت علتش ارائه چیزهای جدید برای نگه داشت حس هیجان است. برخی از گروههای راک دهه ۷۰ و۸۰ بیشتر از هر زمان دیگری محبوب شدند، مثل «راش»، «رولینگ استون» و «اروسمیت» که برای چند دهه با هم بودند و هنوز هم با همان شدت محبوب هستند؛ اگرچه برخی ازآنها وارد دهه ۵۰ کاری شان می شوند. امری که بدون شک همه به آن ایمان دارند اینست که موسیقی راک هیچ وقت نمی میرد و این ثابت شده شکال بسیاری از موسیقی آمدند و رفتند و هنوز برخی حضور دارد، ولی است. ا محبوبیتشان مثل راک باقی نمانده است. راک اند رول همیشه جاودان می ماند و برخی هنرمندان راک هیچ وقت فراموش نمی شوند

. پانک راک Punk Rock

یکی از افراد و گروههایی که به عنوان ابداع کننده سبک پانک شناخته شد، «ایگی پاپ» و «استوگس» از دترویت است. استوگس شکل خاصی از موسیقی راک را می نواخت و برنامه های زنده آنها نمایش ایگی پاپ بود که بدنش را به شکل های عجیب و غریب در جلوی سن درمی آورد. به نظر بسیاری از طرفداران پانک اولین گروههای پانک، عروسک های نیویورک، «پتی اسمیت» و «رامونز» از نیویورک است. موسیقی پانک موسیقی است که ضد همه چیز است و بسیاری از گروههای انگلیسی خودشان را آنارشیست میدانند و سعی می کنند تا همه مطمئن شوند آنها از اجتماع رانده شده اند. موسیقی پانک بسیار ساده است و معمول شامل چند آکورد، ضرب آهنگ های تند درامز و ترانه های پوچ گرایانه است. بسیاری از گروههای راک پانک و طرفدارانشان لباس های ژنده با الگوهای پانک که با سنجاق به لباسشان وصل کردند، می پوشند. نماد دیگر پانک ها ″ مخصوصا در جنبش پانک انگلستان، مدل و رنگ موی خاص و منحصر به فرداست

. بهروز پایگان
آهنگساز و تنظیم کننده
فارق التحصیل رشته ی آهنگسازی از دانشگاه وارونژ روسیه
www.paygan.net

کیترینگ کدبانو با ارائه لذیذترین غذاهای ایرانی آماده پذیرایی از مهمانان عزیز شماست
Kadbanoo
کیترینگ کدبانو
Catering
647-466-3845
پکیج‌های اسپیشال ماه جولای:
۲۰ نفره
زرشک پلو با مرغ ۵ پرس
باقالی پلو با ماهیچه ۵ پرس
ته چین ۱ ظرف
لوبیاپلو ۵ پرس
کشک بادمجان ۱ ظرف
دسر (پاناکوتا، تیرامیسو یا پای میوه‌ای) ۱ ظرف
فقط ۳۲۰ دلار
۳۰ نفره
مرصع پلو با مرغ ۱۰ پرس
چلو خورش قیمه بادمجان ۱۰ پرس
باقالی پلو با ماهیچه ۵ پرس
ته چین ۱ ظرف
سالاد الویه ۱ ظرف
فینگرفود ۱ ظرف
دسر (پاناکوتا، تیرامیسو یا پای میوه‌ای) ۲ ظرف
فقط ۴۵۰ دلار
۴۰ نفره
مرصع پلو با مرغ ۱۵ پرس
باقالی پلو با ماهیچه ۱۰ پرس
چلو و خورش قیمه بادمجان ۱۰ پرس
ته چین ۱ ظرف
کشک بادمجان ۱ سینی
سالاد الویه ۱ سینی
دسر (پاناکوتا، تیرامیسو) ۲ ظرف
فقط ۵۹۰ دلار

دکتر فرامرز ارجمند
جراح و متخصص چشم
از دانشگاه تهران و اپتومتریست از کانادا
با ۲۵ سال سابقه چشم پزشکی

416.548.6555
Emergency Phone: 647.868.4041
6070 Yonge St.
North York, ON, M2M 3W6
روبروی پلازای ایرانیان (جنب پلازای Fido)

دفتر مهاجرت و پناهندگی
پروین صادقی
عضو سازمان مشاوران مهاجرت به کانادا
دارای دکترای حقوق از امریکا
☑ مهاجرت به کانادا در کوتاه‌ترین مدت
و با کمترین هزینه از طریق:
۱. اسپانسرشیپ همسر و فرزند / سوپر ویزا
۲. مهاجرت از طریق سرمایه‌گذاری، هنر، ورزش، تخصص و تحصیل و تجربه‌کار
۳. مسائل انسان‌دوستانه
☑ تمدید PR
☑ تقاضا و تمدید ویزای توریستی و دانشجویی و کار
☑ دعوتنامه برای افراد فامیل و دوستان
☑ ثبت شرکت ها
☑ تقاضای شهروندی
☑ تقاضای شهروندی برای بچه‌های کانادایی که در خارج از کانادا متولد می‌شوند
☑ پناهندگی
● اگر در معرض اخراج از کانادا هستید و یا حضورتان در کانادا غیر قانونی است
● اگر پرونده شما در دادگاه‌های مهاجرت و پناهندگی و پژوهش رد شده است
● گرفتن PR از طریق سرمایه‌گذاری در استان‌های مختلف
416.828.6127
5700 Yonge St., Suite # 200,
Toronto, ON , M2M 4K2
Fax 416 512 2230

رمان دنباله دار

نقطه تسلیم

شهره وکیلی ۴

او دچار شبکه عظیمی از تضادها بود که هیچ چیز نمی‌توانست توجیهش کند. احساس می‌کند فصل مخملی و زیبای زندگی‌اش کوتاه و شتابزده گذشته و وارد جغرافیایی از ممنوعیت‌ها شده. در برابر اتهامات بدنام کننده‌ای که از سوی دُره، با بی انصافی و کورکورانه به سویش پرتاب می‌شد، فاقد خویشتنداری لازم شده بود. در درک منزجر کننده دُره، مفهوم شرافت فراموش شده و ظلمات رابطه اش با پرتو روز به روز گسترش یافته بود. او از شیوه خوب دیدن و خوب برداشت کردن هیچ نمی‌دانست.

پرتو هنوز چند قدمی با خانه فاصله داشت و غرق افکار خود بود که صدای باز شدن در باغ دکتر شاهکار را شنید. شازده خانم بود که بیرون آمد. پالتوی گران قیمت زرشکی رنگ و روسری خوش نقش و چکمه های زرشکی رنگش، نشان از سلیقه شاخصش داشت. او آهسته و با احتیاط روی برفها قدم می‌گذاشت. پرتو صبر کرد. وقتی که نزدیک شد سلام کرد. او با خوشرویی جواب داد و گفت:

- اینطور که پیداست، ما بالاخره صاحب همسایه جدید شدیم. مبارک است.

- خیلی ممنونم

- افتخار آشنایی با چه کسی را دارم؟

-من پرتو هستم.

- از آشنایی تان خوشحالم. با سرما چه می کنید؟

- خوشبختانه امسال زمستان خوبی داریم، به سرمایش می‌ارزد.

- این عکسها چیه؟

- گاه گاه دچار معده درد می‌شوم. دکتر گفت باید عکسبرداری کنم. حالا که عکسها را دیده می‌گوید گویا نیست. باید آندوسکوپی کنم.

- تشریف بیاورید برادرم شما را معاینه کند، معجزه می‌کند!

- خیلی خوشحالم. آدرس مطبشان را بفرمایید، می‌روم خدمتشان.

- تشریف بیاورید همینجا شما را ببیند، تا بفهمید معجزه یعنی چه.

شازده خانم برای برانگیختن رغبت او گفته هایی معما گونه مطرح می‌کرد: فقط پیغمبرها نیستند که معجزه می کنند!

- نخیر مزاحم نمی شوم. وقت می گیرم، می روم مطبشان.

- اصلا بیایید همین الان برویم شما را ببیند .

- آخر این طوری که نمی‌شود، دست خالی خوب نیست. دست کن یک دسته گل....

- انشاالله دفعه بعد که تشریف آوردید.

پرتو غافلگیر شده بود. خواهر دکتر شاهکار ایستاده بود تا او را پیش برادرش ببرد. بناچار زنگ در خانه را زد. علاء جواب داد. پرتو گفت:" علاء جان من می‌روم باغ آقای دکتر شاهکار. خواهرشان لطف کردند گفتند بروم آقای دکتر عکس های معده ام را ببینند."

- شما کی با خواهر آقای دکتر شاهکار آشنا شدید؟

پرتو خندید و گفت: همین الان!

" شازده خانم" جلو جلو رفته و در باغ را باز کرده و منتظر پرتو مانده بود تا با هم داخل شوند. اما هنوز پا به درون نگذاشته بودند که سگ تنومندشان پارس کنان به طرف پرتو خیز برداشت. شازده خانم جلوی سگ را سد کرد و گفت:

" برفی برو، برو" بعد دست پرتو را گرفت:" نترسید وقتی با یکی از ساکنان اینجا باشید کارتان ندارد". اما سگ همچنان پارس می کرد و قصد حمله داشت. شازده خانم با صدای بلند گفت:" نصرت، بیا برفی را ببر، چرا ولش کردید؟"

پرتو بازوی شازده خانم را چسبیده بود و از ترس و سرما می لرزید. اندکی بعد زن میانسال سبزه رویی از قسمت زیرزمین بالا آمد و برفی را با لهجه غلیظ محلی صدا زد و برد. به دنبال او دو سه بچه قد و نیم قد که بزرگترینشان همان دختر ده، دوازده ساله ای بود که آقای جاویدان او را " ثریا" صدا زده بود، آمدند. نصرت خانم سرشان فریاد کشید:" خدا ذلیلتان کنه. برید خانه. الان سرما می خورید. ثریا بچه ها را ببر." حالا شازده خانم جلو جلو می رفت و پرتو به دنبالش. به تراس که رسیدند، پرتو پرسید:"آقای دکتر تشریف دارند، یا باید منتظرشان بمانم؟"

- تشریف دارند.

بعد در سالن را باز و به پرتو تعارف کرد. سپس با صدای خیلی بلند که به نظر پرتو غیرعادی آمد گفت:

- دکتر، خانم پرتو، همسایه جدید هستند، تازه به این محل آمده‌اند.

پرتو ابتدا به دلیل نور شدید بیرون و کم نور بودن اتاق مخاطب را ندید، اما ناگهان چشمش در انتهای اتاق بزرگ به پیرمردی که روی یک چشمش چشم بند قرار داشت و در یک مبل فرسوده و رنگ و رو رفته فرو رفته بود افتاد. پیرمرد سری کاملا بی‌مو و چهره‌ای روشن و گلگون داشت. پرتو سلام کوتاهی کرد و به سالن قدم گذاشت. نگاهی به اطراف انداخت و منتظر دیدن دکتر شد. شازده خانم چکمه هایش را در آورد و در حالی که به طرف پیرمرد می‌رفت پرتو را مخاطب قرار داد: "بفرمایید بنشینید". میز نهارخوری بزرگی وسط سالن بود. پرتو یکی از صندلی‌های دور میز را عقب کشید و خواست بنشیند، اما شازده خانم گفت:" صندلی‌تان را نزدیک دکتر ببرید، گوششان سنگین است".

دوباره پیرمرد را مخاطب قرار داد:" دکتر، خانم پرتو ناراحتی معده دارند، گفتم بیایند شما معاینه‌شان کنید. عکس های رادیولوژی هم همراهشان است". پرتو منتظر عکس‌العمل پیرمرد بود. دکتر با لحنی که اصلا با شکل ظاهری و سن و سالش جور در نمی‌آمد، محکم و کم اعتنا پرسید:

- چند وقت است ناراحتی معده دارید؟

پرتو که تصور دیگری از " دکتر شاهکار" داشت و حالا چیز دیگری می‌دید با بی‌رغبتی جواب داد:

- دو سه سال است. خیلی مداوا کرده‌ام، ولی تا دارو مصرف می‌کنم بهترم. دارو را که قطع می‌کنم، ناراحتی و درد شروع می‌شود.

- بله؟ بلند بگویید.

پرتو نگاهی به شازده خانم انداخت، بعد سرش را نزدیکتر برد و عباراتی که گفته بود تکرار کرد.

دکتر سخنان او را شنید:" بسیار خوب، بروید روی تختخواب بخوابید"

پرتو ناراحت و معذب از جا برخاست. از اینکه قبول کرده بود که به آنجا بیاید، دلخور بود. شازده خانم به کاناپه کنار سالن اشاره کرد و گفت:" پالتوتان را در بیاورید و دراز بکشید".

پرتو پالتویش را در آورد و روی کاناپه دراز کشید. نگاهش به پیرمرد بود. او "واکری" را که کنار مبلش بود جلو کشید. هر دو دستش را به آن گرفت و به سختی از جا بلند شدو بسوی پرتو حرکت کرد. وقتی بالای سرش رسید، نگاه پرتو به دستهای اون افتاد. زخمهایی خون آلود به صورت شیار روی آنها بود. از دیدن آن منظره چندشش شد. دکتر واکر را کنار گذاشت و هر دو دستش را چنان محکم روی شکم او فشار داد که صدای ناله‌اش در آمد. در حقیقت این همه فشار، صرفا برای معاینه نبود. او دستهایش را ستون، و تمام وزنش را به آنها منتقل کرده بود که تعادلش را حفظ کند. به همین ترتیب تمام قسمت های شکم را معاینه کرد. وقتی به روی پرتو خم شده بود، پرتو همان شیارهای زخم را روی سرش هم دید و بدش آمد. پیش خود فکر کرد:" این چه دکتری است که نمی‌تواند خودش را معالجه کند."

سرانجام معاینه خاتمه یافت و دکتر دستهایش را یکی یکی به واکر گرفت و ایستاد. بعد در حالی که واکر را چسبیده بود، با قدمهای کوتاه سالن را دور زد. در این ضمن خطاب به پرتو گفت:" روده بزرگتان، که به آن " کلون"می‌گویند، در قسمت ترانزیت زخم دارد."

- ولی آقای دکتر عکسها چیزی نشان نداده! از آن گذشته من معده‌ام ناراحت است نه روده!

