

دفتر جدید: 6024 Yonge
 بهترین نرخ حواله فوری ۴۸ ساعته
 پرداخت همزمان ارز با کارت
 اعتباریهای ایران
ارز ملل
 416.830.6500 6024 Yonge St.

ایران استار

ارز پرسپولیس
 416.229.0000 PERSEPOLIS EXCHANGE
 تبادل ۴۵ ارز جهانی و بهترین نرخ برای تبدیل دلار آمریکا به کانادا

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

انواع بیمه
 Commercial - Auto - Home
 Life - Disability
 ناله آجورلو
 Insurance Broker
 416.558.6454

ارز مشقال
 416-844-5555
 6121 Yonge St. پلازا ایرانیان

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

ارز یونیک
 قیمت های باور نکردنی
 دیگر گران نخرید!
 416-830-6-830
 با مندر جدید: نرخ از شما، فروش از ما

الگ صرافی آرگ
 6085 Yonge St. پلازا ایرانیان 416.224.0000

سرزینی
 بهترین نرخ و سریعترین انتقال بین شعب
 کانادا، انگلستان، مالزی و ایران
 ساعات کاری: دوشنبه تا جمعه ۱۰ صبح تا ۶ عصر
 ۴۰۹ خیابان یانگ، روبروی پلازا ایرانیان ساختمان ۴۰۹
 416 616 8585 - 416 616 4404 - 833 616 0123

صحنه مشهور
 لی لیز
 پاریس سالونج
 905.597.1188 / 8199 Yonge St.

صرافی تاج
 پرداخت همزمان
 647.345.3336
 ۶۰۸۷ خیابان یانگ
 پلازا ایرانیان
 ایران، نیوزیلاند، آمریکا، کانادا، انگلستان، مالزی، آفریقا، استرالیا، تایوان، هنگ کنگ، تایوان

صرافی بهارستان
 افتتاح شعبه جدید صرافی بهارستان در تورنتو با مجوز رسمی دولت L4B
 +1 905 737 1771
 +1 905 737 1717
 14 Levendale Rd. Richmond Hill, Ontario L4C 4H2, Canada

گفتگوی ایران استار با عارف محمدی، به بهانه اکران عمومی آواز خدا؛ کاش روزی انسان ها به جای اسلحه ساز در دست بگیرند
 ایران استار - عارف محمدی، فیلمساز و منتقد سینمایی شناخته شده در جامعه ایرانیان کاناداست. او که ۱۹ سال پیش به کانادا مهاجرت کرده بنیان گذار گروه فرهنگی موج نو است و جلسات نقد و بررسی و آموزش سینما را در تورنتو برگزار می کند. عارف که در سال ۲۰۱۰ در رشته فوق لیسانس مستندسازی دیجیتال در دانشگاه رابرسون تحصیل کرده، بیشترین گرایش را به طور تخصصی روی سینمای ایران و به طور عام روی سینمای غیرمتعارف بین الملل داشته است. او تاکنون به خاطر فعالیت های فرهنگی و هنری اش در جامعه ایرانی تورنتو جوایز و تقدیرنامه های متعددی دریافت کرده است. مستند قبلی او (بازماندهای از ماگادان)، در سال ۲۰۱۴ جوایز متعددی همچون بهترین فیلم مستند تلویزیونی رسانه های قومی کانادا را به خود اختصاص داده است. روز ۵ دسامبر، فیلم دیگر او با نام "آواز خدا" در کتابخانه فوریو اکران عمومی خواهد داشت.

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

صرافی مادر
 در قلب ریچموند هیل
 خرید و فروش ارزهای رایج با بهترین قیمت و عالی ترین سروس
 بهترین مشاور شما در امور مالی و ارزی
 10111 Yonge St. Tel: 905.955.1111

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

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

ترجمه رسمی
 فارسی به انگلیسی
 انگلیسی به فارسی
 یلدا فاروقی
 مترجم رسمی
 با مجوز ATIO
 6075 Yonge St., Suite 308, Toronto
 416-619-0933

رستوران دربار
 647.351.4242

امید گرگانی
 مشاور املاک
 416.315.6643

بیمه
 شیده میریان
 Home - Auto - Life - Travel
 289.809.8116
 Allstate

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

افشین
 بهرامشاهی
 416.841.9160
 Mortgage Broker, Real Estate Broker, Insurance Broker, Investment Advisor, Tax Consultant, Financial Planner

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

خدمات حسابداری و مالیاتی بهمین
 905.597.0740
 416.840.2769
 7191 Yonge St. Suite 313 (West of Yonge)

حسین علی نژاد
 مشاور املاک آگاه شما
 416.223.8885
 Century 21 Real Estate Ltd. Brokerage

کارشناس وام مجید حبیبی
 416 553 3394
 www.majidhabibimortgage.ca
 5400 Yonge St. Unit 208, Toronto, ON, M2N 6R6

وام مسکن
 مناسب ترین
 تصویب اولیه سریع و آسان وام مسکن
 Daniel H. Neely
 647-668-2200
 Tel: 646-606-6102
 اطلاعات بیشتر: ۱۵

دانیال نیلی
 کارشناس وام مسکن
 647-668-2200

محمدرضا اوچی
 TOP PRODUCER
 416 225 2900
 MICHAEL OMJET
 مشاور املاک، مدیر، بازاریابی و آگاه

IRAN STAR

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

امور حقوقی
ساسان امام
 416.444.5555
 Access Paralegal Services

خدمات ترجمه درستکار
 علیرضا درستکار
 Tel: 647-965-3867
 Email: dorostkar.translation@gmail.com www.persiantranslation.ca

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

CURRENCY EXCHANGE LUMIERE
صرافی لومیر
 با مدیریت اسماعیل هناره
 دریافت و ارسال حوالجات ارزی به اقصی نقاط جهان
 پرداخت همزمان ارز با کلیه کارت های عابر بانک های ایران
 بهترین نرخ در خرید و فروش نقدی ارزهای رایج جهان
 Tel: 416.542.1111 , 905.747.9999
 8167 Yonge St. Thornhill
 پلازا سوپر پارسیان، محل سابق رویال بانک

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

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

ارز فرح
 ارزان ترین ارز را از ما بخواهید
 905.764.5456 , 905.764.0600
 7398 Yonge St. Unit 9D, Thornhill, ON L4J 8J2

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

اخبار کانادا

کانادا تا ماه مارس ۱۰۰۰۰ پناهنده را اخراج می کند



ترجمه ایران استار - "الف گوداله" وزیر ایمنی عمومی، می گوید: "آژانس مرزی کانادا باید هر چه سریعتر متقاضیان پناهندگی که درخواست آنها رد شده را از خاک کانادا اخراج نمایند." آژانس مرزی کانادا "سی بی ای" هدف جدیدی را برای اخراج ۱۰۰۰۰ نفر تا پایان ماه مارس ۲۰۱۹ برای خود تعیین کرده است. این به معنای افزایش ۳۵ درصدی در روند دو سال گذشته بوده است.

گوداله روز چهارشنبه گفت: به سی بی ای، ۷/۴۶ میلیون دلار بیشتر داده شده تا اطمینان حاصل شود که تمام پناهجویانی که از راه های قانونی درخواست تجدید نظر نکرده اند از کشور اخراج گردند. او اضافه کرد: قانون روشن است، زمانی که شرایط یک فرد برای ماندن در کانادا غیرقابل قبول باشد باید از کشور اخراج گردد و این وظیفه آژانس مرزی کانادا است، آنها به معنای واقعی کلمه بایستی هر روز این کار را کاملاً

کانادا ۳۵۰۰۰۰ مهاجر جدید می گیرد



اکثریت قریب به اتفاق این تازه واردان، یعنی حدود ۷۲ درصد، تحت برنامه های کارگران ماهر به کشور می آیند. این برنامه برای رفع کمبودهای کار و شکاف در بازار کار طراحی شده است. حسن می گوید که کارگران ماهر در سراسر کشور مورد نیاز هستند زیرا مناطق مختلف نیاز به نیروی کار جوان دارند. وی گفت: "درخواست برای استخدام کارگران در مناطق خاصی بسیار زیاد است، این طرح باعث می شود که ما در بازار جهانی همچنان بتوانیم رقابت کنیم، این امر ما را قادر می سازد تا کانادا را به

ترجمه ایران استار - احمد حسن، وزیر مهاجرت کانادا، گفت: "کانادا قصد دارد در سال ۲۰۲۱، ۴۰۰۰۰ مهاجر بیشتری را بپذیرد." هدف این افزایش رسیدن به عدد ۳۵۰۰۰۰ مهاجر در سال است که تقریباً یک درصد از جمعیت کشور می باشد. این ارقام به عنوان بخشی از برنامه سالانه مهاجرت سه ساله آینده دولت فدرال کانادا اعلام شد، بدین ترتیب که افزایش مهاجران از ۳۱۰۰۰۰ نفر در سال جاری شروع و به تدریج اضافه می شوند، این افزایش "تمام گروه های مهاجرتی" را در بر می گیرد.

بررسی پرونده پناهندگان به کانادا شاید ۲ سال طول بکشد



ترجمه ایران استار - سازمانی که ادعای پناهندگان را بررسی می کند می گوید پناهجویانی که امروز به کانادا می آیند، تقریباً دو سال باید صبر کنند تا پرونده هیئت مدیره مهاجرت و پناهندگان می گوید که زمان انتظار، در حال حاضر ۲۱ ماه است، اما اگر دولت به این بخش پول تزریق نکند این مدت افزایش هم خواهد یافت. دولت لیبرال در بودجه سال ۲۰۱۸ مبلغ ۷۴ میلیون دلار در نظر گرفته تا در مدت ۲ سال پرونده های مسکوت مانده یا زمان بر، سریع تر به پایان برسند. هیئت مدیره از این پول برای استخدام بیش از ۶۰ کارمند جدید برای تصویب شکایات و درخواست های پناهندگان

استفاده کرده است که بسیاری از این ده ها هزار تن از طریق مرزهای آمریکا و به صورت غیر قانونی وارد کانادا شده اند. هیئت مدیره مهاجرت و پناهندگان پیش بینی می کند که ۶۰۰۰۰ پرونده جدید، زمان انتظار را بیشتر و طولانی تر کند. این هیئت پیش بینی می کند بدون استفاده از منابع جدید فقط ۲۴۰۰۰ مورد از ۲۲۰۰۰ مورد تا پایان امسال بررسی شود. بررسی سالانه هیئت مدیره مهاجرت و پناهندگان "ای آر بی" که در اوایل امسال منتشر شده است نشان می دهد مشکلات مکرر و سیستماتیک در کارایی سیستم پناهندگی کانادا وجود دارد. "تیل ینس" نویسنده این گزارش و معاون وزیر سابق مهاجرت برای حل این مشکل،

تغییرات اساسی در نحوه عملکرد هیئت مدیره از جمله تغییر در ساختار مدیریتی تحت اختیار وزیر را، پیشنهاد می کند. "جنی کوان"، منتقد "تیو دمکرات" سیاست های مهاجرتی دولت گفت: "دولت به طور مداوم از منابع مالی ای آر بی می کاهد و بدین شکل مشکلات مدیریتی و دو دستگی در بررسی ادعاهای پناهندگی به وجود آمده است و زندگی مردم در زمانی که منتظر بررسی پرونده شان هستند به بطالت می گذرد." او افزود که بودجه جدید فدرال برای هیئت مدیره به اندازه کافی نیست. وی همچنین خاطر نشان کرد که دولت پاسخی برای این بررسی های انجام شده "ای آر بی" و توصیه های آن برای بهبود وضعیت ارائه نکرده است.

در همین حال، هیئت کانادا برای پناهندگان می گوید: پناهجویانی که به طور موفقیت آمیز روند طولانی بررسی پرونده را طی می کنند، پس از دو و نیم سال دیگر می توانند برای اقامت دائم خود اقدام کنند، این وضعیتی است که نگران کننده است. "جانت دنچ" مدیر اجرایی این هیئت گفت که مهاجرین معمولاً باید کارهای معمولی انجام دهند و نمی توانند از برنامه های دولتی استفاده کنند، آنها در صورت به سفر رفتن با چالش های زیادی مواجه می شوند و تا قبل از داشتن اقامت دائم نمی توانند همسر یا فرزندشان را به کانادا بیاورند.

وام مسکن

- ✓ تازه واردین
- ✓ صاحبان مشاغل
- ✓ ویزیتور
- ✓ اگر برای سرمایه گذاری قصد خرید چندین واحد را دارید

مریم اکبری
کارشناس وام مسکن
با سال ها تجربه

416.704.9292
1.877.739.7679
maryam.akbari@cibc.com



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



بیمه

از سال ۱۹۸۸ در کانادا

انواع بیمه و 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 پیوندید

نادر
خداپرست
416.576.7766

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



اخبار - کانادا

اداره مالیات کانادا بیشتر به پناهندگان گیر می دهد



باید وجود داشته باشد. چرا سازمان ما نمی تواند ضامن باشد؟ چرا که این خانواده ها از روزی که به کانادا می آیند، با این سازمان در ارتباط هستند.

"جنی کوان"، از منتقدان سیاست های مهاجرتی دولت از حزب "ان دی پی" گفت: "این باعث نگرانی است که اداره مالیات کانادا پناهندگان را هدف قرار داده است و بر روی مدیران پولدار و چاقی شرکت های بزرگ تمرکز نمی دارد".

دولت می خواهد (برای آنها ساده نیست". مسئولان اداره مالیات کانادا "سی آرای" به آنها گفته اند که نامه ای را از مدرسه فرزندان خود بیاورند که تایید کند فرزندان شان ثبت نام کرده اند، اما یکی از خانواده ها برای گرفتن این اطلاعات به دلیل تعطیلات تابستانی مدارس دچار مشکل شده است.

از آنها خواسته شد نامه ای از صاحب خانه شان بیاورند ولی با توجه به این موضوع که آنها به دلیل نرخ اجاره جابجا شده اند، پیدا کردن صاحبان ملک قبلی برایشان درس سزاساز شده است. هنگامی که "چرچ سلتمنت ایجنسی" که بخشی از بودجه آن توسط دولت فدرال تامین می شود، درخواست کرد که آیا اعضای آن می توانند تأیید کنند که این خانواده ها در کانادا حضور داشته اند یا خیر، اداره مالیات به آنها جواب منفی داد. امانسکی می گوید: "من فکر می کنم که راه دیگری برای جمع آوری اطلاعات

ترجمه ایران استار - یک خانواده پناهنده سوری در بریتیش کلمبیا از اداره مالیات یک صورت حساب ۲۷۰۰۰ دلاری دریافت کردند و پس از آن اداره مالیات کانادا از پدر و مادر خواسته بود تا با ارائه نامه مدرسه ثابت کنند که فرزندانشان با آنها زندگی می کنند.

یک سازمان خصوصی که از دو خانواده پناهنده حمایت می کند گفت: دولت خواستار بازپرداخت پولی که آنها قبلاً دریافت کرده اند شده است. این پول تحت عنوان کمک به فرزندان (چاپلند تکس بنفیت) به این ۲ خانواده پرداخت شده بود.

"لئون امانسکی" از کمیته حمایت از پناهندگان در کلیسای "انتلیکان سنت فیلیپ" در "ویکتوریا"، استان "بریتیش کلمبیا" می گوید: "از پناهندگان خواسته شده است تا اثبات کنند که فرزندانشان هنوز در کانادا زندگی و در مدرسه تحصیل می کنند؛ تهیه مدارک لازم [آنچنان که

مقایسه بازار املاک کانادا و آمریکا، برنده و بازنده کیست

از رکود اقتصادی در سال ۲۰۰۸، قیمت خانه های کانادا در حال رشد بود. آیا می توان گفت ۱۰ سال بعد، کانادایی ها برنده بزرگ بازار مسکن هستند؟ این بستگی به این دارد که چگونه به این مسئله نگاه کنید. تجزیه و تحلیل جدید از پورتال املاک و مستغلات "پوینت توو هوم" دو بازار مسکن را مقایسه کرده تا ببینید در دهه گذشته چه اتفاقی افتاده است.

ترجمه ایران استار - این پاییز، دهمین سالگرد سقوط بانک سرمایه گذاری "لهمن برادرز" و آغاز بحران مالی جهانی است که اثرات آن سال ها است به جهانیان تحمیل شده است.

این بحران، به طور عمده به دلیل فروپاشی بازار وام مسکن آمریکا، باعث شد که بازار مسکن در آمریکا به بدترین وضعیت خود در طول تاریخ برسد.

در کانادا، این سقوط هرگز رخ نداد. پس

وزیر توسعه اقتصادی، کار و تجارت انتاریو بخاطر اعتیاد استعفا کرد

درست چند ساعت قبل از استعفا وی، ویلسون ۵۵ ساله با داگ فورد، نخست وزیر انتاریو، در نزدیکی "سارنیا" جلسه داشت. این دو در کنار یک کمپین تبلیغاتی درباره کسب و کار آزاد در انتاریو در کنار هم عکس گرفتند.

زمانی که حزب محافظه کار در سال ۱۹۹۵ به رهبری "مایک هریس" قدرت را به دست گرفتند، ویلسون وزیر بهداشت شد و بعدها وزیر انرژی، علم و فناوری شد. او همچنین در زمان نخست وزیری "ارنی اوبس" در سمت های مختلفی خدمت کرده است. او در ژوئیه ۲۰۱۴، پس از استعفا "تیم هوداک"، رهبر موقت حزب شد.

"لیزا مک لود" وزیر خدمات اجتماعی در توئیت نوشت: "من برای ۳۰ سال خدمت و برای رهبری موقت ما در پارلمان گذشته از او تشکر می کنم".

ترجمه ایران استار - جیم ویلسون، وزیر توسعه اقتصادی، ایجاد شغل و تجارت انتاریو از حزب محافظه کار برای رسیدگی به مشکلات مربوط به اعتیادش از کابینه استعفا داد.

می گوید: "تاد اسمیت"، رهبر مجلس نمایندگان، به صورت موقت مسئولیت را با عهده می گیرد. دو روز بعد، داگ فورد مجبور به اعمال تغییرات گسترده در کابینه شد و جای شش پست و وزیر خود را عوض کرد: توسعه اقتصادی، ایجاد شغل و تجارت؛ منابع طبیعی و جنگل ها؛ امنیت خانوارها و خدمات رفاهی؛ حمل و نقل؛ فرهنگ، توریسم و ورزش؛ امور مصرف کننده ها.

ویلسون برای اولین بار در سال ۱۹۹۰ به نمایندگی مجلس انتخاب شد، او در آن سال نماینده منطقه "سیمیکو گری" از "جرجین پی" بود.

نازی واقف

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



416.454.6274
8185 YONGE (SOUTH OF HWY7) SUITE 200

Ask Me About The Following Products And Programs:

- Welcome To Canada Program
- Mortgage For Self Employed Program
- New Construction & Renovation Financing Program
- Commercial & industrial mortgages
- Approval & Pre-approval
- Business Loan and Line of Credit



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

Agent پذیرفته می شود

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

Let 45 Mortgage Lenders Work For You!

ادغام بدهی های شخصی و جایگزینی آن در یک وام مسکن



تهیه وام مسکن برای تازه واردین



تهیه وام مسکن آنهایی که مقیم کانادا نیستید



مجید حبیبی

416.553.3394

www.majidhabibimortgage.ca

کارشناس وام

MAJID HABIBI
Lic. #12782

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

tribe
You belong.



دعوت به همکاری و سرمایه گذاری

تا ۲۱% سود تضمین شده سالیانه به سپرده گذاران به همراه تضامین کافی و بیمه نامه معتبر برای اصل و سود سرمایه جهت توسعه فعالیت در امور اقتصادی و مالی در یک شرکت معتبر

647-669-7555



CURRENCY EXCHANGE LUMIERE

صرافی لومیر

با مدیریت اسماعیل هناره

- ✓ دریافت و ارسال حوالجات ارزی به اقصی نقاط جهان
- ✓ پرداخت همزمان ارز با کلیه کارت های عابر بانک های ایران
- ✓ بهترین نرخ در خرید و فروش نقدی ارزهای رایج جهان



سریع • بهترین نرخ • معتمد

Tel: 416.542.1111 , 905.747.9999
8167 Yonge St. Thornhill

پلازای سوپر پارسیان، محل سابق رویال بانک

اخبار - اقتصادی

آغاز تحریم‌های جدید امریکا و واکنش‌ها



جوزپ بیدل



سرگئی لاوروف



رجب طیب اردوغان



موا چون اینگ



اشفان زاکبریت



پی‌تی موسکویسی

علیه ایران هشدار داد که این رویکرد ممکن است به "بی‌ثباتی" و تقویت نیروهای "رادیکال" در این کشور منجر شود. هائیک ماس، وزیر امور خارجه آلمان که در یک کنفرانس خبری در برلین سخن می‌گفت ضمن "اشتباه" توصیف کردن اقدام آمریکا افزود که کشورش به همراه اتحادیه اروپا اقدامات لازم را برای حفظ و زنده نگاه داشتن توافق هسته‌ای انجام خواهد داد.

دولت سوئیس نیز در واکنشی به تحریم‌های جدید آمریکا اعلام کرد برای اطمینان از نبود مشکل در نقل و انتقال غذا، دارو و مایحتاج بشردوستانه در حال رازبانی با آمریکا، اروپا و ایران جهت ایجاد یک کانال مالی است. مقامات سوئیس پیش‌تر از موسسات بازرگانی خود خواسته بودند با وجود تحریم‌ها به تجارت با ایران ادامه دهند.

اتحادیه اروپا که پیشتر بارها بر حفظ برجام و احترام به مفاد این توافقنامه بین‌المللی تأکید کرده و خواستار اجرای تعهدات صورت گرفته در این زمینه شده بود تحریم‌های جدید واشنگتن را غیر قابل قبول توصیف کرده است. یو‌نیر موسکویسی، کمیسر امور اقتصادی کمیسیون اروپا روز دوشنبه در گفتگو با رادیو "فرانس انفو" بار دیگر بر مواضع پیشین اتحادیه اروپا برای حفظ روابط تجاری و مالی با ایران تأکید کرد. وی گفت که اتحادیه اروپا با تحریم‌های آمریکا مخالف است و اقدام واشنگتن را تأیید نمی‌کند.

اسرائیل: در اردوگاه موافقان تحریم از میان متحدهای منتقدی دونالد ترامپ در خاورمیانه، بی‌شک نمایین تانیاهاو، نخست‌وزیر اسرائیل خوشحال‌ترین مقام سیاسی حال حاضر دنیا است. آقای نتانیاهاو روز دوشنبه ساعاتی پس از اعلام تحریم‌های جدید واشنگتن بر ضد تهران از یک "روز تاریخی" و "روزی بزرگ برای آینده اسرائیل" یاد و بار دیگر ایران را به عنوان بزرگترین تهدید برای اسرائیل، خاورمیانه و صلح جهانی معرفی کرد.

گردآوری: ارز ملل
شاپور تنیاکویی



روز دوشنبه ۱۴ آبان‌ماه، مایک پومپئو و استیو منوچین، وزیران خارجه و خزانه‌داری آمریکا، در نشست خبری جزئیات بازگشت تحریم‌های ایالات متحده علیه ایران را اعلام کردند که بر اساس آن در مجموع ۷۰۰ شخصیت حقیقی و حقوقی مشمول تحریم‌های ایالات متحده شدند. در این دور از تحریم‌های آمریکا علیه ایران، تحریم‌ها شامل ۵۰ بانک ایرانی و زیرمجموعه‌های آن، و در بیش کشتیرانی و انرژی شامل بیش از ۲۰۰ شخصیت حقیقی و کشتی می‌شود. شرکت هواپیمایی ملی ایران (ایران‌ایر) و ۶۷ فروند از هواپیماهای آن نیز هدف تحریم قرار می‌گیرند.

مقام‌های آمریکایی اعلام کرده‌اند که آژانس انرژی اتمی ایران و ۲۳ نهاد و فرد تابع آن در فهرست تحریمی جدید قرار گرفته‌اند. گستره این تحریم‌ها به گونه‌ای است که احمد امیرآبادی فراهانی، نماینده قم در مجلس شورای اسلامی، با اشاره به آغاز دور دوم تحریم‌های آمریکا علیه ایران، تأیید کرده که "تقریباً همه افراد و مجموعه‌های فعال در دور زدن تحریم‌های قبلی در آن دیده می‌شود". اسحاق جهانگیری، معاون اول رئیس‌جمهوری ایران روز سه‌شنبه در رابطه با تحریم‌ها گفت: "نمی‌توانم دروغ بگویم که تحریم‌ها اثری ندارد تحریم‌ها اثر دارد ولی باید اثر آن را به حداقل برسانیم."

حسن روحانی، رئیس‌جمهوری ایران، صبح دوشنبه و ساعاتی پس از اعلام رسمی اجرای موج دوم تحریم‌های آمریکا علیه ایران، گفته بود: "امروز کاری که آمریکایی‌ها انجام می‌دهند، صرفاً فشار به مردم است، فشار به هیچ جای دیگر نیست." پیش‌بینی می‌شود با اعمال تحریم‌های آمریکا علیه ایران، در دو سناریوی خوش‌بینانه و بدبینانه، نرخ رشد اقتصادی در پایان امسال بین منفی نیم درصد تا منفی ۲.۸ درصد در نوسان باشد. کاهش میزان تولید و صادرات نفت ایران، محدودیت‌ها بر سر مبادلات بانکی و اختلال بر سر فعالیت‌های حوزه حمل و نقل و همچنین آسیب دیدن روند بازرگانی و تجارت خارجی از محتمل‌ترین اتفاقات اقتصادی در ماه‌های آتی است.

واکنش‌ها:

اسپانیا و روسیه: تحریم‌ها غیرقانونی و ضرب الاجل تعیین شده غیر قابل قبول است در تازه‌ترین واکنش‌ها به تحریم‌های جدید واشنگتن بر ضد تهران، اسپانیا و روسیه این اقدام واشنگتن را مورد انتقاد قرار دادند.

سرگئی لاوروف، وزیر امور خارجه روسیه روز سه شنبه با انتقاد شدید نسبت به رویکرد یکجانبه آمریکا در برخورد با مسائل جهانی اعمال تحریم‌های جدید بر ضد ایران و تعیین ضرب الاجل برای دیگر کشورها را محکوم کرد و گفت: "دنبال کردن رویکرد و سیاستی مبتنی بر ضرب الاجل و توقعات یکجانبه در عصر کنونی به راحتی قابل قبول نیست." آقای لاوروف در ادامه تحریم‌های جدید بر ضد تهران را "کاملاً غیرمشروع" توصیف و خاطرنشان کرد: "این تحریم‌ها نقض آشکار تصمیم شورای امنیت

با درود به ایرانیان عزیز

این هفته مسایل زیادی در رابطه با ایران اتفاق افتاد که در تغییر نرخ تأثیر داشته است. اما با همه این اتفاقات دولت ایران نرخ دلار را به تدریج کاهش خواهد داد. پیش‌بینی می‌شود دلار رو به کاهش باشد.

آخرین نرخ انواع ارز طلا و نفت:

دلار نقدی کانادا.....	از ۱۱۱۰۰ تا ۱۱۳۰۰
دلارحواله کانادا.....	از ۱۱۲۵۰ تا ۱۱۵۵۰
دلار نقدی آمریکا.....	از ۱۴۳۰۰ تا ۱۴۸۵۰
دلار حواله آمریکا.....	از ۱۴۶۰۰ تا ۱۴۹۰۰
درهم.....	از ۳۸۶۰ تا ۳۹۵۰
طلا.....	از ۱۵۹۰ تا ۱۶۱۰
نفت.....	از ۶۰ تا ۶۴

شاپور تنیاکویی، روزنامه‌نگار و متخصص امور ارزی است، وی مدیریت ارز ملل در تورنتو را بعهده دارد.
416-830-6000

REGISTER NOW

ELM

تحويل اکتبر ۲۰۱۹

AVENUE

پیش فروش تاون‌هاوس فقط با ۱۰۰ هزار دلار پیش پرداخت Yonge/16th

INSPIRED MODERN 18 TOWNS IN RICHMOND HILL

شان شاهواری

SALES REPRESENTATIVE

416-829-5953

www.realtorhome.ca

SUTTON GROUP - ADMIRAL REALTY INC., BROKERAGE

سر دفتر استادر رسمی
Notary Public

دفتر وکالت

دکتر ناصر عابدی

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

حقوق خانواده و امور مالی

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

مهاجرت و سیتی زنی

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

Immigration & Citizenship

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

Civil Litigation

دعای حقوقی

Business & Corporate Law

امور تجاری و شرکتها

Real Estate

خرید و فروش املاک و مستغلات تجاری و مسکونی

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

Tel: 905.709.4066 , Cell: 416.6666.012

visalawyer@rogers.com , www.abedilaw.com , info@abedilaw.com

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

شاپور تنیاکویی، روزنامه‌نگار و متخصص امور ارزی است، وی مدیریت ارز ملل در تورنتو را بعهده دارد.
416-830-6000

سریع ترین حواله به سراسر دنیا

سرعت
دقت
امنیت

ارز ملل

افتتاح دفتر جدید

هم اکنون ارز ملل پاسخگوی
مشتریان گرامی در محل جدید است:

6024 Yonge St.

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



اولین صرافی در سرعت حواله ۲۴-۴۸ ساعته

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

416.830.6500

~~5959A Yonge St.~~ → 6024 Yonge St.

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

arze.melal@gmail.com



ارز ملل

www.melal.ca

گزارش

گالای امسال سازمان زنان: نوآوران، پیشرو، حرفه‌ای و موفق



فخری افشاری، رئیس سازمان زنان



نگار هاشمی، رئیس سابق سازمان زنان



سارا علیمردانی، مجری برنامه



مجید جوهری، نماینده افشاری، نماینده جنگ تان



اهدای لوح تقدیر از سوی مایکل پارسا



اهدای لوح تقدیر علی احساسی به IWO



شلی کارول نماینده شورای شهر تورنتو



لیدا و حسین کلباسی، خواننده و نوازنده



پریسا اورندی، نوازنده پیانو



سارا صلاهی و دوستانش در نمایش طنز



رومینا مهرتاش، خواننده



رها و علی اورنگی، رقصنده و نوازنده



افسون هوشیدری

نماینده سازمان زنان اهداء شد. بعد از آن مایکل پارسا نماینده محافظه‌کار منطقه اورورا - اوکرچیج - شمال ریچموندویل در پارلمان انتاریو به سخنرانی پرداخت و گفت که امیدوار است تلاش‌های مستمر سازمان زنان بتواند باعث شود که یک زن ایرانی به مجلس فدرال، یا مجلس انتاریو و یا شورای شهر راه یابد. او اظهار داشت که کارهای شما و تمام کسانی که از قبل در این سازمان تلاش کرده‌اند به زنان جوان جامعه این توانایی را می‌بخشد تا بتوانند آینده خوبی را (برای خودشان و کانادا) رقم بزنند.

خانم شلی کارول نماینده شورای شهر تورنتو از منطقه دان‌ولی شمالی نیز طی سخنرانی خود اظهار داشت: برای من کار شما در سازمان زنان بسیار ارزشمند [کالی، ادامه در صفحه ۴۰ ←]

برای سازمان زنان پخش شد. سخنرانی مجید جوهری نماینده لیبرال ریچموندویل در مجلس فدرال باافاصله داشتن ترودو آغاز شد که در آن وی گفت: به منتخبین امسال سازمان زنان تبریک می‌گویم و اینجا هستم تا از تلاش‌های زنان ایرانی با روحیه ایرانی‌شان تشکر کنم.

نماینده دکتر جنگ‌تان که نماینده دیگر لیبرال مجلس فدرال از منطقه دان‌ولی است، از طرف وی انتخاب مایکل پارسا و شلی کارول را به آنها تبریک گفت و از سازمان زنان بخاطر داشتن روحیه کانادایی کمک کردن به دیگران و به جامعه کانادایی تشکر کرد. سپس تقدیرنامه‌های دولت فدرال کانادا توسط سخنرانان فدرال، علی احساسی، مجید جوهری، و نماینده دکتر جنگ‌تان، به خانم فخری افشاری بعنوان رئیس و

دکتر حسن گل محمدی



سازمان زنان ایرانی انتاریو، یک سازمان غیرانتفاعی و خدماتی است که تامین بخش اعظم منابع مالی مورد نیاز آن با جمع‌آوری کمک‌های اجتماعی و مردمی صورت می‌گیرد. رسالت این سازمان تقویت و ارتقا توانایی‌های زنان ایرانی در تورنتو و انتاریو است. بدیهی است زنان یکی از ارکان اصلی خانواده‌ها را تشکیل می‌دهند، اگر این عضو پشتیبانی، حمایت و حتی آموزش داده شود و میزان توانایی‌های آنها ارتقا پیدا کند، به‌طور مستقیم و غیرمستقیم ارکان خانواده‌های مهاجر ایرانی تقویت و انسجام می‌یابد. پس چه حرکت و اقدامی مناسب‌تر از آن که ما در کامیونیتی ایرانی سعی کنیم با اختصاص کمک‌های مالی و معنوی این سازمان را در انجام وظایف بسیار ارزشمند خود یاری دهیم. این کار نه تنها یک وظیفه اخلاقی بلکه یک رسالت فرهنگی و اجتماعی ما به حساب می‌آید که با انجام آن از بسیاری ناهنجاری‌ها، گسستگی‌های خانوادگی، مسائل و مشکلات روحی و روانی مهاجرت جلوگیری می‌آید که با انجام و موجبات آموزش، تربیت و ارتقاء بیشتر نسل‌های آینده مهاجران ایرانی در جامعه کانادا را فراهم می‌سازد.

نهمین گالای سازمان زنان ایرانی تورنتو، روز جمعه دوم نوامبر ۲۰۱۸ در سالن زیبای موزه آقاخان از ساعت ۶/۳۰ عصر تا ۱۰/۳۰ شب برگزار گردید. سازمان زنان تاکنون چندین جشن بزرگ به منظور ارائه گزارشی از فعالیت‌های خود و جمع‌آوری کمک‌ها و مساعدت‌های اجتماعی و مردمی در تورنتو برگزار کرده است. در جشن جمعه شب امسال که با حضور حدود سیصد نفر از طرفداران و فعالان اجتماعی و سیاستمداران ایرانی و کانادایی برگزار شد: نوآوران، پیشرو و کاملاً حرفه‌ای بود که نظیر آن تاکنون کمتر در جامعه ایرانی تورنتو دیده شده است.

مجری برنامه، سارا علیمردانی توضیح داد که هدف سازمان زنان از این گالا معرفی تعدادی از زنان جامعه ایرانی با توانایی‌ها و برنامه‌هایشان است، که بنا به دلایلی بگذر کافی در دایره توجه قرار نگرفته‌اند، به ترتیبی که در پایان حضار بتوانند با انتخاب یکی از آنها، مراتب تقدیر خود را به استحضار جامعه برسانند.

در این جلسه خانم فخری افشاری رئیس فعلی سازمان زنان در سخنرانی خود اینگونه اظهار داشت: اگرچه سازمان هر سال از زنان تقدیر کرده است اما امسال به سراغ زنان جوانی رفتیم که برایشان بتوانیم امکان رشد و آینده روشن‌تری را بوجود آوریم. رئیس سازمان اشاره‌ای نیز به موفقیت‌های امسال داشت: افزایش فضای کار و اجرایی سازمان با افزودن یک اتاق به مجموعه؛ و دریافت مجوز خیریه، دریافت مجوز خیریه اصولاً روند طولانی و مشکلی داشت که سازمان موفق شد پس از پشت سر گذاشتن همه شرایط لازم و اخذ این مجوز، اکنون بتواند بعنوان یکی از سازمان‌های ایرانی در این لیست قرار گیرد. وی در انتها از زحمات کلیه داوطلبان، هیئت مدیره و حامیان سازمان تشکر کرد و اظهار داشت که خانم نگار هاشمی، رئیس سابق سازمان سخنران بعدی است که توانست سازمان را در شرایط بسیار سختی به سمت موفقیت هدایت کند.

نگار هاشمی در سخنرانی کوتاهش اشاره کرد که با وجود شرایط سخت سازمان، داشتن فرزند و راه دور (غرب انتاریو) تمام همت خود را به کار بسته و کار با سازمان را بزرگترین افتخار خود نامید. گفت‌یست علاوه بر صاحبان مشاغل مختلف و متخصصین حرفه‌ای گوناگون جامعه، تعدادی از سیاستمداران کانادایی، از دولت فدرال و انتاریو و شهرداری نیز در این مراسم حضور داشتند. علی احساسی نماینده لیبرال ویلودیل در مجلس فدرال سخنران بعدی بود که به حضار گفت: از وقتی به یاد دارم سازمان زنان به همه نیازمندان کمک کرده، بودن با سازمان زنان به هر شکل ممکن، افتخار ماست... من و مجید جوهری از نخست وزیر کانادا، جاستین ترودو پیامی را برای سازمان زنان آوردیم. سپس پیام ترودو



دفتر حقوقی
و ترجمه

رضا ناظر و آذین وکیلی

از مبدا تا مقصد با شما هستیم



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



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

خدمات

جرایم رانندگی:

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

جرایم جنایی: (دزدی از فروشگاه)

Summary Convictions

و تهیه دعوتنامه رسمی، تأیید اجازه خروج فرزند از کانادا

ترجمه رسمی کلیه مدارک توسط **آذین وکیلی**

شناسنامه - گواهینامه - مدارک تحصیلی - پاسپورت و غیره

Commissioner of Oath

416-915-0050

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

خلیل هناره

- حضور رسمی انجمن مشاورین املاک انتاریو.
- همراه و بکام با شما برای تصمیم‌گیری بهترین خرید و فروش.
- املاک تجاری، ریزش، مسکونی و مرز.
- کمک در تهیه انواع وام های مسکونی و تجاری.
- ارزیابی ملک شایسته خرید و یا فروش.
- آماده پاسخگو و برخورد خواسته های شما در امور املاک.

تعدادی آپارتمان، مثل مسکونی و دفتر کار برای اجاره و فروش موجودی باشد.

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

Khalil Henareh

B.Sc., Sales Representative
Experince Excellence

Direct: 416.275.8747
Office: 905.764.7111 Ext.1397
Fax : 905.764.1274
Email : Khalil.henareh@century21.ca

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



Trust, Honesty and Integrity... Always.



۲۴ ساعته

با فروش
آنلایندر پلازای
ایرانیان

سوپر ارزان

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

BEST OF NORTH YORK
2014 2015 2016

Congratulations on being selected as the Best Of North York for 2018. Your official selection was announced in the September 2018 issue of the North York Free magazine. The annual Best Of North York is one of our most popular features to get you and your family ready for the year. It's the people, places and things that make our community such a great place in which to live and work.

Your award is featured among the biggest, finest, best and most popular products and services. We are proud to have you listed as a featured edition which will help you to achieve your achievement.

Thank you for being an integral part of our community.

Sincerely,
Lorne London
Publisher

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

زرشک پلو
خوشمزه با مرغ
سه شنبه ها،
پنجشنبه ها

اسپیشال های این هفته سوپر ارزان

هویج بستنی \$6.99
هویج پرتقال \$6.99
هویج کرفس \$6.99

انگور عسگری شیرین رسید
برگه زردآلوی شکرپاره ارگانیک از بهترین باغات ایران رسید
نوبرانه ها: بی نظیر

بیسکوئیت پتی بور
بسته ای: \$4.99
ت ۲ \$9.99

کلوچه نادری و نوشین
هر عدد: \$2.99
ت ۲ \$5.99

خورشت فسنجان بدون گوشت
هر عدد: \$2.99
ت ۲ \$5.99

انواع دمنوش های طبی و ارگانیک
نیوشا رسید

بیسکوئیت فرخنده و التیا
هر عدد: \$3.99
ت ۲ \$7.99

بیسکوئیت مادر بزرگ
بسته ای: \$3.99
ت ۲ \$7.99

بیسکوئیت متوسط
بسته ای: \$2.99
ت ۲ \$5.99

بیسکوئیت مادر کوچک
بسته ای: \$9.99
ت ۳ \$2.99

خیار شور بزرگ حسنی
سایز سوپر اسمال
هر عدد: \$7.99
ت ۲ \$15.99

خیار شور بزرگ حسنی
هر عدد: \$5.49
ت ۲ \$10.99

رب گوجه زردین و آت
هر عدد: \$3.99
ت ۲ \$7.99

رب گوجه صدف
هر عدد: \$3.99
ت ۲ \$7.99

روغن هسته انگور صدف
بسته ای: \$9.99
ت ۲ \$18.99

تن ماهی جنوب
هر عدد: \$2.49
ت ۳ \$6.99

قند کاترین
ت ۲ \$3.99

پسته کله قوچی خام و زعفرانی
پوندی
ت ۲ \$12.99

دلستر و ایستک
بسته ۱۲ تایی
ت ۲ \$13.99

سبزی سبز دانه
بسته ای: \$3.99
ت ۳ \$10.99

سبزی سیب و کامپین
بسته ای: \$3.99
ت ۳ \$10.99

سبزی قورمه، سبزی رخ شده
خورشت سبزی بدون گوشت
بسته ای: \$2.99
ت ۲ \$5.99

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

انواع سفارشات کیتترینگ
و مجالس پذیرفته می شود

نان تازه پخت و با کیفیت سوپر ارزان



پلوپز ایرانی پارس خزر

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

سفارشات آنلاین با دلیوری:

پذیرفته می شود

www.arzon.ca

6103 Yonge St. (South of Steeles)

416-590-1234 , 416-222-4726

تغییر بزرگ - ۵

ایران در بروکسل، سال‌های ۶۰ میلادی

ملاقات با ایرج اسکندری و "اریک رولو"

اعتصاب غذا، اشغال سفارت شاهنشاهی، و دسیسه بین‌المللی علیه شاه

به ایدئولوژی خاصی هستند. از آن روز به بعد، من به رونامه لوموند و البته به همه رسانه‌ها با چشم متفاوتی نگاه کردم و مطالبشان را با نقد می‌خواندم یعنی اینکه همینطوری نمی‌پذیرفتم (از جمله به هنگام دگرگونی بزرگ ۱۳۵۷ در ایران).

کم‌کم متوجه شدم که هرگاه بستن قراردادی بین ایران و فرانسه مطرح است ناگهان در رسانه‌هایشان خبر از حقوق بشر و شکنجه در زندان‌های ایران یا فعالیت‌های جدائی‌طلبی در استان‌های ایران می‌شود، یا اگر میان فرانسه و عراق انگلستان یا آمریکا، زیرا متوجه شدم که رسانه‌های عمده انگلیسی و آمریکایی هم روی همین حساب مطالب خودشان را تنظیم می‌کنند! نمی‌گویم همه رسانه‌ها یا همه روزنامه‌نگاران و نمی‌گویم همیشه و در همه مواقع ولی گرایش به این وضعیت را می‌شد مشاهده کرد، آنهم در مورد روزنامه‌نگاران بخصوصی، چون "اریک رولو" که وقتی "فرانسوا میتران" سوسیالیست رئیس‌جمهور شد، "اریک رولو"ی روزنامه‌نگار را به مقام سفیر فرانسه در ترکیه برگزید.

رولو با چهره‌نمایی بی‌طرف، اما در ضدیت کامل با شاه و هواداری بی‌چون و چرا از "انقلاب اسلامی" می‌نوشت و مقاله‌هایش به پشتیبانی محکم از "انقلاب" منتشر می‌شد، و هنوز عنوان شاعرانه یکی از این مقاله‌های مفصلش را در دوران جوشش "انقلاب" به یاد دارم: "گل‌های سرخ اسپهان" [اینکه برای آقای خمینی کلمه "رهبر" (رهبر انقلاب) در زبان فرانسوی به "راهنما" ترجمه و مرسوم شده است از آثار سیاسی "اریک رولو"ست که سعی داشت چهره "مام" را در مقابل "شاه" دیکتاتور فاشیست را هر چه ملایم‌تر و مهربان‌تر جلوه دهد. همراه و همصدا با شعار انقلابیون اسلامی که در کشور گل و بلبل ازمان به آواز می‌خواندند: "دیو چو بیرون رود فرشته بر آید".

