

هفته

سال یازدهم - پنجشنبه / ۱۱ اردیبهشت ۱۳۹۹ / ۳۰ آوریل ۲۰۲۰

۵۸۱

بها: ۲,۵ دلار / در موترال رایگان

www.hafteh.ca

به دلیل محدودیت‌های حاصل از شیوع ویروس کرونا این شماره «هفته» فقط به شکل الکترونیک موجود است

یک روز یک پرستار در خط مقدم مبارزه با کرونا
گفت‌وگو با مریم پور تنگستانی:
با تجهیزات کافی مرگ و میر به مراتب کمتر می‌شد





MARCHÉ ARIYA

فروشگاه آریا

فروشگاه آریا عرضه کننده بهترین مواد غذایی شرقی و غربی بایک دهه تجربه در خدمت شما مشتریان عزیز می باشد.

نانوایی پخت روزانه رستوران و کباب روی زغال خشکبار و تره باره سرویس قصابی گوشت حلال

پایین ترین قیمت بالاترین کیفیت

Tel: (450) 812-7369
www.marcheariya.com
3207 Boul. Taschereau
Greenfield Park, QC
J4V 2H4

رضایت شما اولویت ماست

از ۹ صبح تا ۹ شب، ۷ روز هفته

Clinique Dentaire Soleil

دکتر شریف نائینی

تخفیف ویژه برای
دانشجویان ۲۰٪ الی ۳۰٪
بیماران جدید ۱۰٪

Dr. Sharif Naeini

(514) 731 1443

5450, Ch. de la Côte-des-Neiges,
Suite 308, Montréal, QC, H3T 1Y6

Clinique Dentaire Soleil

www.cliniquedentairesoleil.com

info@cliniquedentairesoleil.com

به زودی:
450-926-2622
7801 bl Taschereau
local 2, Brossard, J4Y1A3
Brossard@cliniquedentairesoleil.com

مهاجرین عزیز

✓ آیامی دانید که خریداران نیازی به پرداخت پورسانت ندارند؟
هدیه ما به خریداران:
✓ ۱۱۰۰ دلار هزینه محضر
✓ اخذ وام برای مهاجرین با کمترین پیش پرداخت و بهره

پیش فروش آپارتمان در بهترین نقطه Downtown

West Island در خانه های اجاره ای

هر چهارشنبه مشاوره رایگان حضوری
تک نفره و چهار نفره در داون تاون و با وست ایلند

نکین خاکسار - نادر خاکسار

مشاور املاک

514 969 2492 هفت روز هفته مشاوره رایگان تلفنی





سماغر تدین

مشاور املاک مسکونی در مونترال بزرگ

Saghar.tadayon@remax-quebec.com
5143788620

RE/MAX Alliances
rue Beaubien Est 3299
Montréal, Québec, H1X 1G4
Ofc. : 514-374-4000
Fax : 514 374-6892

رویاها تحقق پذیرند...

مشاوره و کسب اطلاعات رایگان املاک مسکونی با قویترین بانک اطلاعاتی
فروش املاک مسکونی در کمترین زمان مناسب با بهره گیری از بازاریابی صحیح
ارزیابی، انالیز مناطق جهت خرید و پیش خرید
مشاوره و راهنمایی برای سرمایه گذاری املاک در مونترال بزرگ
ارائه بیمه های انحصاری شرکت ریمکس RE/MAX
Programme Tranquill.T, Intégri.T
Sécuri.T

Mortgage Advisor

CIBC Partnership Award 2019



مهرداد مرادخانی
کارشناس وام مسکن
514-834-8053
mehrdad.moradkhani@CIBC.com
mehrdad.cibc

خرید و فروش تخصصی ملک
دسترسی ویژه به پروژه های پیش خرید در سراسر مونترال

پروموشن کش بک وام و خرید تا سقف سه هزار دلار
برای مدت محدود با بهترین نرخ بهره و در
سریع ترین زمان و مکان مورد نظر شما
برای: تازه واردین، دانشجویان، خوداشتغال ها
خریداران منزل برای اولین بار، سرمایه گذاری

Real Estate Broker

AWARDED BROKER 2019 2020



مهندس مهدی انصاری
مشاور املاک
کارشناسی ارشد مهندسی عمران
از دانشگاه کتکوردیا
514-588-0609
www.mahdlansari.com
mehdi.ans.mtlbroker



آرزو گتمیری

مشاور املاک



- مشاوره تلفنی / حضوری و ارزیابی رایگان ملک شما
- خدمات ۱۰۰٪ رایگان برای خریداران تا پایان پروسه خرید حتی هزینه محضر
- همکاری با مشاورین بانک ها جهت دریافت وام مسکن
- شرایط مناسب برای تازه واردین بدون درآمد

Groupe Sutton-Sur L'île
38, Place du Commerce #280, Île Des Soeurs (Verdun), QC H3E 1T8
Bureau: (514) 769-7010

Cell: (514) 561-3-561

Arezou Gatmiri
Courtier Immobilier Résidentiel
arezougatmiri@gmail.com



مشاور املاک

Courtier immobilier agréé / Certified Real Estate Broker

- مشاور ارشد املاک در مونترال و حومه
- خرید و فروش املاک مسکونی، تجاری-صنعتی و کشاورزی
- تهیه انواع وام‌های مسکونی و تجاری
- تهیه وام برای تازه واردین به کانادا
- مشاوره در امور سرمایه‌گذاری در املاک در آمدزا
- خرید و فروش انواع بیزینس



با ۳۵ سال سابقه کسب و کار در کانادا و ۱۵ سال تخصص در مشاوره املاک
مونترال مسکونی-تجاری

فیروز همتیان

ارزیابی رایگان - تهیه وام مسکن

Cell: (514) 827-6364 Bur: (514) 364-3315
9515 Lasalle Boul. Lasalle, QC H8R2M9
fhemmatian@sutton.com

۱۰ به جای سخن هفته: شعری از هالف سایه، تقدیم به کادر پزشکی در مبارزه با کرونا / هوشنگ ابتهاج

۸ کانادا: لوگو، وزیر اول کبک اعلام کرد: مدارس کبک بازگشایی می‌شود / گروه خبر هفته

۱۴ مهاجرت: محبوبیت برنامه مهاجرتی تجربه‌داران کانادایی / معصومه علیمحمدی

۳۸ اقتصاد: مونرو: ۷۱ میلیارد کافی است / اخبار اقتصادی تا شنبه ۲۵ آوریل / بهراد رنجبری

۳۵ اقتصاد: فعالیت‌های مجرمانه و ارزش‌های دیجیتال / درباره بیت‌کوین و کریپتوکارنسی چه می‌دانیم؟ (۸) / هومن حسنی

۳۶ اقتصاد: میانگین متحرک، ابزاری برای شناسایی زمان خرید و فروش (قسمت دوم) / دانش سرمایه‌گذاری (۸) / علی ضیائی

۴۳ داستان: داستان کوتاه دیدار / نیلوفر احمدی

۴۴ آریانا داستان: داستان کوتاه: انتحاری مرد بود؟ / جمیله هاشمی

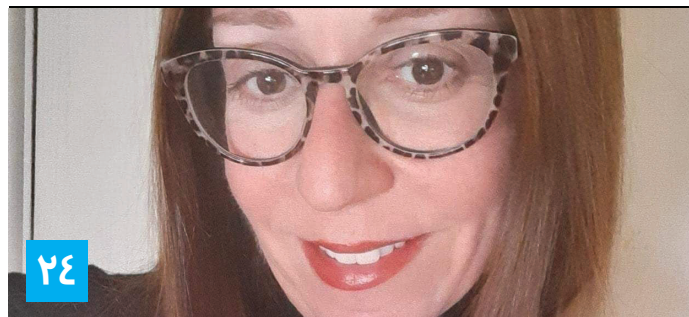
۴۸ سیاست: دگرگونی آب و هوا و دلگدانی درباری / ترامپ در کاخ سفید (۲۳) / علیرضا جباری

۵۲ آریانا: گذری بر مونترال در روزهای قرنطینه / حبیب عثمان

۵۴ معرفی کتاب: نگاهی به کتاب تاریخی اورنگ باختگان ایران / مهسا محبی

۵۶ سرگرمی و خانواده / هفته

۶۰ صفحه‌ای برای سرگرمی: سخن ستارگان / خاطره تحویل‌داری یکتا



۲۴

۲۴ گفت‌وگو

شیلا دعایی

ماندن در «گتو» فرهنگی خود، نتیجه‌اش جهل است
با خانم آنا پانتو، استاد زبان انگلیسی دانشگاه مک‌گیل



۱۲

۱۲ گزارش

گروه خبر هفته

دولت به نامه پزشکان ایرانی پاسخ داد؛
دکتر بشارتی: پاسخ دولت بی‌توجه به ضرورت‌های بحران همه‌گیری کروناست
بازتاب نامه پزشکان در رسانه‌های کانادا



۱۴

۱۴ سیاست

گروه خبر هفته

خانم آردرن، رهبری که کشورش را از شر کرونا خلاص کرد؟
در نیوزیلند چگونه گسترش کرونا را به صفر رسید

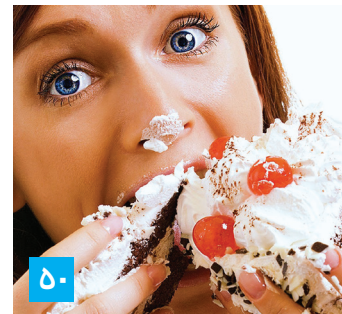


۴۰

۴۰ ادبیات؛ گفت‌وگو

فرشید سادات شریفی

در این محیط فرصت‌هایی مهیا شد
هم کلام با نیلوفر احمدی داستان‌نویس ساکن تورنتو



۵۰

۵۰ سلامت

ترانه ناظری

آیا شما هم اعتیاد غذایی دارید؟

1650 Maisonneuve
West Suite #201
Montreal QC, H3H 2P3
(514) 787-8848
www.hafteh.ca
info@hafteh.ca
news@hafteh.ca
ad@hafteh.ca
ISSN 1918-4379 HafteH

تعطیلات هفته در سال ۲۰۲۰ میلادی:
پنجشنبه ۲ ژانویه
پنجشنبه ۲۴ مارچ
پنجشنبه ۹ جولای
پنجشنبه ۱۵ اکتبر

ساعت کار دفتر هفته:
سه‌شنبه، چهارشنبه و پنجشنبه
از ۱۰ صبح تا ۳ بعد از ظهر

هفته - سال یازدهم - شماره ۵۷۹
پنجشنبه ۱۱ اردیبهشت ۱۳۹۹ / ۳۰ آوریل ۲۰۲۰
بها: ۲,۵ دلار / در مونترال رایگان
ناشر: مجله‌ی هفته
حق اشتراک سالانه: ۱۲۰ دلار
دانشجویی: ۶۰ دلار



صورت آواز مرغ است آن کلام / غافل است از حال مرغان مروخام

شعری از ه.الف سایه تقدیم به کادر پزشکی در مبارزه با کرونا

این همه راه آمدی
آری، بنشین خسته‌ای و حق داری
نفسی تازه کن
نمی‌دانم چند مانده است از شب دشوار
تا رسیدن هنوز باید رفت
کار سخت است و راه ناهموار



- هفته از همه علاقه‌مندان دعوت به همکاری می‌کند.
- برداشت مطلب با ذکر ماخذ آزاد است.
- لطفا مطالب خود را زیر هزار واژه (بر مبنای واژه‌شمار ورد) نگاه دارید.
- هفته در استفاده، ویرایش و کوتاه کردن مطالب‌های رسیده آزاد است.
- نوشته‌های فرستاده شده پس فرستاده نمی‌شوند.
- استفاده از طرح‌ها و آگهی‌های هفته نیاز به کسب اجازه دارد.
- درباره مضمون آگهی‌های منتشر شده، هیچ گونه مسئولیتی متوجه هفته نیست.

خبرهای محلی
ادبیات: فرشید سادات شریفی
اندیشه: رضا داودی
جامعه و فرهنگ: سجاد صاحبان‌زند
اقتصاد: بهراد رنجبری
پردیس گروه دانشجویی هفته: محمد کرمزاده،
امیر مولایی، عباس محرابیان، شهرزاد طباطبایی
با سپاس ویژه از همکاران این شماره:
نیلوفر احمدی، هومن حسنی، لاله رهبین، علی
ضیایی، مهسا محبی، و جمیله هاشمی

سردبیر: خسرو شمیرانی
ویراستار: تیم ویراستاری هفته
عکاس: مهناز زنجیرزنی
صفحه‌آرایی: آتلیه هفته
وبسایت: گروه آی.تی. هفته
افغانستان: نرگس هاشمی، حبیب عثمان
مهاجرت: معصومه علی محمدی
اخبار کبک و کانادا: گروه خبر هفته
اخبار جامعه افغان و ایرانی مونتال: گروه



پرورده هفته ۳۰ خسرو شمیرانی

یک روز یک پرستار در خط مقدم مبارزه با کرونا
گفت و گو با مریم پور تنگستانی:
با تجهیزات کافی مرگ و میر به مراتب کمتر می‌شد

گروه خبر و ترجمه هفته

مشروح خبرهای کبک و کانادا را به طور روزانه روی سایت هفته بخوانید www.hafteh.ca

لوگو، وزیر اول کبک اعلام کرد: مدارس کبک بازگشایی می‌شود

کنترل بماند، امکان بازگشت بچه‌ها به مدارس وجود دارد. وی افزود تصمیمی که دولت کبک در این زمینه گرفته بر پایه دیدگاه‌ها و توصیه‌های علمی است. وزیر اول کبک در عین حال مصونیت جمعی را از دلایل مد نظر دولتش برای بازگشایی مدارس عنوان نکرد. لوگو گفت: «ما مدارس خود را به دلایل اجتماعی و به این علت که اوضاع به ویژه در نظام درمانی استان تحت کنترل است، باز خواهیم کرد.» به گفته لوگو کلاس‌های درس نیز حداکثر شامل ۱۵ دانش‌آموز خواهد بود تا به این ترتیب فاصله دو متری دانش‌آموزان رعایت شود.

سر خواهند گرفت تا در حد امکان از شکل‌گیری موج دوم بیماری کووید ۱۹ در استان کبک جلوگیری شود. با این حال بازگشت به زندگی به ظاهر عادی در استان کبک زودتر از دو هفته دیگر و مشخصاً یازدهم مه اتفاق نخواهد افتاد. وانگهی همان‌گونه که فرانسوا لوگو چهارشنبه گذشته اعلام کرد خانواده‌ها مجبور نیستند فرزندان خود را برای به پایان رساندن سال تحصیلی به کلاس‌های درس بفرستند. وزیر اول کبک همچنین اعلام کرد مدارس متوسطه، کالج‌های عمومی و حرفه‌ای و دانشگاه‌های کبک قبل از پایان ماه اوت بازگشایی نخواهند شد. لوگو تأکید کرد اگر اوضاع همچنان تا ۱۹ ماه مه تحت



به گزارش هفته، به نقل از رادیو کانادا، فرانسوا لوگو وزیر اول استان کبک روز دوشنبه ۲۷ آوریل در کنفرانس مطبوعاتی خود درباره طرح برچیدن قرنطینه توضیحاتی داد در این طرح، نخست بازگشایی مدارس ابتدایی و مهد کودک‌ها پیش‌بینی شده و مدارس مقاطع بالاتر و موسسات آموزش عالی در مرحله بعدی فعالیت خود را از

می‌شود، باید در اولویت قرار داده شوند.» به گفته دکتر کشاورچی تا زمانی که واکسن کووید ۱۹ ساخته نشده و برای همه مردم قابل دسترسی نباشد، بیمارستان‌ها و مراکز درمانی همواره باید آمادگی آن را داشته باشند که با موج دوم احتمالی شیوع کووید ۱۹ روبرو شوند. در این مدت نیز هر بیماری که قرار است تحت عمل جراحی قرار گیرد، ابتدا باید تست کرونا بدهد. «ما باید به هر نحوی که شده ظرفیت‌ها و توانایی‌های خود را افزایش دهیم تا بتوانیم عقب افتادگی موجود را جبران کنیم و در عین حال آمادگی لازم را برای پذیرش بیماران جدید داشته باشیم.» (دکتر کشاورچی)



دکتر کشاورچی می‌گوید برای از سرگیری عمل‌های جراحی که «غیرفوری» تشخیص داده می‌شوند، باید شرایط متعددی فراهم کرد



بخش‌های جراحی بیمارستان‌ها در دوره پساکرونا به شدت شلوغ خواهد بود

صد هزار عمل جراحی به علت بحران همه‌گیری کووید ۱۹ در کانادا به تعویق افتاده است

به گزارش هفته، به نقل از رادیو کانادا، دکتر شاف کشاورچی جراح ارشد دانشگاه هلث تورونتو می‌گوید: «عمل‌های جراحی مرتبط با سرطان‌ها، عمل‌های قلب، پیوندها و دیگر عمل‌های حساس که زمان برای آن‌ها فاکتوری حیاتی محسوب

برآوردهای سی بی سی نیوز حاکی از آن است که نزدیک به یکصد هزار عمل جراحی «غیرفوری» در سرتاسر کانادا به علت بحران همه‌گیری کووید ۱۹ به تعویق افتاده است و جبران این عقب افتادگی برای بخش بهداشت و درمان کار آسانی نخواهد بود.

ارزیابی یکصد هزار عمل جراحی غیرفوری عقب افتاده در کانادا، بر مبنای اطلاعات و داده‌های وزارت‌های بهداشت استان‌ها و همچنین اطلاعات مرجعی که موسسه اطلاع‌رسانی بهداشت کانادا ارائه کرده، تهیه شده است.



DAVID BERGER
Avocat - Attorney
Immigration-Refugees-Citizenship

دیوید برگر

پنج دوره نماینده مجلس فدرال و سفیر سابق کانادا
عضو کانون وکلای کبک، مهاجرت - پناهندگی - شهروندی

- 🔴 تقاضای اقامت موقت و دائم، شامل ویزای دانشجویی، ملاقات، نیروی کار ماهر
- 🔴 تقاضای مهاجرت از طریق برنامه‌های تجاری و انسان‌دوستانه
- 🔴 تقاضای پناهندگی، فرجام درخواست‌های پناهندگی
- 🔴 بررسی حقوقی تقاضاهای ارائه شده به دادگاه فدرال کانادا و دادگاه عالی کبک
- 🔴 توجه خاص به نیازهای حقوقی مراجعه‌کننده

Tel: 514-284-1157 www.cilaw.ca david.berger@cilaw.ca
1980 Sherbrooke Street West, Suite 900-25, Montreal, Quebec H3H 1E8

بهداشت عمومی اناریو: برای دومین بار متوالی موارد جدید ابتلا به کووید ۱۹ در استان کاهش یافت



امسال به علت محدودیت‌های بحران کروناویروس و کاهش شدید سفرهای گردشگری بین‌المللی، تابستان بسیار سختی پیش رو دارد.

• گردشگری تجاری در مونترال به علت بحران کووید ۱۹ لطمه سختی متحمل شده و از آغاز اپیدمی کرونا تا کنون دست کم ۷۰ رویداد در این کلانشهر لغو شده است.

• یک زوج مونترالی که از اسپینایفیدا (شکاف مادرزاد مهره‌ها) رنج می‌بردند، بر اثر ابتلا به کووید ۱۹ در عرض یک هفته در یک مرکز مراقبت‌های درمانی درازمدت جان باختند.

• با توجه به کمبود ماسک‌های بهداشتی محافظتی، چندین شرکت کبکی به ساخت این کالا روی آورده‌اند.

پایانی هفته تثبیت شده و در تازه‌ترین به روز سازی آمار موسسه ملی بهداشت عمومی کبک تنها ۹ مبتلای جدید به کووید ۱۹ بستری شده‌اند.

• آژانس سلامت کانادا درباره مصرف کلروکین و هیدروکسی کلروکین بدون تجویز و نظارت پزشک هشدار داد.

• پیرایشکان در اناریو از این که پاداش ۴ دلار در ساعت که دولت برای کارکنان خط مقدم مبارزه با کووید ۱۹ اختصاص داده است، شامل حالشان نمی‌شود ابراز نارضایتی کردند.

• اجرای پروژه‌های نفتی ترانس مانتین و ال ان جی کانادا در استان آلبرتا به رغم بحران کووید ۱۹ ادامه دارد.

• صنعت گردشگری بریتیش کلمبیا اعلام کرد

به گزارش هفته به نقل از رادیو کانادا، برخی تحولات مهم مربوط به بحران کووید ۱۹ در کانادا در ۲۴ ساعت اخیر عبارتند از:

• بهداشت عمومی اناریو برای دومین بار متوالی از کاهش موارد جدید ابتلا به کووید ۱۹ در این استان خبر داد.