- آن عکسها را بریزید دور. معالجه شما سه ماه طول می‌کشد، البته اگر دلتان بخواهد خوب شوید! دستگاه گوارش متصل به هم است. ناراحتی معده‌تان هم به روده تان مربوط می شود.

- این چه حرفی است؟ البته که می‌خواهم خوب شوم.

دکتر به طرف مبلی که روی آن می‌نشست رفت، خودش را از عقب روی آن رها کرد. طوری که صدای غژ و غژ مبل در آمد. شازده خانم با دو فنجان قهوه و بیسکویت از آشپزخانه بیرون آمد. یکی از فنجان ها را جلوی پرتو و دیگری را روی میز عسلی کنار مبل دکتر گذاشت. دکتر از پرتو پرسید:" خانه دار هستید؟".

- هم خانه دار هستم، هم مدرس دانشگاه.

- چه رشته ای را تدریس می کنید؟

- ادبیات فارسی

- شعر هم می‌گویید؟

این سوال به نظر پرتو عجیب و بی‌مناسبت آمد، بخصوص که دکتر با لحنی محکم و جدی این سوال را کرد. جواب داد:

- نمی شود اسمش را شعر گذاشت، ولی گه گاه مرتکب چنین جسارتی می شوم.

- در این سه ماه که تحت نظر من مداوا می شوید، به هیچ وجه نه شعر بگویید، به بخوانید. به اخبار رادیو و تلویزیون هم گوش نکنید. روزنامه هم نخوانید، با شوهرتان هم جر و بحث نکنید!

این طرز گفتار، توجه پرتو را کاملا به او جلب کرد. در جواب دکتر گفت:" شوهر ندارم که جر و بحثی وجود داشته باشد."

- طلاق گرفته‌اید؟

- نخیر، شوهرم فوت کرده!

- می توانید سه ماه مرخصی بگیرید و سرکار نروید؟

- چرا سرکار نروم؟

- برای اینکه تنش نداشته باشید و استراحت کنید. برای اینکه شب نگران می خوابید، نگران دیر بیدار شدن صبح نباشید. برای اینکه غذایتان را سر فرصت و با خیال راحت بخورید، تا بتوانید کاملا آن را بجوید، آن طور که تمام قسمت‌های آن از بزاق دهانتان اشباع شود. برای اینکه ورقه صحیح نکنید و با نمره های بد دانشجویان حرص نخورید!

گفته های او، به رغم ظاهر ناخوشایندش، کم کم به دل پرتو می‌نشست، با انبساط خاطر گفت:

- شما چقدر دردشناس هستید!

- من اهل دردم، مرگ همسرتان طبیعی بود؟

- نخیر، در اثر حادثه اتومبیل فوت شد!

- پس شوک سختی را تحمل کردید!

- بله! سخت است.

- هنوز هم؟ چند تا بچه دارید؟

- یک دختر بیست و شش ساله، یک پسر بیست ساله، دخترم ازدواج کرده و یک فرزند هم دارد. اما پسرم دانشجوست.

- چند سال دارید؟

- چهل وشش سال.

- پیداست زندگی راحتی داشته‌اید. چون سی و چند ساله به نظر می آیید، نه چهل و شش ساله! ازدواج دخترتان موفقیت آمیز است؟ از سوی او نگرانی ندارید؟

پرتو نمی‌دانست به این سوال چه جوابی بدهد. او بیشترین صدمات را از طرف دُره تحمل می کرد. شازده حانم سکوت او را شکست:" خانم پرتو، اگر اجازه بدهید من بروم. فکر می‌کنم صحبت دکتر طولانی بشود."

پرتو با نگرانی گفت: ببخشید مزاحمتان شدم. من رفع زحمت می‌کنم.

- نه ! شما تشریف داشته باشید. چه عجله‌ای دارید؟ دکتر همیشه همینطور هستند. بعد از تشخیص بیماری، به دنبال ریشه آن می‌گردند. معتقدند تا علت اصلی پیدا نشود و رفع نگردد، بیماری به صورت مزمن باقی می‌ماند. شما راحت باشید و در پاسخ به سوالات دکتر، همه چیز را بگویید.

بعد به طرف جالباسی رفت. پالتویش را پوشید و چکمه ها را به پا کرد و با صدای بلند به دکتر گفت:

- من می روم خانه نجمی، شما کاری ندارید؟ به نصرت خانم گفتم اگر شب نیامدم شامتان را بدهد.

- شما دو روز پیش رفتید خانه نجمی، چرا دست از سرش برنمی‌دارید؟

شازده خانم که از چهره اش پیدا بود، دلش نمی‌خواهد دکتر جلوی یک غریبه بیشتر از آن پرحرفی کند، با یک خداحافظی کوتاه، که به گوش دکتر نرسید، از سالن بیرون رفت. پرتو از پشت براندازش کرد و به قامت بی نقص او غبطه خورد. دلش می خواست هر چه زودتر نسبت او را با آقای جاویدان بداند. وقتی از در بیرون رفت، دکتر فریاد زد:" تاجی خانم"، نسخه مرا هم ببرید". شازده خانم که حالا نامش برای پرتو مشخص شده بود، اخم آلود برگشت و نسخه را گرفت. دکتر به او گفت:" اگر نداشتند، لطفا مشابهش را بگیرید". این خارش‌ها دارد مرا می‌کُشد" بعد شروع کرد به خاراندن سر و دستش . آن طور که از بعضی قسمت های آن خون بیرون زد. حال پرتو از دیدن آن منظره ناخوشایند و نامطبوع داشت به هم می‌خورد. با صدای بلند، آن طور که دکتر بشنود گفت:" آقای دکتر دستتان خون آمد"

- چه کنم، این خارش‌های لعنتی دست بردار نیست.

پرتو به دقت نگاهش کرد. آن یک چشم آبی که زیر چشم بند نبود، چنان پرفروغ و درخشان بود که آبی دریاها را به یاد می‌آورد. دلش می‌خواست بداند آن چشم دیگر چرا از دیدن محروم شده. دکتر همچون تاجی بزرگ زاده و مغرور، اما ذلیل شده در آخر عمر و چسبیده به رختخواب و محتاج یاری دیگران بود.

دکتر گفت:" برایتان پنج آمپول امی تین می‌نویسم. یک روز در میان بزنید. کپسول‌ها را هم هر هشت ساعت یکی بخورید. از گوشت قرمز جدا پرهیز کنید. روزی یک کاسه کوچک سالاد با چاشنی کم و رقیق سرکه میل کنید. تا پایان آخرین تزریق، برای غذا فقط از مرغ آب پز یا جوجه کباب استفاده کنید. دست کم ده روز آینده را سرکار نروید. آمپول ها و کپسول ها ضعیفتان می‌کند، بهتر است بیشتر استراحت و تقویت کنید. جوانه گندم با دانه های روغنی مثل، گردو و پسته و بادام بجوید. باید جویدن صحیح را یاد بگیرید. آن طور بجوید که وقتی دهانتان را جلوی آینه باز می‌کنید، جوانه گندم ها مثل شیر شده باشد. پس از ده روز بیایید ببینمتان. آب زیاد بخورید، چون بهترین معالج است.

هنوز صحبت‌های دکتر تمام نشده بود که نصرت خانم بدون در زدن وارد شد:

- آقای دکتر، ما دارم میرم سرخیابان با دفترچه بسیج لامپ بگیرم. اگر شما هم می‌خواهید دفترچه‌تان را بدید، تا برایتان بگیرم.

- نمی‌دانم دفترچه کجاست. بیا برو توی آن اتاق ببین آنجاست.

نصرت خانم به یکی از اتاق خواب‌ها رفت و چند دقیقه ای معطل کرد. دکتر فریاد زد:" چرا معطل کردی؟" داری چکار می‌کنی؟ بیا برو لامپ نخواستیم.

ادامه دارد

ورشکستگی؟؟؟

Are you in a Financial Mess?

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

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

Pay just one affordable payment each month
Keep your house, keep your car, keep your 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.
TRUSTEE IN BANKRUPTCY
Helping the community for over 30 years.
4580 Dufferin St., North York Ontario M3H 5Y2
416-222-4600

با بهترین قیمت

شستشوی فرش های خود را به ما بسپارید

قالیشوئی ماژیک

خدمات ما
تعمیرات، رفوگری، لکه‌برداری، رنگرزی و ریشه‌کشی
کلیه قالی‌های نفیس و ابریشمی
شستشوی فرشهای دستباف و ماشینی
با بیش از ۲۰ سال تجربه در ایران و کانادا!

Free Delivery and Estimate

فرش های دست دوم یا نو شما را خریداریم

416-856-9491

The Little House Of Kebobs North

با بیش از ۲۰ سال سابقه

در قلب ریچموندهیل با مدیریت ایرانی

رستوران ایرانی
با انواع غذاهای اصیل ایرانی

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

آشپزی

حلوای شیرخشک

پروین ترابی
کیترینگ کدبانو

مواد لازم:
آرد سفید ۱ لیوان
شیر خشک قنادی ۱ لیوان
آب سه چهارم لیوان.
شکر ۲ لیوان
گلاب، ۱/۲ لیوان.
روغن و کره بمیزان لازم
هل و زعفران آرد را تفت دهید(من در مورد این حلوای خاص همیشه از آرد سفید سه صفر استفاده می‌کنم. هرچه کیفیت آرد بهتر باشه مزه حلوا بهتر میشه) شیر خشک را اضافه کنید (چون شیر خشک خیلی سریع می‌سوزه ظرف را از روی حرارت بردارید) حالا روغن یا کره را اضافه کنید (نکته کار اینه که کره توی طعم حلوا شدیدا تاثیر داره می تونید از ترکیب کره و روغن استفاده کنید. اگه می خواهید حلواتون مجلسی بشه کار را با یک لیوان کره شروع کنید و اگه نیاز بود باز کره اضاف کنید. من امروز از لیوان روغن مایع و ۵۰ گرم کره استفاده کردم باید مواد را مرتب هم بزنید. حتی یک دقیقه غفلت موجب پشیمانیست!!! شیر خشک خیلی حساسه و سریعا می‌سوزه! مواد را آنقدر روی حرارت ملایم هم بزنید تا به رنگ مطلوب برسید. آب، شکر و زعفران را روی حرارت قرار داده و بعد از یکی دو جوش ، هل و گلاب را اضافه کنید. مخلوط آرد و شیر را از روی حرارت برداشته و شربت را به آن اضافه کنید. مجددا روی حرارت قرار دهید تا حلوا به غلظت مناسب برسد. یه حلوای بسیار لطیف و کشدار خواهید داشت که عاشقش می‌شوید. من از یک و نیم پیمانه شکر استفاده کردم ولی باز بنظرم زیاد بود، توصیه می‌کنم شما یک پیمانه استفاده کنید، چون شیرخشک هم خودش شیرین هست.

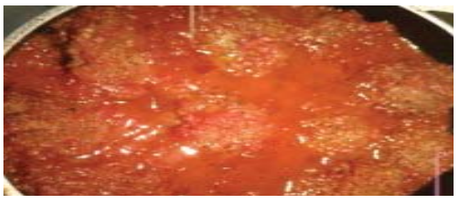
* نکته بعدی اینکه حتما موقع اضافه کردن شیرخشک، آرد از روی حرارت بردارید و اگر احیانا شیرخشک گلوله گلوله شد، وقتی شهد رو اضافه کردید و هنوز حالت مایع داره صافش کنید دوباره بگذارید رو حرارت تا به غلظت دلخواه برسه. رنگش هم بستگی به خودتون داره من حلوای تیره دوست ندارم، نگذاشتم رنگ آرد تغییر کند.

پی نوشت: من از همون یک لیوان شکر استفاده کردم که نصف شکر قهوه ای و نصف شکر سفید بود. به جای کره از روغن لادن طلایی زعفرانی استفاده کردم. از یک قاشق غذاخوری گلوکز هم در شربت استفاده کردم، که وقتی شربت را از روی شعله برداشتم بعد از اضافه کردن گلاب ریختم. برای قسمت تیره آخر سر مقداری از حلوا را برداشتم و یک قاشق پودر کاکائو اضافه کردم.

نکته ها: برای اینکه در آخر موقع اضافه کردن شربت و هم زدن حلوا گلوله نشود بعد از اینکه آرد را تفت دادید، حتما الک کنید و بعد روغن اضافه کنید. برای تیره یا روشن شدن رنگ حلوا در دو مرحله این مورد انجام می شود: ۱- زمان تفت دادن آرد،۲- مرحله اضافه کردن روغن به آرد، که هر چقدر بیشتر تفت بدهید رنگ نهایی تیره تر میشه. بهترین ظرف برای درست کردن حلوا به نظر من ظروف رویی هستند. چون رسانای خوبی برای گرما و نیز بهتر از تفلون و چدن است. البته خیلی خیلی باید مراقب باشید موقع تفت دادن آرد و مرحله اضافه کردن روغن به آرد، مدام باید هم بزنید.

