

ارز ملل **درفت ۱۰ روزه** بهترین نرخ حواله
فوری ۲۸ ساعته
پرداخت همزمان از و با
کارت اعتباری ایرانی
416.830.6500 6024 Yonge St.

ایران استار

سرافی بهمنی
با مجوز رسمی از بانک مرکزی
۱۳ سال سابقه درخشان
416 319 0000
خیابان یانگ، شماره ۶۱۴
روبروی پلازا ایرانیان
SarafBahmani.ca

محمدرضا فدوی
مستقر: تهرانی، سرمایه گذاری
416.732.7777
ROYAL LEPAGE
ROYAL LEPAGE TREROUX
REALTY BROKERAGE

کارشناس وام
مجید حبیبی
416 553 3394
www.majidhabibi.ca
5801 Yonge St.,
Unit 208, Toronto,
ON, M2N 6K9

محمد
ارباب تفتی
Sales Representative, Mcom
416.561.8767
HomeLife
Bayview
905-889-2200

کرایه انواع خودرو
اسنپ
905.677.5422
1.855.542.7278
www.snapparental.ca
سواری، سواری، سواری
موتور، موتور، موتور

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

Thu, 19 March 2020 - V. 26 - No. 1280

آنتیک
647.554.8000
6024 Yonge St.

بیمه
محمد ر حیمیان
905.370.0011
shekatebimeh.com

صرافی اکسچنج
پرداخت همزمان با دستگاه کارتخوان
647.202.1318 / 289.597.8090
7181 Yonge St.
(Shops on Yonge mall)
Unit 135 / Unit 4

تخصص و تجربه ما
حسابداری کوروش
6105 Yonge St.
2nd floor
پلازا ایرانیان
647.247.2097

صرافی ارگ
416 224 0000

دندان پزشکی خانوادگی ایگل
دکتر مسعود مشکسار
DR. SAEED MESKESAR, DENTIST
905-836-6111
340 Eagle Street West, Unit 11
Newmarket, ON L3Y 7M9

برنده بهترین تحریریه، آزادی بیان، ایده و تصویرپردازی در کانادا و قدیمی ترین هفته نامه تورنتو

315 Steelcase Rd. East, Suite 201, Markham, ON. L3R 2R5 | info@iranstar.com | Tel: 647.674.4048 | ۱۳۸۰ ش ۲۶-۱۲۹

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

سرافی بهمنی
دارای مجوز رسمی از
بانک مرکزی ایران
با ۱۴ سال سابقه
درخشان
لندن، انگلستان
رونسون هاس، ۳۸۹، ۲۹۷، فینچلی شمالی
+44 745 6060 888
کوالالامپور، مالزی
امپنگ، خیابان امامداد، ۷، پلاک ۳، طبقه ۲
+603 425 60072
تهران، ایران
خیابان شریعتی، نبش میردادهاد، پلاک ۱۱۵
+9821 229 00 608
صرافی بهمنی، سالی خوش و پراز موفقیت برای
تمامی هموطنان گرامی را آرزو مند است.
تورنتو، کانادا
خیابان یانگ، روبروی پلازا ایرانی
+1 416 319 0000
www.SarafBahmani.com
SarafBahmani.ca

TaheriExchange
5775 Yonge Street
(416)-488-8822 www.taherexchange.com
بهترین نرخ خرید در تورنتو
اولین موسسه مالی ایرانی با ۲۲ سال سابقه کار در کانادا

صرافی لومیر **هناره**
بهترین نرخ حواله
ارائه وام مسکن
(Second Mortgage)
18167 Yonge St. سوپر پارسیان
416 542 1111

خدمات مهاجرت و پناهندگی
سازمان مهاجرتی مینا یوسفی
www.immiway.com
905.597.1740
7191 Yonge St., Suite 913

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

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

صرافی پاک سیم
پرداخت همزمان از دستگاه کارتخوان
416.731.9797 416.221.1308
8185 Yonge St. Unit 202

بهترین انتخاب شستن قالی
قالیشوئی مازیگ
تعمیرات، رومیزی، کف برداری، رنگبری و رنگ شستی
416-856-9491

IRAN STAR

فروش استثنایی انواع اتومبیل های نو و دست دوم
AIRPORT KIA
905.677.5678 www.airportkia.ca
3295 Derry Rd. East, Mississauga, L4T 1A8
5 YEARS / 100,000 KM WARRANTY / UNLIMITED KM ROADSIDE ASSISTANCE
NO CREDIT? BAD CREDIT? NO PROBLEM!
با سهیل تماس بگیرید: 905.677.5678
2020 SPORTAGE LX FWD
Lease From \$76 WEEKLY AT 1.99% FOR 48 MONTHS
2020 SOUL EX
Lease From \$59 WEEKLY AT 1.99% FOR 48 MONTHS
2020 SORENTO LX AWD
Finance From \$89 WEEKLY AT 0% FOR 84 MONTHS
5 YEARS / 100,000 KM WARRANTY / UNLIMITED KM ROADSIDE ASSISTANCE

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

خدمات مهاجرت و ترجمه در استکار
علیرضا در استکار
Tel: 647-965-3867
10271 Yonge St., Unit 224, 7368 Yonge St. Unit 10A
Email: dorostkartranslation@gmail.com, www.persiantranslation.ca

سیامک شاهی
مشاور مورد اعتماد شما در امور املاک و سرمایه گذاری
647-209-2742

صرافی لومیر **هناره**
دیپورت و ارسال حوالجات ارزی به اقصی نقاط جهان
پرداخت همزمان از و با کارت های عابری 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
مدیر وام مسکن
بهترین نرخ برای انواع وام مسکن
416.704.9292, maryam.akbari@td.com

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

دفتر حقوقی
Bradley Charles Wyndham
Professional Corporation
پوریا همتی
416.802.9191

اطلاعیه رستوران شبانه روزی دربند
با تبریک سال نو و آرزوی سلامتی برای همه عزیزان به اطلاع می رساند طبق تصمیمات اتخاذ شده توسط دولت فدرال، فعالیت های رستوران شبانه روزی دربند بصورت زیر ارائه می گردد:
سفارشات از ساعت ۱۰ صبح تا ۲ نیمه شب از طریق Uber Eats و Skip the Dishes و WhatsApp
همچنین از ساعت ۱۲ ظهر تا ۱۰ شب سفارشات توسط رستوران دیپوری می گردد.
کیتینگ دربند: 647-832-8232
رستوران دربند: 416-445-1777
879 York Mills Road, North York, ON M3B 1Y5
کله پاچه ✓ دیزی سنتی ✓ حلیم ✓ صبحانه



Happy Nowruz!

هر روزتان نوروز، نوروزتان پیروز



Doug Ford, MPP
ETOBICOKE NORTH



Michael Parsa, MPP
AURORA-OAK RIDGES
RICHMOND HILL



Goldie Ghamari, MPP
CARLETON



Daisy Wai, MPP
RICHMOND HILL



Stan Cho, MPP
WILLOWDALE



Gila Martow, MPP
THORNHILL



Stephen Lecce, MPP
KING-VAUGHAN



Vincent Ke, MPP
DON VALLEY NORTH



Logan Kanpathi, MPP
MARKHAM-THORNHILL



Aris Babikian, MPP
SCARBOROUGH-AGINCOURT





سالی و نوروزی مملو از
سلامتی و خوشی
برایتان آرزو مند.

نوروزتان پیروز

دفتر من، بعنوان نماینده مجلس از منطقه
دانولی نورت آماده ارائه خدمات به شما می باشد.

Han Dong, M.P.
Don Valley North

Tel: (416) 443-0623 , F: (416) 443-9819
Han.Dong@parl.gc.ca

250 Consumers Road, Suite #1000
North York, ON M2J 4V6

دفتر جدید

فرارسیدن عید نوروز و بهاران خجسته را به همه، هموطنان عزیز شادباش می گویم و برایتان
آرزوی بهترین ها را در این سال نو دارم.

مایکل پارسا

نوروزتان پیروز

Happy Nowruz
Wishing you all the best and
happiness throughout the New Year.



MICHAEL PARSA
MEMBER OF PROVINCIAL PARLIAMENT
Aurora-Oak Ridges-Richmond Hill
Tel: 905-773-6250 , Email: Michael.parsa@pc.ola.org



CURRENCY EXCHANGE
LUMIERE

نوروز باستانی، این کهن
آئین آریایی، بر همگان
مبارک باد



صرافی لومیر

هناره

Tel: 416.542.1111

8167 Yonge St. Thornhill

پلازای سوپر پارسیان، محل سابق رویال بانک

بهارتان،
نوروزتان،
خجسته باد!



مدیریت ارز ملل
سال نو را خدمت
هموطنان عزیز تبریک می گوید



416.830.6500
6024 Yonge St.
North York
(at Cannaught Ave., M2M 3W5)
areza.melal@gmail.com



صرافی بهارستان

Baharestan Currency Exchange

+1 905 737 1771 , +1 905 737 1717 , +1 416 221 5151



در دو شعبه ریچموند هیل و نورت یورک (روبروی پلازای ایرانیان)

نوروزتان پیروز



شاد باشید در این عید و
در این سال جدید
آرزویی است که از دوست
به یار آمده است

ارائه امن ترین و سریع ترین خدمات ارزی برای هموطنان ایرانی در سراسر دنیا

- +1 905 737 1771 , +1 905 737 1717
- 14 Levendale Rd, Richmond Hill, ON, L4C 4H2
- +1 416 221 5151
- 6080 Yonge St., Toronto, ON, M2M 3W6
- www.baharestanexchange.com
- info@baharestanexchange.com

دفتر مرکزی:

تهران،
میدان فردوسی،
مرکز تجارت
جهانی فردوسی
۰۶۰۰۱ - ۸۸۹ - ۰۲۱

۲۴ ساعته

با فروش
آنلایندر پلازای
ایرانیان

سوپر ارزان

بیستمین بازار نوروزی سوپر ارزان

در محل سوپر ارزان در پلازای ایرانیان برگزار می شود

با خرید
نوروزی از
سوپر ارزان
عیدانه
بگیرید

از جمعه ۱۳ مارچ

با آرزوی رفارنیک، گفتارنیک، پندارنیک برای همه ایرانیان و فارسی زبانان دنیا



انواع سفارش
کیتترینگ و مجالس
پذیرفته می شود
همراه با دلیوری

سفارش آنلاین و کیتترینگ پذیرفته می شود.

6103 Yonge St., Totonto, ON M2M 3W2

پلازای ایرانیان
(South of Steeles)

www.arzon.ca 416-590-1234 , 416-222-4726

Mortgage Agent / Team Leader
Brokerage Licence # 10530
License #M08004237 (Nasi Vaghef)

نازی واقف

5 YEAR VARIABLE **2.49%** from

استخدام:
Mortgage Agent استخدام می‌شود
با آموزش خصوصی
و کمسیون بالا

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

416.454.6274

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

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

از همه سو که جهان جلوه او می‌بینم
جلوه اوست جهان که همه سو می‌بینم
چون به نوروز کند پیرهن از سبزه و گل
آن نگارین همه رنگ و همه بو می‌بینم

هر روزتان نوروز، نوروزتان پیروز

ساسان امام

— Licensed Paralegal, Commissioner of Oaths —
416.444.5555
— لیسانس حقوقی از ایران با ۱۵ سال سابقه کار حقوقی در انتاریو —

ACCESS Paralegal Services **دفتر حقوقی**
7191 Yonge St., Suite 709B,
Thornhill, ON L3T 0C4
www.accessparalegal.ca
Direct: 416-910-7182

APS
Access Paralegal Services

دکتر محمد کاشفی

جراح دندانپزشک
فارغ التحصیل از دانشگاه تورنتو
Bsc., D.D.S.

905.780.8444

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

مطب ریچموند هیل

کلیه خدمات دندانپزشکی:
روت کانال، زیبایی،
ارتدوئسی ...

اجاره بیسمت دو خوابه

Major Mac/ Bayview
تمیز، روشن، نزدیک به امکانات رفاهی
و فروشگاه‌های ایرانی و والمارت
نزدیک به ایستگاه اتوبوس؛ اینترنت و پارکینگ

416-887-0240

دانیال نیلی

— کارشناس وام مسکن —
647-668-2200

BMO Financial Group
We're here to help.

نوروزتان مبارک
مبارک باد این سال و همه سال
همین بادت این روز و همه روز



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





Maryam Akbari
Manager, Mobile Mortgage Specialist

مریم اکبری

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

بهترین نرخ برای انواع وام مسکن

- ✓ Pre-Approval
- ✓ Switch and Refinancing
- ✓ New Immigrants
- ✓ Home Equity Line of Credit
- ✓ Self Employed

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

Tel: 416.704.9292
Fax: 1.855.262.8603
maryam.akbari@td.com



دفتر حقوقی
DANSON RECHT LLP
BARRISTERS AND SOLICITORS

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

مرجان دلاور

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

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

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

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



بیمه

انواع بیمه و سرمایه گذاری از سال ۱۹۸۸ در کانادا

- ✓ بیمه عمر
- ✓ اتومبیل
- ✓ مستغلات
- ✓ محل کسب
- ✓ توریستی
- ✓ بیزینس و ...

- ✓ تحصیلات فرزندان RESP
- ✓ سهام سرمایه گذاری
- ✓ بازنشستگی RRSP
- ✓ تجاری و ضمانت نامه
- ✓ علاج ناپذیر
- ✓ درمانی

416.576.7766



با اطمینان کامل، خود، عزیزان و زندگی‌تان را بیمه کنید.

دو قدم مانده به خندیدن برگ
یک نفس مانده به ذوق گل سرخ
یک سبد عاطفه دارم
همه ارزانی تان...

نوروزتان پیروز باد!



دکتر سعید مشکسار
DR. SAEED. MESHKSAR, DENTIST
905-836-6111

دندانپزشکی خانوادگی ایگل

EAGLE FAMILY DENTISTRY

سر دفتر استاندارد رسمی
Notary Public

دفتر وکالت

دکتر ناصر عابدی

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



Family Law

حقوق خانواده و امور مالی

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

— حقوق مالی و همسر و فرزندان
— اموال خانواده

Immigration & Citizenship

مهاجرت و سیتی زنی

— مهاجرت و اقامت از طریق سرمایه گذاری و استانی
— مهاجرت نیروی متخصص، رفع شرط مهاجرتی
— تهیه و تنظیم دعوتنامه سیتی زنی و
— موارد انسان دوستانه
— بررسی موارد بازداشت
— فرجام و پژوهش در دادگاه IRB و
— سایر امور مهاجرتی
— دادگاه های شهروندی

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

Business & Corporate Law

امور تجاری و شرکتها

— خرید و فروش شرکتها، تنظیم قراردادهای تجاری

— ثبت و تاسیس شرکتها

Real Estate

خرید و فروش املاک و مستغلات تجاری و مسکونی

تنظیم وکالت نامه کانادایی — گواهی امضاء و کپی برابر اصل

Tel: 905.709.4066

Cell: 416.6666.012

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

خوش باد این نوروز!



” روی گل سرخ بیاراستند
زلفک شمشاد بپیراستند
بکان بر کوه بتک خاستند
بلبلکان زیر و ستا خواستند

مجید حبیبی
416.553.3394
کارشناس وام

tribe MAJID HABIBI
You belong. Lic. #12782



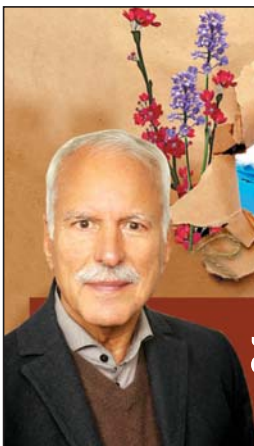
نوروز باستان
سال نو خجسته باد

هموطنان عزیز،

اگر چه سال جدید با مشکلات و مصائب گوناگون مواجه شد، لیکن با صبر و
بر دباری، احتیاط و شکیبایی و همیاری و استانی، مشکلات را تکمیل
کره کش کرده و سال نور با سپروزی بر مشکلات سپری خواهیم کرد.
زایش جان جهان فرارویان است.

انجمن ساختمان سازان ایرانی - کانادایی
(ICBA)





سال نو مبارک

Ph.D. صفر داعی
۳۰ سال تجربه حرفه‌ای
روان درمانگر CRP
Cell: 416.303.5730



نوروزتان پیروز

مژده ای دل که دگر باره بهار آمده است
خوشن خرامیده و با حسن و وقار آمده است
به تو ای باد صبا می دهم پیمایی
این پیامی است که از دوست به یار آمده است
نناده بآفتاب در این عید و در این سال جدید
آرزویی است که از دوست به یار آمده است

پویا مجتمع

✓ 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

تولد دوباره‌ی زمین، فرارسیدن نوروز و سال نوی خورشیدی به شما تبریک می‌گوییم.

سالی سرشار از سلامتی و موفقیت برایتان آرزو داریم.



پوریا همتی
نماینده و مشاور فارسی زبان دفتر حقوقی
Senior Law Clerk
416.802.9191

دفتر حقوقی
Bradley Charles Wyndham
Professional Corporation

ایران استار، رسانه مستقل ایرانیان کانادا
315 Steelcase Rd. East, Suite 201 Markham, ON. L3R 2R5

اخبار - کانادا

کمک ۸۲ بلیون دلاری ترودو به کانادایی‌ها



پ. رحمتی
مدیر بخش خبری



نخست‌وزیر جاستین ترودو برای کمک به کانادایی‌ها و مشاغل در مقابله با بیماری واگیردار کرونا، با روش‌های حمایت از درآمد، یارانه دستمزد و معوقات مالیاتی، یک بسته کمک عظیم ۸۲ بلیون دلاری را اعلان کرد. این بسته شامل ۲۷ بلیون دلار پشتیبانی مستقیم و ۵۵ بلیون دلار دیگر برای کمک به نقدینگی تجاری از طریق معوقات مالیاتی است. این بسته بیش از سه درصد تولید ناخالص داخلی کانادا را تشکیل می‌دهد.

ترودو گفت که با انجام این هزینه‌ها کشور به سمت رکود سوق داده نخواهد شد و با اصرار بر تصمیمات محتاطانه اتخاذ شده در طی پنج سال گذشته، کانادا اکنون در یک وضعیت اقتصادی استواری قرار گرفته تا بتواند بر بحران غلبه کند. وی گفت: "ما اطمینان داریم که اقتصاد ما خیلی سریع به سمت جلو حرکت خواهد کرد."

این حمایت‌ها به منظور کمک به کانادایی‌ها برای پرداخت اجاره‌ها، خرید مواد غذایی، کمک به مشاغل برای نگاه داشتن پرسنل در لیست حقوق، پرداخت قیوض و ثبات اقتصادی است. ترودو گفت پشتیبانی از این نیروها ممکن است طی چند هفته آینده آغاز شود. وی گفت: "مهم نیست که شما چه کسی هستید یا چه کاری انجام می‌دهید، این زمانی است که شما باید روی سلامتی خود و همسایگان خود متمرکز شوید. نباید شغل خود را از دست بدهید و نباید پولی برای خرید غذا و دارو نداشته باشید."

برنامه کمک‌های اضطراری شامل موارد زیر است:

- افزایش موقتی در پرداخت کمک هزینه کودک و ارائه حدود ۲ میلیارد دلار پشتیبانی اضافی
- مزایای مراقبت‌های ویژه فوری حداکثر تا ۹۰۰ دلار هر دو هفته و حداکثر تا ۱۵ هفته، برای کمک به درآمد کارگران از جمله افراد خود اشتغال که مجبورند

اعلان شرایط اضطراری در انتاریو:

اجتماعات لغو و به مردم کمک مالی می‌شود



نخست‌وزیر انتاریو یک روز پس از سخنرانی اضطراری‌اش، و ۱۵ ساعت پس از آنکه جاستین ترودو، نخست‌وزیر کانادا مرزهای کشور را بست، طی مصاحبه‌ی مطبوعاتی در ۸:۳۰ روز سه‌شنبه ۱۷ مارچ در استان اعلان وضعیت اضطراری کرد. "داگ فورد" گفت که بنا به قانون "مدیریت اضطراری" و "حمایت از مردم" قصد دارد تا جایی که ممکن است جلوی بحران در استان را بگیرد. وی که با "سیلویا جونز" دادستان عمومی، "کریستین الیوت" وزیر بهداشت به همراه دکتر "ویلیامز"، "راد فیلیپس" وزیر دارایی همراهی می‌شد پس از اتمام اعلامیه دولت انتاریو به پرسش‌های خبرنگاران نیز پاسخ داد.

داگ فورد گفت: "ما با اعلان خبر وضعیت اضطراری اجازه می‌دهیم که از گسترش عمومی جلوگیری کنیم تا بیمارستان‌ها بهتر عمل کنند. اکنون انتاریو اعلان می‌کند که کلیه رستوران‌ها و بارها (بجز شکل گذارسانی)، مدارس خصوصی (تا ۶ ایرل)، مهدکودک‌ها، تئاترها، مساجد، کلیساها، کنسپه‌ها و مراکز دعای انتاریو، مکان‌های عمومی، سینماها، کتابخانه‌ها، از همین الان تعطیل هستند. هیچ اجتماع بیشتر از ۵۰ نفری نیایستی باز باشند. به مردم می‌گویم که وحشت نکنید، تنها راه موفقیت ما همراهی مردم با ماست. ما در حال جلوگیری از بالا رفتن منحنی مبتلایان و همزمان خواباندن آن هستیم." وی در ادامه مشخص کرد کدامیک از واحدها باز خواهند بود: "این به معنای تعطیلی استان نیست. همه سرویس‌های عمومی این استان باید به کار ادامه دهند. حمل و نقل، دفاتر، فروشگاه‌ها، کارخانه‌ها و بقیه واحدهای تجاری بایستی کار کنند تا مایحتاج مردم تأمین شود. پاساژها بسته نمی‌شوند و کارهای روزمره مردم برای زندگی ادامه خواهد داشت." فورد شرایط مالی جدید استان را بدین شکل توضیح داد: "این اعلان وضعیت اضطراری به ما اجازه خواهد داد تا منابع

خود را به سوی خدمات بهداشتی و پزشکی انتقال دهیم. ما با ذخیره مالی که قبلاً کرده‌ایم اکنون توانستیم ۳۰۰ میلیون دلار به این شرایط ویژه اختصاص دهیم.

ما سه گروه کمک مالی خاص خواهیم داشت: خدمات بهداشتی، مردم و بیزنس‌ها که با هماهنگی با دولت فدرال کمک‌های مالی را ارائه خواهیم کرد. ما الان بیشتر در حال بررسی و انتقال منابع به مسائل بهداشتی هستیم تا هر چیز دیگری. ما جمعه گذشته چندین بند و تبصره را در قانون تغییر دادیم تا بتوانیم در شرایط ویژه دستمان باز باشد." او همراه وزیر بهداشت گفت: "ما اکنون در حال افزایش تخته‌های اضافی و مراکز رسیدگی به بیماران هستیم و در عین حال لوازمی مانند دستکش، ماسک، مواد ضدعفونی را تهیه می‌کنیم. ما برای استخدام هزار پرستار، هزار کمک‌کننده بیمارستانی و هزاران کار دیگر بوجه تخصصی داده‌ایم." فورد افزود: "ما بایستی به فکر خانواده، همسپری‌ها، سالمندان و دوستان باشیم. آنچه اکنون بسیار مهم است آنست که به موقع و بدون تاخیر و با دقت عمل کنیم؛ به همین علت ما امروز در انتاریو اعلان وضعیت اضطراری اعلام می‌کنیم." فورد در انتهای اعلانش افزود: "انتاریو در جهان از بهترین‌هاست، ما مجموعه‌ای از بهترین انسان‌های دنیا را اینجا داریم؛ همه با هم تلاش می‌کنیم و ما همگی با هم از این بحران خارج می‌شویم."

کمیته اضطراری کرونای کانادا

از طرف دیگر "ترزا تام" رئیس بهداشت عمومی کانادا گفت تاکنون ۵۹۸ مورد از مبتلایان به ویروس کرونا در کانادا شناسایی شده و هشت نفر در همین رابطه فوت کرده‌اند.

وی افزود: این امر نشان‌دهنده افزایش شدید در تعداد موارد و شیوع در جامعه است. وی تأکید کرد: کانادایی‌ها نباید در این زمان دیگران را به خانه‌های خود دعوت کنند و تا جایی که ممکن است بایستی از خانه کار کنند.

این گروه که پس از سخنرانی نخست وزیر جلسه تشکیل داده بود تا مردم را از شرایط مطلع کند با صحبت‌های بیل مورنو وزیر دارایی کارش را ادامه داد، وی گفت: "بسته امروز مرحله اول اقدامات برنامه‌ریزی شده است. معمولاً کار من این است که اطمینان دهم ما مسیر مالی خود را به درستی حفظ می‌کنیم، اما در حال حاضر من به عنوان وزیر دارایی، تنها کارم اینست که مطمئن شوم کانادایی‌ها بتوانند مواد غذایی برای خوردن داشته باشند، سقفی را روی سر خود نگذارند و بتوانند برای خود دارو تهیه کنند."

اطلاعات بیشتر در مورد درخواست بیمه بیکاری در وبسایت دولت موجود است و برنامه‌های مربوط به مزایای جدید نیز در ماه آوریل در اختیار عموم قرار می‌گیرد. همه‌گیری کرونا، اقتصاد جهانی را ویران کرده و باعث شکستن قیمت سهام و مجبور کردن مشاغل به بستن درهای خود شده است. کانادا همچنین در نظر دارد از قانون شرایط اضطراری استفاده کرده و قدرت لازم برای محدود کردن جابجایی‌ها و تنظیم و توزیع منابع در این مدت را در اختیار گیرد.

امروز، کانادا و آمریکا در یک توافق بی‌سابقه مرزهای خود را بر روی سفرهای غیر ضروری بستند زیرا هر دو کشور سعی در محدود کردن گسترش ویروس دارند. هفته گذشته نیز ترودو بوجه ۱ بلیون دلاری برای افزایش اقدامات بهداشت عمومی را اعلان کرده بود. این بسته شامل ۲۷۵ میلیون دلار برای تحقیقات اضافی مانند توسعه واکسن، و ۲۰۰ میلیون دلار برای تجهیزات پزشکی فدرال، حمایت از جوامع بومی و اقدامات آموزشی بود.

چهارشنبه

ما دیروز با کریستینا فریلند و مسئول تجاری آمریکا درباره بستن مرزها صحبت کردیم.

پس از اعلانات نخست‌وزیر، جاستین ترودو، صبح به او گفتیم که تصمیم بستن مرزها کاملاً درست بوده است. ما از دولت فدرال خواستیم تا به بیمه بیکاری و بیزنس‌ها و مردم کمک کند و من از ترودو تشکر می‌کنم که امروز همه اینها را اعلان کرد. ما امیدواریم این کمک‌ها زودتر برسند.

ما علاوه بر اختصاص بوجه به تخصیص دادن تخته‌های بیشتر، حدود ۲۰۰۰ آزمایش کرونا در روز انجام می‌دهیم، و امیدواریم تا ۵۰۰۰ تست در روز بتوانیم انجام دهیم. ما از کمپانی ساخت ضدعفونی‌ها خواستیم تا بیشتر تولید کنند و آنها گفتند که موادشان را بطور رایگان در اختیار سیستم بهداشتی قرار خواهند داد. من با "سیسکو" (توزیع مواد غذایی) صحبت کردم و از آنها خواستیم تا مواد غذایی را بیشتر به فروشنده‌ها برساند، با کمپانی‌های ماشین‌سازی و دیگر شرکت‌ها صحبت کردم و آنها گفتند که به مردم کمک خواهند کرد. متشکرم

از همه که سعی در کمک به مردم دارند سیاست‌گذاری می‌کنم. ما باید متحد بمانیم و به هم کمک کنیم. مطمئن هستم فردا بهتر از امروز خواهد بود. فردا در مجلس سعی می‌کنیم که بازم بیشتر کار کنیم. هفته بعد بوجه جدید منظممان را اعلان خواهیم کرد.