• دولت داگ فورد اعلام کرد مدارس دولتی استان اناریو دستکم تا سی و یکم ماه مه بسته خواهند ماند.

• بهداشت عمومی کبک اعلام کرد موارد بستری شدن مبتلایان به کووید ۱۹ در دو روز

قرنطینه و محدودیت‌های آن؛ چالشی جدی برای سلامت روانی نیمی از شهروندان کانادا



۱۰ درصد از کانادایی‌ها می‌گویند سلامت روانی آن‌ها به علت قرنطینه به شدت به هم ریخته است

• ۲۴ درصد به لحاظ روانی تحت تاثیر قرار گرفته‌اند

• ۱۶ درصد از نظر مالی دچار مشکل شده‌اند

• ۳۴ درصد به راحتی شرایط فعلی را مدیریت می‌کنند

اگر نتایج نظرسنجی را از نظر جغرافیایی بررسی

کنیم، در می‌یابیم که آلبرتا در هفته‌های اخیر بیشتر

از دیگر استان‌ها به علت قرنطینه دچار مشکل شده

است. ۳۲ درصد ساکنان این استان اذعان کردند که

«به شدت تحت تاثیر شرایط قرار گرفته‌اند» و این به

معنای آن است که هم سلامت روان و هم وضعیت مالی

آن‌ها آشکارا از شرایط فعلی لطمه خورده است. اما تنها

۲۰ درصد از کبکی‌ها اعلام کردند که «به شدت تحت

تاثیر شرایط قرار گرفته‌اند.»

جدید Angus Reid که صبح روز دوشنبه منتشر شد حاکی از آن است که وضعیت کنونی ناشی از بحران کروناویروس موجب «نگرانی» ۴۴ درصد از کانادایی‌ها و «اضطراب» ۴۱ درصد آن‌ها شده است.

۱۰ درصد از شرکت‌کنندگان در این نظرسنجی اذعان کردند که از زمان اجرای قرنطینه و محدودیت‌های آن سلامت روانی آن‌ها تا «اندازه زیادی» به هم ریخته است. یک سوم از ساکنان آلبرتا نیز اعلام کردند که شرایط آن‌ها «به شدت تحت تاثیر» قرنطینه قرار گرفته است اما فقط یک پنجم از ساکنان کبک چنین وضعیتی دارند. کانادایی‌ها و قرنطینه:

• ۲۶ درصد به شدت تحت تاثیر قرار گرفته‌اند

قرنطینه و عواقب منفی آن به ویژه از دست دادن کار، محروم شدن از تماس‌های اجتماعی و ابتلا به بیماری یا ترس از آن، سلامت روانی نیمی از شهروندان کانادایی را با چالشی سخت روبرو کرده است. پنجاه درصد از مردم کانادا اذعان کرده‌اند که تحمل قرنطینه برایشان سخت است.

به گزارش هفته، به نقل از رادیو کانادا، نتایج نظرسنجی



ExpertFX
Bureau de Change
Currency Exchange



ارائه خدمات ارزی:

- سریعترین و مطمئنترین روش انتقال ارز
- با استفاده از کارتهای شبکه بانکی ایران (شتاب)
- خرید و فروش انواع ارز با بهترین نرخ روز و بدون کارمزد

(514) 844 - 4492

1405 Boul DE Maisonneuve O, info@expertfx.ca
Montréal QC, H3G 1M6 www.expertfx.ca

نخست‌وزیر ترودو: مصونیت جمعی استراتژی کانادا نیست

موضوع اقدامی نسنجیده است زیرا هنوز نمی‌دانیم فردی که یک‌بار به کووید ۱۹ مبتلا شده است، چند ماه بعد در برابر این بیماری مصون خواهد بود یا خیر. دانشمندان و محققان هنوز در این باره نظر متقنی ندارند.»

نخست‌وزیر کانادا همچنین اعلام کرد نزدیک به ده هزار شرکت یا سازمان کانادایی درخواست اینترنتی خود را به آژانس درآمد کانادا ارائه کرده‌اند تا از برنامه یارانه‌های دستمزد دولت فدرال برخوردار شوند. ترودو افزود: «کمک‌های مالی این برنامه از هفتم مه به حساب شرکت‌های واجد شرایط واریز خواهد شد.»

ترودو با گفتن این مطلب در واقع از موضع دکتر ترزا تام، مدیر ارشد آژانس بهداشت عمومی کانادا دفاع کرد و از موضع فرانسوا لوگو وزیر اول کبک در این باره فاصله گرفت. لوگو هفته پیش ضمن مطرح کردن احتمال بازشدن مجدد مدارس استان کبک به اصل مصونیت جمعی اشاره کرده بود.

اما ترودو در اظهارات خود به‌طور مستقیم به فرانسوا لوگو اشاره نکرد؛ بلکه این مطلب را در پاسخ به این سوال بیان کرد که آیا با ایده «پاسپورت سلامت» که نشان می‌دهد فردی پیشتر به کووید ۱۹ مبتلا شده، موافق است یا خیر. ترودو تصریح کرد: «متمرکز شدن روی این



جاستین ترودو نخست‌وزیر کانادا روز دوشنبه ۲۷ آوریل در کنفرانس مطبوعاتی روزانه خود تاکید کرد دور از احتیاط است که بخواهیم روی مصونیت جمعی حساب باز کنیم. به گزارش هفته، به‌نقل از رادیو کانادا، ترودو تصریح کرد اگر بخواهیم تصمیمات خود درباره برچیدن قرنطینه در آینده را بر پایه اصل مصونیت جمعی استوار کنیم، جانب احتیاط را رعایت نکرده‌ایم.

پاداش انتاریو به پرسنل بخش بهداشت و درمان در خط مقدم مبارزه با کووید ۱۹

وزیر اول انتاریو افزود دولت فدرال نقش مهمی در ایجاد این افزایش حقوق ایفا کرده است. وی از اتاوا بابت کمک‌هایی که در این زمینه به دولت انتاریو کرده است، قدردانی اما تاکید کرد که استان انتاریو به تعهد پایدار دولت فدرال نیاز دارد.

داگ فورد همچنین ابراز امیدواری کرد که اختصاص این پاداش برای خانه‌های سالمندان این امکان را به وجود آورد که پرسنل درمانی بیشتری جذب کنند. جناح مخالف از دولت فورد خواسته است پرداخت این پاداش را عطف به ماسبق کند و از اولین روزی که وضعیت اضطراری بهداشتی در استان اعلام شد (۱۷ مارس) به پرسنل بخش درمان بپردازد.

نگهداری و مراقبت‌های درمانی سالمندان، خانه‌های بازنشستگی، پناهگاه‌های اضطراری، مراکز بهداشتی و درمانی و همچنین مراکز تادیبی می‌شود.

پیتر بتلنگالوی رئیس شورای خزانه‌داری انتاریو روز شنبه اعلام کرد: «ما همچنین به کارگرانی که ماهانه بیش از ۱۰۰ ساعت کار می‌کنند، برای یک دوره حداکثر چهارماهه، ۲۵۰ دلار در ماه پرداخت می‌کنیم.»

دولت داگ فورد وزیر اول انتاریو ضمن تمجید از «تلاش‌های قهرمانانه» این کارگران تاکید کرد: «این پاداش از روز جمعه به حساب واجدین شرایط واریز خواهد شد و بیش از ۳۵۰ هزار نفر واجد شرایط دریافت این جایزه هستند.»



پرسنل حرفه‌ای بخش بهداشت که بیش از ۱۰ ساعت در ماه کار می‌کنند، ماهانه ۲۵۰ دلار پاداش دریافت می‌کنند.

دولت انتاریو اعلام کرد به افرادی که در خط مقدم مبارزه با همه‌گیری کووید ۱۹ در استان کار می‌کنند، در مدت همه‌گیری کووید ۱۹ چهار دلار در ساعت پاداش می‌دهد. کارکنان و پرسنل خدمات بالینی و بخش پشتیبانی به مدت شانزده هفته این پاداش را دریافت خواهند کرد.

به گزارش هفته، به‌نقل از رادیو کانادا، این پاداش به ویژه شامل حال پرسنل مراکز



هایک هارتونیان



مشاور و متخصص املاک مسکونی در مونترال بزرگ
خرید، فروش و اجاره

با ۳۶ سال سابقه درخشان در مونترال

Tranquil-T فرود به فرد

Hayk Hartounian MBA
Residential Real Estate Broker

(514) 574 6162

- ارزیابی و مشاوره رایگان
- تهیه وام مسکن با بهترین امکانات
- پرداخت هزینه محضر

Haykhartounian@yahoo.com

9280 Boul. de l'Acadie, Montréal, QC, H4N 3C5

ترودو: طرح‌های دولت برای احیای اقتصاد پس از کرونا بر اساس ایمنی جمعی نخواهد بود



اقدام کنیم. به عقیده من ایمنی طبیعی مفهومی نیست که بخواهیم آن را ترغیب یا ترویج کنیم.»

مقامات استان کبک هفته گذشته احتمال به وجود آمدن تدریجی ایمنی جمعی را مطرح کرده بودند.

ترودو جمعه با نخست‌وزیران استان‌های کانادا دیدار و درباره تدابیری که باید برای لغو قرنطینه اتخاذ شود، گفتگو کرد.

ترودو ضمن تاکید بر ضرورت اتخاذ یک رویکرد بسیار محتاطانه و تدریجی خاطر نشان ساخت پیش از بازگشایی بخش‌های اقتصادی، باید اطمینان حاصل کنیم که همه تجهیزات لازم برای حفاظت از کارگران و جلوگیری از گسترش دوباره ویروس وجود دارد.

که به ویروس جدید کرونا آلوده و درمان شده‌اند دیگر در برابر آلودگی دوباره ایمنی پیدا کرده‌اند.

نخست‌وزیر کانادا تاکید کرد: «ایمنی مسئله حساسی است که دولت باید پاسخ‌های روشنی برای آن داشته باشد به همین علت تا زمانی که پاسخ‌های روشن و صریحی وجود نداشته باشد، باید جانب احتیاط را حفظ کنیم. در این شرایط اولویت ما همچنان تاکید بر حفظ فاصله گذاری اجتماعی و رعایت تدابیر حفاظت فردی است.»

ترزا تام مسئول ارشد آژانس بهداشت عمومی کانادا نیز در اظهارات صریح خود در این باره تاکید کرد: «ایده ایمنی طبیعی چیزی نیست که بخواهیم برای تحقق آن

جاستین ترودو نخست‌وزیر کانادا شنبه ۲۵ آوریل اعلام کرد طرح‌های در دست بررسی دولت فدرال برای احیای اقتصادی کشور پس از بحران کرونا بر ایده ایمن‌سازی جمعی استوار نخواهد بود. به گزارش هفته، به نقل از پایگاه اینترنتی لوریان لوژور، نخست‌وزیر کانادا اعلام کرد من فکر نمی‌کنم که هیچ یک از طرح‌هایی که برای برچیدن قرنطینه در دست بررسی است بر اساس اصل ایمنی جمعی باشد.

سازمان جهانی بهداشت نیز روز شنبه هشدار داد شواهدی وجود ندارد که ثابت کند افرادی

تظاهرات در اعتراض به قرنطینه در تورنتو

در خانه می‌مانند و فاصله گذاری فیزیکی را رعایت می‌کنند تا ویروس کرونا ریشه کن شود. اما عده‌ای بی‌مغز بدون توجه به همه این فداکاری‌ها، با زیر پا گذاشتن قوانین و به خطر انداختن سلامت خود و بقیه شهروندان در برابر کوئینز پارک تجمع کرده‌اند.

جان توری شهردار تورنتو نیز با ارسال رایانامه‌ای به رادیو کانادا ناراضی خود را از حرکت اعتراض‌آمیز این عده اعلام و تاکید کرد این تظاهرات دهن کجی به توصیه‌های دانشمندان و پرسنل درمان و بهداشت است. این کار می‌تواند پیشرفت‌های حاصل از فداکاری‌های دیگر شهروندان را به خطر اندازد و قرنطینه را طولانی‌تر کند.

که از نظر آن‌ها افراط‌گرایانه است، محکوم کردند. داگ فورد وزیر اول انتاریو در کنفرانس مطبوعاتی خود در پاسخ به سوالاتی درباره این تظاهرات، معترضان را «مشتی بی‌مغز، خوخواه و فاقد حس مسئولیت» خواند.

وزیر اول انتاریو که عصبانیت از صورت و صحبتش نمایان بود، تاکید کرد پرسنل و کارگران بخش بهداشت و درمان در خط مقدم مبارزه با ویروس کرونا بی‌وقفه در بیمارستان‌ها و مراکز درمانی برای حفاظت از جامعه و نجات جان بیماران مبتلا به کووید ۱۹ تلاش می‌کنند. در حالی که منحنی شیوع ویروس کرونا در استان صاف شده است، بخش عمده شهروندان مطابق با توصیه‌های مسئولان بهداشت و درمان



معترضان به قرنطینه از گروه‌های مختلف بودند

به گزارش هفته، به نقل از رادیو کانادا، روز شنبه ۲۵ آوریل تظاهراتی در اعتراض به قرنطینه در آرامش کامل در برابر ساختمان پارلمان استانی در تورنتو برگزار شد.

سی بی سی نیوز گزارش داد نزدیک به دویست نفر بعد از ظهر روز شنبه با تجمع در برابر کوئینز پارک، قرنطینه و تدابیر محدودکننده ناشی از آن را

Roxanne Sameem
Courtier Immobilier Résidentiel
Residential Real Estate Broker

Groupe Sutton - Action
2430 Boulevard Lapinière, Brossard,
QC J4Z 2L7
Office: (450) 500-441
www.suttonquebec.com

رکسانا صمیم
مشاور املاک مسکونی

با آشنایی کامل به مونترال و حومه
ارزیابی رایگان برای قیمت خانه
خدمات کامل را برای خرید خانه
همراهی در تهیه وام خانه با مشاورین

Cell: 438 397 3212
Email: rsameem@sutton.com

دولت کبک به نامه پزشکان ایرانی پاسخ داد

دکتر امیرعباس بشارتی: پاسخ دولت کبک بی توجه به ضرورت‌های بحران همه‌گیری کرونا است

معطل قوانین پیچیده کبک درباره پزشکان فارغ‌التحصیل خارج، صدها متخصص را که در این روزها می‌توانند بار بزرگی را از دوش دستگاه سلامتی و بهداشتی استان بردارند معطل نگاه داشته است. در همین رابطه هفته گذشته گروهی از پزشکان تحصیل کرده خارج نامه‌ای را به نخست وزیر نوشتند که در هفته شماره ۵۸۰ منتشر شد و در ما در همین رابطه با آقای دکتر امیرعباس بشارتی، یکی از نویسندگان نامه گفت‌وگو کردیم. روز ۲۳ آوریل دولت کبک به این نامه پاسخ داد. این نامه که از طرف «اداره کل امور دانشگاهی، پزشکی، پرستاری و دارویی کبک» و به امضای مدیر امور دانشگاهی کبک؛ آقای برونو پیدوبوف امضا صادر شده خطاب به دکتر امیرعباس بشارتی نوشته شده است. آقای امیرعباس بشارتی در رابطه با پاسخ دولت به نامه سرگشاده پزشکان، به هفته گفت: این پاسخ نشانگر بی‌توجهی دولت کبک به ضرورت‌های بحران همه‌گیری کرونا است. او تاکید کرد که به باور او این نامه را در بهترین حالت می‌توان یک پاسخ منفعلانه به حساب آورد.

متن ترجمه به فارسی پاسخ دولت به پزشکان ایرانی

«ما از نامه‌ای که شما مورخ شانزدهم آوریل برای آقای فرانسوا لوگو نخست وزیر کبک و خانم دنیل مک کان وزیر بهداشت و خدمات اجتماعی کبک در رابطه با تقاضای خود و آمادگی خودتان برای کمک به پرسنل بخش بهداشت و درمان در جهت حفظ سلامت و آسایش ساکنان استان فرستادید، مطلع شدیم. ما حرکت شما و تمایل شما را برای مشارکت در مقابله با همه‌گیری کووید ۱۹ ارج می‌نهیم.

به علت بحران کووید ۱۹ و فوریت بهداشتی که در حال حاضر بر استان کبک حاکم است، وزارت بهداشت و خدمات اجتماعی پلتفرمی را راه‌اندازی کرده است که در آن از همه کسانی که در زمینه بهداشت و خدمات اجتماعی دارای تجربه یا مدرک هستند و آماده مشارکت در مقابله با شیوع کووید ۱۹ هستند، دعوت به همکاری شده است.

مایل هستیم به اطلاع شما برسانیم که درخواست‌های متعددی که از طریق این درگاه اینترنتی دریافت کرده‌ایم در دست بررسی است و پاسخ‌های ما با توجه به مدارک و حوزه صلاحیت و توانمندی متقاضیان برایشان ارسال خواهد شد.

بر همین اساس از شما دعوت می‌کنیم در این پلتفرم ثبت نام کنید (اگر قبلاً این کار را نکرده‌اید) و البته به طور مستقیم با مدیریت منابع انسانی مراکز منسجم درمان و خدمات اجتماعی و مراکز منسجم دانشگاهی سلامت و خدمات اجتماعی منطقه خودتان تماس بگیرید.

ضمن قدردانی از فداکاری و همکاری شما، از شما می‌خواهیم بهترین احساسات را ما را پذیرا باشید!

مدیر امور دانشگاهی؛ برونو پیدوبوف



دکتر امیر عباس بشارتی: انگار دولت از حضور ما در کبک خبر ندارد

بازتاب گسترده نامه پزشکان ایرانی تبار به وزیر اول استان کبک در رسانه‌های کبک



کار است. برخی دیگر هم در مشاغل کار می‌کنند که هیچ ربطی به زمینه‌های آموزشی و حرفه‌ای آنها یعنی بهداشت و درمان ندارد. به گفته دکتر بشارتی پیک پیترافروشی یا راننده تاکسی از جمله مشاغل است که پزشکان مهاجر مقیم کبک به ناچار به آن تن داده‌اند.

پایگاه اینترنتی نشریه لودوآر نیز با اختصاص مطلبی به همین موضوع نوشت کبک پیشنهاد همکاری پزشکان خارجی مقیم استان را رد می‌کند. به نوشته لودوآر، حدود یکصد پزشک فارغ التحصیل خارج، دولت کبک را تشویق کرده‌اند که به آنها مجوز طبابت محدود بدهد تا بتوانند به پرسنل درمانی بیمارستانها و خانه‌های سالمندان در مبارزه با اپیدمی کووید-۱۹ کمک کنند. این پزشکان که اکثرشان همه آزمون‌های کالج پزشکان کبک را با موفقیت طی کرده‌اند، برایشان قابل درک نیست که چرا دولت کبک برای بهره گرفتن از پتانسیل ارزشمندی که پزشکان خارجی مقیم استان دارند، همانند انتراریو عمل نمی‌کند. دولت انتراریو با تعیین برخی شروط، مجوز کار موقتی به پزشکان خارجی مقیم این استان داده است.

ماری-آنژ ژودی موسس سازمان «فرشتگان امید» (ACI) که به ۴۰۰ پزشک خارجی کمک می‌کند تا مدرکشان به رسمیت شناخته شود، می‌گوید به نفع کبک است که از پتانسیل پزشکان خارجی استفاده کند و شرایط را برای تجربه اندوژی این پزشکان در استان فراهم کند. سازمان ACI بلافاصله در پاسخ به فراخوان نخست وزیر کبک برای کمک به حل مشکلات خانه‌های سالمندان، فهرستی از ۱۵۰ پزشک آماده به خدمت در اختیار وزارت بهداشت استان قرار داد.

برنامه «من کمک می‌کنم»: تجربه‌های شکست خورده هفته گذشته فرانسوا لوگو و دنیل مک کان اعلام کردند از مشارکت مهاجران واجد تخصص در بخش بهداشت و درمان که مجوز کار دارند، حمایت می‌کند. مک کان اعلام کرد: «من از آنها دعوت می‌کنم در برنامه «من کمک می‌کنم» ثبت نام کنند.»