"رولو" پیش از رسیدن به مقام سفارت، به عنوان نماینده دولت فرانسه برای آزادی گروگان‌های فرانسوی در لبنان به تهران گسیل شد. اما کور خوانده بود، ایرانیان را درست نشناخته بود و توفیقی حاصل نیامد و دست از پا درازتر به پاریس برگشت. و اما من در پاسخ به این آقایان که می‌خواستند علیه رژیم شاه تظاهرات اکتیم، به رغم جبروت محیط، و به رغم احتیاطی که میهمان‌داران من می‌گذاشتند، و به رغم اثر مختصر "ویسکی"، و خلاصه به رغم جو ناشی از آن محفل مخالف شاه" هستم، که دور از واقعیت هم نبود.

باری، از اینکه احساس کردم دسیسه‌ای بین‌المللی علیه کشورم برپاست که می‌خواستند ما را هم به بازی خود بگیرند، از خامی و ساده لوحی درآمده به خود امدم و تغییر موضع در جهت هواداری با دستکم توجیه دولت ایران، و طبعاً رئیس دولتش، در سن ۲۱ یا ۲۲ سالگی و به سال‌های ۱۹۶۵ یا ۱۹۶۶، شکل گرفت. سال ۱۹۶۷ به تهران بازگشتم قطعی‌تر و محکم‌تر شد.

1-Eric Rouleau

۲- شورش که امروزه به "قیام ۵۱ خرداد" معروف شده است

۳- ۱۲ فروردین ماه ۴۴۲۱ برابر با ۱۰ آپریل ۱۹۶۵

۴- بعدها من و نیکخواه در "گروه تحقیق" رادیوتولزیون ملی ایران همکار شدیم، و او رئیس مستقیم من شد.

اداره درفشه‌آرینده



عکس یادگاری دو تن از انقلابیون (۱) در حیاط سفارت شاهنشاهی ایران در بروکسل که در حمایت از پرویز نیکخواه به اشغال مسالت آمیز دانشجویان درآمده بود، نویسنده (راست) به همراه کامیاب منافی.

دکتر شجاع‌الدین ضیائیان
shodjaeddin@gmail.com



این سری مقاله از آنجا شروع شد که در سفر تابستان گذشته به بروکسل، در سال‌های ۶۰ م. در آنجا دانشجو بودم، تغییرات عمده‌ای که در این نیم قرن پدید آمده را به یاد آورده به نگارش آوردم به امید که مفید باشد. در شماره پیش به رفراقدم ۶ بهمن ۱۳۴۱ در ایران موسوم به "انقلاب سفید (شاه و مردم)" و به محتوای بسیار مترقی آن و به شورش خونینی که به رهبری (آیتالله) خمینی در مقابل با آن رخ داد اشاره کرده. از خودداری خود و انجمن دانشجویی‌مان در پشتیبانی از آن شورش اسلامی نوشتم. همچنین از اقدام پیروزمندانه خود در پاسداری از نام "خلیج فارس". رسیدیم به ماجرای ترور نافرجام به جان شاه در کاخ مرمر، و یکی از متهمان اصلی آن پرویز نیکخواه که ما به دفاع از او نشستیم.

اعتصاب غذا

برای جلب توجه افکار عمومی علیه دولت ایران ابتدا در کوی دانشگاه دست به اعتصاب غذا زدیم. روزنامه‌نگاران از روزنامه‌های چپ و راست و میانه‌رو، آمدند، عکس گرفتند و مطلب را با آب و تاب چاپ و به هواداری از ما به وضدیت با رژیم "ددمش" شاه منتشر کردند و من هم پیروزمندانه وسط و جلوتر از همه در عکس بودم

این را هم بگویم که من و بعضی از دوستان دیگر که در این اعتصاب غذا که ۵ روز به طول انجامید شرکت کرده بودیم یکی دو بار یواشکی جیم شدیم و غذای مفصلی هم خوردیم، به کسی نمی‌گفتم و برمی‌گشتم به "اعتصاب غذا"ی خودمان ادامه می‌دادم. البته بعضی از دوستان این اعتصاب غذا را کاملاً انجام دادند، مثل دوستان آقای عسگری که من اسم کوچکش را الان به یاد ندارم و کارش به بیمارستان کشید. او را که تازه‌گی به بروکسل آمده بود درست نمی‌شناختم، ظاهراً تمایلات جبهه ملی و شاید مذهبی داشت.

اما جالب‌ترین بخش این اعتراضی ما برای نجات جان پرویز نیکخواه دو چیز بود. این را هم بگویم که من در این تظاهرات برای نجات جان پرویز نیکخواه به چند دلیل شرکت می‌کردم، نه به دلیل اینکه واقعا هنوز مخالف شاه و حکومت او بودم، بلکه به جهت اینکه اولاً، به هر حال، می‌خواستیم جان یک کسی را نجات بدهیم و دوماً اینکه این شخص از صنف ما و یک دانشجوی سابق خارج کشور و از فعالان نهضت دانشجویی بود، و سوماً چون خود این اعتراضات و این حرکت‌های اعتراضی و مطرح شدن برآیمان جالب بود، به خیال خود یک کار مثبتی انجام می‌دادیم و توجه روزنامه‌نگاران و افکار عمومی را به خود جلب می‌کردیم و برای انجمن خود نامی بهم می‌زدیم! و اما جالب‌ترین بخش این حرکت، همانطور که گفتم، دو چیز بود. **اشغال "مسالت آمیز" سفارت شاهنشاهی در بروکسل!**

یکی اینکه ما رفیق با سفیر ایران در بروکسل جناب خسرو هدایت صحبت کردیم که ما به عنوان اعتراض می‌خواهیم بایام و سفارت را اشغال بکنیم! در جواب ایشان گفتند که اینجا منزل خودتان است و سفارت مال شماس‌ها و ما آمدیم و شب را در سفارت شاهنشاهی ایران با خواندن سرود "ای ایران ای مرز پر گهر..." گذرانیدیم و احساس انقلابی بودنمان برآورده شد! که البته خودبه‌خود این احساسی که ما داریم علیه دیکتاتوری شاه مبارزه می‌کنیم روزبه‌روز در من تحلیل می‌رفت و تضعیف می‌شد و برآیم مشخص می‌شد که آنچه که ما به آن می‌گویم "دیکتاتوری"، در واقع در عالم خیال درباره‌اش صحبت می‌کنیم و در عمل، ما- دستکم من- هیچ دیکتاتوری از این سفرای شاهنشاه ندیدیم و از خود شاه هم ندیده بودیم. دستکم احساس من اینچنین تحول می‌یافت. فی‌الواقع، گویا محمدرضا شاه اعلام کرد که چون آن جوان قصد کشتن او را داشته حق دارد که او را بیهشند، و او را بخشیدا حکم حبس ابد نیکخواه هم به ۱۵ سال تخفیف داده شد، و پس از ۵ سال زندان و اظهار ندامت و تغییر عقیده یافتن که در یک گفتگوی تلویزیونی اعلام گشت آزاد شد

شنبه و یکشنبه صبحانه از ساعت ۹ صبح تا ۲ عصر

صبحانه مشهور لی‌لیز

در پارسی ساندویچ ۱۷ همین ماه از

بهترین ساندویچ‌ها با طعم لذیذ ایرانی در تورنتو

همبرگر و ساندویچ مرغ در تورنتو، بهترین مغز. زبان الویه. کتلت. سوسیس بندری. سوسیس آلمانی ایرانی. ساندویچ استیک

بالاترین مرغوبیت کباب‌های ایرانی در پارسی ساندویچ:

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

Tel: 905.597.1188

پارسی ساندویچ 8199 Yonge St.

خدمات حسابداری

AMIN the name you can trust

کلیه امور حسابداری و مالیاتی

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

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

Income Tax

Personal

E-File

Small Business & Corporation

پرداختی در کمتر از ۲ هفته

E-FILE

حسابداری امین، پیشگام در برداشت شرط مهاجرت تجاری

416.224.0540

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

افتتاح شعبه جدید صرافی بهارستان در تورنتو



صرافی بهارستان

Baharestan Currency Exchange

+1 905 737 1771 , +1 905 737 1717

افتتاح شعبه دوم صرافی بهارستان:
روبروی پلازای ایرانیان 6080 Yonge St.

ارائه امن‌ترین و سریع‌ترین خدمات ارزی برای هموطنان ایرانی در سراسر دنیا



دفتر مرکزی:

تهران، میدان فردوسی،
مرکز تجارت جهانی فردوسی
۰۶۰۰۱ - ۸۸۹ - ۲۱

خدمات:

- انجام حوالجات ارزی به اقصی نقاط دنیا در کمترین زمان
- خرید و فروش نقدی ارزهای رایج دنیا
- با مجوز رسمی دولت کانادا
- مجهز به دستگاه کارت‌خوان ایران و پرداخت ریالی با کارت‌های عضو شتاب
- قبول سفارش جهت تحویل ارز در اکثر شهرهای بزرگ دنیا
- ارائه مناسب‌ترین نرخ خرید، فروش و حواله
- مشاوره رایگان جهت انتقال ارز و سرمایه‌گذاری
- انتقال حقوق و بهره‌های بانکی شما از ایران به تورنتو

+1 905 737 1771 , +1 905 737 1717

www.baharestanexchange.com

info@baharestanexchange.com

14 Levendale Rd, Richmond Hill, ON, L4C 4H2

محمد رحیمیان
مشاور ارشد بیمه

www.insufin.com
www.sherkatebimeh.com
۹۰۵۳۷۰۰۰۱۱

• پوشش هزینه‌های پزشکی و توانبخشی حوادث تا سقف ۲۰۰۰ دلار -حاکم ۵۰ دلار برای هر بازدید اگر درمان توسط یک پزشک معالج مجاز، استثنای، فیزیوتراپیست (به استثنای ورزش درمانی) یا پرستار ثبت شده در ۳۰ روز از یک تصادف مورد نیاز باشد.

یوریو برای اولین بار در سال ۲۰۱۵ انتخاب شده است. وی پیام‌های مختلفی در مورد آینده سیاسی‌اش را در شبکه‌های اجتماعی بیان نموده است، برای مثال در ماه آوریل اعلام کرده بود که سیاست را ترک می‌کند ولی جدول خاصی برای ترک سیاست را ارائه نداده بود.

پس از انتشار این گزارش و افزایش فشارها بر ایورو طی یک پست توییتری که در آن جاستین ترودو، نخست‌وزیر کانادا هم قرار داشت، گفت که در حال انجام یک «کار» برای دولت است که به واسطه آن نمی‌تواند در مجلس حضور یابد. وی تلویحا اشاره کرده بود که ترودو در جریان این امر قرار دارد و با اینکه ترودو این کار را به او واگذار کرده و از شرایط آن آگاه است.



نیاز به بیمه دارو دارید؟

واجد شرایط نیستید؟

— پذیرش تقاضا تا آخر —

نوامبر ۲۰۱۸



905.370.0011

insufin.com

مدیریت جدید با

میتسوبیشی

{

طراحی فوق العاده
خدمات بی نظیر
کیفیتی برتر

}



MITSUBISHI MOTORS
Drive your Ambition





توماج شاهین جو

— مدیر اجرایی —
Tomaj Shahinjou
— Fixed Operations Manager —

مسلمت به
فارسی و انگلیسی



مجید میرنظام

— مدیر فروش —
John Mirnezam
— Sales Manager —

مسلمت به
فارسی و انگلیسی

905.770.0005

اطلاعیه : میتسوبیشی ریچموندهیل به

میتسوبیشی شمال یانگ تغییر نام داد

MANDATORY – INSERT LEGAL DISCLAIMER AND DEALER INFO HERE.

 * 1 Drive available from March 1, 2018 to April 2, 2018 for eligible and qualified customers on the purchase price (Mechanical Breakdown Protection) or lease (Appearance Protection) of a 2017 Lancer, 2017 Sportback, 2018 Mirage Mitsu CA With Outlander/Outlander PHEV/Eclipse Cross, valued at up to \$2,499/\$2,499/\$2,499/\$2,499/\$2,499/\$2,499. Limited time extended warranty coverage is offered through Mitsubishi Motors Canada's new product suite. Mechanical Breakdown Protection (purchase and finance only) covers air conditioning, electrical systems, fuel delivery system interruption suitable assistance and more for up to 100 months/160,000 km, whichever comes first. A £250 deductible per repair visit applies during the limited-time extended warranty period. Appearance Protection (lease only) covers car rental benefit, front windshield repair, interior protection, paint repair and paintless dent removal for up to 48 months. Other warranty terms options may be available. Certain terms and conditions apply. Extended warranty is transferable to the next private purchaser (then apply). Roadside assistance within the extended warranty coverage has a 100 km maximum per event. Visit www.mitsubishi-motors.ca or your local dealer for complete offer and coverage details. ** Government CE rebate of up to \$2,000 available for eligible vehicles and subject to change at any time. Rebate is not administered by Mitsubishi Motors. Rebate would apply to the negotiated price including applicable fees and taxes. Other conditions apply. See dealer or provincial government to learn more and how you can apply. www.mitsubishi-motors.ca. † Vehicles are shown with optional equipment and/or accessories. *** Whichever comes first. Regular maintenance not included. See dealer or mitsubishi-motors.ca for warranty terms, restrictions and details. Some conditions apply.

10 YEAR
160,000 KM
POWERTRAIN LTD WARRANTY**

[MITSUBISHI-MOTORS.CA](http://www.mitsubishi-motors.ca)



1-877-393-6464



تحويل
جدید در دندانپزشکی:

دندان با ایمپلنت‌های ظریف

برای اطلاعات
بیشتر با ما تماس بگیرید



دندان‌های ضعیف را بدون ناراحتی محکم کنید

رویه هیجان‌انگیز دندانپزشکی امروزی، محکم کردن دندان‌های ضعیف یا لق شده است. ایمپلنت‌های ظریف، دندان‌ها را آنچنان مستحکم می‌کند که می‌توان به راحتی و بدون نگرانی با آنها غذا خورد، لبخند زد و یا سخن گفت!

در طی یک ساعت می‌توان ۴ تا ۶ دندان را روی این ایمپلنت‌ها قرار داد. با این تکنیک، مراجعه‌کننده، مطب دندانپزشکی را با دندان‌هایی کاملاً ثابت و محکم ترک می‌کند بطوریکه می‌تواند همان لحظه از آنها استفاده نماید.

بعلاوه با این روش ناراحتی‌های پس از نصب ایمپلنت تقریباً صفر خواهد بود. بسیاری از بیماران که تا پیش از این، بعلت کمی استخوان یا گرانی ایمپلنت، نمی‌توانستیم برایشان ایمپلنت بگذاریم، اکنون به راحتی قادر خواهند بود که دندان‌های خوبی داشته باشند.

مشاوره رایگان

دکتر دندانپزشک برایان کومر

(Dr. Brian Kumer - DDS)

1-877-393-6464

3910 BATHURST ST. SUITE 402

JUST NORTH OF WILSON AVE.

املاک و مسکن

کدام پیش خریدها به صرفه ترند؟

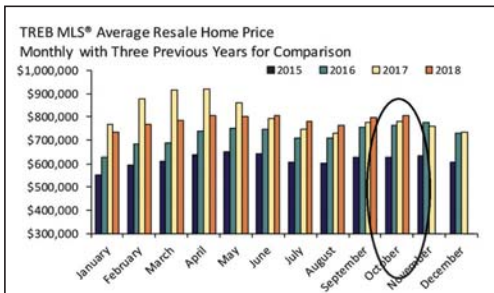
Sales & Average Price By Major Home Type^{1,7}

October 2018

	Sales			Average Price		
	416	905	Total	416	905	Total
2018						
Detached	882	2,446	3,328	\$1,311,265	\$914,179	\$1,019,416
Semi - Detached	331	443	774	\$1,026,829	\$659,622	\$816,657
Townhouse	272	882	1,154	\$766,718	\$621,564	\$655,777
Condo Apartment	1,519	608	2,127	\$603,153	\$461,013	\$562,523

Year-Over-Year Per Cent Change

Detached	10.1%	6.0%	7.1%	1.4%	0.4%	1.0%
Semi - Detached	17.0%	9.7%	12.7%	8.1%	3.4%	6.6%
Townhouse	-3.5%	2.2%	0.8%	2.9%	4.9%	4.1%
Condo Apartment	2.8%	12.8%	5.5%	8.6%	5.9%	7.5%



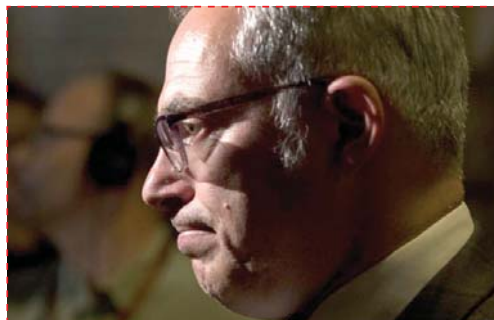
سرمایه گذاری دارند معرفی می کنند. در حال حاضر در پروژه بسیار عالی یکی در نزدیکی تقاطع بانک و فینچ و دیگری در تقاطع بانک و گلینتون وجود دارند که از به نظر مناسب هستند و خرید آنها را به علاقمندان توصیه می کنیم اگر به موضوع علاقه ماند هستند یا ما مخصوص از طریق ایمیل در تماس باشید تا آخرین اخبار مربوط به پیش خریدها، فهرست قیمت و نقشه های پروژه های را که مورد تأیید تیم ما هستند دریافت کنید.

آخرین اخبار مسکن

اما گزارشات بازار خانه های دست دوم که عمدتاً از طریق همکاران و سیستم MLS دست به دست می شوند و چند روز پیش از طرف تشکیلات املاک تورنتو منتشر شد حکایت از افزایش قیمت تمام انواع ملک در مقایسه با زمان مشابه سال قبل دارد. کمترین افزایش مربوط به خانه های ویلائی در مناطق موسوم به ۹۰۵ و بیشترین افزایش مربوط به قیمت کاندو در مناطق ۴۱۶ می شود. طبق معمول جدولی از این آمار جدید برای شما انتخاب کرده ام که در این صفحه ملاحظه می فرمایید، متوسط قیمت یک ملک فروخته شده در ماه اکتبر گذشته از تمام ماه های اکتبر قبل از خودش بالاتر بوده در واقع فقط چهار یا حد اکثر پنج ماه در تاریخ بازارسکن تورنتو قیمت بالاتری را ثبت کرده اند البته طبق معمول باید یادآوری کنم وضعیت در تمام بخش ها و مناطق این کلانشهر یکسان نیست. در بعضی مناطق و بعضی بخش ها بازار داغی را شاهد هستیم و در بعضی مناطق خبر چندان نیست.

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

نماینده محافظه کار فدرال بعلت پخش عکس و فیلم سکسی استعفا داد



نیز بود. کلمنت می گوید که از خانواده اش، حزب دوستانش به خاطر رفتار ناپسندش معذرت می خواهد. وی افزود: "من متهم هستم که خود را درمان کنم تا اطمینان حاصل شود که دیگر چنین اتفاق رخ نخواهد داد، و اینکه بتوانم وظایف خود را به عنوان عضو پارلمان (به درستی) انجام دهم."

حاضر در حال تحقیق در مورد این موضوع است. کلمنت از مسئولیت خود در حزب هم استعفا داده است. او که ۵۷ سال دارد، بیش از یک دهه است که یکی از ستون های حزب محافظه کار را تشکیل داده و پیش از آن عضو ارشد همین حزب در استان انتاریو بود. او، به مدت نزدیک به ۱۰ سال وزیر کابینه "استیون هارپر"

کامران انواری
بروکر املاک



قبل از اینکه آخرین گزارشات مربوط به بازار مسکن را مرور کنیم لازم می بینم در مورد یک پرسشی که قبلاً هم به آن پاسخ داده ام صحبت کنم، بسیاری تماس می گیرند و می پرسند آیا پیش خرید کاندو سرمایه گذاری مناسبی است یا اینکه من آنرا توصیه می کنم یا نه؟ و چه مشکلاتی ممکنست در پیش خرید آپارتمان به وجود بیاید؟ ببینید دوستان وقتی شما پیش خرید می کنید ریسک هایی را با آن می پذیرید، اولاً آن پروژه ممکنست هرگز ساخته نشود، در گذشته پروژه هایی بوده است که پس از چند سال سازند، پروژه را به اصطلاح کنسل کرده و پول مردم را پس داده است، حتی یک مورد کلاهبرداری هم چند سال پیش اتفاق افتاد، تا آنجا که من به یاد دارم اصل پول خریداری از بین رفت و در تمام موارد خریداران به پولشان رسیدند، اما بسیار ناراحت کننده است که بعد از چند ماه یا چند سال هنگامی که قیمت ها بالا رفته است پول خریدار را برگرداندند و بگویند پروژه کنسل شده است. همانطور که عرض کردم این موارد بسیار نادر هستند ولی در زمره ریسک خریدار محسوب می شوند. یکی دیگر از ریسک های خریدار هزینه های انجام معامله است که به ندرت خریداران از آن آگاهی دارند. برای خود من بارها اتفاق افتاده است که چند روز پیش از معامله از وکیل خواسته ام که هزینه های نهائی را برآیم محاسبه کند و ایشان جواب داده اند که منتظر صورتحساب بیلدر هستند در توضیح باید عرض کنم بیلدر در قراردادش بسیاری از هزینه های انجام معامله مانند بعضی عوارض شهرداری را به عهده خریداران می گذارد. همچنین مالیات HST در صورتی از آن معاف هستید که خود یا یکی از بستگان درجه اول شما ساکن واحد شوند و ده ها هزینه دیگرو وجود دارند که صورتحساب نهائی شما را تا لحظه آخر در ابهام نگه می دارد. یکی دیگر از ریسک های چنین خریدی این است که شما ترکیب مصالح داخلی و رنگ هایی که گاهی آنرا خودتان انتخاب می کنید تا روز آخری ببینید و فقط هنگامی که واحد آماده شد متوجه می شوید که چه چیزی تحویل گرفته اید،

ترجمه ایران استار - "تونی کلمنت" نماینده محافظه کار مجلس پس از آن که تصاویر و فیلم های سکسی از خود را به صورت الکترونیکی پخش کرد، از سمت خود استعفا داد.

کلمنت می گوید تصاویری که در سه هفته گذشته ارسال کرده بود به خاطر جلب رضایت زنان بوده است. حالا او می گوید کسی قصد داشته از او اخاذی کند در نتیجه از پلیس ملی کانادا (آر.ای.پی) خواسته در این خصوص تحقیق کند. او در بیانیهای اظهار داشت: "من اکنون متوجه شده ام که مسیر اشتباهی را طی کرده ام و کار بسیار بدی انجام داده ام." "اندرو شیر" رهبر حزب محافظه کار، گفت که او "لیزا ریت" را جایگزین کلمنت کرده است. شیر اضافه کرد: در حالی که من از رفتار کلمنت خیلی ناامید شدم اما خوشحالم که او تصمیم گرفته اشتباه خود را اصلاح کند و برای او بهترین ها را آرزو می کنم." پلیس ملی کانادا تأیید کرد که اطلاعاتی از کلمنت دریافت کرده است و در حال

کامران انواری

Real Estate Broker

Cell: 647.808.3450

kamrananvari@yahoo.com

www.anvari.ca



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

پیش خرید کاندو آپارتمان

برای دریافت فهرست جدیدترین و بهترین پیش خریدهای آپارتمان در تورنتو و ریچموند هیل از خوشنام ترین سازندگان فعال کلانشهر تورنتو با آدرس ایمیل زیر مکاتبه فرمایید:

anvariteam@gmail.com

پیش خرید کاندو آپارتمان

پیش فروش آپارتمان در تورنتو
برای ثبت نام لطفاً
هر چه سریعتر
تماس بگیرید:

647-808-3450

Yonge / Millard \$799,000



خانه مستقل
۳+۱ خوابه،
۲ حمام،
زیرزمین تکمیل.
زمین: ۴۴X۱۰۲ ft

For Rent \$2,000



خانه برای اجاره
در ریچموند هیل،
آرورا و
نیومارکت

Yonge / Finch \$599,000



آپارتمان ۲+۱
خوابه، ۲ حمام،
با پارکینگ، انباری،
و کلیه امکانات
ورزشی، در چند
قدیمی سابوی

Bathurst / Lawrence \$1,099,000



خانه مستقل
۳+۱ خوابه،
۲ حمام،
زیرزمین تکمیل.
زمین: ۵۰X۱۰۳ ft

Yonge / Wellington \$499,000



خانه مستقل
۳ خوابه،
۲ سرویس،
زیرزمین تکمیل،
زمین: ۶۷X۱۲۷ ft

Leslie / Sheppard \$599,000



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

Call Now To Book Your Private Home Tour!

خدمات مهاجرت و حقوقی درستکار Dorostkar Immigration Services Inc.



خدمات حقوقی

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

خدمات مهاجرت

- ✓ وکالت شما در دادگاه وزارت مهاجرت
- ✓ تقاضای پناهندگی از داخل کانادا
- ✓ بررسی پرونده های ردی اسپانسرشیپ
- ✓ تهیه دعوتنامه و پرونده های دیدار
- ✓ مهاجرت از طریق کفالت همسر
- ✓ سرمایه گذاری و کارآفرینی در استان های کانادا
- ✓ تقاضای Citizenship و تقاضای تمدید PR Card

علیرضا درستکار

(647)-965-3867

Licensed Paralegal

عضو انجمن وکلای انتاریو LSUC

کارشناس رسمی مهاجرت، عضو رسمی ICCRC

مشاور رسمی وزارت مهاجرت کبک MIDI

دفتر ریچموند هیل

(647) 965-3867

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

info@dorostkar.ca , www.drlegalservices.ca

دفتر تورن هیل

(905) 597-1232

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

کلارکسون، نماینده ملکه در کانادا میلیون ها دلار خرج کرده است



ترجمه ایران استار - "جاستین تروود" گفت که نماینده ملکه در کانادا پس از بازنشستی نیز از حمایت مالی دولت کانادا برخوردار می‌گردند، ولی برای هزینه‌های خود باید به شفافیت عمل کرده و پاسخگو باشند.

تروود که پس از انتشار گزارش "پست‌مدیا" به آن واکنش نشان می‌داد گفت: "آدریان کلارکسون که از سال ۱۹۹۹ تا ۲۰۰۵ به عنوان فرماندار کل بود، از زمان ترک کار، بیش از ۱ میلیون دلار از طرف دولت دریافت کرده است." سران حوضه‌های دولتی علاوه بر حقوق بازنشستگی هزینه‌های اداری و مسافرتی را از طریق برنامه‌ای که از سال ۱۹۷۹ وجود دارد دریافت می‌کنند، البته به طور کلی نماینده ملکه هیچ وقت بازنشسته نمی‌شود. تروود گفت که دولت فدرال باید بررسی مجددی انجام دهد تا بهترین شیوه‌های پرداخت به فرماندهان سابق

تصادف دو هواپیمای بر فراز اتاوا



ترجمه ایران استار - روز یکشنبه صبح پس از برخورد ۲ هواپیما در فاصله ۳۰ کیلومتری غرب مرکز اتاوا یک نفر کشته شد. پلیس گفت که یکی از هواپیماها در نزدیکی جاده "مک‌گی" سقوط کرد. هواپیمای دوم، که دو نفر مسافر داشت به فرودگاه بین‌المللی اتاوا هدایت شد، جایی اوزرآس گفت: "خلبان ۸۲ ساله هواپیمایی که به سقوط کرد در اثر آسیب‌های شدید درگذشت."

خلبان هواپیمای دوم که از نوع "پیپر چینه"، ۲ موتور ملخی با ظرفیت ۱۱ نفر بود، به کنترل ترافیک هوایی گزارش داد که هواپیمای کوچکتر (از نوع سنسنا ۱۵۰ یک موتور ملخی) به زیر هواپیمای او برخورد کرده و چرخ راست هواپیمای او را تحت تأثیر قرار داده است. این حادثه

خدمات و کمک‌های عمومی هزینه شده است ولی در خصوص کلارکسون مخارج نامشخص است.

کلارکسون در پاسخ گفت: اگرچه من دیگر فرماندار نیستم، ولی هنوز در حال خدمت به کانادا می‌باشم. من پس ترک سمت قبلی زندگی عمومی خود را به روش فعال و معنی‌داری ادامه داده‌ام. من به خدمات عمومی اعتقاد داشته و دارم و این خدمت کردن از شادی‌های زندگی من بوده است. سال گذشته، من ۱۸۲ درخواست را پذیرفتم، بسیاری از آنها رویدادهای عمومی بودند. من ۱۶ سخنرانی را بدون گرفتن هیچ مبلغی به انجام رساندم، ۱۰ مقاله را بدون هیچ هزینه‌ای تهیه کردم و همه اینها را به کانادا ارائه می‌کنند، اما کانادایی‌ها هم انتظار دارند که سطح شفافیت و پاسخگویی این افراد به همان میزان خاص (و بالا) باشد، ما قصد داریم مطمئن شویم که روش عاقلانه‌ای را (در این خصوص) به کار گرفته‌ایم.

کلارکسون در طول مدت ۱۳ سال، به عنوان مختلف، بیش از ۱۰۰۰۰۰ دلار از دولت پول اضافه گرفته است. "جراد دلتل" نماینده محافظه‌کار از کلارکسون خواست که هزینه‌هایش را به طور عمومی توضیح دهد. او گفت: "هنگامی که شما یک پنی از پول عمومی صرف می‌کنید، باید خودتان توضیح دهید که چه کرده‌اید، به خصوص زمانیکه شما فرماندار کل بوده‌اید."

هزینه‌های کمتر از ۱۰۰۰۰۰ دلار توسط فرمانداران پیشین به صورت کلی در

اوزرآس، آتش‌نشانی و پلیس همه در صحنه حضور داشتند. هیئت ایمنی حمل و نقل کانادا "سی‌اس‌بی" نیز یکشنبه بعدازظهر به محل سقوط رسیدند. "بورلی هاروی"، پژوهشگر ارشد به خبرنگاران گفت: "این نوع تصادم که در آن دو هواپیما در هوا با هم برخورد داشته باشند بسیار نادر است، اما اتفاق می‌افتد." هاروی گفت که هیئت ایمنی حمل و نقل کانادا در حال عکس گرفتن از لاشه هواپیما و آوردن قطعات آن به آزمایشگاه برای تحقیقات بیشتر هستند.

هاروی گفت: کارشناسان می‌گویند باید از ابتدا تا انتهای ۲ هواپیما را بررسی کنند تا به علت حادثه بی‌برند، آنها همه موارد را مد نظر قرار می‌دهند از جمله وضعیت آب و هوا و نقض قوانین هوایی را.

"لری ونس" یکی از محققان سابق هیئت ایمنی حمل و نقل کانادا نیز گفت: "معمولا این برخوردها در نزدیکی فرودگاه‌هایی اتفاق می‌افتد که فاقد کنترل ترافیک هوایی هستند... هواپیمای سنسنا ۱۵۰ با بال بالا توانایی دید به سمت بالای خوبی ندارد و این در حالی است که برای خلبان یک هواپیمای پیپر چنین با بال پایین دشوار است تا ببیند که در زیر چه اتفاقی می‌افتد... به همین دلایل بدون کنترل ترافیک هوایی، خلبانان باید با راديو موقعیت خود را با دیگر خلبانان در میان بگذارند."

"جی موری" سخنگوی پلیس گفت: "پلیس حتی روز شنبه هم نمی‌دانست چرا مظنونین حاضر به ترک خانه نبودند." او در یک کنفرانس خبری به رسانه‌ها گفت: "طی چند سال گذشته ما شاهد آن بوده‌ایم که جنایتکاران تا زمانی که ناامید نشوند تن به دستگیری نمی‌دهند." پلیس ۵ نفر را در این رابطه دستگیر کرده است، این افراد در طول روز از ساختمان خارج شدند. در حال حاضر هر پنج نفر متهم هستند.

این افراد به زور وارد آپارتمان یک زن شدند و او را زخمی کردند. در حال حاضر این زن در شرایط ناپایدار در بیمارستان بستری شده است. یک پسر نوجوان ۱۵ ساله نیز (که نامش توسط پلیس افشا نشده) از وینی‌پگ به اتهام قتل و چندین اتهام حمل اسلحه گرم دستگیر شده است. در حالی که دو مرد دیگر ۱۸ و ۲۲ ساله به اتهام خشونت خنثی‌سازی بمب به محل اعزام شوند. پلیس گفت: "در این عملیات، ۲۵ واحد پلیس از جمله واحد زرهی آن حضور پیدا کردند."

ترجمه ایران استار - یک پسر نوجوان ۱۵ ساله که به قتل متهم شده است روز جمعه تا قبل از دستگیری، ۱۲ ساعت در پارک "گلبیرت" شهر "وینی‌پگ" کانادا با پلیس در حال تبادل آتش بودند. پلیس در ساعت ۴:۲۰ دقیقه صبح بعد از دریافت گزارش صدای تیراندازی از داخل خانه "جادالی استریت" به محل حادثه رفت.

آیا در فکر خرید خانه هستید؟

دانیال نیلی

کارشناس وام مسکن

647-668-2200



مناسب‌ترین وام مسکن برای شما

✓ مشاوره وام مسکن بدون هیچ گونه الزام

✓ راه حل وام مسکن متناسب با شیوه زندگی شما

✓ تصویب اولیه سریع و آسان وام مسکن تا

بتوانید با اطمینان خرید کنید



Daniel H. Neely
CIBC Mortgage Adviser

Cell: **647-668-2200**

Tel: **1-866-205-3552**

تمام وام‌های مسکن منوط به تایید اعتبار می‌باشد. شرایط و محدودیت‌های خاص در مورد آنها اعلام می‌گردد. CIBC Cube Design علامت تجاری CIBC می‌باشد. CIBC Cube Design is a trademark of CIBC.



Rumanek & Company Ltd.
Licensed Insolvency Trustee

نگران بدهی هستید؟

ما بطور کاملاً خصوصی

مشکلات مالی شما را حل می‌کنیم

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

WE CAN HELP!!

FREE CONFIDENTIAL APPOINTMENTS, NO UPFRONT FEE

KNOW YOUR RIGHTS

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

We can settle your debts without filing Bankruptcy

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

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

We can stop the collection calls and garnishments

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

9 Locations
to Serve you better:
Scarborough, North York,
Etobicoke, Mississauga
and more...

by appointment call Aisha to schedule:

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

416.428.2165
aisham@rumanek.com

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





می‌تواند یک مستند جداگانه بلند باشد. اول خود سید قدیمار پیرترین تنبور نواز ایران و زندگی شخصی و اجتماعی او. دوم اندیشه‌های و باورهای دینی و عرفانی سید قدیمار یا همان دین پارسان یا آیین اهل حق و سوم خود ساز تنبور و چایگاهش از یک تاریخ چند هزار ساله. اما من تلاش زیادی کردم که فیلم هر سه اینها را فقط به وسیله خود تنبور به هم مرتبط سازد. و به همین خاطر هر چه که در فیلم می‌بینید در ارتباط با این ساز و پیشینه تاریخی و معنوی این ساز می‌باشد. شخما اگر دوباره این موضوع را کار کنم، طور دیگری غیر از این فرم نمی‌توانم بسازم.

جالب‌ترین و خاطره‌انگیزترین داستانی که در طی تهیه فیلمبرداری داشتی را لطفاً برایمان تعریف کن. زیباترین خاطرات در واقع تماماً روزهای حضور من در میان مردم کرد و به ویژه نشست و برخاست با روستاییان مناطق مختلف استان کرمانشاه مربوط می‌شود. حس خوب بودن درطبیعتی بکر و چشم نواز با مرهمی مهریان و یاری رسان و یادآوری اینکه هنوز هم در این آشفته بازار سقوط اخلاق و زیستن در جهان به دور از معنا، انسان هایی هستند که معرفت و انسان دوستی را در وجودشان حفظ کرده‌اند.

تقریباً همه بینندگان فیلم "ماگادان" پس از پایان فیلم کاملاً تحت تأثیر آن بودند و احتمالاً همه آنها آن فیلم را برای همیشه در ذهن نگاه خواهند داشت، آیا نظر بینندگان (تا آنجایی که به تو گفته‌اند) درباره این فیلم هم همانگونه است؟

این فیلم تا کنون چندین نمایش در شهرها و کشورهای مختلف دنیا داشته و من در برخی ازاین نمایش ها حضور نداشتم. اما به گفته کسانی که در دو ارکان خصوصی در تورنتو شرکت داشتند پس از پایان فیلم تماشاگران برای مدتی از جای خود تکان نمی‌خوردند. حالا صحت این مدعا را باید خود خوانندگان این مطلب که قصد دیدن فیلم را دارند پس از ارکان فیلم در روز ۵ دسامبر تایید یا رد کنند.

تاکنون آواز خدا در چندین جشنواره بین‌المللی در سراسر جهان انتخاب شده. لطفاً تعدادی از موفقیت‌های فیلم در جشنواره‌ها را ذکر کن و نیز توضیح بده که این موفقیت‌ها چه اثری در کار بعدی تو خواهند داشت؟

فیلم در واقع هنوز در اواسط راه است چرا که هنوز برخی از فستیوال ها هنوز نتیجه بازبینی داروان خود را اعلام نکرده‌اند. اما تا به حال منتخب رسمی فستیوال‌های جهانی مونترآل، سلیمانیه و دهوک (عراق)، برنده جایزه از فستیوال فیلم کلکته (هند) و فینالیست فستیوال فیلم‌های مستند مستقل هالیوود بوده و همین رنژ دور پیش هم جایزه دوم فستیوال جهانی دین و معنویت در مالزی را کسب کرد.

البته شاید این جوایز اهمیت زیادی نداشته باشند و تنها تأثیرشان در بیشتر دیده شدن فیلم باشد اما من جدای از فستیوال‌ها و جوایز به دیده شدن هر چه بیشتر فیلم و مشاهده تأثیر فیلم و تلنگری که احیاناً بر تماشاگر بزند فکر می‌کنم. امیدوارم مانند تجربه‌ای که با بینندگان فیلم بازمانده‌ای از ماگادان داشتم باز هم پیر و جوان بعد از سال‌ها پیام بدهند که بارها فیلم را دیده‌اند و از تأثیر فیلم بر زندگی‌شان سخن بگویند. به امید آن روز

بطور خودمانی دوست داری پیش و پس از دیدن فیلم "آواز خدا" چه چیزی به بینندگان بگویی؟

دوست دارم جمله ای از دنیا کمالی دختر جوان تنبور نواز آواز خدا را تکرار کنم:

کاش روزی بیاید که هر انسانی به جای اسلحه، یک ساز در دست بگیرد...

اطلاعات بیشتر در مورد این فیلم و خرید بلیط در صفحه ۶۰ این روزنامه. به امید دیدار همه شما

۵ دسامبر – کتابخانه فوربو.

بحران بی‌امیدی و بی‌انگیزی به زندگی مواجه کرده می‌تواند اینقدر اهمیت داشته باشد. و این طبیعی است که خیلی از کارشناسان سینمایی به لحاظ فرم و دالگرم‌کننده‌ای از سوی منتقدان و به هر حال من در حد توان خودم دغدغه خودم را با همه مشکلات برای ساخت آن به تصویر کشیدم.

تکنیک استفاده از "صدای راوی" معمولاً از اثرگذاری فیلم کم می‌کند اما در "آواز خدا" به موقع می‌آید و بیننده را به فیلم دوباره پیوند می‌دهد تا آنجایی که حتی نقطه اوج فیلم هم با "صدای راوی" پیوجود آمده، چرا این کار را انجام دادی و برای موفقیتش چقدر وقت صرف کرده‌ای؟

آواز خدا مستندی بر پایه پژوهش و تحقیق است. در این فیلم یک راوی که خود فیلمساز باشد و دیگری که یک موسیقی‌دان و پژوهشگر است نقش اساسی در روایت موضوع و قصه فیلم دارند. اما آنچه که فیلمساز به عنوان راوی انجام می‌دهد انتقال اطلاعاتی است که لازم بوده و جدا از توضیحات پژوهشگر حاضر در فیلم می‌باشد. این روایت گاهی نقطه نظرهای خود فیلمساز و گاهی جمع‌آوری متون ادبی در ارتباط با موسیقی و ساز تنبور بوده که فقط از طریق روایت می‌توانست کارکرد و تأثیر داشته باشد.

با توجه به اینکه فیلم در روستاها و میان مردم عادی که هنرپیشه نیستند می‌گذرد، چگونه این افراد عادی موفق شدند شخصیت‌سازی کنند و چطور این شخصیت‌سازی توانسته به همزادپنداری و ارتباط عمیق بیننده با فیلم کمک کند؟

روستائینی که در فیلم حضور دارند در واقع خودشان هستند و چون اینها ذاتاً آدم‌های خالص و بی‌بغض و مهربانی هستند که صمیمانه از شخصیت اصلی فیلم یعنی سید قدیمار، پیر تنبور نواز روستایشان و خاطراتشان با او سخن می‌گویند ناخودآگاه در دل بیننده می‌نشینند و آن حس همدات پنداری که مورد نظر شماسات را ناخواسته به وجود می‌آورند.

در فیلم چند صحنه با پهباد گرفته شده که خیلی تأثیرگذار هستند، مشکلات فیلمبرداری این مستند چه چیزهایی بوده است؟

یکی ازمشکلات فیلمبرداری مسئله داشتن یک تیم کامل با وسایل مجهز بود که به علت کمبود بودجه مالی به دشواری انجام می‌شد و گاهی خودم به عنوان دستیار فیلمبردار و یا هر جا که کمبود نیرو بود کمک می‌کردم. من در مجموع به دلیل سفر به شهرهای مختلف ایران از تهران و کرج تا شهرها و روستاهای استان کرمانشاه به دلیل این مشکلات از سه فیلمبردار برای ادامه و تکمیل کار در زمان های مختلف استفاده کردم. آن سکانس‌های گرفته شده توسط دراوان یا به اصطلاح فارسی پهباد که اشاره کردید در واقع برای استفاده از نماهای باز و گسترده از ارتفاع بالا برای جذابیت بصری و تأثیر بیشتر انتقال حس تنبورنوازان انجام گرفت.

در مورد آهنگسازی فیلم کمی توضیح دهید؟ آیا آهنگساز، موسیقی را بر اساس کل فیلم ساخته یا براساس صحنه‌هایی که خودد در نظر داشتی؟

موسیقی متن فیلم توسط یکی از شخصیت‌های اصلی فیلم به نام سید سلمان که یکی از هفت نوه تنبورنواز سید قدیمار است ساخته شده. در واقع بر اساس صحنه‌هایی که داشتم و توضیحاتی که در القای حس مربوط به آن صحنه می‌خواستم، ایشان قطعاتی را نوشته و با گروه سازنده ضبط کردند که خیلی راضی هستم.

خودت چقدر از فیلم راضی هستی و اگر قرار بود قسمتی از آن را دوباره بگیری یا تغییر بدهی، آن کدام قسمت فیلم می‌بود؟

آواز خدا سه موضوع را در یک مستند تلفیق کرده که هر کدام به تنهایی

روز ۵ دسامبر خواهد بود ، فقط در دو نمایش قبلی فیلم که به صورت خصوصی برگزار شد جمعاً حدود بیش از سیصد نفر فیلم را دیدند که با نظرهای مثبت و دالگرم‌کننده‌ای از سوی منتقدان و بینندگان غیرمتخصص روبرو شد. حال باید دید در ارکان عمومی چطور از فیلم استقبال خواهد شد.

لطفاً در مورد تولید، مشکلات پروسه ساخت این فیلم کمی برایمان تعریف کن.