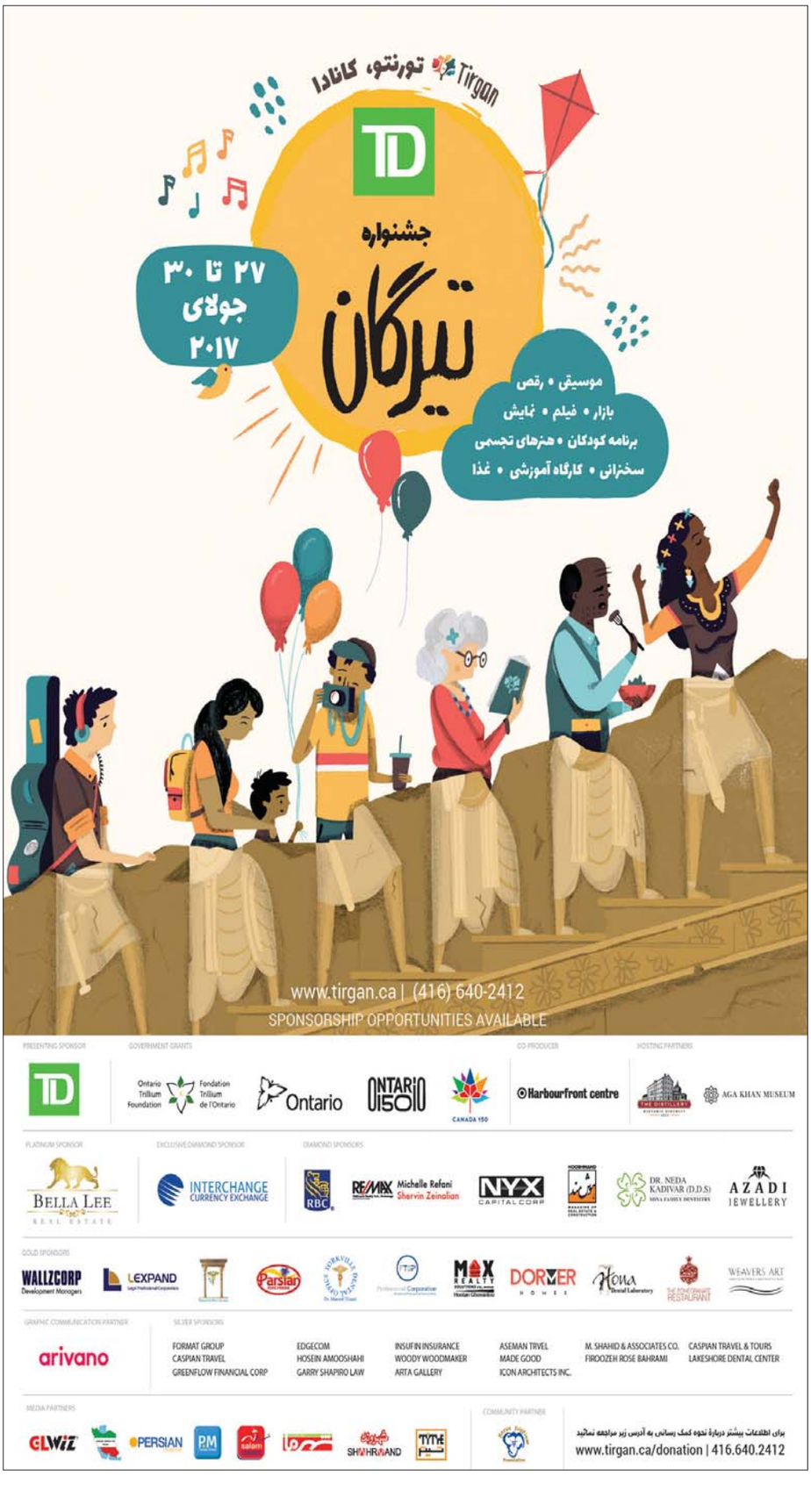
نوش جان

طرز تهیه ترشه شامی(گیلانی)



مواد لازم:
گوشت گوساله چرخ کرده: ۵۰۰ گرم
پیاز متوسط رنده شده: یک عدد
تخم‌مرغ: یک عدد
سیب زمینی متوسط:یک عدد، آب‌پز
روغن مایع: به میزان لازم
آب نارنج و یا آبغوره: یک چهارم پیمانه
نمک و فلفل: به میزان لازم

روش تهیه
۱- آب پیاز را گرفته و با گوشت، جعفری و تخم‌مرغ مخلوط کنید. سیب‌زمینی را نیز رنده کرده و به مایه گوشت اضافه کنید و ورز دهید تا مایه یکدست شود. نمک و فلفل آن را نیز اضافه کنید.
۲- از مایه به اندازه تخم‌مرغ برداشته و آن را با دست پهن کنید تا ضخامت آن حدود ۲ سانتیمتر شود. همه مایه گوشت را به این صورت درآورید.
۳- روغن را روی شعله متوسط داغ کرده و شامی‌ها را در آن سرخ کنید. سپس از ظرف خارج کرده و با حوله کاغذی روغن آن را بگیرید. در قابلمه دیگری، پیاز را تفت دهید و به آن دو- سه قاشق رب اضافه کنید. سپس دو لیوان آب و یک لیوان آب نارنج و یا آبغوره اضافه کنید. وقتی جوش آمد زیرش را کم کنید و شامی هایی که سرخ می کنید داخل قابلمه بیاندازید. در صورت تمایل چند سیب زمینی کوچک هم به آن اضافه کنید. اجازه دهید روی شعله متوسط به مدت ۱۵ دقیقه بجوشد. سپس در ظرف چیده و با چلو، کته یا نان سرو کنید.



ایده هایی برای غذای مدرسه کودکان

ساندویچ لوبیا سیاه
مقداری لوبیا سیاه پخته شده به همراه تخم مرغ های نیمرو شده را مخلوط کرده و آنرا میان یک نان سالم قرار دهید و در نهایت یک ساندویچ سالم و مقوی را درست کنید.

کلم و هویج
ترکیبی از این کلم های خوشمزه به همراه هویج را در قالب های زیبای قلبی شکل بریزید و در نهایت به عنوان یک ناهار بسیار زیبا و خوشمزه برای فرزندانمان درنظر بگیرید.

سالاد الویه سالم
این غذای بسیار سالم ترکیبی از انواع سبزیجات تازه و نخود فرنگی و سیب زمینی می‌باشد که در پایان هم یک سس خوشمزه به آن زده شده است و می‌تواند به عنوان یک ناهار خوشمزه برای فرزندان ما در نظر گرفته شود!

پیتزا

پیتزا می‌تواند از سبزیجات فصلی و مورد علاقه کودکان و نوجوانان مانند گوجه و قارچ و سبزی های معطر تشکیل شود که در نهایت تمامی اینها روی یک تکه نان گذاشته و مانند یک پیتزا اما بسیار سالم درآید.

ساندویچ سبزیجات
این ساندویچ شامل سس ، پنیر ، انواع سبزیجات کباب شده و هر آنچه که به نظر می‌رسد فرزندتان دوست داشته باشد تشکیل می‌شود.

تخم مرغ آب پز
تخم مرغ آب پزی که کاملا سفت باشد غنی از پروتئین بوده و یکی از رضایت بخش‌ترین ناهارهای روزانه برای بچه‌ها است. اما این رضایت‌بخشی، با این ترفند ساده که تمامی آنها را به شکل قلب درآورید، بیشتر هم خواهد شد!

سالاد مورد علاقه ی بچه ها

سالاد برای بچه‌ها؟ مطمئن باشید این سالاد که ترکیبی از آووکادو و انبه به همراه کینوا می‌باشد مورد توجه و علاقه تمامی بچه‌ها است. به خاطر داشته باشید که غذایی که کودکان با خود می‌برند، باید سبک، مغزی و سالم باشد.

فال

فروردین

امروز دلتان می‌خواهد خودتان باشید و برایتان اهمیتی ندارد که دیگران به شما رأی مثبت می‌دهند یا نه. یعنی تصمیم ندارید که جلوی خلاقیت‌تان را بگیرید. اگر می‌خواهید تغییر مسیر دهید، پس از این فرصت استفاده کنید و با خوشرویی به سمت اهداف‌تان حرکت کنید. اگر دیدید که اوقات به کامتان نیست، بهتر است کار دیگری را شروع کنید یا این که رفتارتان را عوض کنید.
در ضمن باید حساسیت خود را نسبت به اطرافیانت کاهش دهی. بعضی مواقع علاقه بیش از حد باعث می‌شود که از هر چیزی برداشت‌های مختلفی برای خودت بکنی. نباید زود تحت تاثیر صحبت‌ها قرار بگیری.

اردیبهشت

به نظر می‌رسد که اهدافتان را بر پایه‌های سست پیش برده‌اید، به همین خاطر احساس امنیت نمی‌کنید. دوستان و اعضای خانواده معمولاً در سختی‌ها به کمکتان می‌آیند، اما این بار موضوع چیزی است که از خودتان می‌پرسید آیا می‌توانید روی همکاری آن ها حساب کنید یا نه. صادقانه وارد بحث شوید و بگذارید که حقیقت درونتان بروز کند. کسی که تو را دوست دارد برایت نقشه‌های زیادی می‌کشد، اما تا می‌خواهد که آنها را عملیی کند با رفتار پیچیده تو، پشیمان می‌شود. بهتر است کمی در برخوردت مراقب باشی و ملاحظه موقعیت‌ها را بکنی. اراده، پشتکار و استعداد تو می‌تواند تمام مشکلات را براحتی از سر راه بردارد.

خرداد

سعی نکنید بیش از حد سرتان را شلوغ کنید و برای امروز برنامه ترتیب دهید. فعل و انفعالات کهکشانی به شما پیغام می‌دهد که از سرعت خود بکاهید و لحظه لحظه هایتان را دریابید. بهتر است با نزدیکانتان صمیمی تر رفتار کنید. اگر یک چیز کوچک به یک مشکل جدی تبدیل شد سعی نکنید که با منفی فکر کردن به آن دامن بزنید. بدانید که مثبت اندیشی شما باعث خواهد شد که دیگران هم مشکلات را از دریچه‌ی دیگری ببینند. به نظر می‌رسد اوضاع عاطفی تو مساعد نباشد. روابطت با یکی از دوستانت نه تنها بهبود نیافته که روز به روز بدتر می‌شود. باید کاری کرد که روزگار هجران دوباره به وصل متصل شود.

تیر

مروز باید شیوه ی مدیریت مالی خود را تغییر دهید. به نظر می رسد طوری پول خرج می کنید که انگار درآمدتان بیشتر از چیزی است که در واقعیت به دست می آورید. باید به روابط تان، موقعیتی که دارید و چیزهایی که می‌خواهید در آینده به دست آورید فکر کنید. بدانید که ثروت مادی ضامن خوشبختی نیست. بهتر است بر چیزهایی تمرکز کنید که در طولانی مدت به دردتان خواهد خورد.

مرداد

امروز یک فرصت عالی است تا اهداف جدیدی را برای خود در نظر بگیرید. اما فقط این که اهداف تان را روی کاغذ بنویسید کافی نیست، زیرا برای کامیابی لازم است که به افکارتان عمل کنید. هر چه را که می خواهید در ذهن تان تجسم کنید و در برابر موانع تسلیم نشوید. برای این که رویاهایتان را به واقعیت تبدیل کنید باید وقت بگذارید و پشتکار نشان دهید.

شهریور

بین دو تصمیم گیر افتاده‌اید: دلتان به شما یک چیز می‌گوید، در حالی که حقایق چیز دیگری را به شما نشان می‌دهد. با این که می دانید رفتارتان با منطق جور درنمی‌آید، اما باز هم می‌توانید همه‌ی کارهایتان را توجیه کنید. همین که سعی می‌کنید اعمال تان را با عقاید و ارزش های تان هم سو کنید ممکن است موجب یک بحران روحی شود. از این که دیگران مشکلات احساسی شما را درک نمی‌کنند غصه نخورید، فقط باید در جهت رویاهایتان حرکت کنید.

مهر

امروز ممکن است تعادل روابط اجتماعی تان به هم بریزد، اما به جای این که اختلافات را شخصی کنید بهتر است بدانید که نمی‌توانید همه چیز را تحت کنترل داشته باشید. ماجراهای امروز می‌توانند به مشکلات احساسی کشیده شوند. اما عجله نکنید، زیرا نباید برای درست کردن روابطتان شتاب زده عمل کنید. اکنون به هر کجا نگاه می‌کنید فقط شک و تردید می بینید، پس درباره چیزی نتیجه گیری نکنید تا فشارها فروکش کنند. به شما توصیه می‌شود تا جایی که امکان دارد انعطاف پذیری نشان دهید.

آبان

این که خودتان بخواهید رازی را نگه دارید یک چیز است و این که شما را تحت فشار بگذارند تا ساکت بمانید یک چیز دیگر. امروز به سختی می توانید احساساتتان را برای مدت طولانی مخفی نگه دارید. اما در حال حاضر دلیلی وجود ندارد که بخواهید خودتان را سرزنش کنید. در مسیرتان حرکت کنید و هر چه را فکر می‌کنید لازم است بگویید، اما هر چه می‌گویید باید نرم خویی و مهربانی را فراموش نکنید.

آذر

امروز اگر سعی کنید که اول به وظایفتان برسید می توانید در نهایت شادی بیشتری به دست آورید. البته اشکالی ندارد که کمی هم دست به ماجراجویی بزنید، اما اگر زیاده روی کنید ممکن است مشکل درست شود، به ویژه اگر بخواهید چیزی را به کسی ثابت کنید. بدانید که اگر دست از رقابت بردارید همه می توانند اوقات خوشی را تجربه کنند.

دی

اگر دیگران صداقت کامل به خرج ندهند ممکن است در روابط تان مشکل درست شود. اکنون به سختی می توانید چیزی را از دیگران مخفی نگه دارید. ممکن است حرف های ناگفته یا حسادت های پنهان بروز کنند و اوضاع را آشفته سازند. شاید همه ی این ها باعث شود که مجبور شوید حرف دلتان را بزنید، به این ترتیب همگی احساس راحتی بیشتری خواهید کرد.
از نظر مالی، اگر مطمئنی که در این راه به سود خوبی می‌رسی به حرف‌های دیگران اهمیت نده و برای رسیدن به هدفت تمرکز و تلاش کن. در آینده نزدیک پولی به دست می‌آوری که نتیجه تلاش‌های خودت است.

بهمن

امروز ممکن است در روابط شخصی و کاری شما تغییراتی حاصل شود و شما را شگفت زده کند. اگر در مقابل تغییرات مقاومت کنید ممکن است گفتگوها بالا بگیرد. اما این مخالفت شما ربطی به دیگران ندارد، فقط از جانب خودتان حرف می‌زنید. سعی کنید با خودتان کنار بیایید و به سمت ناشناخته‌ها حرکت کنید، نه این که مدام در یک مسیر تکراری قدم بردارید.

اسفند

امروز تصمیم دارید که به زندگیتان سر و سامان دهید، اما نیروهایی هستند که شما را به سمت مخالف می کشانند. شاید مجبور شوید احساساتتان را سرکوب کنید تا به تعهداتتان برسید. اما انکار احساسات تان کار درستی نیست. به شما توصیه می‌شود که آن‌ها را بروز دهید، حتی اگر نمی‌دانید که چه نتیجه‌ای به بار خواهند آورد. بزودی از این وضعیت خارج می‌شوید.