اما بسیاری از پزشکان خارجی که لودوآر با آنها مصاحبه کرد، این برنامه را شکست خورده می‌دانند و از این که به آنها پاسخ صریحی داده نشده است، ابراز نارضایتی می‌کنند. دفتر وزیر بهداشت کبک در پاسخ به این که آیا ممکن است کبک نیز همانند انتراریو مجوزهای کار موقت برای پزشکان خارجی صادر کند، اعلام کرد احتمال ایجاد برخی اصلاحات به منظور استفاده از پزشکان خارجی در شبکه بهداشت و درمان استان منتفی نیست اما هنوز در این زمینه اقدامی صورت نگرفته است.

آمادگی کرده اما پاسخی دریافت نکرده‌اند. در آغاز بحران کووید-۱۹ آنها انتظار داشتند که از آنها برای مصاحبه به منظور استخدام در شبکه بهداشت و درمان استان دعوت شود اما این بحران نیز تغییری در وضعیت کاری آنها ایجاد نکرده است. این گروه کوچک پزشکان ایرانی پس از آن تشکیل شد که فرانسوا لوگو نخست‌وزیر استان کبک پزشکان را به «عمل به وظیفه» فراخواند.

این گروه از پزشکان همان روز با ارسال نامه‌ای به فرانسوا لوگو نخست‌وزیر، دنیل مک کان وزیر بهداشت و دکتر اوراسیو آرودا مدیر ملی بهداشت عمومی کبک، آمادگی خود را برای مشارکت در مبارزه با کووید-۱۹ در خانه‌های سالمندان استان اعلام کردند، اما هرگز پاسخی دریافت نکردند.

دکتر امیر بشارتی می‌گوید: «ما برای خدمت آماده هستیم. ما آموزش‌های لازم را در خارج دیده‌ایم و در کار خود از تجربه خوبی هم برخوردار هستیم.»

دکتر امیرعباس بشارتی افزود با توجه به اضطراری بودن اوضاع ناشی از بحران کووید-۱۹ در خانه‌های سالمندان استان کبک، شخصا با برخی از این مراکز تماس گرفته و آمادگی خود را برای کمک به مشکلات آنها اعلام کرده است اما به علت وقت‌گیر بودن تشریفات و پیچ و خم‌های اداری موجود هیچ نتیجه‌ای نگرفته است. وی افزود باز هم از تلاش ناامید نشده و یک بار دیگر از طریق سایت «من کمک می‌کنم»، آمادگی خود را برای خدمت در خانه‌های سالمندان کبک اعلام کرده اما باز هم هیچ پاسخی دریافت نکرده است.

قوانین و مقررات دست و پا گیر و تشریفات اداری موجب شده است بسیاری از پزشکان ساکن استان کبک در حال حاضر در شغل‌های فرعی شبکه بهداشت و درمان استان کار کنند. به عنوان مثال دکتر بشارتی به عنوان دستیار تحقیق در یک گروه پزشکان خانواده مشغول

سخنگوی این گروه، دکتر امیر بشارتی که یک پزشک ایرانی متخصص اطفال است، می‌گوید: «انگار دولت از حضور ما در این جا بی‌اطلاع است. فکر می‌کنم مقامات از وجود این پتانسیل که می‌تواند برای حل مشکلات بخش بهداشت و درمان استان موثر باشد، خبر ندارند.»

نامه پزشکان ایرانی تبار ساکن استان کبک که آمادگی خود را برای مشارکت در مبارزه با بحران کووید-۱۹ به مقامات اعلام کرده‌اند، در بسیاری از رسانه‌های کانادایی مثل رادیو کانادا، لاپرس، ژورنال دو کبک و نشریه لودوآر بازتاب داشته است.

به گزارش هفته به نقل از ژورنال دو کبک، پزشکان مهاجر در کانادا خواستار مشارکت در مبارزه با بحران کووید-۱۹ هستند اما دولت به پیشنهاد آنها وقعی نمی‌نهد.

در ادامه گزارش «ژورنال دو کبک» آمده است: کم نیستند مهاجران مقیم استان کبک که در رشته‌های پزشکی آموزش دیده‌اند، مدرکشان در اینجا به رسمیت شناخته می‌شود، با زبان فرانسوی آشنا هستند با این حال برای کسب درآمد و گذران زندگی چاره‌ای ندارند جز این که به عنوان پیک برای پیترافروشی‌ها یا به عنوان راننده تاکسی کار کنند این در حالی است که بخش بهداشت و درمان استان کبک به ویژه مراکز نگهداری سالمندان استان در این روزها به پرسنل بهداشت و درمان نیاز مبرم دارد.

گروهی از پزشکان مهاجر مقیم کبک که در کشورهای خودشان آموزش دیده و مدرک دانشگاهی گرفته‌اند، از این که دولت کبک آن هم در شرایطی که بسیاری از کارکنان بخش بهداشت و درمان استان به علت ابتلا به کووید-۱۹ یا از بیم ابتلا به این بیماری در محل کارشان حاضر نمی‌شوند، از پتانسیل و مهارت‌های آنها استفاده نمی‌کند به شدت متاسف هستند.

سخنگوی این گروه، دکتر امیر بشارتی که یک پزشک ایرانی متخصص اطفال است، می‌گوید: «انگار دولت از حضور ما در این جا بی‌اطلاع است. فکر می‌کنم مقامات از وجود این پتانسیل که می‌تواند برای حل مشکلات بخش بهداشت و درمان استان موثر باشد، خبر ندارند.»

امیر بشارتی به همراه ۵۸ پزشک ایرانی دیگر که همگی معادل مدرک خود را در کبک گرفته‌اند، همگی برای کمک به حل مشکلات خانه‌های سالمندان استان اعلام

گروه خبر هفته

جاسیندا آردن رهبری که کشورش را از شر کرونا خلاص کرد

در نیوزیلند چگونه گسترش کرونا به صفر رسید؟



وی هشدار داد «ریشه کنی» به این معنی نیست که موارد جدیدی از این بیماری در میان نخواهد بود بلکه «به این معنی است که ما می‌دانیم منشأ این موارد کجا است.»

جاسیندا آردن، نخست وزیر نیوزیلند گفت در این کشور انتقال گسترده شناسایی نشده در داخل جامعه وجود ندارد و «ما آن نبرد را برده ایم.» با این حال خانم آردن هشدار داد «اگر ما می‌خواهیم در این مسیر ادامه دهیم، باید هوشیار باشیم.»

نیوزیلند چگونه به این ویروس واکنش نشان داد؟

این کشور در اوایل همه‌گیری این بیماری و زمانی که فقط ده‌ها مورد از این بیماری گزارش شده بود برخی از شدیدترین محدودیت‌های جهان را در بخش تردد و نیز فعالیت افراد اعمال کرد.

این کشور ضمن بستن مرزهای خود، همه افرادی را که وارد کشور می‌شدند قرنطینه کرد و با اعمال محدودیت‌های سختگیرانه برای تردد افراد، تست‌گیری گسترده کرونا از افراد را شروع کرد و عملیاتی را برای ردیابی تماس‌ها و ارتباطات میان افراد آغاز نمود. در تاریخ ۲۶ ماه مارس، سواحل و زمین‌های بازی و نیز ادارات و مدارس تعطیل شدند. بارها و رستوران‌ها نیز بسته شدند و حتی سفارش‌های مربوط به بیرون‌بری و تحویل غذا نیز تعطیل شد. نخست وزیر نیوزیلند گفت الگوسازی‌ها نشان می‌دهد اگر نیوزیلند برنامه قرنطینه و اعمال محدودیت‌ها را از همان اول اجرا نمی‌کرد این کشور هر روز شاهد بیش از یک هزار مورد ابتلا به ویروس می‌بود. وی افزود ما هرگز نمی‌توانیم بدانیم که شرایط چه اندازه بد می‌شد ولی از طریق «اقدامات جمعی خود توانستیم از شکل‌گیری بدترین حالت اجتناب کنیم.»

کارشناسان می‌گویند موقعیت جغرافیایی دورافتاده نیوزیلند و مرزهای قابل مسدود شدن آن شرایطی را فراهم کرد که در زمان شیوع بیماری کووید-۱۹ به نفع این کشور تمام شود.

منبع خبر:

<https://www.bbc.co.uk/news/world-asia-52436658>

نیوزیلند همزمان با کاستن از محدودیت‌های مربوط به قرنطینه ادعا می‌کند هیچ موردی از انتقال ویروس کرونا در داخل اعضای جامعه این کشور وجود ندارد.

به گزارش هفته به نقل از بی.بی.سی انگلیسی نیوزیلند اعلام کرد انتقال بیماری کووید-۱۹ را در داخل اعضای جامعه خود متوقف و به این ترتیب عملاً این ویروس را ریشه کن کرده است.

در شرایطی که برای چند روز متوالی، تعداد موارد ابتلا به این ویروس در این کشور به اعداد تک رقمی رسیده بود- روز یکشنبه فقط یک مورد گزارش شده بود- جاسیندا آردن نخست وزیر نیوزیلند گفت این ویروس «در شرایط کنونی» ریشه کن شده است. با این حال مقامات این کشور هشدار دادند این امر به این معنی نیست که موارد جدید ویروس کرونا در این کشور به طور کلی پایان یافته باشد.

این خبر چند ساعت قبل از آن منتشر شد که این کشور یکی از سختگیرانه‌ترین سطوح محدودیت‌های اجتماعی خود را کنار گذاشت.

از روز سه‌شنبه برخی کسب و کارهای غیرضروری و نیز فعالیت‌های بخش بهداشتی و آموزشی قادر خواهند بود اقدامات خود را از سر بگیرند.

البته اکثریت افراد باز هم می‌بایست در همه زمان در خانه‌های خود باقی بمانند و از همه تعاملات اجتماعی دوری کنند.

خانم جاسیندا آردن، نخست وزیر نیوزیلند، در نشست خبری روزانه دولت نیوزیلند گفت «ما در حال گشودن اقتصاد کشور هستیم ولی زندگی اجتماعی مردم را نخواهیم گشود.»

این کشور کمتر از ۱۵۰۰ مورد احتمالی یا تایید شده ابتلا به ویروس کرونا و حدود ۱۹ مورد مرگ ناشی از آن را گزارش کرده است.

اشلی بلومفیلد مدیر کل بهداشت نیوزیلند گفت پایین بودن تعداد موارد ابتلا در روزهای اخیر «این اطمینان را به ما می‌دهد که بدانیم به هدف خود در ریشه کن کردن ویروس رسیده ایم.»

مهاجرت...؟ کنپارس



CanPars

Professional Services
www.canpars.ca
(514) 700 26 12

Ali Mokhtari, LL.M, RCIC



+ IPTV Service

Internet + phone



اینترنت

- با سرعت بالا، قیمت مناسب و ثابت و کیفیت عالی
- تلفن ثابت منزل با تماس نامحدود به ایران
- اینترنت و تلفن رایگان با کیفیت عالی

514-561-2071

برای اطلاعات بیشتر لطفاً با شاهین قاسمی تماس بگیرید:

گروه خبر هفته

حکایت شیرو و روباه مثنوی با شاهرخ مشکین قلم

هنرمند ساکن پاریس آن را انجام داد. دانشنامه‌ی آزاد ویکی‌پدیا شاهرخ مشکین قلم را اینطور معرفی می‌کند: «متولد ۱۹۶۷ در خرمشهر، رقصنده، بازیگر تئاتر نمایشنامه‌نویس و رقص پرداز ایرانی فرانسوی است. حرفه اصلی مشکین قلم کارگردانی ست. پایه گذار گروه رقصی به نام نکیساست. و رقص‌هایی را بر پایه متون ادبیات فارسی مانند «خسرو شیرین»، «هفت پیکر» و ... طراحی کرده است»

این برنامه در روز شنبه ۲۵ آوریل ساعت ۱۵ به وقت مونترال، و همزمان در لس آنجلس، کلمبری، تهران و پاریس از اینستاگرام کافه الیت بصورت آنلاین برپا شد.

@CafelittOnline

مولانا توسط شاهرخ مشکین قلم نشستند. این نشست اولین برنامه از سلسله برنامه‌های کافه‌لیت بود که برای قدیمی‌ترها در مونترال نامی آشناست. کافه‌لیت که از سال ۲۰۰۶ در مونترال آغاز به کار کرد طی سال‌ها برنامه‌هایش معمولاً در کافه‌هایی در داون تاون مونترال و بعدها در نوروزمین برگزار کرد. ادبیات، دانش، سینما، و مسائل اجتماعی از جمله موضوعاتی بودند که کافه‌لیت طی ۳۸۴ برنامه خود به آنها پرداخت. در حال حاضر، به خاطر شرایط موجود و شیوع بیماری کرونا و مساله مهم فاصله‌گذاری اجتماعی ۳۸۵مین برنامه را به صورت آنلاین برگزار کرد.

خوانش و تویل حکایت شیرو و روباه و خر از دفتر پنجم مثنوی موضوع این برنامه است که شاهرخ مشکین قلم،



داستان شیرو و روباه موضوع نشست مجازی کافه‌لیت بود که طی آن علاقه‌مندان پای خوانش و تویل این روایت

چالش عکاسی اینستاگرامی برای روزهای قرنطینه

شرکت‌کننده از اتفاقات مثبتی که طی این مدت قرنطینه برایشان افتاده عکاسی کنند. این عکس می‌تواند از مهارت جدیدی باشد که آموخته‌اند، کتاب‌هایی که خوانده‌اند، غذاهایی که پخته‌اند، وقت بیشتری که برای فرزندانشان، حیوانات خانگی و یا گل و گیاه خود گذاشته‌اند و هزاران موضوع دیگری که باعث شده لبخندی بر لب‌هایشان بیاید یا آنها را امیدوارتر و قوی‌تر کند. مثل همیشه دوستان علاقه‌مند دو هفته تا ۲۷ آوریل فرصت دارند تا عکس‌های خود را تا فرصت باقیست به دایرکت اینستاگرام پرسیکاکرفت به آدرس زیر بفرستند.»

@persicacraft

در روزهای متفاوت قرنطینه و خانه‌نشینی بسیاری دست به کارهایی از قبیل فراگیری مهارتی جدید، پخت غذایی متنوع، مطالعه کتاب یا ساختن و بافتن چیزی زده‌اند. پرسیکاکرفت از همگان در همه سنین دعوت کرده است تا در چالش عکاسی اینستاگرامی این گروه با رویدادهای مثبت و جدید شرکت کنند. در اطلاعیه این گروه آمده است: «چالش دیگری این هفته در صفحه اینستاگرام پرسیکاکرفت قرار گرفته است. چالش این بار برای تمامی سنین است. حتماً این روزها چالش‌های عکاسی زیادی با موضوع قرنطینه در صفحات مختلف قرار گرفته است. اما تفاوت این چالش در این است که قرار است افراد





SHARIF EXCHANGE

صرافی شریف

توجه: انتقال ارز به ایران و برعکس نداریم

www.sharifexchange.ca

261 Côte-Vertu Ville Saint-Laurent, QC

Tel: (514) 223-6408



چالش اینستاگرامی: آشپزی، حس شما و یک عکس

روزهای قرنطینه و تجربه نوع متفاوتی از زندگی باعث شده اتفاق‌ها و ایده‌های جدیدی رقم بخورد، مثل چالش‌های هفتگی گروه هنری پرسیکاگرفت. گروه هنری پرسیکاگرفت برای این هفته چالش عکس آشپزی و حس مربوط به آن خوردنی را در اینستاگرام خود به راه انداخته است.

خانم ابراهیمی از دست اندرکاران این گروه فرهنگی در رابطه با این چالش به هفته نوشت:

«این روزها مدارس تعطیل و اکثر مشاغل تعطیل هستند، ما نوع دیگری از زندگی را تجربه می‌کنیم، زندگی در قرنطینه. زندگی در خانه که گرچه خسته‌کننده و تکراری است ولی از سویی برای حفظ سلامت ما و دیگران بعنوان وظیفه‌ای اجتماعی یک ضرورت است و از سوی دیگر هنوز میتوان از آن لذت برد و به بهترین نحو ممکن از آن استفاده کرد. بی‌شک هیچ یک از ما در آینده تجربیات این دوره و این سبک از زندگیمان را فراموش نمی‌کنیم و تجربیاتی که آموختیم به یادگار خواهیم برد. بسیاری از ما مدت بیشتری را در کنار خانواده خود می‌گذرانیم، خیلی از ما که به دنبال فرصتی هستیم تا مهارت جدیدی بیاموزیم، از کلاس‌ها و دوره‌های آنلاین استفاده می‌کنیم، غذاهای جدید یاد گرفته و می‌پزیم، آنچه از هنر و موسیقی و ساز بلد بودیم، تمرین می‌کنیم، آموختن زبان جدیدی را آغاز کرده یا ادامه می‌دهیم. کتاب یا کتاب‌های جدیدی می‌خوانیم و فیلم و سریال‌های مورد علاقه‌مان را می‌بینیم. شاید هم، چون باید از راه دور و بصورت آنلاین کار کنیم، با سختی‌های کار در خانه با حضور بچه‌ها کنار می‌رویم. ولی بیشتر ما احتمالاً وقت بیشتری را در دنیای مجازی می‌گذرانیم. در سوشیال مدیا بیشتر می‌چرخیم و با دوستان و خانواده‌ها و فامیلهایمان آنلاین دیدار و گفتگو می‌کنیم. برای این روزها، ما اندیشیدیم چگونه می‌توانیم همراه بهتری برای شمایی باشیم که در یک سال گذشته همراهان بودید و حمایتان کردید. به طور اتفاقی و بیشتر برای سرگرمی اولین چالش را زمانی برگزار کردیم که مدت قرنطینه دو هفته اعلام شده بود و پس از آن بخاطر حجم وسیع پاسخ‌ها و حمایت‌ها و مشارکت‌های شما بر آن شدید که با طولانی

به عکس‌ها رای بدهید. دوشنبه شب ۱۱ می، برنده‌هایی با توجه به میزان رأی بیشتر شما انتخاب می‌شود.

برای تکمیل مراحل شرکت در این چالش ما همواره از شرکت‌کنندگان می‌خواهیم که صفحه ما و اسپانسر را دنبال کنند و دوستان دیگر را به چالش دعوت کنند. در انتها در این چالش ما از عزیزان شرکت‌کننده درخواست کردیم که چالش‌های پیشنهادی خود را با ما در میان بگذارند تا بتوانیم چالش‌هایی را برگزار کنیم که شما بیشتر می‌پسندید. این مرحله گرچه اجباری نیست ولی به ما در برگزاری چالش‌های بعدی کمک می‌کند.

در پایان لازم به ذکر است که عزیزان از همه جای کره خاکی می‌توانند در این چالش شرکت کنند و برنده هدیه همگانی ما باشند ولی با توجه به اینکه هدیه یک غذاست، امکان دریافت سه هدیه عکس‌های برگزیده تنها برای ساکنان شهر مونترال و یا کسانی که بتوانند هدیه خود را از شهر مونترال پیکاپ کنند، وجود دارد. برای ارسال عکس‌های خود به دایرکت پیج اینستاگرام پرسیکاگرفت به آدرس روبرو مراجعه کنید. @Persicacraft

هم‌چنین برای کسب اطلاعات بیشتر و ارتباط با ما از طریق اینستاگرام، تلگرام و فیسبوک ما می‌توانید با ما در ارتباط باشید.

پیشاپیش از همراهی شما سپاسگزاریم و امیدواریم بتوانیم این روزهای قرنطینه را در کنار هم و با سلامتی سپری کنیم»

در ادامه مسابقه عکاسی را برگزار کردیم که تفاوتش با چالش‌های عکاسی در قرنطینه در این بود که از اتفاق مثبت یا پدیده‌ای که در این روزها حال شما را بهتر کرده و برای شما امید و شادی به ارمغان آورده عکاسی کنید و برای ما بفرستید. از آنجایی که در این چالش، تعداد نسبتاً زیادی غذا و کیک و ... برای ما فرستاده شد، بر آن شدید که برای چالش پیش رو از شما عزیزان دعوت کنیم که از غذاهایی که در این مدت قرنطینه پخته‌اید برای ما عکس بفرستید و برای ما بنویسید که چه چیزی این غذا را برای شما متفاوت کرده است و بطور خلاصه در یک جمله احساس خود را در مورد علت خاص بودن آن غذا بیان کنید.