تولید این فیلم در کل حدود سه سال طول کشید. سه سال نه به صورت تمام وقت. بلکه به دلیل مستقل بودن این فیلم و عدم وابستگی به هر نهادی در تهیه و دخالت در فیلم که مجبور بودم آهسته، آهسته و با توجه به تأمین بودجه فیلم خودم را با بقیه عوامل و شرایط هماهنگ کنم. یک سال صرف تحقیق و مطالعه در مورد شخصیت اصلی فیلم سید قدیمار حسینی که پیرترین تنبورنواز ایران در سن ۱۲۰ سالگی بود و مهمتر از همه تحقیق روی اندیشه‌های معنوی او که متعلق به آیینی باستانی به نام پارسان می‌باشد و بعد هم مطالعه روی خود ساز تنبور در بین هم‌میهنان کرد اهل حق که پایه‌های اصلی فیلم را تشکیل می‌دهند. البته باید اشاره کنم که بار اصلی آموزه‌ها و اطلاعات موجود در فیلم در بخش پژوهش بر دوش دکتر بهمن کاظمی بود که در طول فیلم نیز به عنوان موسیقی‌دان و پژوهشگر موسیقی اقوام از ابتدا تا انتها حضور دارد. و هنرمند دیگری که فیلم مدیون تلاش‌های سه ساله او بوده سید سلمان حسینی نوه سید قدیمار و از شخصیت‌های اصلی فیلم می‌باشد. البته بدون همکاری تک تک کسانی که نامشان در تیتراژ فیلم آمده چیره شدن بر مشکلات ساخت چنین فیلمی امکان‌پذیر نبود. دو سال هم صرف پیش تولید و فیلمبرداری و تدوین و مراحل پس از تولید شد. یکی از مهمترین مشکلات به جز پروسه ساخت مثل همیشه مشکلات مالی برای تأمین بودجه کامل فیلم بود که دیگر فکر می‌کنم اینقدر در باره‌اش صحبت شده تکراری باشد و همه با این معضل آشنا هستند.

مهمترین چیزی که در فیلم وجود دارد و خودت دوست داری مردم با آن ارتباط برقرار کنند چه چیزی است؟

اینکه درپایم چگونه یک ساز می‌تواند همچون یک مهاجر از زادگاه خود دور شود به دوردست‌ترین سرزمین‌ها سفر کند حتی نام و چهره‌اش تغییر کند، اما در آخر ریشه‌های خود را فراموش نکند. اینکه چگونه به قول مولانا در نوشته اول فیلم از مثنوی چوب خشک و سیم خشک فراتر رفته و به آوای دوست و عشق و معنا تبدیل می‌شود. و مهمتر از همه سازی که رابط ما با فرهنگ و تمدنی چند هزار ساله در کشور کهنی چون ایران می‌شود. **بیشترین عامل موفقیت یک فیلم، فیلمنامه (سناریو) آن است، چه تکنیک‌هایی را برای موفقیت فیلمت در سناریو بکار می‌گیری (با توجه به اینکه حتی فیلم‌های مستند هم سناریو دارند)؟**

برای من چه در نوشتن به عنوان یک یادداشت روزانه و یا نقد یک فیلم و چه نوشتن برای یک سناریو و به طور کل در هر کار هنری که می‌کنم مهمترین چیز، یافتن راهی برای جذب مخاطب عام و مخاطب خاص است. هر هنرمندی برای خلق اثرش، گرایش، سلیقه و متد و جهان‌بینی خاص خودش را داره اما برای من مهمترین عامل لمس اثر و تأثیر محتوایی آن روی مخاطب است. برای مثال فیلم مستند بازمانده‌ای از ماگادان را هر فیلمسازی می‌توانست با توجه به داستان فیلم با فرم خاص خودش بسازد اما من روشی انتخاب کردم که خوشبختانه هنوز بعد از سال‌ها دیده می‌شود و خیلی از جوان‌ها به لحاظ تأثیر محتوایی آن بارها فیلم را دیده‌اند و معتقدند که عناصر ساختاری قصه و فیلم توانسته آن حس امید و شوق زیستن را در آنها القا کند. به نظر شما چه چیزی در این جهان معاصر که انسان تنها را با

نمایش عمومی درآمد و در سایت‌های مهمی چون نتفلیکس هم خریداری شد، بقیه محدود به ارکان در فستیوال‌ها و یا خرید از سوی برخی تلویزیون‌ها می‌شوند و موفق به ارکان عمومی در سینماها نمی‌شوند. اینکه شما به موفقیت دو فیلم من اشاره کردید باید عرض کنم که فیلم اول من بازمانده‌ای از ماگادان هم در واقع جدای از حضور در فستیوال‌ها و پخش از چند شبکه فارسی زبان، چند ارکان محدود عمومی در تورنتو داشته که اگرچه هر سه تقریباً در آن سال‌های نمایش "سولداوت" شد اما باز هم به نسبت ارکان عمومی، این تعداد از نمایش بسیار ناچیز می‌باشد. مگر اینکه موفقیت را نه از بابت سوددهی و طولانی بودن تعداد نمایش‌ها بلکه از منظر ارتباط خوب تماشاگران و تأثیرگذاری آن فیلم بر بیننده در نمایش‌های گوناگون تلویزیونی و فستیوالی و غیره در نظر گرفت. در مورد فیلم دوم هم چون محصول اسمال می‌باشد و اولین نمایش عمومی آن

اطلاعات بیشتری در اختیار خوانندگان قرار دهم.

در سینمای مستند خارج از ایران ، هر چند ده سال به زحمات یکی دوتا فیلم مستند سینمایی می‌سازیم که اکثراً به ارکان نیمه عمومی هم نمی‌رسند (چه برسد به عمومی)، چرا فیلم‌های مستند سینمایی تو مثل "آواز خدا" و یا "ماگادان" اینهمه موفق می‌شوند؟

اصولاً سینمای مستند برای ارکان عمومی چه در ایران و چه در کشورهای حتی اروپایی همیشه با مشکل روبرو بوده و عمدتاً ارکان فیلم مستند، نه برای سینما داران جذاب و سودآور بوده و نه خود تهیه‌کنندگان فیلم‌های مستند در زمینه ارکان موفق بوده‌اند و همین باعث شده به جز تعداد خیلی محدود از فیلم‌های مستند که به طور خاص پرفروش بودند و با اقبال زیادی مواجه بودند مثل فیلم‌های مایکل مور آمریکایی که اسکار هم گرفت ودر سینماهای دنیا هم به

[ادامه از صفحه ۱۰، **کاش روزی**]

فیلمی که روایت کهنسالت‌ترین تنبورنواز ایران، سید قدیمار حسینی را به زیباترین شکلی به تصویر می‌کشد. قدیمار در سن ۱۲۰ سالگی در روستایی کوچک در غرب ایران درگذشت. ما که این فیلم را در ارکان خصوصی دیده بودیم، برآن شدیم با عارف گفتگویی داشته باشیم تا ضمن آشنایی شما با موضوع فیلم، بگوییم که اگر دلتان برای دیدن فیلمی پر از بوی صفا و مهر و فرهنگ کهن ایرانی تنگ شده، این همان است و دیدنش را از دست ندهید.

عارف جان، فکر می‌کنم به قدر کافی در بین ایرانیان تورنتو شناخته شده هستی، پس اگر موافقی برویم سراغ این فیلم تا خوانندگان بتوانند بیشتر با ساخت و چگونگی تولید آن آشنا شوند.

من هم متشکرم از این فرصت و خیلی خوشحال می‌شم که در این زمینه

تخفیف
بهاره

حراج بزرگ شاهانه

تتها بوتیک لباس در تورنتو
که برای هر سائز مدل و
جنس، برای شما لباس را
آماده می‌کند

50% to
80%
OFF

Rutherford
Langstaff
Weston Rd
HWY 7

400
N

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




دکتر رامین سیروسی

مشاور رسمی املاک مسکونی و دارای دکترای پزشکی از دانشگاه تهران

416.418.8587

ژاله وحدت‌پناه

متخصص وام مسکن و تهیه بهترین وام برای واجدین شرایط

416.826.9797

نام‌های آشنا و مطمئن با سال‌ها تجربه صادقانه

North York: M2M Condo
۳۰۰۰ دلار پایین‌تر از نرخ رسمی بیلدر - تحویل مارس ۲۰۲۲

Richmond Hill: Bayview/Elgin Mills
پیش خرید واحدهای ۲ خوابه با ۱۰٪ - تحویل مارس ۲۰۲۲

North York: Sheppard/Downsview
روبروی پارک با چشم‌انداز دریاچه - تحویل جوانی ۲۰۲۲

North York: Sheppard/Leslie
سوپر لوکس و مدرن با تحفیف ویژه بیلدر - تحویل جوانی ۲۰۲۲

Downtown: Yonge/Carlton
بهترین منطقه، ۱ خوابه با دن فقط ۵۹۰ هزار دلار - تحویل اول ۲۰۲۰

KINGSWAY REAL ESTATE BROKERAGE

مقاله معرفی بهترین پروژه‌های روز در همین صفحه

CENTUM
LIC# M12001035 Brokerage 10266

www.Dr-Homes.ca

پیش خرید- پروژه‌ای با چهار امتیاز ویژه در تقاطع Steeles & Bathurst

اجاره کنیم یا بخریم؟

مقایسه اجاره و خرید و همچنین معرفی یک پروژه عالی در تورن هیل



دکتر رامین سیروسی
مشاور املاک

اجاره یک‌خوابه ۱۷۵۰ دلار، در منطقه حدود ۲۳۵۰ دلار می‌باشد. به عبارت دیگر برای اجاره یک آپارتمان یک‌خوابه در طول یکسال حدود ۲۵ هزار دلار و در طول چهار سال بیش از یکصد هزار دلار بایستی اجاره پرداخت کرد. محاسبه یکصد هزار دلار خوشبینانه است و بر این فرض است که آپارتمان یک‌خوابه با اجاره ۲۰۰۰ دلار در طول چهار سال تغییری نکند و در همین اجاره باقی بماند. در حالیکه همانطور که ذکر شد تنها در ظرف یکسال متوسط اجاره د رتورنتو ۱۶٪ بالاتر رفته است. با در نظر گرفتن رشد اجاره بها، مبلغ کل اجاره پرداختی به مراتب بالاتر از رقم خوش‌بینانه یکصد هزار دلار در ظرف چهار سال خواهد بود.

از سوی دیگر با خرید خانه درست نقطه مقابل وضعیت فوق اتفاق می‌افتد. واقعیت آنست که خرید آپارتمان هزینه اولیه بیشتری نسبت به اجاره دارد ولی با گذشت زمان مرتباً قایده خریدن بهتر و بهتر می‌شود. در حالیکه مستاجر هر سال با افزایش اجاره بها روبروست و بایستی پول بیشتری را برای این موضوع کنار بگذارد. خریدار آپارتمان هر سال مقدار بدهی‌اش به بانک کمتر می‌شود و قسط باقیمانده آپارتمانش پایین‌تر می‌آید. علاوه بر آن، بالا رفتن قیمت مسکن در تورنتو باعث می‌شود که خریدار هر سال ارزش ملکش افزایش یابد و دارایی بیشتری پیدا کند. شما می‌توان پروژه پیش‌خرید یا حتی آپارتمان آمادای بریتان پیدا کرد و من در این کار شما را یاری خواهم رساند. آشنایی با همه شرکت‌های سازنده و تجربه طولانی به من کمک می‌کند، تا بهترین‌ها را به شما معرفی کنم. برای مثال در این هفته قصد دارم در مورد پروژه آپارتمانی با شما صحبت کنم که در یک منطقه عالی در تورن‌هیل به تازگی پیش‌فروش آن آغاز شده است.

با سلام و آرزوی اوقاتی خوش برای شما، در هفته قبل یکی از خوانندگان مقالات هفتگی، ضمن تماس با من مقایسه خرید آپارتمان و اجاره آن را می‌کردند. این هموطن سال‌ها به گفته خودش در نقاط مختلف تورنتو ساکن بودند و در طول این مدت ۴ بار محل زندگی خود را عوض کرده بود و حداقل تا به حال ۱۵۰ هزار دلار در ظرف ۶ سال به صاحب‌خانه اجاره داده بود. تصورش مشکل است که خانواده‌ای مبلغی به این سنگینی را تنها در ظرف کمتر از ۶ سال پرداخت کرده و حالا هیچ چیزی از این پول ندارد. به همین علت این هفته تصمیم گرفتم پیش‌خرید و اجاره را با هم مقایسه کنم. یکی از منابع اطلاعاتی معتبر اخیراً مقایسه کرد که قیمت اجاره در طول یکسال اخیر در تورنتو چقدر تغییر کرده است. مطابق وبسایت معروف Urbanation که یکی از منابعی است که من مرتباً اطلاعات املاک را به دست می‌آورم، مستاجران در تورنتو با کمبود شدید آپارتمان روبرو هستند. واقعیت آن است که هر سال حدود یکصد هزار نفر، یعنی معادل یک شهر کوچک، به جمعیت تورنتو افزوده می‌شود. تمام این تازه واردین مهمترین دغدغه‌ای که دارند، اول پیدا کردن کار و دوم یافتن خانه است. با وجود ۱۰۰ هزار نفر رشد جمعیت، تقریباً هیچ پروژه مختص اجاره Rental جدیدی در تورنتو ساخته نمی‌شود و تمام با این افزایش به عهده مالکینی است که بعد از خرید آپارتمان، آن را به مستاجر اجاره می‌دهند. این میزان تقاضا، اثر زیادی روی میزان اجاره بها داشته است و باعث شده که متوسط اجاره بها در تورنتو نسبت به یک سال قبل ۱۶٪ اضافه‌تر باشد.

در حال حاضر که این مقاله را می‌نویسم، متوسط قیمت اجاره آپارتمان یک‌خوابه در تورنتو بیشتر از ۲۰۰۰ دلار است. برای مثال در اسکاربورو و تقاطع Kennedy / Sheppard

ST Clair/Runnymede \$1,390,000



منزل مسکونی با ۶ واحد استیجاری، سرمایه‌گذاری مطمئن و روشی تضمین شده برای کسب درآمد سالانه ۷۰ هزار دلار

Finch/Leslie \$1,228,000



منزل مسکونی ۲+۳ خوابه به ابعاد ۶۷x۱۲۰ در محدوده مدارس یا رتبه‌بندی بالا، با زیرزمین تکمیل

Finch/Willowdale \$1,299,999



منزل مسکونی ۲+۳ خوابه به ابعاد ۵۰x۱۱۰ در چند قدمی ایستگاه فینچ با زیرزمین مجزا

Finch/Don Mills \$1,388,000



منزل مسکونی ۲ طبقه ۴+۳ خوابه به ابعاد ۶۷x۱۱۹۵ با زیرزمین مجزا کاملاً بازسازی شده

Woodbridge \$1,249,000



منزل مسکونی در منطقه وودبریج به ابعاد ۶۳x۱۱۳۰ با زیرزمین تکمیل

Commercials



فروش پمپ‌بنزین و ساختمان پزشکان - زمین آماده ساخت برای کاندو - فروش داروخانه

کاندو یونیت
۱۰۲+۱۹ خوابه
آماده تحویل در
ریچموند هیل

آیوب افتخارنژاد
مشاور املاک، فارغ التحصیل معماری از ایتالیا

آزاده وطن دوست
مشاور املاک

Century 21
CENTURY 21 CENTURY 21 Heritage Group Ltd.
2300 Yonge St., Toronto, ON, M4S 1S5
TEL: 905.764.7111 or 416.746.7115

Income Tax Etc.

با استفاده از تخصص ما؛

بیشتر مالیات پس بگیرید!

کلیه امور حسابداری شخصی / بیزینسی

انجام همه نوع اظهارنامه مالیاتی

حل مشکلات شما با اداره مالیات

کردیت‌های فرزندان

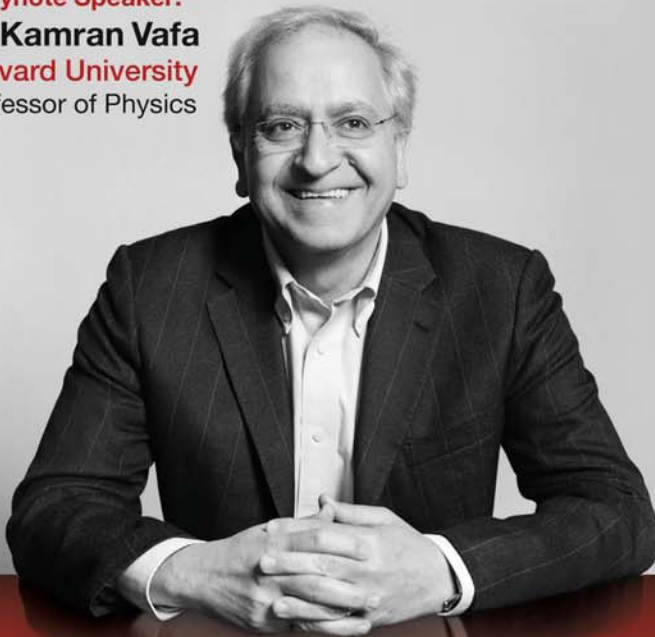
ای‌فایل E-File

مشاوره رایگان

Tel: 647.352.5556
6013 Yonge St., Suite 306A

HARVARD
UNIVERSITY

Keynote Speaker:
Dr. Kamran Vafa
Harvard University
Professor of Physics



برای اولین بار:

اهدای ۳۰ بورس تحصیلی به دانشجویان
ایرانی دانشگاه‌ها و کالج‌های کانادایی

- Emcee & Stand-Up Comedy by **Melissa Shoshahi**
- Live Music by **Milad & DJ**
- Piano by **Dr. Nader Naderi**
- National Anthems by **Mr. Hassan Anami**
- Reception, 3-Course Dinner, Premium Drinks Included
- Admission: **\$200**
- **Order your tickets:** Parya (905)764 0202
E-transfer to admin@parya.org, donation link on Parya.org, Pegah book store.

Sponsored by:

Presenting



Djavad
Mowafaghian
Foundation

Vancouver

Diamond



ARYA
CORPORATION

Toronto

Gold



MET-SCAN

Micro Interface Design

Silver



etude architects inc.

GTA
ELECTRIC

CANARY Group Inc.

QEA
TECH

Amp Power Ltd

Format Group

Bronze



Omid Alaei

Media
Sponsors

Persian Mirror

Sedaye Iran

Iran Star



پریا برگزار می‌کند:

مراسم تجلیل از دستاوردهای پژوهشگران ایرانی

Gala Fundraising

جمعه ۷ دسامبر Friday December 7, 2018

From 6:30 pm - 12:00 am

Sheraton Richmond Hill

600 Hwy 7, Richmond Hill, ON L4B 1B2



دکتر محمد کاشفی

جراح دندانپزشک

فارغ التحصیل از دانشگاه تورنتو

Bsc. , D.D.S.



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



مطب
ریچموند هیل

905.780.8444

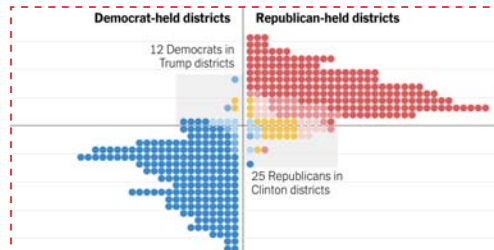
Bayview Plaza Dental Clinic
10610 Bayview Ave, Unit 13B
Richmond Hill, ON L4C 3N8

اخبار - جهان

انتخابات میان دوره‌ای کنگره آمریکا:

اکثریت مجلس نمایندگان برای

دموکرات‌ها، سنابرای جمهوری خواهان



ناتسی پلوسی، رهبر دموکرات‌ها اولین زنی است که در تاریخ ایالات متحده به ریاست مجلس نمایندگان خواهد رسید. رشیده طالب و الهان عمر، اولین زنان مسلمانی هستند که در تاریخ آمریکا به عضویت در کنگره این کشور انتخاب شده‌اند. الهان عمر، نامزد سومالیایی تبار حزب دموکرات موفق شد از ایالت مینسوتا به مجلس نمایندگان راه یابد. رشیده طالب، نامزد فلسطینی تبار حزب دموکرات نیز از ایالت میشیگان به مجلس نمایندگان راه یافت. برای اولین بار، شارپس دیویدز و دب هالاند، دو زن که از بومیان آمریکا هستند به عنوان عضو مجلس نمایندگان انتخاب شدند. شارپس دیویدز از یکی از حوزه های انتخابیه ایالت کانزاس و دب هالاند از یکی از حوزه های انتخابیه ایالت نیومکزیکو به مجلس نمایندگان راه یافتند. الکساندریا اوکازو کورتز، نامزد ۲۹ ساله حزب دموکرات، جوانترین عضو مجلس نمایندگان آینده ایالات متحده خواهد بود، و علاوه وی اولین زن لاتین تبار منتخب نیز هست.

دیگر موارد قابل ذکر:

- دنیس هاف، ستاره "رئالیتی تی وی" و صاحب روسپی خانه در نوادای آمریکا که چندی پیش در ۷۲ سالگی و در خواب درگذشته بود در انتخابات مجلس ایالتی بر رقیب خود پیروز شد. از آنجا که زمان فوت او به تاریخ برگزاری انتخابات نزدیک بود، نام وی همچنان روی برگه های رأی گیری باقی مانده بود.

- برنی سندرز، سناتور ایالت ورمونت و رقیب هیلاری کلینتون در انتخابات مقدماتی حزب دموکرات در سال ۲۰۱۶ موفق شد برای یک دوره شش ساله دیگر به عضویت در مجلس سنا انتخاب شود. جرد پولیس اولین فرد همجنسگرای است که در تاریخ آمریکا در یک انتخابات فرمانداری به پیروزی دست می یابد، او از حزب دموکرات فرماندار ایالت کلرادو می شود.

- میت رامنی، نامزد ناکام حزب جمهوری خواه در انتخابات ریاست جمهوری سال ۲۰۱۲ موفق شد از ایالت یوتا به مجلس سنا راه یابد.

- تد کروز، سناتور جمهوریخواه ایالت تگزاس موفق شد نامزد حزب دموکرات را شکست دهد.

- گرگ پنس، برادر معاون رئیس جمهوری آمریکا در انتخابات میان دوره‌ای به عنوان عضو مجلس نمایندگان انتخاب شد. برادر بزرگتر مایک پنس از یکی از حوزه‌های انتخابیه ایالت ایندیانا به کنگره ایالات متحده راه یافت.

رای دهندگان آمریکایی روز سه شنبه برای انتخاب ۴۳۵ عضو مجلس نمایندگان، یک سوم اعضای مجلس سنا و شماری از فرمانداران ایالت‌های مختلف به پای صندوق‌های رای رفتند. نتایج انتخابات میان دوره‌ای آمریکا نشان می‌دهد که دموکرات‌ها اکثریت کرسی‌های مجلس نمایندگان را در اختیار گرفتند. این در حالی است جمهوری خواهان موفق به حفظ اکثریت خود در مجلس سنا شده‌اند. شماری از نامزدهای حزب دموکرات در ایالت‌های ویرجینیا، مین، پنسیلوانیا، تگزاس، مینسوتا موفق شده‌اند نمایندگان کنونی جمهوری خواه در مجلس نمایندگان را شکست دهند. دموکرات‌ها تاکنون ۲۲۲ کرسی مجلس نمایندگان را تصاحب کرده‌اند. این در حالی است که جمهوری خواهان ۱۹۹ کرسی به دست آورده‌اند. در مقابل جمهوری خواهان تاکنون با پیروزی در انتخابات مجلس سنا در ایالت‌های تنسی، تگزاس، میسوری، ایندیانا و داکوتای شمالی موفق به حفظ اکثریت خود در مجلس سنا شدند. جمهوری خواهان در مجلس سنا دستکم ۵۱ کرسی در برابر ۴۵ کرسی دموکرات خواهند داشت. هنوز تکلیف چهار کرسی مشخص نشده است.

ناتسی پلوسی، رهبر دموکرات‌ها در مجلس نمایندگان با پیروزی اکثریت نامزدهای این حزب در انتخابات مجلس نمایندگان بار دیگر پس از هشت سال به عنوان رئیس مجلس نمایندگان انتخاب خواهد شد. ناتسی پلوسی پیش از این از سال ۲۰۰۷ تا ۲۰۱۱ رئیس مجلس نمایندگان بود.

پیروزی بزرگ زنان

با راهیابی ۹۵ زن به کنگره آمریکا، رکورد پیروزی زنان در انتخابات شکسته شد. در این انتخابات زنان افریقایی تبار (حزب دموکرات) بیشترین موفقیت را بدست آوردند و توانستند حتی در ایالت‌هایی با گرایش جمهوری خواهانه به پیروزی برسند.

آنا اسکامی، شهروند آمریکایی ایرانی تبار از ایالت فلوریدا به مجلس نمایندگان راه یافته است. او که از پدر و مادری ایرانی در ایالت فلوریدای آمریکا به دنیا آمده، ۲۸ ساله است و مدرک کارشناسی علوم سیاسی و مطالعات زنان، و کارشناسی ارشد مدیریت سازمان‌های مردم نهاد و مدیریت دولتی دارد. وی اکنون نیز دانشجوی دوره دکتری است و بطور همزمان در یکی از دانشگاه‌های فلوریدا تدریس می کند. لازم به ذکر است که آنا با افتخار از ایرانی - آمریکایی بودن خود می گوید.

نیکولا ماتیو برنده جایزه ادبی گنکور فرانسه شد



رمانی از نیکولا ماتیو، نویسنده فرانسوی به عنوان برنده جایزه ادبی گنکور فرانسه در سال ۲۰۱۸ اعلام شد.

جایزه گنکور بزرگترین جایزه ادبی فرانسه و یکی از مهم‌ترین جوایز ادبی در سطح جهان است که هر سال عمدتاً به رمانی از یک نویسنده تعلق می‌گیرد. این جایزه امسال به رمان "پس از آنها فرزندانمان"، دودین رمان نوشته نیکولا ماتیو تعلق گرفت. این کتاب حاوی داستانی از زندگی چند نوجوان ولگرد در منطقه لورن فرانسه و توصیفی از چهره اجتماع و سیاست فرانسه از خلال زندگی افرادی است که از سن نوجوانی وارد جوانی و بزرگسالی می‌شوند.

نیکولا ماتیو دیروز چهارشنبه ۷ نوامبر، پس از دریافت این جایزه گفت: "این کتاب همزمان تلاشی ادبی و سیاسی است و برنده شدن آن باعث خرسندی بسیار من است. سیاسی است چون در فرانسه حرف زدن درباره این که افراد چگونه زندگی می‌کنند، یعنی سیاست. یعنی این که چگونه همدیگر را دوست دارند، چگونه از هم متنفر می‌شوند، برای

RWS
Richmond Hill World School
Private High School

دبیرستان و هنرستان خصوصی صبوچی آکادمی

After School . Night School
Adult Credit Courses

Grade 9-12

Online Credit Courses
Established in 2011



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

و سایر کورسهای دبیرستانی



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

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

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

International Students Welcome!

تمدید ویزا و درخواست ویزا با داشتن ویزای توریستی

توجه

توجه

● ادامه تحصیل در دانشگاه برای (بزرگسالان) که دیپلم دبیرستانی ندارند

● در عرض ۶ ماه (داشتن دیپلم ایران و یا کانادایی الزامی نمی باشد)

● ارائه کلیه کردیت کورسهای دبیرستانی ۱۰۰٪ مورد قبول دانشگاهها

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

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

مشاوره رایگان تحصیلی



آموزش و تهیه Art Portfolio با تضمین ۱۰۰٪ قبولی

توسط مهرداد صبوچی 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

در قلب ایران هیل (Downtown Richmond Hill)



جمعه - ۹ نوامبر - از ۴ عصر تا ۹ شب - ۱۰ تا ۱۷ دلار
Metro Toronto Convention Centre,
North Bldg 255 Front W, Toronto
نمایشگاه سلامت، طبیع، و زندگی، طبع



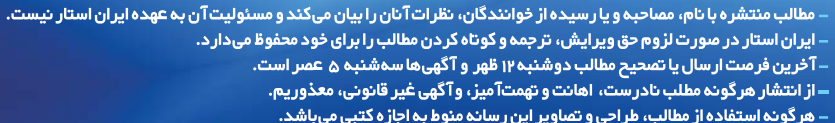
یکشنبه - ۱۱ نوامبر - ۱۰:۴۵ صبح - رایگان
Old City Hall 60 Queen W, Toronto
بزرگداشت کهنه سربازان جنگ



سه شنبه - ۱۳ نوامبر - ۶:۳۰ عصر - رایگان
S. Walter Stewart Library,
170 Memorial Park, Toronto
مدیریت مالی برای بازنشستگان



جهان در یک نگاه - هفته گذشته



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

416.830.6500 5859A Yonge St.

ایران استار خانواده

169 Steeles Ave. East, Toronto, ON M2M 3Y5 | www.iranstar.com | info@iranstar.com | Tel: 647.674.4048
 Thu, 08 Nov 2018 - V. 25 - No. 1212

ارز پرسپولیس
416.229.0000
 تبادل ۴۵ ارز جهانی و بهترین نرخ برای تبدیل
 دلار آمریکا به کانادا

۳۳ - **تندرستی**

علامتی که می تواند نشانه یک بیماری جدی باشد را بشناسید

وزارت بهداشت

۳۴ - **توصیه های بهداشتی**

در هفت زمان ترازو را نادیده بگیرید

وزارت بهداشت

۳۶ - **تغذیه**

روغن پنبه دانه سطح کلسترول بد خون را کاهش می دهد

متخصصان آمریکایی

۳۶ - **تغذیه**

تخم گشنیز در زندگی قندخون تاثیر دارد

محققان فلوریدا

۳۸ & ۳۹ - **آشپزی**

کوکو سیب زمینی مغزدار کوکو سبزی قالبی مرغ ناردونی (شمالی) سالاد مرغ کبابی و ...

پروین ترابی

۴۲ - **رمان دنباله دار**

قسمت ۶۴

شهره و کیلی

اطلاعات عمومی - نیاز مندی ها

۴۸ - اخبار محلی

۵۱ - استخدام و اجاره

۵۲ - سودوکو، فال

۵۴ - جدول

افزایش شمار عمل های سزارین در جهان نگران کننده است



یک بررسی جدید نشان می دهد که استفاده پزشکان از عمل سزارین برای به دنیا آوردن نوزادان در طول ۱۵ سال گذشته در جهان تقریباً دو برابر شده است و در برخی کشورها به میزان هایی "نگران کننده" رسیده است. یافته های این بررسی که در ژورنال پزشکی لنست منتشر شده است، نشان می دهد میزان عمل های سزارین برای به دنیا آوردن نوزادان از حدود ۱۶ میلیون مورد (۱۲ درصد کل تولدها) به حدود تخمینی ۲۹.۷ میلیون مورد (۲۱ درصد) رسیده است. کشوری که بیشترین میزان استفاده از سزارین برای به دنیا آوردن نوزادان را دارد، جمهوری دومینیک است که ۵۸.۱ درصد تولدها در آن با سزارین انجام می شود. این پژوهشگران می گویند بسیاری از موارد استفاده از سزارین برای زایمان توجیهی ندارد. سازمان جهانی بهداشت در همین اواخر اعلام کرد که میزان های بالای ۱۵ درصد عمل سزارین در یک کشور بیش از حد شمرده می شود. این بررسی داده های به دست آمده از ۱۶۹ کشور را با استفاده از آمار مربوط به سال ۲۰۱۶ - آخرین سالی که اطلاعات در دسترس بود - را تجزیه و تحلیل کرده است و نتایج این بررسی نشان داد استفاده از عمل سزارین برای کمک به زایمان های مشکل در بیش از نیمی از کشورهای جهان بیش از حد لازم انجام می گیرد. به گفته پژوهشگران در کشورهای جمهوری دومینیک، برزیل و مصر بیش از ۵۰ درصد زایمان ها با سزارین انجام می شود. البته برزیل از سال ۲۰۱۵ سیاستی را برای کاهش شمار سزارین های غیر لازم به اجرا درآورده است. همچنین تفاوت بزرگی در استفاده از سزارین در میان کشورهای ثروتمند و فقیر یافت شد. در برخی از کشورها به خصوص در آفریقای زیر صحرایا اصولاً عمل سزارین حتی هنگامی که واقعاً ضرورت دارد، در دسترس نیست. پژوهشگران از مراقبان بهداشتی، زنان و خانواده هایشان می خواهند فقط هنگامی عمل سزارین را انتخاب کنند که دلیلی پزشکی برای آن وجود داشته باشد.

۲۲ - **زندگی نامه - کتاب**

نگاهی به شاه قسمت بیست و پنج

دکتر عباس میلانی

۲۴ - **سخن و اندیشه ۳۷**

اخبار کتاب و تازه های نشر، در ایران و کانادا

دکتر حسن گل محمدی

۲۶ - **تاریخ - شرق شناسی ۷۶**

ویلهلم ایلرس و بهرام گور

محمد علی اختاری

۲۷ - **روانشناسی - خانواده**

خود به خطر انداختن در زندگی زناشویی خطر نیست

دکتر صفر داعی

۲۸ - **آشنایی با سیستم آموزشی - ۲۰**

آشنایی با سند آموزشی هنر استان اytاریو

لیلا کاظم زاده

۳۰ - **طنز**

اندر حکایت فیلسوف شدن ما و ایجاد مکتب بیکاریم

فضول خان کامیونیتی

۳۱ - **پزشکی**

شرایط جسمی مبتلایان به پارکینسون با ورزش بهبود می یابد

استاد دانشگاه کبک

۳۲ - **سلامتی**

۶ ماه شیردهی به نوزاد، ریسک کبد چرب مادر را کاهش می دهد

محققان دانشگاه کالیفرنیا

۳۲ - **سلامتی**

امواج تلفن همراه موجب افزایش ریسک ابتلا به سرطان می شود

محققان سم شناسی آمریکا

دل، جگر، قلوه، بلال، آبجو، شراب، کباب و انواع غذاهای ایرانی

۲۴ ساعته

مکانی مناسب برای برگزاری جشن ها و مهمانی های شما
 صبحانه، ناهار، شام، همراه با جوایز نفیس کشتی کروژ

۴۱۶.۲۲۲.۳۳۳۵
 6123 Yonge St. Toronto, ON M2M 3W2
 جنب پلازای ایرانیان

نگاهی به شاه ۲۵



دکتر عباس میلانی
استاد دانشگاه - پژوهشگر
milanibooks.com



را به جد نگرفتند. و نفس این قضیه خود نشان دیگری از موقعیت متزلزل شاه بود. نشان گویای دیگر این موقعیت این واقعیت بود که نه تنها سران سه کشوری که در کنفرانس تهران دیدار کردند وقتی به شاه نگذاشتند و حتی خبر تشکیل کنفرانس را هم صرفاً در آستانه جلسه اول در اختیارش گذاشتند، بلکه نه او و نه هیچ مقام ایرانی را به شام رسمی که در سفارت انگلیس برگزار شد، دعوت نکردند. با آن که شاه و مقامات ایرانی دیگر به این شام دعوت نشدند، شاه و دولت ایران خود را موظف می‌دیدند که به هر یک از این سه رهبر هدیه‌ای تقدیم کنند. در عین حال نمی‌خواستند هدیه هیچ رئیس دولتی از دو هدیه دیگر بهتر یا بدتر باشد. راه حلی به راستی شگفت برگزیدند. یکی از برجسته‌ترین مینیاتوریست‌های آن روزگار را برگزیدند و از او خواستند سه طرح مینیاتور واحد بکشد که تنها در یک نکته فرعی با هم تفاوت داشت. هر کدام از سران سه کشور بزرگ یکی از این مینیاتورها را به عنوان هدیه شاه و دولت ایران دریافت کردند. طرح مینیاتور از شاهنامه الهام می‌گرفت و به تصاویر به غایت زیبایی مانند است که زینت‌بخش صفحات برخی از معروف‌ترین شاهنامه‌های خطی ایران‌اند. دو ارتش متخاصم، سوار بر اسب و شمشیر بر دست، در صحرای نبرداند. یکی آشکارا فاتح است و در حال پیشروی. آن دیگری شکست خورده و منهزم است. فاتحان را از چهره آشنای سه رهبر پیشترانش می‌توان شناخت. سپاه شکست‌خورده هم به رهبران از اسب برافتاده و در خاک پیچیده‌شان شناختنی‌اند. هیتلر و هیروئیتو و موسولینی را در یک سو و استالین، روزولت و چرچیل را در سوی دیگر به مدد ریزه‌کاری‌هایی سخت زیبا و گویا می‌توان بازشناخت. سبیل یکی و عینک دیگری نمونه این ریزه‌کاری‌های ممتزاند. در گوشه تصویر، پشت تپه‌ای، به دور از صحنه نبرد، قومی که بی‌تردید ایرانیان‌اند، نظاره‌گر دو سپاه جنگنده‌اند. فاصله‌ای که از صحنه نبرد دارند و تپه‌ای که میان آنها و عرصه نبرد ترسیم شده گویای هزار و یک نکته مهم در مورد دست کم موضع مینیاتوریست، و شاید هم ایران نسبت به جنگ بود.

هر سه مینیاتور در همه جزئیات یکسان‌اند. تنها

به گمان برخی دیپلمات‌های غربی در زمان پایان جنگ جهانی دوم نظرات شاه در مورد شوروی "غیرواقع‌بینانه و بیش از حد وحشت‌زده بود." این نظرات به‌ویژه زمانی برای برخی در غرب وحشت‌انگیز شد که "شاه در مورد بمب اتم داد سخن می‌داد." شواهد همه حاکی از آن بود که او برای اهمیت و توان نظامی بمب اتم جایگاهی ویژه قائل بود. می‌دانست که بعد از هیروشیما آمریکا به خاطر داشتن بمب اتم در موقعیتی منحصربفرد قرار داشت. چهار سالی طول کشید تا شوروی نخستین بمب اتم خود را آزمایش کرد و موقعیت انحصاری و برتری نظامی برخاسته از این موقعیت را از دست آمریکا خارج کرد. شاه از جمله کسانی بود که می‌گفتند آمریکا باید از موقعیت و برتری خود استفاده کند و با حمله غافلگیرکننده به شوروی به نوعی "جنگ بازدارنده" دست بزند و خطر شوروی را از این راه ریشه‌کن کند.

وقتی شاه تصمیم گرفت پیشنهاد استالین را در مورد تانک و هواپیما رد کند بر آن شد که از این قضیه به نفع ایران بهره‌برداری کند. در دیدارش با بولارد اظهار کرد که "دیدار استالین از شاه" در اذهان عمومی ایرانیان "تأثیری مثبت بجا گذاشته." می‌گفت ایرانیان این "اقدام استالین را نشان احترام او برای حاکمیت ملی ایران می‌دانند." مستتر در گفتار شاه اشاره به هدیه‌ای بود که استالین در این دیدارش ارائه کرده بود. آنگاه شاه به سفیر انگلستان توصیه کرد که "دولت اعلیحضرت پادشاه انگلستان نباید در این ماجرا از قافله عقب بیاقتند و باید اقدامی چون [دیدار و پیشنهاد هدیه استالین] چشم‌گیر انجام دهند."

بولارد از آنچه شاه گفته بود و شاید مهم‌تر از آن از آنچه در این عبارات مستتر بود هم تعجب کرد و هم به خشم آمد. به زبانی به راستی تند و جسورانه به شاه گفت که پیشنهادش سخت زننده است. هشدار داد که تلاش شاه برای ایجاد چنین رقابتی بین انگلیس و شوروی فرجامی خوش نخواهد داشت. در بخش آخر گزارشش از این دیدار با شاه بولارد بار دیگر کلماتی به کار برد که همه بوی عفن نژادپرستی و تحقیر شخصیت ایرانیان می‌داد. بولارد نوشت، "در طول این دیدار شاه آشکارا نشان داد که تا چه حد شخصیتش، در کینه و اساس ایرانی است و چقدر آنچه در سوئیس فراگرفته صورتکی بیش نیست." نزد بولارد "شخصیت ایرانی" مترادف با بزدلی، دورویی و دون‌صفی بود. به گفته فردوست کار سلوک زشت و تحقیرآمیز بولارد به جایی رسید که شاه کوشید دولت انگلیس را متقاعد کند که سفیر تازه‌ای به ایران بفرستند، اما انگلیسی‌ها این پیشنهادات غیررسمی شاه



Freight Services International



حمل و نقل بین‌الملل

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

دارای دفاتر نمایندگی در آمریکا، اروپا، دبی و ایران

416.590.8989

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

www.freightall.com

E-mail: info@freightall.com

مهاجرت به کانادا Salam Toronto.com

○ تجاری و سرمایه گذاری

○ تخصصی و کاری

○ استانی و فدرال

○ ازدواج و اسپانسرشیپ

○ دعوتنامه توریستی

○ سوپر ویزا

○ تمدید کارتهای PR

○ کلیه امور حقوقی در ایران

○ گواهی امضاء و کپی برابر اصل

○ اسکان تازه واردین

Tel: 416.733.4050

Fax: 647.477.4151

www.salamtoronto.com

e-mail: info@salamtoronto.com

7191 Yonge St. Suite 914

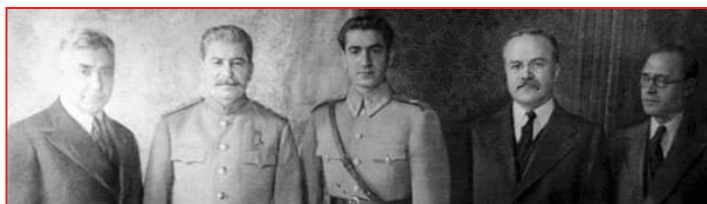
Toronto, Ontario, L3T 0C4

Canada

کامران نقوی

کارشناس رسمی مهاجرت

416.733.4050



دیدار استالین با محمدرضا شاه پهلوی، آذر ۱۳۲۲ - از چپ به راست: محمد ساعد، نخست وزیر وقت، ژوزف استالین، رهبر شوروی، محمدرضا پهلوی، شاه ایران، ویچیسلاو مولوتوف، وزیر امور خارجه شوروی، میخائیل ماکسیموف، مشاور سفارت شوروی در ایران

کوچک اما کارآمد بود که شباهت تامی به یک باند مافیایی داشت و گاه در جعل اسکناس و زمانی به باج گیری مشغول بودند و درآمد خوبی هم داشتند.^{۱۸} در پایان جنگ جهانی دوم نوبت ایران بود که "باج گیری" استالین را تجربه کند.

البته ابعاد ذخایر نفتی و گازی منطقه شمال ایران حتی برای استالین هم تعجب آور بود. در ۱۶ اوت ۱۹۴۴ (۲۵ مرداد ۱۳۲۳) لاورنتی بریا، رئیس پلیس آن زمان استالین بعد از دریافت گزارش تیم مهندسانی که به ایران گسیل کرده بود تلگرافی به استالین فرستاد و در آن پیشنهاد کرد که "ما باید به جد به قصد دریافت امتیاز نفت شمال ایران با آن کشور وارد مذاکره شویم."^{۱۹} در این کار، متحد اصلی بریا رهبران حزب کمونیست آذربایجان شوروی بودند که از مدتها پیش سودای جذب آذربایجان ایران در "آذربایجان بزرگ" را در ذهن بلندپروازشان پرورانده بودند. با نزدیک شدن پایان جنگ و با قدرت تازه یاب انکارناپذیر شوروی در سطح جهانی، استالین که تا آن زمان نسبت به پیشنهادات بریا در مورد امتیاز نفت شمال رغبتی نشان نداده بود، تغییر نظر داد و چشم طمع به نفت شمال ایران دوخت.

در یادداشتی مورخ ششم ژوئیه ۱۹۴۵ (۱۵ تیر ۱۳۲۴) که به ظاهر به امضاء دفتر سیاسی حزب کمونیست شوروی نوشته شده بود ولی به گمان مورخان به قلم شخص استالین بود، حزب کمونیست آذربایجان شوروی موظف شد همه اقدامات لازم را "برای ایجاد جنبشی جدایی طلبی در آذربایجان [ایران] و دیگر استان های شمال ایران انجام دهد". طبق این دستور میبایست "جنبش استقلال ملی در آذربایجان ایران ایجاد گردد و قدرتهای "گسترده ای در چهار چوب کلی ایران" را از آن خود کند. حزب کمونیست آذربایجان هم چنین موظف شد "در میان کردهای شمال ایران وارد فعالیت شود و آنان را به ایجاد کردستان مستقلی ترغیب کند". در همین زمان، دبیرکل حزب توده ایران، عبدالصمد کامبخش به باکو فراخوانده شد و در آنجا دستور گرفت تشکیلات حزب توده در آذربایجان را یکجا منحل و همه افراد را در تشکیلات جدیدی که قرار شد فرقه دموکرات آذربایجان نام داشته باشد مستحیل کند. تشکیلات حزب در تبریز، به طور نمونه، در سال ۱۹۴۲ آغاز به کار کرده بود و از پنج عضو بنیانگذار این شاخه حزب توده چهار نفرشان پیش از جنگ در شوروی زندگی می کردند.