اخبار - کانادا

افسر بهداشت عمومی کانادا اعلان وضعیت اقدام عمومی کرد



طبق آخرین گزارشات پزشکی، اگر شما مشکوک به کرونا هستید حتما ۸ روز در خانه بمانید، در این مدت نشانه‌های بیماری ظهور می‌کند اما هنوز هم مطمئن نیستیم که این مدت ثابت و صحیح باشد، به همین دلیل مدت قرنطینه ۱۴ روز است. حتی اگر نشانه‌های مختصری دارید بیرون نروید، با مراکز بهداشتی تماس بگیرید و هماهنگ کنید تا آزمایش دهید، به قرنطینه بروید تا خوب شوید. ما هنوز نمی‌دانیم پس از اتمام بیماری هنوز جواب آزمایش این بیماری مثبت خواهد ماند یا خیر

وی در پایان گفت که مختصر مصاحبه خبری چندین خواهد بود: همه ما کانادایی‌ها با هم هستیم و بایستی با یکدیگر همکاری کنیم تا بر این بحران غلبه کنیم

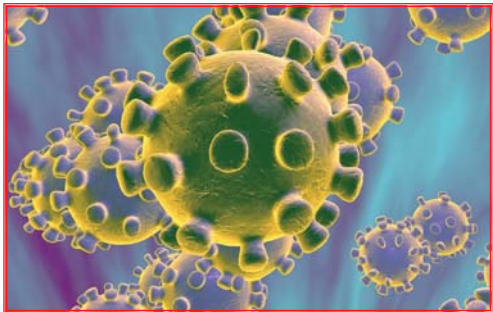
بیشتر از ۲۵۰ نفر را به همه کانادا اعلان کرده‌ایم. ما مرزها را کاملاً نمی‌بندیم زیرا در صورت بستن مرزها، مایحتاج ما وارد نخواهند شد اما بایستی در مرزها به دقت جلوی ورود بیماری را بگیریم. درخواست قرنطینه شخصی "دستور دولتی" نیست ولی یک "مسئولیت شهروندی" است که انتظار داریم همه کانادایی‌ها آن را در نظر گرفته و اجرا کنند. قبلاً به مسافران وارده به کانادا گفته شده بود که خودتان را زیر نظر داشته باشید، اما اکنون می‌گوییم هر مسافر ورودی باید خودش را قرنطینه کند. ما قبلاً بیشتر به چین، ایران و ایتالیا می‌پرداختیم اما اکنون این دستور مربوط به همه مسافران است. علاوه ما دستور خرید و استفاده از ماسک، دستکش، نقاب، ضدعفونی کننده را به همه دستگاه‌ها داده‌ایم

افسر بهداشت عمومی کانادا، دکتر ترزا تام، در یک مصاحبه مطبوعاتی همراه با همکارش به زبان‌های انگلیسی و فرانسه که ظرف چندین ساعت تدارک دیده شده بود، پس از اعلان موضع این سازمان و وضعیت کرونا در کانادا به سوالات چند نفر از حضار و نیز سوالات خبرنگاران دیگری که بصورت ویدئویی حضور یافته بودند پاسخ داد

ترزا گفت که حداکثر سرعت گسترش اپیدمی این بیماری اکنون در اروپاست و اکنون زمان اقدام ماست. ما ۲۵ هزار نفر را مورد آزمایش قرار داده‌ایم و در این میان ۳۱۲ مورد ابتلا و فقط یک مورد مرگ داشته‌ایم و با اعلان ۶۵ مورد جدید می‌گوییم زمان اقدام فرا رسیده است. نقاط بحرانی ما بریتیش کلمبیا، انتاریو و کبک هستند. من الان از همه می‌خواهم همین الان اقدام کنند. مسافرانی که به فکر خروج از کانادا هستند توصیه می‌کنم فقط اگر شرایط بحرانی‌ست خارج شوید. به مسافرانی که به کانادا می‌آیند می‌گویم خودتان برای ۱۴ روز به قرنطینه بروید. از کانادایی‌ها می‌خواهم کلیه اجتماعات خود را لغو کنند؛ فاصله کافی با دیگران (حداقل یک متر) را حتما رعایت کنند. از خانه‌های خودتان کار کنید و با کارفرمایان در این زمینه صحبت و همکاری نمایید. اکنون فرصت و زمان اقدام ماست، همین الان بایستی با هم اقدام کنیم؛ همین الان

وی در ادامه افزود: لغو هر اجتماع

پیشرفت قابل توجه در داروی مقابله با کرونا



روبرو بوده اما آنانی که سرانجام بر بیماری غلبه کرده‌اند موافقت کرده همه این بیماری‌ها زمانی غیرقابل درمان بوده‌اند. در برخی از موارد حتی شاید نتوان یک ویروس را به کلی نابود کرد ولی شاید بتوان آنقدر نیروی محافظ داشته باشید که کنترلشان کنید.

این شرکت کانادایی با تمام قدرت و سرعت در حال پیشرفت است تا گوی سبقت در تشخیص بیماری را از دیگر رقبایش برپاید؛ تلاشی که نجات جان هزاران و شاید میلیون‌ها نفر را در بر داشته باشد، همزمان تغییرات پزشکی دارویی قابل توجهی را بوجود آورد، و نیز منجر به سوده‌های اقتصادی بزرگی نیز شود.

چیزه شده؛ اکنون نوبت ماست که آنها را پیدا و استخراج کنیم. این شرکت ۵۰۰ آنتی‌بادی یافت شده را با همکاری یک غول دارویی بین‌المللی به سوی یک هدف مشترک به اشتراک گذاشته است: آزمایش یک روش جدید مقابله با کرونا روی انسان‌ها ظرف ۴ ماه آینده.

کسی نمی‌داند که این ویروس چه بازه زمانی و یا چه اثر انسانی دارد؛ اما مدیر عامل این شرکت می‌گوید ما سال‌ها خودمان را برای چنین شرایطی آماده کرده بودیم که در زمان اتفاق بتوانیم به سرعت عمل کنیم، و عمل کردیم. در تاریخ جنگ علمی علیه بیماری‌ها بارها با شکست‌ها و موفقیت‌های اولیه، و نیز شکست‌های بسیاری در مراحل مختلف

یک شرکت تکنولوژی - زیستی در ونکوور کانادا اعلان کرد که به سرعت در حال پیشرفت در تهیه ابزاری برای مقابله با ویروس کروناست. این شرکت که از زمان شروع بحران در چین، نمونه‌هایی را به ونکوور آورده با سرعت زیاد از همه ابزارهای ممکنه مانند آزمایشگاه‌های پیشرفته، هوش مصنوعی، متخصصان درجه اول و غیره استفاده کرده است. این شرکت می‌گوید اکنون در حال بررسی قدم بعدی‌ست: آزمایش اینکه ایداعش باعث خنثی شدن ویروس کرونا می‌شود. یک متخصص این شرکت در گزارشی گفت که آنها معتقدند درمان کرونا در بدن همه ما وجود دارد؛ بیلیون‌ها آنتی‌بادی که داریم، و ما سعی می‌کنیم میان آنها تعدادی را بیابیم که روی این ویروس اثر دارند و با انجام فرایندی آن تعداد را تبدیل به عامل خنثی کننده ویروس کنیم.

او گفت در این زمینه به پیشرفت‌های زیادی رسیده‌اند و افزود که توانستند از نمونه خون مریضی که بر بیماری کرونا غلبه کرده استفاده کنند و بیش از ۵۰۰ عامل آنتی‌بادی یکتا را بیابند که در بدن بیماران غلبه‌کننده بر بیماری وجود داشته‌اند.

این متخصص گفت که سیستم دفاعی بدن بیماران غلبه‌کننده کارش را به بهترین نحو انجام داده و بر ویروس کرونا

بانک‌ها بهره‌ها را کاهش می‌دهند؛ درآمدها امسال کاهش می‌یابند

گسترده با معیار سهام تورنتو در ارتباط است.

سختگوی بانک تی‌دی اظهار داشت: "نرخ بهره وام این بانک با ۵۰ امتیاز پایه کاهش به ۳/۱۰ درصد کاهش پیدا کرد. در دوره کاهش نرخ قبلی بانک مرکزی کانادا در ژانویه و ژوئیه سال ۲۰۱۵، بانک‌ها تنها ۳۰ امتیاز پایه در مقابل ۵۰ امتیاز کاهش بانک مرکزی نرخ بهره خود را کاهش دادند که این موضوع با رشد سه‌چهارم درصدی بانک مرکزی در سال ۲۰۱۸ مطابقت داشت.

"آلن اسمال"، مشاور ارشد سرمایه‌گذاری در "هولیزولت" گفت: "در حالی که بانک‌ها ممکن است از داد و ستد بیشتر سود ببرند ولی مدیریت مالی به دلیل ترس از همه‌گیری این ویروس باعث کاهش اعتماد مصرف‌کنندگان خواهد شد." اسمال گفت: "بانک‌ها مانند خون برای اقتصاد هستند، اگر اقتصاد در حال رکود باشد این رکود دامن بانک‌ها را هم خواهد گرفت."

را به سمت سرمایه‌گذاری‌های کوتاه مدت خواهد برد. بانک مرکزی کانادا روز جمعه برای جلوگیری از تأثیر اقتصادی شیوع ویروس کرونا، نرخ معیار خود را بطور اضطراری و دومین بار در این ماه به میزان ۵/۰٪ پایین آورد. آمریکا پیش از کانادا بهره پایه بانکی خود را پایین آورده و نزدیک به صفر رسانده بود.

"برایان مادن"، مدیر و مشاور سرمایه‌گذاری در شرکت گوردیوید گفت: "کاهش نرخ بهره‌خیلی ناگوار، دیر و پُر خسارت است." او اکنون انتظار دارد درآمد بانک‌ها که امسال رشد تک رقمی خود را آغاز کرده بود خیلی زود کاهش یابد." مادن گفت: "اقتصاد مدرن با اطمینان و اعتبار اداره می‌شود. وقتی اقتصاد خود فقط با ۱٪ یا ۲٪ در حال رشد است، اگر هر کدام از این کمربندها را ۱٪ یا ۲٪ سفت کنیم این بدان معنی خواهد بود که شما در رکود اقتصادی هستید."

شاخص بانک‌های کانادایی روز دوشنبه روی ۹/۷٪ بسته شد این شاخص به طور

بانک‌های بزرگ کانادا روز دوشنبه اعلام کردند که نرخ‌های بهره پایه خود را با ۵/۰٪ کاهش به ۲/۹۵٪ می‌رسانند.

این میزان پایین‌ترین سطح از آگوست سال ۲۰۱۷ است. در این ماه نرخ بهره پایه دوبار از طرف بانک مرکزی کانادا و مجموعاً به میزان ۱٪ کاهش پیدا کرده است. بانک "آی‌بی‌سی"، بانک "اسکوشیا"، بانک "بی‌ام‌او"، بانک "سی‌آی‌بی‌سی" و بانک "تی‌دی" گفتند که این تغییر از روز سه‌شنبه اعمال خواهد شد. کاهش نرخ بهره بانک مرکزی کانادا از روز چهارشنبه اعمال خواهد شد.

تحلیلگران گفتند که کاهش درآمد بانک‌ها با یک رکود بالقوه درآمیخته است تا سالی تاریک‌تر از حد انتظار برای وام‌دهندگان و سرمایه‌گذاران کانادایی ایجاد شود. "مایک رزوانوویچ" تحلیلگر اعتباری روز دوشنبه پیش‌بینی کرد که کاهش سود برای اکثر بانک‌های کانادایی، با رشد کم تا متوسط از سال ۲۰۲۱ شروع خواهد شد و عدم اطمینان مالی، بانک‌ها

خدمات مهاجرت و حقوقی درستکار

Dorostkar Immigration Services Inc.

پرونده‌های پناهندگی

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

خدمات مهاجرت

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

دفتر تورن‌هیل

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

دفتر ریچموند‌هیل

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

info@dorostkar.ca , www.drlegalservices.ca

AdverToronto Inc.

- * Import/Export Printing and Advertising Equipment and Material
- * Signage and LED display

"Together We Can"
"دکنارم، توامندتریم"

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

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

www.AdverToronto.com

Canada Office: #5, 7321 Victoria Park Ave, L3R 2Z8
Cell: 416-890-8498
Email : info@advertoronto.com

China Office: 4448, 沪宜, 嘉定, 上海 +86 131 16688061
Europe Office: 6, The Meadows Shopping Centre, Chelmsford CM2 6FD, United Kingdom UK +447915549045
Middle East office: 315, Jalal-e-Ale Ahmad, Tehran, Iran +982142206363

Nastaran Adibrad

Ph.D., RP, CCCP

نسترن ادیب راد

Ph.D, RP, CCCP دکترای مشاوره و روان درمانی روان درمانگر ثبت شده در انتاریو

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



مشاوره فردی:

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

مشاوره خانواده:

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

مشاوره تحصیلی و شغلی و نیز انواع آموزش‌ها و درمان‌های گروهی



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

Office: 416.730.0201 | Cell : 647.330.0684

Web: www.adibrad.com

سریعتر و آسانتر از دیگران وارد دانشگاه شوید.

RWS
Richmond Hill World School
Private High SchoolAfter School . Night School
Adult Credit CoursesOnline Credit Courses
Established in 2011

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

و سایر کورسهای دبیرستانی

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

دبیرستان و هنرستان خصوصی صبحی آکادمی

Grade 9-12

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

۲۱ سال تجربه و آموزش بیش از ۶ هزار دانش آموز

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

International Students Welcome!

تمدید ویزا و درخواست ویزا با داشتن ویزای توریستی

توجه

توجه

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

● ارائه کلیه کردیت کورسهای دبیرستانی ۱۰۰٪ مورد قبول دانشگاهها

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

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

مشاوره رایگان تحصیلی



با تضمین ۱۰۰٪ قبولی

آموزش و تهیه Art Portfolio

توسط مهرداد صبحی موسس اولین آکادمی هنر ایرانی در کانادا

لیسانس هنرهای زیبا ، لیسانس هنر و لیسانس آموزش از دانشکده تربیت معلم دانشگاه 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)

اخبار - کانادا

شاید بتوانید تا ۶ ماه وام مسکن خود را ندهید



شش بانک بزرگ کانادا در صورت تأثیر شدیدتر ویروس کرونا به برخی از وام‌گیرندگان اجازه خواهند داد پرداخت مورگیج خودشان به مدت نیم سال به تأخیر بیندازند. بانک "آر‌بی‌سی"، بانک "اسکوشیا"، بانک "بی‌ام‌او"، بانک "سی‌آی‌بی‌سی" و بانک "تی‌دی" و بانک "نتسنتال" همه پیشنهادات کمک مالی را در انتشارات مطبوعاتی خود در اواخر روز سه‌شنبه و اوایل روز چهارشنبه درج کرده‌اند.

مطابق با انتشارات بانک آر‌بی‌سی بانک‌ها تمهید کرده‌اند که بصورت موقتی با مشتریان بانک از جمله مشاغل شخصی و کوچک همکاری کنند تا راه‌حل‌های قابل انعطافی برای کمک به آنها در مدیریت بحران کرونا و اختلال در مراقبت از کودکان به دلیل تعطیلی مدرسه پیدا کنند.

نتسنتال بانک خاطرنشان کرد که اقدامات می‌تواند شامل تمدید مدت استهلاك وام یا ارائه وام ویژه برای تأمین هزینه‌های زندگی باشد.

بانک‌ها می‌گویند: این پشتیبانی حداکثر ۶ ماه برای پرداخت وام و تسویه حساب سایر محصولات اعتباری خواهد بود. این اقدامات اولین قدم مهم و تأکید بر استحکام سیستم مالی کانادا و قدرت بانک‌های اصلی ما است. بانک‌ها تحولات اقتصادی را زیر نظر خواهند گرفت و در صورت لزوم اقدامات دیگری را نیز بعمل خواهند آورد.

پیشنهاد کمک‌های مالی برای مشتریان در حالی صورت می‌گیرد که بانک‌ها گفت‌وافت که به طور موقت برخی شعب خود را تعطیل می‌کنند و ساعات باز بودن سایر شعب را نیز کاهش می‌دهند. "بیل مورنو" وزیر دارایی هفته گذشته گفت با مدیرعامل بانک‌های بزرگ کانادا صحبت کرده و وام‌دهندگان تمهید کرده‌اند تا از مصرف‌کنندگان در طول مدت بحران پشتیبانی کنند.

تاریخ پُر کردن اظهارنامه مالیاتی کانادایی‌ها عقب افتاد



اداره مالیات اعلام کرد کانادایی‌ها یک ماه بیشتر فرصت دارند تا فرم‌های مالیاتی خود را تکمیل نمایند. این اعلامیه به عنوان بخشی از اقدامات گسترده مالی برای کمک به افراد و دولت به خاطر همه‌گیری کروناست. بنابراین کانادایی به جای مهلت تشکیل پرونده مالیاتی تا ۳۰ آوریل می‌توانند تا ۱ ژوئن ۲۰۲۰ اظهارنامه مالیاتی خود را برای اداره مالیات ارسال کنند. مهلت پرداخت هرگونه مانده بدهی بدون بهره نیز تا ۳۱ ژوئیه تمدید شده است.

مشاغل نیز زمان بیشتری برای پرداخت مالیات خود بدون پرداخت هیچ گونه بهره و مجازات خواهند داشت. مهلت جدید برای پرداخت هرگونه مالیات شرکت‌ها یا انجام هرگونه پرداخت اقسالی برنامه‌ریزی شده تا ۳۱ ژوئیه خواهد بود. روز سه‌شنبه، دولت یک نیز دقیقاً اقدامات مشابهی را برای اداره مالیات یکب انجام داد. "اریک ژیرارد"، وزیر دارایی استان، به خبرنگاران گفت: "این یک اقدام مؤثر برای تزریق نقدینگی به اقتصاد است." وی می‌گوید که تمل در پرداخت مالیات تا ۸ میلیارد دلار به اقتصاد یکب کمک خواهد کرد.

اجاره در داون تاون ریچموند هیل

اجاره اتاق‌های مبله

با کلیه امکانات رفاهی نو

در ساختمان‌های بازسازی شده

برای دانش‌آموزان و دانشجویان

نزدیک خیابان یانگ و ایستگاه اتوبوس

و مرکز خرید ایرانی

تلفن: ۴۱۶-۷۲۷۴-۲۲۱-۲۲۱

و یا ارسال پیام به:

تلفن موبایل: ۲۸۸۰-۸۹۶-۶۴۷

املاک و مسکن

با کرونا زمستونو سر می کنیم!

به معنای واقعی و همیشگی آن جشن گرفته شود.

دوستان خوبم، امیدوارم سال خوبی در پیش داشته باشید؛ سالی که سرشار از شادی، خوشی و سلامتی برای شما و بستگانتان باشد. من هم مثل شما اخبار، بخصوص اخبار ایران را با نگرانی دنبال می‌کنم و هر لحظه منتظرم که بعد از ماه‌ها مقداری خبرهای خوب از سرزمین مادری دریافت کنم. وضعیت تورنتو هم که مشخص است همه در منزل ماندن‌ایم و منتظریم از حق نگذریم این ویروس جدید درس‌های فراوانی هم به ما آموخته که کاش شاگردان خوبی باشیم و این درس‌ها را همیشه به یاد داشته باشیم... تیم که اولاً فقط خریداران جدی که شرایط خرید دارند برای بازدید مراجعه کنند و احتیاط‌های لازم مانند گذاشتن کفش‌ها بیرون منزل و ضدعفونی کردن دست‌ها قبل و بعد از بازدید حتماً انجام می‌شود و موارد دیگری که صحبت را طولانی می‌کند. طبیعی‌ست که شرایط جدید روی بازار ملک تا حدودی تاثیر می‌گذارد که البته با کاهش شدید نرخ‌های بهره و خروج سرمایه‌ها از بازار سهام ممکنست تقاضا برای خرید را در بازار ملک حتی این مورد با قطعیت بیشتری می‌توان صحبت کرد. اگر پرسشی در مورد بازار ملک دارید با تلفن، ایمیل و فیس‌تایم طبق معمول در خدمت شما هستم؛ بار دیگر برای شما سال خوبی آرزو می‌کنم. **به امید دیدار.**

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



تاثیرش را بصورت برگشت‌ناپذیری روی ایشان گذاشته است. مطمئن هستم شما هم با یادآوری حوادث باور نکردنی که بصورت پشت سر هم در سال گذشته اتفاق افتاد گاهی مبهور و خیره به یک نقطه نا مشخص، مکان و زمانی که در آن قرار دارید را برای مدتی فراموش می‌کنید. حقیقتاً حتی پس از پایان این روزهای غمبار و برگشتن به زندگی عادی، فراموش کردن سالی که گذشت غیر ممکن است و خاطرات تلخ آن همیشه با ما خواهد بود و گاهی بهترت زده و خیره به مکانی نا مشخص ما را به مرور این خاطرات برای زمانی کوتاه وادار خواهد کرد.

دوستان خوبم، تمام زیبایی مراسم عید نوروز، چهارشنبه سوری و سیزده بدر، در اینست که دور هم انجام می‌شود. به محض تحویل سالی، دید و بازدیدها شروع شود و در روز سیزدهم فروردین در جمع دوستان و در دل طبیعت به اوج خودش برسد. اما امسال برای اینکه بتوانیم یک روزی دوباره جمع دوستانه خودمان را داشته باشیم باید فعلاً از هم دور باشیم، فاصله بگیریم و به هم نزدیک نشویم که تمام زیبایی عید را می‌گیرد. در تنهایی، هیچکدام از این مراسم لطف همیشگی را ندارند. حتی نمی‌توان به هموطنانی که خانواده‌شان را هم در مصائب سال گذشته از دست داده‌اند برای دلداری دادن نزدیک شد. بعلاوه اگر هم امکان دور هم بودن فراهم بود با وجود این همه هموطن داغدار که از سیل و زلزله و ساقط شدن هواپیما و ویروس کرونا به جا مانده و این و دماغ چندانی باقی نمانده که عید نوروز

کامران انواری
بروکر املاک



وقتی دانشجو بودم تنها امکان فیلم دیدن در سینما بود. فیلم خوب مثل امروزه اینقدر در دسترس نبود و من زیاد سینما می‌رفتم گاهی با دوستان بعضی وقتها هم تنهایی. یک بار فیلمی دیدم که همان روزها هم فیلمی قدیمی محسوب می شد به اسم "لوگوموتوران" که مربوط به دوران سینمای نئورئالیسم ایتالیا بود. باید حدود شصت و پنج سال پیش ساخته شده باشد. زندگی خانواده فقیری را نشان می‌داد که با مشکلات فراوان از قبیل بی‌پولی و جوانان بیکار و ... دست و پنجه نرم می‌کردند. مادر خانواده در ابتدای فیلم همینکه فرزندخردسالش را در راه پله آپارتمان با خوش و بش روانه مدرسه می‌کند، به نقطه‌ای خیره می‌ماند و به فکر فرو می‌رود به طوریکه ابتدا متوجه "صبح بخیر" گفتن همسایه دیوار به دیوارش که او هم راهی کار روزانه است نمی‌شود. ولی بعد از چند ثانیه که همسایه چند پله پایین رفته ناگهان به خودش می‌آید و جواب "صبح بخیر" همسایه را می‌دهد. در انتهای فیلم بعد از حوادث ناگواری که برای خانواده اتفاق افتاده و ایشان به هر سختی و مکافات بالاخره خانواده را تا حدودی سرپا نگه داشته، این صحنه تکرار می‌شود و بعد از روانه کردن فرزندش به مدرسه، همان همسایه از منزل خارج می‌شود و به او که دوباره بهترت زده به نقطه‌ای خیره شده صبح بخیر می‌گوید و دور می‌شود. این بار اما این خانم همانطور به نقطه‌ای خیره مانده و متوجه حضور همسایه نمی‌شود و حتی صدای او را نمی‌شنود و جواب او را نمی‌دهد. پس از چند ثانیه خیره ماندن بر می‌گردد داخل خانه و در را پشت سرش می‌بندد. شاید خواننده که از سرش گذشته فراموش شده باشند و همه چیز به نظر عادی بیاید ولی انگار

نوروزتان پیروز

کامران انواری

Real Estate Broker
Cell: 647.808.3450
RE/MAX Re/Max Hallmark independently owned and operated
685 Sheppard Ave. East Unit 401

بوی باران بوی سبزه بوی خاک
شاخه های شسته باران خورده پاک

آسمان آبی و ابر سپید

برگهای سبزید

عطر نرگس رقص باد

نغمه شوق پرستوهای شاد

خلوت گرم کبوترهای مست

نرم نرگ می رسد اینک بهار

خوش به حال روزگار



تاریخ- ایران

بمناسبت روز ۲۹ اسفند و گرامیداشت قهرمان ملی ایران



علی رستمی جم

در گذر زمان و در تاریخ زندگی هر قوم و ملتی روزهای برجسته و متمایز از دیگر روزهای معمولی وجود دارد که تاریخ آن قوم یا ملت را در دفتر ایام ثبت می‌کند و به موازات آن مردان و زنانی وجود دارند که تاریخ را می‌سازند و نام خود را در آن به ثبت می‌رسانند و در دل مردم خود و تاریخ جهان جاودانه می‌گردند. ایران عزیز ما نیز در عمر بلند خویش وقایع تاریخی بسیاری را پشت سر گذاشته و مردان و زنان تاریخ‌سازی را پرورده و در سینه خود دارد. یکی از آن رویدادهای تاریخی ملی شدن صنعت نفت ایران در ۲۹ اسفند ۱۳۲۹ به همت والای فرزند برومند و شجاع ایران دکتر محمد مصدق است که کشور را از یوغ استعمار و استثمار صدساله بیگانگان رهائی بخشید و ملت ایران را مالک بلامعارض کشور و ثروت ملی خویش گردانید که ای فرزند افتخارآفرین ایران، درود ملت ایران به مردی چون تو رزمنده، فروغیت بیشتر باد ای همایون مهر رخشنده (برگرفته از شعر بلند شادروان داور همدانی در مدح مصدق).

هر چند آحاد ملت ایران از سرنوشت معدن طلای ایران یعنی نفت باخبرند لیکن من باب یادآوری این سرنوشت تاریخی و ارائه اهمیت ملی شدن صنعت نفت ایران و شجاعت رهبر بلامعارض تاریخی کشور و بخصوص به منظور اطلاع جوانان کشور که آن نهضت بزرگ تاریخ‌ساز استعمارشکن را ندیده‌اند، به ذکر مختصری از چگونگی سرنوشت آن ثروت کشور و چگونگی غارت آن بدست بیگانگان به همدستی زعمای وطن‌فروش ایران می‌پردازم. اولین شخصی که در ایران مبادرت به استخراج نفت نمود شخصی بنام ویلیام تانکس دارسی استرالیایی بود که در ۱۹۰۱ نماینده وی ماریون نامی قرار داد نفت با مظفرالدین شاه را امضاء کرد که با کشف هفت میدان نفتی در

آبروز، شرکت نفت انگلیس و ایران بصورت یکی از مناطق مهم نفتی جهان درآمد و انگلیسی‌ها نه تنها نفت ما را بثمان پخس (به مفت و کم‌بها) می‌بردند که در تمامی شئون زندگی سیاسی و اجتماعی ایران و تعیین و انتخاب نمایندگان مجلس حتی در انتخاب رؤسای مملکت ایران هم دخالت مؤثر و تعیین‌کننده داشتند و در عین حال آنچنان نسبت به ایرانی گستاخ بودند که در تابلیوی سر در باشگاه خود در آبادان که نفت آنرا بغارت می‌بردند، نوشته بودند که "ورود سگ و ایرانی به باشگاه ممنوع است" که تو خود حدیث مفصل یخوان از این مجمل که ایران عملاً حیاط خلوت انگلستان بود. در چنین وضعیتی و با اینچنین نفوذی در ایران، دکتر محمد مصدق در جریان ملی کردن نفت ایران به کارمندان انگلیسی شرکت نفت فرمان داد که طرف بکفته باید ایران را ترک کنند وگرنه همه دستگیر و زندانی خواهند شد. کارکنان انگلیسی شرکت نفت ملی شده در حال گریه و چمدان بدست از آبادان بسوی فرودگاه شاهی ایران خارج شدند که عکس آن همه جا از جمله تمامی رسانه‌های ایرانی موجود است. انگلستان به دادگاه لاهه و شورای امنیت علیه ایران شکایت برد که از ملی شدن نفت ایران جلوگیری کند که در هر دو سازمان، مصدق با نطق‌های شورانگیز خود آنچنان استدلال کرد که حتی نماینده خود انگلیس به نفع ایران رای داد.