سود و کو

شماره ۷

۹	۷				۲	۱		
				۸	۱			
۱				۹	۶	۵	۳	۴
۵				۷	۸		۴	
۸	۲			۶			۷	۵
	۷		۲	۵				۶
۷	۱	۸	۴	۲				۳
			۶	۱				
		۵	۸			۴		۷

شماره ۸

	۵	۸			۷	۱		
	۶						۳	
						۲	۹	۷
۵	۴		۸			۶		
۷				۱	۴			
	۸	۱	۹	۶				۴
۱			۲	۹		۴		۵
۸		۵					۷	
۴	۶		۸				۳	

پاسخ شماره ۵

۱	۷	۵	۲	۹	۴	۸	۳	۶
۶	۲	۳	۱	۸	۷	۹	۴	۵
۸	۹	۴	۵	۶	۳	۲	۷	۱
۵	۱	۹	۷	۳	۲	۴	۶	۸
۳	۴	۷	۸	۵	۶	۱	۲	۹
۲	۸	۶	۹	۴	۱	۷	۵	۳
۹	۳	۸	۴	۲	۵	۶	۱	۷
۴	۶	۱	۳	۷	۹	۵	۸	۲
۷	۵	۲	۶	۱	۸	۳	۹	۴

پاسخ شماره ۶

۷	۵	۳	۹	۴	۸	۲	۶	۱
۹	۱	۸	۷	۲	۶	۴	۳	۵
۶	۴	۲	۱	۵	۳	۸	۷	۹
۸	۳	۱	۲	۶	۹	۵	۴	۷
۲	۶	۴	۵	۱	۷	۹	۸	۳
۵	۹	۷	۳	۸	۴	۱	۲	۶
۳	۸	۶	۴	۹	۱	۷	۵	۲
۴	۲	۹	۶	۷	۵	۳	۱	۸
۱	۷	۵	۸	۳	۲	۶	۹	۴

سریعتر و آسانتر از دیگران وارد دانشگاه شوید.

آکادمی هنرهای زیبای مهرداد صبوحی

تنها مدرسه رسمی هنر ایرانی با مجوز رسمی از وزارت آموزش و پرورش انتاریو

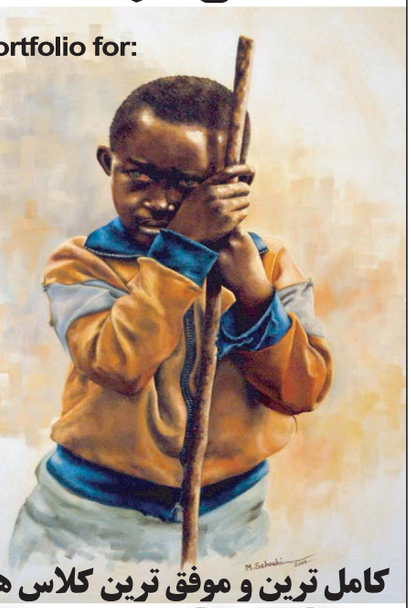
طراحی . نقاشی . آبرنگ
رنگ روغن و مجسمه سازی
برای خردسالان و بزرگسالان
با متد پیشرفته دانشگاهی

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

۲۴ سال آموزش موفق نقاشی در کانادا
برنده جوایز متعدد مسابقات نقاشی
موسس اولین آکادمی هنر نقاشی در کانادا
از شاگردان استاد عامری الحسینی از پیشگامان نسل اول نقاشان معاصر ایران
لیسانس هنرهای زیبا ، لیسانس هنر و لیسانس آموزش از دانشکده تربیت معلم دانشگاه یورک

با ارائه پایان نامه رسمی برای کلیه دوره های آموزشی
فقط در ۱۰ جلسه ۱۰۰٪ تضمینی

Professional Art Portfolio for:
Architectural Design
Interior Design
Industrial Design
Advertising
Animation
Fashion Design
Fine Arts Program
Graphic Design
Illustration
Jewelry Design
Photography



با تضمین ۱۰۰٪ قبولی

کامل ترین و موفق ترین کلاس های آمادگی و تهیه
Art Portfolio
در کانادا جهت ورود به دوره های لیسانس و فوق لیسانس ،خصوصا معماری
توسط مهرداد صبوحی

www.MTCschool.ca
416-221-2111
10087 Yonge St. Richmond Hill, ON L4C 1T7
(Downtown Richmond Hill) در قلب ایران هیل

شرکت ساختمانی Jack

✓ انجام کلیه کارهای پشت بام
Shingles ،Flat تعمیرات و غیره
✓ Leaky Basement، چنانچه زیرزمین
خانه شما نم و یا آب می دهد.
✓ ناودان و کلیه کارهای آلومینیوم
✓ رنگ، هاردوود و غیره

416-402-4917

فروش یا اجاره

یانگ و کینگ
مغازه ای در شمال ریچموندهیل
با موقعیت عالی جهت واگذاری

647-879-4766

اجاره

Stoffville Rd/Bayview
دو طبقه از خانه
سه خوابه بدون بیسمنت
به یک خانواده کم جمعیت
بزرگ و دلباز و حیاط بزرگ
Utility 2/3
No Pet/No Smoking

416-677-3856

آشنایی – ازدواج

آقایی هستم ۴۱ ساله
خواهان آشنایی و ازدواج
با خانمی در کانادا هستم

416-830-4511

آشنایی – ازدواج

آقایی ۲۸ ساله، از ایران
خواهان آشنایی و ازدواج با خانمی مقیم کانادا
بین ۲۰ تا ۳۰ سال

647-641-6033

استخدام

به یک کارگر ساده
و همچنین یک کمک مکانیک نیازمندیم

647-241-5060

Registered Religion Official
سیّد حسن بنی طبا

محضر رسمی ۱۱۰ ®
تنها دفتر قانونی تحت نام "محضر" در سراسر کانادا

به مدیریت **سید حسن بنی طبا**
با مجوزهای معتبر شرعی و قانونی
و تجربه کار در کنسولگری
* * *
جهت اطلاع تازه واردان
دفاتری که با شبیه سازی خود را تبلیغ می کنند،
ربطی به ما نداشته و
محضر ۱۱۰ هیچگونه شعبه ای ندارد
۲۱ سال تجربه کار کنسولی

تشرف به اسلام عزیز

تاسیس ۱۹۹۸
مهرهای پک بار خروج
تغییر اقامت (خروج مکرر)
انواع معافیت ها
* طلاق های توافقی شرعی
* پاسخ به سوالات شرعی
تعویض کارت نظام وظیفه

تاسیس ۱۳۷۷
* ازدواج (شرعی و کانادایی)
تنظیم فرم های کنسولی،
شناسنامه های بی زحمت
گذرنامه های سریع
وکالتنامه های دقیق
کارت شناسایی ملی

انجام مراسم عقد شرعی و ازدواج کانادایی در محل مورد نظر شما به فارسی و انگلیسی در کوتاه ترین زمان ممکن (۲۰ دقیقه)

416-228-9997 6365 Yonge St. (Just South of Steeles) ۶۳۶۵ خیابان یانگ (جنوب شرقی استیلز)

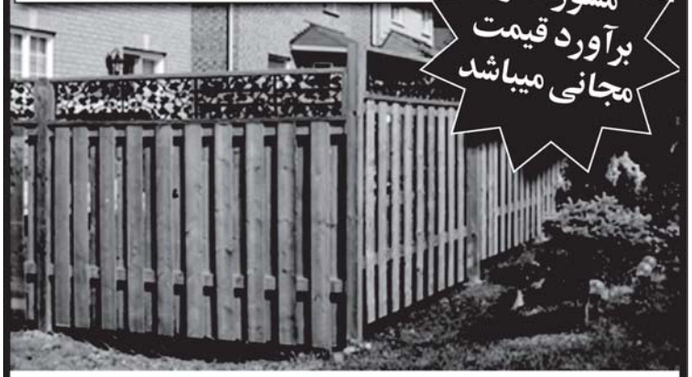
Taher landscaping

شرکت فضای سبز طاهر
با ۲۰ + سال تجربه
+ 20 Years Experience

فنس، دک، آلاچیق، گزیبو، و
کلیه کارهای چوبی Outdoor

کلیه کارهای ما با گارانتی و بیمه همراه است

مشورت و
برآورد قیمت
مجانی میباشد



Tell:647-802-3592
www.taherlandscaping.com
taherlandscaping@yahoo.ca

استخدام

Nobleton/ Pizza and Wings
King's Rd/ Hwy 27

به یک پیتزا میکر

نیمه وقت وتمام وقت نیازمندیم

416-315-7672

حسابداری نشنال
National Accounting
افشین غایبی
INCOME TAX

◀ خدمات حسابداری ومالی
◀ تنظیم صورت حساب های مالی
◀ خدمات مالیاتی (اشخاص و شرکت‌ها)
◀ تهیه اظهار نامه‌های مالیاتی
◀ ثبت شرکت‌ها
◀ برداشتن شرط مهاجرت تجاری

6120 Yonge St. Suite 212
North York, ON M2M 3W7
416-223-3336
طبقه بالای سوپرگوشت زمانی و پسران

تلفن های مشاغل در تورنتو

آرایشگاه
دوستان 905-731-7536

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

آهنکاری و فلزکاری
شهرام 416-994-2060

آموزش تحصیلی
البرز 416-875-0909
مدرسه فارسی تورنتو 416-843-3387
Advanced Academy 905-737-8282
ریاضی ، فیزیک مصیبی 647-274-3050
دبیرستان Toronto Academy 647-274-3050
دبیرستان و هنرستان صبوحی 416-221-2111
فاطمی زاده 416-497-3107
مدرسه فارسی سینا 416-590-9479
دبیرستان انتگرال 416-497-3107
اسحاقی (ریاضی و آمار) 416-224-1902

آموزش ورزشهای رزمی
جلیل‌زاده 416-398-5958

آموزش رانندگی
آریا 416-873-0084
کیان 416-897-6665

آموزش موسیقی
حسین افصلی (تار و سه تار) 416-571-4256

آموزش نقاشی
آکادمی صبوحی 416-221-2111

الکترولیز
الکترولیز سورا 416-494-8136

اتومبیل
کوروش عبادی 866-880-0669
دودی کردن شیشه 905-532-0333
شستشوی اتومبیل 905-532-0333

املاک، مسکن و وام
نازی واقف 416-454-6274
نورا اخباری 416-277-6668
افشین دهقان 416-888-6753
امید جلیلی 416-704-7044
امید گرگانی 416-889-2200
اوجی 416-225-2900
مهشید مدیرنیا (وام) 416-817-7756
محسن حنا 416-500-1010
نفری 416-450-3350
نادر اخباری 416-402-5665

بازرسی ساختمان
افشین افتخاری 416-830-3347
Delta 416-666-0555
نورالدین حقیری 416-888-7972
منوچهر ترکمنی 647-669-0639
محمد باقرپور 416-890-8091

بیمه
آجورلو، نائله 416-558-6454
خداپرست، نادر 416-576-7766
رحیمیان، محمد 416-558-2138
سبروسی، رامین 416-492-9595
میربان، شیده 416-450-5787
هوتن قره باغی 416-836-4469
فرناز رستمی FSB Group 416-524-9484
یغمائی-سیروس 416-500-0197
قره باغی-هوتن 905-482-0585

تابلوسازی
کیان 416-293-1211
اهواز K.A.Sign 416-755-7501

پرده
پرده امپریال 416-567-9200
پرده بلو شیدز 416-487-2700

Refrigeration & Air Systems
Refrigeration, Heating, AirConditioning, Major Appliance, Refrigerators, Walk-in Coolers,Walk-in Freezers,Display Cases
HVACR MAST
سردخانه- یخچال - حرارت مرکزی - کولر و لوازم خانگی
خانگی- تجاری
یکسال ضمانت
خدمات گرما و سرما
● با کلیه لایسنس های مربوطه ،ثبت شده، و بیش از ۳۰ سال سابقه کار
● یخچال های ویترینی، خانگی، پاپ کولر، واک-این کولر، فریزر
● فرنیس، ایرکاندیشن، شومینه گازی، لوله کشی گاز، مرطوب کننده هوا
● اجاق برقی و گازی، ماشین لباسشویی، خشک کن، ماشین ظرفشویی
محمد Registered Contractor 416 567 7353

Friends Barber Shop
7368 Yonge St. Unit 7A
905-731-7536

سالن آرایش مردانه
دوستان
لطفاً با تعیین وقت قبلی

Advanced Computer ادونس کامپیوتر
ASUS - Toshiba - Lenovo
- فروش انواع لپ تاپ، کامپیوتر و قطعات کامپیوتر
- تعمیر انواع لپ تاپ، مك Book و PC
- نصب و راه اندازی انواع سرورها برای ادارات و منازل
- ویروس زدائی و نصب انتی ویروس
- نصب سیستم های عامل، Windows, Linux, MAC و انواع نرم افزارها
- نصب و تعمیر قطعات لپ تاپ، MAC و PC (LED/LCD, Power Jack, Hinge)
- Data & Password Recovery, Backup بازیابی اطلاعات و پسورد ورودی
- تبدیل انواع فیلم به DVD
- آموزش کامپیوتر

سرویس در محل کار و منزل
We buy used/dead/ broken Laptop

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

با برداشتن تحریم ها از طرف دولت کانادا ارسال هرنوع کالا به ایران مجاز شد
خدمات ارسال بار بین ایران و کانادا بصورت هوایی
(خیلی سریع) ۵ روزه
ارسال کلیه اجناس تجاری مورد نیاز کارخانجات – صنایع و خودرو (از قبیل مواد اولیه – ماشین آلات – قطعات فنی خودرو و ...)
غیر تجاری (مانند : لباس – کفش – دارو – لوازم آرایش – آیفون – لپ تاپ – کادو – سوغاتی و...) بدون محدودیت وزنی (نیم کیلو به بالا)
از تورنتو به ایران(تمامی شهرها) و برعکس
ارسال مطمئن مدارک خیلی مهم شما (شناسنامه - کارت ملی - سند - پاسپورت - وکالتنامه و هرنوع مدرک مهم) خیلی سریع 3 روزه
ارسال وسایل منزل با کانتینر(یکماهه - دریایی) به ایران - پکیجینگ در منزل شما - تحویل در ایران درب منزل شما
حل تمامی مشکلات حمل به ایران خصوصا گمرک * پرداخت کلیه هزینه ها به عهده ما(فقط یکبار پرداخت - بدون هزینه اضافی)
تلفن دفتر تورنتو: 647-500-8003
دفتر مجله ایران استار - 169 Steeles East : آدرس دفتر تورنتو
عرفانی
و دفتر تهران: 0912-134-000 6
آدرس تلگرام ما جهت اطلاع از تاریخهای ارسال به ایران و دریافت از ایران و کلیه توضیحات بصورت زیر میباشد: @bar2iran