برخی از سران حزب توده که عرق ملی شان بر "روحیه انترناسیونیستی" مطلوب استالین غالب شد — انترناسیونیسمی که به تصریح اساسنامه

تفاوت میان شان رهبری است که سوار بر اسب سفید پیشتاز سپاهیان فاتح متفقین است و طبعا به هر رهبری مینیاتوری را هدیه کردند که او را سوار اسب سفید رهبری نشان می داد. وضعیت رهبران و سپاهیان منزه از آلمان، ایتالیا و ژاپن در هر سه تصویر یکی است.

گرچه این شگرد به گمان برخی عین رندی بود و در نظر برخی دیگر نشان از ریا داشت، و گرچه نوعی برخورد یکسان با رهبران متفقین را متسّر کرد، ولی طولی نکشید که واقعیات ایران و جهان آن سه رهبر را در مقابل یکدیگر قرار داد و شاه هم ناگزیر درگیر این تقابل شد. به روایتی این تقابل جدید که همان جنگ سرد بود نخست در ایران آغاز شد.

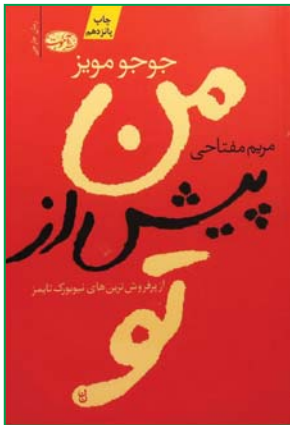
این واقعیت که در ایران اقلیت های قومی گونه گونی زندگی می کنند و می کردند هم مایه غنای فرهنگی و اجتماعی ایران بوده و هم در مقاطع مختلف به ویژه به خاطر سیاست های نادرست دولت مرکزی به پاشنه آشیل کشور بدل شده است. وقتی که جنگ در اروپا پایان گرفت آمریکا و انگلیس بلافاصله نیروهای خود را از ایران، آنچنان که در آغاز جنگ تعهد کرده بودند، بیرون بردند، اما استالین طرح هایی دیگر در ذهن داشت و اولین نشان دیپلماتیک این طرح ها در کنفرانس پتسدام، در ژوئیه تا اوت ۱۹۴۵ (مرداد ۱۳۲۴)، رخ نمود. در آنجا شوروی برای اول بار رسماً اعلان کرد که حتی بعد از پایان همه تخصصات نیروهای خود را از ایران بیرون نخواهد برد. طرحی پیچیده و چند ساله در پس این بیانیه به ظاهر ساده نهفته بود. در ژوئن ۱۹۴۳ (خرداد ۱۳۲۲) شوروی بدون اطلاع دولت ایران و شاه تیمی زمین شناس و مهندس معدن و نفت به ایران گسیل کرد. آنها در لباس مهندسان ارتش به گیلان و مازندران سفر کردند و تنها مأموریت شان ارزیابی چندوچون ذخائر گاز و نفت شمال ایران بود. آنچه این گروه مهندسان کشف کردند برای استالین و رئیس پلیس مخوفش بریا شگفت آور بود و برای ایران و شاه پیامدهایی غیرمترقبه داشت. مهندسان شوروی به این نتیجه رسیده بودند که "ذخائر نفت و گاز شمال ایران کمتر از آنچه در جنوب است و تحت کنترل انگلستان قرار دارد نیست."^{۲۰} البته استالین از اوایل قرن بیستم، یعنی زمانی که در جوانی در شهر باکو نخست به انگلیستری و سپس به فعالیت های انقلابی مشغول بود، می دانست که آن خطه دریای خزر نفت خیز است و پر ثروت. در آن روزها باکو را "بزرگترین شهر نفتی دنیا" می خواندند. در همین باکوی نفت خیز و پر ثروت بود که استالین، به گفته زندگی نامه نویس درخشانش سیمون سباگ مونتیفوره "پدرخوانده" گروهی

[نگاهی به شاه، ادامه در صفحه ۴۶ ←]

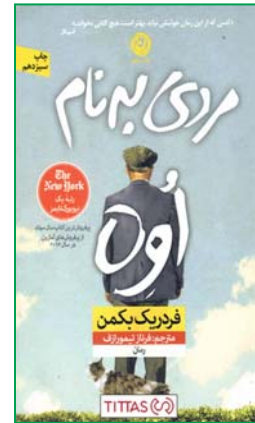
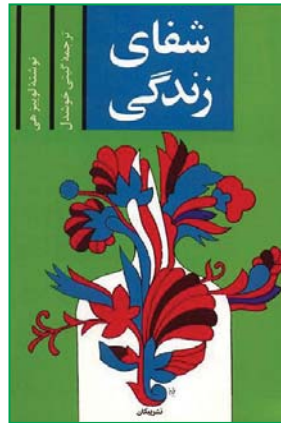
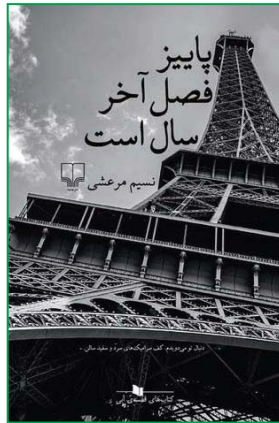


حسن گل محمدی
نویسنده و شاعر

اخبار کتاب و تازه‌های نشر در ایران و کانادا



در این وضعیت نامشخص و مغشوش از همه بیشتر علاقمندان و خوانندگان کتاب هستند که سردرگم نمی‌دانند چه کنند؟ چه کتابی را بخرند؟ چون آنچه موجب شناخت کتاب در جامعه و در میان علاقمندان به کتاب می‌گردد، معرفی و نقد و بررسی آن است که به ندرت در جامعه فرهنگی ما به صورت حرفه‌ای صورت می‌گیرد. در عین حال ما در زمینه نشر الکترونیک و بی‌بوک نیز هنوز در مراحل اولیه کار هستیم. با تمامی این شرایط، هنوز کتاب در جامعه ایران جایگاهی خاص دارد و مسئولین هر یک با ترفندهایی نظیر طرح بهاره، طرح تابستانه، طرح پاییزه، طرح زمستانه یا برگزاری نمایشگاه‌های استانی و توزیع این کتاب در میان



عناوین و موضوعات نشر یافته چندان مطلوب نیست. کتاب ارزشمند تألیفی کم است. ترجمه‌های موجود در بازار را اغلب کتاب‌های بی‌محتوا از نویسندگان غیرحرفه‌ای و ناشناخته تشکیل می‌دهد و گاهی نیز اتفاق می‌افتد به علت عدم رعایت قوانین کپی‌رایت در کشور، یک کتاب که شانس فروش خوبی در بازار پیدا می‌کند، تعداد زیادی مترجم غیرحرفه‌ای و ناشرین فرصت‌طلب آن را به بازار عرضه می‌کنند،

هر تیراژ کتاب به ۲۰۰ تا ۳۰۰ نسخه نزول کند و حتی ناشرین اطمینان خاطر از فروش این تعداد نیز نداشته باشند. این موضوع نه تنها بازار فروش کتاب را به رکود کشیده بلکه باعث تغییر کاربری بسیاری از کتابفروشی‌ها به شغل دیگر و اغلب اغذیه و فست‌فود فروشی گردیده است. چون صنعت نشر به قسمت‌های به هم پیوسته تقسیم شده، وضعیت چاپخانه‌ها از همه بدتر است و بسیاری از آنها، تعطیل شده‌اند.

صنعت نشر کشورمان این روزها گرفتار مشکلات عدیده‌ای است. افزایش روز افزون و بدون کنترل قیمت کاغذ و لوازم و مواد اولیه چاپ، نامشخص بودن دستمزدها و از همه بدتر قاچاق کتاب و انتشار غیرقانونی آن، همه دست به دست همه داده و وضعیت حوزه نشر را دگرگون کرده است. از طرف دیگر بحرانی بودن شرایط اقتصادی جامعه و عدم تخصیص بودجه لازم برای خرید کتاب توسط افراد، موجب گردیده که تعداد چاپ



بهترین قیمت ایران

تنها یک تماس کافیت!
Tehran Specials (To/From)

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

**قیمت‌های استثنایی
ترکیش ایرلاین
به ایران (۳۱ پسدان)**

فروش مستقیم پروازها و چارترهای داخلی ایران

۴۱۶.۶۴۲.۲۳۷۲
۶۴۷.۲۳۴۵۶.۹۷
۱-۸۵۵-۶۴۲-۲۳۷۲
6120 Yonge St., #206, M2M 3W7 (روبروی پلازای ایرانمیان)

با مدیریت پیوند کامران و همکاری مجرب‌ترین مشاوران امور مسافرتی

416.642.AFRA (2372)
افرا، آغازگر خاطره خوش سفرهای شما



رگتورز

(با راهنمای فارسی زبان)

416.730.8687

مجری تورهای تفریحی لوکس ارزان



هولود

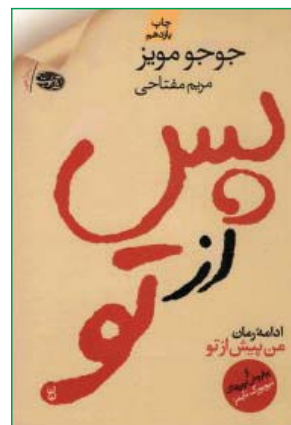
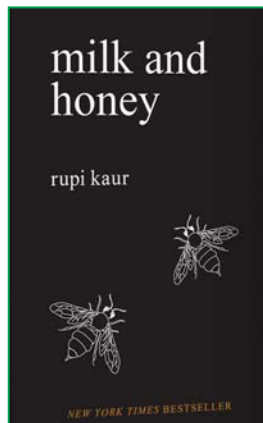
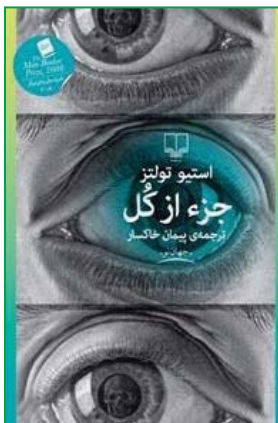
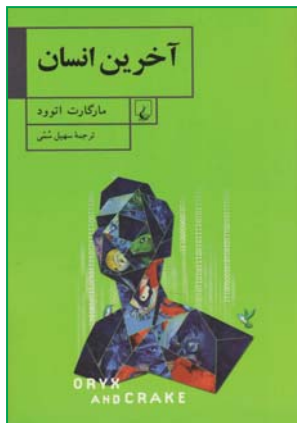


غرب آمریکا

همزمان با کریسمس و
کنتسرت خوانندگان ایرانی

تور کامل: ۱ شب سن دیگو، ۴ شب لس آنجلس، ۳ شب لاس وگاس

انتشارات آموت،
"مردی به نام اوه" ترجمه فرناز تیمورازف از نشر
 نون،
"دختری که رهایش کردی" ترجمه کتابون
 اسماعیلی از انتشارات میلکان،
 خوشدل از انتشارات پیکان،
"دنیای سوفی" داستانی درباره تاریخ فلسفه،
 ترجمه حسن کامشاد از نشر نیلوفر،
"پس از تو" ترجمه مریم مفتاحی از انتشارات
 آموت،
 از نشر نیلوفر،
"جنگجوی عشق" ترجمه سمانه پرهیزکاری از
 نشر ملیکان،
"از حال بد به حال خوب: شناخت درمانی"
 ترجمه مهدی قراچه داغی از نشر آسیم و



دانشجویان، استادان، معلمان و افراد فرهنگی، سعی می‌کنند بازار کتاب را نگذارند که به سقوط کامل برسد. نگاهی به کتاب‌های پُر فروش در طرح تابستانه سال ۹۷، آئینه‌ای از چگونگی وضعیت کتاب و تازه‌های نشر است:

کتاب‌های **"ملت عشق"** ترجمه ارسلان فصیحی از انتشارات ققنوس،
"انسان خردمند" تاریخ مختصر بشر ترجمه نیک گرگین از فرهنگ نشر نو،
"جز از کل" ترجمه پیمان خاکسار از نشر چشمه،
"انسان خداگونه تاریخ مختصر آینده" ترجمه زهرا عالی از فرهنگ نشر نو،
"من پیش از تو" ترجمه مریم مفتاحی از

"هنر شفاف اندیشیدن" ترجمه عادل فردوسی‌پور، علی شهروز ستوده، بهزاد توکلی
 نیشابوری از نشر چشمه،
"هنر خوب زندگی کردن" ترجمه عادل فردوسی‌پور، بهزاد توکلی، علی شهروز از نشر چشمه،
"وقتی نیچه گریست" رمانی درباره وسواس، ترجمه سپیده حبیب از انتشارات قطره،
"چهار اثر فلورانس اسکاول شین" ترجمه گیتی

"بیشعوری" راهنمای عملی شناخت و درمان خطرناک‌ترین بیماری تاریخ بشریت، ترجمه محمود فرجامی از انتشارات تیسرا،
"شفای زندگی" ترجمه گیتی خوشدل از انتشارات پیکان،
"سه شنبه‌ها با موری: مرد پیر، مرد جوان و بزرگترین درس زندگی" ترجمه ماندانا قهرمانلو از نشر قطره،
"جستارهایی در باب عشق" ترجمه گلی امامی

"کیمیایگر" ترجمه آرش حجازی از نشر کاروان در صدر پرفروش‌ترین کتاب‌های ترجمه عمومی طرح تابستانه کتاب ۹۷ قرار گرفته‌اند.

پرفروش‌ترین کتاب‌های تالیفی فارسی در طرح تابستان ۹۷ به شرح زیر هستند:

"رهش" رضا امیرخانی از نشر افق،
"یک عاشقانه آرام" نادر ابراهیمی از نشر روزبهان،
[اخبار کتاب، ادامه در صفحه ۴۴ -]

مهاجرت تضمینی

- ✓ به آمریکا با تضمین داشتن کار
- ✓ دریافت گرین کارت در کمتر از ۲۴ ماه
- ✓ نیازی به داشتن پول و سرمایه نیست
- ✓ دانستن انگلیسی یا تخصص الزامی نیست

کلیه امور مهاجرت به کانادا
 با همکاری
 کارشناس رسمی امور مهاجرت

ناصر تحریری

437-991-ROYAL

7 6 9 2

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

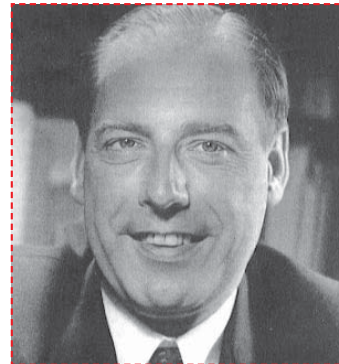
www.royalusaimmigration.com , info@royalusaimmigration.com



محمد علی اختری
تاریخ شناس

شرق شناسی (۷۶)

ویلhelm ایلرس و بهرام گور



از دیگر خاورشناسان آلمانی شیفته فرهنگ و تمدن ایرانی دانشمند ارجمندی است به نام **ویلhelm ایلرس (Wilhelm Eilers)** که در شهر لایپزیک آلمان و در ۲۷ سپتامبر ۱۹۰۶ به دنیا آمد. او پس از توفیق در گذراندن دوره تحصیلات ابتدائی و متوسطه در سال ۱۹۲۵ در شهرهای فرایبرگ (Freiburg) و برازگا (Breisgau) و مونیخ و لایپزیک به ادامه تحصیل در رشته حقوق پرداخت و در سال ۱۹۳۱ م. موفق به دریافت درجه دکتری گردید و پس از دریافت دکتری در رشته حقوق در دانشگاه لایپزیک و برلین در رشته زبان شناسی تاریخی (فقه اللغة) هم ادامه تحصیل داد که در سال ۱۹۳۸ هم در این رشته به اخذ درجه دکتری نائل آمد.

۱۹۴۷ استادیار دانشگاه «سیدنی» استرالیا، از سال ۱۹۵۲ تا ۱۹۵۸ مشاور بخش مسائل شرق شناسی کتابخانه دانشگاه «ماربورگ» آلمان، و از سال ۱۹۵۸ تا ۱۹۷۴ م. استاد زبان شناسی شرقی و رئیس سمینار شرق شناسی دانشگاه «ورتسبورگ» (Wurzburg) بود.

ایلرس در سال ۱۹۶۶ م. (۱۳۴۵ خورشیدی) در کنگره جهانی ایران شناسان در تهران شرکت داشت و در سال ۱۹۷۴ (۱۳۵۲ خورشیدی) درجه دکتری افتخاری از سوی دانشگاه تهران به او اهدا شد. ایشان تحقیقات بسیاری در زمینه تاریخ (فقه اللغة) و آشورشناسی و سامی شناسی را

به انجام رسانیده است.^(۱) در دانشنامه Iranica)) چاپ آمریکا سرگذشت ویلhelm ایلرس را چنین قلم زده اند: ویلhelm ایلرس (Eilers, Wilhelm) زاده ۲۷ سپتامبر ۱۹۰۶ در لایپزیک، درگذشت سوم ژوئیه ۱۹۸۹ در وورزبورگ، دانشمند خاورشناس آلمانی، علوم انسانی و فقه اللغة و گویش های محلی ایران بوده است. پدرش مدیر مدرسه گرامر بود و ابتدا درس های کلاسیک را فراگرفت و سپس به آموزش حقوق روی آورد. پس از سال ۱۹۳۱ به تحصیلات خود در شاخه مطالعات شرقی در لایپزیک نزد پروفسور خاورشناس هاینرش شدر (Schader Heinrich) به تحصیل در زمینه زبان های پیش از اسلام و مذهب ایرانی پرداخت و همراهم با شدر به برلین رفت و در سال ۱۹۳۶ اجازه تدریس به عنوان استادیار یافت. دیگر استاد او، پاول کشاکر (Paul Koschaker) پروفسور تاریخ علم حقوق باستانی ست که توجه ایلرس را به مطالعه در بخش خط میخی راهبری کرد، و استادان دیگرش «بنو لندزبرگر» (Benno Landsberger) آشورشناس؛ یوهانس فردریخ (Johannes Fridrich)؛ و فاف اچ ویسباخ (F.H. Weissbach)، هانریش زیمر (Heinrich Zimmer) و پاول شوارتز (Paul Schwartz) استاد جغرافیای عرب، بودند. میدان تحقیقات

ایلرس به زمینه مطالعات مردمان خاور نزدیک از قدیم ترین مراجع کتب باستانی در زمینه سومری ها تا مطالعات خاورشناسی امروز گسترش پیدا کرده است. وی مدتی هم معاون «هانریش شدر» در دانشگاه برلین بود. در سال ۱۹۳۶ به عنوان رئیس موسسه باستان شناسی آلمان به ایران آمد و در مرکز آن موسسه که در اصفهان قرار داشت مقیم شد، ولی در ماه سپتامبر ۱۹۴۱ که ایران توسط متفقین اشغال شد، مجبور به ترک ایران شد و به مدت پنج سال در استرالیا ساکن گردید و در سال ۱۹۴۷ به عنوان استاد زبان عبری و مطالعات تورانی (عهد عتیق) در دانشگاه سیدنی مشغول به کار بود. در سال ۱۸۵۲ به عنوان پروفسوری در شهر کلمبو سیلان انتخاب شد که آنرا نپذیرفت و به آلمان برگشت و در دانشگاه (بایبلو تکنیک Westdeutsche Bibliothek) «وست دوپچه» شهر ماربورگ با عنوان متخصص در مطالعات شرقی استخدام گردید و در سال ۱۹۵۸ به عنوان استاد زبان شناسی و فقه اللغة زبان های شرقی در کتابخانه دولتی پروس در برلین و استاد در دانشگاه وورزبورگ (Wurzburg) منصوب گردید. در سال ۱۹۶۲ به سمت پروفسور مطالعات خاور نزدیک در دانشگاه وین پذیرفته شد. او تا سال ۱۹۷۴ که بازنشسته شد به تدریس در دانشگاه وورزبورگ مشغول بود و در آن سال بود که درجه دکتری افتخاری از دانشگاه تهران را هم دریافت کرد و یکی از مشاوران سردبیری دانشنامه ایرانیکا (Iranica) نیز بوده است.

[ویلhelm. ادامه در صفحه ۵۰ ←]



INCOME TAX E-FILE

Personal, Small Business & Corporate

خدمات حسابداری و مالیاتی رضا پورلطفی

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

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

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

Let our experience bring harmony to your finances

8131 Yonge St., Suite 211,
Thornhill, ON L3T 2C6Tel: (416) 900-4188 www.HarmonicTeam.com
Fax: (416) 900-4189 info@harmonicteam.comدر پلاژی
سوپر پارسیان

حسابداری ایده آل

Personal, Small Business & Corporation E-File

Ideal Accounting

مجتبی فریور



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

خدمات حسابداری



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

تکمیل فرم های Child Tax و GST و رایگان است

905 59-777-59

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

خود به خطر انداختن در زندگی زناشویی خطر نیست

دکتر صفر داعی
روان درمانگر



و کم حرفی ممکن است مانع ابراز وجود او از حرف زدن گرفته تا آنچه را که برای ایجاد رابطه دوستی و زناشویی لازم است، گردد. و زمانی که او نتواند بگوید واقعا چه می خواهد، چه آرزوهایی دارد و اهدافش از زندگی زناشویی چیست در آینده با مشکل بزرگی مواجه خواهد شد. او بعد از ازدواج و یادگیری های جدید و تسلط برخورد و ابراز وجود، وقتی به یاد سابق می افتد که چقدر کم می آورده و چقدر مسائل مورد نیاز خود را در خود فرو می برده و چگونه نمی توانسته آنچه را در ذهن بوده ابراز نماید واقعا به لرزه خواهد افتاد. این دسته از افراد یا شاید بسیاری از زن و شوهرها در ابتدای زندگی زناشویی ممکن است دید واقعا محدودی داشته باشند.

به صورت طبیعی افراد از ته دل دوست دارند نوعی روابط باز و روراست و بدون دردسر داشته باشند که بتوانند به سادگی با همسر خود مکالمه داشته باشند که این خود باعث یک زندگی خوب و دوست داشتنی خواهد شد. اما متأسفانه وحشت دارند از اینکه آغاز سخن کنند و بتوانند به تدریج به آنجایی که می خواهند برسند. این دسته از افراد از بوجود آمدن تضادها و کشمکش و مشاجره ها می ترسند و لذا کوشش می کنند تا حدی که امکان دارد از پیش آمدهای ناجور برخذر بمانند. آنها می کوشند تا برای جلوگیری از ناملایمات و ایجاد کشمکش ها بسیار کوتاه بیاید تا شاید یک رابطه مطلوب، قابل پیش بینی، راحت و با امنیتی ایجاد کنند، آنها هرگز علاقه ای ندارند که آنچه را در درون و داخل ذهن و فکر خود برای ازدواج بیرون می روند، این کمروبی



حتی زمانی که ترس بر او مستولی شده باشد. هنگامی که فرد چنین پرسش هایی را در خود پیدا می کند مسائل مختلف کم کم برای او روشن و واضح می شوند. ممکن است یکی از زن و یا شوهرها فردی کم رو و کم حرف باشند. زمانی که این دسته از افراد برای اولین بار با فرد مورد علاقه خود برای ازدواج بیرون می روند، این کمروبی

با این ترس مواجه شود و بر آن مسلط گردد تا بتواند آنچه را که می خواهد بگوید و آنچه را که دوست دارد بخوبی انجام دهد و آن نوع زندگی که دوست دارد برای خود بسازد و بدون دغدغه و ترس به منظور خود برسد. در این حال شخص از خود می پرسد که چگونه می تواند با Risk و یا خطری مواجه شود و حرف خود را بزند،

کلمه Why چرا با کلمه How چگونه فرق بسیار دارد. وقتی شما از فردی می پرسید چرا یا Why در واقع شما مطلب یا موضوع را پذیرفته اید و تنها نیاز به فهم و گسترش معنی و یا تاریخچه آن دارید. در صورتی که با اداء کلمه How و یا چگونه شما با تعجب می پرسید به چه دلیل؟ برای چه؟ شما از کجا می دانید که این درست است؟

در سنت بودایی چهار نوع شخصیت را تشخیص داده اند که عبارتند از ترس، طمع، خشم و خیال باطل یا فکر واهی. بعضی از افراد فکر می کنند که با یکی از این نوع شخصیت ها به دنیا آمده اند و یا این نوع شخصیت نتیجه تجارب دوران کودکی آنها بوده است. ممکن است آنها یاد گرفته باشند که بترسند و یا از پدر و یا مادر خشم و عصبانیت را دیده و یاد گرفته اند و غیره. بعضی از افراد برایشان مهم نیست که چه نوع منش و یا شخصیتی دارند. برگردیم به موضوع Why. چرا. برای بعضی از افراد، در بعضی سنین موضوع "چرا" دیگر مطرح نیست بلکه موضوع "چگونه" بیشتر برایشان جالب توجه است، مثلاً فردی مقدار قابل توجهی ترس دارد که مبادا با کسی فرضاً با شوهر خود ستیزه و مشاجره نماید. این شخص به صورت عادی و معمولی از خود باید پرسش نماید که چگونه و به چه نحوی می تواند

The Little House Of Kebobs North

با بیش از ۲۰ سال سابقه

Little House of Kebobs North

در قلب ریچموند هیل با مدیریت ایرانی

رستوران ایرانی

با انواع غذاهای اصیل ایرانی

905-787-9988

1480 Major Mackenzie Dr. East

Major Mackenzie & Leslie

سرویس

رفت و آمد به فرودگاه

و کلیه مناطق شهر

ترجمه خدمات

در همراهی با شما

در مکان های انجام کارهای اداری شما

با قیمت های مناسب

فریده 416.903.7030

آشنایی با سند آموزشی هنر استان انتاریو

آشنایی با سیستم آموزشی انتاریو - ۲۰



لیلا کاظمزاده
معلم رسمی انتاریو

قسمت اول: رقص

کلمه هنر را که می شنویم ممکن است یاد یک تابلوی نقاشی یا تکنیک رنگ روغن از منظره غروب آفتاب در کنار دریاچه بیفتیم. یک قایق و چند پرند و انبوه درختان، قاب را کامل می کنند؛ و آنقدر شیک، که دلمان می خواهد آن را بر دیوار اتاق پذیرایی بگویم تا این همه زیبایی و حس رمانتیک پیش ما بماند. فقط چند سالیست که یاد گرفته ام هنر (art) و کار دستی (craft) دو چیز متفاوت هستند. هنر شاخه های مختلف و عنصرهای خاص خودش را دارد.

هنر حس را از جایی به جایی دیگر منتقل می کند، همانگونه که سیم برق را. هنر رسانه ی گویای عواطف است. هنرمند از تبار آفرینندگان است و حس تجربه شده ای را دست به دست می کند تا احساس انتقال یابد؛ از دل به دل. هنر اگر هنر باشد، بیننده یا شنونده اش همان حال را درمی یابد، حتی بی هیچ القای مشترک زبان شناختی؛ همان که شاعر می گوید همدلی از همزبانی بهتر است. گاهی هم کسی کاری انجام داده است که به نظر ما بی ارزش است و می گوئیم: "خیال می کنی خیلی هنر کرده ای؟" این گونه می شود به اهمیت هنر و شکوه کار



موزون در اقوام مرزنشین شرق و غرب ایران - که حس و حال حماسی را به ما منتقل می کند، چقدر تفاوت دارد. اینجا هم قرار است حرکات موزون فقط تمرین حرکات انفرادی و تکرار شونده نباشد؛ بلکه رسانه ای غیرکلامی برای کشف و نقل احساسات؛ و مهارت هایی مداوم ولی نو شونده، برای دانش آموزان باشد. بدیهی است در ساعت رقص، به تحلیل فیلم و عکس و کتاب هایی از فرهنگ های مختلف هم می پردازند تا قصه های خلق شده را از زبان دل مردم دنیا بشنوند حتی اگر نانوشت باشند.

در پایه اول این مفاهیم زیربنایی در رابطه با رقص دنبال می شود:

بدن: آگاهی از بدن؛ اینکه بدن ما کدام فضا از کلاس را اشغال کرده است مثل کنار تخته سیاه یا زیر دریاچه کولر، نسبت و ارتباط کل بدن با قسمت های بدن؛ مثل دست یا پا، شکل هایی که با بدن ایجاد می کنیم؛ مثل درست کردن دایره با بازوان یا انگشتان، حرکات جنبشی و انتقالی؛ مثل جفت پا پریدن یا یورتمه دویدن و قل خوردن روی زمین، حرکات غیر انتقالی؛ مثل تقلید حرکات شناگران، پریدن با یک پا، و خلاصه انواع حرکات با دست و پا.

فضا: سطح ها؛ مثل دولا شدن که ما را از سطح بالا به پایین می رساند، یا کشیدن دست ها به بالا که ما را به سطح بالا می رساند، جهت ها؛ مثل رو به جلو یا عقب یا طرف راست و چپ، انواع فضا؛ فردی (اطراف من) و فضای عمومی

زمان: میزان سرعت؛ مثل تند و کند یا حرکت و سکون، و ضربه انگ (ریتم)؛ منظم یا نامنظم

که قصه زندگی انسان را، از فرهنگ های مختلف، بازگو می کند؛ نه اینکه فرزندان ما در ساعت رقص مدرسه، در حال قر و اطفا باشند. در این مجموعه، رقص را به عنوان حرکات فیزیکی برای انتقال حس؛ و به عنوان بیانی با هدف (purpose) و شکل (form) خاص نگاه می کنند، تا فرزندان ما خود و دنیا را کشف کنند. یادتان بیاید حرکات موزون ماهیگیران برای کسب روزی خود از دریا - که در رقص بندری نمایان است، با شیوه حرکات

هنری پی برد. با همه این توصیف، سند آموزشی هنر (The Ontario Curriculum, Grades 1-8) استان انتاریو را می گشاییم. چهار شاخه از هنر در دبستان های انتاریو آموزش داده می شود: رقص، نمایش، موسیقی، و هنرهای تصویری (dance, drama, music, visual arts). طبق ترتیب الفبایی سند، کلام این هفته را از رقص شروع می کنیم. در این رشته آنچه مد نظر تعلیم گران است درک و شناخت حرکات بدن است

دکتر فرامرزارجمند

جراح و متخصص چشم

از دانشگاه تهران و اپتومتریست از کانادا

با ۲۵ سال سابقه چشم پزشکی



416.548.6555

Emergency Phone: 647.868.4041

6070 Yonge St.

North York, ON, M2M 3W6

روبروی پلازای ایرانیان (جنب پلازای Fido)

ورشکستگی؟؟؟

قادر به بازپرداخت بدهی خود نیستید؟

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

مشکلات مالی شما را حل می کنیم.

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

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

Pay just one affordable payment each month
Keep your house, keep your car, keep your RRSP.
Be free of debt. Come talk to us, you can avoid bankruptcy.

**Free Calls, Free Information, Free Consultation
No Extra Fees, No Upfront Fees, No Hidden Fees**

Call us for a FREE, confidential consultation.



RISMAN ZYSMAN INC.
LICENSED INSOLVENCY TRUSTEE

با ۳۰ سال سابقه

4580 Dufferin St., North York Ontario M3H 5Y2

416-222-4600

چرا یک کودک حسادت می کند؟^۱



او هم موفق می شود

کودکان خیلی زود خودشان را با دیگران مقایسه می کنند و به این نتیجه می رسند که توانایی خوبی در یک فعالیت خاص ندارند و ممکن است ناامید شوند. در چنین شرایطی وظیفه پدر و مادر ایجاد توازن بین داشته ها و نداشته های اوست تا مانع از حسادت و ورزیدن کودک به همسالان شود. علاقه مندی به نقاشی یا فوتبال را مثال می زنیم. اگر کوچولو شما اندکی ضعیف است و می خواهد این قبیل کارهای خاص را کنار بگذارد با او صحبت کنید تا بفهمد که قرار نیست بهترین نقاش یا بهترین فوتبالیست باشد. همین که چنین هنری دارد کافی است و خیلی از همسالان او هستند که از چنین هنری بی بهره اند و به او حسادت می کنند. با او تمرین کنید و با تشویق مداوم فرزندان را به نقطه مطلوب رسانید.

به احساس کودک توجه کنید

وقتی کودک می بیند که احساسات او را نمی شناسید و درخواست او برای شما مهم نیست سعی می کند کاری کند که به او توجه کنید. اگر باز هم ناموفق بماند کارهای بدتری می کند و به عنوان نمونه بلندتر فریاد می زند. باید به کودک بفهمانید که احساس او برای شما خیلی اهمیت دارد و این واقعا کار سختی نیست، کافی است مراقب رفتارشان باشید. اگر به عوض کردن لباس های برادر کوچکش توسط شما یا بازی شما با این رقیب کوچولو حسادت می کند باید به او بفهمانید که اگر صبر کند به او هم در همین زمینه کمک خواهید کرد. حتی اگر با اینکه با او بیشتر بازی خواهید کرد. حتی اگر سه نفری بازی کردید و او به رقیب کوچکش باخت هم باید به او بگویید که مطمئن هستید می تواند در نوبت بعدی بازی برنده شود.

مستقیم رفتن، زیگزآگ رفتن، یا مارپیچی راه رفتن. جهت ها؛ به جای راه رفتن به طرف دیوار روبه رویمان ممکن است با زاویه راه برویم و به طرف گوشه اتاق حرکت کنیم. اندازه حرکت؛ قدم های بلند یا کوتاه. زمان؛ بی حرکت شدن یا همان فریز؛ سرعت (تمپو)؛ مثل شروع/پایان، حرکت ناگهانی، حرکت سریع، پایداری شبیه حرکات کششی. ضرباهنگ؛ مثل منظم یا نامنظم.

انرژی: نیرو وارد کردن؛ کیفیت حرکت؛ مثل حرکت انفجاری، حرکت بالا پایی شبیه بویو، حرکات تکانشی شبیه وقتی دو نفری که با هم دست می دهند، حرکات نرم، حرکات ظریف.

ارتباط: حرکات یک همکلاسی را مثل سایه تقلید کردن. خوب! دیدید که در سند آموزش هنر، حرکات موزون با توجه به عناصر اصلی تدریس می شود و این گونه خیالتان راحت شد فرزندان دبستان های دولتی انتاریو در کلاس رقص، از میانی هنری-حرکتی واقعا شناخت کسب می کنند، این شیوه در کلاس های بعدی هم ادامه دارد.

از اینکه با صبر این مطلب را خواندید از شما تشکر می کنم.

لیلا کاظم زاده

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

leilakazemzadeh@gmail.com

انرژی: کیفیت؛ مثل سست شدن، تکان ناگهانی، یکباره خمیده شدن، تصادم، پایداری (شبیه کشش ممتد)

ارتباط: با یک همکلاسی تمرین کردن؛ مثل تقلید حرکات آهسته و آینه وار (دانش آموزی حرکاتی آهسته انجام می دهد و دانش آموز مقابل همان حرکات را آینه وار تکرار می کند) حالا کمی به خود استراحت بدهید، اقلا گردناتان را نرمش بدهید تا برویم سر کلاس دوم.

مفاهیم زیربنایی پایه دوم:

بدن: آگاهی از بدن؛ مثل اینکه ما درمقایسه با اشیای موجود در کلاس، کجا هستیم. استفاده از نواحی بدن؛ طرف چپ فقط با طرف راست قابل مقایسه است. استفاده از اعضای بدن؛ بازوها، پاها، نوک انگشتان، بدنه. شکل ها؛ حرکات جنبشی انتقالی؛ مثل دویدن، شبیه چهارنعل دویدن، سینه خیز رفتن، آهسته خزیدن. حرکات غیرانتقالی؛ مثل پریدن و چرخیدن. زیربنای بدن؛ مثل زانو یا پشت. (ممکن است از دانش آموز بخواهند کاری کنند که بدنشان فقط سه تماس با زمین داشته باشد و در این صورت بچه ها خلاقانه می توانند حالت های متفاوتی را اجرا کنند مثلا زانو و نوک انگشتان پای راست و کف دست راست خود را در تماس با زمین نگه دارند و دست و پای چپ را بالا برده باشند. نگران نباشید این چنین تمرین ها فقط چند ثانیه طول می کشد و بچه ها کلی شادی می کنند.)

فضا: سطح ها؛ سطح متوسط مثل کمی دولا شدن یا حرکات کششی. راه ها و مسیرها؛ مثل

Emergency Dental Office

جناب آقای دکتر علیرضا کمالی و بانو

بازگشایی کلینیک تخصصی دندانپزشکی شما را در قلب منطقه ایرانیان به شما تبریک گفته و آرزوی توفیق و ادامه خدمت انسانی شما را به کامیونیتی ایرانیان و هموطنان کانادایی خواستاریم.

محمد و اکرم کی منش، نسترن و عادل آتشین، علیرضا و مهناز ظهیری، پروین حق گشا، شاهپور رضایی، شمیلا نیکپخش، محسن منفرد، شهرام بیش

دندانپزشکی اورژانس

- Root Canal Therapy
- Implant
- Cleaning
- Surgical Teeth Removal
- Polishing & Whitening
- Restorative Dentistry
- Periodontal Treatment
- Fixed & Removable Prosthese

905.764.5399

7241 Bathurst St., Unit 13 (پترست شمال استیلز)

دکتر علیرضا کمالی
Dr. A. Kamali



اندر حکایت فیلسوف شدن ما و ایجاد مکتب بیکاریسم



وصله این‌وری یا اون‌وری نجس‌بانیم، چر نزنیم و نوبی صف مثل ایران با هم دعوا نکنیم.

چون ما مبتکر این مکتب هستنیم و می‌دانیم که به تنهایی در اینجا نمی‌توان منابعی را بالا کشید، از میان همان بیکاران عضو این مکتب بیکاریسم دو نفر را به عنوان دستیار خودانتخاب می‌کنیم و بیست درصد

از موجودی هر بار صندوق را به خودمان و به این دستیاران اختصاص می‌دهیم و بقیه وجه صندوق را هر روز یکی از اعضا برمی‌دارد. فکر کنیم این ایده چیز بدی از کار در نمی‌آید. چون این کار و این تفکر بکر یک مقدار فعالیت فرهنگی و اجتماعی و به قول روشنفکرهای اینجایی کنشگری هم تلقی می‌گردد، رجا و واثق داریم که دوستان مطبوعاتی مساعدت کنند و اسپانسر این گروه بیکار شوند و آگهی‌های گردهمایی و فعالیت‌های صنفی ما را در جراید خود به صورت مجانی چاپ نمایند.

شاید هم بتوانیم پس از آن که مدتی سابقه پیدا کردیم از منابع دیگری تحت عنوان غیرانتفاعی کمک‌هایی هم بدست آوریم که در این صورت نور علی نور می‌شود.

بنابراین از بیکاران محترم تقاضا می‌کنیم منتظر اطلاعیه‌های بعدی ما باشند تا بتوانیم با کمک هم یک مکتب غیرانتفاعی و مردمی درست و حسابی و واقعی پس از چندین سال در این تورنتو پایه‌گذاری کنیم. لازم به توضیح است از هم اکنون گفته باشیم که ورود بیکاران با تفکرات سیاسی و یا همراه داشتن هر نوع پرچم به جمع ما ممنوع است.

فضول‌خان کامیونیتی

از خدا پنهان نیست، از شما هم پنهان نباشد آن‌که آیا شما پیش خودتان فکر کرده‌اید که چگونه این همه مکاتب مختلف و سرکاری فلسفی، سیاسی و اجتماعی بوجود آمده‌اند. اگر فکر نکرده‌اید چند دقیقه یا ساعتی در

یک روز تعطیلی یا شبی که از فشار مشکلات فرار کرده‌اید، بروید به

گوشه‌ای از این شهر بزرگ تورنتو و به این موضوع فکر کنید، شاید شما هم از این به بعد بتوانید مکتبی را پایه‌گذاری کنید.

حال که این روزها همه به فکر تشکیل انجمن، کنگره، سازمان، پاتوق، نوچه و نوچه‌پروری هستند، مای مهاجر بنده

خدا که به هر جا می‌رویم می‌بینیم پست‌های کوچک و بزرگ این نهادهای نابغه‌پرور را افراد بزرگ و کوچک اشغال کرده‌اند و حتی اجازه ایستادن دم

در تشکیلاتشان و تماشای تابلو آن را هم

به کسی نمی‌دهند، رفتیم یک گوشه‌ای از همین میدان من‌لستمن خودمان که در آن همه جور آدمی می‌بینی، روی یکی از صندلی‌ها نشستیم و چشم‌هایمان را بستیم و چون دیدیم هر جا می‌رویم پر از آدم بیکار است که دنبال هم حرف می‌زنند و صفحه می‌گذارند، به این نتیجه رسیدیم که ما هم مکتبی را پایه‌گذاری کنیم به نام "بیکاریسم" و تمام بیکارها را جمع کنیم و با هم این قرار را بگذاریم هر روز که کنار هم جمع می‌شویم، یک صندوق هم با خودمان بیاوریم و هر کدام یک دلار ناقل در آن بریزیم و هر نفر از ما به نوبت موجودی صندوق را بردارد تا با آن گره‌ای از مشکلاتش باز کند. البته به شرط آن‌که شلوغ نکنیم، شعار ندهیم، به یکدیگر



با بهترین قیمت

شستشوی فرش‌های خود را به ما بسپارید

قالیشوئی مازیک

خدمات ما

تعمیرات، رفوگری، لکه برداری، رنگریزی و ریشه‌کشی

کلیه قالی‌های نفیس و ابریشمی

شستشوی فرشهای دستباف و ماشینی

با بیش از ۲۰ سال تجربه در ایران و کانادا

416-856-9491

Free Delivery
and Estimate

فرش‌های دست دوم
یا نو شما را خریداریم



کریستین دووال، استاد دانشگاه کبک کانادا:

شرایط جسمی مبتلایان به پارکینسون با ورزش بهبود می‌یابد

به گفته محققان، ورزش می‌تواند به بهبود گام برداشتن، حفظ تعادل و کاهش خطر سقوط افراد مبتلا به بیماری پارکینسون کمک کند. به رغم ماهیت پیشرونده بیماری پارکینسون فرد می‌تواند شرایط فیزیکی خود را با ورزش کردن بهبود بخشد. طبق اعلام بنیاد بیماری پارکینسون، این بیماری عصبی که بر حرکات بدن تاثیر گذاشته و غالباً همراه با رعشه و لرزش است، در حدود ۷ تا ۱۰ میلیون نفر از مردم جهان را درگیر کرده است. "کریستین دووال"، استاد دانشگاه کبک کانادا، در این باره می‌گوید: "ورزش در طول زندگی



محققان موسسه تحقیقاتی اسکریپس امریکا:

دوپروتئین کشف کرده‌ایم که به کاهش فشار خون کمک می‌کند

فشار خون نیرویی است که توسط جریان خون به دیواره رگ‌ها وارد می‌شود تا خون در سراسر رگ‌ها و بدن جریان یابد. اگر این نیرو افزایش پیدا کند و در طول زمان ثابت باقی بماند، بدن با مشکلات زیادی روبرو می‌شود. به طور متوسط از بین هر سه فرد میانسال، یک نفر به این عارضه مبتلاست. اکنون محققان موفق به کشف دو پروتئین شده‌اند که فشار خون را حس کرده و با هدایت یک فرآیند غیر ارادی، افزایش و کاهش فشار خون را کنترل می‌کند.



به گزارش ساینس دیلی، رفلکس بارورسپتور، یک مکانیسم غیر ارادی و طبیعی بدن است که برای ثابت نگه داشتن فشار خون به کار می‌رود. به عنوان مثال، فشار خون بالا باعث پایین آمدن میزان تپش قلب شده و به دنبال آن فشار خون کاهش خواهد یافت. فشار خون پایین فعالیت رفلکس بارورسپتور را کم می‌کند و در نتیجه میزان تپش قلب زیاد شده و فشار خون هم افزایش می‌یابد. این رفلکس توسط نورون‌های ویژه‌ای کنترل می‌شود که در کسری از ثانیه واکنش نشان می‌دهند.