به پیش دشمنان استاد و جنگید، رهاند از بند اهریمن وطن را. که همین مرد بزرگ تاریخ ایران همچون سروردی که در دربار خفاه‌اش کردند و امیرکبیر که در حمام فین کاشان به خواست بیگانه و بدست ایرانی عامل انگلیسی‌ها رگش را زدند، از صدارت معزول و راهی زندان شد و در جریان محاکمه‌اش در دادگاه نظامی (که محاکمه وزراء بموجب اصل ۶۹ قانون اساسی مشروطه در محضر دیوان‌خانه تمیز (دیوان‌کشور) آنهم تنها از طریق مجلس شورای ملی انجام می‌گیرد و نه دادگاه نظامی) یک جمله گفت که بعنوان یک حقیقت باز در تاریخ ثبت شد و آن این بود که گفت "من یک گناه دارم و آن هم ملی کردن صنعت نفت است" که پس از سه سال زندان، تازه درخانه‌اش محبوس گردید. متأسفانه هم‌اکنون نیز به خواست و بدست نظام برآمده از انقلاب که تصور می‌شد که چه تجلیلی از دکتر مصدق خواهند کرد، حتی تا کنون اجازه نداده‌اند که بنا به وصیتش در گورستان شاهی ۳۰ تیر (که عمل به وصیت واجب شرعی است) دفن گردد! چرا که هنوز هم استعمار از او به گناه ملی کردن نفت ایران عصبانی است. دولت جاوید یافت هر که بتواند رزست، کز عقیقش ذکر خیر زنده کند نام را.

پاینده ایران، جاوید باد ملت ایران، همیشگی باد نام مصدق قهرمان برترارک تاریخ ایران.

24 YEARS IN CANADA

انشارات خردمند

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

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

www. **we are ThePrintGiant** .com

Gigantic Quality, Gigantic Savings

Since 1996

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

Over 24 years of experience will make a difference

Phone: **+ 416.676.9.676**
Toll Free: 1.855.676.9.676
Fax: 1.888.676.9.677
skype: kheradmandgraphics

E-mail: info@khrd.ca
Web: www.khrd.ca
facebook: facebook.com/khrd.ca
Linked in: kheradmand

املاک و مسکن

وضعیت فعلی بازار مسکن پس از ویروس کرونا و معرفی یک تاون هاوس در اگلینتون

دکتر رامین سیروسی
مشاور املاک



با عرض سلام و عرض تبریک سال نو و آرزوی سالی بهتر از سال ۹۸، مطلب امروز را در مورد آخرین وضعیت مسکن آغاز می‌کنم.

در هفته‌های اخیر مسئله بیماری ویروس کرونا نگرانی‌های زیادی را بین همه مردم بوجود آورده و باعث شده دولت‌ها و مردم اقدامات بسیار جدی را برای کنترل این مسئله انجام دهند. بسیاری از صاحب‌نظران وضعیت فعلی را با بحران مالی ۲۰۰۸ مقایسه کرده و معتقدند که اثرات این ویروس روی بازار مسکن مشابه وضعیت آن زمان است، در مقابل این گروه، برخی دیگر معتقدند که کانادا کاملاً برای این بیماری آمادگی دارد و می‌تواند بدون اختلال جدی پیشبرد اقتصادی خود را ادامه دهد.

در حقیقت کانادا با دوراندیشی کامل مراقب مسئله این الودگی است. شاید شما هم شنیده باشید که از اوایل ماه مارس تا بحال بانک مرکزی کانادا نرخ بهره را معادل یک درصد کاهش داده است تا فعالیت اقتصادی را تشویق کند. در نتیجه تمام نرخ بهره مورگنچ‌های بانک‌های اصلی پشتت پایین آمده و همین مسئله جنب و جوش زیادی را در بین خریداران ایجاد کرده است. برای مثال: نرخ بهره ۵ ساله که تا چندی قبل حدود ۲/۱۹ درصد بود، هم اکنون به ۲/۶ درصد کاهش یافته است. اثرات این کاهش نرخ در میزان پرداختی ماهیانه مورگنچ بسیار چشمگیر

مزایای استثنایی پیش خرید ما:

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

خبر- کانادا

ترودو مرزهای کانادا را بست؛ کانادایی‌ها همین الان برگردید به خانه



جاستین ترودو پس از اینکه حدود ۲ دقیقه زودتر به مصاحبه آمد گفت: "در چند روز گذشته سرعت گسترش کرونا بسیار بیشتر شده است. ما گفته بودیم که با تغییر شرایط و بر اساس علم، خودمان را با شرایط تطبیق خواهیم داد تا بتوانیم شما و خانواده‌تان را سالم و حفظ نگاه داریم."

او ادامه داد: "اولین قدم ما اینست: از ورود همه مسافران بجز کانادایی‌ها (شهروندان و افراد مقیم و افراد نزدیک مستقیم آنها -فرزندان و والدین) جلوگیری به عمل می‌آوریم. البته این شامل اتباع آمریکایی، افراد سازمان‌های بین‌المللی و خدمه پرواز نمی‌شود. ما و آمریکایی‌ها خیلی درهم آمیخته‌ایم، در مورد اینکه آیا مرز را به روی آمریکایی‌ها هم ببندیم چیزی است که شاید در آینده بررسی‌اش کنیم اما دلیل اصلی باز نگاه داشتن مرزها به روی آمریکایی‌ها علاوه بر ارتباطات نزدیک ما، اقتصاد و همکاری‌های گذشته و کنونی ماست." وی در مورد دلیل اینکه تا چند روز پیش دولت اعتقادی به بستن مرز نداشت اما اکنون به این نتیجه رسیده توضیح داد: "ما مایل نبودیم که مرزها را ببندیم زیرا در بسیاری از موارد نشان داده که کارایی ندارد، ولی اکنون این توصیه به ما شده که مرزها را برای سالم و حفظ نگاه داشتن کانادایی‌ها اینگونه کنترل کنیم و ما آن را انجام می‌دهیم. ما از انجام هیچ کاری برای کانادایی‌ها بر اساس علم فروگذاری نمی‌کنیم."

او بند دوم اعلان امروزش را چنین برشمرد: "همه مسافران، هر کسی که باشد، پیش از ورود یابستی نشانه‌هایی از بیماری نداشته باشند. کلیه پرسنل مانند خدمه پذیرنده هواپیما که کانادایی‌ها را وارد کانادا می‌کنند، در خارج از کشور و پیش از پرواز باید مطمئن شوند که مسافر نشانه‌ای از بیماری ندارد، هر مسافری

است. برای مثال شخصی که در قبل و با بهره ۳/۹ درصد ماهانه ۲۱۵۵ پرداخت می‌کرد اکنون فقط ۱۹۹۸ دلار در ماه معادل ۵۰۰ هزار دلار است. برای منزلی که قیمت بالاتر و در نتیجه وام بیشتری دارند، میزان کاهش پرداختی ماهیانه به صدها دلار در ماه می‌رسد. برای مثال میزان کاهش پرداختی برای وامی به میزان یک میلیون دلار بیشتر از ۳۵۰ دلار در ماه خواهد بود.

مثال‌های بالا به خوبی نشان می‌دهد که بانک کانادا با کم کردن نرخ بهره و آسانتر کردن شرایط گرفتن وام، کاملاً در کنترل بازار مصمم و جدی است. حتی در شرایط فعلی هم بسیاری از پروژه‌ها با سرعت زیادی فروخته می‌شود. پروژه‌هایی که در این هفته راجع به آنها صحبت می‌کنم مثال‌های خوبی هستند که استقبال مردم را نشان می‌دهند.

در هفته قبل به دعوت یک شرکت بیلدر در افتتاح پروژه تاون‌هاوس در **خیابان اگلینتون** شرکت کردم.

این پروژه متشکل از ۳۵ تاون‌هاوس می‌باشد و به حدی با استقبال روبرو شد که حدود نیمی از آنها در ظرف مدت کوتاهی بفروش رفت و سازنده واحدهای جدیدی را با همان قیمت برای پیش‌فروش عرضه کرد.

از نظر قیمت‌گذاری، این تاون‌هاوس‌ها با قیمتی حدود ۷۵۰ دلار برای هر فوت مربع، مناسب‌ترین قیمت را برای سرمایه‌گذاری و خرید دارند. هر تاون‌هاوس با زیربنایی حدود ۱۳۰۰ فوت مربع فضای کافی را برای یک خانواده فراهم می‌کند. این تاون‌هاوس‌ها که در پایان سال ۲۰۲۱

تحویل داده می‌شوند به واقع بهترین قیمت را در خیابان اگلینتون با دسترسی عالی به بزرگراه ۴۰۴ و Don Valley دارند و علاوه بر آن این تاون‌هاوس‌ها در فاصله دو دقیقه‌ای از ایستگاه جدید قطار شهری LRT در خیابان اگلینتون ساخته خواهند شد و به ساکنان اجازه می‌دهند که با پرداخت فقط ۷۵۰ دلار برای هر فوت مربع، دسترسی خیلی مناسبی به قطارهای شهری LRT داشته باشند.

شارژ ماهیانه این تاون هاوس‌ها فقط ماهی یکصد دلار است که این مبلغ ثابت و بدون تغییر خواهد ماند. این پروژه شانس خیلی خوبی را برای ساکنان فراهم می‌کند که بدنبال یک تاون‌هاوس با فضای مناسب و شارژ ماهیانه می‌باشند. پیش‌بینی آن است که پس از به راه افتادن قطارهای LRT قیمت خانه‌های این ناحیه با ترقی قابل ملاحظه‌ای روبرو شوند.

پروژه دوم این هفته مربوط به تاون هاوس‌هایی در منطقه "شپرد" و "بترست" می‌باشد. این تاون‌هاوس‌ها

که واحدهای دو خوابه آن حدود ۱۰۰ متر مربع (۱۰۶ فوت مربع) زیرینا دارند در فاصله نزدیکی از متروی شپرد قرار گرفته‌اند. علاوه بر آن برای افرادی که محل کار آنها مرکز شهر است بزرگراه Allen Road امکان مناسبی را برای استفاده از اتومبیل شخصی فراهم می‌کند. پایین آمدن شدید نرخ بهره و آسانتر شدن شرایط وام گرفتن؛ قطعاً به بهبودی بازار مسکن کمک موثری خواهد کرد. در صورتی که به هر یک از دو تاون‌هاوس‌های فوق علاقمند هستید هر چه زودتر برای کسب اطلاعات بیشتر با من تماس بگیرید.

رامین سیروسی
پزشک از دانشگاه تهران، مدرس سابق دانشگاه و متخصص املاک در کانادا
416-418-8587
ramin.siroosi@gmail.com



دکتر رامین سیروسی

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

416.418.8587

ژاله وحدت‌پناه

مشاور رسمی املاک

416.826.9797

برخی‌ها که می‌روند زمستان بگشای در سرای بستان برخی‌ها که باد صبح نوروز در باغچه می‌کند گل افشان

نوروزتان مبارک

هر روزتان نوروز، نوروزتان پیروز

همی گفتم که کی باشد که خرم روزگار آید جهان از سر جوان گردد، بهار غمگسار آید ز هر بادی که برخیزد کتون بوی بهار آید کتون ما را ز باد بامدادی بوی یار آید



علیرضا بساقی زاده

مشاور املاک

416.570.9773

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

هر روزتان نوروز، نوروزتان پیروز

همی گفتم که کی باشد که خرم روزگار آید جهان از سر جوان گردد، بهار غمگسار آید ز هر بادی که برخیزد کتون بوی بهار آید کتون ما را ز باد بامدادی بوی یار آید

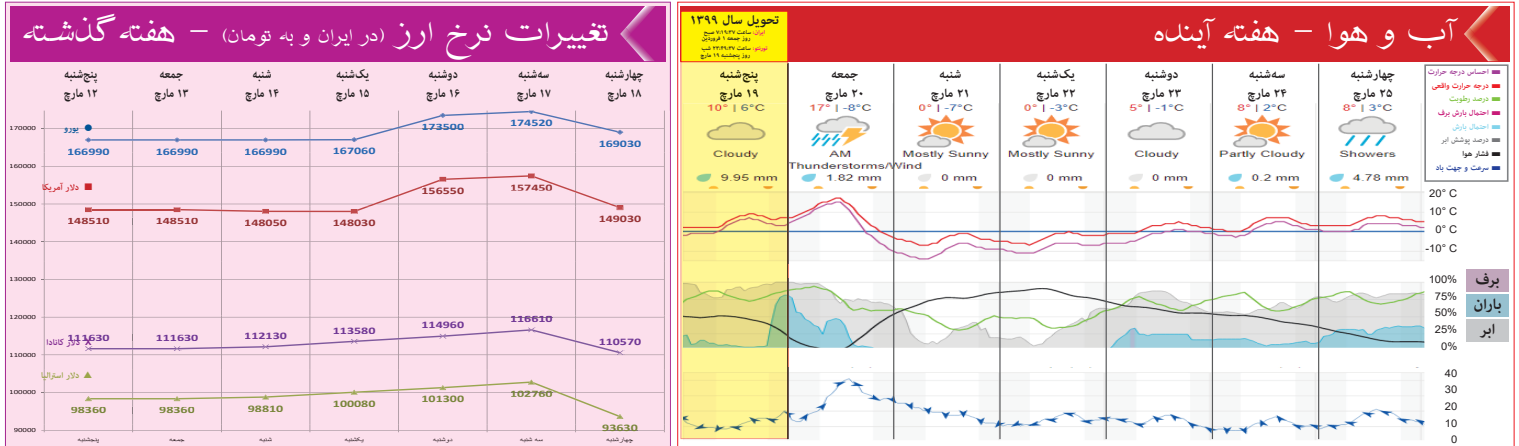


علیرضا بساقی زاده

مشاور املاک

416.570.9773

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



ایران

ده اتفاق مهم سال ۹۸ در ایران سال بحران، سال تحریم، سال اعدام حقیقت

مانی یآوری - کارشناس ارشد رسانه

سال ۱۳۹۸ از جهت بحران‌های مختلف از تحریم فروش نفت ایران گرفته تا کرونا و... سال بسیار خاصی پس از انقلاب در سال ۵۷ به شمار می‌رود به طوری که بسیاری حیات جمهوری اسلامی را به پیش و پس از این سال تقسیم می‌کنند و بر این باورند در این سال اتفاقاتی پیش آمده که بر مدیریت خرد وکلان ایران تاثیر چشمگیر و تاثیرگذاری خواهد داشت.

در این میان سال ۹۸ به دلیل کتمان "حقیقت" درباره بحران‌هایی مانند کرونا، افزایش قیمت بنزین و کرونا را می‌توان به تعبیر داریوش سال اعدام حقیقت هم نامید.

در مطلب پیش رو به ۱۰ اتفاق مهم در حوزه‌های سیاسی، فرهنگی و ورزشی اشاره خواهیم کرد تا نشان دهیم سال ۹۸ مقسم حیات جمهوری اسلامی و جامعه ایرانی به پیش و پس از خودش است.

آغاز صفر کردن فروش نفت



آمریکا در روز دوم اردیبهشت سال ۹۸ معایفت‌های ۱۸۰ روزه معاملات نفتی با ایران را تمدید نکرد و فشار تحریم‌ها را زنگنه، وزیر نفت ایران بلوغ شیطانی آمریکا در تحریم‌ها توصیف کرده بود. به هرحال این فشارهای آمریکا سبب شد که تقریبا همه مشتریان نفتی ایران به جز چین به فکر منابع نفتی جایگزین باشند به طوری که میزان فروش نفت ایران در فوریه سال ۲۰۲۰ یعنی کمتر از یکسال پس از آغاز تحریم‌های نفتی آمریکا به ۲۴۸ هزار و در نهایت با شیوع کرونا در چین و کاهش تقاضای این کشور برای نفت در عمل به زیر ۲۰۰ هزار بشکه در روز برسد. این امر می‌تواند دستمایه‌ای برای پیش بینی تغییرات گسترده سیاسی و اجتماعی در ایران سال ۹۹ باشد.

افزایش ناگهانی قیمت بنزین

بامداد ۲۴ آبان ۱۳۹۸ دولت به طور ناگهانی اعلام کرد که قیمت بنزین غیرسهیمه‌ای به ۳ هزار تومان افزایش یافته و جامعه ایران را در شوک عجیبی فرو برد. البته از ابتدای سال ۹۸ اخبار جسته و گریخته‌ای درباره احتمال



افزایش قیمت بنزین مطرح شده بود اما در نهایت همه آنها با جدیت سختگویی می‌شد و حتی زیبا اسماعیلی سخنگوی شرکت ملی پخش و پالایش مواد نفتی ایران و چند مقام دیگر وزارت نفت به خاطر آنکه این خبر را به شکل منبع مطلع در اختیار برخی رسانه‌ها قرار داده بودند، مدتی را در بازداشت گذارندند.

به هرحال مسئولیت این تصمیم با شورای عالی سران قوا متشکل از روسای دولت، مجلس و قوه قضاییه بود که با مجوز رهبری نمایندگان مجلس را از مدار تصمیم‌گیری درباره قیمت بنزین خارج کردند و یکی از چالش‌برانگیزترین تصمیم‌های اقتصادی جامعه ایران را در سال ۹۸ را بسته‌بندی و اجرا کردند.

اعتراض‌های خونین آبان



افزایش قیمت ناگهانی بنزین شوک سنگینی به جامعه ایران بود که سبب اعتراض‌های گسترده در ۲۹ استان و حداقل ۱۰۰ شهر شد. دامنه این اعتراض‌ها به حدی گسترده بود که در برخی از شهرها مانند ماهشهر در عمل از ادوات و نیروهای نظامی برای برخورد با معترضان استفاده شد. این اعتراض‌ها به طور عمده در مناطق فقیرنشین و در میان طبقات ضعیف اقتصادی جامعه وجود داشت از افزایش قیمت بنزین و پیامدهای تورم‌زای آن بیشترین ضربه را می‌خورد. پس از گذشت بیش از ۵ ماه هنوز مقام‌های جمهوری اسلامی علی‌رغم وعده قبلی آمار دقیقی از کشته‌شدگان این اعتراض‌ها را اعلام نکرده‌اند. طبق روایت برخی رسانه‌های خارج از ایران تعداد کشته شدگان اعتراض‌های آبان حدود ۱۵۰۰ نفر و تعداد بازداشت‌ها ۸۶۰۰ نفر بوده است. برخی کارشناسان سیاسی می‌گویند نوع برخورد با این اعتراض‌ها باعث شد تا شکاف میان مردم و حکومت به بیشترین سطح خود در عمر ۴۱ ساله جمهوری اسلامی برسد.



قاسم سلیمانی و انتقام سخت

کمتر از دو هفته پس از برخورد سنگین با اعتراض‌های آبان ماه جامعه ایران این بار با کشته شدن قاسم سلیمانی دچار شوک دیگری شدارتش آمریکا سلیمانی و ابومهدی المهندس، رئیس کتابت حزب‌الله عراق از فرماندهان حشدالشعبی را با دستور مستقیم دونالد ترامپ در عملیات موسوم به آذر خشک بود درفروگاه بغداد هدف قرار داد. این حمله پس از آن صورت گرفت که نیروهای کتابت حزب‌الله به سفارت آمریکا در بغداد حمله کرده بودند. مهم‌ترین واکنش ایران به این اتفاق، حمله موشکی به پایگاه هوایی عین‌الاسد با کیدواژه انتقام سخت بود که البته تلفاتی را در پی نداشت. به اعتقاد بسیاری از کارشناسان، کشته شدن قاسم سلیمانی تاثیر مستقیم در تضعیف سازماندهی نیروهای مورد حمایت ایران در منطقه خاورمیانه و به ویژه عراق، سوریه، لبنان و یمن دارد. از طرف دیگر جمهوری اسلای تلاش کرد با برگزاری یک مراسم بزرگ برای تدفین سلیمانی، اعتراض‌های آبان را تا حد ممکن به حاشیه ببرد. البته به علت ازدحام بیش از حد جمعیت ۵۶ نفر در این مراسم کشته شدند تا اهداف تبلیغاتی جمهوری اسلامی با چالش جدی مواجه شود.

تراژدی ساقط شدن هواپیما



یک روز پس از خاکسپاری قاسم سلیمانی، سپاه پاسداران با هدف گرفتن آنچه رهبر ایران انتقام سخت نامگذاری کرده بود به پایگاه هوایی عین‌الاسد در عراق حمله موشکی کرد. در هنگام این حمله، یک هواپیمای مسافربری اوکراینی با ۱۷۶ مسافر که از فرودگاه امام خمینی به هوا برخاسته بود هم هدف دو موشک سامانه تور سپاه قرار گرفت و سقوط کرد که طی آن همه سرنشینان این هواپیما جان باختند.

مقام‌های جمهوری اسلامی در ابتدا علت سقوط را نقص فنی اعلام کردند اما رسانه‌ها و کارشناسان خارجی از حمله موشکی به هواپیما خبر دادند. مقام‌های جمهوری اسلامی برخورد هرگونه موشک به هواپیما را انکار کردند و آن را دروغ محض و عملیات روانی دشمن برشمردند اما با انتشار برخی فیلم‌ها و گزارش‌ها و اصرار مقام‌های غربی به ویژه نخست‌وزیر کانادا، در نهایت حسن روحانی در بیانیه‌ای اعلام کرد که هواپیمای اوکراینی بر اثر اصابت موشک‌های سپاه ساقط شده و جمهوری اسلامی ایران از این اشتباه فاجعه‌بار بسیار متأسف است و امیرعلی حاجی‌زاده، فرمانده نیروی هوا فضای سپاه پاسداران انقلاب اسلامی در نشست خبری شنبه ۲۱ دی ماه به تشریح جزئیات این اتفاق تلخ پرداخت. فارغ از ابعاد انسانی درندکان این ماجرا آنچه در این میان بیش از هرچیزی به چشم آمد پنهانکاری چند روزه علت اصلی سقوط هواپیمای اوکراینی توسط مقام‌های جمهوری اسلامی بود که بی‌اعتمادی جامعه به منابع رسمی حکومت را به اوج رساند.

انتخابات مهندسی شده



انتخابات دو اسفند یازدهمین دوره مجلس شورای اسلامی در حالی برگزار شد که اعتماد عمومی به نهادهای حاکمیتی و کارایی آنها در پایین‌ترین سطح خود پس از انقلاب قرار داشت. به اعتراف مقام‌های جمهوری اسلامی این انتخابات با میزان شرکت ۴۲/۵۷ یعنی تنها حدود ۲۵ میلیون نفر از ۵۸ میلیون نفر واجد شرایط، بدترین انتخابات جمهوری اسلامی پس از انقلاب بیش از ۵ دهه مشارکت مردمی بود.در استان تهران تنها ۲۶/۲ درصد و در شهر تهران تنها ۲۵/۴ درصد از واجدان شرایط در انتخابات شرکت کردند.

این انتخابات در حالی برگزار شد که تعداد زیادی از کاندیداهای غیرهمسو با هسته سخت قدرت با استناد به بندهای ۲۰۱ و ۴ ماده ۲۸ قانون انتخابات یعنی اعتقاد و التزام عملی به اسلام، به نظام و ولایت فقیه است رد صلاحیت شده بودند.

در نتیجه این انتخابات مهندسی شده هم ۲۲۱ اصولگرایان با همان سیاسیون با وفاداری مطلق به جمهوری اسلامی وارد مجلس یازدهم شدند. حدود ۶۰ کرسی باقیمانده هم میان نیروهای موسوم به اصلاح طلب و مستقل تقسیم شد.

فاجعه کرونا

بدون شک بحران کرونا مهم‌ترین بحران جامعه ایران در سال ۹۸ و احتمالا سال



۹۹ است. البته مسئولان جمهوری اسلامی به رسم مالوف خود شیوع این ویروس کرونا را در ابتدا به شدت تکذیب کردند اما در نهایت روز ۳۰ بهمن خبر فوت دو نفر بر اثر کرونا در قم به طور رسمی اعلام شد. این درحالی بود که مسئولان وزارت بهداشت جمهوری اسلامی تا روز ۲۹ بهمن ماه مشاهده ابتلا به کرونا را در ایران تکذیب می‌کردند. به هرحال شیوع گسترده این ویروس باعث شد تا ایران در کنار چین و ایتالیا به عنوان سه کانون اصلی انتشار این ویروس در جهان شناخته شوند. درباره نقش پروازهای هواپیمایی ماهان به چین در ورود این ویروس به ایران نشانه‌های زیادی وجود دارد و همچنین به نظر می‌رسد پنهانکاری مقام‌های جمهوری اسلامی درباره این ویروس به دلیل نگرانی از تاثیر آن در کاهش مشارکت انتخابات دوم اسفند نقش چشمگیری در گسترده‌تر بودن ابتلا به این ویروس در ایران نسبت به سایر کشورها داشته است.

آن طور که آمار و ارقام نشان می‌دهد در صورت عدم وجود تدابیر جدی برای مقابله با این ویروس کشنده، ممکن است ایران با یک بحران بهداشتی گسترده در ابعاد انسانی در سال ۹۹ روبرو شود.

بازگشت ایران به لیست سیاه



جمعه دوم اسفند، همزمان با برگزاری انتخابات مجلس در ایران، کارگروه ویژه اقدام مالی با همان افای‌تی‌اف در نشست پاریس به بازگشت ایران به لیست سیاه این نهاد بین‌المللی حکم داد. ایران پس از برجام از این لیست خارج شده بود. اصلی‌ترین مسئولیت افای‌تی‌اف این است که هر چهار ماه اسامی کشورهایی که قوانین آنها از مبارزه با پولشویی حمایت نمی‌کند را در لیست سیاه خودش قرار دهد. افای‌تی‌اف از ایران خواسته بود در کنوانسیون مبارزه با جرایم سازمان‌یافته فراملی معروف به کنوانسیون پالرمو و همچنین کنوانسیون مقابله با تأمین مالی تروریسم یا سی‌اف‌تی‌اف عضو شود. قرار گرفتن ایران در لیست سیاه افای‌تی‌اف باعث می‌شود بانک‌های کشورهای دیگر موظف باشند در زمینه

نقل و انتقالات مالی با ایران بیشترین سطح احتیاط را به خرج دهند.

تحریم جشنواره فجر



شاید مهم‌ترین اتفاق در عرصه فرهنگ و هنر جامعه ایران در سال ۹۸ این بود که جمعی از هنرمندان سرشناس ایرانی در همدردی با خانواده جلیان‌خاکان پرواز هواپیمای اوکراینی از حضور در جشنواره‌های فجر انصراف دادند.

مسعود کیمیایی،کارگردان قدیمی سینما ایران با انتشار ویدیویی کلید این حرکت جمعی را زد و چهره‌هایی مانند پیمان معادی، کیوان ساکت، علی قصمر، هانا کامکار، ابراهیم حقیقی و سینا قادری، شیوا خدابخش، پریچهر ژیان،مهدی مهدیان، مدھی فاتحی، تهمنه میلانی، حمید فرخ‌زاد، علی مصفا، جعفر پناهی، فرهاد مهرافر، فریدون شهبازیان، مرضیه وفاهمر، مصطفی آل‌احمد و... نیز به این حرکت پیوستند. در همین باره ۱۳۹ سینماگر

و هنرمند در صفحه‌های شخصی خود در اینستاگرام این بیانیه تک جمله‌ای را منتشر کردند و نوشتند: "ما به جشنواره فجر نمی‌رویم".

به این ترتیب و علاوه‌بر مخالفت چهره‌هایی مانند شهاب حسینی، جشنواره فیلم فجر در سال ۹۹ هم

با بحران جدی در مشروعیت پایگاه

حرفه‌ای خودش روبرو شد.

بحران پول در فوتبال ایران

فوتبال ایران در سال ۹۸ هم متاثر از سایر فضاها به ویژه تحریم‌های بین‌المللی در شرایط کاملا خاصی قرار گرفت. تیم ملی فوتبال ایران در حالی که دو شکست مهم را در مسابقات قدمای جام جهانی مقابل عراق و بحرین تجربه کرد، مارک ویلموتس مربی بلژیکی تیم ملی در تاریخ ۱۴ آذر ۱۳۹۸ قرارداد خودش را به علت عدم دریافت مطالباتش به طور یکطرفه فسخ کرد و پس از کش و قوس‌های زیادی از جمله درصلاحیت چهره‌هایی مانند علی دایی توسط نهادهای امنیتی، سکان تیم ملی به یک کروات گمنام به نام اسکوچیچ سپرده شد.تیم‌های باشگاهی ایران از جمله استقلال و پرسپولیس مجبور شدند به دلیل شرایط تحریم قراردادهای مربیان خارجی خود را لغو کنند و پیش‌بینی شده تا میانه سال ۹۹ بسیاری از بازیکنان خارجی نیز به دلیل عدم دستمزد دریافت مجبور به ترک ایران شوند. به این ترتیب فوتبال ملی و باشگاهی ایران نیز مانند اقتصاد، فرهنگ، سیاست خارجی و داخلی در بحران پولی فرو رفت تا چرخه بحران‌های سال ۹۸ برای جامعه ایران کامل شود.