در این چالش، سرآشپز آتنا که سرآشپز خصوصی در پخت غذاهای ایرانی هستند و البته بیش از ایرانی‌ها، مشتری‌های غیرایرانی از دستپخت ایشان در سال‌های اخیر بهره‌بردارند، اسپانسر ما هستند. ایشان برای تمامی شرکت‌کنندگان یک هدیه سورپرایزی ارزشمند دارند و برای سه نفر برگزیده نهایی نیز سه پک غذای هدیه در نظر گرفته‌اند که بعد از اتمام قرنطینه به برندگان اهدا می‌شود. این بار بر آن شدید که برای ایجاد هیجان بیشتر، برنده را خود شما انتخاب کنید به این شکل که یکشنبه ۱۰ می و ۲۴ ساعت قبل از اعلام برنده، مدت مسابقه اتمام می‌یابد و تمامی عکس‌ها روی استوری ما قرار می‌گیرند و شما و دوستانتان می‌توانید

Sahar Samadaei
Courtier immobilier résidentiel
sahar.samadaei@gmail.com
Tel: 514.625.2525

سحر صمدایی
مشاور رسمی املاک مسکونی

- مهندس فارغ التحصیل دانشکده فنی دانشگاه تهران
- مسلط به زبان فرانسه
- اخذ وام بانکی و همراه شما در تمامی مراحل خرید و فروش ملک
- ارزیابی رایگان ملک شما
- مشاوره سرمایه گذاری املاک در آمدزا

L'AGENCE IMMOBILIERE INC.
Real Estate Agency
550 - 1^{er} pl. du Commerce
ile-des-Sœurs, Quebec H3E 1A1
ca l'Agence

نشستی با یک حقوق‌دان درباره چگونگی کمک‌های دولت به شرکت‌ها

CCCIQ سازماندهی شده بود در روز یکشنبه ۲۶ آوریل از ساعت ۱۴ تا ۱۶ به طور مجازی برگزار شد. خانم فرنوش برومند، مدیر شعبه بانک اسکوشیا در خیابان کت-دون نیز در این برنامه حضور داشت. خانم فرنوش برومند، رئیس اتاق بازرگانی ایرانیان کبک است که به همت او این نشست برگزار شد. خانم نیوشا ریاحی، وکیل رسمی دادگستری کبک کانادا است و در حوزه قوانین تجاری، مدنی (دعاوی)، خانوادگی و مهاجرت به کانادا، فعالیت می‌کند. نیوشا ریاحی فارغ‌التحصیل دانشگاه مونترال است و سابقه فعالیت در اداره دولتی فدرال و شرکت‌های خصوصی کانادا، آمریکا و بین‌الملل را دارد. نیوشا ریاحی نویسنده صفحه حقوق تجاری در مجله هفته است.

تأثیرات اقتصادی گسترش ویروس کرونا در اقصی نقاط جهان یکی از موضوعاتی است که در این روزها بسیار درباره آن صحبت می‌شود. کانادا در کنار کشورهای صنعتی جهان، برنامه‌های مالی/اقتصادی گسترده‌ای تعریف کرده‌اند تا از ریزش ناگهانی اقتصاد جلوگیری کرده و در حد توان ابعاد سقوط اقتصادی را محدودتر کنند. در این راستا برنامه‌های متنوعی برای کمک به موسسات اقتصادی اعلام شده است. موضوع نشست اتاق بازرگانی ایرانیان کبک با خانم‌ها نیوشا ریاحی و فرنوش برومند معرفی این کمک‌های دولتی بود. در این نشست، خانم ریاحی همچنین به توضیح پیرامون موضوعات حقوقی و تعهدات تجاری در شرایط اضطراری کووید ۱۹ (فورس ماژور) پرداخت. شرکت در این برنامه که به صورت مجازی برگزار شد رایگان، اما ثبت‌نام برای حضور در آن ضروری بود.



چارچوب حقوقی و برنامه‌های دولتی پیرامون کووید ۱۹ برای کارآفرینان درباره کمک‌های متنوعی که دولت فدرال و استانی به کسب و کارها می‌کنند سوالات گوناگونی وجود دارد. نشستی برای پاسخگویی به این‌گونه سوالات تدارک دیده شده بود که در آن خانم نیوشا ریاحی، وکیل دادگستری کبک و متخصص حقوق تجاری به پرسش‌ها پاسخ داد. این برنامه که توسط اتاق بازرگانی ایرانیان کبک

دومین دوره‌ی کلاس فن بیان (متنی) با هدا ناصح

نخستین کلاس بیان (ادبی و متنی) با هدا ناصح (بازیگر، صدابیشه و شاعر مونترالی و میزبان پادکست هزارافسان) در ماه فوریه ۲۰۲۰ (شامل دو بخش ۹۰ دقیقه‌ای و نیم‌ساعت استراحت میانی) طی ۱۰ جلسه در ۵ هفته در نوروززمین برگزار شد و پس از استقبال مخاطبان، همین دوره برای دومین بار از نیمه‌ی ماه می جاری از سر گرفته می‌شود. اکنون گروه علمی آموزشی سماک به دومین دوره‌ی کلاس فن بیان (متنی) با هدا ناصح دعوت کرده است. برای پیش‌ثبت‌نام یا اطلاع از قیمت‌ها و تخفیف‌ها و نیز هرگونه پرسش شما می‌توانید از طریق یکی از طریق ای میل fsadatsharifi2@gmail.com یا تلفن ۴۳۸۹۲۷۰۰۳۶ تماس بگیرید.



تقویم برنامه‌های کامیونیتی به دلیل شیوع ویروس کرونا فعلا خالی می‌ماند

- ارزیابی ملک و مشاوره رایگان
- خدمات رایگان برای خریداران و مستأجران
- مشاوره تخصصی به سرمایه‌گذاران در املاک در آمدزا
- همراهی در تهیه وام با بهترین شرایط

شهره شهریان

مشاور رسمی املاک مستلکونی

طراح و ناظر پایه یک شهرداری در ایران
با بیش از ۱۵ سال سابقه

514 290 2210

www.CasaBellaRealEstate.com
4163, Blvd. Lacombe St. Laval,
JQC 6H8 1P4

ShahrianRealtor.ca ShahrianRealtor@gmail.com



مستند «آواز خدا» را در خانه خود ببینید

خود را به مردم جهان برسانند. عارف محمدی برای شناخت بیشتر شخصیت تنبور و روایت‌های تاریخی، فلسفی و عرفانی مرتبط با این ساز پژوهش‌های زیاد با هزینه‌های زیادی کرد.

فیلم برای ساعتی بیننده را از هیاهوی دنیای ماشینی رها کرده و به دنیایی پر از آرامش و معنا دعوت می‌کند...

آواز خدا در فستیوال‌های متعددی همچون جشنواره جهانی مونترال به نمایش درآمد و جوایز متعددی همچون بهترین مستند در جشنواره فیلم‌های ایرانی سانفرانسیسکو و رسانه‌های قومی کانادا را کسب کرد.

برای تهیه (اجاره، خرید و یا دانلود این فیلم) می‌توانید به سایت معتبر و حرفه‌ای ویمپو در لینک زیر مراجعه کنید برای تهیه (اجاره، خرید و یا دانلود این فیلم) می‌توانید به سایت معتبر و حرفه‌ای ویمپو در لینک زیر مراجعه کنید:

<https://vimeo.com/ondemand/songofgod>

و یا از طریق سایت رسمی فیلم

www.songofgod.ca

برای کسب هر اطلاعاتی در ارتباط با فیلم لطفاً با آدرس

مستند آواز خدا از این پس به صورت آن-لاین در دسترس علاقه‌مندان است. عارف محمدی هنرمند ایرانی-کانادایی و سازنده مستند «آواز خدا» اعلام کرد که این مستند را از این پس می‌توانید از طریق آن-لاین تماشا کنید.

در بیانیه‌ای که توسط شرکت تولیدات تصویری موج نو منتشر شده آمده است که فیلم مستند آواز خدا ساخته عارف محمدی پس از دو سال هم اکنون از طریق سایت حرفه‌ای و اینترنتی ویمپو برای خرید و اجاره در دسترس عموم علاقه‌مندان قرار گرفته است.

آواز خدا به بهانه به تصویر کشیدن پیرترین تنبور نواز ایران سید قدیمار حسینی که در سن صد و بیست سالگی از دنیا رفت. سفری را از کانادا آغاز و در روستای کردنشین بکتر در کرمانشاه به پایان رساند.

سفری به سرزمین تنبور نوازان کرد یارسان (اهل حق) و سیری درباره ساز تنبور و قداست آن در میان پیروان آیینی باستانی در تاریخ کهن ایران زمین.

تنبور سازی با قدمت چند هزار ساله، متعلق به ایرانیان باستان و تنبور نوازی که در پی آن هستند تا پیام صلح

الکترونیکی

newwaveworkshops@gmail.com

مکاتبه کنید.

روابط عمومی گروه هنری موج نو



Downtown
1650 Maisonneuve West, #202,
Montréal, QC, H3H 2P3
Tel: +1-514 691 4383
Email: r.davoudi@farhang.ca

NDG
3285 Cavendish Blvd, #355 Montréal,
QC, H4B 2L9 Tel: +1-514 916 0083

IRAN
تهران: کارگر شمالی، تقاطع بلوار کشاورز، جنبش کوچه کیتی
پلاک ۱۱۷۲، طبقه ۲ واحد ۷
+98-21 6642 1511 / 6694 8154 Email: h.davoudi@farhang.ca

دارالترجمه رسمی فرهنگ

ترجمه رسمی کلیه اسناد و مدارک ●
گواهی امضا و کپی برابر اصل ● تکمیل فرم‌های مختلف ●
ترجمه شفاهی در محاکم و ادارات ● اخذ ویزای توریستی ●



مشاوره ، طراحی ، اجرا
گرافیک هفته

به ما بسپارید
از

طراحی تا چاپ

0-100

طراحی لوگو/ طراحی پکیج اداری/ پوستر/ کاتالوگ/ بروشور
تقویم و سررسید/ صفحه آرای کتاب و مجلات/ طراحی بسته بندی
محصولات/ طراحی تبلیغات

۵۱۴-۷۸۷-۸۸۴۸
۴۳۷-۸۸۷-۸۳۰۱

Private tutoring for elementary school

کمک درسی و تقویتی برای کلاسهای پایه دبستان

- Do you want your kid to stay ahead during school closure?
- Experienced, certified teacher with 5 years of experience
- **Virtual** private session available with flexible hours from your home
- Help your kid with the high school admission exams



- For more information, call :
Mehrsa @ (514) 443-4565



مینو اسلامی

مشاور املاک در مونترال بزرگ مسکونی و تجاری

- تهیه وام مسکن برای دانشجویان و تازه واردان
- مشاوره و ارزیابی رایگان
- همکاری با یک تیم متخصصان حقوقی و بازرسی فنی و تهیه وام



514 967 5743
Minoo Eslami Real estate broker
meslami@sutton.com



مشاور وام مسکن شیرین تیموری

با سالها تجربه در زمینه بانکی و وام مسکن در کانادا

- خرید مسکن
- تمدید وام مسکن
- افزایش وام مسکن (Refinance)
- تازه واردین به کانادا
- شغل آزاد (Self-employed)



ملاقات در نزدیکترین محل و مناسبترین زمان برای شما

514 979-9809
shirin.teimoori@bmo.com
@shirinteimooribmo



طعم خوش خاطره ها ...

- **پخت روزانه نان ایرانی**
نان بربری (ساده و سبوس دار)
نان تافتون (ساده و سبوس دار)
انواع نان ساندویچی
نان شیرمال
- **پخت روزانه شیرینی ایرانی**
شیرینی خشک (زبان، داتمارکی، آلمانی، کشمش)
شیرینی تر (رولت و تون خامه ای)
انواع پیراشکی

دوشنبه: تعطیل
سه شنبه - جمعه: ۹ صبح - ۶ بعد از ظهر
شنبه و یکشنبه: ۹ صبح - ۵ بعد از ظهر

پذیرش سفارش نان و شیرینی
برای رستوران و مجالس شما

(514) 836-5553
5808 Sherbrooke St W,
Montreal, Quebec H4A 1X3

معصومه علی‌محمدی



به دنبال ایجاد محدودیتهایی سفر به کانادا، اداره مهاجرت و شهروندی کانادا دوره‌های قرعه‌کشی در سیستم اکسپرس اینتری را افزایش داد. پیش از این معمولاً قرعه‌کشی‌های سیستم اکسپرس اینتری هر دو هفته یکبار و معمولاً در روزهای چهارشنبه انجام می‌شد. اما از نیمه دوم مارچ تا کنون تقریباً در یک دوره ۴۰ روزه تعداد ۶ قرعه‌کشی برای گزینش متقاضیان واجد شرایط از حوزه رقابتی اکسپرس انتری انجام شده است. برای نخستین بار دو قرعه‌کشی در یک روز و ۴ قرعه‌کشی در یک هفته انجام شدند.

یکی دیگر از عملکردهای توسعه‌یافته اداره مهاجرت در این دوران، تمرکز بر گزینش بیشتر منتخبین استانی و برنامه تجربه‌داران کانادایی بوده است.

اداره مهاجرت با تمرکز بر روی این برنامه ویژه، به دنبال بهره‌مندی از پذیرش متقاضیانی است که دارای تجربه کار و همچنین تحصیل در کانادا هستند.

مجموعاً در این دوره ۱۰ هزار و ۳۰۸ دعوت‌نامه ارسال درخواست اقامت دائم برای افرادی که دارای تجربه کار و تحصیل در کانادا هستند، صادر شده است.

تمرکز بر صدور دعوت‌نامه برای متقاضیان داخل کانادا در طی این دوران، این امکان را برای اداره مهاجرت فراهم می‌کند تا سریعتر به هدف تامین سهمیه مورد نیاز سالانه برای گزینش

محبوبیت برنامه مهاجرتی تجربه‌داران کانادایی

| | | |
|--|--|---|
| <p>Montreal Office: Tel: 514-289 9044 (office) / 514- 778 9011 (Mobile) Toll free from Iran: 021-85312878 Address: 1117 Sainte Catherine West, suite #511, Montreal, Quebec, H3B 1H0 Email: info@icpimmigration.com Terhan Office: Tel: 021-2289 4567 / Mobile: 0937 489 6676</p> <p>➔ @ICPimmigrationToCanada Ⓜ @icpimmigrationnc Ⓜ icpimmigrationtocanada</p> | <p>معصومه علی‌محمدی</p> <p>با گروه مجرب خود ارائه کننده کلیه خدمات در زمینه اخذ مجوز اقامت دائم و یا موقت برنامه‌های مهاجرتی فدرال و استانی از طریق سرمایه گذاری، تخصصی، کارآفرینی، خویشاوندی، دانشجویی و... و همچنین تهیه دعوت‌نامه، سوگند نامه و تایید رسمی مدارک در کانادا می‌باشد.</p> <p>جهت مشاوره و تعیین وقت قبلی با دفاتر ما در مونترال و تهران تماس حاصل فرمایید.</p>  |  |
| <p>ICP IMMIGRATION INC. www.icpimmigration.com</p> | | |

اما واقعیت این است که مراحل استخدام خارجی از داخل کشور برای کارفرمایان کانادایی بسیار ساده تر و سریعتر از استخدام متخصصین از خارج از کشور است.

نمی توان از این واقعیت چشم پوشی کرد که تعداد اعظمی از برگزیده شدگان از طریق برنامه اکسپرس انتری بدون داشتن سابقه کار و تحصیل در کانادا هستند. داشتن امتیازات شاخص این متخصصین خارجی جوان نیز در سیستم مهاجرتی کانادا نادیده گرفته نمی شود زیرا بخش اعظم دعوتنامه هایی که برای متقاضیان سیستم اکسپرس انتری صادر می شود، متقاضیانی هستند که عموماً دارای تجربه کانادایی نیستند.

زیرا آنها دارای خصوصیات برجسته ای مانند مهارت بالای زبان، سطح تحصیلات و یا پیشنهاد کاری هستند و یا اینکه به علت نیاز بازار کار استان مورد گزینش قرار گرفته اند.

نتیجتاً هم اکنون داشتن تجربه تحصیل و کار در کانادا در راس انتخاب مهاجرین متخصص برای اداره مهاجرت کانادا قرار دارد.

این صفحه توسط موسسه مهاجرتی آی.سی.پی. ICP Immigration حمایت شده است.

تماس با نویسنده:

معصومه علی محمدی مشاور رسمی مهاجرت، با او می توانید از طریق ایمیل info@icpimmigration.com و وبسایت www.icpimmigration.com در تماس باشید.

دارای تجربه کانادا هستند، خیلی سریعتر و با عملکرد بهتری وارد بازار کار در کانادا می شوند. بنا بر تحقیقات صورت گرفته ورود متقاضیان مهاجرتی با ویژگی های زیر بهترین منافع اقتصادی را برای کانادا دربر خواهد داشت:

- متقاضیان جوان
- دارا بودن تحصیلات دانشگاهی
- دارایی دانش زبان انگلیسی و یا فرانسه
- داشتن تجربه کار و تحصیل در کانادا
- داشتن پیشنهاد کار یا گواهی نامه منتخب استانی

بنابراین کاملاً مشهود است که تجربه کانادایی بسیار دارای اهمیت است و به متقاضیان مهاجرتی کمک می کند تا دانش زبان خود را در حین تحصیل و کار در کانادا افزایش دهند. مهارت زبان مولفه اصلی سیستم امتیازبندی به شمار می رود.

علاوه بر آن، متقاضیانی که دارای تجربه کار و یا تحصیل در کانادا هستند، قادرند به کارفرمایان کانادایی نشان دهند که دانش و مهارت لازم که کارفرمایان به دنبالش هستند، را دارا خواهند بود.

بودن در کانادا همچنین به توسعه شبکه های اجتماعی و حرفه ای که لازمه ورود به بازار کار است، بسیار کمک می کند.

می بایست این نکته را یادآوری کرد که داشتن تجربه کار و تحصیل در کانادا اولویتی نسبت به تجربه کار و تحصیل خارجی ندارد.

مهاجران دست یابد. در سال ۲۰۰۸ اداره مهاجرت کانادا، برنامه تجربه کانادایی را با هدف کمک به دانشجویان خارجی و نیروی کار موقت خارجی برای دریافت اقامت دائم، راه اندازی کرد. این برنامه به سرعت مورد توجه متقاضیان قرار گرفت و سبب افزایش جمعیت دانشجویان و نیروی کار خارجی در کانادا شد.

با وجود اینکه قبل از معرفی برنامه تجربه داران فدرال، استان های مختلف متقاضیانی را که دارای تجربه کار بودند، از طریق برنامه های منتخبین استانی مورد گزینش قرار می دادند اما معرفی برنامه تجربه داران فدرال موجب شد تا تمرکز بیشتری برای گزینش فارغ التحصیلان و افرادی که دارای اقامت موقت کاری هستند از جانب استان ها صورت گیرد.

به مرور برنامه تجربه داران کانادایی زیر شاخه های دیگری همانند برنامه های آزمایشی آتلانتیک و یا برنامه آزمایشی مناطق روستایی و شمالی را به منظور جذب مهاجرین به مناطق کم جمعیت تر معرفی نمود. در حال حاضر این برنامه دارای شاخه ها و برنامه های آزمایشی گسترده ای است و روز بروز با محبوبیت بیشتری در میان متقاضیان مواجه است.

برنامه تجربه کانادایی برای دولت های فدرال و استانی دارای اهمیت های ویژه ای است زیرا داشتن تجربه کانادایی، شاخص بسیار قوی برای وفق پیدا کردن هر چه سریعتر متقاضیان مهاجرتی با بازار کار کانادا است و افرادی که

LOADEX TRANSPORT INC.

شرکت حمل و نقل بین المللی

خدمات حمل و نقل هوایی، دریایی و زمینی
ایران، سراسر کانادا، آمریکا و سایر نقاط جهان
سرویس کامل حمل برای واردات و صادرات کالاها
نرخ های ویژه برای اضافه بار هوایی مسافران

www.loadextransport.com | info@loadextransport.com
Tel: 514-234-3399
Fax: 514-685-3168

سرویس هوایی به شیراز، تبریز، تهران، اصفهان، کرمانشاه و مشهد



شیلدا دعایی

ماندن در «گتو» فرهنگی خود نتیجه‌اش جهل است

با استاد زبان انگلیسی دانشگاه مک‌گیل، آنا پانتو

چگونه زبان بیاموزیم؟ این سوال موضوع گفت‌وگوی ما با یکی از استاد زبان انگلیسی دانشگاه مک‌گیل، خانم آنا پانتو است. در شماره ۵۷۷ مجله هفته مقاله‌ای از خانم آنا پانتو Anna Panunto در هفته منتشر شد که این استاد زبان در آن به اهمیت آموزش زبان انگلیسی پرداخته است. برای توضیح برخی سوالات که در پی انتشار آن مقاله مطرح شده بود از خانم پانتو برای یک گفت‌وگو دعوت کردیم. از ایشان سپاسگزاریم که دعوت ما را پذیرفتند. نتیجه این گفت‌وگو در زیر ارائه شده است.