— با متخصصان ایرانی کانادایی —

آزمایش‌های طبی خود را به زبان فارسی انجام دهید



درد و محل:

ریچموند هیل

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

نورت یورک

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

مجهز به واکینگ کلینیک

Ultimate Diagnostics Inc.

نتایج این مطالعه در نشریه Science منتشر شده است.

محققان برنامه سم‌شناسی ملی آمریکا :

امواج تلفن همراه موجب افزایش ریسک ابتلا به سرطان می‌شود

محققان برنامه سم‌شناسی ملی آمریکا در مطالعاتشان نشان دادند موش‌های نری که در معرض اشعه فرکانس قرار گرفت. این میزان اشعه و طول مدت قرارگیری در معرض آن در مطالعه ما به مراتب بیش از آن چیزی است که انسان‌ها تجربه می‌کنند. این مطالعه ۱۰ سال بطول انجامیده و فقط شبکه‌های ۲G و ۳G که در زمان خودشان استاندارد بودند مورد بررسی قرار گرفتند. در این مطالعات انواع RFR مورد استفاده در شبکه‌های Wi-Fi یا ۵G بررسی نشدند. مطالعات قبلی نشان داده‌اند امواج موبایل ریسک ایجاد تومورهای سرطانی مغز و قلب را افزایش می‌دهد.



"جان بوچر"، سرپرست تیم تحقیق، در این باره می‌گوید: "میزان اشعه مورد استفاده در این مطالعه قابل قیاس با میزان قرارگیری انسان در استفاده از موبایل

محققان دانشگاه کالیفرنیا:

۶ ماه شیردهی به نوزاد، ریسک کبد چرب مادر را کاهش می‌دهد

در سال‌های اخیر، علاقه زنان برای شیردادن به نوزادشان تا حدود زیادی کم شده. مشغله کاری و ترس از نامتناسب شدن سینه از جمله دلایلی است که در این زمینه موثر بوده است. حالا مطالعات نشان می‌دهد شیردهی به نوزاد به مدت ۶ ماه می‌تواند مادر را از ابتلا به بیماری کبد چرب دور نگه دارد. محققان دانشگاه کالیفرنیا دریافتند مادرانی که به نوزادشان ۶ ماه یا بیشتر شیر می‌دهند کمتر در معرض خطر ابتلا به کبدچرب در اواسط میانسالی‌شان قرار دارند. در حال حاضر هیچ راه پیشگیری دیگری برای این بیماری مزمن کبدی بجز اصلاح در سبک زندگی و حفظ سبک زندگی سالم وجود ندارد. "ویرال آچرا"، سرپرست تیم تحقیق، در این باره می‌گوید: "شیردهی به نوزاد و فواید آن برای کودک سال‌هاست که به شکل گسترده‌ای مورد مطالعه قرار گرفته است. این تحلیل جدید نشان می‌دهد شیردهی به نوزاد فواید قابل توجهی نیز برای مادر کودک دارد و عمدتاً از مادر در مقابل ابتلا به بیماری کبدچرب در میانسالی حفاظت می‌کند." این محققان به مادران تاکید می‌کنند که به فرزندانشان شیر بدهند تا علاوه بر سلامتی کودک، سلامتی آینده خودشان را نیز تضمین کنند.



دانشگاه اوکیناوا ژاپن:

با کشف سه نوع جدید افسردگی دلیل عدم کارکرد دارو مشخص شد

مختصان در مطالعات اخیر سه زیرمجموعه جدید از اختلال افسردگی را شناسایی کرده‌اند و معتقدند که این یافته‌ها می‌تواند به توضیح این که چرا برخی از انواع افسردگی به خوبی به "دارو درمانی" پاسخ نمی‌دهند، کمک کند. طبق برآوردهای اخیر بازدارنده‌های بازجذب سروتونین (SSRIs) از رایج‌ترین داروهای تجویز شده برای افسردگی هستند و با افزایش سطح هورمون شادی یا سروتونین در مغز کار می‌کنند. تحقیقات جدید ممکن است به توضیح این که چرا بازدارنده‌های بازجذب سروتونین قادر به مقابله با برخی از انواع افسردگی نیستند، کمک کند.

یک تیم تخصصی از واحد محاسبات عصبی دانشگاه اوکیناوا، موسسه علمی فناوری فارغ‌التحصیلان دانشگاهی در ژاپن اکنون سه زیر مجموعه جدید از افسردگی را کشف کرده است. به گفته پروفسور "کنجی دایا" مولف اصلی این مطالعه، همیشه گمانه‌هایی مبنی بر وجود انواع مختلف افسردگی وجود داشت که کارایی دارو درمانی را تحت تأثیر قرار می‌دهد اما هیچ توافقی در این ارتباط میان متخصصان وجود نداشت. متخصصان به منظور مشخص شدن این موضوع داده‌های بالینی ۱۳۴ فرد را بررسی کردند که در نیمی از آنها اخیراً افسردگی تشخیص داده شده بود. آنها اطلاعاتی را در مورد پیشینه زندگی این افراد، سلامت روان، الگوهای خواب و سایر علل احتمالی استرس در زندگی آنها جمع‌آوری و همچنین از اسکن‌های عملکرد مغزی MRI برای مطالعه فعالیت مغز شرکت‌کنندگان این مطالعه

پژوهشگران جامعه سلطنتی بریتانیا:

افراد قد بلند، در معرض بیشتر ابتلا به سرطان هستند

این گزارش که به وسیله پژوهشگران جامعه سلطنتی بریتانیا منتشر شده است، می‌گوید به ازای هر ۱۰ سانتی‌متر افزایش قد انسان (بیش از میانگین مورد استفاده در این بررسی ۱۷۰ سانتی‌متر در مردان و ۱۶۰ سانتی‌متر برای زنان)، خطر دچار شدن به سرطان ۱۰ درصد افزایش می‌یابد. داده‌های این پژوهش از چهار بررسی در مقیاس بزرگ از جمله "بررسی یک میلیون زن" بر روی ۲۳ نوع سرطان در بریتانیا، آمریکا، اتریش، نروژ و سوئد گردآوری شده است.



از ۱۸ نوع سرطان مورد بررسی در هر دوی مردان و زنان- چهار سرطان لوزالمعده، مری، معده و دهان/حلق- ارتباطی با افزایش قد نداشتند. در سرطان‌های اختصاصی برای جنس- فقط سرطان دهانه رحم با قد- ارتباطی نداشت. البته کارشناسان تأکید می‌کنند که این افزایش خطر سرطان مربوط به قد بلند در مقایسه با افزایش خطر سرطان ناشی از عواملی مانند سیگار کشیدن بسیار اندک است. به‌علاوه روشن نیست چه چیزی زمینه‌ساز این ارتباط است. نظریه فعلی این است که افراد بلندقدتر سلول‌های بیشتری دارند و بنابراین احتمال سرطانی شدنشان بیشتر است. اما ممکن است میزان‌های هورمون‌ها و سایر بیماری‌ها و رفاه یا محرومیت افراد در دوران رشد نیز هم بر طول قد و هم خطر سرطان تأثیر بگذارند. میزان این خطر به قد دقیق اشخاص بستگی دارد: اگر در زنان با قد متوسط، خطر سرطان ۵۰ به ۵۰۰ باشد، در زنان بلندقد (قد ۱۷۸ سانتی‌متر) این خطر ۶۰ به ۵۰۰ است. اگر زنی بسیار بلندقد باشد (قد ۱۸۸ سانتی‌متر) میزان خطر سرطان ۶۷ به ۵۰۰ است. در مقام مقایسه، اثر سیگار بر سرطان بسیار بیشتر است. حتی افرادی که تعداد کمی سیگار می‌کشند (حدود سه نخ در روز) شش برابر بیشتر در معرض خطر سرطان ریه هستند، یعنی خطر ۵۰۰ به ۵۰۰ تا ۳۰۰ به ۵۰۰ افزایش می‌یابد. کارشناسان می‌گویند قد فقط یکی از عوامل بسیاری است که بر خطر سرطان در اشخاص تأثیر می‌گذارد و یقیناً عامل خیلی مهمی نیست. به‌علاوه قد را برخلاف عوامل خطر ساز مربوط به سبک زندگی مانند وزن نمی‌توان تغییر داد.

دفتر حقوقی و مهاجرتی



**وکیل رسمی
دادگستری
و افسر سابق
اداره مهاجرت**

Elham Moaveni,
B.Sc. (Hons.), LL.B.

Member of Law Society
of Upper Canada



حقوق و دعاوی خانوادگی

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

حقوق املاک و مستغلات

خرید و فروش املاک مسکونی و تجاری

تمديد و تجديد وام‌های بانکی

Status Certificate Review & Advise (free with purchase)

مهاجرت از طریق سرمایه گذاری

تحصیلات و تجربه کاری

ویزای سریع کار و تحصیلی

دفاع از پرونده های مهاجرتی و سیتیزنی و حضور جهت

مصاحبه با افسر اداره مهاجرت و امنیتی کانادا

امور مربوط به وصیتنامه

(Wills, Power of Attorney, Trusts)

گواهی امضاء، کپی برابر با اصل،

تنظیم دعوتنامه

905-918-9606

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

وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی:

علائمی که می تواند نشانه یک بیماری جدی باشد را بشناسید

خونریزی غیر قابل توضیح: خونریزی

واژینال غیر معمول شاید نشانه ابتلا

به سرطان دهانه رحم یا آندومتر

باشد. مشاهده خون در سرفه

نیز با سرطان ریه مرتبط

است. وجود خون در مدفوع

با سرطان کلورکتال، خون

در ادرار یا سرطان مثانه یا

کلیه ارتباط دارد.

سکسکه طولانی: اگر

سکسکه ۴۸ ساعت و یا

بیشتر به طول بیانجامد،

می توان آن را علامتی از

سرطان شش و یا سرطان مری

دانست. همچنین گاهی این نشانه

برای سکنه مغزی و سایر سرطانها و

بیماری های سیستم عصبی نیز دیده می شود.

توده های زیر پوست: برجستگی های زیر

پوستی یا گره، ممکن است از اولین نشانه های

آرتريت روماتوئید باشند. این گره ها از جنس

بافت هستند و گاهی تا اندازه یک گردو رشد

کرده و اغلب نزدیک مفاصل هستند، به ویژه در

دست و در نزدیکی آرنج.

کاهش ناخواسته وزن: اگر شما بدون رعایت

رژیم غذایی خاصی، ده پوند از وزن خود را از

دست بدهید، به گفته کارشناسان انجمن سرطان

آمریکا، شاید به سرطان پانکراس، سرطان مری،

سرطان معده یا سرطان ریه مبتلا شده باشید.

صدمه به دندان ها: بسیاری از افرادی که مبتلا

به رفلکس معده به مری هستند، شاید تصور

نکنند که ممکن است مینای دندان نشان فرسوده

شود. علائم دیگر رفلکس شامل گلودرد مداوم،

سرفه، خس خس سینه غیر قابل توضیح است.

رفلکس درمان نشده البته اگر چه می تواند دلیل

از بین رفتن مینای دندان و شروع پوسیدگی

دندان باشد، اما اگر به صورت پیشرفته ادامه

یابد، فرد را در معرض خطر سرطان مری نیز

قرار می دهد.

خارش پوست: این واکنش می تواند روی آرنج،

زانو، پوست سر و ... در اثر ابتلا به اگزما رخ

دهد ولی گاهی می تواند نشان دهنده بیماری

جدی تری به نام سلولیک باشد. مبتلایان به سلولیک

حتی تحمل کمترین مقدار گلوتن مواد غذایی را

نیز ندارند. تا ۲۵ درصد افراد مبتلا به سلولیک

بثورات جلدی شناخته شده به عنوان درماتیت

هرپتی فرم را تجربه می کنند. این عارضه یک

نوع التهاب مزمن پوست است که مشخصه آن

بروز خوشه هایی از تاول های کوچک خارش دار

است. بسیاری از بیماران نیز فاقد علائم گوارشی

ناشی از عدم تحمل گلوتن هستند. شروع یک

رژیم غذایی فاقد گلوتن، بثورات جلدی ناشی از

این بیماری را ناپدید می کند و شما بدن خود را

از دیگر عوارض طولانی مدت این بیماری مانند

پوکی استخوان یا سرطان روده کوچک محافظت

می کنید.

تغییرات در روده یا مثانه: ادرار بیشتر یا

کمتر از حد معمول می تواند نشانه

ابتلا به سرطان مثانه باشد.

یبوست یا اسهال مکرر نیز

در برخی موارد حکایت

از سرطان تخمدان

دارد. اگر هر کدام از

این علائم بیش از یک

هفته طول کشید، باید

با پزشک تان از نظر رد

احتمال ابتلا به برخی

بیماری ها تماس بگیرید.

خراشیدگی های ناخن:

اگر ناخن شما دارای

شکاف های کوچک و سفید و چاله

و خراشیدگی هایی است، احتمالاً شما به

بیماری پوستی پسوریازیس مبتلا هستید. این

در حالی است که شاید شما فکر کنید، خارش

و قرمزی پوست تنها علامت این بیماری است.

بین ۸۰ تا ۹۰ درصد افراد با این نشانه دچار

این بیماری هستند. بیماری پسوریازیس بیماری

پوستی مزمن خودایمنی است. این بیماری

هنگامی رخ می دهد که سیستم ایمنی بدن

سیگنال های اشتباهی می فرستد. این سیگنال ها

باعث افزایش سرعت چرخه رشد سلول های

پوستی می شود. پسوریازیس مسری نیست.

درد آشیل پا: حتی اگر پوستتان روشن و بدون

خارش است، درد آشیل و یا پاشنه پا می تواند

نشان از بیماری آرتريت پسوریاتیک باشد. این

بیماری نوعی درد در ناحیه تاندون ها به دلیل

بیماری پوستی است. به گفته پزشکان، ورم

سویسی شکل در انگشتان دست و پا نیز یکی

از علائم این نوع آرتريت است.

لرز مکرر: اگر حتی در فصل گرما احساس

سرما می کنید، ممکن است مبتلا به بیماری غده

تیروئید باشید. کم کاری تیروئید اصلی ترین دلیل

احساس سرما و لرز غیر عادی است. بهتر است

در این زمان انرژی کمتری بسوزانید تا گرمای

بیشتری را از دست ندهید.

سرفه های آزاردهنده: سرفه ها اغلب به معنای

ابتلا به سرطان نیستند و شاید در اثر ابتلا به

آلرژی، آسم و یا مشکلات سینوس رخ دهند

با این حال اگر سرفه همراه با خسوف صدا

باشد، می تواند نشان دهنده ابتلا به سرطان ریه،

حنجره یا گلو باشد.

خرخر: خرخر کردن می تواند نشانه ابتلا به

آپنه انسدادی خواب باشد. این عارضه خطر ابتلا

به بیماری های قلبی را افزایش می دهد. خر و پف

کردن همچنین با ضخیم شدن شریان کاروتید

در گردن مرتبط است. همچنین می تواند با

سیگار کشیدن، کلسترول بالا و اضافه وزن

ارتباط داشته باشد. بطور کلی با دیدن چنین

علائم و یا هر تغییری در بدن تان، حتماً به سرعت

پزشک تان را در جریان قرار دهید و هرگز آن را

سرسری نگیرید.

وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی: در هفت زمان ترازو را نادیده بگیرید

استقامتی باعث عضله‌سازی می‌شود و ترازو عددی بیش از حد انتظار را به ما نشان می‌دهد. با این که این عدد بالا رفته، سایز بدن در حال کاهش است و فرد فاصله کمتری با رسیدن به تناسب اندام دارد.

انجام ورزش‌های شدید:

وزن کردن بعد از انجام یک جلسه ورزش شدید همراه با تعریق، وزن ما را کمتر از حد معمول نشان می‌دهد زیرا مایعات زیادی را از دست داده‌ایم. وزن واقعی در این هنگام نیم تا یک کیلوگرم بیشتر از وزنی است که ترازو نشان می‌دهد.

مصرف بیش از حد کربوهیدرات یا نمک: مصرف غذاهای شور، باعث احتباس آب در بدن می‌شود و وزن را به طور موقت افزایش می‌دهد. کربوهیدرات‌ها نیز همین خاصیت را دارند. مقادیر اضافی آنها به شکل گلیکوژن در کبد ذخیره می‌شود. گلیکوژن آب را جذب می‌کند. بنابراین بعد از مصرف این دو گروه غذایی، خود را وزن نکنید.

ابتلا به پیوست: عدم اجابت مزاج بین دو تا سه روز، در حدود نیم تا دو کیلوگرم وزن کاذب به شما اضافه می‌کند. با اجابت مزاج وزن شما به حالت طبیعی برمی‌گردد.

نوشیدن آب زیاد: نوشیدن ۴۷۵ میلی لیتر آب در روز، وزن را تا نیم کیلوگرم افزایش می‌دهد. بنابراین هیچگاه بعد از نوشیدن آب، خود را وزن نکنید.



وزن ما در زمان‌های خاصی دچار نوسان می‌شود و این نوسانات می‌تواند وزن ما را غیر واقعی نشان دهد. توصیه می‌شود در هفت زمان، برای پی بردن به وزن دقیق‌تان روی ترازو نروید.

روزهای خاصی از هفته:

در مطالعه‌ای که توسط محققان دانشگاه کورنل انجام شد، مشخص شد، وزن افراد در روزهای خاصی از هفته و بخصوص در روزهای آخر هفته چهار نوسانات زیادی می‌شود و ترازوها افزایش وزن را نشان می‌دهند. به عنوان مثال وزن شرکت‌کنندگان در این مطالعه، در روز دوشنبه بسیار بیشتر از روز جمعه بوده است.

محققان توصیه می‌کنند که یک روز مشخص را برای وزن کردن خود با ترازو انتخاب کنید و از وزن کردن خود در روزهای مختلف هفته بپرهیزید.

در نظر نگرفتن لباس‌ها: به گفته محققان، لباس مردان باعث می‌شود که به طور متوسط، ۱،۱ کیلوگرم به وزن واقعی آنها اضافه شود. وزن زنان نیز با محاسبه لباس، ۰،۹ گرم بیشتر از میزان واقعی است.

محاسبه نکردن عضلات: وزن ماهیچه‌ها از چربی‌ها بیشتر است اما چربی‌ها حجم بیشتری را نسبت به ماهیچه‌ها در بدن اشغال می‌کنند. به همین دلیل افرادی که چربی بیشتری دارند، نسبت به کسانی که دارای ماهیچه هستند، چاق‌تر نشان می‌دهند. انجام ورزش‌های

تأثیرمدیتیشن در زندگی روزمره

می‌تواند جایگزینی برای روش‌های درمانی باشد که از مشتقات تریاک در آن استفاده می‌شود. برخلاف خطر اعتیاد ناشی از مصرف مشتقات تریاک، این روش درمانی می‌تواند با حداقل عوارض جانبی تأثیر آرام‌بخش داشته باشد.

اختلالات خلق و خو

مطالعات نشان می‌دهد که مدیتیشن ذهن آگاهی می‌تواند همانند رفتار درمانی شناختی یا داروهای افسردگی در افرادی که تجربه ابتلا به افسردگی یا اضطراب را داشته‌اند، اثربخش باشد. در حقیقت، عوامل تداخلی منطبق با ذهن آگاهی می‌تواند جایگزینی مفید برای داروهای افسردگی باشد که البته در موارد جدی تشخیص آن با پزشک متخصص خواهد بود.

هوش هیجانی

در یک مطالعه جدید مشخص شد که مدیتیشن در ارتقای هوش هیجانی و کاهش استرس‌های دریافتی در محیط کار مؤثر است.

منبع: سایت مدیکال دیلی

درحالیکه تأثیرات مدیتیشن روی افراد متفاوت است اما باید گفت در مجموع در بسیاری از مطالعات بر تأثیر مثبت آن روی سلامت جسم و روان انسان تأکید شده است.

در این مقاله به برخی از مهم‌ترین فوائد مدیتیشن روی سلامت جسم و روح اشاره می‌کنیم:

خواب

افرادی که بی‌خوابی و احساس خستگی ناشی از آن را تجربه کرده باشند می‌توانند از راهکار موثری بهره بگیرند که شامل مصرف قرص‌های خواب‌آور نمی‌شود. به گفته پزشکان مدیتیشن ذهن آگاهی یکی از تکنیک‌هایی است که واکنش‌های آرام‌سازی را به دنبال دارد. این روش واکنش‌های استرس‌زا در بدن را مورد هدف قرار می‌دهد که در رفع اختلالات خواب فاکتور کلیدی به حساب می‌آید.

درد

کارشناسان تأکید دارند که مدیتیشن در کنار درمان‌های دارویی مرسوم تأثیر مثبت دارد و

وب سایت بسیار پیشرفته ایران استار برای راحتی و موفقیت شما طراحی شده است

آب و هوا
(تا ۱۰ روز آینده)

ساعت و
تاریخ
تورنتو و
ایران در
هر لحظه

سر خط کوتاه
مهمترین
اخبار: هر روز
از ۳۵+ سایت
معتبر دنیا

آخرین اخبار
روز کانادا

مهمترین
خبر

اخبار مهم

تبلیغات

سر فصل‌ها
دسته‌بندی شده
کلیک کنید تا همه را ببینید

موارد
دسته‌بندی شده
کلیک کنید تا همه را ببینید

با شما
هر آنچه که باید از
هر شایع برای زندگی
خودتان بدانید

از ما
پرسید

دایرکتوری

به ما
پیوندید

نظر تان در مورد
ما چیست؟

در نظر سنجی
شرکت کنید

آخرین نسخه
چاپی این هفته
نشریه

ایران استار در
۸ شبکه اجتماعی
هر جا که هستید



در
آدرس جدید:
27 Pleasant Ave.

پویا مجتمع

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



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

416.225.6600

27 Pleasant Ave.

North York, ON M2M 1L8

pouyacommercial.com

متخصصان آمریکایی:

روغن پنبه دانه سطح کلسترول بد خون را کاهش می دهد

همانطور که می دانید بالا بودن سطح کلسترول خون مضر است و خطر ابتلا به مشکلات قلبی-عروقی از قبیل حمله قلبی و سکته مغزی را افزایش می دهد. همچنین رژیم غذایی سرشار از چربی موجب افزایش سطح کلسترول می شود. با این حال برخی از محققان معتقدند که مصرف برخی از انواع روغن ها با این تاثیرات منفی مقابله می کند. متخصصان به افراد توصیه می کنند به منظور پیشگیری از افزایش سطح کلسترول بد خون از رژیم های غذایی مصرف کنند که در افزایش سطح کلسترول خوب و کاهش سطح کلسترول بد نقش داشته باشند. اخیرا گروهی از متخصصان آمریکایی در بررسی های خود دریافتند که افزودن روغن



"پنبه دانه" به رژیم های غذایی سرشار از چربی می تواند به کاهش سطح کلسترول بد خون کمک کند. در این بررسی محققان از ۱۵ شرکت کننده ۱۸ تا ۴۵ ساله که از وزن طبیعی برخوردار بودند، درخواست کردند تا یک نوع از دو رژیم غذایی سرشار از چربی پیشنهادی را انتخاب کنند. در یک نوع از این رژیم ها از روغن زیتون برای غنی کردن وعده های غذایی استفاده شد و در رژیم غذایی دیگر روغن پنبه دانه مورد استفاده قرار گرفت. به گزارش مدیکال نیوز تودی، محققان پس از گذشت پنج روز مشاهده کردند رژیم غذایی غنی شده با روغن پنبه دانه موجب کاهش سطح کلسترول بد خون و تری گلیسیرید می شود.

گزارش مدیکال نیوز تودی:

نمک، عامل بروز التهاب در مبتلایان به ام اس

کروموزوم مشابه وجود داشته باشد و از پدر یا مادر به ارث برسد. در ژنتیک یک هاپلوتیپ (haplotype) عبارت است از ترکیبی از ژن های هم ردیف (alleles) در مکان های مختلف روی کروموزوم که همراه با هم منتقل می شوند. همچنین در رابطه با فاکتورهای زیست محیطی می توان به کمبود ویتامین د، استعمال سیگار، چاقی و مصرف غذاهای شور اشاره کرد که تمامی آن ها با خطر ابتلا به بیماری ام اس مرتبط است. در برخی از مطالعات تاثیر افراط در مصرف نمک روی مدلی از بیماری ام اس مورد توجه قرار گرفته که مشخص شد زیاده روی در مصرف نمک می تواند التهاب مغز را تشدید کند، درحالی که در برخی از مطالعات آمده است که نمک تعداد سلول های التهاب را از افزایش می دهد. در این بررسی متخصصان توانستند به مجرای مولکولی دست پیدا کنند که نشان می دهد فاکتور زیست محیطی مصرف زیاد نمک موجب بروز این اختلال خودایمنی می شود.



به گزارش مدیکال نیوز تودی، پزشکان با بیان اینکه مصرف زیاد نمک موجب بروز التهاب در بیماران مبتلا به ام اس می شود به بررسی چگونگی تاثیر افراط در مصرف این ماده در بروز التهاب در این بیماران پرداختند. ام اس، اختلال خود ایمنی است که بر اثر آن سیستم ایمنی بدن پوشش حفاظتی اطراف عصب موسوم به میلین را از بین می برد. تقریبا ۲.۵ میلیون فرد بزرگسال در سراسر جهان به این بیماری مبتلا هستند. همچنین زنان بیش از مردان در معرض ابتلا به ام اس هستند. درحالی که محققان به طور دقیق به عوامل موثر در بروز این بیماری پی نبرده اند، تاثیر متقابل بین زمینه ژنتیکی و فاکتورهای زیست محیطی می توانند نقش کلیدی داشته باشد. به طور مثال، محققان تاکنون ۲۳۳ هاپلوتیپ شناسایی کرده اند که اساس بیماری ام اس را تشکیل می دهند. هاپلوتیپ مجموعه ای از گونه های ژنتیکی است که می تواند در یک

داگفین آیون، سرپرست تیم تحقیق از کالج امپریال لندن:

مصرف گردو و بادام موجب افزایش طول عمر می شود

طبق یک مطالعه جدید محققان خوردن ۲۰ گرم مغزیجات آجیلی در روز ریسک بیماری قلبی، سرطان و سایر بیماری ها را کاهش می دهد. خوردن روزانه مغزیجات نظیر بادام زمینی، فندق، گردو و بادام می تواند ریسک بیماری قلبی عروق کرونر را تا حدود ۳۰ درصد، ریسک سرطان را تا ۱۵ درصد، و ریسک مرگ زودهنگام را تا ۲۲ درصد کاهش دهد. نتایج، همچنین ارتباط خوردن مغزیجات آجیلی را با کاهش ریسک مرگ ناشی از بیماری تنفسی و دیابت نشان داده اند اما در حال حاضر داده های کمتری در مورد ارتباط این مغزیجات



با این بیماری ها وجود دارد. محققان به منظور دستیابی به این یافته ها، ۲۹ مطالعه منتشر شده از سراسر جهان را بررسی کردند. در مجموع شرکت کنندگان این مطالعه بالغ بر ۸۱۹ هزار نفر بودند. "داگفین آیون"، سرپرست تیم تحقیق از کالج امپریال لندن در این باره می گوید: "ما دریافتیم کاهش مداومی در ریسک بروز بسیاری از بیماری های مختلف وجود دارد که نشانه قوی این موضوع است که رابطه اساسی و بنیادی بین مصرف مغزیجات آجیلی و نتایج متفاوت سلامت وجود دارد."

محققان موسسه تحقیقاتی فلوریدا:

تخم گشنیز در کنترل قند خون تاثیر دارد

است که می تواند به رهایی از وبا، تیفوئید و مسمومیت غذایی کمک کند. اکنون طبق یافته های مطالعاتی تخم گشنیز می تواند به مقابله با دیابت هم کمک کند. به گفته محققان، عصاره دانه گشنیز حاوی برخی ترکیبات است که در زمان ورود به خون منجر به ترشح انسولین و حرکت شبه انسولین می شود که میان گلوکز را کنترل می کند. همچنین برخی مطالعات هم نشان می دهند مصرف تخم گشنیز موجب افزایش ترشح انسولین از سلول های بتا لوزالمعده می شود.



تخم گشنیز یکی از ادویه هایی است که اکثر آسیای ها نمی توانند بدون آن زندگی کنند و در اکثر غذاهای هندی و همچنین مدیترانه و خاورمیانه کاربرد دارد. تخم گشنیز محبوبیت زیادی در آسیا دارد و مردم به دلیل خواص تخم گشنیز برای سلامتی استفاده از آن را آغاز کرده اند. تمام قسمت های گیاه گشنیز قابل خوردن است اما فقط دانه گشنیز که خشک شده یا برگ های تازه آن برای طعم دادن به غذا به کار می روند. تخم گشنیز دارای خواص متعددی بوده و سرشار از پتاسیم، آهن، ویتامین های A، C، و اسید فولیک و منیزیم است. همچنین تخم گشنیز مملو از خواص آنتی اکسیدانی و فیبر رژیمی است که می تواند موجب افزایش عملکرد کبد و همچنین تنظیم حرکات روده شود. همچنین به خاطر وجود خواص آنتی اکسیدانی به درمان سرماخوردگی و آنفولانزا کمک می کند. این دانه شگفت انگیز دارای فواید ضدباکتریایی

تدریس پیانو



توسط
پدیس عمانیان
با ۱۶ سال
سابقه تدریس

647.878.2021
pardis101@hotmail.com

در قطعات کلاسیک بر اساس متد RCM و قطعات ایرانی



ارائه کننده کلیه خدمات گرمایشی و سرمایشی

فروش . نصب . تعمیر

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

کیفیت عالی، سرویس سریع،
قیمت مناسب



Tel: 647.896.3025

Web: AirSolarSystem.com



کوکو سبزی زمینی مغزدار

پروین ترابی
کیتترینگ کدبانو



مواد لازم:

تخم مرغ: دو عدد
سبزی زمینی متوسط آب پز: دو تا سه عدد
برای مواد میانی هم به نسبت ذائقه گوشت
چرخ کرده یا مرغ ریش ریش شده
قارچ: ۴ عدد
پیاز داغ، فلفل دلمه، هویج آبپز و خرد شده: به
اندازه دلخواه
رب گوجه: دو قاشق غذاخوری
پنیر پیتزای رنده شده: ۳ قاشق (در صورت
تمایل)
ادویه: نمک، زردچوبه، پودر فلفل
طرز تهیه:
سبزی زمینی ها را آب پز کرده و بعد رنده یا له
می کنیم و اجازه می دهیم کمی خنک شوند. در
این فاصله قارچ ها را کمی تفت داده کنار گذاشته
گوشت چرخ کرده را هم تفت می دهیم و بقیه
مواد را هم به گوشت اضافه کرده چند دقیقه



کوکو سبزی قالبی

مواد لازم:

سبزی کوکو (تره، جعفری، شوید، گشنیز):
روی هم نیم کیلو
تخم مرغ: ۳ عدد
نمک و فلفل و زردچوبه: به مقدار لازم
روغن مخصوص سرخ کردن
طرز تهیه:
سبزی و تخم مرغ ها را در یک ظرف مناسب
مخلوط می کنیم تا خوب پف کند بعد نمک
و فلفل و زرد چوبه را به مواد اضافه می کنیم
و خوب هم می زنیم تا مواد یک دست شوند
سپس روغن مخصوص سرخ کردن را در تابه
بریزید و بگذارید کاملاً داغ شود در غیر این
صورت کوکو به تابه می چسبد و موقع برگرداندن
خرد می شود.
سپس قالب را داخل روغن گذاشته تا داغ شود
بعد دو قاشق از مواد را داخل قالب ریخته و

چه کنیم تارنگ گل کلم در پخت تغییر نکند؟

کلم، آن را به مدت یک ساعت و نیم در محلول
آب سرد و نمک خیس کنید.
• برای پخت انواع کلم ها از قابلمه های آلومینیومی
استفاده نکنید زیرا باعث تغییر رنگ کلم ها
می شود. • کلم های برگ را به حالت نصف شده
یا چهار قاچ بپزید زیرا پخت خلال شده یا خرد
شده آنها در آب، بسیاری از خواص کلم ها را از
بین می برد. • برای جدا کردن برگ های کلم به
صورت سالم - به خصوص برای دلمه - ابتدا در
قابلمه گودی مقداری آب ریخته و روی اجاق
گاز قرار دهید تا به جوش آید؛ سپس کلم را
برای یک دقیقه در آب جوش بگذارید و بلافاصله
بیرون آورید. بعد از اینکه آب آن خارج شد،
برگ های نرم شده را به راحتی از هم جدا کنید.

• پس از آنکه گل کلم را در قابلمه ای حاوی آب
ریختید، کمی شیر نیز به آن اضافه کنید. پخت
گل کلم در محلول شیر و آب، مانع تغییر رنگ
آن می شود.
• روش دیگر برای ثابت ماندن رنگ سفید گل
کلم، ریختن مقداری آب لیموترش یا یک قاشق
سوپ خوری سرکه داخل آب آن است؛ با این کار
علاوه بر ثابت ماندن رنگ گل کلم، طعم و بوی
ناخوشایند حاصل از پخت آن نیز کاهش می یابد.
• راهکار دیگر این است که پیش از پخت گل



@kadbanoo.p



kadbanooCatering



کیتترینگ کدبانو با ارائه لاینرترین
غذاهای ایرانی آماده پذیرایی از شما و نیز مهمانان عزیز شماست

647-466-3845

پکیج های اسپشیال این ماه کدبانو:

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 میوه ای) 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
فینگر فود ۱ ظرف
دسر (پاناکوتا، تیرامیسو یا پای میوه ای) 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





چرب شده چیده سپس استیکها را روی آن قرار دهید. کرفس، پوره گوجه فرنگی و سس کچاپ را به همراه مقداری نمک و فلفل سیاه روی استیکها بریزید و در قابلمه را بگذارید و حرارت را ملایم کنید تا گوشت ۳ ساعت با آب سبزیجات بپزد (در صورت نیاز، در حین پخت مقداری کمی آب به قابلمه اضافه کنید). استیک را از قابلمه خارج کرده و به همراه مقداری از حلقه های پیاز در ظرف مورد نظر قرار دهید. سس باقیمانده در قابلمه را با استفاده از مخلوط کن پوره کنید و روی استیکها بریزید. در پایان با پوره سبزیزمینی، پیازچه و کلم بروکسل سرو کنید.



چنگال بزنید تا یکدست شود، داخل ماهیتابه روغن بریزید و روی حرارت قرار دهید تا داغ شود، از مایه سبزیزمینی مقداری بردارید و با دست به شکل گرد حالت دهید و داخل تخم مرغ بزنید، سپس در روغن داغ بیندازید تا سرخ شود. پس از اینکه یک طرف طلایی شد برگردانید تا طرف دیگر نیز برشته و طلایی شود، تمام سبزیزمینی ها را به همین صورت آماده کنید سپس در ظرف بریزید و همراه با نان و ترشی تند سرو کنید.

نکات لازم برای آبکش و دم کردن

- موقع آبکش کردن برنج کاسه ای را به صورت برگردان داخل کاسه ظرفشویی قرار داده و آبکش را روی کاسه قرار دهید، زیرا اگر کاسه به صورت معمول زیر آبکش قرار گیرد، داخل کاسه زیر آبکش، پر از آب حاصل از آبکشی برنج شده و برنج داخل آب خراب می شود.
- هنگام دم گذاشتن، سوراخهایی را با دسته کفگیر در میان توده برنج ایجاد کنید، این سوراخها باعث می شود بخار از کف قابلمه به راحتی به سطح آمده و برنج زودتر دم بکشد.

نوش جانان.

استیک (سوئیسی)

مواد لازم:

آرد نول (الک شده): ۲ قاشق سوپ خوری
نمک و دانه فلفل سیاه (کوبیده شده): به مقدار لازم
فیله گوساله: ۶۰۰ گرم
پیاز (حلقه ای خرد شده): ۱ عدد
کرفس (حلقه ای خرد شده): ۱ ساقه
گوجه فرنگی (بدون پوست و پوره شده): ۶ عدد
سس کچاپ: ۳ قاشق سوپ خوری
پوره سبزیزمینی: مقداری برای سرو
پیازچه (حلقه ای خرد شده): مقداری برای سرو
کلم بروکسل (بخارپز شده): مقداری برای سرو
سبزیزمینی: ۴ عدد
نمک و دانه فلفل سفید (کوبیده شده):

به مقدار لازم

شیر (گرم): ۳۲۰ میلی لیتر

زعفران: ۱ قاشق سوپ خوری

کره: ۵۰ گرم

طرز تهیه:

آرد، نمک و فلفل سیاه را در ظرفی ریخته و با یکدیگر مخلوط کنید.

فیله گوساله را به صورت ورقه هایی به قطر یک پنجم تا ۲ سانتیمتر برش زده و به مخلوط آرد آغشته کنید. حلقه های پیاز را کف قابلمه



انار را به پیاز اضافه می کنیم و مقدار خیلی کم آب می ریزیم و در ظرف را می بندیم و شعله را کم می کنیم تا تفت بگیرد و رنگ قرمز پخش شود. بعد آلو را اضافه می کنیم و با هم زدن با مواد دیگر مخلوط می کنیم. اگر آلو و دانه ای انار شما ترش بود در این مرحله تست کنید و شکر را به مواد اضافه کنید. بعد مرغ های سرخ شده را اضافه می کنیم و همچنین آب به مواد اضافه می کنیم (به اندازه ای که مرغ بپزد و خورشت جا بیفتد). سپس نمک و فلفل را می ریزیم و بعد زعفران دم کشیده را یک بار الان روی مرغ می ریزیم و یک بار هم در اواخر پخت. اگر هم مرغ را جداگانه پختید در اواسط پخت با آب مرغ به مواد دیگر اضافه کنید. و هر وقت فکر کردید خورشت جا افتاده غذای شما آماده است.

مرغ ناردونی (شمالی)

مواد لازم:

۱ تکه مرغ یا جوجه برای هر نفر
پیاز قرمز: ۱ عدد
آلو ترش و شیرین: به مقدار لازم
دانه انار ترش: ۱ تا ۲ پیمانه
شکر (در صورت نیاز): ۱ تا ۲ قاشق غذاخوری
زعفران دم کشیده: به مقدار لازم
نمک، فلفل، زردچوبه: به مقدار دلخواه
روغن زیتون یا هر روغنی برای سرخ کردن

طرز تهیه:

مرغ ها را از قبل به هر روشی که می دانید طعم دار کنید تا طعم و عطر خوبی داشته باشد. روشی که من برای همه غذاها استفاده می کنم: وقتی مرغ را شستید و قطعه قطعه کردید در یک ظرف دردار بگذارید، یک پیاز + یک حبه سیر + زعفران دم کشیده + فلفل + نمک + جوج هندی رنده شده + کمی پوست لیمو ترش خرد شده را با مرغ مخلوط کنید و حداقل برای یک نصفه روز در یخچال بگذارید و بعد مواد را جدا کنید. سپس مرغ ها را در فریزر نگهداری کنید.

حالا اول مرغ ها را سرخ می کنیم تا طلایی شود. اگر مرغ دیرپز هست بعد از سرخ شدن با مقداری آب جداگانه پخته شود "بعد پیاز قرمز را به صورت نگینی ریز خرد می کنیم و در قابلمه با روغن تفت می دهیم و بعد از تفت دادن، زردچوبه را به آن اضافه می کنیم و به هم می ریزیم. بعد دانه های

سالاد مرغ کبابی

(غذای رژیمی)

مواد لازم:

سرکه بالزامیک: هشت قاشق غذاخوری
روغن زیتون: سه قاشق غذاخوری
سیر بزرگ خرد شده: دو حبه
پونه تازه: یک قاشق غذاخوری
نمک و فلفل سیاه: به اندازه دلخواه
مرغ: ۶۰۰ گرم
فلفل دلمه ای: سه عدد

کاهوی رومانی: دو عدد

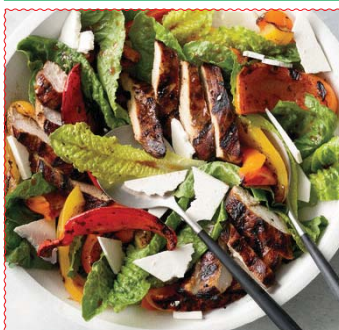
پنیر پارمزان: ۲۸ گرم

سرکه بالزامیک: ۶ قاشق غذاخوری

روغن زیتون: دو قاشق غذاخوری

طرز تهیه:

سیر، پونه، نمک و فلفل را با هم ترکیب کنید، حالا این مواد را در دو کیسه جداگانه بریزید. سپس در یک کیسه مرغ و در کیسه دیگر فلفل دلمه ای را قرار دهید و خوب بیوشانید تا مزه دار شوند. اینکار باید در دمای اتاق و به مدت ۳۰ دقیقه انجام شود، حالا یک ماهیتابه متوسط را روی حرارت قرار دهید و اجازه دهید کمی گرم



شود. بعد مرغ و فلفل دلمه ای را از کیسه خارج کنید و مواد روی آن را بردارید، فلفل دلمه ای و مرغ را کبابی کنید. اینکار ممکن است ۵ الی ۶ دقیقه طول بکشد حالا مواد آماده شده را به یک ظرف مناسب انتقال دهید و اجازه دهید قبل از برش به مدت ۵ دقیقه در همین حالت باقی بماند و خنک شود. مرغ و فلفل دلمه ای را به صورت نواری برش دهید و روی کاهوی رومانی بریزید و روی آن پنیر پارمزان بپاشید. دو قاشق غذاخوری از سرکه و یک قاشق غذاخوری از روغن زیتون باقی مانده را روی آن بریزید و با فلفل سیاه سرو نمایید.



اضافه کنید تا ته نشین نشود.

• برای کاهش میزان اسیدیته در سس های حاوی گوجه فرنگی کمی شکر به آن اضافه کنید تا طعم آن خنثی شود.

ریزه کاری آشپزی:

- برای این که سفیده تخم مرغ خوب پف کند، آن را کاملاً از زرده جدا کنید، بگذارید برای مدتی در دمای اتاق بماند. سپس با همزن بزنید.
- برای افزودن کشش، گیلان، آلبالو و ... به کیک، آن را در کمی آرد که برای تهیه کیک اندازه گیری کرده اید، بغلتانید، سپس به مواد

[ادامه از صفحه ۸، گالری امسال]

است... تا در متن این سازمان نباشید نمی دانید افراد این سازمان هر روز چقدر با عشق به مردم کمک می کنند، کمک سازمان فقط محدود به ایرانیان نمی شود، آنها به کل جامعه کاندایی کمک می کنند و من از آنها سپاسگزارم. پس از پایان سخنرانی ها و اهدا لوح ها و تقدیرنامه و حمایت از سازمان زنان، راب اولیفنت نماینده لیبرال مجلس فدرال نیز وارد سالن شد و بدین ترتیب نوبت به اجرای برنامه های فرهنگی و هنری زیبای برنامه ریزی شده برای این شب رسید.

زنان جامعه ایرانی که توسط سازمان زنان در طی این گالا به جامعه معرفی شدند به ترتیب به اجرای برنامه هایشان پرداختند:

- لیدا کلباسی اولین نفر بود که چند آهنگ سنتی و خاطره انگیز ایرانی را خواند و همراه با آن دف نواخت، او را پدرش، حسین، با سنتور و دنبک همراهی کرد.
- پرپسا اورندی که از شاگردان نادر نادری است دو قطعه پیانو را بسیار زیبا نواخت.
- سارا صلائی، نمایش طنز، جدی را با دو همبازی و گروه نمایش (شامل: مایک جانیکز، لیدا لیفاقتی، دیود جدیدی، مهسا نوری، هدی میرجعفری) مجلس به لباسی دلگشنگ به روی صحنه برد.
- رومینا مهرتاش دو آهنگ پاپ انگلیسی را با هنرمندی تمام برای حضار اجرا کرد.
- برنامه بعدی رقص زیبایی بود که "رها"، با همراهی دف و تنبک علی اورنگی، روی دو موسیقی سنتی ایرانی اجرا کرد.

و سرانجام آخرین برنامه، داستان سرایی افسون هوشیدری بود که روایتی از زندگی بهائیان در ایران پس از انقلاب و در نهایت خروج دشواری از ایران تا پناهندگی در کانادا را به زیبایی تعریف کرد.