- مطالب منتشره با نام، مصاحبه و یا رسیده از خوانندگان، نظرات آنان را بیان می‌کند و مسئولیت آن به عهده ایران استار نیست.
- از انتشار هرگونه تهمت، تادرست، چسباندن فردی به گروهی، توهین، بند کردن به شخصیت، درخواست حذف، جهت داری و طرفداری سیاسی یا غیر سیاسی، مطالب یکطرفه و آگهی غیر قانونی، معذوریم.
- ایران استار در صورت لزوم حق ویرایش، ترجمه و کوتاه کردن مطالب را برای خود محفوظ می‌دارد.
- آخرین فرصت ارسال یا تصحیح مطالب دوشنبه ۱۹ ظهر و آگهی‌ها سه‌شنبه ۱۲ ظهر است.
- هرگونه استفاده از مطالب، طراحی و تصاویر این رسانه منوط به اجازه کتبی می‌باشد.

ارز ممل Metal Exchange

بهترین نرخ حواله فوری ۴۸ ساعته
پرواقت همینان ارز با کارند عابر بانکهای ایران

416.830.6500 6024 Yonge St.

ایران استار خانواده

315 Steelcase Road East, Suite 201, Markham, Ontario, L3R 2R5 | info@iranstar.com | Tel: 647.674.4048
Thu, 19 March 2020 - V. 26 - No.1280

۱۲۹ شماره ۱۳۹۸ - سال ۲۶ - ش ۱۲۸۰

صرافی بهمنی

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

416 319 0000
6120A Yonge St, Unit 209

۲۶ ← سلامت

پرتقال به کاهش چاقی و مشکلات قلبی کمک می کند

دانشگاه وسترن



۲۶ ← سلامت

اگر مشکوک به کرونا هستی، ایوبروفن مصرف کنی

وزیر بهداشت فرانسه



۲۹ ← بهداشت

خودتان دهان شویه درست کنی

مشاوران بهداشتی



۳۰ ← آشپزی - ۱۲۸

طرز تهیه شیرینی نخودچی به مناسبت سال نو

پروین ترابی



۳۱ ← رمان دنباله دار

آتوسا (دختر کوروش بزرگ) قسمت ۴۸

هلا افشار



۳۳ ← نیازمندی ها

استخدام و اجاره



سرگرمی

سودوکو، فال ۳۴ & ۳۵



اطلاعات عمومی

جدول لیست مشاغل ایرانی

۳۸ & ۳۹ ←



اگر شرایط دریافت وام دارید حتما برای تهیه منزل اقدام نمایید

مریم بخشی

در ابتدای این مطلب لازم می دانم که سال نو را به شما هموطنان عزیز، تبریک گفته و برایتان آرزوی سالی پر از سلامتی نمایم. امید که بزودی همگی با همیاری این دوران سخت را پشت سر گذاشته و سال خوبی در انتظار مردم جهان باشد.

اوایل آوریل ۲۰۲۰ تغییراتی در نحوه ارزیابی بانکها جهت پرداخت وام مسکن ایجاد خواهد شد. این تغییرات، شرایط لازم برای دریافت وام مسکن را کمی آسان تر خواهد کرد. همچنین بانک کانادا نرخ بهره را ۱ درصد کم کرد و در آینده نزدیک نیز بیشتر کم خواهد کرد.

* بزرگ شهر مونترال در سال گذشته بالاترین نرخ افزایش مسکن را در شهر کانادا داشت. خانه های مجلل ۸/۵٪ و کاندومینیوم مجلل ۸/۳٪ افزایش قیمت داشتند.

* به دلیل عرضه محدود و افزایش تقاضا در بازار منازل لوکس در بزرگ شهر تورنتو (GTA) کمپانی Royal Lepage پیش بینی کرده که منازل لوکس در تورنتو بیش از پیش افزایش یابد.

* در سال گذشته قیمت منازل لوکس در شهر اتاوا ۲/۷٪ رشد داشته است.

* در بزرگ شهر ونکوور قیمت ها تغییر چندانی نکرده و قدری هم کاهش داشته است.

* در شهر کالگری قیمت ها همچنان در حال کاهش است.

شرایط اقتصادی در غرب کانادا باعث کاهش قدرت خرید و کاهش قیمت ها گشته است.

در دوازده ماه گذشته قیمت میانه برای منازل مستقل مجلل در تورنتو بزرگ ۱/۲٪ افزایش داشت در حالی که کاندومینیوم با افزایش ۷٪ روبرو بود. خریداران خانه های مسکونی مجلل در تورنتو با همان مشکلات بقیه خریداران مسکن، یعنی محدودیت شدید عرضه منازل در بازار مسکن روبرو بودند.

این کمبود منازل برای فروش در مناطقی از شهر تورنتو که هواخواه برای مسکن بیشتر است به طور قابل ملاحظه ای دیده می شود. همین نه تنها باعث افزایش قیمت در این مناطق می شود بلکه مشکلات را برای افرادی که می خواهند در حوالی محل فعلی منزل خود خانه شان را تبدیل به احسن نمایند بیشتر می کند.

یکی از دلایل افزایش شدید تقاضا برای کاندومینیوم وجود تعداد زیادی متقاضی از نسل جوان و همچنین میان سال (Baby Boomer) است که به دنبال مسکن با حداقل نیاز به نگهداری می باشند.

همچنین خریداران خارجی هم علاقه زیادی به منازلی نشان می دهند که به نگهداری زیاد نیاز ندارند و می توان برای مدت های طولانی در طول سال، آنرا خالی گذاشت.

در سال آینده پیش بینی می شود قیمت منازل در (GTA) بزرگ شهر تورنتو بین ۲/۵٪ تا ۶٪ افزایش پیدا کند.

من پیشنهاد می کنم که امسال بخصوص بعد از آوریل، اگر شرایط دریافت وام دارید برای تهیه منزل اقدام نمایید زیرا چنانچه پیش بینی متخصصین امور مسکن به تحقق بپیوندد قیمت های مسکن باز هم بالاتر رفته تهیه خانه دلخواهتان مشکل تر از گذشته خواهد بود. برای هرگونه سوالی راجع به وام و انواع آن لطفا با شماره ۲۱۱۷-۸۷۷-۴۱۶ تماس حاصل نمایید.

*** مریم بخشی، مشاور وام مسکونی، تجاری و ساخت و ساز می باشد.**

۱۸ ← زندگی نامه - کتاب

نگاهی به شاه قسمت ۹۲

دکتر عباس میلانی



۲۰ ← سخن و اندیشه - ۱۰۶

بهار آمد ولی شور بهاران در دلم نیست...

دکتر حسن گل محمدی



۲۲ ← روان شناسی - ۱۰۷۶

تغییر رفتار کودک (پسر)

کودکان خشمگین ۲ دکتر صفر داعی



۲۳ ← تاسیسات - ۵۵

فرق بین آبرگرمکن دیواری و زمینی

مهندس پیمان رامندی



۲۴ ← پزشکی

ویروس کرونا روی تلفن همراه ۴ روز زنده می ماند

علوم پزشکی ایران و آمریکا



۲۴ ← پزشکی

مراقب باشید سفره هفت سین میتواند ناقل کرونا باشد

متخصص تغذیه



۲۴ ← پزشکی

جراحی کاهش وزن ریسک شکستگی استخوان را بالا می برد

دانشگاه گوته برگ



۲۵ ← طنز - ۷۸

اندر حکایت نوروز کرونایی فضول خان

فضول خان کامیونیتی



نگاهی به شاه



نوروز ۱۳۵۴

دریافت می‌کردند، جزو طرفداران آیت‌الله خمینی و آخوندهای رادیکال نبودند.

در هر حال، آن چه در تعیین سرنوشت دولت مستعجل آموزگار نقشی به مراتب مهم‌تر از موجب روحانیت داشت وضعیت رو به وخامت اقتصادی بود. در سال ۱۹۷۸ (۱۳۵۷) "رشد تولید ناخالص ملی به سالی ۲/۸ درصد کاهش پیدا کرد." به علاوه همزمان با این رکود اقتصادی مهم، ایران شاهد افزایش نرخ تورم هم بود. گرچه در نظریه سنتی اقتصادی کینز و حتی آدام اسمیت رکود و تورم دو قطب متضاد و نامطلوب نوسانات اقتصادی‌اند اما ایران در آستانه انقلاب - و اقتصاد سرمایه‌داری غرب - شاهد حضور همزمان رکود و تورم بود. واژه اقتصادی تازه‌ای برای تعیین این پدیده نامتعارف سکه خورد. در آمریکا آن را استاگ فلیشن یا رکود تورمی می‌گفتند. هم نرخ تورم بالا بود و هم شمار بیکاران و در نتیجه شگردهای مالوف کینزی - چون افزایش یا کاهش حجم پول و نرخ بهره - برای حل بحران کارآمد نبود. در آمریکا این بحران اقتصادی نامتعارف به برآمدن ریگان انجامید که می‌خواست اصول اصلی اقتصاد کینزی را به معارضة بگیرد (و گرفت). در ایران رخ نمودن این بحران، همراه با بحرانی سیاسی در جامعه و بحرانی روحی و جسمی در شاه زمینه‌ساز انقلاب شد.

البته نکته دیگری را هم باید در این زمینه مد نظر داشت. از یکسو به رغم کاهش درآمد نفت و بحران بودجه، شاه حاضر نبود در بودجه نظامی ارتش تجدیدنظر کند. از سویی می‌توان این امتناع شاه را نشانی از استبداد رأی وی دانست و محکومش کرد و حتی ادعا کرد که بحران اقتصادی از جمله عواملی بود که به انقلاب ره سپرد. از سویی دیگر، به گمانم، شکی دیگر نمی‌توان داشت که وجود ارتشی قدرتمند - یا آن چه از این ارتش از دست رژیم نوپای اسلامی جان سالم بدر برده بود - یکی از عوامل کلیدی مقاومت ایران در برابر حمله

دکتر عباس میلانی
استاد دانشگاه - پژوهشگر
milanibooks.com



برخی از سلطنت‌طلبان حتی گامی پیش‌تر گذاشته و ادعا کرده‌اند که او، شاید ندانسته، به انقلاب اسلامی دامن زد. می‌گویند بخشی از برنامه انقباضی او قطع مستمری‌های محرم‌انهای بود که دولت از مدت‌ها پیش به روحانیت می‌پرداخت. می‌گویند قطع این موجب ماهانه روحانیت را به انقلاب کشاند.

آموزگار هم برای مذهب در مقابل این حملات و شایعات سکوت اختیار کرد و سکوتش به رواج بیشترشان کمک رساند. در واقع او نه تنها در این مورد بلکه در باب کلیت تجربیات سیاسی مهم خود سکوت اختیار کرده و گمان دارد سخن گفتن در باب آن دوران "تف سربالا" است. غافل از این که بازگفتن حقایق تاریخی نه تنها وظیفه خادمان ملت (و مورخان) که تنها راه پایان دادن به تف سربالا یا سر پایین است. وقتی هم بالاخره بر آن شد که سکوت خود در زمینه پول‌های پرداختی به روحانیت را بشکنند بدون ارائه هیچ سند و مدرکی مدعی شد که موجب روحانیون را نه دولت ایران که کاخ سفید می‌پرداخت و این دولت کارتر بود که با قطع ناگهانی و البته ناخردانه این مستمری‌ها آب به آسیاب انقلاب ریخت. ولی همه شواهد نشان می‌دهد که اولاً ابعاد حق حساب‌هایی که به روحانیون پرداخت می‌شد چندان وسیع نبود. بعلاوه اداره ویژه‌ای در دربار و نیز اداره‌ای در ساواک بخش اعظم این پرداخت‌ها را به عهده داشت. بالاخره این که خود دولت تنها از طریق اداره اوقاف به برخی از این روحانیون مبالغی می‌پرداخت، اما به گفته نصیر عصار که سال‌ها ریاست اوقاف یا مسئولیت تماس با روحانیت در دفتر نخست‌وزیر را به عهده داشت، آن دسته از روحانیون که از دولت مستمری یا حق حساب



Freight Services International



حمل و نقل بین‌الملل

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

دارای دفاتر نمایندگی
در آمریکا، اروپا،
دبی و ایران

416.590.8989

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

www.freightall.com

E-mail: info@freightall.com

دفتر جدید
7163 Yonge, Suite 275

مهاجرت به کانادا

Salam Toronto.com

- تجاری و سرمایه گذاری
- تخصصی و کاری
- استانی و فدرال
- ازدواج و اسپانسرشیپ
- دعوتنامه توریستی
- سوپر ویزا
- تمدید کارتهای PR
- کلیه امور حقوقی در ایران
- گواهی امضاء و کپی برابر اصل
- اسکان تازه واردین

ترجمه رسمی

Tel: 416.733.4050
Fax: 647.477.4151
www.salamtoronto.com
e-mail: info@salamtoronto.com
7163 Yonge St. Suite 275
Thornhill, Ontario, L3T 0C6
Canada

کامران نقوی

کارشناس رسمی مهاجرت

416.733.4050




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



و بالمال سرشت خواسته‌های خود می‌افزودند. البته امروز که به گذشته می‌نگریم، به گمان می‌توان نتیجه گرفت که حتی این ترکیب به غایت قدرتمند عوامل تضعیف‌کننده به تنهایی و حتی توأمان برای سقوط شاه کفایت نمی‌کرد. بازنگری این بحران و تصمیماتی که شاه، مثلاً، در دو سال آخر سلطنتش گرفت به گمان من مؤید این استنتاج به راستی شگفت‌آور است که در هر مقطع مهم و کلیدی شاه بدترین سیاست ممکن را برگزید و به اجرا گذاشت. وقتی باید انعطاف نشان می‌داد سرسختی می‌کرد و ادای قدر قدرتی در می‌آورد. هنگامی که قدرت‌نمایی ضروری بود ضعف نشان می‌داد و اجرای نصّ قانون اساسی را نوید می‌داد. وقتی می‌خواست کابینه نظامی سرکار بیاورد و به اصطلاح مخالفان را متقاعد کند که رژیمش هنوز توان سرکوب دارد، نه تنها از هاری را رییس دولت کرد که از جاذبه نظامی بویی نبرده بود بلکه سخنانش را با "بسم‌الله" می‌آغازید. وقتی سودای "آشتی ملی" پیدا کرد شریف امامی را مسئول دولت نامید که - به درست یا غلط - به "آقای پنج درصد" شهرت داشت و در اذهان عمومی ریاست لژ فراماسونری در ایران را به عهده داشت. سخنگوی این دولت آشتی ملی هم کسی بود که به عضویت در ساواک و رخنه در حزب توده و به حزّافی و شعاربافی و فرصت‌طلبی شهرت داشت.

علّت واحدی برای این سیاست‌های پی‌درپی غلط سراغ نمی‌توان کرد. هم ریشه‌های سیاسی و فکری و هم روانی و شخصیتی داشتند. می‌دانیم که شاه در شرایط بحرانی همواره به تزلزل و تردید دچار می‌شد. در عین حال ریشه بحران را نه در عوامل داخلی که در توطئه‌های خارجی سراغ می‌کرد. لاجرم راه حلش برای بحران هم بیشتر معطوف به این توطئه‌ها بود و کمتر به ریشه‌یابی یا برطرف کردن سبب‌های داخلی بحران عنایت داشت. اگر مرضی به گرفتگی عروق دچار است اما گمان دارد که سردی یا گرمی هوای اطرافش علت ناراحتی‌های اوست طبعاً نحوه درمانش - که بالا یا پایین بردن گرما یا سرمای هوا است، نه باز کردن عروق - او را نجات نمی‌تواند داد. وضعیت شاه به چنین

عراق بود. در عین حال، آن چه قضاوت تاریخی در مورد پافشاری‌های شاه بر بودجه نظامی را دوچندان دشوار می‌کند، این گمان است که اگر انقلابی در کار نمی‌بود، صدام حسین هم به هراس از همین ارتش، هرگز جرأت حمله به ایران را پیدا نمی‌کرد.

نگاه شاه به بحران غریب اقتصادی سال‌های قبل از انقلاب از سویی دیگر نیز بر تحولات سیاسی تأثیر گذاشت. شاه همه عمر سیاسی‌اش نسبت به افزایش قیمت‌ها و فشارهای توزیعی حساسیت عجیبی داشت. در سال‌های قبل از انقلاب هم محور سیاستش در اساس کنترل قیمت‌ها و مهار تورّم بود. تأکید توأمان شاه بر ارائه سیاست تقویت ارتش به رغم بحران اقتصادی، و تأکید یکسویه‌اش بر حل مسأله تورّم، حتی به ضرب زور، منتقدانش در غرب را تقویت کرد. در کنگره این فکر رواج پیدا کرد که "حجم انتقال اسلحه به ایران را به کارنامه رژیم در عرصه حقوق بشر وابسته کنند." هم در دوران کندی و هم در دورانی که سناتور فوئربرایت در کنگره آمریکا نفوذ فراوانی داشت، زمزمه‌هایی از این لون مطرح شد اما شاه نوانست با تکیه به درآمد نفت و حامیانش در آمریکا از تبدیل این زمزمه‌ها به سیاست حاکم جلوگیری کند. ولی در ماه‌های قبل از انقلاب، شاه دیگر توان مقابله با این فشارها را نداشت و مهم‌تر این که در نظر مخالفان هر کدام از این زمزمه‌ها در آمریکا نشان دیگری از ضعف و ضربه‌پذیری شاه بود.

اگر در عرصه اقتصادی دولت آموزگار در شرایطی بحرانی روی کار آمد و به لحاظ نفوذ و نگرش شاه دستش در مبارزه با این بحران یکسره باز نبود، از لحاظ سیاسی هم در شرایطی به غایت پیچیده و دشوار به قدرت رسید. از یک طرف برکناری هویدا، که بیشتر از هر نخست‌وزیر دیگر تاریخ معاصر ایران سرکار مانده بود، فی‌نفسه مخالفان را متقاعد کرد که "دورانی" به سر رسیده و دست‌کم کشتی‌بان را سیاستی دگر آمده است. برخی حتی آن را نخستین نشان سقوط قریب‌الوقوع شاه می‌دانستند. در واقع به توافقی سیاست حقوق بشر کارتر و بحران اقتصادی و پیچیدگی‌های سیاسی تازه در ایران، مخالفان شاه هم هر روز بیشتر و بیشتر بر ابعاد فعالیت

[نگاهی به شاه، ادامه در صفحه ۳۲ ←]



سنگین قفل نمی‌کردیم و یا آن که در خارج در تجمع و گردهمایی‌ها برای ترانه‌خوانی یک خواننده حضور نمی‌یافتیم.

در هر حال در کنار مشکل ویروس کرونا، بهار کم‌کم از راه رسیده است. ما از جلوه‌های زیبای نوروزی و عید سعید باستانی می‌توانیم برای مقابله با بیماری کرونا و استرس‌های آن استفاده‌های فراوانی به عمل آوریم. بهار نوید رستن و دوباره شکوفا شدن طبیعت را به ما می‌دهد. ما هم می‌توانیم از فلسفه و اهدافی که دوباره زنده شدن طبیعت در ما زنده می‌کند، روحیه خود را تغییر دهیم، ما هم زنده شویم. استرس را از خود دور کنیم. به بهار و نوروز و این عید بزرگ یادگار نیاکانمان فکر نماییم. تصور من بر آن است که تجدید میثاق با بهار و تغییر کردن همزمان با تغییر طبیعت در بهار، به ما انرژی و امکاناتی می‌دهد که بتوانیم با افزودن قدرت مقاومت و دفاعی خود در مقابل این

بهار آمد ولی شور بهاران در دلم نیست...

خواسته و نخواستۀ ضعیف و ناتوان است. باید قبول کرد این گفته پاسکال را که "آدم بسیار بزرگ و در عین حال بسیار کوچک است" واقعیت دارد.

در هر حال چه بخواهیم و چه نخواهیم اینک دشمن در خانه ما است و دیگر نمی‌توانیم آن را به نیروهای خارجی نسبت دهیم و به صورت شعاری با آن برخورد کنیم. آنچه که ما را در این آزمایش جهانی بیروز نشان خواهد داد استفاده درست از علم پزشکی و دستاوردهای آن در مقابله با این بیماری است. شما فکر می‌کنید همه ما از لحاظ فرهنگی به این رشد و آگاهی رسیده‌ایم که برای دفع این مشکل حتی اگر شده به مدت کوتاهی روش زندگی خود را عوض کنیم؟ انسان با مشاهده ترافیک سنگینی که در ایام تعطیلات اجباری برای در خانه ماندن، به سمت شمال و مناطق دیگر کشورمان حرکت می‌کند و یا افرادی که علی‌رغم تذکرات جدی در خارج از کشور به هشدارهای ایمنی و پزشکی توجه ندارند، جواب سوال فوق را پیدا می‌کنند و آن این است که ما هنوز از لحاظ آگاهی و شعور اجتماعی به رشد مناسب حتی در سطح کشورهای معمولی جهان نرسیده‌ایم، اگر رسیده بودیم تمام راه‌های خروجی تهران را با ترافیک



سارس و کرونا نام برد که ره‌آوردهای جدید جامعه مدرن هستند. شاید بتوان تصور کرد که پیشرفت روز افزون تکنولوژی‌های جدید و تمدن پیشرفته آنچنان روحیه و اعصاب انسان ماشین‌زده را تحت فشار قرار داده است که سیستم دفاعی بدن او رو به افول گذاشته و با بروز بیماری‌های شبیه کرونا قدرت مقابله خود را از دست داده است. این رویدادها اگر چه از یک طرف مصیبت‌بار و آسیب‌زا است ولی از طرف دیگر نشان‌دهنده این است که جامعه انسانی با این همه پیشرفت و توسعه هنوز در مقابل بسیاری از رویدادهای

سخن و اندیشه - ۱۰۶

حسن گل محمدی
نویسنده و شاعر



امسال در شرایطی وارد سال نوی ایرانی و جشن‌های عید نوروز می‌شویم که مردم کشور ما و سایر کشورهای جهان از شیوع بیماری ویروس کرونا با استرس، ناراحتی‌های فراوان و حتی مرگ دست و پنجه نرم می‌کنند، در ماه‌های پایانی سال ۹۸، ناگهان بیماری کرونا در شهر ووهان چین شیوع پیدا کرد و به سرعت به یک بیماری واگیردار جهانی تبدیل شد.

جامعه انسانی در طول تاریخ همواره با یک چنین رویدادهای تکان‌دهنده‌ای روبرو شده است. به عنوان مثال می‌توان از همه‌گیر شدن بیماری ایدز نام برد که در چند دهه گذشته میلیون‌ها نفر از انسان‌ها را به کام مرگ فرو برد و هنوز هم روش معالجه موثری برای آن کشف نشده است. یکی دیگر از بیماری‌های خطرناک شبیه کرونا که به سیستم تنفسی انسان حمله می‌کند، ویروس سارس است. سارس اول در خفاش پیدا شد و بعد به گربه‌های ولگرد منتقل گردید و سرانجام به انسان رسید. علایم اولیه آن شبیه آنفلونزا بود. اگر به تاریخ این‌گونه بیماری‌ها مراجعه کنیم، با انواع و اقسام آنها که حیات بشر را تهدید کرده‌اند، مواجه می‌شویم، به طوریکه اکنون به جای بیماری‌های کشنده قدیمی مثل سل، وبا و برونشیت در این ایام باید از ایدز،

دکتر فرامرزا رجمند

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



416.548.6555

Emergency Phone: 647.868.4041

6070 Yonge St.

North York, ON, M2M 3W6

روبروی پلازای ایرانیان (جنب پلازای Fido)

ورشکستگی؟؟؟

قادر به بازپرداخت بدهی خود نیستید؟

ما بطور کاملاً خصوصی شما را از بدهی خلاص می‌کنیم،

مشکلات مالی شما را حل می‌کنیم.

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

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

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

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

Call us for a FREE, confidential consultation.



RISMAN ZYSMAN INC.
LICENSED INSOLVENCY TRUSTEE

با ۳۰ سال سابقه

4580 Dufferin St., North York Ontario M3H 5Y2

416-222-4600

سعدی پنهان شده است. این کتاب مجموعه گرانها و جاویدان سعدی است. سعدی نتیجه تجربیات، جهانگردی‌ها و برداشت‌هایش را از زندگی در کتاب بوستان به صورت داستان‌های گوناگون برای ما بازگو می‌کند. حتماً به شما توصیه می‌کنم که یک راست بروید به سراغ داستان: "چنان قحط سالی شد اندر دمشق/ که یاران فراموش کردند عشق، و ببینید استاد سخن سعدی در این داستان چه زیبا مطلب جالبی را برای ایام سختی بیان می‌کند و انسان را به اندیشه وامی‌دارد.

باغ پر بار شعر و ادب فارسی آنقدر گسترده و ارزشمند است که با معرفی یکی دو تا از این ارزش‌ها نمی‌توان به عمق آن پی برد. در پایان باید مطلبی را با این گفته تمام کنم: اگرچه ما همه در حالتی قرار داریم که گرفتاری‌ها و ناراحتی‌های فراوانی در ماه‌های آخر سال ۹۸ به ما هجوم آوردند، ولی سعی کنید با آغاز سال نو، زندگی را زیبا ببینید و از طبیعت و نوروز بیاموزید که باید دوباره زنده شد، دوباره تغییر کرد و دوباره زندگی را با شور و شوق از سر گرفت.

آرزو می‌کنم نوروزی توام با آرامش داشته باشید.

حسن گل‌محمدی،

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

golmohammadihassan@yahoo.com

بودیم را به آینده و زمان حال مان پیوند می‌دهد و شکست‌ها، موفقیت‌ها و کش و قوس‌های تاریخی کشورمان را در یک دوران طولانی تجزیه و تحلیل می‌کند. دکتر زرین کوب نحوه حکومت فرمانروایان ایرانی را در جلوی چشم ما می‌گذارد و نقش آنها را در تمدن و فرهنگ ایرانی نشان می‌دهد و کیفیت و ارزش حکومت‌ها را به ارزیابی می‌کشد.

سومین اثر که مناسب این روزهای کرونایزده است، کتاب "طاعون" آلبو کامو است. آلبو کامو در این کتاب ما را به جامعه‌ای طاعون‌زده می‌برد. شهر آرام و ساکتی که به ناگاه مورد هجوم موش‌های ناقل بیمار طاعون قرار می‌گیرد و سیاهی مرگ در شهر سایه می‌افکند. ما در این کتاب شاهد واکنش‌های متفاوتی از افراد جامعه می‌شویم که رفتارهایشان قابل کنجکاوی و تجزیه و تحلیل روانشناختی است.

سرایت طاعون از فردی به فرد دیگر آنقدر سریع و راحت است که دروازه‌های شهر را می‌بندند و بیماران را قرنطینه می‌کنند و سرانجام بر اثر کوشش پزشکان و مردم، این بیماری ریشه‌کن می‌شود. هر چند که موش‌ها هیچ وقت از بین نمی‌روند و هر آن ممکن است دوباره طاعون شهر را فراگیرد. آلبو کامو می‌گوید: "بزرگترین چیزی که در مصیبت‌ها می‌توان دریافت، کشف ستودنی‌های درون انسان است."

اینک شایسته است از این حال و هوای کرونایی خارج شویم و به یاد بهار کتاب "بوستان" سعدی را به دست بگیریم. بوستان کتاب بسیار ارزشمندی است که در زیر سایه گلستان

و اعتقادات اقوام و تمدن‌های دیگر این چنین فلسفه ارزشمندی را نمی‌توان یافت."

اینک که دوباره بهار از راه رسیده است، فرصت مغتنمی حاصل شده و ما برای حفظ ارزش جان افراد باید مدتی را در منازل خود به صورت قرنطینه به سر ببریم و یا آن که اگر مشکلی نداریم ولی به صلاح دید مسئولین بهداشتی و پزشکی نیاز است که از تجمع در کنار هم بپرهیزیم، در هر دو صورت برای ما فرصتی فراهم شده است که باید از آن به نحو مطلوب استفاده کنیم.

نگارنده به عنوان یک خدمتگزار فرهنگی و ادبی به شما توصیه می‌کنم که در این ایام از مطالعه کتاب‌های مفید و لازم کوتاهی نکنید. اولین کتابی که به شما معرفی می‌کنم "فلسفه، اهداف و چگونگی برگزاری جشن‌های ملی ایرانیان" است. این کتاب که توسط اینجانب تحقیق شده و به نگارش درآمده به مواردی از فلسفه‌های جشن‌های ایرانی اشاره می‌کند که غالباً بدان توجه نشده است. چون در سنوات اخیر ما بیشتر به چگونگی برگزاری جشن‌ها رغبت نشان داده‌ایم. در حالی که در پشت برگزاری هر یک از این رسوم و آیین‌های کهن، اندیشه‌هایی برای زندگی شاد و خوب نهفته است که دانستن آنها به کیفیت و زیبایی گذران عمر ما کمک‌های شایانی می‌کند.