سرویس فرودگاه در تمام GTA با ون ۸ نفره بزرگ فقط ۴۴ دلار
سرویس به واشنگتن (انجام امور سفارت ایران)
رفت: یکشنبه ظهر
برگشت: دوشنبه عصر
انتخاب روز به دلخواه شما در صورت ۴ نفر به بالا
تلفن های رزرو:
+1-647-343-2981
+1-647-500-8003
بهمن عرفانی
لینک کانال در تلگرام:
@airport44

محضر رسمی تورنتو
و با همکاری وکلای رسمی دادگاههای انتاریو کانادا و ایران
توجه کلیه وکالتنامه های ارسالی به ایران بدون تائید وکیل دارای اعتبار نمی باشد.
توجه ترجمه فوری (ATIO Member)
ترجمه کلیه اسناد رسمی
گواهینامه . شناسنامه
مدارک تحصیلی
مدارک ازدواج و ...
و اداره مهاجرت کانادا
. تنظیم و تائید رسمی دعوتنامه . گواهی امضاء . وصیتنامه
. تنظیم و تائید اجازه سفر فرزندان . قسم نامه . کپی برابر با اصل
. اجازه خروج مکرر . تنظیم، تایپ و تائید وکالتنامه
طلاق و ازدواج شرعی و کانادائی
توسط وکلای رسمی دادگستری کانادا و پایه یک ایران
416-850-6455
10087 Yonge St. Richmond Hill

مدرسه فارسی بچه های ایران
در قلب ریچموندهیل
امکانات برتر
آموزش بهتر
کلاسهای کم جمعیت
RWS Farsi Credit Courses
Grades 9-10-11-12
University Level
۱۰٪ تخفیف برای ثبت نام در Farsi Summer School
$69 Per Month
شنبه هر هفته همراه با
● کتاب آموزشی رایگان
● لوازم تحریر رایگان
● تغذیه سالم رایگان
10087 Yonge St. Richmond Hill Tel: 416-221-7274

پرده سرای بیژن
دوخت و نصب انواع
مدل‌های پرده پارچه‌ائی
تا75% تخفیف برای انواع پرده کرکره، عمودی و افقی
416-830-7771
228 Cherokee Blvd ON, M2H 2J7

شرکت ساختمانی AVESTA اوستا
حامد پیر Renovation Construction
تعمیرات اساسی و بازسازی منزل شما، رستوران و ..
Basement Kitchen
Bathrooms Painting
Drywall Plumbing
Electrical
Cell: 416-879-8900
70 Gold Brook Cres., Richmond Hill, ON, L4S 1V3

Arwin Painting & Renovetion Group (Insured)
نقاشی ساختمان
آروین
تکمیل بیمنت
با ۱۷ سال تجربه
تمیز و مطمئن
ارزان و سریع
تیم مجرب دارای لایسنس معتبر میباشند
انواع فلوربنگ (لمینت، هاردوود، کاشی کاری)
گارانتی محسن (416) 897-7719

انجام کلیه امور برق صنعتی و خانگی
خدمات الکتریکی
برق صنعتی و خانگی
Master Pot Light
Commercial-Residential-Industrial
باداشتن لایسنس انتاریو
416-833-3831

Second Choice Cleaning System
معتبرترین شرکت ایرانی در ارائه خدمات:
نظافت
موکت شوئی،
فرش و مبلمان
منزل و محل کار
www.secondchoice.ca
نظافت منازل نوساز یا بازسازی شده، شیشه، پنجره، داخل اتومبیل و حمل ضایعات، پذیرایی
416-471-7-471
Call us if you need any help
برای آگاهی بیشتر از خدمات و قیمت های ما از وب سایت ما بازدید فرمائید
www.secondchoice.ca

تلفن های مشاغل در تورنتو

پزشکان خانوادگی و متخصص

پروین زرین (همویتی) 905-882-8352
شمس(چشم) 416-222-9962
کفائی(دامپزشکی) 905-882-0078
ارجمند(چشم پزشک) 416-548-6555
ناصر افخمی 416-939-5876
طبیعی درمانی 647-222-6568

دندانپزشکان

رضوانی - نصیرزاده 416-285-5003
ساعتیان 647-352-8080
کاشفی 905-780-8444
کرمانشاهی 905-727-0007

تاسیسات و ساختمان

خدمات برق KHMG 647-764-4787
آلفا "برق" 416-834-2532
الکتروکام 416-899-5563
برق بهروز 416-899-5279
لوله کشی محسن 416-708-4073
لوله کشی رضا 416-661-9393
گرمایش، سرمایش و سردخانه محمد . 416-567-7353
برق موسوی 416-258-8794
Matrix Architects 416-602-6121
آریا الکتریک 647-205-7977
خدمات ساختمان 416-436-3839
Green Plumbing 647-886-9779
حسین آذرنیک 416-617-9139
سرمایش و گرمایش علی 647-237-0890

تدریس خصوصی

کلیه دروس ..... (416) 450 8223
ریاضی و فیزیک (مصیبی) ..... (647) 274 3050

ترجمه

جواد مددی ATIO 905-709-0062
اسکندر تدین ATIO 416-431-4445
سهیلا خاتمی ATIO 416-419-0476
دکتر رضا شیدفر 416-732-3278
ماه بانو غلامی ATIO 647-470-0220
آذین وکیلی ATIO 416-274-7448

تعمیرات اتومبیل

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

تعمیرات لوازم خانگی

الن الکترونیک 905-508-4111
فرامرز (Air Trust) 416-315-6369
محمد(تهویه و سردخانه) (HVAC/R) 416-218-9030

چاپخانه

Candoo 416-903-6060
خردمند 416-676-9-676

حسابداری

ایده‌آل 416-226-0166
امین 416-224-0540
هارمونیک 416-317-3003
نشنال(غایبی) 416-223-3336
هرمز 416-285-5858

حمل و نقل (اسباب کشی)

ارزان(مجید) 416-937-7525
Max 416-745-3725
عباس موویتگ (حمل زباله) 416-490-9000

حمل و نقل بین المللی

FSI 416-590-8989
متراس 416-497-0377

داروخانه

مترو 416-222-0242

تدریس خصوصی ریاضی و فیزیک
در منزل شما توسط رضا مصیبی
– دبیر رسمی ریاضی و فیزیک در آموزش و پرورش تورنتو
– سابقه تدریس ریاضی و فیزیک در دبیرستانهای دولتی و خصوصی تورنتو از سال ۱۹۹۵ تا به حال
– دارای لایسنس تدریس و عضو رسمی Ontario College of Teachers
– مشاوره رایگان در هرمورد تحصیلی
– تدریس ریاضی و فیزیک به زبان انگلیسی می‌باشد (در صورت نیاز فارسی)
– دروس گردیت مورد قبول دانشگاهها پذیرفته می شود
Grade7-12 , College , University (دبیرستان، کالج و دانشگاه)
Calculus , Advanced Functions , Data , Physics
647-274-3050

تدریس خصوصی
ریاضیات، فیزیک، شیمی(دبیرستانی و دانشگاهی)
توسط مدرس
باسابقه دانشگاه
416-497-3107

Tutoring
تدریس خصوصی
شیمی
Grade 11 & 12
دبیرستان های ایران وکانادا
College & University
(647) 839-0990
مرتضی کتانی

تدریس پیانو
توسط پردیس عمانیان
Teaching Piano
Lessons(Irani,Classic)
By Pardis,Omanian.
در قطعات کلاسیک
بر اساس متد RCM و قطعات ایرانی
با۱۶ سال سابقه تدریس
647-878-2021
pardis101@hotmail.com

ADVANCED ACADEMY
Excellent in Quality and Standards
Math, Chemistry, English, Physics, French
تدریس خصوصی
Tutoring
416-450-8223
Grade 6 - 12 & Univ
A DIVISION OF Advanced Canadian Education Inc.

CYAN SIGN تابلوسازی سایان
CNC Cut Print Channel Letter
Light Box LED Sign
خطاط، نقاش، (عضو انجمن خوشنویسان ایران)
طراحی و ساخت انواع تابلوهای تبلیغاتی و هنری Custom Made
چاپ بنر فلایر و بیزنس کارت
461 Esna Park Dr. Unit 12, Markham, ON L3R 1H8
416-732-0222
cyansign@live.com

Dehbon Mediation Services
خدمات حل اختلاف و میانجی گری
فریدون دهبنه ای
(صاحبی رسمی پروانه شرایط) دارای مجوز از AGR کانادا
Fred (Feraydon) Dehbonehie,Q.Med,M.B.A
www.dehbonmediation.com f.dehbonehie@hotmail.com
مشورت با ما صرفه جویی در وقت ـ هزینه های حقوقی و حل اختلاف طرفین را بر اساس تشریک مساعی در بر دارد.
در موارد: خانوادگی (زوجاج و طلاق)، ارث، قراردادها، مهاجرت، بدهی
Collection Agency
416-705-8791

BLUE SHADE
Custome Made Drapery and Shades
دوخت و نصب انواع پرده
درجدیدترین طرح ها و مدل‌ها
Tel: 416-847-2700
Cell: 416-418-7888
برآورد رایگان در منزل و محل کار شما
facebook
www.blueshadedecor.com

خدمات ارسال بار بین ایران و کانادا بصورت هوایی
(خیلی سریع) ۵ روزه
ارسال مدارک ، بار و بسته های مهم شما بصورت خیلی مطمئن
بدون محدودیت وزنی (از نیم کیلو به بالا) از تورنتو به ایران و همچنین از ایران به تورنتو
تمامی هزینه های حمل به ایران و همچنین گمرک در ایران به عهده ما میباشد
مدارک (شناسنامه - کارت ملی - سند - وکالتنامه و...)
بار، بسته یا کالاهای خود (لباس، کفش، دارو، لوازم آرایش، آیفون، لپ تاپ و ...)
را در GTA درب منزل تحویل دهید و پنج روز بعد در تهران با شهرستان مورد نظر، درب منزل تحویل بگیرید
همچنین برای ارسال بار از ایران، با شماره دفتر تهران تماس گرفته و در تورنتو درب منزل تحویل بگیرید
تلفن دفتر تورنتو: 647-500-800 3
دفتر محله ایران اسنار - 169 Steeles East : آدرس دفتر تورنتو
عرفانی و دفتر تهران: 0912-134-000 6
سرویس منظم هفتگی واشنگتن (مخصوص انجام امور سفارت ایران)
رفت به واشنگتن یکشنبه عصر، انجام کارهای سفارتی دوشنبه صبح تا عصر و برگشت به تورنتو دوشنبه عصر
سرویس ویژه سفارت آمریکا در اتاوا (یک روزه)

R&Z Plumbing
Heating & Air Conditioning
کلیه خدمات لوله کشی آب و فاضلاب
تعمیر و تعویض شیرآلات، نصب سرویس های بهداشتی
تشخیص ترکیدگی و نشت‌یابی
با دستگاه و ترمیم قسمت مربوطه
لوله کشی رضا
سرویس، تعمیرات و نصب انواع
فرنس و ایرکاندیشن
سرویس سریع و مجهز در سطح تورنتو و حومه
نصب انواع آب‌گرم‌کن،
لباسشوئی، ظرفشوئی و یخچال
تجاری، مسکونی و صنعتی
با داشتن لایسنس انتاریو
سرویس ۲۴ ساعته
416-661-9393
416-876-6679
VISA MasterCard Interac
R&Z

تلفن های مشاغل در تورنتو

خدمات شیشه
سعیدی (اتومبیل).....905-532-0333
دنا گلاس (مسکونی).....416-262-7377

خدمات مالی
تقی عبدالحسینی.....416-658-4114

صرافی و حواله پول
ارز.....416-420-1234
گاما.....416-227-7799
پارسیان.....416-512-8444
پرسپولیس.....416-229-0000
پاسارگاد.....905-508-2580
پرسیکا.....647-345-9325
تهرانتو.....416-225-2345
تورنتو.....416-300-1070
طاهری.....416-488-8822
مرکزی.....905-482-7847
مانی اسمارت.....416-921-2899

طلا و جواهر
پینو.....416-367-4766

طبیعی درمانی
مهبیز آزاد.....416-779-7901
هنری مساوات.....647-222-6568
محسن رضوی.....416-492-2111

رستوران
خانه کوچک کباب.....416-595-9988
سوپرخوراک.....416-221-7558
مستر کباب.....905-237-8110
شیراز.....905-764-6900
البرز.....416- 226-6564

عکاسی و فیلمبرداری
رضا و مجید.....416-222-9773
سایان.....647-947-9191

فرش و موکت
موکت شوئی اکسپرس.....416-560-0709
فرش شوئی تهران.....416-654-0114
خانه فرش.....416-569-1314
Top Quality.....416-665-1510

فروشگاه خوار و بار
ارزان.....416-590-1234
تهران.....905-482-1770
سوپرمدنی.....905-773-2323

قنادی و بیکری
شیرینی سرا.....416-510-1050
گل سرخ.....416-223-5551

کابینت سازی
Legend Kitchen.....416-661-5101
Top Kitchen.....647-262-7551

کامپیوتر
ادونس کامپیوتر.....416-226-6939
PC Laptop Wireless.....416-731-9300
نوت بوک بهمن.....647-500-8003
Apple MacBook Setup.....416-854-0192
خدمات کامپیوتر آریاتک.....647-889-0024

کمک به سالمندان
AceHomeCare.ca.....(416) 628-8545

K.A. Signs
K A SIGNS
تابلوسازی اهواز
ارزانتر و سریعتر از همه‌جا
140 Manville Rd. (Warden & Eglinton)
wwww.kasigns.ca
(416)755-7501

Tak Renovation Co.
Mohammad Mellat Doust
16 Years experience in Canada
سلام محمد هستم
کارهای ساختمانی شما از قبیل:
نقاشی، نجاری، کاشی کاری، مسکونی کردن زیرزمین، طراحی
و بازسازی خانه‌های قدیمی حمام و آشپزخانه پذیرفته می‌شود.
416-731-1529
takrenovation@hotmail.com

تابلوسازی کیان
بالاترین کیفیت
مناسب‌ترین قیمت
ATHENIAN LUNCH SEAFOOD
www.KianDesign.ca
دارای کارگاه مجهز و خدمات پس از فروش
info@topsign.ca
285 Progress Ave. (401 / Kennedy)
416-293-1211