خانم آنا پانتو، کانادایی-ایتالیایی است و در کبک متولد شده‌اند. مدت حدود ۲۰ سال است که او در دانشگاه مک‌گیل و دبیرستانهای انگلیسی زبان مونترال به تدریس زبان و فرهنگ انگلیسی مشغول است. آنا پانتو همواره بر این تاکید دارد که درک فرهنگ در یادگیری زبان بسیار مهم است.

من در کلاس‌های درس، چه در دانشگاه چه در مدرسه، معمولاً بخشی از دوره را برای اطلاع از دانش آموزان در مورد حقوق خود اختصاص می‌دهم. بعضی اوقات، افراد تازه وارد هیچ اطلاعی درباره موارد خاص ندارند مثلاً: گرفتن یک دکتر خانوادگی، رفتن به یک درمانگاه، تشکیل پرونده‌های اسناد دولتی، معادلسازی مدارک دانشگاهی، معرفی نامه‌های کاری، اهمیت کار داوطلبانه و غیره.

بعضی اوقات، تازه‌واردان حتی در مورد نحوه لباس پوشیدن برای مصاحبه کاری و یا رفتار مناسب در مصاحبه‌های شغلی نیاز به مشاوره دارند. گاهی رزومه این افراد بسیار چشمگیر است اما در مورد چگونگی پاسخ دادن به سؤالات در یک مصاحبه کاری در آمریکای شمالی بسیار مشکل دارند. دانش‌آموزان نمی‌دانند که خود را آیا دو زبانه معرفی کنند یا خیر. من آنها را راهنمایی می‌کنم و به آنها توضیح می‌دهم که در مورد سطح مهارت به زبان انگلیسی نگران نباشند و واقعیت را بگویند و به آنها توضیح می‌دهم که چگونه می‌توانند ضمن دستیابی به آن شغل، مهارت گفتاری خود را در زبان انگلیسی کسب کنید!

در صورتیکه یک تازه‌وارد زبان انگلیسی را بهتر از فرانسه بداند، بهتر است به تکمیل زبان انگلیسی بپردازد یا سراغ زبان فرانسه برود؟ از نظر سرعت جافتادن در جامعه جدید این سوال را مطرح می‌کنم.

سوال خوبی مطرح کردید. درست است تازه‌واردان به ویژه در کبک با این معضل روبرو هستند و از آنجایی که کبک یک استان فرانسوی‌زبان است، زبان فرانسه معمولاً در اولویت قرار دارد. مهاجران افریقای شمالی با این مشکل روبه رو نیستند زیرا آنها در کشورهایشان به زبان فرانسه صحبت می‌کنند اما مهاجران از خاورمیانه، بیشتر افرادی هستند که یادگیری زبان فرانسه را چالش برانگیز می‌دانند. و در این بین، باید توجه داشت که در یادگیری زبان، سن نقش مهمی را ایفا می‌کند. آمار نشان می‌دهد که مهاجران جوان (آنهايي که تا ۳۵ سال سن دارند) دو زبان انگلیسی و فرانسه را همزمان یاد می‌گیرند اما مهاجران مسن (۴۰ سال یا بالاتر) یک زبان را یاد می‌گیرند.

در کبک دوزبانه بودن برای بیشتر مشاغل یک ضرورت است. اینجاست که مشکل بیش از پیش خود را نمایان می‌سازد. به تجربه دیده شده است که بیشتر مهاجران مسن (۵۰ تا ۳۵ ساله) به مدرسه برمی‌گردند و مسیر شغلی خود را تغییر می‌دهند. این گروه سنی یک زبان را برای تکمیل انتخاب نموده و گاهی استان محل سکونت خود را تغییر می‌دهند زیرا دو زبانه بودن برای این گروه سنی دشوار است.

خانم آنا پانتو گرامی شما در عنوان مقاله‌تان که در مجله هفته منتشر شد طرح کرده بودید که آموزش انگلیسی یک حق انسانی است. این عنوان در عین جذاب بودن خیلی سوال برانگیز بوده. منظور شما چیست؟ چگونه می‌تواند یادگیری یک زبان (به غیر از زبان مادری) حق محسوب بشود؟

از نظر من، یادگیری زبان انگلیسی یک حق انسانی است زیرا یادگیری نحوه برقراری ارتباط با دیگران، در یک جامعه به منظور بقا، ضروری است و دقیقاً به همین دلیل من آن را یک حق بشری می‌نامم. برخی از تازه‌واردان فقط به زبان انگلیسی و / یا فقط فرانسوی و در بسیاری از موارد، آن را هم به صورت حتی محدود صحبت می‌کنند، بنابراین، آیا آنها باید از خدمات اجتماعی/ دولتی برخوردار نشوند؟ طبیعتاً پاسخ این سوال منفی است.

زبان انگلیسی یک حق است و یک امتیاز نیست البته باید توجه داشت که یادگیری زبان همچنین بخشی از یادگیری فرهنگ کانادایی است و یادگیری فرهنگ کانادایی برای تازه‌واردانی که به دنبال یافتن شغل هستند بسیار کمک‌کننده است.



مشاور امور مالی، فارغ التحصیل دانشگاه صنعتی شریف و ETS

Matin Tirehdast
Financial Advisor at Industrial Alliance

متین تیره دست

514-690-6181

- بیمه عمر
- بیمه مسافرتی
- بیمه وام مسکن
- بیمه از کار افتادگی
- حساب های پس انداز و سرمایه گذاری
- برنامه های باز نشستگی
- حساب سرمایه گذاری کودکان



زبان انگلیسی یک حق است و یک امتیاز نیست البته باید توجه داشت که یادگیری زبان همچنین بخشی از یادگیری فرهنگ کانادایی است و یادگیری فرهنگ کانادایی برای تازه‌واردانی که به دنبال یافتن شغل هستند بسیار کمک‌کننده است. آموزش زبان انگلیسی در روش من، یک روش فعالانه و ترغیب‌کننده برای داشتن دو زبان است. من بیشتر از این کاری انجام نداده‌ام که البته این به خودی خود چیز زیادی است، ۲۲ سال تدریس!

خانم آنا پانتو گرامی از شما سپاسگزاریم.



درباره آنا پانتو Anna Panunto:

او دارای مدرک کارشناسی ارشد در زمینه مطالعات آموزشی از دانشگاه مگیل است. او به عنوان معلم در هیئت‌بورد مدارس انگلیسی زبان مونترال در دانشکده تحصیلات تکمیلی دانشگاه مگیل برای ۲۰ سال تدریس کرده است. آنا پانتو همچنین کتاب‌های شعر و داستان‌های کوتاه و مقالات منتشر می‌کند و به زبان‌های انگلیسی، فرانسه و ایتالیایی صحبت می‌کنند.

در مقاله‌تان، شما کبک را یک جامعه متفاوت از استان‌های دیگر در کانادا معرفی می‌کنید. منظورتان چیست؟

کبکی‌ها ذهنیت متفاوتی دارند برخی از آنها مسلط به دو زبان هستند و برای فرهنگ‌های مختلف تفکری باز دارند (دوستانی با فرهنگ‌های مختلف دارند، با کسی از فرهنگ دیگری از دواج می‌کنند و با آنها زندگی می‌کنند، به سرزمین‌های دیگر سفر می‌کنند، با فرهنگ‌های دیگر کار می‌کنند، تجارت الکترونیکی و ...) معمولاً کبکی‌ها که در شهر زندگی می‌کنند و یا در محله‌های چند فرهنگی در حومه شهرها قبلاً در معرض چند فرهنگی قرار گرفته‌اند و سازگار شده‌اند.

برخی دیگر بسته هستند به این معنا که فقط در جمع هم‌زبان‌های خود بوده‌اند و این ذهنیت بسته برای مهاجران و کودکان و خانواده‌های آنها نیز خواهد بود. من خودم یک تجربه ناخوایسته را از دوران کودکی در همین زمینه بسته بودن ذهن دارم. به عنوان مثال: بعضی از ایتالیایی-کانادایی‌هایی را می‌شناسم که فقط در جمع خودشان باقی می‌مانند و اصلاً پیوندی به بیرون از زبان و فرهنگ خود ندارند که این امر باعث می‌شود تا آنها محدود به جامعه خود شوند و از نظر آگاهی بر تنوع فرهنگی بسیار ضعیف عمل کنند. عواقب این امر چیست؟ جهل! و متأسفانه جهل منجر به تبعیض در جامعه می‌شود. بنابراین باید توجه کنیم که، تحمل فرهنگی همراه با آموزش است که تحقق می‌یابد. من به عنوان یک معلم، در داخل و خارج از کلاس، و یک زن اجتماعی و حامی حقوق زنان، روزانه تمام تلاش خود را می‌کنم تا درک تحمل فرهنگی را در دیگران ایجاد کنم و البته باید به این نکته توجه داشته باشیم که ما نمی‌توانیم دیگران را ملزم به دوست داشتن افراد کنیم، اما می‌توانیم دیگران را به احترام گذاشتن به افراد جامعه از هر قشر و طبقه که باشند و احترام به حقوق سایر افراد موظف کنیم.

به عنوان سوال آخر به جهت کاربردی چرا اینقدر بر آموزش زبان انگلیسی تاکید دارید؟

در مقاله خود به خوانندگان یادآوری می‌کنم که کبک یک استان فرانسوی‌زبان است و در اینجا دوزبانه بودن یک ضرورت است این مقاله به همه یادآوری می‌کند که

به نظر می‌رسد انجام کارهای داوطلبانه در یک مرکز اجتماعی یکی از روش‌ها مؤثر برای بهبود مهارت‌های زبانی برای مهاجران باشد. زیرا مهم است که آنچه را که در کلاس یاد می‌گیرند در خارج از آن تمرین کنند.

داشتن آگاهی از فرهنگ جامعه برای دانش‌آموزان مهاجر چقدر مهم است؟ در مورد معلمان چطور؟ چگونه معلمان و دانش‌آموزان می‌توانند این آگاهی را توسعه دهند؟

آگاهی فرهنگی یک فرایند است که می‌تواند از کلاس به کلاس دیگر متفاوت باشد. همه اینها به ترکیبی از دانش‌آموزان بستگی دارد. بعضی اوقات، اگر فرهنگ غالب وجود داشته باشد یعنی مثلاً تصور کنید ۱۴ ایرانی در یک کلاس بیست نفره دارید. این کلاس نسبت به کلاس دیگر که میکس متنوع‌تری دارد، از نظر فرهنگی هم متفاوت خواهد بود. مدرس قوانین اساسی در کلاس را برای ارتباطات را تعیین می‌کند. باید گفت این کاری است که من سال‌ها است انجام می‌دهم و نقش دانش‌آموزان در کلاس این است: چگونگی گوش دادن به هم‌کلاسی‌ها، ارائه بازخورد مفید و سازنده، کارآمد بودن در گروه‌ها و ... نقش اساسی دانش‌آموزان در کلاس این است که یک ذهن باز داشته باشند و سازگار باشند که البته سازگازی، همیشه اتفاق نمی‌افتد زیرا سوء تفاهمات فرهنگی ممکن است رخ دهد که البته معلم، برطرف کردن این درگیری‌ها را بر عهده دارد تا سازگاری را در کلاس ایجاد کند که البته گاهی هم موفق نمی‌شود!

ناسازگازی به لحاظ تفاوت فرهنگی همیشه بد نیست زیرا معلمان و دانش‌آموزان از آن درس می‌گیرند. این نکته مهم است که همواره هدف ما این باشد که بخواهیم از ناسازگازی فرهنگی با هم‌کلاسی‌های خود یاد بگیریم تا بتوانیم درک بهتری از تفاوت‌های فرهنگی داشته و به این ترتیب، به توسعه و رشد درک فرهنگی خودمان در جامعه کمک کنیم.

متخصص و مشاور در امور املاک
مسکونی، تجاری و مسکونی در آمدزا در حوزه مونترال بزرگ



ارزیابی و مشاوره رایگان در امر خرید و فروش ملک
همراه با تیمی مجرب در امور بازرسی فنی، امور حقوقی و تهیه وام

امیر نایمی

Cell: (514) 944-1348
Tel: (514) 683-8686
amir.naimi@ramier.ca





We Make Your Dreamy Building a Reality

**CONSTRUCTION
AMAJ Inc**

طراحی، نظارت و اجرا
 کلیه خدمات ساختمانی،
 تاسیساتی و برقی
 دارای مجوز رسمی از اداره ساختمان کبک

**Designing, Supervising and Implementation
Construction, Mechanic and
Electricity**

AMAJ Group
 R.B.Q #: 5773-7520-01




طراحی، بازدید و برآورد رایگان

Phone: (514) 942-9969
 Website: www.amajco.ca

- طراحی و نوسازی کامل ساختمان
- بازسازی کامل ساختمان به انضمام طراحی و دکوراسیون داخلی منزل به همراه کلیه لوازم
- تغییر محل پله، تغییر و تقویت اسکلت ساختمان
- بازسازی کامل آشپزخانه، تعویض کابینت، حمام و سرویس بهداشتی
- اجرای یونیت شیشه‌ای حمام
- اجرای عایق بندی دیوارهای بیرونی جهت کاهش مصرف برق ساختمان
- تعمیر، تعویض و اجرای پلی استر
- تعویض سیستم قدیمی گرمایش و سرمایش با سیستم مدرن و کم مصرف
- تغییر آمپراژ از ۱۰۰ به ۲۰۰
- تعمیر و تعویض پوشش سقف با ضمانت ۴۰ ساله
- طراحی و اجرای محوطه و نورپردازی مدرن
- هوشمند سازی ساختمان و سیستم کنترل ساختمان از راه دور
- طراحی و اجرای دکوراسیون کامل فروشگاهها متناسب با نوع فعالیت

عبداله
صفوی

Abdollah
SAFAVI

Financial Security Advisor
Investment Representative

مشاور امنیت مالی
نماینده سرمایه گذاری

مالیات کمتر
پس انداز بیشتر
سرمایه گذاری مناسب تر
همگی در یک ظرف

مشاوره رایگان

Mobile: 514-467-8491
Office: 514-931-4242 ext. 2567

abdollah.safavi@f155.com

[mqsf.ca](https://www.instagram.com/mqsf.ca)
[mqsf.ca](https://www.facebook.com/mqsf.ca)
[mqsf.ca](https://www.linkedin.com/company/mqsf.ca)





canada life



Freedom 55
Financial

A Member of Canada Life Insurance Company



QUADRUS

Quadra Financial Services Ltd.



Cafe Shiraz

(438) 401-8546

1970 Saint-Catherine St W, Montreal, QC H3H 1M4



پرونده

Histoire de couverture

خسرو شمیرانی

یک روز یک پرستار در خط مقدم مبارزه با کرونا

گفت‌وگو با مریم پور تنگستانی:

با تجهیزات کافی مرگ و میر به مراتب کمتر می‌شد

یکشنبه شب است. چند ساعت پیش از یک روز سخت کاری را پشت سر گذاشته و الان در خانه است. مریم پور تنگستانی با بیش از ۲۰ سال سابقه در حوزه سلامتی، از اورژانس تا مناصب مدیریتی می‌گوید این روزها به هیچ وجه با دوران سارس هم قابل مقایسه نیست. همه چیز متفاوت است. همه چیز نگرانی آفرین و بعضی چیزها ترسناک است.

کار او این است که از صبح طبق یک برنامه از پیش تعریف شده به خانه بیمارانش می‌رود، بیمارانی که روزهای آخر عمر خود را طی می‌کنند. امروز اولین بیماری که ملاقاتش کرد، روز آخرش بود. می‌گوید: «بیمار تب داشت. مشکل تنفسی داشت و حالت تهوع. اینها همه علائم کووید ۱۹ است اما تازه از بیمارستان مرخص شده بود و در پرونده اش قید شده بود که تست کرونای او منفی بوده است. کارهایش را انجام دادم و به سوی بیمار بعدی رسیدم. نزد بیمار دوم بودم که دخترش تلفن زد و درخواست کرد برگردم. دختر ترسیده بود و نگران مادر بود. کارم را نزد بیمار دوم تمام کردم و برگشتم. وقتی که رسیدم دیگر از دست رفته بود.»

مریم پور تنگستانی یکی از سربازان جبهه مبارزه با کرونا است؛ سربازانی که دشمن‌شان نه یک انسان دیگر بلکه ویروسی مرگ‌آفرین است. این دشمن تا این لحظه، آخرین ساعات دوشنبه ۲۷ آوریل، فقط در کانادا ۲۷۰۷ و در

به ما ماسک کافی و گان نمی‌دادند. یکی از بیماران من در منزل بود و تمام علائم مهم کرونا از جمله تب، سرفه‌های شدید و تنگی نفس را داشت و حتی تستی هم از ایشان گرفته نشده بود. دکترهای دیگر به من گوشزد می‌کردند که هنگامی که به آنجا می‌روم باید تمام موارد بهداشتی را رعایت کنم و لباس‌های مخصوص بپوشم، اما وقتی من به دفتر مربوطه رفتم تا این وسایل را تهیه کنم به من گفتند هیچ یک از این وسایل موجود نیست



او در انگلیس درس می‌خواند. دو ماه پیش که از انگلیس به فرودگاه آمد، برای اینکه باید خودش را ایزوله می‌کرد، حتی نتوانستم این بچه را در آغوش بگیرم. در فرودگاه از شوق اینکه رسیده بود گریه می‌کرد ولی من مثل غریبه‌ها باید از او فاصله می‌گرفتم.

نرس‌های ما کووید ۱۹ دارند و در حال حاضر خانه‌نشین شدند تا دوره نقاهت و سرایت را بگذرانند؛ بنابراین هر روز که از منزل خارج می‌شوی به صحنه جنگ می‌روی؛ یعنی باید آماده مبارزه باشی. به هر خانه که می‌روی باید آماده درگیر شدن با بیماری باشی.

از چند نفر ۱۱ نفر مبتلا شده‌اند؟ همکارانتان را می‌گوییم. چند نفر هستید؟ در این مرکز ما ۴۰ نفر همکار هستیم.

کار شما زیر نظر یک بیمارستان است یا یک مرکز متفاوت؟

درمان در اینجا به این صورت است: تا زمانی که بیماران در بیمارستان هستند تحت مراقبت پزشکان بیمارستان‌اند. ولی زمانی که به خانه منتقل می‌شوند، مراکزی مثل مرکز ما آنها را در خانه‌های خودشان نگهداری می‌کنند. این مؤسسه نرس‌ها را به‌جایی که مریض نگهداری می‌شود می‌فرستد. ما یک گروه از نرس، پزشک، فیزیوتراپیست و... هستیم تا ارائه خدمات درمانی در منازل بیماران ادامه پیدا کند. یعنی از زمانی که از بیمارستان ترخیص می‌شوند یک پزشک مواظبشان است و پیگیرشان می‌کند و دارو به دستشان می‌رساند، وقتی درد دارند داروهای مسکن تزریق می‌شود. بیشتر کسانی هستند که کنسر یا بیماری قلبی دارند و بیمارستان دیگر آنها را پذیرش نمی‌کند و درمان‌های بیمارستان برایشان کارایی ندارد.

گفتید بیماران شما در مرحله نهایی هستند، در نتیجه شرایط حاضر باید مشکلات ویژه‌تری ایجاد کند، درست است؟

مریض‌های ما هم اکثراً سرطان دارند، برخی هم ناراحتی قلبی و کلیوی دارند و باید دیالیز شوند. این است که اضطراب کار در این شرایط بسیار بالاست و برای همین اگر قبل از این دوره

و آماده‌اش کردم. با «فیونرال هوم» (دفتر گورستان) تماس گرفتم و تأیید کردم که بیمار فوت شده و باید از منزل منتقل بشود.

گفتید طبق اطلاعات پرونده تست کرونا بیمار شما منفی بوده. با توجه به نشانه‌هایی که دیده‌اید و تجربه‌ای که دارید چه فکر می‌کنید؟

بله در پرونده نوشته شده بود که تست کووید-۱۹ منفی بوده ولی در دستورالعمل برای من نوشته بودند که باید همه موارد ایمنی و حفاظتی را رعایت کنم. باید حتماً ماسک N۹۵ بزنم باید دست و صورت‌م را بپوشانم و از گان استفاده کنم.

واقعیت این است که این کار دشواری است وقتی که باید همه جزئیات کامل ایمنی را برای هرکدام از مریض‌ها رعایت کنی. باید مدام دست‌هایت را بشویی و همه وسایلت را ضدعفونی کنی.