کتاب دیگر درباره تاریخ کشورمان است از استاد دکتر زرین کوب که او با قلم شیوا و روان، یک دوره کامل تاریخ ایران را در یک جلد به نام "روزگاران" به رشته تحریر درآورده است. در این کتاب استاد زرین کوب گذشته ما و آنچه که

بیماری سرانجام آن را ناپود کنیم.

ما اگر برای حفظ سلامتی عمومی همگان یک سال بهار را با تشریفات سال‌های گذشته برگزار نکنیم، چیزی را از دست نمی‌دهیم ولی اگر گرفتار یک بیماری همگانی شویم خیلی از نزدیکان و عزیزانمان را از دست می‌دهیم. گردش لیل و نهار ادامه دارد و ما می‌توانیم در سال‌های بعد، با بزرگداشت فرا رسیدن عید نوروز و بهار دل‌انگیز دوباره در کنار هم جمع شویم و باشکوه‌تر مراسم سال نو را جشن بگیریم. حفظ جان انسان‌ها ارزش آن را دارد که ما امسال نوروز را کوچک‌تر و با احتیاط بیشتر برگزار کنیم و از تجمع‌های بزرگ و جشن‌های مفصل خودداری نماییم.

اهداف و فلسفه‌های جشن‌های نوروزی برگرفته از تحول در طبیعت موجب ایجاد روحیه و تغییر و تازگی در انسان و دوباره زنده شدن معنوی و شکوفایی روح و روان با پالایش کهنگی‌ها، کثیفی‌ها، تمیز کردن محیط خانه و زندگی، دوری جستن از بدی‌ها، فراموش کردن دشمنی‌ها، به دیدار هم رفتن و احترام گذاشتن به بزرگ‌ترها، پوشیدن لباس نو، خوردن شربت و شیرینی، نگاه کردن بر سفره هفت سین - که هر یک از اعضای آن نماد ارزش خاصی است - می‌گردد. در حقیقت باید گفت: "د پسر هر یک از مراسم و آیین‌هایی که ایرانی‌ها از گذشته تاکنون آن را برگزار کرده و می‌کنند و بویژه در نهاد برگزاری جشن‌های عید نوروز، اهداف سازندگی و ایجاد نشاط و رضایت‌مندی از گذر عمر و سپری کردن زندگی، نهفته است که در هیچ یک از مراسم

Independent Insurance Advisors Group



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

بیمه سوپر ویزا
برای والدین

B.Sc. سینا ستوده‌نیا
Insurance Broker

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



✖ مسافرتی - توریستی

✖ عمر: بلند مدت، کوتاه مدت

✖ از کار افتادگی

✖ دارو، درمان - دندان

✖ گروهی

✖ بیماری‌های سخت

✖ مراقبت‌های ویژه

✖ سرمایه‌گذاری تضمین شده

✖ حساب بازنشستگی (RRSP)

Bradley Charles Wyndham Professional Corporation

دفتر حقوقی

✖ انجام امور قانونی خرید املاک

✖ انجام امور قانونی فروش املاک

✖ انجام امور قانونی «ریفایننس» املاک

✖ نماینده چندین شرکت وام دهنده معتبر

✖ انجام امور قانونی انواع دعاوی قضایی در انتاریو



36 Sir Tristram Place,
Markham, ON L3P 2X9

Tel: 647-779-4886

Fax: 905-581-1727

brad@wyndhamlaw.ca

416.802.9191

pouria@wyndhamlaw.ca

پوریا همتی

نماینده و مشاور فارسی زبان دفتر حقوقی
Senior Law Clerk

روانشناسی - ۱۰۷۶

دکتر صفر داعی
روان درمانگر

کودکان خشمگین - ۲

در نوشته پیش به صورت خلاصه اشاره نمودم که این نوجوانان بی‌گناه در اثر بدسرپرستی و نبود بزرگترهای مناسب در زندگی‌شان اقدام به جرم‌هایی کرده و آینده خود را با محکوم شدن تباه می‌نمایند. اغلب آنها به دست فروشندگان مواد مخدر و یا عاملان فروش سکس و غیره می‌افتند و معمولاً آنها را نیز معتاد می‌کنند که مبدا دست از فروش مواد مخدر بکشند.

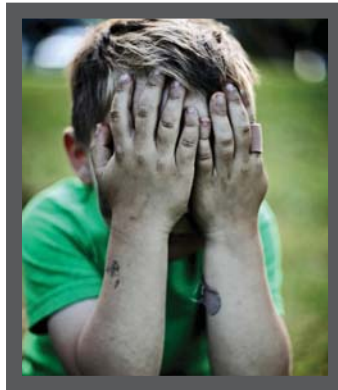
چگونه یک پسر بچه، فردی خشمگین و عصبانی می‌شود:

ایجاد خشم و عصبانیت در یک پسر بچه اصلاً مشکل نیست و هر بزرگسالی می‌تواند پسر بچه‌ای را خشمگین بار آورد. منبع خشم و عصبانیت در پسران درست همان منابعی است که برای بزرگسالان وجود دارد. تنها چیزی که مورد نیاز است بی‌احترامی است. خشم و عصبانیت پسر بچه‌ها از تحقیر و کتک زدن آنها بوجود می‌آید و در آنها نوعی محرومیت ایجاد می‌شود. خلاصه اینکه از شرم و خجالت و از هر عاملی که به پسر تلقین کند که او بی‌ارزش و بی‌خاصیت است. البته خیلی آسان نیست که با قاطعیت بگوئیم که یک فرد بزرگسال به طور کامل می‌تواند پسر بچه‌ای را تبدیل به شخصی خشمگین و عصبانی کند. در این راستا عواملی دیگر نیز وجود دارد اما عوامل فوق مهم‌ترین آنها بودند.

از چه راه‌هایی پسر بچه عصبانی و خشمگین بار می‌آید:

- **توهین و ناسازگویی:** شیوه تربیتی و دیسیپلینی که باعث ایجاد شرم در پسر بچه شود. گفتن اینکه او شخص پایین و حقیری است. اولیا و افرادی که شرم و خجالت و بی‌احترامی را وسیله اصلی نظم و انضباط می‌دانند پسر بچه خود را به صورت دائم وادار می‌کنند که خود را فردی خجالت‌زده احساس نماید. زمانی که پسر بچه‌ای تجربه تلخ توهین و شرم را به صورت مکرر بشنود، هرگونه موضوعی که همراه با شرم باشد برایش خجالت‌آور است اعم از اینکه پسر کار بدی کرده و یا نکرده باشد، مثلاً اگر پسر به طور جدی و شدید در اثر خود-ارضایی و یا هرگونه فعالیت‌های جنسی مورد خجالت قرار گیرد، هر موقع که از لحاظ جنسی تحریک بشود احساس شرمساری و خجالت می‌کند. اگر او گاهی مواقع اشتباهی مرتکب شود و مورد خجالت قرار گیرد، احتمالاً ترسو خواهد شد، و تمایلی به آزمایش شانس خود ندارد، نه تنها این بلکه حتی آنهایی که این خجالت را در او بوجود آورده‌اند نیز با آن در ارتباط خواهند بود. یعنی زمانیکه او دور و بر آن شخص قرار گیرد، حالت عصبی و ناراحت پیدا می‌کند.

- **نادیده گرفتن و مورد بی‌توجهی قرار دادن:** اکثر پسرها به توجه نیاز دارند. آنها عاشق این هستند که اولویت بویژه پدر باشند. وقتی پسر بچه‌ها تکالیف خود را به خوبی انجام دادند و یا پدر برای مسابقه و یا بازی‌های آنها به تماشا می‌رود و یا با آنها به ماهی‌گیری می‌رود این

تغییر رفتار
کودک (پسر)

هویت رها نشود.

شخص آزارگر به کودک یاد می‌دهد که او پایین‌تر و محقرتر از بقیه کودکان است. آنها فکر می‌کنند که اصولاً بچه‌های بدی هستند. آزارگری باعث می‌شود که کودک درباره آنچه که رخ داده احساس خجالت نماید و از خود و دیگران بیزار گردد. شخص آزارگر به کودکان می‌گوید که آنها مانند اشیاء هستند و هیچگونه حق و هویتی ندارند و فقط برای این بوجود آمده‌اند که جهت مقاصد افراد دیگر مورد استفاده قرار گیرند.

توهین و تنبیهات بدنی و آزار جنسی، افکار پسر بچه‌ها را منحرف می‌کند که نتوانند با افراد دیگر بخوبی مواجه شوند و گفتگو نمایند. آنها به پسر بچه‌ها یاد می‌دهند که اگر چیزی را می‌خواهند داشته باشند، باید مورد تجاوز قرار گیرند. به او یاد می‌دهند که دیگران باید از آنها سواستفاده نمایند. پس‌انی که از لحاظ جنسی مورد آزار قرار گرفته باشند مشکلات بیشتری در ارتباط با روابط جنسی طبیعی در زندگی خواهند داشت. رابطه جنسی آنها با جنس مخالف همیشه منبع نگرانی برای آنها است. آیا این قابل تعجب است که بسیاری از آزارگران جنسی و بدنی در کودکی خودشان مورد آزار جنسی و توهین قرار گرفته‌اند یا قرار گرفته باشند؟ اگر شما در کودکی مورد آزار جنسی قرار گیرید و یاد بگیرید که کودکان ضعیف فقط برای مورد استفاده افراد قوی هستند، اگر خود شما روزی نیرومند و قوی شوید چه خواهید کرد، و چه چیزی از فردی ضعیف‌تر از خود طلب می‌کنید؟ شما عصبانی و خشمگین می‌شوید و از آنها سواستفاده می‌کنید. چرا؟ برای اینکه این تنها چیزی است که شما یاد گرفته‌اید.

بزرگترین خوشحالی و غرور برای آنها است. اگر پسر بچه شما بدون حضور شما بزرگ شود فردی عصبانی خواهد بود. او از خود می‌پرسد که چرا پدر مرا دوست ندارد. او رفتارهای پسرهای دیگر را با اولیا خودشان می‌بیند و اعتقاد پیدا می‌کند که پدرش به او توجهی ندارد.

حتی اگر شما هرگز پسر خود را تنبیه نکرده باشید و چیزی که باعث صدمه به حالات عاطفی او باشد، به کار نبرده باشید، وظیفه شما به عنوان پدر ناتمام و ناکامل خواهد بود. این کافی نیست که شما او را تهدید نکرده‌اید و یا کتک نزده‌اید بلکه شما بایستی یک نیروی فعال و نیرومند در زندگی او باشید. بسیار آسان است که شما درگیر کارهای خود باشید و یا بخواهید به اعضای دیگر خانواده بپردازید و یا به مسائل مورد علاقه خود مشغول باشید و فراموش کنید که پسر هم دارید. پسرها به راهنمایی بزرگسالان، راحتی، اطمینان مجدد و نظم و ترتیب نیاز دارند. آنها نیاز دارند که بدانند شما به آنها توجه دارید. با تنبیه (کتک) زدن پسر بچه به او نشان می‌دهید که احترامی برایش قائل نیستید. فحش و حرفهای رکیک، توهین، بی‌احترامی و کتک زدن یک کودک نشان‌دهنده آن است که او فردی بی‌ارزش است و شما به او توجهی ندارید.

وقتی شما به سر و صورت کودک خود می‌زنید، آیا تعجب خواهید کرد که او در بزرگسالی بجای چالش و گفتگو با دوستان ناگهان به صورت آنها سبلی بزند؟ این اصلاً تصادفی نیست که مردی در پاسخ به توهین و یا بی‌احترامی لیوان پر از مشروب خود را به صورت شخص توهین‌کننده بپاشد، دلیل این جز عصبانی بودن چیز دیگری نیست.

کتک و توهین‌های فیزیکی، آزار جنسی کودکان عامل مهم عدم احترام به کودکان است. کودک مظلوم در چنین آزاری ممکن است هرگز از لحاظ عاطفی یا صدمه روانی با این تخریب

این کافی نیست که شما او را تهدید نکرده‌اید و یا کتک نزده‌اید بلکه شما بایستی یک نیروی فعال و نیرومند در زندگی او باشید. بسیار آسان است که شما درگیر کارهای خود باشید و یا بخواهید به اعضای دیگر خانواده بپردازید و یا به مسائل مورد علاقه خود مشغول باشید و فراموش کنید که پسر هم دارید. آنها نیاز دارند که بدانند شما به آنها توجه دارید.

این بسیار مهم است که هدف از انتقاد خود را بر رفتار کودک متمرکز نمائیم و نه شخص او به عنوان یک کودک. رفتار بد را می‌شود اصلاح کرد و تغییر داد، اما پسر بد را احتمالاً نمی‌توان تغییر داد. آن دسته از پسرها که یاد گرفته‌اند که واقعا افراد بدی هستند وقتی بزرگ شدند احساس حقارت و کوچکی در برابر دیگران می‌کنند. این خجالت دادن و شرمسار کردن و توهین نمودن کودک در او ایجاد حقارت می‌کند و این حس حقارت به خشم و عصبانی شدن تبدیل می‌شود. باید بیشتر تمرکز ما بر جنبه‌های مثبت رفتار کودک باشد. پس از سال‌ها پژوهش‌های روان‌شناختی به این نتیجه رسیده شده است که تشویق و تمجید رفتار خوب خیلی موثرتر از تنبیه برای رفتارهای بد است. هدف از این بحث در واقع پیدا کردن وسیله موثرتر برای تغییر رفتار می‌باشد. تقویت رفتار مثبت خیلی بیشتر از تنبیه و ایجاد تغییر رفتار موثر است. حتی برای تربیت یک پرنده و یا حیوانات دیگر در آزمایشگاه با تقویت رفتار مورد علاقه، احتمال بیشتری هست که او در آینده آن رفتار خوب را تکرار نماید. نه فقط این بلکه با تشویق و ترغیب پسران شما به او می‌گویید که از نقطه نظر شما، او فرد باارزشی است در نتیجه او شما را به جای درد کشیدن و غمگین شدن یک همکار و همبازی خوب در ذهن خود مجسم می‌کند.

دکتر صفر داعی، روان‌درمانگر از دانشگاه انگلستان است.

Safardaei4@hotmail.com

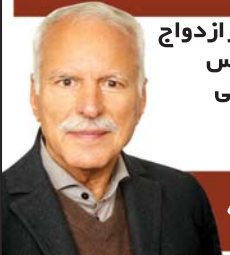
Office: 905-770-4556

Ph.D.

صفر داعی

روان درمانگر CRP | ۳۰ سال تجربه حرفه‌ای

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



بیمه کار
پذیرفته
می‌شود

Cell: **416.303.5730**

Office: **905.770.4556**

فرق بین آبگرمکن دیواری و زمینی



به تعمیر وجود ندارد. حالا به فرض این موضوع که شما هر ماه به صورت متوسط ۲۰ دلار برای آب گرمکن خود پرداخت می‌کنید در طول مدت ۱۵ سال شما مجموعاً ۵۴۰۰ دلار، هزینه داشتن یک آب گرمکن اجاره‌ای را پرداخت کرده‌اید. مهم است قبل از امضاء قرارداد اجاره آب گرمکن متن آن را به دقت بخوانید و درک کنید که در طولانی مدت چه اتفاقاتی خواهد افتاد. در واقع اطمینان حاصل کنید که چه چیزی را امضا می‌کنید شاید جبران آن در آینده کمی مشکل باشد. با کسانی که در درب منزل به شما خدمتی را می‌فروشند بسیار محتاط باشید سعی کنید برای انجام اینگونه کارها از پیمانکاران واجد شرایط استفاده کنید.

در طول مدت ۱۵ سال از عمر کاری موثر یک آب گرمکن ممکن است شما ۱ تا ۲ بار نیاز به تعمیر داشته باشید و هزینه این تعمیرات در بدترین حالت حدود ۱۰۰۰ دلار است اگر این میزان را با قیمت تمام شده آب گرمکن‌های اجاره‌ای در پایان زمان قرارداد مقایسه کنید متوجه اختلاف هزینه‌ها خواهید شد. البته شرکت‌های بزرگ دلایل عامه‌پسندی را بیان می‌کنند مانند اجاره کم ماهیانه، تعمیرات فوری بدون هزینه و غیره که البته همیشه گرفتن خدمات به راحتی نوشتن آن نیست.

در سال ۲۰۱۲، اداره نظارت بر رقابت کسب و کارها در انتاریو شکایتی را بر علیه شرکت‌های "انزکیر" و "ریلینس" ترتیب داد که بر اساس آن این ۲ شرکت به خاطر مجازات لغو غیرمنصفانه‌ای که در قراردادهای آب گرمکن‌های اجاره‌ای گنجانده شده بود مجبور به بازپرداخت ۱۵ و ۱۰ میلیون دلار مجازات شدند تا در قراردادهای آتی خود آن را بازنگری کنند.

این شرکت‌ها در انتاریو به صورت تقریبی حدود ۱ میلیون مشتری با آب گرمکن‌های اجاره‌ای دارند.

بازدهی بالاتر آب گرمکن‌های دیواری به همراه مصرف کمتر گاز شهری در کنار داشتن آب سالم بهداشتی و فضای کمتر برای نصب شما را مقید می‌کند هنگام خریدن آب گرمکن‌های اجاره‌ای به هزینه‌های انرژی، سلامت خانواده و قیمت تمام شده آن نیز توجه کنید. در واقع اگر معامله خوبی پیدا کردید آن را امضاء کنید.

در آلبرتا، اکثر صاحبان خانه دارای آبگرمکن شخصی هستند، در حالی که در انتاریو اکثر مردم اجاره می‌کنند. یعنی این موضوع به صورت عادی درآمد است ولی این عادت در حال تغییر است.

در آخر به نظر می‌رسد خرید و نصب یک آبگرمکن دیواری یا زمینی فارغ از نکات مثبت و منفی آن به صرفه‌تر از اجاره یک آبگرمکن زمینی باشد.

در پایان امیدوارم مشکلات و بیماری هر چه زودتر ختم به خیر شود و زندگی روال عادی خود را از سر بگیرد نوروز مبارک.

پیمان رامندی

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

Airsolarsystem.com

647-896-3025

دستگاه‌های سرمایشی و گرمایشی - ۵۵

پیمان رامندی
مهندس تاسیسات



در این مقاله لازم دیدم توضیحات بیشتری در رابطه با آبگرمکن‌های مورد استفاده در منازل مسکونی و یا واحدهای تجاری بدهم، چرا که با داشتن اطلاعات بیشتر در این خصوص تصمیم‌گیری برای خرید و یا اجاره آب گرمکن برای شما راحت‌تر می‌شود.

آبگرمکن‌ها به دو دسته اصلی تقسیم می‌شوند: اول مخازن آب گرم سنتی یا آب گرمکن‌های زمینی و دوم آب گرمکن‌های مدرن بدون مخزن. هر دو نوع هدف مشابهی را دنبال می‌کنند که آن عرضه‌ی قابل اعتمادی آب گرم به شما می‌باشد.

شما می‌توانید آب گرمکن‌های زمینی یا مخزن دار که اغلب به عنوان مخزن آب داغ نامیده می‌شوند را در ابعاد و اندازه‌های مختلف بر اساس میزان مصرف آب گرم خود انتخاب کنید. هر چند مخازن ۴۰ گالنی از محبوب‌ترین مدل‌ها هستند، این مخازن آب گرم، از یک عنصر حرارت‌دهنده الکتریکی و یا گازی برای گرم کردن آب استفاده می‌کند. آب ذخیره شده در مخزن تا دمای مشخصی گرم می‌شود تا این اطمینان حاصل گردد که در صورت درخواست، آب گرم به صورت محدود در دسترس باشد. این مخازن فارغ از استفاده و یا عدم استفاده از آب گرم تمام مدت آن را داغ نگه خواهند داشت و با توجه به بازدهی متوسط این نوع از آبگرمکن‌ها مصرف قابل توجهی دارند. از طرف دیگر با توجه به قابلیت جرم‌گیری داخل این مخازن بعد از گذشت چند سال داخل این مخازن وضعیت درآمیختگی به خود گرفته و شما از همان آب گرم غیر بهداشتی برای مصارف روزانه خود استفاده می‌کنید.

آب گرمکن‌های بدون مخزن که دیواری هم نامیده می‌شوند در طول چند سال گذشته به طور فزاینده‌ای محبوب شده‌اند و به دلیل عدم وجود مخزن به صورت قابل ملاحظه‌ای کوچک هستند (یک سوم آب گرمکن زمینی) و گزینه‌های بیشتری از نظر محل نصب در اختیار شما قرار می‌دهد. این نوع آب گرمکن‌ها تنها آبی که مورد استفاده شما قرار می‌گیرد را گرم می‌نماید. به طور کلی دارای بازدهی بالاتری می‌باشند و می‌توانند منبع آب گرم بی‌پایانی را فراهم آورند. تکنولوژی بالای ساخت و مقرون به صرفه بودن آب گرمکن‌های دیواری در سال‌های اخیر واقعاً سبب افزایش محبوبیت آنها شده است.

در بین آب گرمکن‌های ذکر شده آب گرمکن‌های دیواری آب سالم‌تری را در اختیار شما قرار می‌دهند.

در "انتاریو" اکثر صاحبان خانه‌ها یک آب گرمکن زمینی اجاره‌ای دارند، اما در آلبرتا تقریباً هیچ‌کس چنین کاری نمی‌کند. البته توضیح این موضوع کمی مشکل است.

در واقع باید به این مسئله توجه کنیم که آیا داشتن یک آبگرمکن اجاره‌ای بهتر از خرید

قرارداد لازم نیست نگران انجام تعمیر و نگهداری یا جایگزینی آن باشید. ولی در پایان قرارداد با آن درگیر خواهید بود.

قیمت آبگرمکن‌ها بسته به اندازه و کارخانه سازنده بین ۸۰۰ تا ۱۳۰۰ دلار است، به اضافه ۴۰۰ تا ۵۰۰ دلاری که برای نصب هزینه می‌شود. البته هزینه‌های جانبی مثل حمل و نقل نیز باید لحاظ شود. از آنجایی که عمر کاری یک دستگاه معمولی با نگهداری مناسب حدود ۱۵ سال است، معمولاً دارندگان آب گرمکن متوجه می‌شوند که بعد از گذشت شش یا هفت سال هنوز هم نیازی

آن است؟ پاسخ به این سؤال بستگی به این دارد که چگونه به آن نگاه می‌کنید. از نقطه نظر هزینه‌های نصب در طول زمان قطعاً بهتر است که شما یک دستگاه خریداری کنید ولی شاید از نظر راحتی و خدمات شاید بدون دردسر برای بسیاری از مردم اجاره کردن ارزش بیشتری داشته باشد.

هزینه اجاره یک آبگرمکن در انتاریو از شرکت‌های "انزکیر" و "ریلینس" حدود ۲۰ تا ۴۰ دلار در ماه بسته به اندازه و سازنده دستگاه متغیر است. در هنگام خرید و در طول مدت

Bradley Charles Wyndham Professional Corporation

دفتر حقوقی

✉ انجام امور قانونی خرید املاک

✉ انجام امور قانونی فروش املاک

✉ انجام امور قانونی «ریفایننس» املاک

✉ نماینده چندین شرکت وام دهنده معتبر

✉ انجام امور قانونی انواع دعاوی قضایی در انتاریو



36 Sir Tristram Place,
Markham, ON L3P 2X9

Tel: 647-779-4886

Fax: 905-581-1727

brad@wyndhamlaw.ca

416.802.9191

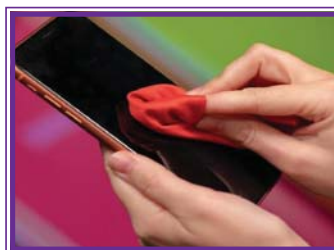
pouria@wyndhamlaw.ca

پوریا همتی

نماینده و مشاور فارسی‌زبان دفتر حقوقی
Senior Law Clerk

دانشگاه پزشکی تهران و امریکا:

ویروس کرونا روی تلفن همراه ۴ روز زنده می ماند



دانشکده بهداشت و موسسه ملی تحقیقات سلامت دانشگاه علوم پزشکی تهران راهنمای پاسخ به این پرسش که "ویروس کرونا چند ساعت بر روی موبایل زنده می ماند؟" را منتشر کردند.

بر اساس شواهد مشخص شده است که ویروس کرونا ممکن است به مدت طولانی بر روی برخی سطوح و اشیاء زنده بماند و به افراد سالم منتقل شود. تلفن همراه و به ویژه صفحه آن از جمله سطوحی است که در طول شبانه روز بسیار لمس شده و به طور معمول ضدعفونی نمی شود.

بر اساس مطالعات، ریز قطرات ناشی از عطسه و سرفه افراد مبتلا به کووید ۱۹ ممکن است تا فاصله دو متری پخش شده و روی سطوح و اشیاء بماند. مقاومت این ویروس برای زنده ماندن بر روی سطوح خارجی، بسیار شبیه به ویروس بیماری سارس است.

پژوهشگران بیان می کنند که ویروس کرونا بر روی سطوح شیشه ای و در دمای اتاق، بین ۹۶ تا ۱۲۰ ساعت (۴ تا ۵ روز) و بر روی سطوح پلاستیکی صیقلی تا ۷۲ ساعت (سه روز) ممکن است زنده بماند.

این موضوع زمانی اهمیت می یابد که بدانید، افراد در طول شبانه روز و به طور متوسط ۷۶ بار

تلفن همراه خود و ۳۶۸ بار سر و صورت خود را لمس می کنند.

نتایج پژوهش انجام شده در مرکز علوم سلامت دانشگاه تنسی ایالات متحده در زمینه بیماری کرونا نشان می دهد که در دمای طبیعی اتاق، ویروس کرونا می تواند بر روی سطوحی نظیر صفحه نمایش تلفن همراه تا ۹۶ ساعت (۴ روز) زنده بماند.

لذا توصیه می شود روزانه در چندین نوبت، با دستمال آغشته به آب و صابون، اسبیری های تهیه شده از ترکیب آب و الکل و یا پرتوهای نوری فرابنفش که باکتری ها و ویروس های نشسته بر سطح گوشی را از بین می برند، صفحه نمایش تلفن همراه خود را ضدعفونی کنید.

با توجه به نحوه انتقال ویروس کرونا و بقای طولانی مدت آن بر روی سطوح خارجی، توصیه می شود در مکان های شلوغ، حتی المقدور از گوشی استفاده نکنید و علاوه بر شست و شوی مداوم دست ها، گوشی های تلفن همراه خود را نیز حداقل دوبار در هر روز، البته با رعایت موارد ایمنی و عدم آسیب رسانی به تلفن همراه، با مواد ضدعفونی نظیر الکل (اتانول) ضدعفونی کنید و تا حد امکان از تماس دست های آلوده خود با تلفن همراه و سر و صورت خودداری کنید.

پزشکان هنگ کنگ:

بهبودیافتگان کرونا باید ریه شان را تقویت کنند



این افراد در صورتی که با سرعت راه بروند دچار تنگی نفس می شوند. همچنین در برخی از این بیماران پس از بهبودی کامل عملکرد ریه ها حدود ۲۰ تا ۳۰ درصد ضعیف می شود.

مدیر مرکز بیماری های عفونی هنگ کنگ افزود: این بیماران می توانند با انجام تمرینات قلبی عروقی از قبیل شنا کردن با گذشت زمان حجم و ظرفیت ریه های خود را بهبود دهند.

وی تاکید کرد: هنوز نمی توان در مورد تاثیرات طولانی مدت این بیماری اظهار نظر کرد، اما اسکن ریه ۹ بیمار نشان دهنده الگوهای مشابه با شیشه های مات و کدر است که حاکی از آسیب دیدن این عضو است. اسکن های فعلی از ریه بیماران مبتلا به کووید-۱۹ حاکی از وجود مایع در ریه هاست که خود را به شکل لکه های سفید رنگ نشان می دهد.

پزشکان گفته اند اسکن ریه برخی بیماران بهبودیافته از کووید-۱۹ حاکی از آسیب دیدن این عضو است. بنابراین این افراد باید با انجام تمرینات قلبی عروقی ریه های خود را تقویت کنند. پزشکان هنگ کنگ در بررسی های خود دریافتند افرادی که به بیماری کووید-۱۹ مبتلا شده اند و بهبود یافته اند با کاهش حجم و ظرفیت ریه مواجه می شوند به گونه ای که با راه رفتن سریع دچار تنگی نفس خواهند شد.

این پزشکان یافته های خود را براساس مطالعه روی تعدادی بیمار مبتلا به کووید-۱۹ که بهبود یافته اند و از بیمارستان ترخیص شده اند، به دست آوردند. ۱۲ نفری که در این گروه حضور داشتند تغییراتی در حجم و ظرفیت ریه ۲ تا ۳ نفر از آنان مشاهده شد.