در نظرخواهی آن لاین و زندهی حضار برای انتخاب یکی از اجراکنندگان این شب، پرپسا اورندی (نوازنده پیانو) در رقابتی بسیار هیجان انگیز و نزدیک به افسون گوی سبقت را از دیگران ربود و جایزه یک هزار دلاری سازمان زنان را نیز به خود اختصاص داد. لازم به توضیح است که در بدو ورود و پایان مراسم، پذیرایی لازم از حضار نیز به نحو شایسته ای صورت گرفت. به منظور آشنایی بیشتر از مدعوین و شرکت کنندگان در این جشن بزرگ و آگاهی از نقطه نظرات آنها، در حین برنامه و پس از پایان آن مبادرت به انجام مصاحبه ها و گفتگوهای کردیم که توجه خوانندگان را به آنها جلب می کنیم.

با سلام به شما، از طرف مجله ایران استار برای مصاحبه خدمتتان هستیم. ممکن است خودتان را معرفی کنید؟

- بله، من ژانت فرندیان هستم. لطفاً توضیح دهید برای چه امشب به این جلسه آمده اید؟

- چون سازمان زنان از رئیس من که نماینده پارلمان از دان ولی نورت (دکتر جنگ تان)، دعوت به عمل آورده است که در این جشن شرکت کند، من به نمایندگی از طرف ایشان به این مراسم آمده ام. من دواور به این سازمان آشنا

هستم ولی امشب بسیار مشتاقم که اطلاعات بیشتری در این باره بدست آورم و اگر اطلاعاتم زیادتیر شود شاید بتوانم از دولت کانادا برای این سازمان کمک های بیشتری تقاضا کنم.

دیدگاه دولت کانادا راجع به زنان و این گونه سازمان ها چیست؟

دولت فدرال، بویژه نخست وزیر فعلی جاستین ترودو نسبت به زنان و به کارگیری آنها در مشاغل مختلف نظر مثبت دارد و برای رشد خانم ها ارزش زیادی قائل است.

شما چه کمکی می توانید به این سازمان زنان ایرانی انتاریو انجام دهید؟

- باید مسائل مختلف و نیازهای آنها را ببینیم. کمک های مالی سالیانه ای از طرف دولت فدرال وجود دارد که من می توانم اطلاعات آن را در اختیار این سازمان قرار دهم، تا با طی کردن مراحل قانونی و اداری از آن استفاده کنند.

اگر سازمان زنان ایرانی بخواهد با شما ارتباط نزدیک برقرار کند، چگونه این کار ممکن است؟

- همانطوری که خانم علیمردانی به ما ایمیل فرستادند و ما را می شناسند، می توانند از همین راه به تعمیق ارتباط و طرف ادامه دهند. از فعالیت های اجتماعی و کمک های من به مردم در روزنامه ایران استار خیلی در گذشته نوشته شده است.

نظرتان در رابطه با هفته نامه ایران استار چیست؟

- خیلی روزنامه خوبی است. ولی متأسفانه این روزها مردم کمتر روزنامه می خوانند.

چه پیامی دارید که زنان ایرانی در انتاریو بیشتر با حقوق خودشان آشنا شوند؟

- من فکر می کنم پیام خانم ها به گوش دولت کانادا رسیده است. البته اغلب زنان در جامعه کانادا موفق هستند. بعضی ها هم هستند که به علت بی توجهی خودشان به جایگاهی که باید داشته باشند نمی رسند. باید فعال بود، تحصیل و کار کرد تا موفق شد.

از اینکه با من صحبت کردید، خیلی خوشحال شدم، خدا نگهدار.

- خیلی ممنون.

با سلام به حضورتان از طرف مجله ایران استار، لطفاً خودتان را معرفی کنید.

با سلام، من حسین حسین لو هستم. دو سال است که به کانادا مهاجرت کرده ام. مهندس راه و ساختمان هستم و در ایران به کارهای ساخت و ساز مشغول بودم.

امشب برای چه کاری به این مراسم آمده اید؟

- من از طریق دوستی در رویال بانک به این

مراسم دعوت شدم.

همانطوری که می دانید سازمان زنان در ایران هم وجود داشت. به نظر شما ضرورت ایجاد و چنین سازمان هایی در اینجا چیست؟

- به طور کلی هر گروه یا جمعی که بخواهند با هم کار کنند یا زندگی کنند، حتماً باید سازمان داشته باشند، تیمی کار کنند، مدیریت بشوند، آموزش پیدا کنند. چه مرد، چه زن، تا بتوانند با هم روابط خوبی داشته باشند. زنان هم از این قاعده مستثنی نیستند.

شما فکر می کنید که مردان در رعایت حقوق زنان چه وظایفی دارند؟

- به طور کلی کلیه خواسته های خانم ها از آقایان و آقایان از خانم ها، طبق قرار و مدار بین خودشان و فرهنگشان باید برآورده شود. حالا فرق نمی کند که خانم ها از آقایان بخواهند یا برعکس. حقوق مساوی در زندگی، تقسیم کارها، کمک در ساختن زندگی و تربیت فرزندان خوب برای اجتماع وظایف هر دوی آنهاست.

شما در حال حاضر چه کمکی می توانید به سازمان زنان کنید؟

- چون من تازه مهاجرت کرده ام در حال حاضر نمی توانم بگویم چه کاری می توانم انجام دهم. باید شناخت پیدا کنم، قطعاً با این شناخت ها در حدی که بتوانم دریغ ندارم که کمکی انجام بدهم. اگر در آینده بفهمم که آنها کارها و اهداف درستی دارند، فمینیست نیستند و فقط درباره حقوق زنان فعالیت می کنند، من هم حاضر کمک کنم.

ممنونم از گفته ها و صحبت های شما.

- متشکرم، خوشحال شدم.

با سلام، از طرف مجله ایران استار با شما صحبت می کنم. از اینکه چند دقیقه ای وقتتان را می گیرم، پوزش می خواهم. لطفاً خودتان را معرفی کنید؟

- من شالی کارول هستم. نماینده شورای شهر از دان ولی شمالی. اخیراً در انتخاب مجدد برنده شده ام.

نظر شما در رابطه با سازمان زنان ایرانی چیست؟

- خیلی خوشحالم که در این مراسم شرکت کرده ام. این سازمان کمک زیادی به زنان ایرانی می کند، به ویژه در منطقه دان میلز و حوزه خیابان شپرد. برنامه ریزی هایی در جهت آموزش، کارایی و کمک به همه زنانی که مراجعه کننده اند ارائه می دهد.

اطلاعات شما درباره زنان ایرانی چقدر است؟

- می توانم بگویم که نسل های جدید زنان ایرانی بسیار موفق هستند. آنها به دنبال تحصیل، کار



و بیزینس می روند. سازمان زنان هم در این گونه موارد به آنها کمک های خوبی می کند. ما چگونه می توانیم در کسب کمک از شما برای این سازمان و رفع نیازهای آن اقدام کنیم؟

- دولت برای یک چنین سازمان هایی بودجه های کمی دارد که شما هم می توانید از آن طریق کمک بگیرید.

تشکر می کنم از اینکه با شما صحبت کردم.

- من هم همینطور.

با سلام به شما، از ایران استار با شما صحبت می کنم. مایکل پارسی عزیز. می خواستم نظرتان را درباره برنامه امشب سازمان زنان ایرانی انتاریو ببرسم؟



- این کار برای ما خیلی مهم است. من از آنها تشکر می کنم. این نهمین برنامه گالا است که برپا شده است. کمکی که آنها به خانم های جوان با سنین بالاتر می کنند تا با کانادا آشنا شوند و با شرایط اینجا خود را سازگار نمایند، خیلی مهم است. سازمان زنان مرکزی است که همه ما باید آنها را حمایت کنیم. من از همه آنها تشکر می کنم.

دولت انتاریو چه کمکی می تواند به این سازمان بکند؟

- آنها می توانند تقاضای کمک مالی کنند، البته سازمان زنان هر سال موفق به کسب این نوع کمک مالی شده اند. باید برای تداوم و بیشتر شدن این کمک پی گیری و کوشش کرد. این نوع کمک های مالی اصولاً برای همین گونه سازمان ها در نظر گرفته شده است.

نظر شخصی شما درباره آزادی های زنان در کانادا چیست؟

- عالی است، چقدر خوب خواهد بود که همه کشورها از کانادا یاد بگیرند، چون در اینجا تا حد مطلوبی آزادی و حقوق زنان را پاس می داریم. چه پیشنهادی برای خانم های ایرانی دارید تا در کانادا بیشتر موفق شوند؟

- من فکر می کنم خانم های ایرانی همه موفق اند.

می کنند. این کار بدون شک حرکت بزرگی در رعایت حقوق یکسان بین زنان و مردان در کاناداست. از آن گذشته اگر به شرایط درآمد خانمها در این سالها توجه کنیم، در سطح مشاغل یکسان بین زن و مرد، تاکنون درآمد یکسانی وجود نداشته، ولی همین دیروز دولت لایحه‌ای را ارائه داد که در ارگان‌های دولتی این مسئله به طور کلی رعایت گردد و برای مشاغل یکسان، حقوق یکسانی به زن‌ها و مردها پرداخت شود.

لطفاً برای خانم‌ها صحبت یا پیامی بفرمائید.
- فکر می‌کنم اگر منصفانه همگی نگاه کنیم، در سال‌هایی که همه مهاجر بودیم خانم‌های ایرانی واقعا همت بالایی نشان دادند و زحمتهای آنها موجب شد تا ما در جامعه‌مان ستاره‌های زیادی داشته باشیم که باعث افتخار ما باشند. این مورد نه تنها به علت اراده قوی خانم‌های ایرانی بوده است بلکه حتی به پیشینه تاریخی کشورمان نیز برمی گردد.

جناب احساسی عده‌ای از افراد در مذاکراتی که توسط وزیر امور خارجه کانادا با همکاران امریکایی خود در رابطه با مسائل تعرفه‌ها کرده‌اند، این شبهه پیش آمده که ضعف‌هایی وجود داشته است، نظراتان در این مورد چیست؟

به‌طور کلی می‌توانم بگویم که بسیاری از افراد اظهار می‌دارند که وزیر امور خارجه کانادا چقدر محکم با امریکایی‌ها مذاکره کرده است. ما با دولتی سر و کار داریم که اصولاً منطق درستی را رعایت نمی‌کند. همانطوری که اطلاع دارید اگر برای مسائل پیچیده منطقی وجود نداشته باشد، حل و فصل آن کار طاقت‌فرسایی است. ولی باید ببینیم با وجود تمامی این فشارها، وزیر امور خارجه ما خیلی قشنگ و خیلی محکم این مسئله تعرفه‌ها را پی‌گیری کرد و به نتایج قابل قبولی رساند.

خیلی متشکرم از لطف شما، موفق باشید.
- ممنونم، خدانهگذار.

همانطوری که ملاحظه کردید با زحمت و کوشش‌هایی که گروه هیئت مدیره سازمان زنان بویژه رئیس آن انجام دادند، نهمین جشن کالا بسیار خوب و مرتب برگزار شد. از روی وظیفه و رسالت خبرنگاری و صحبت‌هایی که بعضی از افراد عنوان کردند، ضمن تشکر و قدردانی از مسئولین سازمان و آرزوی موفقیت آنان، به موارد زیر اشاره می‌کنیم:

رسالت انجام هر کار گروهی آن است که نسبت به مسائل فرهنگی، تاریخی و حفظ ارزش‌های آن کوشا باشیم. ما که همواره از چندفرهنگی و حفظ فرهنگ دیرینه خودمان حرف می‌زنیم، این انتقال ارزش‌ها اگر توأم با ارائه و آموزش زبان فارسی نباشد، محال است که صورت بگیرد، بنابراین شایسته بود که مطالب عنوان شده در مراسم به صورت خلاصه به زبان فارسی هم بیان می‌شد، حتی اگر فکر کنیم که تمامی افرادی که در سالن و مراسم حضور داشتند به زبان انگلیسی مسلط بودند که البته اینطور نبود.

در انتها به تمام کسانی که برای برگزاری چنین برنامه منظم و حرفه‌ای تلاش کردند خسته نباشید می‌گویم. به امید موفقیت‌های روزافزون برای این سازمان.

متنوع اجرا کنند و افرادی هم که در اینجا حضور دارند می‌توانند این جوان‌ها را مساعدت کنند و با حمایت خودشان باعث شوند که آنها راه ترقی را پیدا کرده به پیش روند و در رشته مورد علاقه‌شان موفق شوند.

خیلی متشکرم.

- خیلی ممنونم از لطف شما.

با سلام جناب احساسی عزیز، برنامه امشب را چگونه ارزیابی می‌کنید؟



- عالی بود، واقعا سازمان زنان باعث سربلندی و دل‌گرمی همگی ما است. برای اینکه مهم است در جامعه ما، اشخاصی که کمک لازم دارند پشتیبانی شوند. بزنم به چوب فکر می‌کنم به خاطر استعداد زیادی که در جامعه ما وجود دارد، واقعا توانسته‌ایم در این کشور بدرخشیم. اما ناگفته نماند که در اینجا خانواده‌های مختلف بدون شک سختی‌ها و مشقت‌های خاص خودشان را نیز تجربه می‌کنند. بهتر است که ما سازمان‌هایی مانند سازمان زنان داشته باشیم تا کارهای مددکاری و کارهای خوب انجام دهند.

لطفاً بفرمائید نظراتان درباره آزادی زنان در کانادا چیست؟ برنامه دولت فدرال درباره حقوق مساوی زن و مرد چگونه است؟

- من فکر کنم همه ما باید ببینیم که به خاطر برخی مسائل آنطوری که باید و شاید خانم‌ها نتوانسته‌اند به اندازه آقایان از امکانات موجود استفاده کنند. اما دولت لیبرال یکی از اولویت‌هایش این بوده که در حد توان در این مسئله کمک کند. یکی از کارهای خوبی که در این زمینه صورت گرفته است آن است که در کابینه درصد حضور خانم‌ها به اندازه مردان باشد یعنی ۵۰ درصد زنان و ۵۰ درصد مردان. یادم هست که زمانی از این برنامه خیلی‌ها انتقاد کردند، ولی اکنون که نگاه می‌کنیم خیلی از کشورهای دیگر از کانادا، که پیشرو بوده، پیروی



خوانندگان ما معرفی کنید.

- من فخری افشاری هستم، رئیس سازمان زنان ایرانی انتاریو. یکسال است که این افتخار را پیدا کرده‌ام که داوطلبانه با همکاری اعضای هیئت مدیره وظایف سازمانی خود را انجام دهم. کمک به جامعه زنان ایرانی آرزوی واقعی ماست. ما برنامه‌های مختلف برای افراد داریم: تدریس زبان انگلیسی، کلاس‌های اینترنت، مرکز بهداشتی، راهنمایی‌های حقوقی، آرت‌تراپی، قصه‌گویی برای سالمندان و کودکان، گردهمایی شهروندان ارشد و... در مجموع؛ افرادی که به اینجا مراجعه می‌کنند هم راهنمایی می‌گیرند، هم آموزش می‌بینند و هم زمانی را در کنار هم خوش می‌گذرانند. ما جمع بودن و با هم بودن را در سازمان تمرین می‌کنیم.

آیا به طور مطلوب از بودجه‌های دولتی استفاده می‌کنید؟

- ما از بودجه‌های دولتی در سطح فدرال، برنامه‌های کمکی استانی و شهری برخوردار می‌شویم. کمک‌های مالی دریافت شده باید حتماً، و صرفاً در همان پروژه هزینه شود و پس از پایان کار نیز باید گزارش کار چگونگی هزینه آن به سازمان کمک‌کننده داده شود.

برای خانم‌های ایرانی چه صحبتی دارید؟

- خیلی ممنون می‌شوم اگر با ما همکاری بیشتری بکنند، ما را حمایت و پشتیبانی کنند اعم از مالی، معنوی و شرکت در کمیته‌های ما. اگر کسانی هستند که نیاز به کمک ما دارند، با کمال میل در سازمان منتظرشان هستیم؛ هر زمانی که کمکی می‌خواهند به ما مراجعه کنند، حتی اگر ما نتوانیم خودمان برایشان کاری انجام دهیم آنها را به سازمان‌های دیگر ارجاع می‌دهیم.

برنامه امشب را چگونه ارزیابی می‌کنید؟

- به نظر من خیلی برنامه خوبی بود. با سال‌های قبل متفاوت بود. همانطوری که گفتیم ما هدفمان این است که به جامعه جوان ایرانی کمک کنیم. دوست داریم آنها شناخته شوند، برنامه‌های

ولی بعضی از افرادی که تازه به اینجا آمده‌اند، نیاز به زمان دارند تا به موفقیت برسند.
خیلی ممنون، وقت شما را بیشتر نمی‌گیرم. خدا نگهدار.

- شب شما بخیر.

با سلام خدمت شما، اگر چه همه شما را می‌شناسند، ولی خودتان را معرفی کنید.

- من مجید جوهری هستم.

آقای جوهری، در چه رشته تحصیل کرده‌اید و چه تجربیاتی دارید؟

- من در رشته مهندسی در دانشکده پلی تکنیک رابرسون سال ۱۹۸۵ در رشته صنایع فارغ‌التحصیل شده‌ام.



امشب به چه دلیلی در این برنامه شرکت کرده‌اید؟

- امشب برنامه گالا برای سازمان زنان ایرانی انتاریو است. این نهمین گالا است که آنها فعالیت می‌کنند. این سازمان در زمینه‌های مختلف خانم‌ها را کمک می‌کند.

دیدگاه‌های دولت فدرال کانادا درباره کمک به زنان و این‌گونه سازمان‌ها چیست؟

- هدف دولت فدرال همیشه این بوده که به زنان کمک کند. خانم‌ها در بخش اقتصادی کشور کمک می‌کنند، چه به عنوان کارمند چه به عنوان مدیر. تجربه نشان داده است که درآمد شرکت‌هایی که خانم‌ها در آن فعالیت دارند، بالا رفته است. حدود شانزده درصد از خانم‌ها صاحبان شرکت کمپانی‌های کانادایی هستند. دولت فدرال با برنامه‌های مختلف سعی می‌کند که خانم‌ها را تشویق کند تا آنها بیشتر موفق باشند.

شما فکر می‌کنید در کانادا زنان و مردان از حقوق مساوی برخوردارند؟

- من امیدوارم در تمام دنیا، و بویژه در کانادا حقوق زن و مرد مساوی باشد. دولت فدرال در این رابطه برنامه‌های فراوانی در دست اقدام دارد. جناب جوهری، لطفاً یک پیام برای خانم‌های ایرانی بفرمائید.

- خانم‌های ایرانی همیشه در راس کارها هستند، در تمام قسمت‌های مختلف زندگی و بیزینس، نقش اساسی دارند. موقع آن رسیده است که مردم این واقعیت‌ها را بپذیرند و تا آنجایی که ممکن است در کنارشان باشیم و آنها را حمایت کنیم.

با تشکر از محبت شما خدانهگذار.

- متشکرم.

سلام به شما، لطفاً خودتان را برای

Ph.D.

صفر داعی

روان در مانگر CRP ۳۰ سال تجربه حرفه‌ای

اختلافات خانوادگی

مشکلات شخصی، مدیریت خشم

مشاوره و راهنمایی حرفه‌ای و رشته تحصیلی

Cell: 416.303.5730
Office: 905.770.4556

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

نقطه تسلیم

شهره و کیلی

۶۴

- شما را نمی شناسم، ولی فکر می کنم مادر یگانه خانم باشید. حق با شماست. من کاره ای نیستم. اما می توانم یک لیوان شربت درست کنم که میل کنید و خنک شوید. دستم را روی قلبم گذاشتم و از خود بیخود شدم. ناله زدم: "من بچه هایم را می خواهم، ای خدا بچه هایم کجا هستند؟" مادرم شروع کرد به آقای امامی ناسزا گفتن. من با همه حال خرابی که داشتم نگذاشتم بیش از آن، آن مرد شریف را آزار بدهد. گفتم: "مامان، آقای امامی که گناهی ندارند!" گناه ندارد؟ خیال می کنی از نقشه زنش خبر نداشته؟ این هم دستش توی دست آنهاست و گرنه تو را خبر می کرد.

آقای امامی برافروخته و ناراحت به مادرم گفت: "خانم مملکت قانون دارد. شکایت دارید؟ بفرمایید کلا تری. بنده توی این محل آبرو دارم. دست کم تشریف بیاورید توی ساختمان حرفه ایان را بزنید."

با سر و صدای مامان، یک زن و مرد که همین دکتر وحید و همسرش مستانه باشند، از ساختمان بیرون آمدند.

تا آن روز مستانه را ندیده بودم. او نگران و ناراحت از آقای امامی پرسید: "چی شده؟ این خانمها کی هستند؟"

به جای آقای امامی، مادرم جواب داد: "این دختر بدبخت من است که آقای دکتر شاهکار بچه هایم را دزدیده و با خواهرش فلنگ را بسته و رفته آلمان!"

مستانه جلو آمد و با ناراحتی از من پرسید: "شما یگانه خانم هستید؟"

- بله، خانم من بچه هایم را می خواهم، بگوئید چه کار کنم؟ دکتر وحید هم جلو آمد. سری از روی تاسف تکان داد و خطاب به من گفت: "فکر می کنید آقای امامی چه کار می تواند بکند؟"

مادرم صدایش را بلندتر کرد و گفت: "آدرس آن بی شرف را در آلمان بدهید، بقیه اش با خودمان." از کلمات زشتی که مادرم می گفت، خجالت می کشیدم. چشم های مستانه پر از اشک شد و صورتش را بین دستهای پنهان کرد. نمی دانی چقدر تأثر و اشک به دلم نشست. از او در همان حال پریشانی پرسیدم: "خانم، شما کی هستید؟ با دکتر چه نسبتی دارید؟ به من کمک کن."

او دستم را گرفت و به داخل خانه کشید. مادرم هم به دنبال آمد. آقای امامی در کوچه را بست. با هم به ساختمان رفتیم. چشمم به ساختمان دیگری که ما در آن زندگی می کردیم افتاد، یک دفعه فریاد زدم: "آقای امامی شما می دانید دکتر جنون ادواری دارد. او بچه هایم را زجر کش می کند."

مستانه که صدای گریه اش بلند شده بود، در همان حال به من گفت: "من مستانه، خواهرزاده دکتر هستم. وقتی از کار دایم باخبر شدم و شنیدم شما را طلاق داده و بچه ها را برده، خیلی برای شما غصه خوردم. خواهش می کنم آرام بگیرید، هر کاری راه دارد."

او آنقدر با شخصیت رفتار می کرد و با مهربانی حرف می زد که مادرم خجالت کشید. برای توجیه رفتار خودش گفت: "خانم، دل کافر هم از این بی رحمی می سوزد! آخر این مملکت سر صاحب ندارد که یک مرد این طور می تواند با زندگی یک زن بازی کند؟ لطفا آدرس ایشان را به ما بدهید ببینم چه کار می توانیم بکنیم."

آقای امامی با صداقتی که به دل آدم می نشست در جواب مادرم گفت: "خانم محترم، باور کنید بنده از آدرس ایشان هیچ اطلاعی ندارم. حتی نمی دانم در کدام یک از شهرهای آلمان هستند!" مادرم باز به خشم آمد و گفت: "شما می گوئید زنان همراه برادرش رفته یعنی نمی دانید زنان کجای آن کشور است؟"

- او دو هفته بیشتر در آلمان نمی ماند، بعد از دو هفته می رود پاریس پیش پسرمان. از آنجا تلفن خواهد کرد. من آدرس را از او می پرسم، اگر گفت بلافاصله به شما خبر می دهم، باور کنید من اهل ریا نیستم!

مادرم انگشتش را به طرف صورت او گرفت و با غیظ گفت: "اگر اهل ریا نیستید، چرا دختر بیچاره مرا از دسیسه شوهر و خواهرشوهرش باخبر نکردید!"

- خانم به علی قسم تمام کارهایشان را بدون اطلاع من انجام دادند. می دانستند اگر من در جریان قرار بگیرم نقشه شان را به هم می زنم. باور کنید از آن موقع که رفتند، سردرد، دست از سرم بر نداشتم!

مستانه با حرفهای آقای امامی دوباره با صدای بلند شروع به گریه کرد. دکتر وحید به او گفت: "مستانه جان، تو باید به این زن جوان روحیه بدهی. این طور صحیح نیست، خوددار باش."

گریه های مستانه و دلسوزی خواهرانه اش التیام می داد. مادرم هم تحت تأثیر قرار گرفته بود. سعی کرد جبران بددهنی و رفتار تندش را بکند. خطاب به مستانه گفت: "مستانه خانم، اگر یک مرد بی سواد این کار را می کرد، آدم دلش نمی سوخت، ولی او دکتر است، تحصیل کرده و فرنگ رفته است. بابا او خودش خواست با دختر بیچاره من ازدواج کند. کسی که به دنبالش نفرستاده بود!"

آقای امامی با کنایه گفت: "شما این موضوعات را از کجا می دانید؟"

او با این جمله به مادرم فهماند که از زندگی او خبر دارد. مادرم اول یکه خورد، ولی خیلی زود خودش را پیدا کرد و با پررویی گفت: "این دیگر به شما مربوط نیست. اگر دروغ می گویم، اعتراض کنید!"

حدود دو ساعت آنجا ماندیم. اما هیچ نتیجه ای حاصل نشد. فقط چیزی که به جا ماند، دوستی صمیمانه مستانه بود که تا امروز برایم باقی ماند. الان هم او و شوهرش دکتر وحید، بیش از هر کسی سنگ من و بچه هایم را به سینه می زنند. آن روز شماره تلفن خانه اش را روی کاغذ نوشت و به دستم داد و گفت: "اگر خواستید می توانید به من تلفن کنید، اگر خبری از بچه ها داشته باشم حتما به شما می گویم."

وقتی با مامان به خانه بر می گشتم، ویران بودم. آنقدر در طول راه اشک ریخته بودم که حس از تنم رفته بود. نای حرف زدن نداشتم. تمام امیدهایم بر باد رفته بود.

آقای صفاپور که به خانه آمد، مادرم بدون آنکه او سوالی کرده باشد، تمام ماجرا را برایش گفت. در آخر اضافه کرد: "مگر دستم به آن پیرسگ نرسد، روزگارش را سیاه می کنم. کیفهایش را با یک دختر چشم و گوش بسته هفده ساله کرده، بعد بچه هایش را دزدیده و برده توی یک مملکت دیگر زندگی می کند!"

آقای صفاپور پس از شنیدن گزارش های مادرم، با لحنی آرامش بخش پدرا نه خطاب به من گفت: "یگانه خانم، من قصد فضولی ندارم، ولی اگر قرار نیست او با شما زندگی کند، بهتر است احساسات را کنار بگذارید و به صلاح و مصلحت بچه ها فکر کنید. اگر او می تواند بچه ها را در شرایط بهتری و در کشوری مثل آلمان بزرگ کند، شما باید فداکاری کنید! آخر شما در شرایطی نیستید که بتوانید دو بچه کوچک را سرپرستی کنید. در حالی که او ظاهراً موقعیت خوبی برایشان فراهم کرده!"

مامان با شنیدن حرفهای او از شر و شور افتاد و گفت: "من هم همین را می گویم. گیرم دکتر بچه ها را بیاورد و بدهد به تو، تو می توانی بزرگشان کنی؟ شغل که نداری! خانه و زندگی مستقل که نداری، می خواهی بچه ها را ببری خانه زن بابا؟ فکر کن اگر دکتر غیابی طلاق داده بود و تو را با دو تا بچه می گذاشت و خودش می رفت آن وقت چه کار می کردی؟"

آقای صفاپور دوباره رشته صحبت را به دست گرفت: "الان بهترین راه برای شما این است که بچه ها را به خدا بسپارید همت کنید و به درستان ادامه بدهید. بلکه انشالله به دانشگاه هم راه پیدا کردید. مطمئن باشید در آن صورت می توانید با دست های پر و جای پای محکم به سراغ آنها بروید. شما خیلی جوان هستید و مثل مامانهای زریا، آینده مال شماست. به همین الان نگاه نکنید. مرور زمان خیلی چیزها را درست می کند!"

حرفهای او همه از روی خلوص نیت بود و به دلم نشست. بخصوص با پیشنهاد درس خواندن بیشتر مجذوبم کرد. او وقتی سکوت مرا دید، ادامه داد: "می بینید خانه ما بزرگ است. اصلاً می توانید تشریف بیاورید همین جا و در تهران به دبیرستان بروید. در شهرستان مردم همه همدیگر را می شناسند و به کار هم کار دارند. اما اینجا آن طور نیست."

توقع داشتم مادرم پیشنهاد او را تأیید کند. اما به هوای میوه آوردن بلند شد و رفت. آقای صفاپور متوجه عکس العمل منفی او شد و دیگر پیشنهادش را تکرار نکرد.

همان شب به اهواز تلفن کردم و گفتم می خواهم برگردم. مارال پای تلفن بود. بدون آنکه سوالی از نتیجه اقداماتم در تهران بکند گفت: "با قطار فردا شب می آیم." تا وقتی مارال بیاید ساعات سختی را گذراندم. از اینکه مادرم آن همه نسبت به سرنوشت من بی تفاوت بود، خون دل می خوردم و در ته دل از اینکه مارال هست خوشحال بودم.

پس فردا صبح زود مارال تلفن کرد. آقای صفاپور سر کار رفته و مادرم خواب بود. خودم گوشی را برداشتم. وقتی صدای مارال را شنیدم بی اختیار قلبم آرام گرفت. گفتم: "لبلط برگشتان را گرفته ام. قطار بعد از ظهر حرکت می کند همان جا باش بعد از ظهر می آیم دنبالت."

با قاطعیت گفتم: "نه، تا بعد از ظهر اینجا نمی مانم، همین الان بیایید که با هم برویم بیرون." قبول می کنم به شرط آنکه اصرار نکنی وارد خانه شوم.

- نه، من خودم هم... آنکه غیرتم نگذاشت بگویم از بودن در کنار مادرم رنج می کشم. تا او برسد چمدانم را بستم و گذاشتم گوشه حیاط. مادرم هنوز خواب بود که مارال زنگ در کوچه را زد. در را به رویش باز کردم و دلم آرام گرفت. انگار تازه او را می دیدم، چقدر زیبا بود!

به او گفتم منتظر بماند، به اتاق برگشتم، روی یک تکه کاغذ برای مادرم نوشتم: مامان سلام، من با خانم مارال رفتم، از پذیرایی شما ممنونم. از طرف من از آقای صفاپور تشکر کنید. خداحافظ- یگانه.

یادداشت را روی میز آشپزخانه گذاشتم و با سرعت از خانه بیرون رفتم. مارال چمدان را از دستم گرفت و پرسید: "خب تا عصر که موقع حرکت قطار است کجا برویم؟"

گفتم: "می دانم من که جایی را بلد نیستم!" - پدرت آدرس یکی دو تا موزه را برایم نوشته، فکر می کرد تا بعد از ظهر تنها هستم، گفت برو موزه ها را ببین."

اگر چه حوصله ندارم، ولی باشد، می رویم موزه. در راه تمام ماجرای دو سه روز گذشته را برایش تعریف کردم. اما از بی مهری های مامان هیچی نگفتم. مارال بعد از اینکه حرفهایم را شنید، پرسید: "حالا چه تصمیمی داری؟"

- هیچی، چاره ای ندارم جز اینکه صبر کنم آقای امامی آدرس بچه ها را از تاج الملوک بگیرد و به من بدهد.

نگاهی از سر دلسوزی به رویم انداخت و گفت: "بهتر است تا آن روز به خودت برسی. خیلی لاغر و ضعیف شدی."

از او پرسیدم: "شما راحت به تهران رسیدی؟" - پدرت یک کوبه در بست برایم گرفت. من هم تا صبح راحت خوابیدم. تا یادم نرفته بگویم تمام پولی را که برای تهران آمدن و برگشتن خرج کرده بودم به من داد. حتی پول روتختی را. یگانه.

خواهش می کنم ملاحظه پدرت را بکن، او به خاطر تو دارد خیلی صدمه می خورد. دلش را بیشتر از این خون نکن. مردها به ظاهر سفت و محکم و مغرور هستند، ولی طاقنتان خیلی کم است. می ترسم سکنه کند. خیلی توی فکر است. هر حرفی داری به من بگو. همه جا پایه پایت هستم.

هر روز که می گذشت، بیشتر پی به وجود باارزش مارال می بردم و می فهمیدم چرا پدرم آنقدر جذبش شده. محبتهای بی شائبه او آدم را ناخودآگاه مجذوب می کرد.

در طول راه گذاشته بود در عالم خودم باشم. برعکس مادرم، پرحرفی نمی کرد و مزاحم حالم نمی شد. مثل یک روان شناس می فهمید در بحران های روحی نباید سربسرم بگذازد. اگر لازم می شد چیزی بگوید، صبر می کرد تا خودم سر صحبت را که باز کردم، حرفش را بزند: "می خواهی بگویم غذا را بیاوردن توی کوبه؟" انگار فکرم را می خواند و می دانست حوصله رستوران قطار را ندارم. موقع به تهران آمدن حالم بد و دگرگون بود، ولی امیدوار بودم. خیال می کردم می روم خانه تاج الملوک و عاصی اش



به هم بگذارد، بچه‌ها بزرگ می‌شوند و خودشان انتخاب می‌کنند. با حرف‌های آقای امامی، قلم‌برش‌ش و امیدم نوید شد. باور کردم برای همیشه بچه‌هایم را از دست داده‌ام. مارال وقتی گوشی را گذاشت، صورتش غرق اشک بود،

و خنده‌دار این که، حالا من از دست رفته او را تسلی می‌دادم: "خانم مارال، تو را خدا گریه نکند، این قسمت من بود. من بدبختم، خدا این طور خواسته."

بعدها فهمیدم بچه‌ها پیش هلم‌ها نبودند. آقای امامی حدس زده بود هلم‌ها حاضر به نگهداری از بچه‌ها شده و برای تسلی دل من گفته بود بچه‌ها پیش او هستند.

- یگانه، با شنیدن مصیبت‌های لحظه به لحظه از دکتر متفرغ می‌شوم.

- نه‌نه اگر اینطور باشد دیگر حرف نمی‌زنم. دکتر به دیدار گاه‌گاه تو احتیاج دارد. اصلاً ول کن، سرنوشت من به چه دردت می‌خورد؟!

- دیگر ناز نکن. حالا که می‌بینی این‌قدر مشتاق شنیدن هستم، طاقچه بالا می‌گذاری؟ بر فرض هم که از دکتر متفرغ باشم، من که عکس‌العمل بدی نشان نمی‌دهم. خیلی خوب بقیه‌اش را بگو.

- قول بده به دکتر سر بزنی! چه من در ایران باشم، چه نباشم.

- قول می‌دهم، به جان علاء پیشش می‌روم، خوب شد؟ حالا بگو.

- پدرم سعی می‌کرد مرا به ادامه تحصیل وادار کند. اما من حاضر نبودم پا از خانه بیرون بگذارم. احساس می‌کردم مورد تمسخر تمام مردم شهر هستم. ازدواج من با دکتر شاهکار خیلی‌ها را زخمی کرده بود. می‌دانستم حالا نوبت آنهاست که مرا زخمی کنند. حتی برای خرید ضروری‌ترین لوازم شخصی‌ام حاضر نبودم از خانه خارج شوم. در هیچ میهمانی شرکت

عمق فاجعه‌ای که برایم رخ داده می‌کند و نمی‌گذارد مثل گذشته سرزنشم کند. هر چه بیشتر می‌گذشت، بیشتر می‌فهمیدم آرامش آن خانه و محیط پر از رفاه و مطبوعی که ایجاد شده از برکت وجود مارال است. او با محبت بی‌چشم داشتش سیمین و نسرین را جذب خودش کرده بود. طوری شده بود که دیگر خودم به سراغش می‌رفتم و حرف‌های مانده در دلم را برایش می‌گفتم. هر وقت می‌خواستم به تهران تلفن کنم و از آقای امامی خبر بگیرم، به او متوسل می‌شدم: "خانم مارال، بایاید به تهران تلفن کنیم. فکر می‌کنم آقای امامی نمی‌خواهد نشانی بچه‌ها را به ما بدهد."

- آنطور که خودت تعریف کردی، آقای امامی نباید اهل دروغ و کلک باشد. بعد شماره را می‌گرفتم و گوشی را به دست او می‌دادم. او مودب و آرام و مهربان با آقای امامی صحبت می‌کرد و من گوشم را به گوشی می‌جسباند و حرف‌هایش را می‌شنیدم: "آقای امامی انشالله که این دفعه خبرهای خوب دارید!"

یک بار آقای امامی به او گفت: "خانم یگانه! حرف آخر را به شما بزنم. اول اینکه خدا را به شهادت می‌گیرم تاجی حاضر نشده آدرس بچه‌ها را به من بدهد. نمی‌دانم چه خصوصی با این زن معصوم دارد. اما من متوجه یک چیز شده‌ام. مثل اینکه هلم‌ها، زن آلمانی دکتر، سرپرستی بچه‌ها را قبول کرده. البته صددرصد مطمئن نیستم. بنابراین خیالتان راحت باشد. من هلم‌ها را دیده‌ام، زن بسیار خوب و با شخصیتی است. خیالتان راحت باشد. فکر می‌کنم جای بچه‌ها خوب و امن است. چه اصراری دارید زندگی راحت آنها را به هم بزنید. دکتر مرد لجوج و کینه‌نویز است. بعید نمی‌دانم که اگر از طرف مادر بچه‌ها احساس مزاحمت کند، آنها را برادر و به یک نقطه دیگر دنیا ببرد که هیچکس با خبر نشود. باید صبر کرد. شاید مدتی بگذرد و خود دکتر متوجه اشتباهش بشود و بچه‌ها را برگرداند. شما خانم فهمیده‌ای هستید. سعی کنید یگانه خانم را تسکین بدهید. روزگار که همیشه یک جور نمی‌ماند. به بعضی چیزها نباید پیله کرد. الان دکتر روی قوز افتاده. اما خدا را شکر بچه‌ها نه تنها در شرایط بدی نیستند، بلکه در یک محیط خوب و مناسب دارند بزرگ می‌شوند. مگر یک مادر چه می‌خواهد؟ می‌خواهد فرزندش در آسایش باشد. آن دو بچه هم الان در ناز و نعمت هستند. از قول من به یگانه خانم بگویید تا چشم

می‌کنم تا راه چاره نشانم بدهد. اما حالا دست خالی و نومید بودم. خبر رفتن او همراه دکتر و بچه‌ها، دنیا را روی سرم خراب کرده بود. یک لحظه وقتی نازان را پیش چشمم مجسم کردم که غصه می‌خورد و در جدایی از من عذاب می‌کشید، بی‌اختیار زدم زیر گریه. وقتی خوب گریه‌هایم را کردم و از صدا افتادم. او گفت: "بچه‌ها زود به همه چیز عادت می‌کنند. مخصوصاً اگر در جاهایی مثل کودکانستان باشند و دور و برشان پر از بچه‌های دیگر و اسباب بازی باشد."

با چشم‌های اشک‌آلود نگاهش کردم. تا آن روز زیبایی‌اش را آنقدر درخشان ندیده بودم. به رویم لبخند زد. لبخند زیبایی داشت. گفت: "خوب می‌کنی گریه می‌کنی، توی خودت نریز، بگذار دلت خالی و سبک بشود. جلوی خودت را نگیر. از جای دیگر سر در می‌آورد."

وقتی به ایستگاه اهواز رسیدیم، پدرم در انتظارمان بود. از دیدنش به دو دلیل تعجب کردم. اول اینکه به پیشوازمان آمده بود. بعد هم به دلیل چهره زرد و لاغر شده‌اش. بی‌اختیار دلم برایش سوخت. حرف‌های مارال درست بود. پدرم خیلی پریشان بود. نزدیکش که رسیدیم، سلام و علیکی کرد و با کنجکاوی به ارزیابی‌ام پرداخت. می‌خواست ببیند خوشحالم یا نه. به خاطر مارال به رویش لبخند زدم. پدرم چمدان را از دست مارال گرفت و جلو جلو رفت. مارال دستش را به پشت زدم و گفت: "او تو را مثل جانش دوست دارد."

به خانه که رسیدیم، سیمین و نسرین بی‌صبرانه منتظر شنیدن خبرها بودند. سیمین با دیدن دست در گردنم انداخت و پرسید: "چی شده؟" مارال به جای من جواب داد: "فعلاً باید صبر کنیم تا تاج‌الملوک برگردد."

نسرین پرسید: "مگر کجا رفته؟" مارال آنطور که انگار اتفاق مهمی رخ نداده گفت: "همراه دکتر و بچه‌ها رفته آلمان، زود برمی‌گردد."

سیمین با سر و گوشی آویزان گفت: "پس دست به یکی کرده بودند!"

روزهای بعد روزگار دل‌تنگی‌های سخت و کشنده بود. اما مثل گذشته احساس تنهایی نمی‌کردم. مارال ردپایی محکم و استوار از حمایت و پشتیبانی بر قلب و روحم گذاشته بود. در عالم خیال می‌دیدم با او به آلمان رفته و بچه‌هایم را از چنگ دکتر درآورده‌ام.

نرمش و انعطاف رفتار پدرم نسبت به من عجیب بود. می‌دانستم مارال پدرم را متوجه

نمی‌کردم. در حقیقت از همه‌کس و همه‌چیز بریده بودم. حتی چند بار خانم میرفندرسکی از روی صمیمیت و همدردی به خانه‌مان تلفن کرد که با من صحبت کند، ولی من حاضر نشدم با او حرف بزنم. تنها کاری که انجام می‌دادم این بود گهگاه به مستانه تلفن می‌کردم و سراغ بچه‌هایم را می‌گرفتم، و او مثل یک خواهر دلسوز مطمئن می‌کرد که بچه‌ها خوب هستند.

پدرم وقتی مقاومت مرا در مقابل درس خواندن دید، پیشنهاد کرد برایم معلم سرخانه بگیرد و من فقط برای امتحان دادن از خانه بیرون بروم- اما مگر من با روحیه خراب و دل خون، حوصله درس خواندن داشتم! گهگاه به مارال می‌گفتم وادارش کن دست‌کم پیانو بزن که فراموشش نشود. مارال پیغام او را می‌آورد، اما دست خالی برمی‌گشت. هفته به هفته حمام نمی‌رفتم. دلم نمی‌خواست هیچ‌کس کاری به کارم داشته باشد. حدود شش ماه به این منوال گذشت. شش ماهی که هر روزش مثل یک سال طولانی بود. آنقدر کم غذا و کم خواب شده بودم که چند کیلو از وزنم را ظرف آن مدت از دست دادم. نمی‌دانم مارال از مادرم خواسته بود، یا او با میل خودش دوبار به من تلفن کرد و خواست چند روزی به تهران بروم. آنقدر خنوده تلخی از تهران و خانه او داشتم که حاضر نبودم یک بار دیگر به آنجا قدم بگذارم. او بعد از آن دو بار، دیگر با من تماس نگرفت. مارال می‌گفت به او تلفن کنم و برای زایمان به کمکش بروم. به مارال گفتم که دیگر راجع به او با من صحبت نکند. او هم قضیه را پی نگرفت.