آموزش عملی و تئوری اولتراسوند (مدیکال سونوگرافی)
برای پزشکان وگروه‌های غیر پزشکی
دروس پایه: فیزیک-آناتومی
Basic Courses:
Physics-Anatomy
Specialities: دروس تخصصی:
Abdomen, Pelvis, Vascular, Msk,
OB/GYN(TV,Breast)
Small parts(Thyroid , ...)
کلاسهای آمادگی برای امتحانات ARDMS شامل نمونه سوالات و تکمیل مدارک
Preparation for ARDMS Exames
(Sample Questions - Scans)
معرفی‌نامه جهت کارورزی در کلینیک
Referral letter for training on real Patients
دکتر نظام طیاری
دکتر کوروش سرستی
ARDMS ,CARDUP registered
647-219-6939
647-709-0233
torontoultrasoundpractice@yahoo.ca

توسط متخصصین مجرب با بیش از ۱۴ سال سابقه کامپیوتری در ایران، کانادا و آمریکا
Microsoft CERTIFIED Technology Specialist
ثبت شده در کانادا
ASAP Computer Inc.
یکی از مجهزترین مراکز تعمیر لپ تاپ در کانادا
مشاوره رایگان ۷ روز هفته
خدمات کامپیوتری A.S.A.P (As Soon As Possible) در منزل و محل کار شما
اسپشیال ویژه؟
$50 فقط
نرم‌افزار
* نصب Windows (Original) با قابلیت آپدیت اتوماتیک (Autoupdate)
* نصب نرم‌افزار Office 2013 (Word, Excel, ...)
* ویروس کشی حرفه ای و نصب آنتی ویروس دائمی
* نصب نرم‌افزارهای گرافیکی و طراحی
* نصب نرم افزارهای Mac
تهیه بک‌آپ قبل از هر گونه نصب و بازگرداندن اطلاعات بعد از نصب
تعمیرات لپ تاپ
* تعمیر و تعویض LCD ، پایه و درب Laptop
* تعویض و تعمیر Adapter, DVD,Mouse,Keyboard
* تعمیر یا تعویض مادر برد Laptop
* برطرف کردن مشکل داغ یا خاموش شدن Laptop
* تعویض Power jack و Sound Card و Wireless و Memory
تعمیرات Macbook و Tablet
خدمات جانبی
* بازیابی Password ورودی و تعمیر Hard Drive
* بازیابی اطلاعات از دست رفته شما حتی بعد از Format
* نصب دوربین مدار بسته و کنترل از راه اینترنت
* خرید و فروش انواع Laptop و Desktop
کلیه سروبس های سخت افزاری و نرم افزاری ما، دارای گارانتی معتبر می‌باشد
شعبه ۱ نزدیک پلازای ایرانیان World On Yonge
7181 Yonge St., Unit #143 L3T 0C7
دفتر مرکزی Bayview& John St. (Thornhill)
416-273-83 93
647-448-60 90
ارزانترین قیمت ، بالاترین کیفیت
با مدیریت مهندس علی تاجیک

تیم والیبال
دختران و پسران هما
به سرپرستی
پریا پیشوا و ناصر پیشوا
(۸ تا ۱۸ سال)
برای دختران و پسران
تیم بسکتبال هما
416-818-0940

مکانیکی سیار حمید
با تجربه کار در ایران-اروپا و کانادا
تعمیر انواع اتومبیل‌های سواری، ون، تراک و لیفت‌تراک
۲۴ ساعته در محل کار یا زندگی شما
www.HamidAuto.com Toll Free: 877-967-1616
info@hamidauto.com Fax: 905-773-5123
۴۱۶-۹۶۷-۱۶۱۶

آموزش رانندگی پرهام
کاربردی‌ترین و سریع‌ترین آموزش
وقت سریع جهت امتحان G,G2
ماشین جهت Road Test
با تخفیف ویژه
فخر آبادی 647-923-4700

آموزش رانندگی کیان
-دوره آموزش تکدرس (برای رانندگان با تجربه) و کامل (برای رانندگان نوآموز)
-گرفتن نوبت سریع امتحان برای آئین نامه و شهر G2 و بزرگراه G
-تهیه برگ تخفیف بیمه و راهنمایی برای یافتن ارزانترین شرکت بیمه کننده اتومبیل
-اتومبیل برای روز امتحان و سوار و پیاده کردن در جلو منزل
ترجمه سریع گواهینامه
ثبت نام برای آزمایش آیین نامه و معاینه چشم
اصل سئوالات امتحانی آیین‌نامه با ترجمه بزبان انگلیسی و فارسی
مجانی برای شاگردان
416-897-6665

آموزش رانندگی آریا
گرفتن وقت سریع برای تورنتو بزرگ
به ویژه
Aurora
توسط مربی با تجربه در مناطق
ریچموندهیل، تورن‌هیل
در خدمت ایرانیان عزیز
T.905-737-0101
C.416-873-0084

تلفن های مشاغل در تورنتو

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

لوازم یدکی اتومبیل
دلتا - لوازم یدکی نو 416-292-7001

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

ماهواره , WEB Design
ماهواره 647-669-7001
WEb 416-490-9009

متفرقه
مرکز امام علی(ع) 416-759-3019
کمک به مهاجرین 416-431-4847 X235
خیریه پردیس 905-482-4822
مرکز ولیعصر(عج) 416-288-9868
انجمن ایرانیان 416-441-2656
سازمان زنان 416-496-9566
کانون مهندسین 905-771-7147
کانون شهروندان ارشد 416-223-4120
خانه ایران 416-221-IRAN
مرکز خانواده 416-665-6886
حمایت از بیماران سرطانی 905-597-0096
سازمان کاستی 416-431-4847
تلویزیون ایران زمین 905-763-1061
متوفیات و کفن و دفن 416-918-6950

محضر
دفتر رسمی جم 905-216-8320
محضربنی طباء ۱۱۰ 416-228-9997
محضر رسمی تورنتو 416-850-6455

مکانیک
ویگن 905-883-1118

موزیک و دی جی
باب 416-725-7117
سیامک "دی جی" 416-693-0688

وب سایت
مدیا پوینت 647-880-3984
بتر آیدیاز 647-808-5242
Misswebdesign.com 416-825-0824

وکالت و مهاجرت
الهام معاونی(وکیل رسمی) 905-918-9606
سالومه باغبانی 416-706-2703
دلاور 416-929-2200
فراهانی 416-223-5155
عظیمی 905-731-0777
مهرانه طباطبائی 416-490-1931
مهدی مزین 416-222-0901
نوشین جوانشیر 416-591-4011
رویا گلسرخی 416-301-7420
Top Immigration 416-871-4896
دکتر عابدی 416-666-6012

ویدئو
تبدیل ویدئو 416-409-9009

روانشناسی
شهرزادحضرتی 647-726-2999

هتل و مهمانسرا
اسکان کانادا 416-540-2379

دفتر ترجمه رسمی
جواد مددی Certified Translator
مترجم رسمی انجمن انتاریو (ATIO)
و عضو شورای مترجمان کانادا (CITIC)
Tel: 905-709-0062
Fax: 905-709-0706
Email: jmadadi2002@yahoo.ca

ROYAL Fence & Decks Group Inc.
Deck, Fence, Interlocking, Landscaping
All works up to 3 years Warranty
کارهای داخل و بیرون ساختمان با قیمت‌های اسپشیال پذیرفته می شود

برآورد قیمت رایگان
Bus:289-553-3555
Cell: 416-897-5935
Shahab info@royalfdi.com
www.royalfdi.com

خشکشوئی و تعمیرات البسه
PLUS 1 CLEANERS

PANTS HEMMING $ 4.99
PANTS WAIST IN/OUT $ 7.99 & UP
PANTS CHANGE ZIPPER $ 7.99 & UP
JACKET SLEEVE SHORTENING & 20
کوتاه کردن شلوار فقط ۴/۹۹ دلار 905-883-5254
بانگ بالاتر از میچرمکنزی
روبروی No Frills جنب سوپر هفت سین
تمام قیمتها با ارائه این آگهی
36 Levendale Road, RichmondHill, L4C 4H2

شرکت ساختمانی Jack

✓ انجام کلیه کارهای پشت بام
Flat، Shingles تعمیرات و غیره
✓ Leaky Basement، چنانچه زیرزمین
خانه شما نم و یا آب می دهد.

✓ ناودان و کلیه کارهای آلومینیوم
✓ رنگ، هاردوود و غیره
416-402-4917

دکتر محمد کاشفی
«جراح دندانپزشک»
فارغ التحصیل از دانشگاه تورنتو
Dr. KASHEFI B.Sc., D.D.S.
کلیه خدمات دندانپزشکی عمومی، روت کانال، زیبائی، ارتدونسی...
مطب ریچموند هیل
Bayview Plaza Dental Clinic
10610 Bayview Ave. Unit 13B
Tel: (905)780-8444
Elgin Mills Yonge Bayview Major MacKenzie

ALLEN ELECTRONICS

تعمیرات هرگونه وسایل برقی منزل
یخچال-فریزر
لباسشوئی-خشک‌کن-مایکروویو
سیستم حرارتی منازل و فرنس
ظرفشوئی (خانگی و رستوران ها)
فروش و نصب
جاروبرقی مرکزی
905-508-4111

Dehbon Mediation Services
خدمات حل اختلاف و میانجی‌گری
فریدون دهبنه ای
(میانجی رسمی و واجد شرایط) دارای مجوز از ADR کانادا
Fred (Feraydon) Dehbonehie,Q.Med,M.B.A
www.dehbonmediation.com f.dehbonehie@hotmail.com
مشورت با ما صرفه جویی در وقت- هزینه های حقوقی و حل اختلاف طرفین را بر اساس تشریک مساعی در بر دارد.
در موارد: خانوادگی (ازدواج و طلاق)، ارث، قراردادها، مهاجرت، بدهی
Collection Agency
416-705-8791

مشاهیر

جان اف کندی

کندی در سال ۱۹۱۷ در بروکلین، ماساچوست به دنیا آمد. والدین او جوزف پ. کندی پدر و رز فیتزجرالد بودند. بعدها فاش شد که کندی در جوانی از یک بیماری کمیاب به نام «آدیسون» رنج می‌برده است. این بیماری و دیگر بیماری‌های او در تمام طول زندگی‌اش از عموم پنهان نگاه داشته می‌شد. کندی در یکی از مهم‌ترین مدارس آمریکا، مدرسهٔ «چوآته» درکانکتیکات تحصیلات خود را آغاز نمود و در سال ۱۹۳۵ فارغ‌التحصیل شد. او قبل از ثبت نام در کالج، به مدت یک سال در «مدرسهٔ اقتصاد لندن» زیر نظر پروفسور «هارولد لاسکی» دوره‌ای ازاقتصاد سیاسی را گذراند. کندی در پاییز ۱۹۳۵ به دانشگاه پرینستون رفت، اما به علت بیماری یرقان مجبور به ترک آنجا شد. وی در پاییز سال بعد به کالج هاروارد رفت و طی مدتی که در هاروارد درس می‌خواند، دوبار به اروپا و بریتانیا سفر کرد. در این مدت، پدر او سفیر آمریکا در دربار سلطنتی بود. کندی در سال ۱۹۳۸، پایان‌نامهٔ خود تحت عنوان «چرا انگلستان خوابید؟» را نوشت. این اثر در مورد نقش انگلستان در توافق‌نامه مونیخ بود. او در ژوئن ۱۹۴۰ با نشان «کام لائود» و لیسانس مسائل بین‌الملل از هاروارد فارغ‌التحصیل شد. در همین سال پایان‌نامهٔ او به عنوان کتاب منتشر گردید و از پرفروشترین کتاب‌های سال شد.

خدمت نظامی

در بهار ۱۹۴۱، کندی داوطلب عضویت در ارتش آمریکا گردید، اما تقاضای او به علت مشکلات پزشکی‌اش رد شد. در سپتامبر همان سال او در نیروی دریایی آمریکا استخدام شد. کندی ابتدا دوره‌هایی در مدرسهٔ آموزشی دفترداران ذخیرهٔ نیروی دریایی و مرکز آموزشی اسکادران قایق‌های «پی تی» گذراند و پس از آن به پاناما و جبههٔ اقیانوس آرام در جنگ اعزام شد. او در جبههٔ اقیانوس آرام در چندین نبرد شرکت کرد، به درجهٔ ستوانی رسید و فرماندهی یک قایق پی تی را در دست داشت. در ۲ آگوست ۱۹۴۳ قایق کندی، پی تی ۱۰۹، که در نزدیکی‌های نیوجورجیا (نزدیکی جزایر سلیمان) مشغول انجام عملیاتی نظامی بود، توسط یک ناو ژاپنی نابود شد. در این حادثه پشت کندی که از قبل نیز دچار مشکلاتی بود، ازمصدومیت بیشتری برخوردار شد. با این حال، یک مرد زخمی دیگر را نیز به دوش کشید و سه مایل در اقیانوس شنا کرد تا به جزیره‌ای برسد. به خاطر چنین اقدامی، مدال نیروی دریایی به او اعطا شد. او در زمان خدمت در جنگ جهانی دوم همچنین نشان‌های «قلب ارغوانی»، «مدال کمپین آسیا- اقیانوس آرام» و «مدال پیروزی جنگ جهانی دوم» را کسب کرد.

آغاز فعالیت سیاسی

کندی پس از جنگ جهانی دوم، وارد جهان سیاست شد و در ۱۲ سپتامبر ۱۹۵۳ با «ژاکلین لی بوویر» ازدواج کرد. او در دو سال اول ازدواجش عمل‌های نخاعی بسیاری انجام داد و بارها به مرگ نزدیک شد و معمولاً در سنا حاضر نمی‌شد. در این دوره او کتابی جایزه پولیتزر را بخاطر آن دریافت کرد.

دوره سناتوری در دهه ۵۰ میلادی

کندی از ۱۹۵۳ تا ۱۹۶۰ به مدت هفت سال سناتور بود.

بدین ترتیب که در سال ۱۹۵۲، کندی با شعار «کندی بیشتر به ماساچوست خدمت خواهد کرد»، خود را کاندید سنا کرد. او با حدود ۷۰ هزار رای بیشتر بر «هنری کابوت لودج پسر»، کاندید حزب جمهوری‌خواه، پیروز شد و به سنا راه یافت.