مدیر مرکز بیماری های عفونی هنگ کنگ گفت:

پژوهشگران دانشگاه گوتبرگ:

جراحی کاهش وزن ریسک شکستگی استخوان را بالا می برد



طبق گزارش محققان در طول میانگین ۱۵ تا ۱۸ سال پیگیری وضعیت گروه های درمانی، بالاترین نرخ وقوع شکستگی استخوان در گروه جراحی بای پس معده مشاهده شد. این نرخ در این گروه ۲۲.۹ درصد بود در حالی که در گروه های درمانی با شیوه گاستروپلاستی با نوار عمودی، گروه درمانی به شیوه حلقه گذاری معده و گروه کنترل به ترتیب ریسک شکستگی استخوان ۱۰.۴، ۱۰.۷ و ۹.۳ درصد بود.

محققان دریافتند ریسک شکستگی استخوان در گروه جراحی بای پس معده ۲.۵۸ بار در مقایسه با گروه کنترل، ۱.۹۹ بار در مقایسه با گروه گاستروپلاستی با نوار عمودی و ۲.۱۵ بار در مقایسه با حلقه گذاری معده بالاتر است.

پژوهشگران می گویند افرادی که از طریق جراحی وزن خود را کاهش می دهند با ریسک بالای شکستگی استخوان مواجه اند. در مطالعه ای جدید، ۲۰۰۷ بیمار سوئدی مبتلا به چاقی که تحت درمان از طریق یکی از شیوه های جراحی کاهش وزن قرار گرفته بودند با ۲۰۴۰ بیماری مقایسه شدند که تحت جراحی قرار نگرفته بودند.

سوفی آهلین، سرپرست تیم تحقیق از دانشگاه گوتنبرگ سوئد، در این باره گفت: نتایج نشان می دهد جراحی بای پس معده به منظور کاهش وزن بیش از سایر شیوه های جراحی کاهش وزن موجب افزایش ریسک بلندمدت شکستگی می شود.

متخصص تغذیه:

مراقب باشید سفره هفت سین میتواند ناقل کرونا باشد



هنگام مصرف به افراد انتقال پیدا کند. وی اظهار کرد: توصیه می کنم اگر سمنو را از بیرون می خرید، حتما در خانه یک حرارت دیگر به آن بدهید و ظرفش را نیز عوض کنید. خرید شیرینی تر به هیچ عنوان توصیه نمی شود. شیرینی های خشک نیز به دلیل وجود یک سیستم انتقال که ممکن است آن ها را آلوده به ویروس کرده باشد باید در خانه دوباره در معرض حرارت قرار بگیرند تا از سلامت آن ها اطمینان حاصل شود.

او در پاسخ به احتمال انتقال ویروس کرونا از طریق سبزه گفت: سبزه های که در منزل و با رعایت شرایط بهداشتی برای سفره هفت سین تهیه شده باشد، مشکلی ایجاد نمی کند. خرید سبزه از بیرون به علت وجود همان زنجیره انتقال که ممکن است آن را به ویروس آلوده کرده باشد توصیه نمی شود. مردم بهتر است امسال از گذاشتن سبزه های طبیعی و ماهی ها در سفره هفت سین خودداری کنند.

کوروش صمدپور متخصص تغذیه و رژیم درمانی در این زمینه گفت: مردم امسال با توجه به شیوع ویروس کرونا برای چیدن سفره هفت سین باید به نکات بهداشتی توجه کنند.

این متخصص تغذیه و رژیم درمانی درباره نحوه ضد عفونی کردن میوه ها توضیح داد: سیب و همین طور تمام میوه های دیگر اگر خوب شسته و ضد عفونی شوند، خطری ندارند. شست و شوی میوه ها در درجه اول با آب و برای اطمینان بیشتر با محلول ضد عفونی کننده می تواند ویروس موجود در آن ها را از بین ببرد. سیر مشکلی ندارد و می تواند در سفره قرار بگیرد.

وی با اشاره به علاقه مردم در تهیه سمنو برای سفره هفت سین گفت: سمنو ماده غذایی است که پخته می شود و به دلیل حساسیتی که ویروس به حرارت دارد، هنگام پخت آن ویروس از بین می رود و مشکلی ایجاد نمی کند. اما ظرف سمنو هایی که از بیرون خریداری می شوند ممکن است آلوده به ویروس باشد و این آلودگی

تبلیات آنلاین
وبسایت متن مند
وبسایت رایگان
Review

شبکه های اجتماعی
ایران استار
گروه پخش
فیلتر شکن

وبسایت
پیش بینی
از ماهی ۵۱
۵ سیگنال
پیشرفت

روزانه
و طراحی
ایران استار
گروه پخش
فیلتر شکن

مطالب: متنوع، حرفه ای، علمی، بدون کلیش

منابع معتبر و غیرپروپاگاندی

ساز و طراحی: استاندارد جهانی

تمام رنگی: کافز تمام سفید (غیرپروپاگاندی: بدون سرب)

هر شماره: در دو بخش خبری و زندگی

بدون مشکل: سبک، به راحتی تا می شود

قابل برگرد شدن: همه خانواده در یک لحظه آن را می خوانند

چاپ: در بهترین چاپخانه های شهر

وضوح و کیفیت بالا در مطالب، آبی ها و چاپ

توان در میزان آبی و مطالب

IranStar.com
647.674.4048
169 Steeles Ave East

ایران استار

دفتر حقوقی و مهاجرتی

الهام معاونی

وکیل رسمی
دادگستری
و افسر سابق
اداره مهاجرت

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



حقوق و دعاوی خانوادگی

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

حقوق املاک و مستغلات

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

مهاجرت از طریق سرمایه گذاری

تحصیلات و تجربه کاری
ویزای سریع کار و تحصیلی

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

امور مربوط به وصیتنامه

(Wills, Power of Attorney, Trusts)

گواهی امضاء، کپی برابر با اصل،
تنظیم دعوتنامه

905-918-9606

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

اندر حکایت نوروز کرونایی فضول خان



طنز- ۷۷

فضول خان کامیونیتی

"ما هیچ وقت عید این یادگار نیاکانمان را فراموش یا تعطیل نمی‌کنیم ولی بر اثر شرایط بوجود آمده آن را با رعایت اصول بهداشتی به جا می‌آوریم. بنابراین به شما عزیزان و مریدان توصیه اکید می‌کنم که عید نوروز را بر همه چیز مقدم بدانید. حتی ما از این عید می‌توانیم انرژی و قدرت معنوی بالایی کسب کنیم که در برخورد با حوادث مختلف از جمله کرونا به ما کمک شایانی می‌کند."

سپس استاد فضولی با آرزوی سالی نیکو برای همه، این شعر حافظ را به عنوان عیدی به خوانندگان خود هدیه کرد:

"رسید مژده که ایام غم خواهد ماند
چنان نماند، چنین نیز هم خواهند ماند
چه جای شکر و شکایت ز قش نیک و بد است
چو بر صحیفه هستی رقم خواهد ماند
سرود مجلس جمشید گفته‌اند این بود
که جام باده بیاور که جم خواهد ماند
غنیمتی شمرای شع، وصل پروانه
که این معامله تا صبحدم خواهد ماند
برین رواق زبرجده نوشته‌اند به زر
که جز نکویی اهل کرم خواهد ماند
ز مهربانی جانان طمع مبر "حافظ"
که قش جور و نشان ستم خواهد ماند"

از خدا پنهان نیست، از شما هم پنهان نباشد آن که نوروز امسال استاد فضولی با نوروز سال‌های قبل تفاوت بسیاری دارد. او در حالی که سخت موارد بهداشتی و ایمنی را رعایت می‌کند، نوروز را نیز بسیار دوست دارد ولی امسال مراسم آن را در حال قرنطینه و از دور برگزار می‌نماید. استاد فضولی در عکسی که از خود در فیسبوک، تلگرام، واتساپ، اینستاگرام و سایر برنامه‌های دیگر گذاشته است با لباس مبدل، ماسک‌زده و استتار نموده، در کنار سفره هفت‌سین نشسته است و برای دوستان، آشنایان، کارکنان و شاگردان خود پیام‌های نوروزی می‌فرستد و عیدی افراد را هم به صورت آنلاین به حسابشان می‌ریزد. این کار استاد نمونه‌ای از رفتار یک انسان متعهد به قوانین و مقررات شهروندی است که نشان می‌دهد وی چقدر به رعایت اصولی که از طرف مسئولین ابلاغ می‌گردد پایبند است و آنها را سفت و سخت به کار می‌گیرد. ای کاش همه افرادی که به کانادا مهاجرت کرده‌اند مانند استاد فضولی احساس مسئولیت می‌کردند و به حقوق دیگران احترام می‌گذاشتند. از نظر ایشان مسایل و مشکلات کرونا یک طرف و اجرای مراسم و بزرگداشت عید نوروز باستانی طرف دیگر است. استاد فضولی می‌گوید:

توجه

تخفیف فوق العاده

قیمت نوروزی ویژه هموطنان عزیز

چاپ بنر فقط \$1.5

Navid 416-890-8498 **توجه**



وزیر بهداشت فرانسه:

اگر مشکوک به کرونا هستید، ایبوپروفن مصرف نکنید

مقامات بهداشتی فرانسه اشاره می‌کنند که داروهای ضد التهابی یک عامل خطرناک شناخته شده برای بیماری‌های عفونی هستند، چرا که پاسخ دستگاه ایمنی بدن را کاهش می‌دهند.

این مقامات توصیه می‌کنند مردم برای کاهش تب از استامینوفن (با نام تجاری تایلنول در آمریکای شمالی) استفاده کنند. بیماران فرانسوی از میانه ماه ژانویه اگر خواهند داروهای ضد درد معمول از جمله ایبوپروفن، استامینوفن و آسپرین را بخرند، باید داروساز مشورت کنند تا خطرات احتمالی این داروها به آنها یادآوری شود.

ژان لویی مونتاستراک، رئیس بخش داروسازی در بیمارستان تولوز در این باره گفت: "مصرف داروهای ضد التهابی هنگامی که تب یا عفونت وجود دارد، خطر عوارض را افزایش می‌دهد." بطور کلی از آنجا که علائم کرونا در ابتدا مانند سرماخوردگی است به هیچ وجه دارویی را خودسرانه استفاده نکنید.

مقامات فرانسوی هشدار داده‌اند که مصرف گسترده داروهای بی‌نسخه ضدالتهابی ممکن است عفونت با ویروس کرونا را بدتر کند. اولیویه وران، وزیر بهداشت فرانسه که پزشک متخصص مغزو اعصاب (نورولوژیست) است در توییتری نوشت: "مصرف داروهای ضد التهابی مانند ایبوپروفن، کورتیزون و... ممکن است باعث تشدید عفونت شود. در هنگام تب استامینوفن یا پاراستامول مصرف کنید. اگر از قبل داروی ضدالتهابی مصرف می‌کنید، با دکترتان مشورت کنید."



محققان دانشگاه وسترن:

پرتقال به کاهش چاقی و مشکلات قلبی کمک می‌کند

منفی آن می‌شود. تحقیق جدید اثبات می‌کند که موش‌های تغذیه شده با رژیم غذایی پرچرب و با کلسترول بالا که nobiletin هم دریافت کرده بودند، به شکل قابل توجهی لاغرتر بوده و دارای میزان کمتر مقاومت انسولین و چربی‌های خون در مقایسه با موش‌های بودند که nobiletin دریافت نکرده بودند.

"مورای هاف"، سرپرست تیم تحقیق از دانشگاه وسترن، در این باره می‌گوید: "ما نشان دادیم که در موش‌های دارای علائم منفی چاقی، می‌توانیم از nobiletin برای معکوس کردن آن علائم استفاده نمائیم و حتی روند تشکیل پلاک در عروق خونی را که موجب تصلب شریان می‌شود را برگردانیم."

با این حال محققان هنوز به عملکرد دقیق nobiletin پی نبردند. طبق فرضیه محققان، احتمالاً مولکول با تنظیم نحوه عملکرد چربی در بدن عمل می‌کند. محققان بر انجام تحقیقات بیشتر در این زمینه تأکید دارند.

نتایج مطالعه جدید نشان می‌دهد مصرف روزانه تنها دو و نیم لیوان آب پرتقال می‌تواند مانع از چاقی شده و خطر بیماری قلبی و دیابت را کاهش می‌دهد.

پرتقال علاوه بر بهبود جوانه‌های چشایی، به کاهش چاقی و خطر بیماری‌های قلبی کمک می‌کند.

مطالعه جدید محققان دانشگاه وسترن نشان می‌دهد وجود مولکولی در پرتقال و نارنگی موسوم به nobiletin به شکل قابل توجهی موجب کاهش چاقی و بازگشت عوارض جانبی





خوشبهارانسان

خوشبهارانسان خوشاینها

خوشاچمدین برارغوان ویاسنا

خوشا سرو دوز آمین و ساقی سرمست

که ماه موی می‌انست و سروسیم‌تا

نوروزتان پیروز - پیمان رانمندی

Tel: 647.896.3025
Web: AirSolarSystem.com



Rose Bahrami

B.Sc., LL.B.
Member of the Law Society of Upper Canada
Member of Ontario Bar Association

فیروزه بهرامی

وکیل رسمی دادگستری کانادا
عضو انجمن وکلای ایرانی - کانادایی

✓ حقوق املاک

✓ حقوق تجاری

✓ تایید رسمی اسناد

✓ تنظیم وصیت نامه و وکالت نامه



Phone: **647.660.5602**

Fax: **647.660.5608**

rose.bahrami@BahramiLaw.com www.bahramilaw.com

900 - 45 Sheppard Avenue East, Toronto, ON M2N 5W9



کمک به عملکرد اعصاب بدن

ویتامین‌های گروه B موجود در سیب‌زمینی به پشتیبانی از عملکرد غدد فوق کلیوی، آرام کردن و حفظ سلامت سیستم عصبی کمک می‌کنند. کار ویتامین B6 نیز کمک به تولید پیام‌رسان‌های عصبی است که امکان برقراری ارتباط بین سلول‌های مغزی و عصبی را با یکدیگر فراهم می‌کند.

سیب‌زمینی و عضلات

کربوهیدرات‌ها بخش مهمی از وعده غذایی ریکاوری بعد از ورزش هستند. کربوهیدرات‌های موجود در نشاسته‌های سالم مثل سیب‌زمینی می‌توانند به سرعت ذخایر گلیکوژن کبد را پر کنند. همچنین پتاسیم موجود در سیب‌زمینی برای کشش عضلات مهم و حیاتی است. سیب‌زمینی در صورتی که با روش‌های سالم طبخ و استفاده شود نه تنها باعث چاقی و اضافه‌وزن نمی‌شود، بلکه سلامت بدن را نیز تضمین خواهد کرد. پس آنرا در تغذیه‌تان لحاظ کنید تا بیشتر سلامت بمانید.

حفظ سلامت استخوان‌ها

مواد معدنی موجود در سیب‌زمینی نظیر فسفر، منیزیم و کلسیم به حفظ استحکام و ساختار استخوان‌ها کمک می‌کنند.

همچنین روی و آهن موجود در این گیاه نیز در تولید کلاژن نقش مهمی ایفا می‌کند که یکی از بلوک‌های اصلی سازنده استخوان‌هاست.

کاهش کلسترول خون

سیب‌زمینی حاوی مقادیر قابل توجهی فیبر غذایی است که می‌تواند به کاهش کلسترول خون کمک کند. بیشتر فیبر موجود در سیب‌زمینی در پوست آن است، بنابراین با پوست کندن مقدار زیادی از این فیبر هدر می‌رود. سیب‌زمینی به خودی خود سالم و مفید است، اما بسیاری از روش‌های معمول طبخ آن را به غذایی مضر تبدیل می‌کنند.

حفظ سلامت قلب

پتاسیم، فیبر، ویتامین B6 و ویتامین C موجود در سیب‌زمینی ضامن سلامت قلب است. پیروی از رژیم‌های غذایی سرشار از ویتامین B6 با کاهش خطر بروز بیماری‌های قلبی همراه است. خاصیت سیب‌زمینی در کاهش کلسترول خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی را کاهش می‌دهد.

جوان سازی پوست

ویتامین C موجود در سیب‌زمینی محرک اصلی برای تولید کلاژن است که ۷۵ درصد از ساختار پشتیبانی و حفاظتی پوست را تشکیل می‌دهد. این ویتامین توانایی کلاژن را در تقویت بافت پوست و رفع چروک‌ها افزایش می‌دهد.



بروکسل قابل مقایسه است.

محققان سیب‌زمینی را به عنوان ارزان‌قیمت‌ترین منبع پتاسیم شناسایی کرده‌اند که در کاهش خطر بروز فشار خون بالا اهمیت فراوان دارد. یک سیب‌زمینی متوسط با پوست ۱۸ درصد از مقدار توصیه‌شده برای مصرف روزانه پتاسیم را تأمین می‌کند.

خاصیت ضد سرطانی

سیب‌زمینی سرشار از لکترین است. اگرچه بیشتر انواع لکترین‌ها عوارض جانبی به همراه دارند، اما لکترین‌هایی نیز وجود دارند که می‌توانند به کاهش بروز برخی بیماری‌ها کمک کنند. با وجود این‌که سیب‌زمینی حاوی مقادیر بالایی از لکترین‌هاست، این پروتئین‌ها در بیشتر افراد عارضه یا اثر منفی به همراه ندارند. تا جایی که حتی نتایج یک مطالعه نشان داد مصرف برخی انواع سیب‌زمینی با کاهش التهاب همراه است. به علاوه تحقیقات نشان داده است لکترین‌های موجود در سیب‌زمینی از رشد سلول‌های سرطانی نیز جلوگیری می‌کنند.

متخصصین تغذیه:

خواص باورنکردنی سیب‌زمینی را بشناسید

تسکین درد ناشی از روماتیسم و آرتریت روماتوئید

آب سیب‌زمینی خام می‌تواند به خلاص شدن از درد و ناراحتی ناشی از روماتیسم و آرتریت روماتوئید کمک کند. پیش از آغاز دوره درمان با آب سیب‌زمینی لازم است با یک پزشک یا متخصص تغذیه مشورت کنید.

کاهش فشار خون

تحقیقات نشان داده است مصرف یک یا دو بار سیب‌زمینی در روز می‌تواند به اندازه جو دو سر فشار خون بالا را کاهش دهد. گفتنی است سیب‌زمینی‌ها در این مطالعه بدون استفاده از روغن تهیه شده بودند.

مطالعات دیگر نیز از وجود ترکیباتی در سیب‌زمینی پرده برداشته‌اند که تأثیرات آنها بر بدن شباهت بسیاری با بازدارنده‌های آنزیم مبدل آنژیوتانسین دارد که یکی از پرمصرف‌ترین داروها در درمان فشار خون بالا هستند.

حجم دیگر مواد فیتوشیمیایی موجود در گیاه سیب‌زمینی نیز با کلم بروکلی، اسفناج و کلم

Income TAX

حسابداری نشنال

افشین غایبی



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

416.223.3336

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

طبقه بالای سوپر گوشت زمانی و پسران



دانشمندان امریکایی:

زنان برای فضاوردی مناسب‌تر از مردان هستند

دانشمندان امریکایی داشتن وزن کمتر و نیاز به کالری کمتر را از جمله دلایلی ذکر کرده‌اند که زنان برای فضاوردی مناسب‌تر از مردان هستند. جسیکا میر، فضاورد ناسا، در حال حاضر تنها زن حاضر در فضا است. این تعجب‌آور نیست، زیرا از حدود ۵۵۰ نفری که تاکنون به فضا اعزام شده‌اند فقط ۶۵ نفر از آن‌ها زن بوده‌اند.

با وجود این اختلاف فاحش میان تعداد فضاوردان زن و مرد که تاکنون به فضا رفته‌اند، دانشمندان امریکایی معتقدند زنان در واقع ممکن است برای این شغل مناسب‌تر باشند.

یک دلیل کلی این است که زنان از نظر اندازه معمولاً کوچک‌تر از مردان هستند و اندام نحیفی دارند. به طور متوسط وزن مردان از زنان بیشتر است، بنابراین وقتی صحبت از ارسال افراد کوچک‌تر و سبک‌تر به فضا می‌شود، معمولاً زنان گزینه مناسبی‌اند، زیرا موشک‌ها برای حمل آن‌ها به سوخت کمتری نیاز خواهند داشت. علاوه بر این، از آنجا که معمولاً زنان کوچک‌تر از مردان هستند به کالری روزانه کمتری هم نیاز دارند، بنابراین منابع غذایی می‌توانند مدت

طولانی‌تری باقی بمانند و دیرتر مصرف شوند. در مطالعاتی که در سال ۲۰۱۳ منتشر شده آمده است هنگامی که زنان و مردان وظایف مشابهی را در فضا انجام می‌دهند، زنان فقط به نیمی از کالری دریافتی مردان نیاز دارند. یعنی زنان با مصرف کالری یک روز یک فضاورد مرد ۲ روز قادر به فعالیتند.

سیس این مسئله مهم است که بدن مردان و زنان چگونه به حضور در فضا واکنش نشان می‌دهد. متأسفانه هم بدن زنان و هم مردان در فضا متحمل عوارض منفی می‌شود. مثلاً زنان در فضا مستعد ابتلا به سرطان‌های ناشی از تشعشع هستند در حالی که مردان بیشتر مستعد ابتلا به بیماری هستند و سریع‌تر دچار کم‌شنوایی می‌شوند.

با متخصصان ایرانی کاندایی

آزمایش‌های طبی خود را به زبان فارسی انجام دهید



خدمات دردو محل:

مجهز به واکینگ کلینیک

نورت یورک

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



ایکس ری



روماتولوژی



سونوگرافی



کاردیولوژی



پوکی استخوان

ریچموند هیل

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



روماتولوژی



کاردیولوژی



Ultimate Diagnostics Inc.

ارائه کننده همه نوع

بیمه

برای همه نیازهای امروز و فردای شما



توریستی و مسافرتی

تجاری

بیزینس

اتومبیل

مستغلات

محل کسب



Connect Insurance Inc.

Tel: 416.816.1010

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

شهرام بینش

بروکر
R.I.B.O

وضعیت سلامتی یا بیماری شما تنها با یک آزمایش



هنگامه جولایی

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

647.262.0919

E: info@optimumbalanceinc.com

W: www.optimumbalanceinc.com

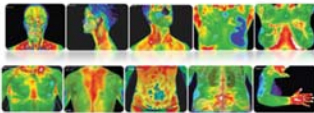
A: 16700 Bayview Ave. Unit 201,
Newmarket, ON



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

با کلینیک‌های:

- عکسبرداری حرارتی
- تجزیه معدنی مو
- ایریدولوژی



خدمات:

- مشاوره در زمینه تغذیه
- تنظیم هورمون و متابولیسم بدن
- بررسی جذب مواد غذایی و دفع سموم
- انرژی، خستگی و بیخوابی
- حساسیت‌های فصلی و مواد غذایی
- مشکلات پوست و اکزما

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

مشاوران بهداشتی:

خودتان دهان شویه درست کنید

دهان‌شویه دارچین، عسل و لیموی تازه

دارچین بوی بد ناشی از باکتری‌های درون دهان را از بین می‌برد. عسل هم با خاصیت ضد میکروبی، جرم‌های موجود در دهان را تمیز کرده و سطح روی دندان‌ها را پاکیزه نگه می‌دارد. لیمو هم با عطر و بوی قوی‌ای که دارد، هم‌زمان با سفید کردن دندان‌ها باعث می‌شود تا نفس‌تان همیشه بوی مرکبات تازه دهد.

طرز تهیه:

در یک ظرف درب‌دار مناسب و تمیز، یک‌دوم قاشق چای‌خوری دارچین بریزید و بعد آب ۲ عدد لیموی تازه را گرفته و به آن اضافه کنید. ترکیب را خوب هم بزنید و یک‌دوم قاشق چای‌خوری عسل و یک قاشق چای‌خوری جوش شیرین (اختیاری) را هم به سایر مواد اضافه و همه مواد را خوب با هم مخلوط کنید، بعد یک فنجان آب‌گرم اضافه کنید و مجدداً هم بزنید تا کاملاً با هم ترکیب شوند و درب ظرف را بگذارید. به خاطر داشته باشید حتماً قبل از هربار استفاده، ظرف را تکان دهید تا مجدداً مواد با هم مخلوط شوند.

برای هربار مصرف، ۱ یا ۲ قاشق غذاخوری از این دهان‌شویه را برای مدت زمان ۱ تا ۲ دقیقه غرغره کنید.

دهان‌شویه نعناع و جوش شیرین

این دهان‌شویه با خاصیت آنتی‌باکتریالی که دارد، دهان شما را از هر گونه باکتری که باعث ایجاد بوی بد آن می‌شود پاک کرده و موجب تازگی دهان‌تان می‌شود. جوش شیرین هم میزان PH دهان شما را متعادل می‌کند و جرم و لکه‌های تیره روی دندان‌ها را پاک می‌کند.

طرز تهیه:

در یک ظرف مناسب نصف فنجان آب مقطر بریزید و ۲ قاشق چای‌خوری جوش شیرین و ۲ قطره روغن نعناع یا روغن درخت چای به آن اضافه و ترکیب را خوب هم بزنید و در طی هربار مصرف، از ۲ تا ۳ قاشق چای‌خوری از این دهان‌شویه استفاده کنید. برای رفع کامل بوی بد دهان، سعی کنید ۱ یا ۲ دقیقه این دهان‌شویه را غرغره کنید.

دهان‌شویه سرکه سیب

سرکه سیب خاصیت آنتی‌باکتریالی و ضد عفونی‌کننده دارد. علاوه بر این، عامل موثری در از بین بردن باکتری‌ها محسوب می‌شود.

طرز تهیه:

۲ قاشق چای‌خوری سرکه سیب را با یک لیوان آب گرم مخلوط کنید. محلول را خوب هم بزنید و آن را در یک ظرف شیشه‌ای مناسب بریزید. سعی کنید از این دهان‌شویه طبیعی به طور مستمر استفاده کنید و حتماً قبل از استفاده آن را تکان دهید.

حسابداری ایده‌آل

Personal, Small Business & Corporation E-File

Ideal Accounting

مجتبی فریور



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

خدمات حسابداری



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

تکمیل فرم‌های Child Tax و GST رایگان است

905 59-777-59

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



The Little House Of Kebobs North

بابتی از ۲۰ سال سابقه



دو قلب ریچموند هیل با مدیریت ایرانی

رستوران ایرانی با انواع غذاهای اصیل ایرانی

905-787-9988

1480 Major Mackenzie Dr. East
Major Mackenzie & Leslie



شیرینی نخودچی

پروین ترابی
کیتترینگ کدبانو



کردید. بعد از اینکه شیرینی‌ها را قالب زدیم بر روی سینی فر که کاغذ روغنی پهن کردیم قرار می‌دهیم و فر را با حرارت ۱۷۰ درجه سانتیگراد که از قبل گرم کردیم به مدت ۱۵ الی ۲۰ دقیقه در قسمت وسط قرار می‌دهیم. باید دقت داشته باشیم که حرارت فر شیرینی‌ها را نسوزاند و مدام به شیرینی سر بزنید. بعد از اینکه شیرینی نخودچی ما آماده شد آن را از درون فر در می‌آوریم و اجازه می‌دهیم تا کاملاً سرد شود چون اگر زودتر از آن شیرینی‌ها را از سینی خارج کنیم به خاطر تردی و شکنندگی، شیرینی‌ها خرد می‌شود.

برای اینکه خمیر شیرینی نخودچی را از حالت پودری در بیاورید می‌توانید حداکثر ۳۰ الی ۴۰ گرم روغن جامد به آن اضافه کنید، هر چند این شیرینی بدون روغن باشد خوشمزه‌تر و با کیفیت‌تر خواهد شد.

از نکات قابل توجه اینکه:

- آرد برنج کمک می‌کند تا شیرینی شما تردتر شود به همین دلیل می‌توانید صد گرم از آرد نخودچی را کم کنید و به جای آن از آرد برنج استفاده کنید. این شیرینی را می‌توانید با زعفران یا پودر پسته و یا بادام تزئین کنید.
- در شیرینی نخودچی می‌توانید کره را جایگزین روغن جامد کنید.
- به دلیل سفت نبودن خمیر این شیرینی معمولاً قالب زدن آن کمی مشکل دارد بنابراین باید با توجه به نوع آرد مقدار آن را کم و زیاد کنید.
- خمیر این شیرینی هر چقدر بیشتر بماند پخت بهتری پیدا می‌کند.
- زمان آماده سازی مواد اولیه و مایحتاج آن حدوداً ۲۰ دقیقه و زمان پخت و انتظار آن در حدود ۲۰ دقیقه می‌باشد.
- توجه نمایید مقدار مواد اولیه و دستور تهیه برای ۱۰ نفر مناسب می‌باشد.