[ادامه در شماره بعد]

\$69

Per Month

شنبه هر هفته همراه با

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

مدرسه فارسی بچه‌های ایران

دو قلب ریچموند هیل

RWS Farsi Credit Courses

Grades 9-10-11-12

University Level

امکانات برتر

آموزش بهتر

کلاسهای کم جمعیت

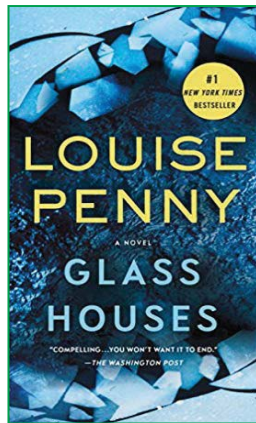
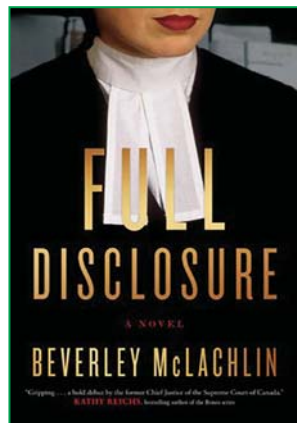
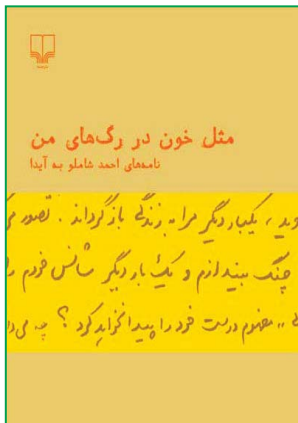
۱۰٪ تخفیف

برای ثبت نام در

Farsi Summer School

10087 Yonge St. Richmond Hill

Tel: 416-221-7274



[ادامه از صفحه ۲۵، اخبار کتاب]

"چشم‌هایش" بزرگ علوی از نشر نگاه،

"جای خالی سلوچ" محمود دولت‌آبادی از نشر چشمه، "سمفونی مردگان" عباس معروفی از نشر ققنوس،

"قهوه سرد آقای نویسنده" روزبه معین از نشر نیماژ،

"طریق بسل شدن" محمود دولت‌آبادی از نشر چشمه،

"پائیز فصل آخر سال است" نسیم مرعشی از نشر چشمه،

"چراغ‌ها را من خاموش می‌کنم" زویا پیرزاد از نشر مرکز،

"من او" رضا امیرخانی از نشر افق، "سوشون" سیمین دانشور از انتشارات خوارزمی،

"مثل خون در رگهای من" نامه‌های احمد شاملو به آیدا" احمد شاملو از نشر چشمه، "سیگار شکلاتی" هما پوراصفحانی از نشر سخن.

در یک بررسی اجمالی می‌توان گفت نه در حوزه تالیف و نه در حوزه ترجمه اثر برجسته‌ای در بازار وجود ندارد تا علاقمندانی که به دنبال این‌گونه آثار هستند آنها را خریداری کنند. نکته دیگر آن‌که اگر هنوز هم کتاب‌هایی امثال "چشم‌هایش" و "سمفونی مردگان" و "یک عاشقانه آرام" را کتابخوان‌ها می‌خرند، علت اصلی این است که کتاب جدی و دارای ارزش ادبی بالا به بازار راه پیدا نمی‌کند تا قشر کتابخوان روشنفکر و تحصیل کرده را به خود جلب کند.

در رابطه با پر فروش‌ترین کتاب‌ها در سال ۲۰۱۸ در کانادا براساس گزارش بخش کتاب شبکه CBC کانادا و سایت آمازون می‌توان کتابهای زیر را نام برد:

افشای تام و تمام، بوری مک لین

رمان (FULL DISCLOSURE) ماجرای تقابل رئیس سابق دادگستری کانادا است با جیلی ترلت، یک وکیل مدافع جوان تازه کار. نگاهی دقیق به آنچه معنای عدالت در دادگاه‌ها و عرصه عمومی کانادا است. هنگامی که همه چیز و همه کس میل به پنهان کردن و پنهان شدن دارد، حقیقت تنها دفاع است.

[ادامه از صفحه ۲۷، خودپه]

خود دارند و اینکه هدفشان از زندگی مشترک چه بوده است و یا به عبارتی آن چه را که واقعا علاقه داشتند عملی کنند.

بالاخره و در آخر سر هر کدام از طرفین که چنین مشکلی را دارند (مشکل کم‌روبی و کم‌حرفی) باید خطر و درد را بپذیرد و با آن روبرو شوند و این مستقیما به دلیل ابراز نکردن آنچه در درون آنها بوده است رخ می‌دهد. بنابراین افراد بایستی بتوانند حرف خود و خواسته‌های خود را بیان نمایند و کوشش کنند تا مسائل و اعمال گذشته را ترمیم نمایند. این در واقع وظیفه فرد کم‌رو است که از این طریق خود را درمان کند و البته به‌طور کلی باید به این نکته اشاره نمود که

برده‌اند داخل زوروق تنها شکلاتی که داشته، باد تنها پتویش را برده و نویسنده، مارگارت آتوود، برای تنها دختری که دوست داشته سرنوشتی عجیب رقم می‌زند. او آن قدر خواندنی و پُر کشش این گذشته را در آینده روایت می‌کند که خواننده را کاملا درگیر می‌نماید تا کتابی با حجم بالا را یک نفس بخواند. بی‌جهت نیست که نام این اثر در فهرست نهایی جوایز متعددی در سال ۲۰۰۳ جای داده شده بود. اینک که فصل سرد آغاز می‌شود شما می‌توانید با خواندن این رمان عاشقانه به درونتان گرمای عشق را وارد کنید تا زمستان تورتو را با گرمی سپری نمایید.

حسن گل محمدی،

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

golmohammadihassan@yahoo.com

اسپانسرهای مطلب سخن و اندیشه:

رستوران خانوادگی دربند
۶۴۷-۸۹۳-۳۴۴۱

شرکت توریستی رهتورز
۶۴۷-۴۰۲-۸۶۸۷

ارز تهرانتو
۴۱۶-۲۲۵-۲۳۴۵

شرکت گنجینه فرش
۹۰۵-۲۳۷-۴۳۹۴

آژانس مسافرتی شایان
۴۱۶-۸۳۸-۷۰۰۵

را به مرحله اجرا درآورند، احساس شدید ترس خواهند نمود. اما باید متوجه بود که هر بار که با اعمال شجاعانه خواسته‌های منطقی خود را ابراز دارید، زندگی زناشویی‌تان به مرحله بالاتری صعود خواهد کرد و بعدا متوجه خواهید شد که زندگی با قدردانی و سپاسگزاری که نتیجه به جان خریدن خطر بوده است زن و شوهر را به مراتب به همدیگر نزدیکتر خواهد نمود و نتایج اعمال این خطرهای خیلی بیشتر از آن چیزهایی است که فرد به آن امیدوار بوده است.

دکتر صفر داعی، دکترای روانشناسی از دانشگاه انگلستان

Safardaei4@hotmail.com

Office:905-770-4556

ازدواج کرده بود، ازدواج آنها توسط حکومت ناموفق، زن دستگیر می‌شود و چون بچه داشته و باروری خود را ثابت کرده است به مرکز سرخ که مرکز آموزش کلفت‌ها است منتقل می‌شود و دخترش به خانواده یک فرمانده بی‌فرزند داده می‌شود. افره از سرنوشت دختر و شوهرش اطلاعی ندارد. او در خلال ماجراهای روزانه خود، خاطرات قدیمی‌اش را نیز بازگو می‌کند که فضای خفقان‌آور جمهوری گیلاد را برای خواننده ترسیم می‌کند.

علاقمندان به تهیه کتاب‌های نویسندگان کانادایی، می‌توانند به کتابفروشی INDIGO مراجعه نمایند.

آخرین انسان، مارگارت آتوود، ترجمه سهیل سمی

خوشبختانه بسیاری از کتاب‌های نویسندگان کانادایی بویژه مارگارت آتوود و آلیس مونرو به زبان فارسی ترجمه شده‌اند و علاقمندان می‌توانند آنها را به زبان مادری خود بخوانند. در اینجا کتاب بسیار خواندنی آخرین انسان، نوشته مارگارت آتوود با ترجمه سهیل سمی را که در سال ۱۳۹۶ توسط انتشارات ققنوس در تهران به بازار عرضه شده، به شما معرفی می‌کنم.

آخرین انسان عنوان اصلی‌اش اوریکس و کریک است. (ORYX AND CREEKE) این کتاب یک رمان عاشقانه است که در گذشته اتفاق افتاده و در آینده روایت می‌گردد. آینده‌ای که در آن انسانی روی کره زمین باقی نمانده جز یک نفر، غذایی ندارد جز یک انبه، مورچه‌ها هجوم

نجات او باز خواهد شد یا نه. فرد باید تصور کند که ممکن است شریک زندگی خود را از خود دور نماید اما اگر چنین کاری را نکند و خواسته‌های درونی خود را ابراز ننماید احساس می‌کند که به خود و همسرش دروغ می‌گوید زیرا صحبت نکردن و ابراز حقایق ننمودن طرف مقابل را وادار می‌کند که احساس نماید آنچه بین آنها وجود دارد مورد قبول و دلخواه طرف مقابل است و لذا فکر کند که اوضاع خوب و در حال گذر است. هیچکس در هیچ مواقعی نمی‌تواند فکر دیگری را بخواند، و اگر شخصی چنین ادعایی داشته باشد یا شایع است و یا پُر مدعا و دروغگو.

این افراد از زن و یا شوهر ممکن است بیش از یک بار با خطر از دست دادن زندگی زناشویی مواجه شوند و هر بار که این ریسک و یا خطر

شیر و عسل، رابی کائور

"شیر و عسل" (MILK AND HONEY) مجموعه‌ای از روایات ترکیبی شعر، شعر در مورد بقاء، تجربه خشونت، سوء استفاده، عشق، از دست دادن و زنانگی است. شیر و عسل خوانندگان را از طریق خواندن به سفر در لحظات تلخ در زندگی می‌برد و شیرینی را در همان‌ها پیدا می‌کند، زیرا معتقد است در همه جا شیرینی وجود دارد، کافی است شما مایل به درست نگاه کردن باشید.

خانه‌های شیشه‌ای، لوییس پنی

هنگامی که یک شخصیت اسرارآمیز در سه شنبه‌ای سرد از نوامبر در منطقه THREE PINE ظاهر می‌شود، آرمان گاماچ و بقیه روستاییان در ابتدا کنجکاو هستند اما روایت در مسیر دیگری به جلو می‌رود. کتاب (GLASS HOUSES) مخصوص کسانی است که دیوانه رمان‌های اسرار آمیزند. از آنها که فقط باید تماشا کنی، صبر کنی و ببینی چگونه در مسیر روایت امیدواری و ترس در حال افزایش است.

قصه ندیمه، مارگارت آتوود

رمان (THE HANDMAID'S TALE) از معروف‌ترین نویسندگان و شاعر کانادا مارگارت آتوود، برنده جایزه آرتورسی کلارک است. داستان کتاب از زبان زنی از طبقه کلفت‌ها روایت می‌شود که نام واقعی او جون است ولی لقب او از آنجا که نام فرمانده‌اش فرد است، افره (OFFREED) می‌باشد. افره پیش از انقلاب گیلاد، همسر و یک دختر کوچک داشته است. از آنجا که شوهرش پیش از او با زن دیگری

انرژی، وقت و کوشش زیاد می‌خواهد.

شکی نیست که در طول دوران سخت و پراسر آشوب زندگی زناشویی، مواقعی پیش می‌آید که فرد مجبور می‌شود تا با پذیرش همه ناراحتی‌ها ازدواج خود را به خطر بیندازد. در چنین شرایطی یکی از طرفین به ناچار اما با قدرت و استقامت به همسر خود خواهد گفت که مسائل و مواردی وجود دارد که من نمی‌توانم آنها را تحمل و با تو زندگی کنم. در واقع او این مساله را نه برای تهدید و یا اولتیماتوم می‌گوید، بلکه آنچه را که فهمیده و فکر می‌کند که حقیقت دارد ابراز می‌دارد. در چنین مواقعی فردی که این مسائل را ابراز می‌دارد، احساس می‌کند که خود را از یک هواپیما به بیرون پرتاب می‌کند و نمی‌داند به کجا وارد می‌شود و آیا چتر



Rose Bahrami

Partner

B.Sc., LL.B.

Member of the Law Society of Upper Canada

Member of Ontario Bar Association

فیروزه بهرامی

وکیل رسمی دادگستری کانادا
عضو انجمن وکلای ایرانی - کانادایی

■ حقوق املاک

■ حقوق تجاری

■ امور مهاجرت و اقامت

■ تنظیم وصیت نامه و

وکالت نامه

■ تایید رسمی اسناد

647.847.7276

416.777.2244 x720

Fax: 416.477.2847

RBahrami@LevyZavet.com

www.LevyZavet.com

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

[ادامه از صفحه ۲۳، نگاه به شاه]

کمیترون در آن منافع شوروی بسان "پایگاه انقلاب پروتلاریایی" همواره بر منافع هر یک از احزاب کمونیست عضو رجحان داشت — نامه‌ای در اعتراض به حزب "برادر" در شوروی نوشتند. لحن نامه به شکلی به‌راستی تعجب‌آور تند و اعتراض‌آمیز بود. ولی شکی نبود که این نامه تأثیری در سیاست شوروی نمی‌گذاشت. انترناسیونالیسم پروتلاریایی، آن‌چنان که لنین و استالین درکش می‌کردند، اقتضا می‌کرد که منافع شوروی بر آن چه کمونیست‌های "ناسیونالیست" ایران می‌خواستند مرجح دانسته شود و چنین هم شد.

رهنمود استالین در مورد ایجاد فرقهٔ دمکرات آذربایجان حتی شمار نشریات آن را تعیین می‌کرد. معین شده بود که "مجلهٔ تصویری که در باکو چاپ و در ایران پخش خواهد شد و سه روزنامه در آذربایجان [ایران]" آغاز به کار خواهند کرد. سیاست‌های فرقه دمکرات هم به دقت تعیین شده بود. قرار شد فرقه از اصلاحات ارضی و نیز "بهبود قاطع روابط ایران و شوروی" جانبداری کند. در پایان رهنمود، استالین مبلغ "یک میلیون روبل (قابل تبدیل به تومان)" برای این کار بودجه تعیین کرد.

کستر از دو ماه بعد از صدور این فرمان، در اوت ۱۹۴۵ (مرداد ۱۳۲۴)، طرفداران فرقه دمکرات ادارات دولتی را در شهر تبریز به تسخیر درآوردند و مانیفست خود را منتشر کردند. همسو با این حرکت، و در واقع برای تضمین موقعیت و امنیت طرفداران فرقه، استالین هم اعلام کرد که شوروی نیروهای خود را از ایران خارج نخواهد کرد. ادامهٔ اشغال ایران توسط شوروی و ایجاد دو جنبش جدایی‌طلب در دو استان ایران که در واقع با هم پیوند تنگاتنگ داشتند، نخستین بحران بزرگ سلطنت شاه را پدید آوردند.

در چارچوب این تحولات بود که دکتر مصدق که به آسانی به نمایندگی مجلس از تهران انتخاب شده بود، در دسامبر ۱۹۴۴ (آذر ۱۳۲۳) لایحه‌ای تقدیم مجلس کرد که هرگونه مذاکره درمورد نفت و اعطای هر نوع امتیاز در دوران جنگ را از طرف دولت ایران ممنوع می‌کرد. در تبیین نظراتش پیرامون ضرورت تصویب این لایحه مصدق مفهومی را که اسطفس سیاست خارجی‌اش را تشکیل می‌داد صورت‌بندی کرد. مصدق آن را موازنهٔ منفی می‌خواند و آن را در تقابل با موازنهٔ مثبتی قرار می‌داد که در آن ماه‌ها شوروی و انگلستان منادیش بودند. لب کلام موازنهٔ مثبت این بود که هر امتیاز به شوروی را باید با امتیازی به انگلستان توازن بخشید. مصدق می‌گفت پیروی از این سیاست در حکم آن است که دست راست کسی را ببرند و آن گاه برای "موازنه" بگویند دست چپش را هم باید برید.

مصدق لایحه منع مذاکرات نفتی در زمان جنگ را درست در زمانی در مجلس مطرح کرد که شوروی فشارهای چند جانبهٔ خود برای دریافت امتیاز نفت شمال را آغازیده بود. نخستین هیأت شوروی که رسالتش جلب توافقی ایران برای چنین امتیازی بود در سپتامبر ۱۹۴۴ به تهران وارد شد. تقاضای شوروی برای این امتیاز، آن چنان که این هیأت صورت‌بندی‌اش می‌کرد، بر سه پایهٔ شگفت‌انگیز استوار بود. از طرفی شوروی صرفاً خود را محق دریافت چنین امتیازی در

خطهٔ شمال ایران می‌دانست. به علاوه شوروی می‌گفت چنین امتیازی در شمال صرفاً توازنی در مقابل امتیاز نفت جنوب ایران برای انگلستان ایجاد می‌کند. رکن سوم استدلال روس‌ها حتی از این دو شگفت‌انگیزتر بود. روس‌ها معتقد بودند بدون دریافت امتیاز نفت شمال ایران اکتشافات آنها "در حوزه‌های نفتی باکو" به خطر می‌افتد. استالین کار را به جایی رساند که در دیداری با یک مقام آمریکایی در توجیه ضرورت دریافت امتیاز نفت شمال ادعا کرد که "یک خرابکار، حتی آدم عادی‌ای که یک جعبه کبریت همراه داشته باشد... می‌تواند حوزه‌های نفتی ما را به خطر بیندازد".

مصدق نگران بود که هنگام طرح لایحه پیشنهادی‌اش در مجلس نمایندگان حزب توده — که از قضا همه در مناطق تحت اشغال شوروی انتخاب شده بودند — به محض خبردار شدن از موضوع و موضع آن به لطایف‌الحیل از بحث و تصویب آن جلوگیری به عمل آورند. در نتیجه متن طرح لایحه و نیت خود در پیشنهاد آن را از نمایندگان حزب توده پنهان نگه داشت. به همین خاطر وقتی که پیشنهاد طرح لایحه در جلسهٔ علنی مجلس شورای ملی مطرح شد نمایندگان حزب توده یکسره غافل گیر شدند.

در زمانی که مصدق در فکر تدوین و تصویب این لایحه بود شاه او را به دربار دعوت کرد. به مصدق پیشنهاد کرد که مقام نخست‌وزیری را بپذیرد. مصدق از این پیشنهاد غافلگیر شد، اما او پذیرفتن پیشنهاد شاه را مشروط به تأیید انگلیس‌ها کرد. در سال‌های بعد شاه

از هر فرصتی استفاده می‌کرد تا این شرط مصدق را به ابزاری علیه مصدق بدل کند و او را به بزدلی و ریاکاری متهم کند. گاه حتی به تلویح ادعا می‌کرد که شاید مصدق، به رغم ظاهر، با انگلیس‌ها همکاری داشت. روایت مصدق از این جلسه و چرایی نپذیرفتن پیشنهاد شاه یکسره با آن‌چه شاه ادعا می‌کند تفاوت دارد. از سویی مصدق گمان داشت که نقش شاه در قانون اساسی ایران چیزی بیش از "نماد" وحدت نیست. معتقد بود شاه اصولاً حق طرح چنین پیشنهادی را ندارد. روایت مصدق در خاطرات و تألمات او آمده که سال‌ها بعد از واقعه و زمانی نوشته شد که او در زندان شاه گرفتار بود. در هر حال، روایات مصدق و شاه در چند نکته اتفاق‌نظر دارند: شاه چنین پیشنهادی مطرح کرد و مصدق پذیرفتنش را منوط به توافق انگلیس‌ها کرد. در خاطرات و تألمات خود در تبیین آن چه در این جلسه گذشت مصدق اضافه می‌کند که می‌دانست در آن زمان انگلیس‌ها مملکت را در اشغال داشتند و تحولات سیاسی مملکت عمدتاً زیر نگین آنها بود. می‌گفت — و راست می‌گفت — که از مخالفت انگلیس‌ها با او نیک آگاه بود و می‌دانست که هرگز اجازهٔ چنین انتصابی را نخواهد داد.

وقتی شاه در دیدارش با بولارد پیشنهاد خود به مصدق را با او به میان گذاشت، بولارد سخت برآشفته و به قول خودش سعی کرد این اندیشه را "تحقیر و تنقید" کند. به علاوه به شاه گفت که این پیشنهاد "خلاف قانون اساسی است". جالب این جا است که همین دولت و سفارت

انگلیس نه‌تنها در همان سال‌ها بلکه به‌ویژه در زمان نخست‌وزیری دکتر مصدق بارها از شاه می‌خواستند که نخست‌وزیری را برگمارد یا برکنار کند و بارها تأکید می‌کردند که شاه حق عزل و انتصاب نخست‌وزیر را داراست. بولارد تنها کسی نبود که از پیشنهاد شاه به مصدق وحشتزده شده بود. دولت انگلستان، به محض دریافت گزارش بولارد، چنان نگران امکان تحقق چنین انتصابی شد که در تلگرافی به بولارد دستور داد که فوراً به دیدار شاه برود و به او یادآور شود که "چنین اقدام خلاف قانون اساسی نتایج سوء فراوانی در افکار عمومی جهان" بجا خواهد گذاشت. آشکارا دولت انگلیس، حتی در سال ۱۹۴۴ (۱۳۲۳)، نیک می‌دانست که شاه نسبت به آن چه "افکار عمومی"، به‌ویژه در غرب، درباره‌اش می‌گویند "سخت حساس است". بولارد دستور داشت که اگر این تهدید علیه انتصاب مصدق کاری نشد، و شاه بر نظر خود پافشاری کرد، سفیر باید به شاه "خطرات پیروی از راه و روش پدرش" را یادآوری و تأکید کند که پافشاری شاه بر این "راه و روش" او را به سرنوشتی مشابه پدر دچار خواهد کرد. واضح بود که "راه و روش" پدر در سال ۱۹۴۴ (۱۳۲۳) رضاشاه را به خانه‌ای استیجاری در ژوهانسبورگ کشانده بود — جایی که او عملاً زندانی دولت فحیمهٔ انگلستان بود. یکی دو روز بعد از دیدارش با بولارد، شاه مصدق را به دربار دعوت کرد و مخالفت انگلیس‌ها با نخست‌وزیری‌اش را به اطلاع او رساند. در حالی که شاه و مصدق درگیر این مذاکرات پشت پرده بودند، وضع ایران هر روز بحرانی‌تر می‌شد. شوروی هر روز موضعی سرسختانه‌تر می‌گرفت. بعد از مدتی کار به جایی رسید که روس‌ها خود معین می‌کردند با کدام نخست‌وزیر ایرانی حاضر به گفتگو هستند. بالاخره هم به صراحت گفتند که تنها با قوام مذاکره خواهند کرد و لاغیر. تصریح و تأکید می‌کردند که نخست‌وزیر وقت ایران، ابراهیم حکیمی را بر نمی‌تابند و او را سیاستمداری ارتجاعی و نوکر استثمار می‌دانند. موقعیت شوروی به‌ویژه از آنجا مستحکم شده بود که در پایان جنگ نزدیک به شصت هزار سرباز در ایران داشتند. بسیاری از آن‌ها در قزوین مستقر بودند که فاصله چندانی با پایتخت نداشت.

آمریکا و انگلیس نیروهای خود را از ایران خارج کرده بودند و عملاً هیچ نیرویی ظاهراً نبود که بتواند با ارتش اشغالگر شوروی و متحدان داخلی‌اش در آذربایجان و کردستان و نیز در هیأت حزب توانمند و رویندهٔ حزب توده رویارویی کند.

...

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

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

www.milanibooks.com

[ادامه در شماره بعد]



مجموعه کتاب‌های

دکتر عباس میلاتی، دکتر فرزانه میلاتی













قابل خرید در:

milanibooks.com

دو کتاب فروش فرخزاد و نگاه به شاه را
 علاوه بر آنلاین، از بنیاد پریا و یا کتابفروشی‌های شهر تهیه فرمایید

اوکازيون: املاک برای فروش

Don Mills / O'Conner

\$2,228,000

خانه مجزای ۲ طبقه ۴ خوابه

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

Note: High Ceiling in the basement with Walk out

Central Newmarket

\$900,000

خانه بانگلو ۳ خوابه در نیومارکت

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

Richmond Hill & Thornhill

NEW

پلازا با مشتریان A

با درآمد و قیمت مناسب در خیابان یانگ در ریچموند هیل

رستوران نقلی با لایسنس مشروب

با ملک در تورن هیل

Brampton

\$9,000,000

پمپ بنزین با درآمد بالا

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

Bayview / York Mills

\$3,200,000

خانه بانگلو ۳ خوابه در منطقه عالی

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

416.816.1010

Sales Rep. شهرام بینش

Classic

سازمان زنان

سازمان زنان از دوشنبه تا جمعه، ساعت ۹ صبح تا ۵ بعدازظهر آماده پاسخگویی به اعضاء و علاقمندان می باشد. برای اطلاعات بیشتر در مورد برنامه های سازمان، لطفا با شماره تلفن ۹۵۶۶-۴۹۶-۴۱۶ تماس بگیرید و یا به وب سایت ما مراجعه فرمایید www.iwontario.com
1761 Sheppard Ave E, Ground Floor,
Toronto, ON M2J 0A5
(East of Parkway Forest, 2nd door behind the bus stop)

کلینیک رایگان سلامت روان

پنجشنبه ها یک هفته در میان، ۹ صبح تا ۱۲. جلسات بعدی ۲۵ اکتبر خواهد بود.

ورک شاپ آموزشی والدین و سرپرست کودکان

چهارشنبه، ۱۴ نوامبر، ۱ تا ۳ بعد از ظهر

کلاس زومبا

چهارشنبه هر هفته از ساعت ۱ تا ۲ بعد از ظهر برای گرفتن اطلاعات بیشتر با ما تماس بگیرید

برگزاری کلاس هنر و فرهنگ (هنر درمانی)

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

کلاس آمادگی سیتیزن شپ

سه شنبه هر هفته از ساعت ۱۰ صبح تا ۱۲ بعد از ظهر. برای گرفتن اطلاعات بیشتر با ما تماس بگیرید

قصه گوئی برای کودکان

سه شنبه هر هفته از ساعت ۶ تا ۸ عصر برای گرفتن اطلاعات بیشتر با ما تماس بگیرید

برنامه کلوپ ادبی

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

گرداننده جلسه: خانم سلورا لوزجانی

برنامه ویژه شهروندان ارشد

پنجشنبه هر هفته ساعت ۱۱:۳۰ تا ۲:۳۰ بعدازظهر

کلاسهای تک نفره جهت آموزش و رفع اشکال تیلت و گوشی روزهای شنبه از ساعت ۱۳:۳۰ تا ۱۵:۳۰ بعد از ظهر.

خدمات و سرویس جهت کارایی و رزومه نویسی و آمادگی جهت مصاحبه شغلی

هر سه شنبه با همکاری سازمان JVS با تعیین وقت قبلی،

آموزش سازه های دیوان، تنبور، تار، سه تار، قوپوز و ساز ترکی آذری، سنتور، دف، سلفژ و آواز توسط علی زندی.

کلاس آواز و هم خوانی توسط حسن انعامی

چهارشنبه از ساعت ۶ تا ۸.

کلاسهای در سطوح مختلف ESL - رایگان

این کلاسها در سطوح مختلف روزهای دوشنبه الی جمعه از ساعت ۹ صبح الی ۳ بعد از ظهر تشکیل می گردد

کمک و اطلاع رسانی به تازه واردین و سیتیزن ها جهت پر کردن فرم های دولتی و شخصی، اطلاعات در مورد وافر، بازنشستگی، مهاجرت، نوشتن نامه اداری و کمک و ترجمه در تماس های تلفنی با ارگانهای دولتی.

خدمات رایگان جهت مسکن دولتی.

• آمادگی برای امتحان سیتی زن شپ

زمان: جمعه ها و چهارشنبه ها از ساعت ۹:۳۰ الی ۱۱:۳۰ صبح

+50 Job Search and Networking

زمان: دوشنبه ها از ساعت ۲:۰۰ الی ۳:۳۰ بعداز ظهر

اگر چنانچه به تازگی وارد کانادا شده اید و به دریافت اطلاعات بیشتر در هر یک از موارد فوق یا مواردی که در بالا ذکر نشده اند، نیاز دارید، می توانید برای بهره مندی از خدمات مشاوره فردی مرکز ما با ما تماس حاصل نمایید.

مکان برگزاری جلسات: Yonge Street 6075 - طبقه چهارم

تمامی جلسات رایگان می باشند. به علت محدودیت جا لطفا با شماره ۸۹۹۰-۲۱۸-۴۱۶ داخلی ۲۲۱ تماس گرفته و ثبت نام کنید.

• آمادگی برای امتحان سیتی زن شپ

زمان: جمعه ها و چهارشنبه ها از ساعت ۹:۳۰ الی ۱۱:۳۰ صبح

+50 Job Search and Networking

زمان: دوشنبه ها از ساعت ۲:۰۰ الی ۳:۳۰ بعداز ظهر

اگر چنانچه به تازگی وارد کانادا شده اید و به دریافت اطلاعات بیشتر در هر یک از موارد فوق یا مواردی که در بالا ذکر نشده اند، نیاز دارید، می توانید برای بهره مندی از خدمات مشاوره فردی مرکز ما با ما تماس حاصل نمایید.

مکان برگزاری جلسات: Yonge Street 6075 - طبقه چهارم

تمامی جلسات رایگان می باشند. به علت محدودیت جا لطفا با شماره ۸۹۹۰-۲۱۸-۴۱۶ داخلی ۲۲۱ تماس گرفته و ثبت نام کنید.

نرمش مخصوص بزرگسالان جهت تقویت روحیه و سلامت فیزیکی، مسابقه و سرگرمی

مهارت های تمرین مغز- بهبود حافظه و حفظ ذهن فعال با شرکت در بازی با کلمات

خدمات رایگان استقرار به تازه واردین

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

با تعیین وقت قبلی روزهای پنج شنبه از این خدمات بهره مند شوید:

• اطلاعات در زمینه مسکن

• تحصیلات، بهداشت

• مسائل حقوقی، مهاجرت

• کمک های مالی دولتی و تفریحات سالم

• راهنمایی و ارجاع متخصصان تحصیل کرده و صاحبان رشته های فنی و حرفه ای جهت اخذ لایسنس به منابع مربوط

• پرکردن فرم های مختلف دولتی، ارجاع به کلاس های زبان انگلیسی و مراکز آموزش

جمعه ها- از ساعت ۹ تا ۴ بعد از ظهر

برنامه شهروندان ارشد (یاران پارسی)

روزهای جمعه از ساعت ۹ تا ۴ بعد از ظهر آموزش زبان برای این عزیزان هر هفته از ساعت ۱۰ الی ۱۲ بعد از ظهر برای حضور در این کلاس ها سطح یابی اولیه زبان انگلیس الزامی می باشد.

کتابخانه پریا جهت استفاده عموم رایگان

می باشد. کتاب مورد نظر خود را می توانید به مدت دو هفته بصورت امانت در اختیار داشته باشید.

• بنیاد پریا آماده برگزاری جشن تولد عزیزان شما و مراسم مختلف شما می باشد. برای شرکت در کلاس ها و یا رزرو جا با دفتر بنیاد تماس بگیرید.

344 John Street, Markham,
Tel: 905 764 0202 ext.108

Fax: 905 764 377

Email: admin@parya.org

www.parya.org

اطلاعیه کانون مهندس

بدین وسیله از کلیه اعضای محترم کانون مهندس جهت شرکت در سخنرانی ماهیانه کانون دعوت به عمل می آید

موضوع سخنرانی: کم خونی و آلزایمر

سخنران: خانم دکتر الهام تیموری

زمان: چهارشنبه ۷ نوامبر ۲۰۱۸

مکان: هتل شرایتون

هیت مدیره سی و یکم

بنیاد خیریه کهریزک کانادا

بنیاد خیریه کهریزک کانادا یاریگر سالمندان، معلولان و بیماران ام. اس خیریه کهریزک ایران است. بنیاد خیریه کهریزک کانادا یک موسسه خیریه ثبت شده در کانادا است و برای کمک های مالی شما رسید مالیاتی صادر خواهد شد.

Tel: 3090-221-416

website: www.kahrizak.ca

info@kahrizak.ca

Bank: T.D. Canada Trust

Branch & Account: 10842-399

Website: www.kahrizak.ca

• کسب مهارت جهت کارایی

• مکالمه زبان انگلیسی پایه (Basic)

این برنامه پنجشنبه ها از ساعت ۳ تا ۴ بعدازظهر زیر نظر خانم مژگان پارسا برگزار می شود.

برای ثبت نام با دفتر سازمان تماس بگیرید.

• مکالمه زبان انگلیسی (Intermediate)

این برنامه پنج شنبه ها از ساعت ۴ تا ۶ بعدازظهر زیر نظر خانم مژگان پارسا برگزار می شود.

• یادگیری زبان انگلیسی دریک محیط دوستانه

• تقویت و مدیریت برای قرار ملاقات های شما

• برقراری ارتباط موثرتر

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

• خواندن کتاب ها، مقالات و روزنامه ها

• ارائه موثر نقطه نظرات

• تماشای برنامه های تلویزیون و فیلم های زبان انگلیسی و درک مفاهیم.

برای ثبت نام و اطلاعات بیشتر با دفتر سازمان تماس بگیرید.

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 زیر کمک کنند:

• آموزش کامپیوتر و رسانه های اجتماعی برای علاقمندان • اگر در سیستم های اداری و کاری مورد تبعیض واقع شدید. • اگر جوان هستید و با قانون به مشکل برخورد کردید.

تلفن: ۷۲۳۳۷-۷۲۳۳۷-۸۴۰-۴۱۶

180 West Beaver creek U#34

انجمن ادبی شبی با دوستان

این برنامه شامل: شعر، هنر، ادبیات و موسیقی ایرانی می باشد.

زمان و محل اجرا: هر پنجشنبه شب ساعت ۷

واقع در اوریل کامیونیتی سنتر شماره ۲۹۷۵ دانمیلز، جنوب غربی پینات پلازا.

مدیر مسئول پرویز محمد خا نی

تلفن تماس: ۹۹۸۲۲۰۹-۴۱۶

خدمات به تازه واردین

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

102, 103, Markham
(Woodbine & Highway 7)

Welcome Centre Immigrant Services

Richmond Hill
9325 Yonge Street, Unit 31A,

Richmond Hill (Yonge & 16th)

Welcome Centre Immigrant Services

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

Welcome Centre Immigrant Services

Newmarket
16655 Yonge Street, Unit 26
(Yonge & Mulock)

TELEPHONE NO.:
1-877-761-1155

University Settlement

قابل توجه تازه واردین به کانادا:

این مرکز ارائه اطلاعات و مشاوره در زمینه های ذیل را برای افرادی که دارای اقامت دائم یا پناهندگی پذیرفته شده می باشند، بر عهده دارد.

خدمات ما شامل:

• آنچه که یک تازه وارد به کانادا باید درباره این کشور و قوانین آن بداند • باز کردن حساب بانکی، کارت اعتباری و اهمیت آنها

• تحصیل در مقاطع مختلف و ثبت نام در مرکز آموزشی • ESL، LINC، تحصیل در کلاس های آموزش زبان انگلیسی

• شرح کارگاه های آموزشی در ماه اکتبر:

• English Cafe • کلاس های مکالمه انگلیسی روزهای دوشنبه از ساعت ۳ الی ۵ بعدازظهر.

• Tuesdays Cafe • کلاس های مکالمه انگلیسی روزهای سه شنبه از ساعت ۳ الی ۵ بعدازظهر.



First Iranian Canadian Business Expo

ICBE 2018 CANADA

برای نخستین بار در آمریکای شمالی

اولین نمایشگاه کار و بازرگانی ایرانیان کانادا

Metro Toronto
Convention Center

سیزدهم و چهاردهم نوامبر ۲۰۱۸

از ساعت ۱۰ صبح الی ۸ شب

رایگان برای بازدیدکنندگان

آشنایی با سرمایه گذاران، کارآفرینان، بازرگانان و متخصصان

حضور در کنفرانس ها و سمینارهای تخصصی و آموزشی

تبلیغات بر روی صفحه نمایش های موجود در سراسر نمایشگاه

تبلیغات در دفترچه راهنمای نمایشگاه

تبلیغات در وبسایت و شبکه های اجتماعی نمایشگاه

فرصت ارزیابی ایده های تجاری (Start Up) و جذب سرمایه گذار

Learn more online at

www.icbe.ca

+1 (416) 913 3211 or info@icbe.ca

[← ادامه از صفحه ۲۶، ویلهلم](#)

ویلهلم ایرلس هنگام اقامت در اصفهان تحقیقات گسترده‌ای درباره فرهنگ عامه و گویش‌های محلی نمود؛ کار عظیم او در گویش‌های محلی شمال غربی ایران که بازمانده زبان "ماد" است در سال ۱۹۸۸ در اشتوگارت منتشر گردید. او درباره گویش خوانساری و روستای گز از نواحی اصفهان و سیوندی هم مطالعات دقیقی کرده است و این مطالعات و تحقیقات قوم‌شناسی و فرهنگ عامه و تاریخ‌شناسی و تحقیقات در تمدن این بخش از ایران در کتاب‌های مختلف او مندرج است. کار دیگر با ارزش او فراهم کردن، تدوین و تألیف فرهنگ آلمانی - فارسی بود که در دو جلد در فاصله سال‌های ۱۹۶۷ تا ۱۹۸۳ در ویسبادن (Wiesbaden) چاپ گردید که این فرهنگ فقط تا کلمه (feucht) را در خود جای داده است، اگرچه بقیه یادداشت‌های ایرلس از این فرهنگ دوزبانه، در آکادمی علوم باواریا، محفوظ می‌باشد. (۳)

نگاهی مختصر بر آثار ایران‌شناسی ایلرس:

۱. فرهنگ تربیت، واژه نامه فارسی - آلمانی (نقد و بررسی چاپ ۱۹۳۷
تهران ۱۳۱۵).

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

Homa Volleyball CLUB

Boys & Girls

ناصر پیشوا
با ۵۰ سال تجربه آموزش والیبال
در ایران و کانادا

Ziba Kanaani

۱۳۴۹

416-818-0940

۲. بدل سنگ نیسته‌ای با علامت فارسی باستان، چاپ ۱۹۳۷.
 ۳. رباعیات حافظ (فارسی و آه‌مانی) "صحیح" چاپ لایبزیگ ۱۹۴۰.
 ۴. نامه‌ای صاحب‌منصبان ایرانی در کتبه‌های میخی، چاپ ۱۹۴۰، تجدید چاپ: ۱۹۶۶.
 ۵. یک کتبه کوفی صدر اسلام از لرستان، چاپ ۱۹۴۱.
 ۶. دوازده رباعی عراقی (بازنویسی، ترجمه و شرح) چاپ لایبزیگ ۱۹۴۴.
 ۷. ایران (Persia) چاپ ۱۹۵۰ سیدنی استرالیا.
 ۸. نام باستانی عید نوروز ایران، چاپ ۱۹۵۳.
 ۹. نام داموند، چاپ ۱۹۵۲.
 ۱۰. منتخباتی به زبان فارسی باستان، چاپ ۱۹۵۵.
 ۱۱. اسناد کتیبه‌شناسی خُجَا زنبیل (نقد و بررسی)، چاپ ۱۹۵۶.
 ۱۲. تاریخ شیخ اویس (نقد و بررسی)، چاپ ۱۹۵۸.
 ۱۳. آشناسپند، چاپ ۱۹۵۷.
 ۱۴. استمرار آئینی در ایران، چاپ ۱۹۵۶.
 ۱۵. حفاری‌های تخت جمشید (نقد و بررسی)، چاپ ۱۹۵۹.
 ۱۶. فرهنگ آلمانی - فارسی چاپ ۱۹۵۹ - ۱۹۸۳.
 ۱۷. ایران از نظر قومی، سیاسی، تاریخ مذهبی، آئین پارسی و آئین زردشتی در غرب، چاپ ۱۹۵۹.
 ۱۸. ایران‌شناسی، چاپ ۱۹۵۹ توپینگن.
 ۱۹. ایران به عنوان حوزه تحقیقات باستان شناختی و زبان‌شناختی. چاپ اشتودگارت ۱۹۶۰.
 ۲۰. مغان، چاپ ۱۹۶۰ توپینگن.
 ۲۱. مزدک، چاپ توپینگن ۱۹۶۰.
 ۲۲. مزدیسنا، چاپ ۱۹۶۰ توپینگن.
 ۲۳. مادها، چاپ توپینگن، ۱۹۶۰.
 ۲۴. اوزمرد چاپ توپینگن.
 ۲۵. تاریخ مبارک غازانی، اثر رشیدالدین فضل‌الله ابی‌الخیر (نقد و بررسی)، چاپ ۱۹۶۰.
 ۲۶. دستور زبان فارسی معاصر (نقد و بررسی) چاپ ۱۹۵۷
 ۲۷. محاکمه‌الغلتین اثرامیر علشیر نوائی (نقد و بررسی) چاپ ۱۹۶۸.
 ۲۸. سنت و پیشرفت در شرق و شرق‌شناسی (نقد و بررسی) چاپ ۱۹۶۹.
 ۲۹. ایران میان شرق و غرب، چاپ ۱۹۷۱ اشتودگارت.
 ۳۰. کوروش، چاپ ۱۹۷۴.
 ۳۱. ویژگی و شکل زبان در ایران، چاپ ۱۹۷۴.
 ۳۲. گویش خوانساری با همکاری (گردآوری و ویرایش)، چاپ ۱۹۷۶.
 ۳۳. گویش گزی (با همکاری و گردآوری)، چاپ ۱۹۷۹.
 ۳۴. گویش سیوندی، چاپ ۱۹۸۸.
- ده‌ها کتاب و رساله درباره ایران و سامی‌ها و غیره... چون تعداد آنها زیاد شده و گویش بسیار زیاد بود لذا از ذکر نام آلمانی یا انگلیسی آنها خودداری کردم.

آنکلساریا "بھرام گور تھمورث آنکلساریا"

از پارسایان هندوستان، متولد ۱۸۷۳ میلادی در هندوستان (Bahramgor Tehmuras Anklesaria) شرق شناس، است که در سال ۱۸۹۳ لیسانس گرفت و سپس فوق لیسانس زبان‌های اوستایی و پهلوی خود را در شهر بمبئی به پایان برد و سپس در تدریس این دو زبان و دیگر زبان‌های شرقی در دانشگاه بمبئی مشغول شد. او در سال ۱۹۳۰ میلادی برابر با ۱۳۰۹ خورشیدی به ایران سفر کرد و سه سخنرانی در ایران ایراد کرد که هر سه در تهران چاپ شده است. در سال ۱۹۳۴ برای شرکت در جشن هزاره فردوسی دوباره به ایران آمد و در سال ۱۹۳۵ در شهر «میسور» هند ریاست بخش ایرانی هشتمین کنفرانس شرق‌شناسی سراسری هند را به عهده داشت. وی متون پهلوی را تصحیح و ترجمه و منتشر می‌کرد. کارهای او نه تنها در هند بلکه در اروپا نیز بی‌نظیر است. او در سال ۱۹۴۴، در بمبئی درگذشت.^(۱)

مرحوم صادق هدایت نویسنده پیشرو و بزرگ ایران در سال ۱۳۱۵ خورشیدی به همراه دکتر علی شیرازپور پرتو معروف به "ش پرتو" که در آن هنگام در کنسولگری ایران در بمبئی

کار می‌کرد در مسافرت به هندوستان از این خاورشناس هندی یعنی بهرام گور تهمورث آنکلساریا زبان پهلوی آموخت و وقتی که به ایران مراجعت نمود کتاب‌های کارنامه اردشیر بابکان را به فارسی ترجمه نموده چاپ کرد و کتاب نیزنگستان را هم در فلکلر ایرانیان پیش از اسلام نوشت و آنها را با ترجمه چند رساله دیگر از زبان پهلوی، از جمله قسمتی از گزارش گمان‌شکن، در تهران منتشر نمود.

در دانشنامه فارسی ویکی‌پدیا آمده است که بهرام گور تهمورث انکلساریا از ایران شناسان مشهور هند و متخصص در زبان و ادبیات ایران باستانی و از پارسیان هند بوده که در ۱۸۷۷ در انکلساریا از توابع گجرات به دنیا آمده و پس از ۶۵ سال عمر در ۲۵ نوامبر ۱۹۴۲ در بمبئی درگذشته است. پدرش تهمورث دین شاه هم از شرق‌شناسان شاخه ایران‌شناسی بوده است. بهرام گور دو سفر به ایران داشته است: یکی در سال ۱۳۰۹ خورشیدی که سه همایش خود در تهران یادگار این سفر است، و بار دیگر در جشن هزاره فردوسی در ۱۳۱۲ که خطابه‌ای درباره فردوسی نیز ایراد کرده به نام "فردوسی جوادان" که در کتاب "هزاره فردوسی" به چاپ رسیده است. وی سال‌ها در بنیاد خاورشناسی کاما و موسسه زردشتی تدریس می‌کرد. او هنگامی که فراماسونری به عنوان یک جنبش لیبرال در جهان گسترش پیدا می‌کرد عضویت آنرا پذیرفته و به درجات عالی آن دست یافت^(۴). البته به عقیده من نویسنده این سطور این عضویت در فرقه فراماسونری از نکات قابل انتقاد زندگی این خاورشناس زردشتی هندی است و شاید هم از نیات پنهانی این فرقه در آن زمان، چندان آگاهی نداشته است.