در سال ۱۹۵۶ کندی در مجمع ملی حزب دموکرات خود را کاندید نیابت ریاست جمهوری کرد، اما شکست خورد و به جای او سناتور ایالت تنسی، «استس کفائوور»، انتخاب شد. تلاش‌های انتخاباتی کندی برای گرفتن این مقام، باعث افزایش شهرتش در درون حزب گردید.

در ۱۹۵۸، کندی اولین سری از کتاب خود با عنوان «ملت مهاجرین» را منتشر کرد.

انتخابات ریاست جمهوری ۱۹۶۰

کندی در سال ۱۹۶۰، اعلام کرد که قصد دارد برای ریاست جمهوری آمریکا کاندید شود. او در انتخابات اولیهٔ درون حزبی، رقبایی همچون سناتور «هابرت ه. هامفری» از مینه سوتا، سناتور «لیندون ب. جانسون» از تگزاس و «آدلای استیونسون»، کاندید حزب دموکرات در انتخابات ۱۹۵۲ و ۱۹۵۶ را در مقابل خود می‌دید. کندی در چند منطقهٔ کلیدی مانند ویسکونسین و ویرجینیای غربی در انتخابات اولیه پیروز شد. ویرجینیای غربی به ایالتی با مردم محافظه‌کار و غالباً پروتستان مشهور بود که احتمال می‌رفت به کندی کاتولیک رای ندهند. از این رو، کندی به معدنی در این ایالت رفت و از کارگران معدن خواست تا به او رای دهند. پس از پیروزی کندی در ویرجینیا، بسیاری بر سر قبول او به عنوان کاندیدا موافقت کردند.

در ۱۳ ژوئیه ۱۹۶۰ حزب دموکرات رسماً اعلام کرد که کندی کاندید ریاست جمهوری این حزب است. کندی علیرغم جدال‌هایی که در انتخابات اولیه با جانسون داشت، از او تقاضا کرد که به عنوان نایب رییس جمهور به همراه او کاندید شود. او برای پیروزی در انتخاباتی که به نظر می‌آمد از سال ۱۹۱۶ به این طرف نزدیک‌ترین انتخابات باشد، به محبوبیت جانسون در جنوب نیاز داشت. مهم‌ترین مسائل انتخاباتی در آن سال شامل چگونگی به حرکت در آوردن دوبارهٔ اقتصاد، کاتولیک بودن کندی، کوبا و چگونگی رقابت فضایی و موشکی با شوروی می‌شد. او در ۱۲ سپتامبر ۱۹۶۰ سخنرانی معروفی در هوستون، تگزاس ایراد کرد:

«من کاندیدای کاتولیک نیستم. من کاندیدایی از حزب دموکرات هستم که اتفاقاً کاتولیک نیز هست! در مسائل عمومی من از طرف کلیسایم صحبت نمی‌کنم و کلیسا نیز از طرف من صحبت نمی‌کند».

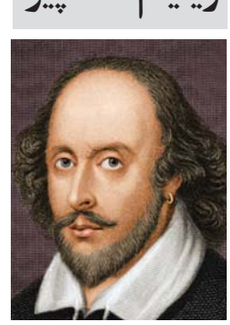
در سپتامبر و اکتبر همان سال، مناظراتی میان کندی و همچنین کاندیدای حزب جمهوری‌خواه، ریچارد نیکسون که پیش از آن، سمت معاون آیزنهاور را داشت، برگزار گردید که از اولین مناظرات تلویزیونی ریاست جمهوری در تاریخ آمریکا بود. معروف است که نیکسون در این مباحثات عصبی و خیس عرق بود، در حالی که کندی آرام و با متانت بود و همین امر موجب پیروزی او شد. بهرحال این مناظرات تلویزیونی نقطهٔ مهمی در تاریخ سیاسی آمریکا هستند، زیرا از این زمان به بعد، تلویزیون نقش مهمی در سیاست بازی کرد و جلوهٔ خوب مقابل دوربین از ملزومات کاندیداهای ریاست جمهوری شد. سرانجام، کندی در انتخابات نهایی هشتم نوامبر ۱۹۶۰، در جدالی بسیار نزدیک، نیکسون را مغلوب کرد.

ریاست جمهوری

کندی در ۲۰ ژانویه ۱۹۶۱، به عنوان سی و پنجمین رئیس جمهور آمریکا سوگند یاد کرد. او در سخنرانی افتتاحیهٔ معروفش از آمریکایی‌ها خواست که شهروندانی فعال باشد. او گفت: «نپرسید کشورتان چه می‌تواند برای شما بکند، بلکه بپرسید شما چه می‌توانید برای کشورتان بکنید». او همچنین از ملل دنیا خواست که به هم بپیوندند تنها با «دشمنان مشترک انسان: استبداد، فقر، بیماری و خود جنگ» بجنگند.

بدون شک، جان اف کندی یکی از مشهورترین روسای جمهور آمریکاست. عوامل زیادی در بوجود آمدن این شهرت نقش داشته اند، که شاید مهمترین آنها ترور او در سال۱۹۶۳ باشد که همچنان در هاله‌ای از ابهام باقی مانده و اسناد تازه‌ای از آن به دست می‌آید. اما به جز آن، عوامل دیگری در شهرت جان اف کندی نقش داشته‌اند. او جوان‌ترین فردی بود که تا آن زمان به ریاست جمهوری ایالات متحده برگزیده می‌شد و نخستین رییس‌جمهور این کشور بود که مذهب کاتولیك داشت. همچنین شایعاتی در خصوص ارتباط پنهان او با (مریلین مونرو) ستاره سینما و نقش او در سیاست خارجی آمریکا در مقابل کشورهای کمونیستی، از جمله عواملی است که به شهرت او می‌افزاید. مرگ ناگهانی او، رسیدگی به پرونده قتلش و ازدواج ژاکلین با اوناسیس میلیونر یونانی پس از مرگ کندی، نام او و همسرش را حتی پس از مرگش برای سالها در اخبار زنده نگه داشت.

ویلیام شکسپیر



در اوایل قرن شانزدهم میلادی در دهکده ای نزدیک شهر «استرتفورد» در ایالت واریک انگلستان، زارعی به نام ریچارد شکسپیر زندگی می کرد. یکی از پسران او «جان» در حدود سال ۱۵۵۱ در شهر استرتفورد به شغل پوست فروشی مشغول شد و «ماری آردن» دختر یک کشاورز ثروتمند را به همسری برگزید. ماری در ۲۶ آوریل ۱۵۶۴ پسری به دنیا آورد و نامش را «ویلیام» گذاشت. این کودک به تدریج پسری فعال ، شوخ و شیطان شد ، به مدرسه رفت و زبان لاتین و یونانی را فرا گرفت. ولی به علت کسادی شغل پدرش ناچار شد برای امرار معاش، مدرسه را ترک کند و شغلی برای خود برگزیند. برخی می گویند که او ابتدا شاگرد یك قصاب شد و چون از دوران نوجوانی دلبستگی شدیدی به ادبیات داشت، در موقع کشتن گوساله خطابه می سرود و شعر می گفت.

در سال ۱۵۸۲ موقعی که هجده ساله بود، دلباخته دختری بیست و پنج ساله به نام «آن هتوی» از دهکده مجاور شد و با یکدیگر عروسی کردند و به زودی صاحب سه فرزند شدند. از آن زمان، زندگی پر حادثه شکسپیر آغاز شد و به قدری تحت تأثیر هنرپیشگان و هنر نمایی آنان قرار گرفت که تنها به لندن رفت تا موفقیت بیشتری کسب کند و بعداً بتواند زندگی مرفه تری برای خانواده خود فراهم نماید. پس از ورود به لندن، به سراغ تماشاخانه های مختلف رفت و در آنجا به حفاظت از اسب های مشتریان مشغول شد، ولی کم کم به درون تماشاخانه راه یافت و به تصحیح نمایشنامه های ناتمام پرداخت و کمی بعد روی صحنه تئاتر آمد و به ایفای نقش پرداخت. بعداً وظایف دیگر پشت صحنه را به عهده گرفت. این تجارب گرانبها برای او بسیار مورد استفاده واقع شد و چنان با مهارت کارهایش را پیگیری کرد که حسادت هم قطاران را برانگیخت.

در آن دوره هنرپیشگی و نمایشنامه نویسی حرفه ای محترم و محبوب تلقی نمی شد و طبقه متوسط که تحت تأثیر تلقینات مذهبی قرار داشتند، آن را مخالف شئون خویش می دانستند. تنها طبقه اعیان و طبقات فقیر بودند که به نمایش و تماشاخانه علاقه نشان می دادند. در آن زمان بود که شکسپیر قطعات منظومی سرود که باعث شهرت او شد و در سال ۱۵۹۴ دو نمایش کمدی در حضور ملکه الیزابت اول در قصر گوینویچ بازی کرد و در ۱۵۹۷ اولین کمدی خود را به نام «تقلای بی فایده عشق» در حضور ملکه نمایش داد و از آن به بعد، نمایشنامه های او مرتباً تحت حمایت ملکه به صحنه تئاتر می آمد.

الیزابت در سال ۱۶۰۳ زندگی را بدرود گفت، ولی تغییر خاندان سلطنتی باعث تغییر رویه ای نسبت به شکسپیر نشد . جیمز اول به شکسپیر و بازیگرانش اجازه رسمی برای نمایش اعطا کرد. نمایشنامه های او در تماشاخانه «گلوب» که در ساحل جنوبی رود تیمز قرار داشت، بازی می شد. بهترین نمایشنامه های شکسپیر درهمین تماشاخانه گلوب به اجرا درآمد. هرشب شمار زیادی از زنان و مردان آن روزگار به این تماشاخانه می آمدند تا شاهد اجرای آثار شکسپیر توسط گروه پر آوازه «لرد چیمبرلین» باشند. اهتزاز پرچمی بر بام این تماشاخانه نشان آن بود که تا لحظاتی دیگر اجرای نمایش آغاز خواهد شد . در تمام این سالها خود شکسپیر با تلاشی خستگی ناپذیر - چه در مقام نویسنده و چه به عنوان بازیگر- کار می کرد . این گروه، علاوه بر آثار شکسپیر، نمایشنامه هایی از سایر نویسندگان و از جمله آثار «کریستوفر مارلو» و نویسنده نو پای دیگر به نام «جن جانسن» را نیز به اجرا در می آورند ، اما آثار «ویلیام شکسپیر» بیشترین تعداد تماشاگران را به آن تماشاخانه می کشید.

شکسپیر بزودی موفقیت مادی و معنوی به دست آورد و سرانجام در مالکیت تماشاخانه سهیم شد. این تماشاخانه در سال ۱۶۱۳ در ضمن بازی نمایشنامه «هانری هشتم» سوخت و سال بعد، دوباره افتتاح شد ، که آن زمان دیگر شکسپیر حضور نداشت ، چون با ثروت سرشار خود به شهر خویش برگشته بود. شکسپیر در سال ۱۶۱۰ یعنی در ۴۶ سالگی دست از کار کشید و به استرتفورد بازگشت، تا در آنجا از هیاهوی زندگی در شهر لندن دور باشد. چرا که حالا دیگر کم و بیش آنچه را که در همه آن سالها در جستجویش بود، به دست آورده بود. نمایشنامه هایی که در این دوره از زندگی اش نوشت، عبارتند از: «زمستان» و «توفان» که اولین بار در سال ۱۶۱۱ به اجرا در آمدند. در آوریل سال ۱۶۱۶ شکسپیر چشم از جهان بست و گنجینه بی نظیر ادبی خود را برای هموطنان خود و تمام مردم دنیا بجا گذاشت . آرمگاه او در کلیسای شهر استرتفورد قرار دارد و خانه مسکونی او با وضع اولیه خود همیشه زیارتگاه علاقمندان به ادبیات بوده و هر سال در آن شهر جشنی به یاد این مرد بزرگ برپا می گردد.

مجموعه آثار

با توجه به تعداد نمایشنامه هایی که هر ساله از شکسپیر به روی صحنه می رفت، می توان این طور نتیجه گرفت که او آنها را بسیار سریع می نوشته است. مثلا گفته شده او فقط دو هفته وقت صرف نوشتن نمایشنامه «زنان سر خوش وینزر» (که در سال ۱۶۰۱ اجرا شد) کرده است . شکسپیر بیشتر نمایشنامه هایش را در اتاق کوچکی در انتهای ساختمان تماشاخانه نوشته است. به احتمال زیاد، شکل فشرده ای از نمایشنامه ا - از طرح داستان گرفته تا شخصیتها و سایر عناصر نمایشی- با شتاب به روی کاغذ می آورده... بعد آن را کمی می پرورانده و در پایان، زمانی که بازیگرها خود را با نقش های نمایشی انطباق می دادند ، شکل نهایی آن را تنظیم می کرده است. طرحهای شکسپیر اغلب چیز تازه ای نیستند. در حقیقت او این قصه را از خود خلق نمی کرده، بلکه آنها را از منابع مختلفی مثل تاریخ، افسانه های قدیمی و غیره بر می گرفته است. یکی از منابع آثار شکسپیر کتابی به نام «شرح وقایع انگلستان، سکاتلند و ایرلند» اثر «هالینشد» بوده است.

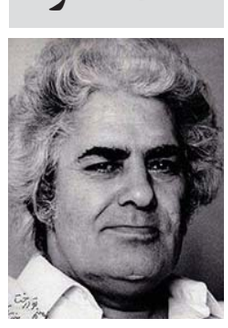
شکسپیر قصه های بسیاری از نمایشنامه های خود از جمله «هانری پنجم»، «ریچارد سوم» و «لیر شاه» را از همین کتاب گرفت.

از دیگر آثاری که از نمایشنامه های شکسپیر به جا مانده است، می توان به : هملت، شب دوازدهم، اتللو، هانری چهارم، هانری پنجم، هانری ششم، تاجر ونیزی، ریچارد دوم، آنطور که تو بخواهی، رومئو و ژولیت، مکبث، توفان، تلاش بی ثمر عشق ... اشاره کرد.