نکنید، بلکه بگذارید گرم شود؛ چون در غیر این صورت، مجبورید زمان طولانی‌تری مخلوط را هم بزنید. چه بهتر که از تازه‌اش استفاده کنید.

- هیچ‌گاه درب فر را قبل از این که سه‌چهارم از زمان پخت سپری شده باشد، باز نکنید؛ چون پف کیک می‌خوابد.
- نشانه‌ی کاملاً پخته‌شدن کیک، این است که روی آن طلایی شده باشد و خوب پف کرده باشد و تا حدودی از دور قالب فاصله گرفته باشد.
- برای تهیه شیرینی‌های عید، نهایت دقت و حوصله را به کار ببرید؛ چون لطف این شیرینی‌ها به ظرافت و یک‌شکل بودن و هم‌اندازه بودن آنهاست.
- پانزده دقیقه قبل از قرار دادن شیرینی‌ها و کیک، فرتان را گرم کنید.
- شیرینی‌هایی که ریز و کوچک هستند حرارت زیاد و وقت کمتری برای پخت نیاز دارند.

از آنجا که در این روزها بهتر است به لحاظ سلامت؛ شیرینی آماده نخیریم، بهتر است آستین‌ها را بالا زده و خودمان در خانه برای سال نو شیرینی درست کنیم. شیرینی نخودچی یکی از شیرینی‌های ساده و سنتی ما ایرانی‌هاست و درست کردن آن در بین شیرینی‌ها بسیار رواج دارد.

مواد لازم:

آرد نخودچی: نیم کیلو
هل سبز: ۱ قاشق مرباخوری
پودر قند: ۲۵۰ گرم
روغن جامد: ۲۵۰ گرم

طرز تهیه:

ابتدا آرد نخودچی و پودر قند را الک می‌کنیم سپس پودر قند و روغن جامد را با هم مخلوط می‌کنیم و آنقدر ورز می‌دهیم تا کاملاً خامه‌ای شکل شود. باید در نظر داشته باشید که برای این شیرینی به هیچ وجه به جای روغن از کره استفاده نکنید چون باعث سفت شدن شیرینی می‌شود. بعد از اینکه پودر قند و روغن کاملاً ورز داده شد آرد نخودچی را اضافه می‌کنیم. (آرد نخودچی را در دو مرحله به مواد اضافه می‌کنیم و کاملاً ورز می‌دهیم تا شکل انسجام به خود بگیرد و از شکنندگی دربیاید چون این خمیر بسیار نرم و شکننده است.)

در حین ورز دادن هم باید هل را اضافه کنیم. وقتی خمیر آماده شد آن را داخل یک پلاستیک گذاشته و به مدت ۲۴ ساعت در گوشه‌ای از آشپزخانه استراحت می‌دهیم.

بعد از اینکه خمیر کاملاً استراحت کرد آن را بر روی سطح صاف پهن می‌کنیم و با وردنه روی آن را می‌کشیم تا کاملاً صاف و یکدست شود

در این مرحله از چند قالب نیز برای شکل دادن شیرینی استفاده می‌کنیم. باید کلفتی خمیر شیرینی‌ها به اندازه قالب‌هایی باشد که انتخاب می‌توانید در وقتان صرفه جویی کنید...

• اگر روی شیرینی‌تان پخته ولی داخل آن خمیر مانده، یکی از دلایلی این است که حرارت فر زیاد بوده. یک تکه فویل را چندلایه کنید، روی شیرینی‌ها ببندازید و دوباره شیرینی‌ها را در فر بگذارید. این کار باعث می‌شود خمیر وسط شیرینی هم پخته شود.

• سعی کنید بهترین مواد اولیه را برای تهیه شیرینی و کیک عید آماده کنید و بخردی تا در نهایت، شیرینی‌های مرغوب‌تر و خوشمزه‌تری بپزید.

• از تخم‌مرغ سردی که توی یخچال بوده استفاده

ELEGANCE Cake House خانه کیک الگانس



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

647-466-3845

f Elegance Cake House

ig elegancecakehouse

۱۰٪ تخفیف در
اولین سفارش

دلیوری رایگان در
منطقه نورت یورک



آتوسا

هله افشار

۴۸

نیتتیس گفت:

- وای! این کار از دست من ساخته نیست. چگونه می‌خواهید زنی چون من تنها و رانده شده، در برابر مردی بایستد که نیم نگاهش برای ترساندن گردنکشان چند کشور بس است؟ آیا گمان می‌کنید من دل آن را دارم رو در روی نماد توانایی و چشمانی که در اندرون بیننده‌اش ترس می‌افکند، لب از لب بگشایم؟

آتوسا بار دیگر با آن بخش از رفتارها و منش‌های همسرش روبه رو گردید که برای خودش بیگانه و ناشناس بود. پس گفت:

- نگران نباشید. ما با هم و در یک نشست کوچک، با ایشان گفتگو خواهیم نمود. من در کنار شما از هم‌میهنان‌تان پشتیبانی می‌کنم.

نیتتیس گفت: سیاس‌گزارم. این گونه بهتر شد. اپاکیش گفت: باور کنید پادشاه آن‌چنان که مردم می‌پندارند خشن نیست. او مهربان و گشاده‌روست.

نیتتیس گفت: برای شما که تنها بازمانده‌ی دوست دیرین‌شان هستید و چند سال دیگر همسرشان می‌شوید، شاید مهربان باشند. با این همه گمان نمی‌کنم با سرزمین‌هایی که نمی‌خواهند باج و خراج بپردازند چندان گشاده‌رو رفتار نمایند.

از این گفتار ساده و بدون پرده‌پوشی نیتتیس، آتوسا خندید و یک‌بار دیگر با او پیمان بست که در آن خواسته‌ی نیک، پشتیبانی‌اش باشد.

ایرانیانو پس از بیرون رفتن بانوان درباری، کارها را از سر گرفت. در یکی از گزارش‌ها خواند گروهی از کارگران درخواست نموده‌اند تا جیره‌ای ویژه به هنگام بیماری بدان‌ها داده شود و همه‌ی مردشان در زمانی که پی دوا و درمان هستند نیز پرداخت گردد.

درخواست آنان گفتاری شایسته بود و باید رسیدگی می‌شد. اندیشید، شاید این همان کار نیکی باشد که می‌توانست به آغاز کار او شکون ببخشد. گزارش دیگر، از سوی پیشوایان دینی ایلامی‌ها آمده بود که برای جشن‌های آیینی خود، درخواست چهارپایانی هم چون بز و گوسپند برای قربانی کردن، داشتند.

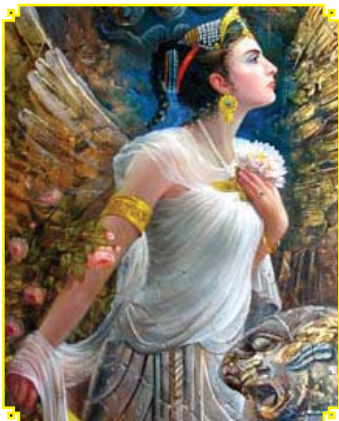
آتوسا با خود پنداشت، چگونه می‌توان چنان جیره‌ای به پیشوایان ایلامی بخشید؟ زیرا در دین زرتشت قربانی کردن چهارپایان پذیرفته نبود. بنابراین، برگه را کناری نهاد تا پادشاه، درباره‌ی آن دستور بدهد. نامی دیگر از سوی ارتیستوته نگاشته شده بود و در آن به خواهرش شهبانو آتوسا درود فرستاده و او را آگاه ساخته بود که نمی‌تواند برای جشن نوروز به پاسارگاد بیاید. زیرا باید روند کارهای ساختن کاخ شوش را پی‌گیری نماید و همچنین باردار است و نمی‌خواهد با رفت و آمد، کودکش آسیب ببیند. او در پایان نامه افزوده بود که پادشاه پیش از رسیدن به پارس، یک ماه به ایلام می‌رود تا دیداری با شهبانو ارته‌بامه داشته باشند.

آتوسا اندیشید داریوش در هر رفت و آمدی، یک ماه در ایلام ماندگار می‌شود و به شوخی در اتفاقی

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

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

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



داستانی دیگر بود که هرگز تراز نمی‌شد. از سوی دیگر گرداندن درباری که سالیان سال برای هر رفتاری از ایرانیانو دستور گرفته و کشتزارها و کارخانه‌هایی که از آن خاندان کوروش بزرگ بود نیز بر شانه‌اش سنگینی می‌کرد.

زمانی که به یاد آورد برای جشن نوروز باید میزبان سران و نمایندگان کشورهای دور و نزدیک باشد، امیدش را از دست داد و درمانده و سرگردان، بانو پیرین را به دفتر کار فراخواند. با دیدن آموزگار، از بیم و نگرانی‌هایش سخن‌ها راند و گفت:

- بامداد پیش از همه، چشم‌هایم را می‌گشایم و تا پایان روز یکسره در تکاپو هستم. با این همه، نه تنها از کارها کاسته نمی‌گردد که در برابر هر کاری که از سر راه برمی‌دارم، صدها گرفتاری از زمین سر بر می‌آورند. سختی کار در این است که اگر از پس همه‌ی این‌ها برآیم، هیچ چیز تازم‌ای به آسایش مردم نیافزودم. من بیزارم از آن‌که پسان فردا به ریشخند گویند که بیش از چرخاندن چین دامن، کاری از دستم بر نمی‌آید. پیرین پس از شنیدن سخنان شاگرد گفت:

- نخستین کار این است که برای زمان‌های‌تان بنشینیم.

ایرانیانو، فرقه را به کاخ فراخواند تا دبیر دارایی‌های استان پارس گردد. آمدن فرقه و پیرین در گذر یک ماه گره از سختی‌ها گشود و در پی آن رسیدگی به کارها شتاب بیشتری یافت. آنان به زودی دانستند که دفتر کار پادشاه بسندگی آن همه رفت و آمد و کارمند را ندارد. پس آتوسا خانواده را به کاخ پایدار فرستاد و کاخ پدری را به دیوانی بزرگ برای کارمندی و ورزیده، دگرگون ساخت.

هنوز به کرانه‌های آرامش پناه ندهاده بود که تنشی دیگر بدانان رسید. در روزهای پایانی سال، با انبوهی گزارش‌ها روبرو گردیدند که از فرماندارای، دبیران و بازرسان ویژه که چشم و گوش شاه نام داشتند، به پایتخت سرازیر می‌شد. پیش از این، آن همه نامه یک‌جا به پاسارگاد نرسیده بود. بر آنان آشکار شد که داریوش اندیشه‌ای تازه در سر دارد.

فرقه، کارآزموده و آشنا با دیوان کشوری، راه چاره‌ای جست و به ایرانیانو گفت، چنان‌چه جای شایسته‌ای بدو بسپارند، برای نگهداری از نامه‌ها، بایگانی خواهد ساخت. آتوسا بی‌درنگ دستور داد تا آشپزخانه را دگرگون سازند، زیرا پس از رفتن خانواده به کاخ تازه، چندان شایسته نبود هم‌چنان آشپزخانه‌ی پیشین در کنار آنان دود و دم به راه اندازد. کارگران با تندید دست به کار شدند. تنورها و اجاق‌ها را کردند و دیوارها را با گچ سپید نمودند. پس از آن درودگران با رده‌های چوبی، دیوارها را دسته‌بندی کردند. بدین‌سان در پی چهارده روز تلاش خستگی‌ناپذیر، بایگانی درخوری فراهم آمد.

ادامه در شماره بعد



خرید و فروش خودرو

با بهترین قیمت

647.949.3611



CarHub®
Find your perfect car, your way.

North York
Chrysler

مرضی بی شباهت نبود. مصداق گویای این طرز تلقی شاه را می توان در پاسخ به تاریخش سراغ کرد که گر چه در تبعید نوشته شد و چند ماهی از تب حوادث انقلاب فاصله داشت، اما یکسره سقوط رژیمش را به توطئه های خارجی تأویل می کرد. می گفت "برای درک تحولات ایران... باید سیاست نفت را درک کرد." می گفت به محض آن که او بر دریافت سهم عادلانه ای از نفت ایران پافشاری کرد "حرکت سازمان یافته ای علیه من و رژیمم آغاز شد... آن گاه بود که ناگهان به مستبد، قلدر و زورگو" بدل شدم. انگار شاه هرگز این اصل را نپذیرفت که خواست های دموکراتیک مردم ایران نقشی در تحولات انقلاب بازی کرد. بگذریم از این که سیاست های نوسازی رژیم او در ایجاد طبقه متوسط، که منادی و مدافع اصلی حرکت دموکراتیک مردم بود، نقشی تعیین کننده داشت. حتی اگر بپذیریم که کشورهای کمونیستی و غربی علیه شاه توطئه می کردند باز هم، به گمانم، شکی نمی توان داشت که اگر تکنوکرات ها و اعضای طبقه متوسط ایران سودای مخالفت با شاه را در سر نداشتند، توطئه نیروهای خارجی بخت پیروزی پیدا نمی کرد.

حتی زمانی که شاه، از سر اجبار، به بررسی برخی ریشه های داخلی انقلاب می پرداخت باز هم نگاهی غریب داشت. گمانش این بود که علت انقلاب نه استبداد که آزادی بود. می گفت "امروزه به این نتیجه رسیده ام که یکی از علل رخدادهایی که در سال ۷۹ - ۱۹۷۸ (۵۷ - ۱۳۵۶) پیش آمد این بود که من با سرعتی بیش از حد درهای دانشگاه ها را باز کردم. بجای دشوارتر کردن مدارس، امتحان ورودی به دانشگاه بیش از حد آسان بود." می گفت دانشجویان "بچه های لوس" بودند که مملکت را به هرج و مرج دچار کردند. در بخشی دیگر از همین خاطرات به این نکته اشاره می کند که طرح ارتش را برای ایجاد امنیت از طریق خشونت و خونریزی مورد بررسی قرار داد. به تلویح می گوید قاعدتا برای ایران بهتر می بود اگر او طرح پیشنهادی ارتش را می پذیرفت. خون بهایی که ایرانیان پس از انقلاب پرداخته اند، به گمانش، به مراتب بیشتر از خونی بود که شاید در طرح ارتشیان ریخته می شد.

شاه عملا همه نیروهای مخالف خود را ابزار دست نیروهای خارجی می دانست. می گفت این تشکیلات و نیروها را علم کرده اند تا او را در مذاکرات مهم نفت تحت فشار بگذارند. می گفت می خواستند از این طریق "وادارم کنند که شرایط آنها را بپذیرم." واقعیت اینست که وقتی موج تظاهرات تداوم و گسترش پیدا کرد، شاه به برخی از رهبران تیم مذاکره کننده ایران دستور داد با نمایندگان شرکت های نفتی وارد مذاکره شوند و "خواسته هایشان را برآورده کنند." سوی این تلاش برای ارضای شرکت های نفتی شاه در ماه های قبل از انقلاب در عین حال بارها بر آن شد که ببیند آمریکا و انگلیس از "او چه می خواهند." شخصیت های سرشناسی را که به گمانش با آمریکا یا انگلیس "نزدیک" بودند به دربار فراخواند و از آنها خواست که هر کدام از آمریکا یا انگلیس بپرسند که از شاه و ایران چه می خواهند. برای مثال، احمد قریشی



را شاه معتمد آمریکا می دانست. مطلع بود که در دورانی که ریچارد هلمز سفیر آمریکا در ایران بود، قریشی از دوستان نزدیک او بود. همایون صنعتی زاده هم که از روشن فکران بنام ایران بود و در تقویت صنعت چاپ در ایران نقشی مهم بازی کرده بود، به گمان شاه مورد اعتماد آمریکا بود. شاه در فاصله ای کوتاه با قریشی و صنعتی زاده دیدار کرد و از هر دو پرسشی واحد داشت: "این آمریکایی ها از ما چه می خواهند؟" شخصیت شاه، به ویژه این واقعیت که شرایط بحرانی را بر نمی تابید و به محض رودررویی با وضعیتی پرمخاطره، گرایش به گریز از مرکز بحران نشان می داد، سبب شد که ارزیابی ها و سیاست های نادرست او پیامدهایی دو چندان جدی پیدا می کند. همان شاهی که در اواسط دهه هفتاد (پنججاه) به رئیس جمهور آمریکا تحکم می کرد و غربی ها را چون مردمی ضعیف می نکوید در ماه های قبل از انقلاب بدون مشورت و حتی اجازه سفرائی آمریکا و انگلیس هیچ تصمیمی نمی گرفت.

هر روز که بحران ابعاد جدی تری پیدا می کرد، نیاز شاه به علایم حمایت آمریکا و انگلیس هم فزونی می گرفت. ولی پیام هایی که دریافت می کرد، مضمونی واحد نداشت. برخورد دولت آمریکا به ویژه متضاد و ناهمگون بود. برای مثال گروهی از ایرانیان که از روحیه متزلزل شاه خبر داشتند، به سالیوان گفتند که "اگر [شاه] پیامی از کاتر مبنی بر حمایت آمریکا" دریافت کند قطعا روحیه اش تقویت خواهد شد. اما سالیوان زربار نفت و برخلاف سنت و تاریخ روابط شاه و آمریکا ادعا کرد که صدور چنین پیامی از طرف کاتر "غیرمتعارف" است و در "شرایط کنونی نادرست است." وقتی شاه از جواب سالیوان خبردار شد غمگین و دلزده شد. چند هفته بعد شاه خبردار شد که به زودی "پیامی تلفنی از کاتر دریافت خواهد کرد." دست کم به گفته سالیوان، این خبر شاه را سخت خوشحال کرد. انگار "چانه اش که از غم" به زانوایش نزدیک شده بود یکباره دست کم به سینه اش نزدیک شد. "تضاد و ناهمگنی در برخورد های سالیوان از سویی در سلوک دیپلماتیک نامتناسباتی شخص او ریشه داشت و از سویی دیگر، و شاید مهم تر، برخاسته از این واقعیت بود که دستورهایی که از واشنگتن دریافت می کرد هم خود متناقض بود. در ماه های قبل از انقلاب وزارت امور خارجه آمریکا، وزارت دفاع، سیا، شورای امنیت ملی و کاخ سفید هر کدام سیاست هایی متفاوت در مورد ایران را درست می دانستند. در خلا و تنش های بوروکراتیکی که پدیدار شد، سالیوان

تزلزل های شاه، بحران اقتصادی، چندانگی های سیاست آمریکا و قوت قلب روزافزون مخالفان شاه بالاخره عرصه را بر دولت آموزگار تنگ کرد. با آن که او نزدیک به ۱۵ سال برای رسیدن به مقام صدارت به انحاء مختلف کوشیده بود، دوران نخست وزیری اش ۱۵ ماه دوم نیاورد. شاه در پاسخ به تاریخ می نویسد که در برکناری آموزگار عجله کرد. می گوید باید به دولت او مجال بیشتری می داد. در هر حال، شاه بر آن شد که دولت "آشتی ملی" را جانشین دولت آموزگار کند و شگفت این که جعفر شریف امامی را برای این امر مهم برگزید. انتخابی سخت غریب بود. نه تنها شریف امامی سال ها ریاست مجلس سنا را در انحصار داشت و ریاست بنیاد پهلوی، از بدو تأسیسش با او بود، و در دوران ریاستش این بنیاد فعالیت خود را عملا به همه عرصه های اقتصاد ایران گسترانده بود، بلکه سوی ریاستش بر لژی های ماسونی در زمینه اقتصادی هم شخصا شهرتی سوء داشت. به علاوه در سال ۱۹۶۱ (۱۳۴۰) وقتی اقتصاد ایران و رژیم شاه بحران زده بود، شریف امامی برای مدتی نخست وزیر شد و آن بار هم نه تنها به حل بحران کمکی نکرد بلکه ابعاد آن را فزونی بخشید.

سفارت آمریکا در ایران - که البته از منتقدان شریف امامی بود - او را هم مسئول بدتر شدن بحران اقتصادی می دانست و هم می گفت او دست به چپاول بیت المال زده بود. از همان زمان بود که او را "آقای ۵ درصد" می گفتند چون شایع بود که از قراردادهای دولتی پنج درصد حق حساب می گیرد. در یک کلام، مشکل بتوان تصور کرد که در آن شرایط بحرانی سال ۱۹۷۸ (۱۳۵۷) کسی نامناسب تر از شریف امامی برای تشکیل کابینه "آشتی ملی" بود.

البته به رغم این سوابق منفی، شریف امامی در عین حال از چند امتیاز مهم هم برخوردار بود. شاید یکی از مهم ترین عواملی که به گزینش او کمک کرد این واقعیت بود که برخی از روحانیون، به ویژه آیت الله شریعتمداری او را جانشین مناسبی برای آموزگار می دانستند. البته به رغم این واقعیت که این روحانیون در پس پرده حمایت خود را از شریف امامی اعلان کردند، ولی به اقتضای فضای سیاسی حاکم هرگز جرأت نکردند به شکلی علنی حمایت خود را از او نشان دهند. به قول آیت الله شریعتمداری شرط "احتیاط" ایجاب می کرد که او "از هرگونه جانبداری از" شریف امامی احتراز کند. بعلاوه، از دیرباز این گمان وجود داشت که شریف امامی، به لحاظ نسب روحانی اش، با روحانیت هم روابطی نزدیک دارد. در عین حال او از طریق ازدواج با برخی از سران جبهه ملی، به ویژه خانواده معظمی، ارتباط پیدا کرده بود. شاید به همین خاطر بود که سفارت انگلیس هم از انتصاب او جانبداری می کرد. در روایت پارسنز، شریف امامی "شخصیتی محترم است که زمانی نخست وزیر بود و از اعتبار مذهبی خدشه ناپذیری برخوردار است."

ادامه دارد...

این فرصت را پیدا کرد که گاه نظرات خود را چون سیاست آمریکا جا بزند. برژینسکی طرفدار این بود که شاه با استفاده از ارتش و نیروهای انتظامی، امنیت را با "مشتی آهنین" برقرار کند و آن گاه از موضع قدرت امتیازهایی به مخالفان بدهد. در مقابل وزارت امور خارجه و به ویژه سایروس ونس (وزیر امور خارجه وقت) تأکید داشت که شاه باید سیاست فضای باز را ادامه و حتی گسترش دهد. در آن روزها هنری پرت مستول دفتر ایران در وزارت امور خارجه آمریکا بود. از سویی روابطی سخت پر تنش با گری سیک مسئول دایره ایران در کاخ سفید داشت. پرت از هواداران پروپا قرص سیاست های درهای باز بود. شاه او را خصم خود می دانست. می گفت "این مادرسگ از هواداران مک گاورن" - کاندیدای ناکام حزب دمکرات آمریکا برای ریاست جمهوری در سال ۱۹۷۲ (۱۳۵۱) - بود - و یکی از عوامل اصلی سردرگمی در سیاست خارجی آمریکا در ایران است. کاتر هم دایم میان این گرایشات گونه گون در دولت خود نوسان می کرد و زمانی شاه را به زبانی بی پروا به عنوان رهبری داهی می ستود و زمانی دیگر تسلیم نظرات ونس می شد. به علاوه، این واقعیت که سالیوان، آنچنان که خود ادعا داشت، هیچ چیز درباره ایران نمی دانست، هنگام بروز بحران برای ایران فرجامی فاجعه آمیز داشت. شاه هم، به تاسی از روحیات روانی و حالات مزاجی بیمارش در آن روزها، از افراطی به تفریطی می رفت. انگار تنها کسی که در آن ماه ها سیاستی ثابت را دنبال می کرد، آیت الله خمینی بود. می دانست که مردم ایران طالب دموکراسی هستند. دریافت بود که آمریکا هم در صورت پیدایش شرایط مناسب، مایل است با گذاری دموکراتیک در ایران همسو شود. به همین خاطر در روزهایی که در پاریس بود آیت الله خمینی از خود چهره ای دموکراتیک بر ساخت. سالیوان هم به لحاظ بی خبری اش از تاریخ تشیع، و نیز به خاطر آن چه از طرفداران جبهه ملی و نهضت آزادی در ایران شنیده بود، به این نتیجه رسید که طرفداران آیت الله خمینی منادی گذاری دموکراتیک اند. به کاخ سفید توصیه کرد که با آیت الله خمینی در پاریس وارد مذاکره شوند و در تهران هم خود مذاکره با طرفداران آیت الله را آغاز کرد. به قول کاتر، سالیوان "عنان پاره کرد" وقتی خبردار شد که "دولت آمریکا از طریق فرانسوی ها" با آیت الله خمینی وارد مذاکره شده، و "نه مستقیما، آنچنان که او توصیه کرده بود."



جعفر شریف امامی

اجاره بیسمنت - ریچموند هیل

Bayview/Major Mac

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

اجاره در داون تاون ریچموند هیل

اجاره اتاق‌های مبله با کلیه امکانات رفاهی نودر
ساختمان‌های بازسازی شده برای دانش‌آموزان
و دانشجویان نزدیک خیابان یانگ و ایستگاه
اتوبوس و مرکز خرید ایرانی
تلفن: ۴۱۶-۷۲۷۴-۲۲۱-۲۱۶
و یا ارسال پیام به:
تلفن موبایل: ۶۴۷-۲۸۸۰-۸۹۶

اجاره

Bayview/Majormac

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

Business for Sale

Silkscreen Printing

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

اجاره بیسمنت

Aurora

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

تدریس ریاضیات

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

Beauty Saloon For Sale

Beauty Saloon For Sale
At Steeles and Dufferin

Call Victoria:
647-280-0007

استخدام

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

توجه
ترجمه فوری توجه
(ATIO Member)

ترجمه

کلیه اسناد رسمی

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

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

طلاق و ازدواج شرعی و کانادایی

توسط وکلای رسمی دادگستری کانادا و پایه یک ایران

416-850-6455

محضر رسمی تورنتو

و با همکاری وکلای رسمی دادگاههای اتاریو کانادا و ایران

. تنظیم و تأیید رسمی دعوتنامه . گواهی امضاء . وصیتنامه

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

. اجازه خروج مکرر . تنظیم، تایپ و تأیید وکلانامه

10087 Yonge St. Richmond Hill

\$69

Per Month

شنبه هر هفته همراه با

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

۱۰٪ تخفیف

برای ثبت نام در
Farsi Summer
School



مدرس فارسی بچه های ایران

دو قلب ریچموند هیل

RWS Farsi Credit Courses
Grades 9-10-11-12
University Level

امکانات برتر

آموزش بهتر

کلاسهای
کم جمعیت

10087 Yonge St. Richmond Hill Tel: 416-221-7274

مهر

افکار شما اکنون همه جا در حال پرواز هستند، اما الان سخت است که بخواهید بر روی یک کدام از موضوعاتی که به آنها فکر می کنید تمرکز کنید تا آن را به واقعیت تبدیل کنید. اگر بخواهید آنها را به سختی جلو ببرید زمان شما تمام خواهد شد. خوش بینی شما امروز به کمک شما خواهد آمد و شما باید قادر باشید تا دوباره به جلو حرکت کنید، و شما نباید کارها را با شتابی بیش از آنچه که در کار معمول است انجام دهید.

آبان

داوری شما درباره خودتان امروز زیاد زننده و ناگوار نیست، در حقیقت احتمال دارد که گامی آزمایشی بردارید برای فهمیدن اینکه اخیراً کاری را عالی به اتمام رسانده‌اید، اگر چه آن طوری که شما انتظار داشتید نتیجه نداده است. شما اکنون قادرید که آن بخش پرورش یافته وجود خود را به نمایش بگذارید، بنابراین با حمایت خود از آنهایی که دوستان شما دارید حمایت کنید.

آذر

شما امروز از احتیاط خود ناامید می شوید، به خاطر اینکه مجبور می شوید بیش از آنچه که می خواهید خود را در یک موقعیت از اختیارات و تصمیم گیری ها قرار دهید. اگر سیاست شما مفید بود، قادر خواهید بود که استراحت کنید و اجازه دهید که امور در محل کارتان راه خود را بروند. اما اگر کنترل کردن نتایج مثنی در پی نداشت، هنوز ایده خوبی است که به عقب بازگردید و اجازه دهید دیگری این تغییرات را ایجاد کند.