بخشی از نوشته و تحقیقات ایران‌شناسی آنکلساریا:

۱. زندوهمون یسن و دو اثر به زبان پهلوی (Zand-i Vohuman), چاپ ۱۹۱۹.
۲. سعد و نحس ستارگان در ادبیات فارسی (Asterisms in Iranian Literature), چاپ ۱۹۰۰.
۳. متن کامل اوستایی پشتها با اصطلاحات (Complete Avesta), چاپ ۱۹۲۵.
۴. واژگان فارسی دخیل در زبان عبری و واژگان عربی دخیل در زبان سانسکریت (The Iranian Words Introduced in to Arabic and the Arabic Words Taken in Sanskrit), چاپ ۱۹۳۵.
۵. کارنامه اردشیرپایکان (ترجمه) (Karnamak 'I Artakhsir), چاپ ۱۹۳۵.
۶. فردوسی جاودان (The Immortal Firdausi), چاپ ۱۹۴۴.
۷. توصیف و خلاصه درخت اسوریک (A Description and Summary of The Drakht-i Asurik), چاپ ۱۹۵۶.
۸. گزیده‌های زاداسیرم (Vicitakhi-I Zatsparam), چاپ ۱۹۶۴.
۹. متن‌های پهلوی (The Pahlavi Texts), چاپ ۱۹۶۵.
۱۰. کتاب "شکند گمانیک و پچار" یا (گزارش گمان شکن) چاپ ۱۹۶۵.
۱۱. کتاب "دادستان دینیک".
۱۲. مانیکان "گجستک ایلش".
۱۳. چند بخش از کتاب "دینکرد", کتاب‌های ۱ تا ۱۳ از کتب یاقی‌مانده از زبان پهلوی ساسانی است که انکلساری آنها را مقدمه‌ای بر این مفید انتشار داده است.

منابع وماخذ:

- ۱) محمد رستمی: ایران شناسان و ادبیات فارسی صص ۴۳۹- ۴۴۰، چاپ تهران ۱۳۹۰ از انتشارات پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی.
- ۲) دانشنامه انگلیسی‌زبان (Iranica)، چاپ آمریکا، به سرپرستی شادروان احسان یارشاطر، مقاله Eilers Wilhelm. صص ۴۹۳- ۴۹۴.
- ۳) دانشنامه آزاد ویک مدیا فارسی: مقاله انگلسا یا بهر ام گور، تهه، رث.

محمد علی، اختی،

سر دفتر باز نشسته اسناد رسمی، ساکن، تورنتو است

9-57519325

اجاره

Bayview & Majormack

بنگالوی سه خوابه

Main Floor

\$1800

416-822-9409

اجاره

Yonge/weldrick

خانه‌ای سه خوابه، با پارکینگ

بیش از ۲۲۰۰ اسکورفیت

در چند قدمی خیابان یانگ

اجاره داده می‌شود

\$۱۹۵۰ + یوتیلیتی

647-995-2855

دعوت به سرمایه گذاری

تا ۲۱ درصد

سود تضمین شده سالیانه

به سپرده گذاران به همراه

تضامین کافی

و بیمه نامه معتبر

بابت اصل و سود سرمایه

جهت توسعه در امور اقتصادی و مالی

در یک شرکت معتبر

647-669-7555

آشنایی و ازدواج

آقای هستم ۵۰ ساله

به دنبال آشنایی و ازدواج با خانمی اهل

ورزش از ایران یا کانادا هستم

437-925-3152

کترینگ کدبانو

انواع غذا، پیش غذا،

دسر با کیفیتی عالی و طعمی

به یاد ماندنی

مناسب برای مجالس و مهمانی‌های شما

647-466-3845

The Best خدمات ساختمانی



سروش یزدانی

647.721.5004

www.thebestconstruction.ca

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

پویا

مجتمع

✓ خدمات مالی و حسابداری

✓ خرید، فروش و اجاره مسکن

416.225.6600

خدمات شبکه‌های اجتماعی می‌خواهید؟



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

با ما تماس بگیرید

647-674-4048

info@iranstar.com

توجه ترجمه فوری توجه
(ATIO Member)

ترجمه

کلیه اسناد رسمی

گواهینامه . شناسنامه

مدارک تحصیلی

مدارک ازدواج و ...

و اداره مهاجرت کانادا

توجه کلیه وکالت‌ها
بدون تأیید وکیل خارجی
اعتبار نمی‌باشد.

طلاق و ازدواج شرعی و کانادایی

توسط وکلای رسمی دادگستری کانادا و پایه یک ایران

416-850-6455

محضر رسمی تورنتو

و با همکاری وکلای رسمی دادگاه‌های انتاریو کانادا و ایران

. گواهی امضاء . وصیتنامه

. تنظیم و تأیید رسمی دعوتنامه

. تنظیم و تأیید اجازه سفر فرزندان

. تنظیم، تایپ و تأیید وکالتنامه

. کپی برابر با اصل

. اجازه خروج مکرر

10087 Yonge St. Richmond Hill

رستوران خانوادگی ۲۴ ساعته دربند

غذای تازه و لذیذ را با ما امتحان کنید

رستوران: ۴۱۶-۴۴۵-۱۷۷۷

کترینگ: ۴۱۶-۸۳۲-۸۲۳۲

879 York Mills Road, North York, ON M3B 1Y5

کله پاچه
دیزی سنتی
حلیم

مهر

شما معمولاً قادرید که با شایستگی نیازهای خود برای داشتن یک رابطه خوب دنبال کنید. شما تمایل دارید که خود همزمان که به دیگران کمک می‌کنید تا به رضایت در زندگی‌شان دست یابند استعدادهای درونی خود را نیز شکوفا کنید و اگرچه کلید تمرکز شما هنوز شامل آنهایی می‌شود که دوستانشان دارید اما اکنون بیشتر مایلید که آنچه را می‌خواهید بررسی کنید. خوشبختانه در دراز مدت این داور و قضاوت در مورد امکاناتان می‌تواند روابط شما را استوارتر سازد.

آبان

شما تا به حال موضوعات احساسی خود را به زور جلو می‌بردید و اگرچه هنوز به انتظار آینده هستید اما باز هم به گذشته می‌اندیشید تا بهتر بتوانید احساسات اخیر خود را درک کنید. ممکن است درباره برنامه‌های پیش آمده قدری مردد باشید و این احتیاط بیش از حد می‌تواند شما را برانگیزد تا راه حل‌های جایگزینی در رابطه با آن چیزهایی که نیاز دارید انتخاب کنید. اما فکر نکنید که اشتباهات شما را پیدا می‌کنند یا خواهند کرد. در عوض مطمئن باشید که خوش بینی از دست رفته شما دوباره باز خواهد گشت.

آذر

اکنون کار زیاد کردن برای شما جذابیت خاصی دارد اما شما نیاز خواهید داشت که مراقب خود نیز باشید در غیر این صورت ممکن است خود را بسیار از دست رفته بباید. این فوریت ممکن است برای شما طبیعی باشد اما امروز شما اگر از نظر احساسی محتاط باشید بیشتر نفع خواهید برد. شما واقعاً نیاز ندارید که اجازه دهید هر کسی بداند که در هر لحظه‌ای چه احساسی دارید. کمی مرموز بودن خوب است پس بعضی چیزها را در حد رویا و تصور باقی بگذارید.

دی

معاشرت با مردمی که از نظر عاطفی وابسته هستند معمولاً برای شما زیاد خوشایند نیست اما امروز می‌تواند درهای را برای راه‌های جدید ارتباط با دیگران برای شما باز کند. شما ممکن است با خودتان کمی در ستیز باشید چرا که سعی می‌کنید تا تعیین کنید که چه میزان از خودتان را آشکار کنید. بهتر است درباره احساسات‌تان زیاد صحبت نکنید اما این کار می‌تواند در یک رابطه عمیق و در لحظات مهمی محدودیت‌هایی ایجاد کند که زیاد ضرورت ندارد. با کمی صادق بودن می‌توانید در مقابل ترس از صمیمیت با دیگران بایستید.

بهمن

شما می‌توانید امروز بسیار آسان‌گیر و بی‌قید باشید چرا که یک دوست نزدیک از قصد و نیت شما به اشتباه برداشت دیگری می‌کند. شما اکنون زیاد به هدف‌تان نزدیک نیستید اما این ربطی به این ندارد که شما زیاد مراقب خودتان نیستید. احساسات شما شدید است حتی اگر شما حس نکنید که نیاز دارید که موقعیتی را در یک مسیر خاص راهنمایی کنید. متأسفانه شخص غیر قابل اعتمادی ممکن است کناره‌گیری و انزوا را شما را نشانه بد تعبیر کند و آن را نشانه بی‌علاقگی به خود بداند. این رفتار خود را ترک کنید.

اسفند

امروز ماه در نشان شماس است اما شما احساس می‌کنید که به گل نشستارید؛ این احساس شما از آنجا ناشی می‌شود که قبلاً درباره کاری قول داده بودید و الان نمی‌دانید در رابطه با آن باید چکار کنید و به این خاطر احساس پریشانی می‌کنید. خوشبختانه شما امیدتان را از دست نمی‌دهید برای اینکه رفتار و حالت مثبت داشتن می‌تواند شما را به هدف‌تان رهنمون کند. موفقیت از آن شماس است اگر بتوانید بر باورهای محدود کننده خود غلبه کنید.

فروردین

شما امروز مستقیماً تحت تأثیر بازگشت ونوس کامیاب هستید چرا که این سیاره شروع به بازگشت به نشان شما می‌کند. این وضعیت ممکن است در طول این هفته به شما فرصتی دوباره دهد که یک رابطه کاری موفق را آغاز کنید. اما حالا احتمال دارد که احساس پریشانی کنید به خاطر اینکه یک فرآیند شایسته و موفق را انجام نداده‌اید. به خاطر اینکه هر چیزی را عملی کنید سخت کار نکنید. بزودی همه چیز مشخص خواهد شد.

اردیبهشت

امروز زمانی را به این اختصاص دهید که کمی در ضمیر ناخودآگاه خود گردش کنید. ممکن است نامه یکی از دوستان‌تان را کشف کنید یا اینکه تصویری از سال‌های جوانی خود پیدا کنید و بدین ترتیب برانگیخته می‌شوید که تاریخچه شخصی خود را زیر و رو کنید. اگر چه کارهای زیادی در محل کار خود دارید اما کار زیاد شما باعث نمی‌شود که نتوانید گذشته خود را بازسازی کنید. پس برای این سفر درونی هجوم نبرید؛ زمانی را به خود اختصاص دهید و درباره چیزی که بیشترین اهمیت را برایتان دارد چیزی یاد بگیرید.

خرداد

ممکن است نخواهید زیاد درباره خودتان صحبت کنید و آنچه که امروز نیاز دارید این است که احساسات و عواطف خود را در صندوقچه خاطرات خود حفظ کنید. ممکن است از این بترسید که به شدت با رفیقان خود صحبت کنید مخصوصاً اگر فکر کنید که آنها متوجه انگیزه‌های درونی شما نمی‌شوند. برای دفاع آماده باشید؛ اگر زیاد صحبت نکنید بعدها نیز زمانی که دوستان‌تان از شما سؤالی پرسیدند که شما نتوانستید درباره آن پاسخی بدهید مجبور نیستید برای آن توجیهی بیاورید.

تیر

با وجود اینکه شما می‌خواهید که خودجوش و خودانگیخته باشید اما می‌ترسید که دیگران اعمال شما را مورد نگرانی قرار دهند. ممکن است احساس کنید اخیراً از نظر عاطفی سرگردان شده‌اید و حتی اگر شما بسیار کم صحبت کنید مثل اینکه هر کسی می‌داند که شما چه می‌خواهید. ممکن است آسیب‌پذیری شما باعث آزارتان شود برای اینکه هر چه که می‌گویید و انجام می‌دهید را مانند یک آینه نشان می‌دهد. تمرین کردن خوابوری بدون قید و شرط راهی است که ترس شما را از واکنش‌های دیگران از بین می‌برد.

مرداد

شما دنیایی از احساسات دارید که کاملاً از نظرها غایب است و امروز احتمالاً می‌خواهید که این راه را برای خودتان نگاه دارید چرا که باعث می‌شود همه چیز خیلی راحت‌تر به نظر برسد. ممکن است فکر کنید که بتازگی در معرض توجه قرار گرفته‌اید و فقط می‌خواهید که برای مدتی از ستاره مجلس بودن صرف‌نظر کنید. از این زمان برای جمع‌آوری احساسات‌تان استفاده کنید و انرژی‌تان را شارژ کنید برای اینکه دوباره آن را برای انجام دادن کارهای حساسی در طی روزهای آینده نیاز خواهید داشت.

شهریور

شما می‌توانید درباره چیزهایی که می‌خواهید سخت‌گیر باشید و فرصت خود را به خاطر یک تجربه جدید از دست بدهید حتی اگر دقیقاً با تصویری از ایده‌هایی که در ذهن‌تان دارید منطبق نباشد. ممکن است از یک رابطه یا یک فرصت سرمایه‌گذاری عقب‌نشینی کنید به خاطر اینکه آنها دقیقاً با انتظارات شما هم خوانی ندارند. اما سرعت قضاوت نکنید. هر چیز مهمی ارزش صبر کردن را دارد. بنابراین قبل از اینکه پاسخ نهایی خود را صادر کنید چند هفته ای صبر کنید.

با آجیل و خشکبار تازه
صبح تا ۷
شب ۱۲

سوپر هفت سین

لذت شب‌نشینی‌های خاطره‌انگیز خود را دو چندان کنید

در ریچموند هیل

Elgin Mills
Nofrills
Yonge
Levendale
Major Mac

26 Levendale Rd.,
Richmond Hill, ON
L4C 4H2

905-737-7934

Hamid Auto Service Inc.
تعمیرگاه، صافکاری و نقاشی در ریچموند هیل

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

✓ قیرپاشی
✓ فریم‌کشی
✓ تعمیر آگزوز
✓ برچسب زرد
✓ تعویض شیشه
✓ سرویس تویینگ

بدون وقت قبلی
در طول مدت تعمیر - اتومبیل
اجارهای در اختیار شما قرار می‌گیرد
با انجام هر گونه تعمیرات، ریسک
خدمات تویینگ و جاده‌ای رایگان بگردد

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

Tel: 416.967.1616
1.877.967.1616

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

VISA MasterCard

خدمات ساختمانی The Best

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

سروش یزدانی
647.721.5004
www.thebestconstruction.ca

خشک‌شوئی و تعمیرات البسه

PLUS 1 CLEANERS

PANTS HEMMING \$ 4.99
PANTS WAIST IN/OUT \$ 7.99 & UP
PANTS CHANGE ZIPPER \$ 7.99 & UP
JACKET SLEEVE SHORTENING & 20

905-883-5254 کوتاه کردن شلوار فقط ۴/۹۹ دلار

تمام قیمت‌ها با ارائه این آگهی
روبروی No Frills سین

36 Levendale Road, Richmond Hill, L4C 4H2

Elgin Mills
36 Levendale
Major Mackenzie

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

قانون‌های این بازی شامل ۴ شرط اصلی و ساده است:

همه سطر و ستون‌ها شامل اعداد بین ۱ تا ۹ باشد.

در هیچ سطری عدد تکراری نباشد. / در هیچ ستونی / در هیچ بلوکی عدد تکراری نباشد

چطور جدول سودوکو را حل کنیم؟

مهمترین عامل در رسیدن به جواب نهایی در بازی‌هایی مانند سودوکو بی تردید به کار بردن منطق و استدلال‌های منطقی می‌باشد. با تمرکز بر روی جدول و دنبال کردن ردیف‌ها و ستون‌ها و اعمال قوانین حاکم بر بازی می‌توان خانه‌ها را یکی پس از دیگری پر و راه را برای تکمیل جدول هموارتر نمود.



سخت

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

۳۰۸



متوسط

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

۳۰۶



آسان

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

۳۰۴

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

۳۰۹

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

۳۰۷

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

۳۰۵

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

۳۰۲ پاسخ

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

۳۰۰ پاسخ

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

۲۹۸ پاسخ

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

۳۰۲ پاسخ

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

۳۰۰ پاسخ

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

۲۹۹ پاسخ

جدول

افقی

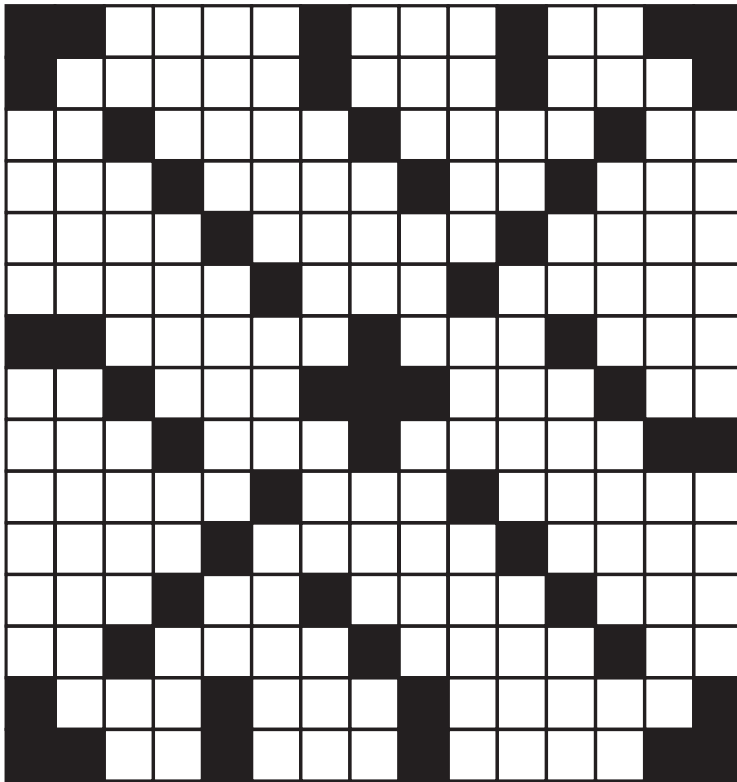
۱. گاهی سواد هم می کشد • بهشت • سعی و جستجو
۲. اتحاد انگشتان • حیوان خرامان و تیز پا • پادگان
۳. عدد ریاضی • فوقانی • یکی از مراحل شمشیربازی • دشنام دادن
۴. گریختن و فرار کردن • واحد مجاز دارو • ناظر و شهادت دهنده • پوشش
۵. دهانه اسب • پهلوان و اسطوره رومی • میمنت و خجستگی
۶. سرنگون و برعکس • پاسخ مثبت • شوهر خواهر
۷. شهری در استان فارس • بنای حکومتی قدما • جواهر فروش
۸. جواب رد • درس نیاموخته • مظهر سختی و پایداری • حکم شرعی مجازات بدنی
۹. اسباب چینی و مکر و حيله پنهانی • ابزار آزمایشگاهی • صدای واضح و موزون
۱۰. مژه پرتعداد شطرنج • چونده موزی • بخشی از ویدیو
۱۱. جمله دستوری • خونگیری سنتی • زاهد و عبادت کننده
۱۲. سنگ و آهن تیز کننده • دالانی در کوه • شهر مذهبی استانی • میوه پوست مخملی
۱۳. انبار زیر کشتی • بهار خواب • کار پسندیده • کاغذ روزنامه
۱۴. نوعی تفنگ شکاری • طلای سبز • نیکوجامه
۱۵. ابزار بازی شطرنج • سبزی پیچ در پیچ خوراکی • علامت صفت تفضیلی

عمودی

۱. جنگجوی شجاع و زورمند • هر پریشی دارد
۲. شهری در استان سیستان و بلوچستان • عقیق معروف
۳. سایه گاه • برجسته و آشکار • نیاز شبکه درمانی • قلیل و انگشت شمار
۴. واحد طول • دقیق پیچش آن را ببند • سراننده "گرشاسب نامه" • انگشت شمار
۵. از بت های دوران جاهلیت • رشد و نمو کننده • وحشت آفرینی سیاسی
۶. برنده مسابقه آن را بدست می آورد • نخ تابیده • ارسال پول توسط شبکه بانکی
۷. منع کردن و بازداشتن • گوسفند جنگی • از یک قوم و نژاد
۸. ضمیر داخل • سپاس شیرین • موجود بزرگ دریایی • فیلمی با بازی فرهاد آئیش و شاهرخ استخری
۹. شخص نیک خو • پوشش بدن گوسفند • با "احوال" می پرسند
۱۰. آسان گرفتن بر یکدیگر • هر اداره ستاد ارتش • از چهار عمل اصلی
۱۱. چاره ندارد - نام دیگر ماه اوت از ماه هشتم میلادی • ضمیر وزنی
۱۲. واپسین • تبار و نسل • پول آسیایی • عدد اختاپوس
۱۳. آبکی • گیاه همراه غذا • طعام زندانیان • مساوی
۱۴. زانری در فیلم آمریکایی • خوش رفتاری با دیگران
۱۵. آبگیر و تالاب • پرنده درخت سوراخ کن

شماره ۱۲۱۲ - الف

۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰ ۱۱ ۱۲ ۱۳ ۱۴ ۱۵



پاسخ شماره ۱۲۱۱ - الف

۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰ ۱۱ ۱۲ ۱۳ ۱۴ ۱۵

س	ب	ک	م	ز	ا	ح	م	ا	ح	م	ق	۱
ن	ا	ی	د	ر	م	ا	ن	ب	ا	ر	ه	۲
گ	ر	و	ل	ا	ل	ا	ر	ف	ت	و	ت	۳
ا	ر	ه	ل	ل	ا	س	د	ه	ش	۴		
م	ا	ن	و	س	م	د	غ	ر	ب	خ	و	۵
و	ب	ش	ی	ک	م	ش	ش	ا	ب	ا	ش	۶
ه	ا	ل	ر	ب	ا	م	ا	ن	د	ا	ن	۷
ر	د	ی	ف	ر	ش	ک	ن	ا	ه	ن	۸	
ر	خ	د	ا	م	س	ب	۹					
ا	م	ا	ل	م	ا	ه	ت	ر	ح	م	۱۰	
س	ا	خ	ت	م	ا	ن	ل	و	س	ج	ا	۱۱
ت	ز	ا	ر	ک	ن	د	ش	ی	ر	ل	و	۱۲
ر	ن	ک	م	ر	و	د	ر	س	ا	ر	۱۳	
د	د	ه	خ	ر	ش	ا	ب	ت	ا	۱۴		
ا	ر	و	ن	س	س	ر	ی	ا	ل	خ	ا	۱۵
د	ا	ل	ا	ن	ا	م	ا	ن	ت	و	ا	۱۶
ن	ه	ی	ب	س	ر	ب	ا	ر	س	د	۱۷	

کلیه خدمات

لوله کشی و تاسیسات

Drain - Heating - Cooling

نصب و تعمیر لوله های آب و فاضلاب و شیرآلات، توالت، لباسشویی، ظرفشویی، جکوزی، یخچال و ایرکانه دیشن

لوله کشی گاز و نصب کباب پز BBQ

نصب لوله های Floor Heating، کانال کشی هوا

نصب و تعمیر انواع فرنس، بویلر، آبگرمکن، شومینه

تشخیص، رفع ترکیدگی و گرفتگی لوله های آب و فاضلاب

مهدی - Florimed Plumbing

416.875.5484

۷ روز هفته
۲۴ ساعته

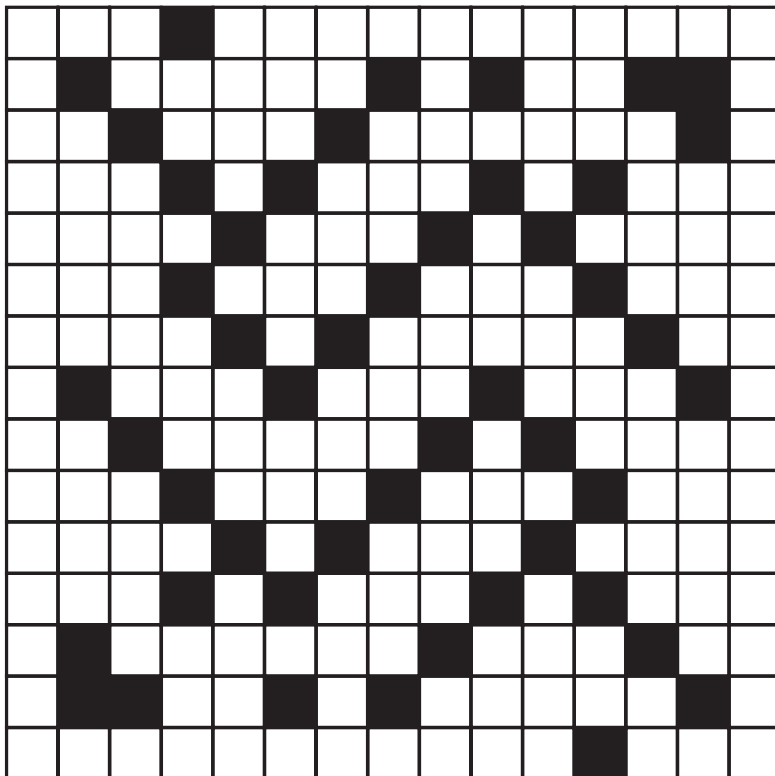
دارای
بیمه خسارت
WSIB و
Fully License



جدول

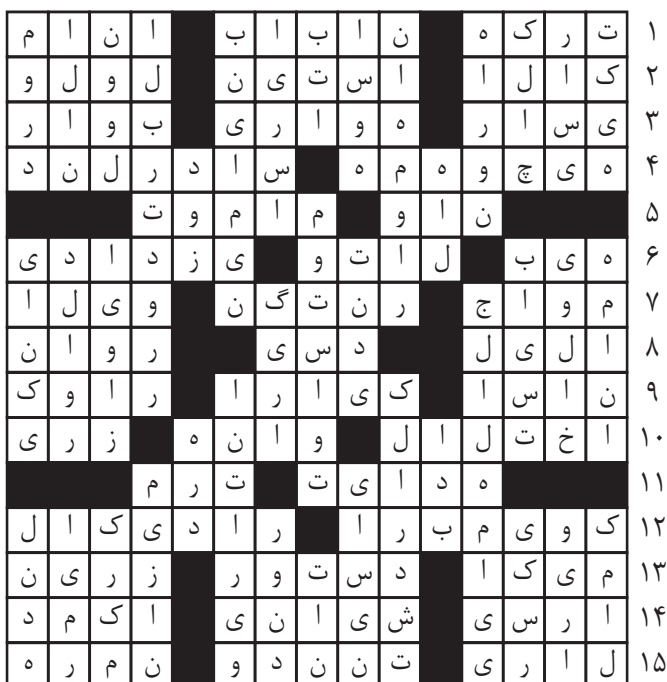
شماره ۱۲۱۲ - ب

۱۵ ۱۴ ۱۳ ۱۲ ۱۱ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱



پاسخ شماره ۱۲۱۱ - ب

۱۵ ۱۴ ۱۳ ۱۲ ۱۱ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱



افقی

۱. رئیس جمهور ضد برده‌داری آمریکا با اسم کوچک خلاصه شده • سازمان مخفی آمریکا
۲. واحدی در وزن • ضد تاریکی
۳. زیاد • پرده ملخ‌خوار • عید ویتنامی‌ها
۴. مجلس شیوخ • خوب • دشمن درخت
۵. شرم و حیا • گازی است • واحد پول قدیم
۶. مردم • رنگ طلایی • اسم • نیستی
۷. گوهر • رودی در استان خوزستان • همدم
۸. خزنده خوش خط و خال • درمان • روش
۹. یار کلیله • کشور آبا و اجدادی ما • درخت انگور
۱۰. سازگاری • فلز قالبی • آگاهی • بر پشت اسب می‌گذارند
۱۱. فلز • دهل • جمع امین
۱۲. زادگاه ابراهیم پیامبر • عدد • ابتدا
۱۳. طاق روی رودخانه • جایگاه • از اقلام صادراتی ایران
۱۴. سلف سیمان • واحد سطح
۱۵. شفقت • سهام دوگانه‌ای که در بورس معامله می‌شود

عمودی

۱. از رمان‌نویسان اروپایی
۲. لاغر • میله باریک فلزی
۳. از استان‌های جنوبی ایران • نوک پرندگان • زهر
۴. دستور • گیاه خشک • ضمیر جمع
۵. گل‌دسته • محموله • نزدیکی
۶. نابینا • ملح • جایز
۷. واحدی در ارتش • نهر • مزه‌ای است • از ما بهتران
۸. نیروگاه برق شمال در استان مازندران • دستگاهی در موسیقی • شهری در استان کردستان
۹. ناشنوا • سنگینی • نشانه • آموزگار
۱۰. نثر • کدر • نژاد روسی
۱۱. علامت • از حیوانات • تشنه را می‌فربید
۱۲. جنس مذکر • پایتخت یونان • جواب مثبت
۱۳. عدد ماه • حبله و مکر • وقت و هنگام
۱۴. دسیسه و مکر • نامی برای دختران
۱۵. عقیده و مسلکی است

FUTURLAND Homes

RENOVATION

بازسازی و نوسازی
خانه و آپارتمان‌های قدیمی

با بهترین کیفیت
و مناسب‌ترین قیمت

(416) 454-7259

Salumeh

تلفن های مشاغل در تورنتو

تلفن های ضروری

416-759-3019	البرز	مرکز امام علی
905-764-0202 EX 108.....	صبوحی	بنیاد پریا
416-431-4847 EX 235.....	مدرسه فارسی تورنتو	کمک به مهاجرین
905-482-4822	مرکز فرهنگی نور	خبریه پردیس
416-288-9868	Advanced Academy	مرکز ولیعصر (عج)
416-441-2656	دبیرستان راه سبز (Green Road Academy)	انجمن ایرانیان
416-496-9566	ریاضی، فیزیک مصیبی	سازمان زنان
905-771-7147	دبیرستان Toronto Academy	کانون مهندسين
416-223-4120	دبیرستان و هنرستان صبوحی	کانون شهروندان ارشد
416-665-6886	فاطمی زاده	مرکز خانواده
905-597-0096	مدرسه فارسی سینا	حمایت از بیماران سرطانی
416-431-4847	دبیرستان انتگرال	سازمان کاستی
905-763-1061	اسحاقی (ریاضی و آمار)	تلویزیون ایران زمین
416-918-6950	جلیل زاده	متوفیات و کفن و دفن

آژانس مسافرتی

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

آموزش تحصیلی

416-875-0909	البرز
416-221-2111	صبوحی
416-843-3387	مدرسه فارسی تورنتو
416-871-1910	مرکز فرهنگی نور
905-737-8282	Advanced Academy
905-770-3949	دبیرستان راه سبز (Green Road Academy)
647-274-3050	ریاضی، فیزیک مصیبی
647-274-3050	دبیرستان Toronto Academy
416-221-2111	دبیرستان و هنرستان صبوحی
416-497-3107	فاطمی زاده
416-590-9479	مدرسه فارسی سینا
416-497-3107	دبیرستان انتگرال
416-224-1902	اسحاقی (ریاضی و آمار)

آموزش ورزشهای رزمی

416-398-5958	جلیل زاده
--------------	-----------

آموزش رانندگی

416-873-0084	آریا
416-897-6665	کیان

آموزش موسیقی

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

آموزش نقاشی

416-221-2111	آکادمی صبوحی
--------------	--------------

الکترولیز

416-494-8136	الکترولیز سورا
--------------	----------------

اتومبیل - خرید و فروش، صافکاری

416-752-9494	best Auto Services - صافکاری، خرید و فروش
416-736-8880	bell Auto (کامران) - نمایشگاه
905-882-4726	Tehran Auto (بهرز) - تعمیرگاه

اتومبیل - کرایه

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

املاک، مسکن

416-315-6643	امید گرگانی
647-893-4447	امید امیری
416-804-0124	احسان صابری
416-400-1239	امید مصطفوی
416-841-9160	افشین بهرام شاهی
647-800-7005	آرمین (Casalova Realty)
416-318-7878	الیه اردستانی
647-808-3450	کامران انواری
416-420-9598	ایوب افتخارنژاد
416-873-6477	آرمین یوسفی
416-704-6049	پیمان رنجبر
416-709-6008	حامد امیران
416-495-2368	پویان مقتدر
416-315-8596	حمید لواسانی
416-720-1020	رضا خادم
647-994-7073	آزاده پاینده
905-731-2000	پاسارگاد
416-829-5953	شان شاهواری
416-225-2900	محمد رضا اوجی

ALLEN ELECTRONICS



فروش و نصب
جاروبرقی مرکزی

تعمیرات هرگز نه وسایل پرتی منزل

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

905-508-4111

K.A. Signs K A SIGNS

تابلوسازی اهواز

ارزانتر و سریعتر از همه جا

140 Manville Rd. (Warden & Eglinton)

www.kasigns.ca

(416) 755-7501

تلفن های مشاغل در تورنتو

دندانپزشکان

416-285-5003	رضوانی - نصیرزاده
647-352-8080	ساعتیان
905-780-8444	کاشفی
905-727-0007	کرمانشاهی

دامپزشک

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

داروخانه

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

تاسیسات - دستگاه های سرمایی، گرمایی

647-896-3025	Air solar system (مهندس پیمان رامندی)
--------------	---------------------------------------

تدریس خصوصی

(416) 450 8223	کلیه دروس
(647) 274 3050	ریاضی و فیزیک (مصیبی)

تعمیرات اتومبیل

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

تعمیرات لوازم منزل

905-508-4111	الن الکترونیک
905-884-7227	

چاپخانه

416-903-6060	Candoo
416-676-9-676	خردمند

برق و صنعتی

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

ترجمه

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

پزشکان خانوادگی و متخصص

905-882-8352	پروین زرین (همویتی)
416-548-6555	ارجمند (چشم پزشکی)
416-939-5876	ناصر افخمی
647-222-6568	طبیعی درمانی
416-303-5730	صفر داعی (روانپزشک)
905-780-8444	محمد کاشفی (دندانپزشک)

647-267-7373	کارن میراعلمی
416-570-9773	علیرضا بساق زاده
416-275-8747	خلیل هناره
647-466-4994	فتانه حمصی
416-904-9571	علی (ابوالقاسم) عسگری
416-817-7756	مehشید مدیرنیا (وام)
416-223-8885	حسین علی نژاد
416-648-8048	میترا نائینی

بازرسی ساختمان

416-666-0555	Delta
416-888-7972	نورالدین حقیری
416-722-3452	حسن نصر
647-669-0639	منوچهر ترکمنی
416-890-8091	محمد باقر پور

بازسازی و تعمیرات ساختمانی

647-721-5004	The best Construction (سروش)
416-887-8587	خدمات ساختمانی کوشا (پیمان کلهر)

بیمه و سرمایه گذاری

647-965-1346	رُز ابری (انواع بیمه)
416-829-7877	آقازاده، سیروس (انواع بیمه)
416-558-6454	آجورلو، نائله
647-606-9794	امیر کرمی
416-584-7070	پویا جواد
416-894-8944	فرحناز جاهد (بیمه و سرمایه گذاری)
416-576-7766	خداپرست، نادر
416-558-2138	رحیمیان، محمد
647-965-1346	رُز ابری (انواع بیمه)
416-418-8587	سیروسی، رامین
416-970-7818	ضیابری، محمد
289-809-8116	میریان، شیده
416-836-4469	هوتن قره باغی
416-524-9484	فرناز رستمی FSB Group
416-500-0197	یغمائی-سیروس
905-482-0585	قره باغی-هوتن

آموزش رانندگی آریا

گرفتن وقت سریع برای تورنتو بزرگ
به ویژه

Aurora

توسط مربی با تجربه در مناطق
ریچموند هیل، تورنتو هیل
در خدمت ایرانیان عزیز

T.905-737-0101
C.416-873-0084

BLUE SHADE
Custom Made Drapery and Shades

دوخت و نصب انواع پرده
در جدیدترین طرح ها و مدل ها

Tel: 416-847-2700
Cell: 416-418-7888

این آژانس در تورنتو
موسسه ای
مکان کار شما

facebook www.blueshadedecor.com

تلفن های مشاغل در تورنتو



حسابداری		سوفوگرافی - ایکس ری	
آرت	416-841-6706	شپرد و ریچموند هیل (دوشعبه ایرانی)	416-223-6500
ایده آل	905-59-777-59	فرش و موکت	
اشنا	647-848-1855	فرش شوئی مازیک	416-858-9491
امین	416-224-0540	فرش شوئی تهران	416-654-0114
آرش حسامی (حسابدار رسمی)	416-223-7272	خانه فرش	416-569-1314
بهمن	905-597-0740	فروشگاه خوار و بار	
پویا (عزت زنگنه)	416-225-6600	ارزان	416-590-1234
تقی عبدالحسینی	416-658-4114	تهران	905-482-1770
جاهد	905-597-7233	سوپر مدنی	905-773-2323
جیکوب	416-857-1681	قنادی و بیکری	
شایان	289-597-8880	شیرینی سرا	416-510-1050
شفقت	905-709-0880	گل سرخ	416-223-5551
گیله وا	416-835-7210	کابینت سازی	
یعقوب نصری (Jacob)	416-857-1681	Legend Kitchen	416-661-5101
هارمونیک	416-317-3003	Top Kitchen	647-262-7551
نشنال (غایبی)	416-223-3336	کامپیوتر	
متین	416-844-6634	ادونس کامپیوتر	416-226-6939
یار خانی، بهروز	416-505-0055	PC Laptop Wireless	416-731-9300
حمل و نقل (اسباب کشی)		نوت بوک بهمن	647-500-8003
ارزان (مجید)	416-937-7525	Apple MacBook Setup	416-854-0192
Max	416-745-3725	خدمات کامپیوتر آریاتک	647-889-0024
عباس مووینگ (حمل زباله)	416-490-9000	کمک به سالمندان	
حمل و نقل بین المللی		AceHomeCare.ca (416) 628-8545	
FSI (چاپچی)	416-590-8989	کیتربنگ	
متراس	416-497-0377	کدبانو	647-466-3845
مترو	416-222-0242	گلفروشی	
خدمات شیشه		باغ سبز	416-250-7070
سعیدی (اتومبیل)	905-532-0333	گلفروشی گلخونه	416-227-1600
دنا گلاس (مسکونی)	416-262-7377	لوازم یدکی اتومبیل	
صرافی و حواله پول		دلتا - لوازم یدکی نو	416-292-7001
اکسپرس	416-356-6666	رستوران	
اکسچنج	647-202-1318	پارسی	905-597-1188
		خانه کوچک کباب	416-595-9988
		دربار	647-351-4242
		دربند (اولین رستوران ۲۴ ساعته ایرانی)	416-445-1777
		ساندویچ فروشی	
		پارسی	905-597-1188

تلفن های مشاغل در تورنتو

احمد حافظی (تصادفات و جرائم).....416-854-3300

رُز بهرامی.....416-777-2244 #720

مهرداد صالحی (تصادفات - جرائم رانندگی).....416-551-1529

مسعود فیض (تصادفات - جرائم رانندگی).....416-6500-274

رویا گلسترخی (مهاجرت).....416-301-7420 #

علیرضا درستکار (مهاجرت).....647-965-3867

Top Immigration.....416-871-4896

Gateway.....416-224-2829

دکتر عابدی.....416-666-6012

کامران نقوی.....416-733-4050

ندا نظری (تصادفات).....647-297-9723

موری فرجی (تصادفات).....416-835-2009

وفا نعمتی (تصادفات - جرائم رانندگی).....416-788-4851

هتل و مهمانسرا

اسکان کانادا.....416-540-2379

تدریس خصوصی
ریاضیات، فیزیک، شیمی (دبیرستانی و دانشگاهی)
توسط مدرسین
باسابقه دانشگاه
416-497-3107

آموزش رانندگی کبان
دوره آموزش تدریس (برای رانندگان با تجربه) و کامل (برای رانندگان تازهکار)
گرفتن بلیت سریع امتحان برای آیین نامه و بهره‌تاز و ترگره ۵۰
تجهیز برگ تلافیه، بیمه و راهنمایی برای یافتن ارزترین حرکت بیمه کننده تحصیل
توسیم برای ریز امتحان و سوار و پیاده کردن در جلوبول
ترجمه سریع گواهینامه
ثبت نام برای آزمایش آیین نامه و معاینه چشم
اصل سئوالات امتحانی آیین نامه با ترجمه پرتال انگلیسی و فارسی
مجاناً برای شاگردان
416-897-6665

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 هر مورد تحصیلی
- تدریس ریاضی و فیزیک به زبان انگلیسی می باشد (در صورت نیاز فارسی)
- دروس گریجیت مورد قبول دانشگاهها پذیرفته می شود
(دبیرستان، کالج و دانشگاه) Grade 7-12, College, University
Calculus, Advanced Functions, Data, Physics
647-274-3050

وام

بابک اسلامیه.....416-779-0706

کامران اعتصام.....416-939-3769

رضا اسماعیلی (وام مسکن - TD).....416-575-7392

امید جلیلی.....416-704-7044

سعید آرزم.....416-566-2444

سام انصاری.....416-356-6310

علی شریف اصفهانی.....416-558-8990

رئوف قدر دوست.....416-710-9391

زهرا علوی.....416-831-3124

سحر بوباش.....416-975-3875

رعنا زوالت.....647-622-0111

رویا روستا.....416-571-4045

بابک فتوحی.....416-648-3064

نازی واقف.....416-454-6274

نیوشا نوری زاده.....647-546-4042

بهوش شفیعی (مسکن TD).....416-856-7950

افشین نژاددهقان.....416-888-6753

بهروز علی پور.....647-922-6739

مجید حبیبی.....416-553-3394

مریم اکبری.....416-704-9292

حسین طباطبایی.....416-722-8069

وکالت - مهاجرت - تصادفات

الهام معاونی (وکیل رسمی).....905-918-9606

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

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

لوله کشی

احمد.....416-661-9393

رضا.....416-876-6679

میلاد.....416-880-3680

لوله کشی محسن.....416-708-4073

لوله کشی رضا.....416-661-9393

ماهواره , WEB Design

ماهواره.....647-669-7001

Web.....416-490-9009

مالی و ورشکستگی

جمشید عامری.....416-407-1119

تقی عبدالحسینی.....416-658-4114

مینا راستان.....416-218-0660

مدرسه فارسی

تورنتو (خانم رضایی).....416-876-8987

.....416-843-3387

محضر

دفتر رسمی جم.....905-216-8320

محضر رسمی تورنتو.....416-850-6455

مکانیک

ویگن.....905-883-1118

موزیک و دی جی

سیامک "دی جی".....416-693-0688

خدمات جدید ایران استار



A film by Aref Mohammadi Song of God

آواز خدا

فیلم از عارف محمدی

اولین نمایش عمومی در تورنتو (فقط یک روز)

یک ساعت گریز از زندگی روزمره ... به دور از دلشوره و اضطراب ... سفری به جهان موسیقی و معنا... آوای تنبور، مرهمی بر زخم های تنهایی انسان
کند و کاوی در فرهنگ و تمدن کهن ایران و اسطوره های ماندگار از نگاه یک ساز
در جستجوی پیرترین تنبورنواز ایران و راز و رمز سازی مقدس در میان تنبورنوازان کرد یارسان...
سفر شوریده حالان خسته از جهان مادی به فراسوی زندگی پر تنش شهری

Wednesday Dec 5, 2018 at :7:45

Fairview Library Theatre

35 Fairview Mall Dr., North York, M2J 4S4

Documentary, 60 min / Iran-Canada, Farsi / Kurdish with English subtitle

فروش بلیت از طریق وب سایت رسمی فیلم

www.songofgod.ca

و سایت معتبر

www.eventbrite.ca

فیس بوک

<https://www.facebook.com/songofgod2018>

اطلاعات

416-206-9518

newwaveworkshops@gmail.com