سراغ مریض بعدی رفتم. این بیمار هم ناراحتی سرطان ریه دارد. سرفه می‌کند، تب هم دارد. همه علائم کووید ۱۹ دارد. دکتر می‌گوید بیمار در خانه است، اگر کووید ۱۹ هم داشته باشد نمی‌توانیم به بیمارستان ببریمش برای اینکه محیط بیمارستان پر از جرم است. حالا من باید همه این نکات را دوباره رعایت بکنم و برای این بیمار بروم.

در این شرایط کار خیلی سخت می‌شود. یعنی شما ماسک هم زدی، همه موارد را هم رعایت کردی و می‌خواهی مریض را ببینی، باید صدای شش‌ها را گوش بدهی و برای اینکه از طریق سرم آنتی‌بیوتیک می‌گیری باید IV لاین بگذاری. به هر حال اول و آخر در این دقایق نفس شما و بیمار درهم‌تنیده است. شما هرچقدر هم که رعایت بکنی این ترس وجود دارد؛ ترس از اینکه تو هم خلاصه گرفتار می‌شوی و احتمال گرفتن کووید ۱۹ در این شرایط بسیار زیاد است؛ و این ترس و اضطراب انرژی می‌گیرد.

الآن در همین مرکزی که من کار می‌کنم یازده نفر از

سطح جهان ۲۰۸ هزار ۱۰۱ قربانی گرفته است. برای ارائه تصویری از فعالیت یک پرستار در این روزهای دشوار با خانم پورتنگستانی گفت‌وگو کردیم. از ایشان بی‌نهایت سپاسگزاریم که باوجود اینکه روز سختی را پشت سر گذاشته بود فرصت این گفت‌وگو را به «هفته» داد.

خانم مریم پورتنگستانی عزیز خیلی ممنونم که برای این گفت‌وگو وقت گذاشتید. امروز شما سر کار بودید. چه مدتی است به منزل رسیدید؟ امروز ساعت سه به خانه رسیدم.

تاجایی که می‌دانم روز سختی داشتید. امروز چطور شروع شد؟

لیست مریض‌هایم را داشتیم که باید نگاه می‌کردم. طبق لیستی که داشتیم مریض‌های من هیچ‌کدامشان کووید ۱۹ مثبت نبودند. اولین بیمارم روز قبل از بیمارستان مرخص شده بود، دو هفته در بیمارستان بستری بود؛ برای بیماری ذات‌الریه، یعنی همان عفونت ریه.

رفتم مریض را دیدم. اصلاً حالش خوب نبود. پرونده‌اش را دوباره چک کردم. تست کرونا منفی بود. تب داشت. تنفسش دشوار بود و حابت تهوع داشت. حالش به قدری بد بود که حتی نمی‌توانستم فشارخونش را بگیرم. چند دارو به او دادم. دخترش هم آنجا بود و نگران. باید او را هم آرام می‌کردم.

بعد از انجام همه رسیدگی‌های لازم و ممکن رفتم مریض بعدی را ببینم. آنجا که بودم دخترش زنگ زد و با صدایی لرزان گفت: لطفاً بیایید مادرم دارد می‌میرد. گفتم نزد مریض دیگر هستم کمی آرامش به او بده و مراقبش باش تا من بیایم. ده دقیقه بعد زنگ زد و گفت مادرش فوت کرده. خودم را به او رساندم. بیمار دیگر نه ضربان قلب داشت و تنفس‌اش متوقف شده بود. باید مرگ را رسماً تأیید می‌کردم. به دخترش کمک کردم

اتفاقاً همین نکته‌ای که به آن پرداختید سؤال بعدی من بود که کرونا چه تغییری در کار و پروسه فعالیت حرفه‌ای شما به وجود آورده. شما به یک جنبه آن پرداختید. نکات دیگری هم وجود دارد که تحت تأثیر کرونا تغییر دراماتیکی در کار و حرفه شما ایجاد کرده باشد؟ غیراز آن الآن نرس‌هایی هستند که خودشان آسم یا ناراحتی قلبی دارند یا سناشان بالا رفته و در خانه ماندگار شدند و می‌ترسند سر کار بروند. برای همین اینها از نظر مالی زیر فشار هستند. البته ما سر کار می‌رویم ولی یک سری از همکارانمان به خاطر شرایطشان نمی‌توانند سر کار بروند. ما که سر کار می‌رویم متوجه می‌شویم اوضاع برای خانواده هم سخت است. کسانی هستند که بچه کوچک در خانه دارند یا همسرشان و بالاخره افراد دیگر خانواده. آنها این فشار را بیشتر احساس می‌کنند. زمانی که وارد خانه می‌شویم حتی نمی‌توانیم به فرزندان نزدیک شویم. اینها فشارهایی روانی است که هم برای خود ما و هم برای خانواده‌مان دشوار است.

الآن شما در خانه بچه دارید؟

من بچه ندارم ولی دخترخوارم پانزده سال دارد و پیش من زندگی می‌کند. او نوجوان است و نتوانسته نزد پدر و مادرش برود چون آنها هم در فلوریدا قرنطینه هستند. دختر خوارم اینجا باید می‌ماند و به‌عنوان یک کانادایی باید در اینجا زندگی بماند. این است که با من زندگی می‌کند. وقتی به خانه می‌آیم باید خیلی رعایت کنم و مواظب باشم که او مریض نشود.

من حدس می‌زنم خاله و خواهرزاده رابطه بسیار نزدیکی باهم دارند. آخرین باری که توانستید خواهرزاده‌تان را با خیال راحت در آغوش بگیرید و نوازشش کنید کی بوده؟

او در انگلیس درس می‌خواند. باور نمی‌کنید دو ماه پیش که از انگلیس به فرودگاه آمد، برای اینکه باید خودش را ایزوله می‌کرد، حتی نتوانستم این بچه را در آغوش بگیرم. در فرودگاه از شوق اینکه رسیده بود گریه می‌کرد ولی من مثل غریبه‌ها باید از او فاصله می‌گرفتم. خیلی دردناک بود. این دختر در خانه من بزرگ شده، مثل دختر خودم است؛ یعنی رابطه ما بسیار نزدیک است. بعد از دو هفته که قرنطینه‌اش تمام شد من فقط توانستم با ترس‌ولرز یک ماچ و بغل مختصر بکنم و دیگر تماماً و همچنان با ترس‌ولرز زندگی می‌کنم و حتی توی ماشین که برای خرید یا کاری بیرون می‌رویم و کنار هم می‌نشینیم خیلی مواظب هستم. پیش خودم وجدانم ناراحت است. به او بروز نمی‌دهم ولی پیش وجدان خودم ناراحت هستم که مباداً مثلاً ماشین من آلوده شده باشد. گرچه مرتب تمیزش می‌کنم. یا مثلاً خودم یا وسایل منزل. مدام فکر می‌کنم همه‌چیز آلوده است و من موجب آن هستم. این نگرانی‌ها همواره همراه ماست و متأسفانه این امر در روابط خانوادگی هم خیلی تأثیر دارد.

من یک‌بار دیگر برمی‌گردم به سؤال اولم، شما بعد از اینکه امروز برای مریض اولتان این اتفاق افتاد و من بسیار متأسف هستم و به شما تسلیت می‌گویم، توانستید روزتان را ادامه دهید و مریض‌های دیگر را ببینید. بقیه روزتان چگونه گذشت؟

بله. گفته بودم که در حال حاضر تخصص و وظیفه من رسیدگی به بیماران مرحله نهایی است. اکثر بیمارهایم حالشان خوب نیست پس چنین اتفاق‌هایی معمولاً رخ می‌دهد. اتفاقاً امروز یک مریض دیگر را هم ملاقات کردم که مریض من نبود ولی من باید ویزیتش می‌کردم. رفتم دیدم دکتر و خانواده‌اش آنجا هستند و آن مریض هم فوت کرده. در صورتی که من اصلاً در جریان نبودم. او هم سرطان داشت و کووید ۱۹ منفی بود. با دکتر کمک کردیم و مریض را آماده کردیم و بیرون آمدیم. مریض‌های دیگر را هم دیدم، یکی آمپول احتیاج داشت، باید تزریق می‌کردم. مریض دیگری را باید آی.وی لاین برایش می‌گذاشتم. اتفاقاً دو تا مریض ایرانی هم داشتیم. مریض‌ها را یکی یکی می‌بینی و به خانه برمی‌گردی. ولی وقتی برگشتی دیگر خسته مطلق هستی. انگار که آن روز را با خستگی شروع کردی.

این یک روز کاری ما هست. از این مریض به آن مریض. هرکدام هم مشکلاتی دارند، مخصوصاً مریض‌های ما که در مرحله نهایی Palliative care هستند. در این شرایط احتمال اینکه خدای نکرده این مریضی را به آنها انتقال بدهی بسیار زیاد است و آدم مدام احساس ناراحتی وجدان دارد که نکند من خودم عامل این مسئله باشم. آنها هم مسن هستند و هم سرطان و بیماری دارند. خلاصه شرایطش را دارند، نکند من این ویروس را به آنها منتقل کنم. برای همین سعی می‌کنم با وسواس همه موارد ذکرشده را رعایت کنم.



کار من شش ساعت طول می‌کشید الآن هشت تا ده ساعت طول می‌کشد. واقعاً وقتی به منزل می‌روم دیگر توانی برایم نمانده. تازه زمانی که به خانه می‌رسی باید خودت و لباس‌هایت را بشویی. الآن کار کردن به‌عنوان یک نرس بسیار دشوار و پر از اضطراب و نگرانی است. هم برای ما هم برای خانواده‌ها. آنها هم می‌ترسند و می‌گویند که با همه قطع ارتباط کردند. مخصوصاً سالمندانی که تعدادشان هم در کانادا زیاد است. بچه‌هایشان برایشان خرید می‌کنند و پشت در می‌گذارند و می‌روند. ولی اینها چون به رسیدگی‌های نرس احتیاج دارند ما باید برویم. و به آنها رسیدگی‌های لازم را بدهیم ... طفلکی‌ها آنها هم وقتی ما می‌رویم نگران‌اند؛ چرا که این ما هستیم که از بیرون نزد آنها می‌رویم و ممکن است ویروس را با خودمان به منزل آنها ببریم.

یکی از علت‌های اصلی فوت پرستاران

خانگی، همین کمبودها بود که به علت استفاده چندباره از وسایل، بیماری را هم بین بیماران و هم در بین خود منتقل می‌کردند. این مسئله کمبود ماسک، گان و دستکش، مسئله خیلی مهمی است که هنوز هم ادامه دارد.

”

“



بازرگانی MBA فارغ‌التحصیل شده و نزدیک به مدت ده سال هم در مشاغل مدیریتی بیمارستان کار کرده است. خودش می‌گوید: «بعد از آن دیگر فقط کار ویزیت انجام می‌دهم.» او اکنون پرستار متخصص بیماری‌هاست که ماه‌های آخر عمر را خود را می‌گذراند: «بیمارهای من طبق گفته پزشکانشان سه ماه آخر زندگی را می‌گذرانند. آنها در خانه‌هایشان هستند؛ می‌رویم ویزیتشان می‌کنیم و رسیدگی‌های لازم را انجام می‌دهیم. تلاش ما این است که یک شرایط راحتی برای آخرین روزهای زندگی‌شان فراهم کنیم. تقریباً سه سال اخیر مشغول به انجام این کار هستم.»

درباره مریم پور تنگستانی

مریم پور تنگستانی تقریباً سی سال پیش به کانادا، تورنتو مهاجرت کرد. بعد از آموزش زبان، آموزش نرسینگ را آغاز کرد و از سال ۱۹۹۸ به عنوان پرستار مشغول فعالیت است. او درباره سالهای اول حضورش در کانادا می‌گوید: «به مدت دو سال کالج رفتم و بعد از آن برای گرفتن مدرک لیسانس نرسینگ به مدت سه سال مشغول به تحصیل در دانشگاه بودم. بعد دوره تخصصی اورژانس و اتاق عمل را گرفتم.» او به مدت ده سال در قسمت اورژانس یکی از بیمارستان‌های تورنتو کار کرده است و همزمان با تحصیل در رشته مدیریت

”

الآن که این ویروس در حال گسترش است و دارد وارد اجتماع می‌شود. قبل از این بیشتر در بیمارستان‌ها بود. زمانی که ما برای ویزیت می‌رویم باید در هر صورت به چشم یک کیس کووید ۱۹ مثبت به بیماران نگاه کنیم.

حس می‌زنم شما با بیماری‌هایی که در اثر کرونا فوت شده باشند هم سروکار داشته‌اید، آیا این درست است؟

من هنوز با این مورد مواجه نشده‌ام که یکی از بیمارانم فقط بر اثر کرونا فوت شده باشد. اما به احتمال خیلی زیاد بیماری که امروز فوت کرد به دلیل کرونا بود گرچه اعلام کردند که جواب تست کرونا او منفی بوده اما تمام علائم کرونا را داشت. بیمار هم تب داشت و هم تنگی نفس بسیار شدید داشت و تمام علائم در ایشان مشاهده شده بود اما در بیمارستان جواب تست را منفی اعلام کردند. واقعیت این است که بعضی وقتها جواب این تست‌ها قابل باور نیستند. دو هفته بعد از بستری بودن در بیمارستان، ایشان بعلت منفی بودن جواب تست از بیمارستان به منزل آمدند ولی وقتی من ایشان را دیدم به دخترشان هم گفتم که شما و اطرافیان ایشان در منزل باید کاملاً موارد بهداشتی را رعایت کنید، مدام دست‌های خود را بشویید و لباس‌های خود را عوض کنید و حتی مدام دوش بگیرید. و همچنین تاکید کردم بدون رعایت کردن این موارد به منازل خود بازنگردند.

این بیمار چند سال داشت؟

بیمار ۸۲ سال داشت.

شما در جایی اشاره کردید که در حین کار باید چندین بار دستکش عوض کنیم. یکی از مسائل مهم خبری در هفته‌های اخیر این موضوع بوده که آیا کادر درمان با کمبود وسایل و امکانات پزشکی مواجه هستند؟

بله، اتفاقاً این مورد بسیار مهمی بود که چندین جلسه به واسطه آن داشتیم. به ما ماسک کافی و گان نمی‌دادند. برای مثال یکی از بیماران من در منزل بود و تمام علائم مهم کرونا از جمله تب، سرفه‌های شدید و تنگی نفس را داشت و حتی تستی هم از ایشان گرفته نشده بود. دکترهای دیگر به من گوشزد می‌کردند که هنگامی که به آنجا می‌روم باید تمام موارد بهداشتی را رعایت کنم و لباس‌های مخصوص بپوشم، اما وقتی من به دفتر مربوطه رفتم تا این وسایل را تهیه کنم به من گفتند هیچ یک از این وسایل موجود نیست و وقتی با مدیر آنجا صحبت کردم به من گفتند که طبق قوانین رفتار می‌کنیم. این قوانین می‌گویند که شما با همین ماسک‌های معمولی هم می‌توانید بروید و من تاکید کردم که این بسیار کار اشتباهی است. چندی بعد اتحادیه‌ی ما وارد شد و در حال حاضر این قضیه را پیگیری می‌کند و بعد از جلسات متعددی که با اتحادیه داشتیم و با فشار مدیریت و اتحادیه، الان یک سری ماسک‌های N۹۵ را به ما تحویل می‌دهند و گرنه ما این ماسک‌ها و حتی گان را تا قبل از آن موجود نداشتیم. مواردی را داشتیم که بسیاری از بیماران که از قبل آنها را تهیه کرده بودند،



در صحبت‌هایتان در مورد مریض‌های امروزتان که تستشان کووید ۱۹ منفی بود گفتید اگر مثبت بودند هم به خانه فرستاده می‌شدند؛ یعنی ممکن است شما مریضی را در خانه ببینید که کووید ۱۹ مثبت باشد؟

بله آنهایی که مثبت هستند ولی احتیاج نیست که در بیمارستان نگهداری شوند یا اینکه مثبت هستند در بیمارستان هم بوده‌اند و حالا خوب شده‌اند و به خانه منتقل شدند که دوران نقاهت‌شان را در خانه بگذرانند. ما باید برویم و ویزیتشان کنیم.

تنها کاری که می‌توانیم بکنیم این است که ریزه‌ریز دستورالعمل‌ها را رعایت کنیم. دیگر فرقی نمی‌کند که بیمار مثبت است یا منفی. مخصوصاً



ماسک‌های مصرف نشده خود را به ما می‌دادند. بیماری داشتیم که یک بسته کامل به من ماسک داد و من هنوز هم در حال استفاده از همان ماسک‌ها هستم. یکی از علت‌های اصلی فوت پرستاران خانگی، همین کمبودها بود که به علت استفاده چندباره از وسایل، بیماری را هم بین بیماران و هم در بین خود منتقل می‌کردند. این مسئله کمبود ماسک، گان و دستکش، مسئله خیلی مهمی است که هنوز هم ادامه دارد. یکی از دوستان من که در قسمت اورژانس فعالیت دارد می‌گوید ما در طول کار از زمان شروع تا پایان، تنها از یک ماسک استفاده می‌کنیم یعنی ۱۲ ساعت کار تنها با یک ماسک که حتی به‌خاطر بو گرفتن تنفس با آن بسیار سخت می‌شود. حال فکر کنید در این میان با بیماران کوویدی هم ممکن است در ارتباط باشیم، در اینصورت آن ماسک را نباید دوباره به صورت برگرداند یا هنگام خوردن آب ماسک را در بیابیم و دوباره بیوشیم. این کار اصلا منطقی و درست نیست و بیماری به خودمان منتقل خواهد شد اما متأسفانه هم بیمارستان‌ها و هم کادر مراقبت خانگی دچار کمبود امکانات می‌باشند که از علت‌های اصلی شیوع بیماری همین مورد است.

یعنی از نگاه شما بعنوان یک فرد حرفه‌ای در عرصه سلامتی، اگر کادر سلامت امکانات کافی را در اختیار داشت، آمار مرگ و میر ناشی از ویروس کرونا در کانادا پایین‌تر از این میشد؟

حتما همین‌طور است. چرا که نیمی از افرادی که طبق این آمار فوت شده‌اند از بین افراد کادر درمان خانگی بوده‌اند. به این پرستاران حتی یک ماسک یا دستکش درست نمی‌دادند و همین باعث شد که ویروس از یک پرستار به دیگری انتقال پیدا کند. از طرفی بخاطر شرایط سنی این گروه، بعد از انتقال بیماری شاهد مرگ و میر آنها بودیم. یعنی اگر از روز اول امکانات کافی در اختیار این عزیزان قرار می‌گرفت، شاهد این حجم از تلفات نمی‌شدیم. متعاقبا با کمبود در کادر مراقبت، الان در کبک، ارتش را برای کمک‌رسانی وارد کرده‌اند. از طرفی برای تمام این اتفاقات، اتحادیه پرستاران در حال اقدام قضایی علیه دولت است تا آنها را به دادگاه بکشاند. شما در نظر بگیرید از تیم ۴۰ نفره ما ۱۱ نفر به کووید ۱۹ مبتلا شده‌اند یعنی بیشتر از ۲۵ درصد افراد تیم. علت بالا بودن مرگ و میر در سیستم مراقبت خانگی در وهله اول بخاطر کمبود پرستاران است.

”
مورادی را داشتیم که بسیاری از بیماران که از قبل آنها را تهیه کرده بودند، ماسک‌های مصرف نشده خود را به ما می‌دادند. بیماری داشتیم که یک بسته کامل به من ماسک داد و من هنوز هم در حال استفاده از همان ماسک‌ها هستم.

دولت انتاریو اخیرا یک تصمیمی گرفت مبنی بر اینکه پزشکانی که تحصیل کرده خارج از کشور هستند، در فعالیت‌های پزشکی مشارکت داشته باشند. آیا این حضور و مشارکت را شما در کادر درمان حس می‌کنید؟ تا آنجا که می‌دانیم این گروه متشکل از چندین هزار نفر هستند.

هنوز تاثیر این تصمیم دیده نشده است. بله هستند نفراتی که فایل‌های خود را ارسال کرده‌اند اما هنوز این فایل‌ها در دست بررسی هستند ولی هنوز به نتیجه‌ای نرسیده است. این کار در انتاریو بسیار سخت است چون همانطور که می‌دانید تیم سلامت انتاریو بسیار حساسیت به خرج می‌دهند و خیلی به سختی با کادر درمان خارج از کانادا ارتباط برقرار می‌کنند. بابت همچنین تصمیمی بسیار خوشحال شدیم مخصوصا برای پزشکان ایرانی، ولی هنوز این افراد به صحنه کار نیامده‌اند اما می‌دانیم که همچنان بر روی این مسئله کار می‌شود.