دی

احتمالاً شما چشم های خود را به اوج اهدافتان دوخته اید، اما اگر توجه نکنید که پائین را کجا می گذارید ممکن است بلغزید و بیفتید. شما باید چشم انداز خود را تعیین کنید و آن را به واقعیت تبدیل کنید که آنها باید اینجا و اکنون وجود داشته باشد. اما این می تواند فریبنده باشد اما ممکن است ذهن شما برای آینده بسیار سرگردان باشد و شما مایل نباشید که در لحظه حال باشید. به یاد داشته باشید، چیز اشتباهی در رویاپردازی نیست اما فقط تا زمانی که هوشیاری خود را به آنچه که در جلو روی شما واقعیت دارد بازگردانید.

بهمن

احتمال دارد اولین بخش از روزتان را صرف کوشش کردن برای کنار آمدن با شرایط اخیر کنید، مخصوصاً زمانیکه پیچیدگی و بحران شدیدتر می شود. اما شما آرزوی سادگی را ندارید؛ شما به آن توجه نمی کنید تا زمانیکه اتفاقات زیادی بیفتد، سعی کنید آن کارهایی را که باید انجام دهید مشخص کنید. خوشبختانه، همچنانکه روز پیش می رود راه شما آشکار خواهد شد و ناگهان شما می فهمید که کجا باید بروید، پس زمان را هدر ندهید.

اسفند

ممکن است امروز احساس کنید که به اندازه کافی موثر و فعال نبوده اید یا اینکه کاری را اشتباهی انجام داده اید. اما مایل نیستید که همیشه در راه اشتباهی قرار داشته باشید؛ این تنها راهی است که باعث می شود شما احساسی ناخوشایند داشته باشید به خاطر اینکه شما معمولاً می خواهید که راه خود را از میان یک موقعیت انتخاب کنید و به جای اینکه راه عقلانی آن را برگزینید احساسی انتخاب می کنید. زیاد در رابطه با آن فکر نکنید؛ فقط با همین شیوه ای که الان در پیش گرفته اید راه را ادامه دهید. به زودی تغییرات خوبی در زندگیتان بوجود خواهد آمد.

فروردین

ممکن است امروز بتوانید موقعیتی مناسب برای برتری و موفقیت بوجود بیاورید. همچنین شما می دانید که این بخشی از یک نتیجه بزرگتر است که برای زمانی با شما خواهد بود و برای این مشکل راه حل آسانی وجود ندارد. نتیجه گیری های شما درباره کارتان نگرانی هایی را ایجاد می کنند. زیرکانه ترین سیاست شما الان این است که مشغولیت های خود را کمتر کنید؛ به خاطر اینکه یکباره می بینید که در یک تعارض قرار می گیرید و حتی اگر برنده باشید باعث می شود بازنده شوید.

اردیبهشت

اکنون نیازی نیست که به سمت کارهای خود هجوم ببرید و بخواهید با عجله کارها را انجام دهید، به خاطر اینکه زمان کافی برای انجام آنها خواهید داشت، اگرچه شما چیزهای مفیدی برای یادگیری دارید، و سوسه کننده است که آسان ترین راه را انتخاب کنید. درباره تصمیماتی که باید بگیرید به مقدار کافی فکر کنید. به خاطر اینکه نتیجه کارهای شما بیشتر از آنچه که شما فکر می کنید روی شما تاثیر خواهد داشت.

خرداد

شما تا به حال بسیار مراقب بودید تا کاری را انجام دهید که از شما انتظار می رفت. اما اکنون زمان تفریح و گردش در زندگی شما فرا رسیده، حتی اگر وظایفی دارید که باید برای اینکه لذت خود را بدست بیاورید آنها را انجام دهید. امروز اگر توجه و تمرکز کافی بر روی کاری که انجام می دهید داشته باشید می توانید بسیار مفید واقع شوید و اگر بتوانید کارهایتان را امروز زود انجام دهید بعداً ظهر زمان کافی برای تفریح و خوشی خواهید داشت.

تیر

شما احتمالاً قادرید که بحرانی که در حال وجود آمدن است را احساس کنید، حتی اگر آنها در ظاهر خوب و عالی بنظر برسند. با وجود اینکه شما بهترین کاری که می توانید را می کنید تا از آن پیشگیری کنید، اما این یک آزمایش نهایی است. همچنانکه مسئولیت شما می تواند راه ناپدید شده زندگی شما را مشخص کند. امروز زیاد به خود مغرور نشوید که ممکن است این اتفاق خوشایند برایتان نیفتد. در عوض، به آنها به عنوان بخشی از یک تغییر طولانی مدت در جریانات زندگی تان نگاه کنید.

مرداد

زندگی احتمالاً امروز گیج کننده به نظر برسد، اما این اوضاع آن قدر طولانی نخواهد بود تا بتواند کارهای شما را زیاد تحت تاثیر قرار دهد. در اواخر روز، به هر حال، ممکن است احساس کنید کمی گیج شده اید، حتی اگر شما فقط درباره آنچه که باید فردا انجام دهید فکر می کنید. اجازه ندهید فکر کردن به اینکه چقدر کار برای انجام دادن دارید شما را از پا درآورد و پریشان شوید. نگرانی های شما بسیار بدتر از حقیقت است. فقط آن کاری را بکنید که می توانید و مطمئن باشید که در هفته آینده اوضاع آرام خواهد شد و به آرامش خواهید رسید.

شهریور

شما تمام تلاش تان را برای کنار آمدن و تحمل کردن همه شرایط انجام داده اید و اکنون احساس می کنید که در رابطه با ناتوانی خود برای انجام دادن همه کارها در آستانه سقوط هستید. به نظر می رسد نوسانات در راه دیگری هستند و شما مشتاقانه منتظر رد شدن از آن هستید، حتی به سرعت برای انجام دادن کارهای بی شمار آماده می شوید. اکنون اولویت بخشی به کارهایتان بسیار مهم است. شما همیشه می توانید به عقب باز گردید و شکست خود را جبران کرده و آن را بعدها انجام دهید.



Hamid Auto Service Inc.

تعمیرگاه، صافکاری و نقاشی در ریچموند هیل

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

بدون وقت قبلی

در طول مدت تعمیر، اتومبیل اجاره ای در اختیار شما قرار می گیرد

با انجام هر گونه تعمیرات، بکسل خدمات تویینگ و جاده ای رایگان میگیرد

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

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

Visa MasterCard

Tel: 416.967.1616
1.877.967.1616



شرکت فضای سبز طاهر

۲۰+ سال تجربه

+ 20 Years Experience

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

مشورت و برآورد قیمت مجانی میباشد

کلیه کارهای ما با گارانتی و بیمه همراه است

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

خشکشویی و تعمیرات البسه

PLUS 1 CLEANERS

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

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

تمام فیمتیا با ارائه این آگهی تضمین شده است

یاک بالاز از میجر مکنزی
روبروی No Frills جنوب سوپر هفت سین

36 Levendale Road, Richmond Hill, L4C 4H2

Edna Mills	Yonge
36 Levendale	
Major Mackenzie	

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

قانون‌های این بازی شامل ۴ شرط اصلی و ساده است:

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

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

چطور جدول سودوکو را حل کنیم؟

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



سخت

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

۶۶۲



متوسط

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

۶۶۳



آسان

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

۶۶۰

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

۶۶۵

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

۶۶۲

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

۶۶۱

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

۶۵۸

پاسخ

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

۶۵۶

پاسخ

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

۶۵۴

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

۶۵۹

پاسخ

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

پاسخ

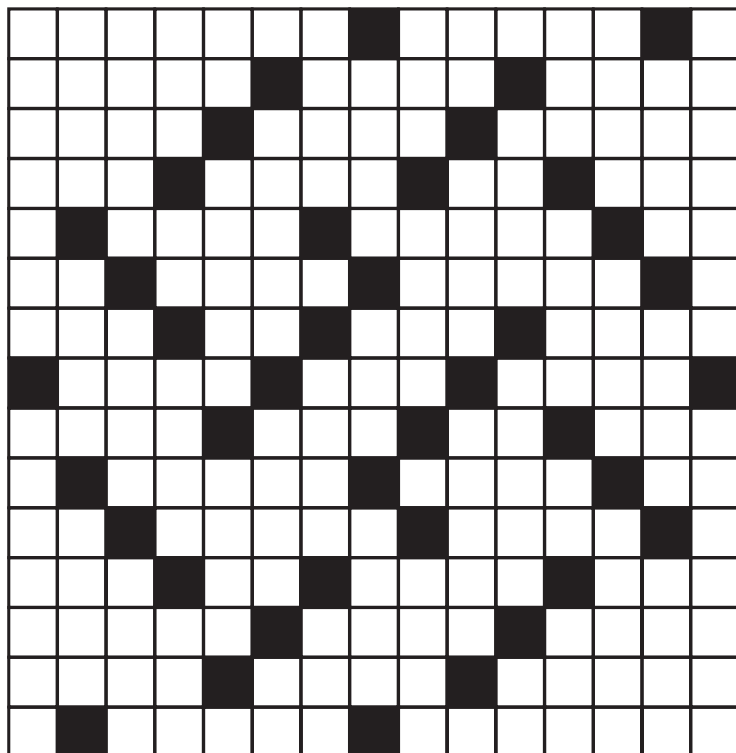
5	8	2	6	7	3	1	9	4
6	7	1	5	9	4	2	8	3
3	4	9	8	1	2	5	6	7
7	5	4	2	8	6	3	1	9
8	9	6	7	3	1	4	5	2
1	2	3	4	5	9	6	7	8
2	1	5	9	4	8	7	3	6
4	3	8	1	6	7	9	2	5
9	6	7	3	2	5	8	4	1

۶۵۵

جدول

شماره ۱۲۸۰ - الف

۱۵ ۱۴ ۱۳ ۱۲ ۱۱ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱



افقی

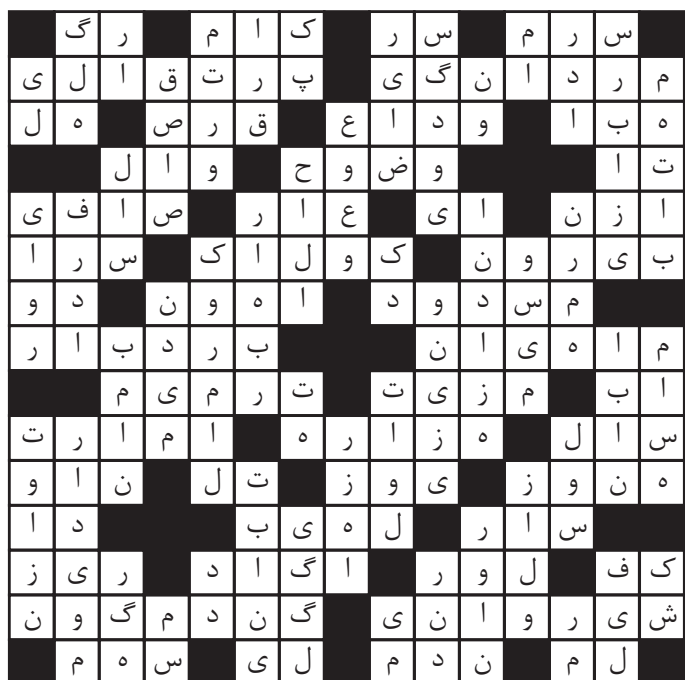
- ۱- امکنه - طرفدار اصلاحات
- ۲- پاکیزه - قابله - مادر سازها لقب گرفته
- ۳- راهی - جاوید - روش کار
- ۴- از حروف الفبای فارسی - تکیه دادن - مملکت - خاک گور
- ۵- از هالوژن‌ها - از شهرهای استان فارس - رام
- ۶- سواری می‌دهد - یار همیشگی کره بر سر میز صبحانه - ضمیر سوم شخص مفرد
- ۷- جذاب - روح و روان - علامت جمع فارسی - سرپرست
- ۸- بدهکار - مخفف دامن - از سیاستمداران هندی
- ۹- سرزمین هفتاد و دو ملت - نواخت - در معدن دنبال آن می‌گردند - وسط
- ۱۰- از فلزات - همیشه و دایم - کمک‌رسانی
- ۱۱- خواری و مذلت - حالت آشفتگی - وحشی
- ۱۲- روکار ساختمان - پنبه زده شده که آن را باریک پیچیده باشند - همسایه تهران - دالان و سرسرا
- ۱۳- قبل از کاوس می‌آید - حرف بیپه‌وده - سرسرا
- ۱۴- دودلی - باز شدن لب به شادی و خوشحالی - تکیه کلام درویش
- ۱۵- همسان - ماه روزه

عمودی

- ۱- نویسنده بلژیکی خالق اثر موریانه‌ها و زنبور عسل - نویسنده آمریکایی مرد پیر و دریا
- ۲- جمع ماده - پیامبری در شکم ماهی - جای عبادت
- ۳- روزها - مقصود - وسیله شستن دست و صورت
- ۴- ابر باران‌زا - نمایش - مرد روحانی زرتشتی - نوبت بازی
- ۵- نیست شدن - خداوند - پسوند شباهت
- ۶- اندک - رواج‌دهنده - در صنعت نفت ایران نام آشنایی است
- ۷- مردم - دایر - دویدن
- ۸- آمیخته شدن - پلنگ - بی‌حرکی
- ۹- آسایش - معشوق - ضایع شدن
- ۱۰- پرگار - برابر - قصد و اراده
- ۱۱- نوعی موسیقی - عابد نصاری - برقرار
- ۱۲- مخفف امیر - نت ششم - شیر درنده - کلمه پرسش
- ۱۳- کمک سیاهرگ - ورودی معده
- ۱۴- شریف قوم - صبر زرد - به معنی دوران یا عهد و زمان
- ۱۵- نویسنده نامدار روس و خالق رمان جنگ و صلح - سازنده اثر موسیقایی و ماندگار مرغ سحر با نام کوچک مرتضی‌خان

پاسخ شماره ۱۲۷۹ - الف

۱۵ ۱۴ ۱۳ ۱۲ ۱۱ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱



کلیه خدمات

لوله کشی و تاسیسات

Drain - Heating - Cooling

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

لوله‌کشی گاز و نصب کباب‌پز BBQ

نصب لوله‌های Floor Heating، کانال‌کشی هوا

نصب و تعمیر انواع فرنس، بویلر، آبگرمکن، شومینه

تشخیص، رفع ترکیدگی و گرفتگی لوله‌های آب و فاضلاب

مهدی - Florimed Plumbing

416.875.5484

جدول

افقی

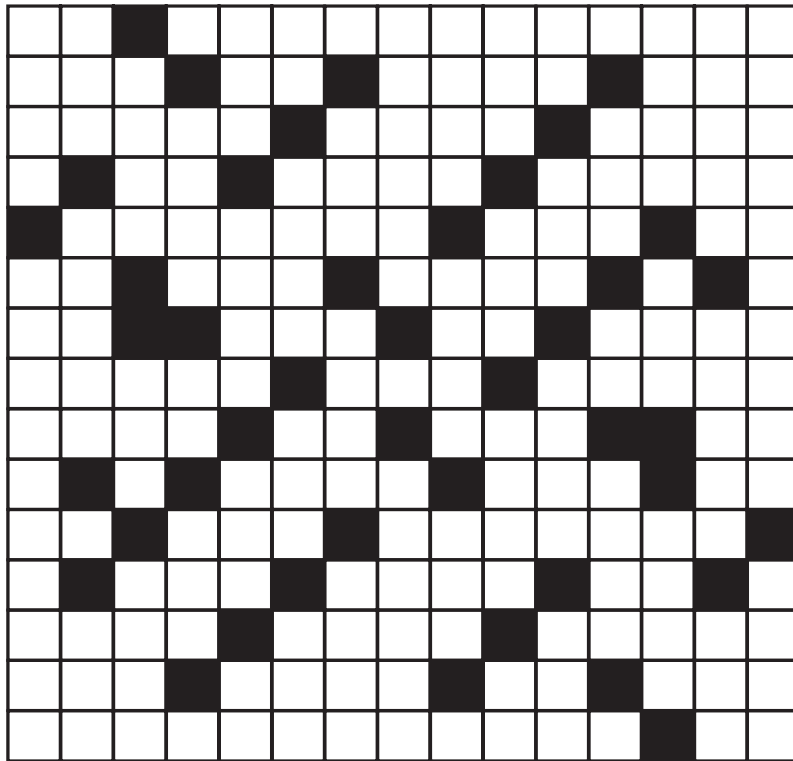
- ۱- موسسه فرهنگی وابسته به سازمان ملل متحد - مایه زنده بودن
- ۲- از اعداد ترتیبی - منفرد - حرف انتخاب - پرستار
- ۳- آسمان گاهی چنین است - فریاد تشویق - گله کردن
- ۴- کاسنی - سود و فایده - جنس مذکر
- ۵- کوشش - درخت همیشه سبز - ناشکری
- ۶- آتشدان - ماه تابستان - ویتامین انعقاد خون
- ۷- دراز شده - پژمرده - پدر بزرگ - مادر عربی
- ۸- جای گل - بلدرچین - مناظر
- ۹- ضمیر غایب - خیال - طایفه - جای سکونت
- ۱۰- چوب خوشبو - رئیس ایل - نشانی
- ۱۱- از دوران‌های زمین‌شناسی - کشت بدون استفاده از آبیاری - چهره
- ۱۲- ساز شاکي - کالای تجملی - تک و تنها
- ۱۳- خیابانی قدیمی در تهران - سریعتر - مهمترین شعبه نژاد سفید
- ۱۴- راه میان دو کوه - تکان و جنبش - مخلوق - آتش
- ۱۵- فلز سرخ‌رنگ - لقب ابومسلم

عمودی

- ۱- پیروان ابومسلم خراسانی - از غلات
- ۲- باز نشده است - آهنگ - رود مرزی
- ۳- از سنگ‌های گرانبها - روش - می‌گویند بر هر درد بی‌درمان دواست
- ۴- خشک - بنیاد - باخبر
- ۵- گوشت ترکی - قلعه حکومتی - خرامان - گشایش
- ۶- مادر - حرکت کرم‌وار - استارت ماشین‌های قدیمی - شماره ویژه
- ۷- خدای هود - آیین‌ها - بانگ
- ۸- برعکس - شکست و فروتنی
- ۹- تقلید - نشانه و نمود - بعضی‌ها دنبال آن می‌گردند
- ۱۰- عدد ماه - وجود - لقب اروپایی - ننگ
- ۱۱- حرف آرزو - خبر - شمشیر عرب - ضمیر جمع
- ۱۲- درخت سدر - گریختن - نزاع و جدال
- ۱۳- کال - نام - راضی کردن
- ۱۴- پاسخ مثبت - یکی‌یکی - هذیان
- ۱۵- باز نیست - از صفات مذموم

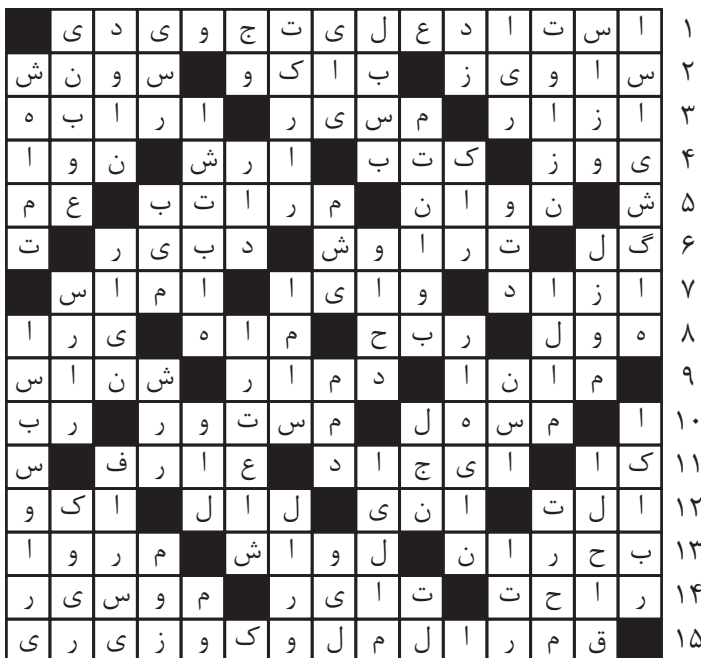
شماره ۱۲۸۰ - ب

۱۵ ۱۴ ۱۳ ۱۲ ۱۱ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱



پاسخ شماره ۱۲۷۹ - ب

۱۵ ۱۴ ۱۳ ۱۲ ۱۱ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱



دبیرستان انتگرال

INTEGRAL HIGH SCHOOL

تدریس خصوصی (دبیرستان و دانشگاه)

کردیت کورس‌های دبیرستانی

323 Cummer Ave, North York, ON M2M 2E8

— 416.497.3107 —



تلفن های مشاغل در تورنتو

تلفن های ضروری

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

آژانس مسافرتی

416-546-8906	تراول ساپورت
416-730-8687	رهتورز (آژانس و تور مسافرتی)
416-221-2792	اطلس
416-224-9931	اسکای لارک
416-223-1441	سان شاین تورز
416-225-5509	یونایتد
905-597-9224	سیمرغ
416-830-4554	محسن امیدزاد

آموزش تحصیلی

416-875-0909	البرز
416-221-2111	دبیرستان RWS (صبحی)
416-843-3387	مدرسه فارسی تورنتو
416-871-1910	مرکز فرهنگی نور
905-737-8282	Advanced Academy
647-274-3050	دبیرستان Toronto Academy
416-221-2111	دبیرستان و هنرستان صبحی
416-497-3107	فاطمی زاده
416-590-9479	مدرسه فارسی سینا
416-497-3107	دبیرستان انتگرال

آموزش راندگی

416-873-0084	آریا
416-897-6665	کیان

آموزش موسیقی

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

آموزش نقاشی

416-221-2111	آکادمی هنر صبحی
--------------	-----------------

اتومبیل - خرید و فروش، صافکاری

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

Tehran Auto (بهرروز) - تعمیرگاه

اتومبیل - کرایه

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

املاک، مسکن

416-804-0124	احسان صابری
416-400-1239	امید مصطفوی
416-841-9160	افشین بهرام شاهی
647-800-7005	آرمین (Casalova Realty)
416-318-7878	الهه اردستانی
647-808-3450	کامران انواری
416-873-6477	آرمین یوسفی
416-704-6049	پیمان رنجبر
416-709-6008	حامد امیران
416-495-2368	پویان مقتدر
416-315-8596	حمید لواسانی
416-720-1020	رضا خادم
647-994-7073	آزاده پاینده
905-731-2000	پاسارگاد
416-570-9773	علیرضا بساق زاده
647-466-4994	فتانه حمصی
416-904-9571	علی (ابوالقاسم) عسگری
416-817-7756	مهشید مدیرنیا (وام)
416-223-8885	حسین علی نژاد
416-648-8048	میترا نائینی

بازرسی ساختمان

416-830-3347	افشین افتخاری
416-888-7972	نورالدین حقیری
416-722-3452	حسن نصر
647-669-0639	منوچهر ترکمنی
416-890-8091	محمد باقر پور

بازسازی و تعمیرات ساختمانی

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

بیمه و سرمایه گذاری

647-965-1346	رز ابری (انواع بیمه فردی و مسافرتی)
416-829-7877	آقازاده، سیروس (انواع بیمه)
416-816-1010	بینش، شهرام (بیمه اتومبیل)
647-606-9794	امیر کرمی
416-584-7070	پویا جواد
416-877-8430	مهشید سلیمانپور
416-576-7766	خداپرست، نادر
416-558-2138	رحیمیان، محمد
416-418-8587	سیروسی، رامین

هوتن قره باغی

فرناز رستمی FSB Group

قره باغی-هوتن

برق و صنعتی

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

ترجمه

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

پزشکان خانوادگی و متخصص

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

دندانپزشکان

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

دامپزشک

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

داروخانه

416-733-7999	داروخانه کیو (Q)
416-224-0003	داروخانه سینا (شعبه Finch غربی)
416-223-6991	داروخانه سینا (شعبه یانگ و ۴۰۱)

تاسیسات - دستگاه های سرمایی، گرمایی

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

تدریس خصوصی

(416) 450 8223	کلیه دروس
----------------	-----------

تعمیرات اتومبیل

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

تلفن های مشاغل در تورنتو

محضر

416-850-6455 محضر رسمی تورنتو

مکانیک

905-883-1118 ویگن

وام

416-779-0706 بابک اسلامی

416-939-3769 کامران اعتصام

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

416-704-7044 امید جلیلی

416-566-2444 سعید آرم

416-356-6310 سام انصاری

416-558-8990 علی شریف اصفهانی

416-710-9391 رثوف قدر دوست

416-831-3124 زهرا علوی

416-975-3875 سحر یویش

647-622-0111 رعنا زوال

416-571-4045 رویا روستا

416-648-3064 بابک فتوحی

416-454-6274 نازی واقف

647-546-4042 نیوشا نوری زاده

416-856-7950 بهنوش شفیعی (مسکن TD)

416-888-6753 افشین نژاددهقان

416-553-3394 مجید حبیبی

416-704-9292 مریم اکبری

416-722-8069 حسین طباطبایی

وکالت - مهاجرت - تصادفات

416-777-2244 #720 رز بهرامی

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

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

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

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

647-777-1443 # پروین صادقی (مهاجرت)

647-965-3867 علیرضا درستکار (مهاجرت)

416-871-4896 Top Immigration

416-224-2829 Gateway

416-666-6012 دکتر عابدی

416-733-4050 کامران نقوی

647-297-9723 ندا نظری (تصادفات)

416-835-2009 موری فرجی (تصادفات)

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

هتل و مهمانسرا

416-540-2379 اسکان کانادا

طبیعی درمانی

416-779-7901 مهبیز آزاد

647-222-6568 هنری مساوات

416-492-2111 محسن رضوی

رستوران

905-597-1188 پارسی

416-595-9988 خانه کوچک کباب

416-445-1777 دربند (اولین رستوران ۲۴ ساعته ایرانی)

ساندویچ فروشی

905-597-1188 پارسی

سونوگرافی - ایکس ری

416-223-6500 شپرد و ریچموند هیل (دوشعبه ایرانی)

فروش و موکت

416-858-9491 فرش شوئی مازیک

فروشگاه خوار و بار

416-590-1234 ارزان

905-773-2323 سوپرمدنی

قنادی و بیکری

416-510-1050 شیرینی سرا

416-223-5551 گل سرخ

کابینت سازی

416-661-5101 Legend Kitchen

647-262-7551 Top Kitchen

کامپیوتر

416-226-6939 ادونس کامپیوتر

416-731-9300 PC Laptop Wireless

647-500-8003 نوٹ بوک بهمن

416-854-0192 Apple MacBook Setup

کمک به سالمندان

416-628-8545 AceHomeCare.ca

کیتربگ

647-466-3845 کدبانو

لوازم یدکی اتومبیل

416-292-7001 دلتا - لوازم یدکی نو

لوله کشی

416-661-9393 احمد

416-876-6679 رضا

416-880-3680 میلاد

416-708-4073 لوله کشی محسن

ماهواره , WEB Design

647-669-7001 ماهواره

416-490-9009 Web

مالی و ورکشکستگی

416-407-1119 جمشید عامری

تعمیرات لوازم منزل

905-508-4111 الکترونیک

905-884-7227

جواهری

647-554-8000 آنتیک

چاپخانه

416-903-6060 Candoo

416-676-9-676 خردمند

حسابداری

416-841-6706 آرت

905-59-777-59 ایده آل

647-848-1855 آشنا

647-606-9794 امیر کرمی (Financial Planning)

416-223-7272 آرش حسامی (حسابدار رسمی)

416-225-6600 پویا (عزت زنگنه)

416-823-5727 جاهد

289-597-8880 شایان

905-709-0880 شفقت

416-857-1681 یعقوب نصری (Jacob)

416-317-3003 هارمونیک

416-223-3336 نشنال (غایبی)

416-844-6634 متین

416-505-0055 یارخانی، بهروز

حمل و نقل بین المللی

416-590-8989 FSI (چایچی)

خیاطی و خشک شویی

437-224-1811 افروز (خیاطی و خشک شویی)

صرافی و حواله پول

416-356-6666 اکسپرس

647-202-1318 اکسچنج

416-224-0000 ارگ

416-616-8585 بهمنی

416-731-9797 پاک سیما

416-229-0000 پرسپولیس

416-300-1070 تورنتو

905-237-9050 سرمایه

416-542-1111 لومیر (اسماعیل هناره)

416-830-6500 ملل

416-640-9949 ملی

905-597-8787 نیویورک

416-300-1070 یزدانپرست

وب سایت بدردنخور والکی

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

وب سایت حرفه‌ای و کارآ

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

نه تماس بگیرید:

000.000.0000

you@donot.contact

با ما تماس بگیرید:

647.674.4048

info@IranStar.com