نمایشنامه رومئو و ژولیت در پنج پرده و بیست و سه صحنه تنظیم شده و اگر نمایشنامه تیتوس اندرونیکوس را به حساب نیاوریم ؛ اولین نمایشنامه غم انگیز شکسپیر محسوب می شود. تاریخ قطعی تحریر آن معلوم نیست و بین سالهای ۱۵۹۱ و ۱۵۹۵ نوشته شده، ولی سبک تحریر و نوع مطالب و قرابن دیگر نشان می دهد ، که قاعدتاً بایستی مربوط به سال ۱۵۹۵ باشد.

هملت بزرگ ترین نمایشنامه تمامی اعصار است. هملت بر تارک ادبیات نمایشی جهان خوش می درخشد و دارای نقاط اوج، جلوه ها و لحظات بسیار طنز است. می توان بارها و بارها سطری از آن را خواند و هر بار به کشفی تازه نایل شد. می توان تا دنیا، دنیاست آن را به روی صحنه آورد و باز به عمق اسرار آن نرسید. بازی در این نقش، انسان را با تمام ذهن و روحش درگیر خود می کند و او را در خود فرو می برد.

احمد شاملو



احمد شاملو، شاعر، نویسنده، فرهنگ نویس، ادیب و مترجم ایرانی، در بیست و یکم آذرماه سال ۱۳۰۴ در تهران؛ در خانه ی شماره ی ۱۳۴ خیابان "صفی‌علیشاه" به دنیا آمد. تخلص* او در شعر، "الف. بامداد" و "الف. صبح" بود. پدرش، "حیدر" نام داشت که تبار او به گفته ی شاملو در شعری از مجموعه‌ی مدایح بی‌صله، به کابل برمی‌گشت؛ نام مادرش، "کوکب عراقی" بود. شاملو دوره‌ی کودکی خود را به دلیل شغل پدر که افسر ارتش بود، در شهرهایی چون "رشت"، "سمیرم"، "اصفهان"، "آباده" و "شیراز" گذراند؛ به همین دلیل شناسنامه ی او در شهر رشت گرفته شده است.

وی دوران دبستان را در شهرهای "خاش" و "زاهدان" و "مشهد" سپری کرد و از همان دوران به گردآوری مواد فرهنگ عامه پرداخت. او دوره ی دبیرستان را در شهرهای "بیرجند" و "مشهد" و "تهران" گذراند و با به پایان رساندن سال سوم در دبیرستان "ایرانشهر" تهران، به شوق آموختن دستور زبان آلمانی در سال اول دبیرستان صنعتی ثبت‌نام کرد.

در اوایل دهه ی ۲۰ خورشیدی پدرش برای سر و سامان دادن به تشکیلات از هم پاشیده ی ژاندارمری به "گرگان" و "ترکمن صحرا" فرستاده شد. از این رو شاملو همراه با خانواده به "گرگان" رفت و به ناچار در کلاس سوم دبیرستان ادامه ی تحصیل داد. وی در همان زمان در فعالیت‌های سیاسی شمال کشور شرکت کرد و بعدها در تهران دستگیر شد و به زندان شوروی در رشت منتقل گردید. پس از آزادی از زندان با خانواده به رضائیه (ارومیه) رفت و تحصیل در کلاس چهارم دبیرستان را آغاز کرد. با به قدرت رسیدن پیشه‌وری و جبهه ی دموکرات آذربایجان به همراه پدرش دستگیر شد و به مدت دو ساعت جلوی جوخه ی آتش قرار گرفت تا از مقامهای بالا کسب تکلیف کنند. سرانجام آزاد شد و به تهران بازگشت و برای همیشه ترک تحصیل نمود.

ازدواج نخست و چاپ نخستین مجموعه ی شعر

شاملو در سن بیست و دو سالگی، ۱۳۲۶، با "اشرف الملوک اسلامیه" ازدواج کرد. هر چهار کودک او، "سیاوش"، "سامان"، "سیروس" و "ساقی" نتیجه ی این ازدواج هستند. در همین سال، نخستین مجموعه ی اشعار او با نام "آهنگهای فراموش شده" به چاپ رسید و همزمان کار در نشریه هایی مثل "هفته ی نو" را آغاز کرد.

وی در سال ۱۳۳۰ شعر بلند "بیست و سه" و مجموعه اشعار "قطع نامه" را به چاپ رساند و در سال ۱۳۳۱ به مدت دو سال، مشاوره ی فرهنگی سفارت مجارستان را به عهده داشت.

دستگیری و زندان

با کودتای ۲۸ مرداد در سال ۱۳۳۲ و بسته شدن فضای سیاسی ایران، پلیس مجموعه ی اشعار شاملو با نام "آهنها و احساس" را در چایخانه سوزاند و با یورش ماموران به خانه ی او، ترجمه ی "طلا در لجن" اثر "ژیگموند موریس" و بخش عمده ی کتاب "پسران مردی که قلبش از سنگ بود" اثر "موریوکایی" با شماری داستان کوتاه نوشته ی خود شاملو و تمام یادداشت‌های کتاب "کوچه" از بین رفت و با دستگیری "مرتضی کیوان"، نسخه‌های یگانه ای از نوشته هایش از جمله "مرگ زنجره" و "سه مرد از بندر بی‌آفتاب"، از سوی پلیس ضبط شد که دیگر هرگز به دست نیامد.

شاملو فرار کرد، اما پس از چند روز به دست ماموران در چایخانه ی روزنامه اطلاعات دستگیر شد و به عنوان زندانی سیاسی او را به زندان موقت شهربانی و زندان قصر بردند. در زندان علاوه بر شعر، به نوشتن دستور زبان فارسی روی آورد و داستان بلندی به روش "امیر ارسلان" و "ملک بهمن" نوشت که در انتقال او از زندان شهربانی به زندان قصر از بین رفت. سرانجام شاملو در سال ۱۳۳۴ پس از یک سال و چند ماه از زندان آزاد شد.

ازدواج دوم و انتشار هوای تازه

شاملو در سال ۱۳۳۶ با "طوبی حائری" ازدواج کرد؛ دومین ازدواج او نیز مانند ازدواج نخست، مدت کوتاهی دوام آورد و چهار سال بعد، در ۱۳۴۰، از همسر دوم خود نیز جدا شد. در این سال با انتشار مجموعه اشعار "هوای تازه"، خود را به عنوان شاعری برجسته تثبیت [=بر جای داشت] کرد. این مجموعه حاوی سبک تازه ای است و برخی از مشهورترین اشعار شاملو همچون "پریا" و "دخترای ننه دریا" در این مجموعه منتشر شده است. وی در همین سال به پژوهش در مورد اشعار "حافظ"، "خیام" و "بابا طاهر" روی آورد. پدر شاملو در همین سال فوت کرد. وی در سال ۱۳۴۰ هنگام جدایی از همسر دومش همه چیز از جمله برگه‌های پژوهشی کتاب کوچه را رها نمود.

فعالیت‌های سینمایی

در سال ۱۳۳۸ شاملو اقدام جدیدی را مبنی بر تهیه ی داستان "خروس زری پیرهن پری" برای کودکان آغاز کرد. وی در همین سال، فیلم مستند "سیستان و بلوچستان" را برای شرکت "ایتال کونسولت" تهیه کرد. این آغاز فعالیت سینمایی جنجال‌آفرین احمد شاملو بود. او به ویژه در نوشتن فیلمنامه و دیالوگ‌نویسی پرکار بود. در سالهای پس از آن و به ویژه با مطرح شدنش به عنوان شاعری نام آور، منتقدان گوناگون، حضور سینمایی او را کمرنگ دانستند. خود او می‌گفت:

"شما را به خدا نام آنها را فیلم نگذارید."

و برخی، شعر معروف او دریغا که فقر/ چه به آسانی/ احتضار فضیلت است را این گونه تعبیر می کنند که فعالیت‌های سینمایی او تنها برای امرار معاش بوده است. شاملو در این باره می‌گوید:

"کارنامه ی سینمایی من یک جور نان خوردن ناگزیر از راه قلم بود و در حقیقت به نحوی قلم به مزدی!"

وی در سال ۱۳۳۹ با همکاری "هادی شفائیه" و "سهراب سپهری"، اداره ی سمعی و بصری وزارت کشاورزی را بنا نهاد و به عنوان سرپرست آن سرگرم کار شد.

ازدواج سوم

شاملو در چهاردهم فروردین ۱۳۴۱ با "آیدا سرکیسیان" آشنا شد. این آشنایی تاثیر بسیاری بر زندگی او داشت و نقطه ی عطفی در زندگی او به شمار می رفت. در این سالها شاملو در برتری کامل آفرینش هنری به سر می‌برد و پس از این آشنایی دوره ی جدیدی از فعالیت‌های ادبی او آغاز شد. آیدا و شاملو در فروردین ۱۳۴۳ ازدواج کردند و در ده "شیراه" (مازندران) اقامت گزیدند و تا آخر عمر در کنار یکدیگر زندگی کردند. شاملو در همین سال دو مجموعه شعر به نامهای "آیدا در آینه" و "لحظه‌ها و همیشه" را منتشر کرد و سال بعد نیز مجموعه ای به نام" آیدا، درخت و خنجر و خاطره" منتشر گردید و در ضمن برای باز شوم، کار پژوهش و گردآوری کتاب "کوچه" آغاز شد.

در سال ۱۳۴۶ شاملو سردبیری قسمت ادبی و فرهنگی هفته‌نامه ی "خوشه" را به عهده گرفت. همکاری او با نشریه ی "خوشه" تا ۱۳۴۸ که نشریه به دستور ساواک بسته شد، ادامه داشت. در این سال او به عضویت کانون نویسندگان ایران نیز در آمد. وی در سال ۱۳۴۷ پژوهش در مورد غزلیات حافظ و تاریخ زمان حافظ را آغاز کرد. نتیجه ی این پژوهش، بعدها به انتشار دیوان جنجالی حافظ به روایت او انجامید.

در اسفند ۱۳۵۰ شاملو مادر خود را نیز از دست داد. در همین سال برای پژوهش و تدوین کتاب "کوچه"، به فرهنگستان زبان ایران فراخوانده شد و به مدت سه سال در آنجا ماند.

سفرهای خارجی

شاملو در دهه ی ۱۳۵۰ نیز به فعالیت‌های گسترده ی شعر، نویسندگی، روزنامه نگاری (از جمله همکاری با کیهان فرهنگی و آیندگان)، ترجمه، سینمایی (از جمله تهیه ی گفتار برای چند فیلم مستند به دعوت وزارت فرهنگ و هنر) و شعرخوانی خود (از جمله در انجمن فرهنگی گوته و انجمن ایران و امریکا) ادامه داد. در ضمن به مدت سه ترم به تدریس مطالعه ی آزمایشگاهی زبان فارسی در دانشگاه صنعتی پرداخت. در سال ۱۳۵۱ به دلیل درمان آرتروز شدید گردن به پاریس سفر کرد تا تحت عمل جراحی قرار گیرد و سال بعد، ۱۳۵۲، مجموعه اشعار "ابراهیم در آتش" را به چاپ رساند. در ۱۳۵۴ دانشگاه رم او را فراخواند تا در کنگره ی "نظامی گنجوی" شرکت کند و از این رو رهسپار ایتالیا شد. وی در همین سال فراخوان دانشگاه "یوعلی" برای سرپرستی پژوهشکده ی آن دانشگاه را به مدت دو سال پذیرفت. در سال ۱۳۵۵ انجمن قلم و دانشگاه "پرینستون" او را برای سخنرانی و شعرخوانی فرا خواند و از همین رو رهسپار ایالات متحده شد. در این سفر، او به سخنرانی و شعرخوانی در" بوستون" و "برکلی" پرداخت و پیشنهاد دانشگاه "کلمبیای" نیویورک برای تدوین کتاب کوچه را نپذیرفت. وی همچنین با شاعران و نویسندگان نام آور جهان همچون "یاشار کمال"، "آدونیس"، "البیاتی" و "وزنیسینسکی" از نزدیک دیدار کرد. این سفر سه ماه طول کشید و پس از آن شاملو به ایران بازگشت.

هنوز چند ماه نگذشته بود که او دوباره به عنوان اعتراض [=خرده گیری] به سیاستهای دولت ایران، کشور را ترک و به امریکا سفر کرد و طی یک سال زندگی در آنجا، در دانشگاههای گوناگونی سخنرانی نمود. وی در سال ۱۳۵۷ از آمریکا به انگلستان رفت و برای مدتی سردبیری هفته‌نامه ی "ایرانشهر" در لندن را به عهده گرفت.

انقلاب و بازگشت به ایران

چند هفته پس از پیروزی انقلاب ایران و سقوط رژیم شاهنشاهی، شاملو به ایران باز گشت. در همین سال، نشر "مازیار"، نخستین جلد از کتاب "کوچه" را در برش و قالب وزیری منتشر کرد. شاملو در ضمن به عضویت هیات دبیران کانون نویسندگان ایران در آمد و به کار در مجله ها و روزنامه‌های گوناگون پرداخت. او در سال ۱۳۵۸ سردبیری هفته‌نامه ی کتاب "جمعه" را به عهده گرفت که با انتشار کمتر از چهل شماره از آن توقیف شد.

شاملو در این سالها مجموعه اشعار سیاسی خود را به صورت کتاب و نوار صوتی با نام "کاشفان فروتن شوکران" منتشر کرد.

از سال ۱۳۶۲ با بسته‌تر شدن فضای سیاسی ایران، چاپ آثار شاملو نیز متوقف گردید. هر چند خود شاملو از تلاش باز نماند و کار ترجمه، تالیف و سرودن شعر را ادامه داد. وی در این سالها با همکاری همسرش آیدا، تمرکز ویژه ی خود را بر کتاب "کوچه" نهاد و ترجمه ی رمان "دن آرام" را نیز بر عهده گرفت. تا آنکه ده سال بعد، با کمی بازتر شدن فضای سیاسی ایران، آثار شاملو به صورت محدود اجازه ی انتشار یافت.

او در سال ۱۳۶۷به آلمان سفر کرد تا به عنوان میهمان فراخوانده ی دومین کنگره ی بین‌المللی ادبیات با نام "جهانِ سوم: جهانِ ما در لابلاگن آلمان و شهرهای مجاور" در این کنگره شرکت کند. عنوان سخنرانی شاملو در این کنگره، "من درد مشترکم، مرا فریاد کن!" بود. وی در سال ۱۳۷۰ پس از سه سال دوری از کشور، به ایران بازگشت و تا آخر عمر دیگر از کشور خارج نشد.