اخیرا یک مجموعه‌ای از پزشکان ایرانی تبار، نامه‌ای را نوشتند و از دولت کبک خواستند تا همین تصمیم مشابه دولت انتاریو را بگیرد. آیا جذب پزشکان خارجی برای اتحادیه شما مهم بوده که وارد شود؟

در رابطه با پزشکان خیر. اتحادیه ما در رابطه با پرستاران این کار را انجام می‌دهد. حدود ۱۰ سال پیش در انتاریو قانونی را وضع کردند که پزشکانی که در خارج از کشور درس خوانده‌اند و امتحانات اینجا را نتوانسته‌اند پاس کنند، می‌توانند بعنوان پرستار شروع به فعالیت کنند. اتفاقا عده بسیار زیادی آمدند که هم جامعه پزشکان ایرانی و هم آمریکای لاتین و حتی متخصصین را در بر می‌گرفت که بعنوان پرستار شروع به کار کردند. کما اینکه از آن دوران الان در تیم ما دو پزشک افغان و یک پزشک ایرانی است که در کنار ما بعنوان پرستار مشغول به کار هستند.

این قانون تا سه سال پابرجا بود اما بعد از آن متوقف شد چرا که خود اتحادیه پرستاران به خاطر نوع کار آنها شکایت می‌کرد. درست است که آنها تحصیلاتشان را داشتند اما متأسفانه تحصیلات پرستاری را نداشتند و برای تفاوت در نوع کار و برخوردشان این قانون را متوقف کردند. این قانون در آن زمان کمک بسیار خوبی بود تا این عزیزان بجای مشغول شدن در کارهای دیگر، بتوانند در بخش بیمارستان کار کنند و امرار معاش داشته باشند ولی نهایتا جلوی آن قانون گرفته شد. اما الان با توجه به مسئله‌ای که پیش آمده است امیدواریم که دولت انتاریو بتواند کمک کرده و این قانون را مجددا اجرا کند.

شما در دوران سارس هم در عرصه سلامتی فعالیت می‌کردید. اگر بخواهید یک مقایسه سریع از این دو دوره انجام دهید چه می‌گویید؟

من در دوران سارس در بخش اورژانس کار می‌کردم و اتفاقات آن زمان اصلا قابل مقایسه با الان نیست. در دوران سارس وقتی وقتی می‌میرید مراجعه می‌کرد ما سریعا از او تست می‌گرفتیم و در صورت مثبت بودن نتیجه آزمایش، برای او داروهایی داشتیم که بر روی بیماری عمل می‌کرد و شخص بعد از مدتی بهبود پیدا می‌کرد. در آن زمان در کل کانادا تنها ۴۰ نفر فوت کردند اما الان ما می‌بینیم که قدرت سرایت این ویروس به قدری بالا است که به هیچ عنوان قابل مقایسه با ویروس سارس نیست. در ابتدا سارس بود و بعد مرسا از عربستان سعودی شیوع پیدا کرد و بیمارانی را با آن ویروس‌ها داشتیم، ولی ویروس کرونا بسیار پیچیده عمل می‌کند و بسیار خطرناک ظاهر شده است.

خانم مریم پورتنگستانی گرمی خیلی ممنونم که بعد از یک روز بسیار سخت کاری، این وقت برای مصاحبه با هفته گذاشتید.

BOULANGERIE AZER
PAINS ET PATISSERIES IRANIEN

نانوایی سنگکی آذر

نان داغ از تنور سنگی
چهارشنبه تا یکشنبه ۲ تا ۸ بعد از ظهر

STONE BAKED WHOLE WHEAT TRADITIONAL BREAD (SANGAK)

514-634-6363
1153 Rue Notre Dame Lachine, H9S 2C5, QC

نان سنگک آذر را از فروشگاه‌های معتبر مواد غذایی بخواهید!
هم اکنون در فروشگاه البرز، در ۶۶۸۵ خیابان سن ژاک غربی در ان.دی.جی

514-550-0799 514-800-2322
admission@sainstitute.ca
sainstitutemtl
690 Boul. Cremazie East, Montreal, H2P 1E9



INSTITUT SA



✓ کلاس‌های ما

- استارتینگ بیزینس
- فروش حرفه‌ای
- نمایندگی فروش
- فروش (توریسم)
- حسابداری
- منشی‌گری

* ارائه مدرک پایان دوره توسط:
Ministère de l'Éducation

WE OFFER → **FINANCIAL AID**
(\$900 - \$1300 EACH ONE)

→ **OPUS CARD**
(MONTHLY METRO / BUSCARD)

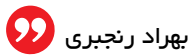
→ **SPECTACLES**
(FOR ALUMNOS WITH VISION PROBLEMS)

شروع کلاس‌ها از اول هر ماه
هر روز از ساعت ۹ صبح تا ۴ بعد از ظهر

زندگی جدید

حرفه جدید

فرصت‌های جدید



بهراد رنجبری

اخبار و روندهای اقتصادی کانادا و آمریکا تا شنبه ۲۵ آوریل ۲۰۲۰

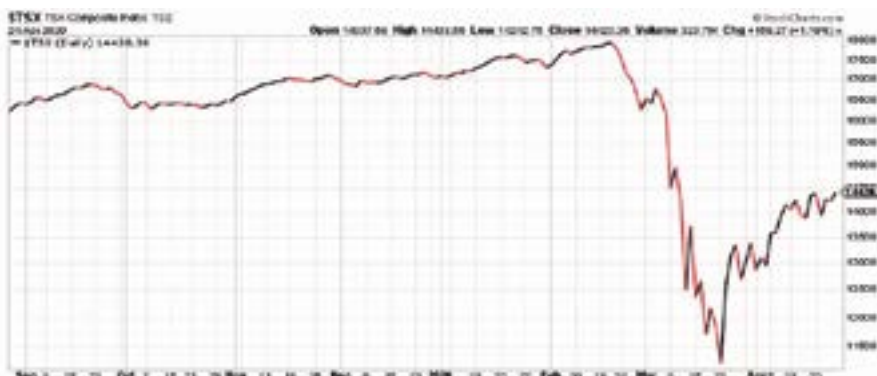
مونرو: ۷۱ میلیارد کافی است



▲ دلار کانادا: این هفته هم پر نوسان بود و ۰,۵ دیگر ضعیف شد



▲ شاخص سهام داوجونز آمریکا: این هفته هم پر نوسان بود و ۲ درصد کاهش داشت



▲ شاخص سهام تورنتو: این هفته هم پر نوسان بود و توانست ۰,۵ درصد رشد کند

مهم‌ترین اخبار اقتصادی کانادا

- مونرو، وزیر دارایی معتقد است که بسته ۷۱ میلیارد دلاری به منظور حمایت از کاهش دستمزدها، برای شناور نگاه داشتن اقتصاد کفایت می‌کند.
- روزنبرگ، اقتصاددان کانادایی، معتقد است که رسیدن نسبت بدهی کل کانادا به ۳,۵ برابر تولید ناخالص داخلی می‌تواند موجب افت رتبه اعتباری کانادا از AAA فعلی شود.

- دولت فدرال این هفته برنامه حمایت از پرداخت اجاره کسب و کارها را اعلام کرد که پیش‌بینی می‌شود ۲ میلیارد دلار هزینه برای دولت دربر داشته باشد.
- پست کانادا می‌گوید ترافیک توزیع بسته‌ها این روزها به دلیل شیوع کرونا، در حد ترافیک پستی زمان کریسمس است.

روند تغییرات اقتصاد کانادا

- این هفته یک شوک جدید هم به اقتصاد کشور داده شد که قیمت نفت در اوایل هفته به تعبیری منفی شد! البته قیمت بعد از چند روز تعدیل شد ولی هنوز هم تحت فشار است.
- برخی استان‌ها برنامه خود را برای زمان بازگشایی محتاطانه اقتصاد اعلام کردند. ساسکاچوان تنها استانی است که برنامه ۵ مرحله‌ای برای بازگشایی ارائه کرد که شروع بازگشایی این استان ۴ می است.
- اطلاعات اقتصادی این هفته هم طبق انتظار منفی بود. حجم فروش خانه و تعداد اعلامی‌ها برای فروش در ماه آوریل تاکنون کاهش قابل توجهی داشته ولی تورم خرده‌فروشی به کمترین مقدار خود از سال ۲۰۱۵ رسیده است.

مهم‌ترین اخبار و روند تغییرات اقتصاد آمریکا و سایر کشورها

- بازارها این هفته هم پر نوسان بودند چون قیمت نفت سقوط کرد و به نگرانی‌ها در مورد چشم‌انداز اقتصاد دامن زد. ترکیبی از تقاضای ضعیف و عدم وجود ظرفیت ذخیره‌سازی در کوتاه مدت موجب شد تا قرارداد نفت برای تحویل ماه می به قیمت منفی برسد!
- ویروس کرونا و پیامدهای آن موجب شد تا در آمریکا فروش خانه‌های موجود در ماه مارس با کاهش شدید مواجه شود و انتظار می‌رود که در ماه آوریل حتی از این هم فراتر رود.
- هفته قبل آمار مدعیان بیکاری هنوز بالا بود و موجب

شد تا ۴,۴ میلیون نفر به مدعیان بیکاری قبلی افزوده شود که جمع آن از ۲۶ میلیون نفر فراتر رفت.

- انتظار می‌رود که نرخ رشد اقتصادی آمریکا که روز چهارشنبه اعلام می‌شود در محدوده منفی ۳,۷ تا ۴,۵ درصد نسبت به فصل قبل قرار گیرد. نرخ رشد فصل آخر سال ۲۰۱۹ معادل ۲,۱ درصد بود.

تماس با نویسنده، بهراد رنجبری تحلیلگر و مشاور اقتصادی مستقل:
ای‌میل: Behrad.ranjbari@gmail.com
کانال تلگرامی: @BBMarketWatch

فعالیت‌های مجرمانه و ارزش‌های دیجیتال

بیت‌کوین چیست، درباره کریپتوکارنسی چه می‌دانیم؟ (۸)



دسترسی ندارد.

از موارد دیگر سرقت دارایی‌های دیجیتال می‌توان به هک شدن صرافی آپ بیت (Upbit) در تاریخ ۲۷ نوامبر ۲۰۱۹ اشاره کرد. در آن هکرها موفق شدند از کیف پول آنلاین صرافی ۳۴۲,۰۰۰ اتریوم معادل ۵۱ میلیون دلار را به سرقت ببرند.

با وجود اینکه از مقایسه نتایج تحقیقات صورت گرفته توسط دانشگاه آکسفورد در سال ۲۰۱۷، مبنی بر ارتباط ۴۴ درصد از تراکنش‌های بیت‌کوین با فعالیت‌های مالی مجرمانه، با نتایج تحقیقات شرکت چین‌لایسیس در سال ۲۰۱۹ که این ارتباط را یک درصد اعلام کرده، می‌توان به این نتیجه رسید که استفاده از ارزهای دیجیتال برای فعالیت‌های مجرمانه روند نزولی چشمگیری داشته است.

اما هنوز موارد بسیاری از انواع حدسیات و استدلال‌های مبالغه‌آمیز مربوط به استفاده مجرمانه از ارزهای دیجیتال به چشم می‌خورد. حال آنکه بسیاری از این موارد از سوی افرادی است که در زمره طرفداران بازارهای ارزهای رایج، بازار سهام و حتی طلا هستند که دست‌هایشان خیلی قبل‌تر از این‌ها به این تخلفات آلوده بوده است.

در نشست اسمال کنگره آمریکا در مورد قانون‌گذاری ارزهای دیجیتال، شاهد واکنش‌هایی بسیار مبالغه‌آمیز از استیون منوشین (Steven Mnuchin)، وزیر خزانه‌داری آمریکا بودیم. او ارزهای دیجیتال را تهدیدی برای امنیت ملی دانست و گفت که ارزهای دیجیتالی مثل بیت‌کوین برای پشتیبانی از فعالیت‌های غیرقانونی چند میلیون دلاری استفاده می‌شوند اما نتوانست دلیل مشخصی برای ادعاهای خود ارائه کند.

به دنبال ارزیابی محکوم‌کننده منوشین از ارزهای دیجیتال، محققان شرکت تحقیقاتی مساری (Messari) در نتایج تحقیق خود، مقدار پول‌شویی‌های انجام‌شده توسط دلار آمریکا را در مقایسه با مبالغ صرف شده به‌صورت بیت‌کوین در بازار دارک وب، ۸۰۰ برابر اعلام کردند.

در پایان می‌توان نتیجه گرفت که همان‌گونه که بعد از گذشت دهه‌ها از رواج ارزهای رایج، هنوز دولت‌ها نتوانسته‌اند جلوی به‌کارگیری آنها در فعالیت‌های مجرمانه را بگیرند در مورد ارزهای دیجیتال هم به همین منوال خواهد بود. فقط با ردیابی تراکنش‌های غیرقانونی و نظارت بر آنها می‌توان از مقدار آن تا حدود زیادی کاست. علیرغم تصور اکثر مردم، انجام این کار در بازار ارزهای دیجیتال بسیار آسان‌تر از بازار ارزهای دولتی است.

مورد ریبیل هم رقمی غیرمنطقی نیست. گزارش دیگری از شرکت الیبتیک که نتایج بررسی‌های انجام‌شده بر روی بیت‌کوین را بیان می‌کند، نشان می‌دهد که خریدهای انجام‌شده در فضای دارک وب با استفاده از بیت‌کوین در حدود ۰.۵ درصد از کل تراکنش‌های این ارز را شامل می‌شود. در این گزارش علت بالاتر بودن این درصد در مقایسه با ریبیل، قابلیت نقد شونده‌گی بالاتر و غیرمتمرکز بودن بیت‌کوین بیان شده است.

ریپل به دلیل ماهیت متمرکز خود و ساختار سازگار با روش‌های اقتصاد سنتی برای خلاف‌کارانی که به دنبال یک دارایی غیرمتمرکزتر و بی‌طرف‌تر می‌گردند، جذابیت کمتری دارد.

اما علل ایجاد دیدگاه‌های منفی در مورد ارزهای بازار کریپتوکارنسی تنها به استفاده مجرمان از این ارزها محدود نمی‌شود. در سال گذشته افزایش فساد درونی و سرقت‌های انجام‌شده توسط هکرها بسیار مشهود بوده است.

شرکت جرم‌شناسی بلاک چین سایفر تریس (CipherTrace) در گزارشی میزان افزایش جرائم مرتبط با ارزهای دیجیتال را در طی یک سال گذشته ۱۵۰ درصد ارزیابی کرده است. همچنین در این گزارش، دزدی‌ها و کلاهبرداری حوزه ارزهای دیجیتال با رقمی معادل ۴.۴ میلیارد دلار، سه برابر سال ۲۰۱۷ اعلام شده است. از دلایل این رشد می‌توان به طرح پانزی پلاس توکن (PlusToken) اشاره کرد که یکی از بزرگ‌ترین دزدی‌های انجام‌شده در سال گذشته و در تاریخ ارزهای دیجیتال بود.

پلاس توکن در سال ۲۰۱۸ شروع به فعالیت کرد و با وعده دادن سودهای ۱۰ تا ۳۰ درصدی به سرمایه‌گذاران توانست سرمایه‌های کلانی را جذب نماید. این طرح در زمان اوج فعالیت خود و فراگیر شدن در بین کشورهای آسیایی، یعنی از مارس ۲۰۱۹ تا زمان فروپاشی در ژوئن سال ۲۰۱۹ توانست مقدار ۲.۹ میلیارد دلار از دارایی‌های سرمایه‌گذاران را به سرقت ببرد.

یکی از کلاهبرداری‌های بزرگ دیگری که توسط سایفر تریس به آن اشاره شد مربوط به صرافی کانادایی کوادریکا QuadrigaCX است. در ۹ دسامبر ۲۰۱۸ و به دنبال مرگ ناگهانی بنیان‌گذار این صرافی، گری کاتن (Gerry Cotten)، دارایی‌های دیجیتالی به ارزش ۱۹۰ میلیون دلار کانادا مفقود شد.

بر اساس سندی که در دیوان عالی نوا اسکوتیا ثبت شد، بیشتر دارایی‌های این صرافی، به دلیل حفاظت در برابر سرقت و حمله هکرها، در سیستم‌های ذخیره‌سازی آفلاین به نام کیف پول‌های سرد ذخیره شده‌اند. شواهد حاکی از آن است که رئیس‌فوت‌شده این صرافی، تنها مسئول کیف پول‌ها و کلیدهای خصوصی بوده است و پس از مرگ او هیچ‌کس به دارایی‌های متعلق به کاربران این صرافی

این روزها که ارزهای دیجیتال به‌طور فزاینده‌ای در حال گسترش هستند و کمتر کسی هست که نام آنها و به‌خصوص بیت‌کوین را نشنیده باشد، افرادی هم هستند که همواره یک شعار کلیشه‌ای را در مورد این ارزها به کار می‌برند و آن اینکه ارزهای دیجیتال برای فعالیت‌های مجرمانه ساخته شده‌اند. این درست است که برای تسهیل فعالیت‌های مجرمانه می‌توان از ارزهای دیجیتال استفاده کرد، اما این نکته را نیز باید در نظر داشت که تمام ابزارهای ایجاد ارزش دارای این قابلیت هستند. هنوز هم پول‌های رایج کشورها به‌مراتب بیشتر از ارزهای دیجیتال برای این هدف مورد استفاده قرار می‌گیرند.

به‌رحال این طبیعی است که یک پدیده نوظهور انقلابی مثل ارزهای دیجیتال، به دلیل فقدان قانون‌گذاری و قابلیت‌های چون ناشناس بودن نسبی تراکنش‌ها، در ابتدای مسیر فراگیر شدن خود با چنین حمله‌هایی از سوی افرادی بی‌اطلاع از این حوزه یا رسانه‌های جهت‌داده‌شده روبرو گردد.

ریپل یکی از ارزهای شناخته‌شده بازار کریپتوکارنسی است که باهدف سرویس‌دهی به سازوکارهای نظام‌های مالی سازمانی و تجاری طراحی شده است. این ارز دیجیتال که برخلاف بیت‌کوین دارای ساختاری متمرکز است و امکان ماینینگ برای آن فراهم نیست، طبق آمار Coinmarketcap سومین ارز بازار از نظر حجم سرمایه است.

طبق گزارش تحلیلی که به‌تازگی توسط شرکت جرم‌شناسی و تحلیل ارزهای دیجیتال الیبتیک (Elliptic)، از تراکنش‌های ریبیل (XRP) منتشر شد، تاکنون مبلغی در حدود ۴۰۰ میلیون دلار ریبیل در فعالیت‌های مجرمانه مورد استفاده قرار گرفته است. این مبلغ تنها ۰.۲ درصد از کل تراکنش‌های این ارز را در برمی‌گیرد و این بدان معناست که تقریباً تمام فعالیت‌های انجام‌شده با این ارز قانونی بوده است. البته نماینده شرکت ریبیل به صحت تحقیقات این شرکت ایراداتی را وارد نموده و در مصاحبه‌ای این‌گونه بیان نموده است که به دلیل عدم انتشار روش تحقیق این گزارش، ما معتقدیم که این شرکت تنها به دنبال جلب‌توجه عموم مردم با استفاده از نام ریبیل است؛ اما در گزارشی دیگر که توسط رئیس روابط عمومی Chainalysis، مدی‌کندی Maddie Kennedy ارائه شد، آمده است که اگرچه این شرکت در مورد ریبیل هنوز در حال تکمیل مطالعات خود است اما بررسی‌های صورت گرفته در مورد دیگر ارزها نشان‌دهنده وجود میزان قابل‌توجهی از فعالیت‌های مجرمانه است.

طبق این گزارش در مجموع حدود ۰.۴ درصد از ارزش تراکنش‌های مربوط به ۲۷ ارز دیجیتال به فعالیت‌های مجرمانه تعلق دارد. این درصد که شاید چندان بزرگ به نظر نرسد، از ماه ژانویه تا اکتبر ۲۰۱۹ به مبلغی در حدود ۳.۸ میلیارد دلار اشاره دارد. از کنار هم قرار دادن نتایج این دو گزارش به نظر می‌رسد که یافته‌های شرکت الیبتیک در

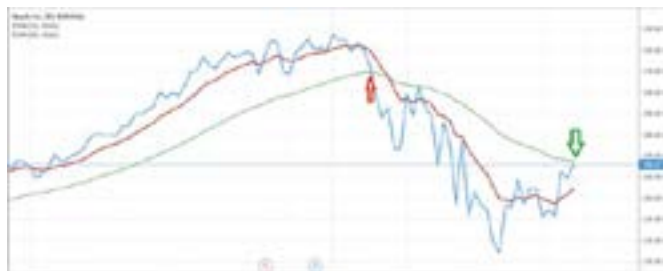
دانش سرمایه‌گذاری (۸)

معرفی ابزار شناسایی زمان خرید و فروش - میانگین متحرک

توضیح داده شد، پس از دستور فروش در ۳۱۰ دلار، به علت اینکه خط آبی‌رنگ قیمت، زیر خط سبز میانگین متحرک است اجازه خریدی وجود ندارد. در حال حاضر نیز میانگین متحرک ۱۰ روزه چندین بار دستور خرید و فروش صادر کرده است اما میانگین ۴۰ روزه (چون محتاط است) هنوز هیچ دستوری برای خرید مجدد صادر نکرده است. یک سرمایه‌گذار حرفه‌ای در این شرایط خط آبی و سبز را به‌دقت دنبال می‌کند. اگر خط آبی بتواند خط سبز را به سمت بالا بشکند، بهترین زمان برای خرید سهام اپل است.

نکته ضروری در استفاده از این روش پیروی از دستورات میانگین متحرک هم در زمان خرید و هم در زمان فروش است. اگر شما در زمان خرید با دستور این ابزار سهم را بخرید اما در زمان فروش، به دستور آن عمل نکنید و سهم را نگهداری کنید، احتمال ضرر سنگین برای شما وجود دارد.

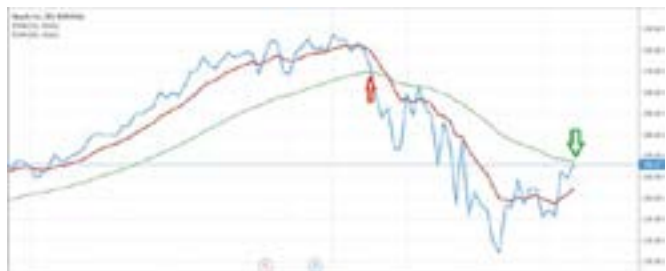
در مثال دیگری سهم شرکت تسلا را مورد بررسی قرار می‌دهیم. می‌خواهیم ببینیم اگر با این ابزار اقدام به خرید و فروش سهم تسلا می‌کردیم، وضعیت به چه صورتی می‌بود. در شکل زیر نمودار سهم تسلا نمایش داده شده است. خط آبی نمودار قیمت، خط قرمز میانگین ۱۰ روزه و خط سبز میانگین ۴۰ روزه سهم را نمایش می‌دهند. نکته جالب اینکه هر دو میانگین متحرک ۱۰ و ۴۰ روزه در زمانی که قیمت سهم تسلا در حدود ۲۴۰ دلار بوده است دستور خرید اولیه را صادر کرده‌اند (زمان: اکتبر ۲۰۱۹). با شروع رشد قیمت سهم تسلا میانگین ۱۰ روزه (خط قرمز) گاهی دچار خطا شده و دستور فروش هیجانی داده است اما مجدد و پس از چند روز دوباره دستور خرید را صادر کرده است؛ اما در همین مدت، میانگین ۴۰ روزه (خط سبز) به هیچ‌عنوان هیجانی عمل نکرده است و اجازه داده تا سهام رشد قیمت خود را داشته باشد.



در شماره قبلی به معرفی ابزار میانگین متحرک پرداخته شد. سؤالی که ممکن است برای برخی افراد پیش آمده باشد این است که برای محاسبه میانگین متحرک باید میانگین قیمت در چند روز گذشته مورد بررسی قرار گیرد؟

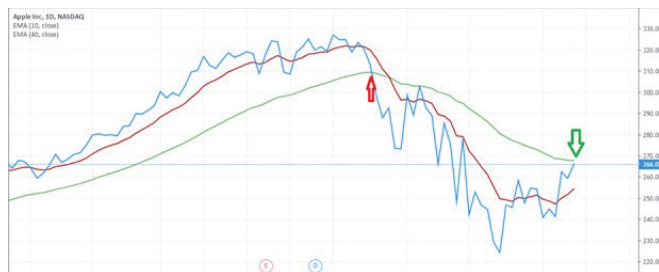
پاسخ به این سؤال نیاز به بررسی جنبه‌های متفاوتی دارد؛ اما به‌صورت کلی تعیین تعداد روزها برای محاسبه میانگین متحرک، به نظر سرمایه‌گذار بستگی دارد. تعداد روزها در محاسبه میانگین متحرک رابطه مستقیم با اطمینان از نتایج حاصل دارد، اما با میزان سودآوری رابطه عکس دارد.

این جمله بدین معنی است که هر چه تعداد روزهای محاسبه زیادتر شود، سرمایه‌گذار با اطمینان بیشتری می‌تواند اقدام به خرید سهم نماید و ریسک سرمایه‌گذاری کاهش می‌یابد، اما میزان سودآوری کم می‌شود. در شکل زیر سهم شرکت اپل همراه با دو میانگین متحرک ۱۰ روزه (قرمز) و ۴۰ روزه (سبز) نشان داده شده است



همان‌طور که مشاهده می‌شود میانگین متحرک ۱۰ روزه بارها با خط آبی قیمت برخورد داشته است و بارها سرمایه‌گذار را وادار به خرید و فروش کرده است. البته این خرید و فروش‌ها ضرری را متوجه سرمایه‌گذار نمی‌کند و تنها ممکن است هزینه کارمزد کارگزاری را به سرمایه‌گذار تحمیل نماید. این تعداد خرید و فروش بالا ممکن است از لحاظ روانی، ذهن سرمایه‌گذار را درگیر نماید و هیجان بی‌موردی را برای وی به وجود آورد؛ اما میانگین متحرک ۴۰ روزه که سبزرنگ است به‌خوبی و با اطمینان در حدود قیمت ۳۱۰ دلار دستور فروش را صادر کرده است و دیگر دستور خرید را نداده است. قیمت سهم اپل تا ۲۲۵ دلار هم کاهش یافته است اما همان‌طور که در شماره قبل

در ۷ اکتبر ۲۰۱۹ و زمانی که قیمت سهم ۲۴۰ دلار بوده دستور فروش را نیز در ۶ مارس ۲۰۲۰ در قیمت ۶۸۳ دلار صادر کرده است. میزان سود بر اساس این خرید و فروش ۴۴۳ دلار در ۱۵۱ روز بوده است. در حال حاضر نیز میانگین متحرک ۴۰ روزه دستور خرید نداده است اما امکان اینکه طی چند روز آینده دستور خرید را صادر کند بسیار زیاد است.



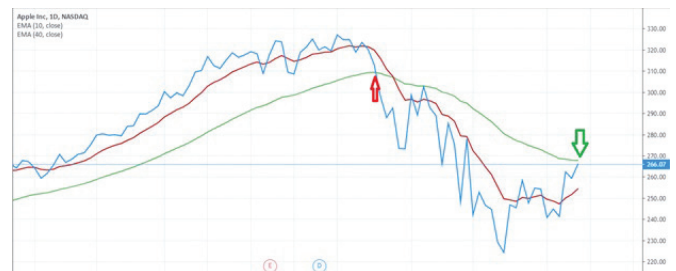
همان‌طور که بیان شد میزان سودآوری میانگین متحرک با افزایش روزهای آن، کاهش می‌یابد. انتخاب روز مناسب بستگی به روحیات، هیجانات و میزان ریسک‌پذیری سرمایه‌گذار دارد. هرچه سرمایه‌گذار ریسک‌پذیرتر بوده و به دنبال سود بیشتری باشد از میانگین‌های متحرک کوتاه‌مدت‌تری استفاده می‌کند. میانگین‌های بلندمدت مناسب افرادی است که نمی‌توانند زمان زیادی را به خرید و فروش بپردازند و مشغله‌های کاری دیگری دارند. این افراد با انتخاب میانگین‌های بلندمدت از خرید و فروش مکرر در بازار رهایی می‌یابند. البته ذکر این نکته ضروری است که میانگین متحرک اگر خیلی کوچک باشد نیز، کارایی خود را از دست داده و غیر کاربردی می‌شود.

توصیه می‌شود در پایین‌ترین حالت از میانگین متحرک ۱۰ روزه استفاده شود. در شماره آتی سایر موارد سرمایه‌گذاری را پیگیری خواهیم نمود.

دستورات خرید میانگین متحرک ۱۰ روزه به این صورت بوده است:

| دستور اول | دستور اول | دستور اول |
|--|--------------------------------------|---|
| دستور سوم: ۲۴ مارس ۲۰۲۰ قیمت سهم ۴۹۱ | خرید: ۶ دسامبر ۲۰۱۹ قیمت ۳۳۴ دلار | خرید: ۱۷ اکتبر ۲۰۱۹ قیمت سهم ۲۴۰ دلار |
| دستور سوم: ۳۱ مارس ۲۰۲۰ قیمت سهم ۵۰۴ دلار | فروش: ۲۴ فوریه ۲۰۲۰ قیمت سهم ۸۸۳ | فروش: ۲۲ نوامبر ۲۰۱۹ قیمت سهم ۳۴۹ دلار |
| میزان سود: ۱۳ دلار در روز ۷ | میزان سود: ۵۴۹ دلار در ۸۰ روز | میزان سود: ۱۰۹ دلار در روز ۵۶ |

همان‌طور که ملاحظه می‌شود میانگین ۱۰ روزه سه بار دستور داده است و مجموعاً ۶۷۱ دلار سود ایجاد کرده است. در حال حاضر نیز دستور چهارم را صادر کرده است و در ۳ آوریل در قیمت ۴۹۴ دلار دستور خرید را صادر کرده است و همچنان معامله باز است و دستور فروش صادر نشده است.



اما میانگین متحرک ۴۰ روزه در تمام این مدت تنها یک بار دستور خرید و فروش را صادر کرده است. این میانگین متحرک دستور خرید را همانند میانگین متحرک ۱۰ روزه

ایمیل: ALIZIAEI@gmail.com
کانال تلگرامی: @ziaei_a



Panneton & Panneton

Moving & Storage

تخفیف ویژه برای
هموطنان عزیز
در نظر گرفته
خواهد شد

خدمات انبارداری پنتون و الیمپیا

- ✓ بیش از ۵۰۰ فضای انبار در اندازه‌های مختلف
- ✓ تمیز و ایمن با دوربین‌های نظارتی
- ✓ سیستم‌های اعلام خطر و کنترل دما
- ✓ ۷ روز هفته قابل دسترسی



514 939 0099



8660 Jeanne Mance,
Montreal, QC H2P 2S6

info@pannetonpanneton.com



نیوشا ریاحی
Niousha Riahi
وکیل رسمی دادگستری کبک

Riahi Legal

- حقوق تجاری در کانادا
- حقوق خانواده در کبک
- طرح دعاوی و دفاع در دادگاه‌های کبک
- مهاجرت به کانادا

آدرس: در مرکز مونترال و نزدیک ایستگاه متروی مک‌گیل
2001 Blvd. Robert Bourassa Suite 1700
Montréal (Québec) H3A 2A6

514-953-3570
00982122019631 دفتر تهران
00989912535922
riahi@riahilegal.com riahilegal.com

امیر ندیمی
مشاور بیمه
Damage Insurance Broker

امیر ندیمی به عنوان مشاور مستقل در امور

- بیمه تجاری
- بیمه منزل
- بیمه اتومبیل

می تواند بهترین شرکت را از میان شرکت های متعدد برای مشتریان خود برگزیند



Commercial insurance
Dwelling insurance (Buildings, home, condo, apt)
Vehicle Insurance: Auto, Motorcycle etc

514 - 600 - 2338
www.AmirNadimi.com
@AssurancesNadimi
1955 Ch. de la Cote-de-Liesse, suite 201
Siant-Laurent, QC, H4N 3A8



Telegram
Mont_Crypto_Support

+1 438 808 1977

Telegram Channel
@Mont_Crypto

Mont_Crypto

خرید و فروش ارزهای دیجیتال
انجام حواله بین ایران و کانادا

بیت کوین،
اتریوم، ریپل، استلار،
ترون، کاردانو، مونرو، آیوتا
و هزاران ارز موجود در بازار کریپتوکارنسی

+1 438 808 1977
1650 Maisonneuve Blvd W, 2nd Fl
Montreal, QC H3H 1J7

Ben Reno
تعمیرات و نوسازی ساختمان
مسکونی و تجاری



- نقاشی
- تکمیل زیرزمین
- نصب در و پنجره
- نصب کفپوش و پارکت
- تعمیرات و نوسازی حمام
- نرده چوبی و بالکن (Deck)
- کاشی کاری و سنگ کاری
- ساخت و نصب انواع دکوراسیون
- ترمیم و تعویض دیوارهای داخلی
- ساخت و نصب کابینت و تجهیزات آشپزخانه

RBQ License , CCQ License , Carpentry License

(514) 441 4295 facebook: Ben Reno
benrenovation4295@gmail.com

فرشید سادات شریفی

در این محیط فرصت‌هایی مهیا شد

هم کلام با نیلوفر احمدی داستان‌نویس ساکن تورنتو

گروه ادبیات هفته: نیلوفر احمدی، چهره‌ای است که در ویژه‌نامه روز جهانی زن سال ۲۰۱۸ (ش ۴۷۸ هفته)، با او به گفت‌وگو نشستیم. او در آن مصاحبه خود را چنین معرفی کرد: «متولد سال ۱۳۵۱ تهران اما اصالتاً جنوبی و اهل استان هرمزگان... حدود ده سال پیش به همراه همسر و فرزندانش به کانادا مهاجرت کردم ساکن شهر تورنتو هستم.» و سپس او از «چای سبز با طعم نعنا» گفت و علاوه بر این مصاحبه، ما را مهمان داستانک‌هایی نیز کرد. اینک او هم کتاب داستانی را منتشر کرده و هم با کمک رسانه محبوب و اثرگذار پادکست، از استان رازآلودش هرمزگان برای ما می‌گوید. به مناسبت این دو کار تازه، مجدداً و پس از بیش از دو سال با او به گفت‌وگو نشستیم که در ادامه تقدیم شده است.



حدود چهار سال پیش به تشویق یکی از دوستانم یک کانال تلگرامی درست کردم و داستان‌های کوتاه و حتی دنباله‌دار، نوشته‌ها و دل‌نوشته‌ها، و گاهی شعرهایم را در آن فضا منتشر می‌کردم و اسم کانال را هم گذاشته بودم قصه‌های مترو چون اغلب در مسیر رفت‌وآمد به محل کارم و داخل مترو مطالبم را می‌نوشتیم و پست می‌کردم. بعدها بازهم با تشویق چند تن دیگر از دوستان و دنبال کنندگان کانال به فکر انتشار یک مجموعه جُنگ مانند از تمام مطالب کانال افتادم اما متأسفانه درگیر بیماری سخت و طولانی شدم. کمی که حالم بهتر شد به‌صورت جدی تمام انرژی و تمرکز را گذاشتم بر روی کار داستان‌نویسی و درحالی‌که مجموعه داستان‌های کوتاه‌م را برای چاپ آماده می‌کردم نوشتن رمان «جزیره‌ای زیر آب» را هم ادامه دادم.

با سلام و تبریک بابت چاپ کتابتان «قصه‌های مترو». لطفاً آن را برای ما و خوانندگان بیشتر معرفی کنید:

با سلام و عرض ارادت خدمت شما و همکارانتان در نشریه هفته که لطف کردید و برای بار دوم مرا مورد توجه قرار داده و این مصاحبه را ترتیب دادید علی‌رغم اوضاع این روزها که چندان بر وفق مراد نیست شما همچنان فعالیت‌های فرهنگی‌تان را دنبال می‌کنید که بسیار باعث خوشحالی است البته در شرایط قرنطینه برای کسی که کارش خواندن و نوشتن هست مثل من و شما نه‌تنها سخت نمی‌گذرد بلکه من فکر می‌کنم حتی شرایط ایده‌آلی است برای اینکه بی‌دغدغه و بی‌بهانه بنشینیم و کارمان را انجام دهیم.

کتاب قصه‌های مترو در واقع سرگذشتی دارد که به‌طور خلاصه برایتان تعریف می‌کنم

«قصه‌های مترو» در ایران چاپ شده. درست می‌گوییم؟

بله؛ همان‌طور که گفتم جرقه اولیه را چند نفر از خوانندگان کانال در ذهنم ایجاد کردند و از طرف یکی از آشنایان شخصی به‌عنوان ناشر و ویراستار در ایران به من معرفی شد و من مجموعه‌ای از داستان‌های کوتاه و دل‌نوشته‌هایم را برای ویرایش و چاپ به ایران فرستادم. پس از مدتی کتاب بالاخره چاپ شد اما متأسفانه با اشکالات متعدد ویرایشی و چاپی که خیلی از این اشکالات واقعاً غیرقابل قبول بود اما باز هم به دلایل مختلف از جمله دوری راه و مجازی بودن ارتباطات متأسفانه کتاب از کیفیت خوبی برخوردار نشد و من از خوانندگانم به خاطر کیفیت پایین کتاب عذرخواهی می‌کنم.

فعالاً تعداد محدودی از این کتاب در کانادا موجود هست و قرار بود با کمک دوستان به انجمن کتاب ایرانیان تورنتو یا Toronto Persian Book Club معرفی شود که برای فروش آن برنامه‌ریزی کنم اما متأسفانه با شرایط فعلی معوق مانده.

با تمام این مشکلاتی که گفتید تاکنون استقبال از اثر چطور بوده؟

کتاب در ایران با استقبال خوبی از طرف کتاب‌خوان‌ها و هم کتاب‌فروشی‌ها و انجمن‌های ادبی و نقد کتاب روبرو شد و فروش نسبتاً خوبی هم داشت علی‌رغم ضعف‌های ویرایشی و چاپی.

اما با آغاز شیوع بیماری کرونا در ایران و متأسفانه تا حدودی جلوی بعضی از فعالیت‌ها از جمله نشست‌های ادبی گرفته شد و عدم حضور خودم به‌عنوان نویسنده در ایران و در نمایشگاه‌هایی که برای فروش و معرفی کتاب برگزار شده بود هم مزیت بر علت شد که کتاب به‌عنوان کتاب اول نتواند کامل در بین منتقدین و کتاب‌خوان‌ها به‌خوبی و آن‌طور که باید، معرفی‌اش ادامه یابد.

برگردیم به رمان دوم؛ «جزیره‌ای زیر آب»:

در یک سال گذشته که به دلیل بیماری‌ام بیشتر خانه‌نشین و به‌نوعی قرنطینه بودم، حس و حال و فضای ذهنی‌ام به‌گونه‌ای بود که بیشتر تمایل داشتم این رمان را بنویسم تا رمان چای سبز با طعم نعنا این بود که بر روی رمان جزیره‌ای زیر آب کار کردم و آن را تقریباً به نیمه رساندم.

همان‌طور که اشاره کردید هدف من از نوشتن این رمان معرفی فرهنگ و گویش و آداب و رسوم و حتی وقایع تاریخی مهم و سرنوشت‌ساز استان هرمزگان بوده که آن را در قالب یک رمان عاشقانه که در زمان گذشته و تقریباً صدسال پیش در حال وقوع است به قلم آورده‌ام، در حال حاضر بیش از دوسوم رمان را نوشته‌ام و امیدوارم بتوانم آن را به‌زودی آماده چاپ کنم.

چه شد که از آن رمان‌ها و کلاً نوشتن به کار پادکست «هرمزگان: سرزمین ناشناخته‌ها» رسیدید؟

در مدت بیماری‌ام من بیشتر وقتم را با گوش کردن به کتاب‌های صوتی و پادکست‌هایی با موضوعات مختلف تاریخی فلسفی اجتماعی روانشناسی و ... می‌گذراندم در این مدت در حال نوشتن رمان جزیره‌ای زیر آب هم بودم و نیاز داشتم به مطالعه و بالابردن سطح آگاهی‌ام درباره تاریخ جغرافیا و حتی آداب و رسوم استان هرمزگان باینکه استان خودم بوده اما بالاخره برای نوشتن رمان آن‌ها یک رمان تاریخی و اجتماعی هر نویسنده‌ای لازم هست مطالعه هم بکند این بود که در کنار پادکست‌ها و کتاب‌های صوتی، هرروز در اینترنت مطالب زیادی درباره استان هرمزگان می‌خواندم، با فامیل و همشهری‌ها در ایران مرتب در ارتباط بودم و از خاطرات و گفته‌ها و شنیده‌های ایشان هم به‌عنوان منابع اطلاعاتی استفاده می‌کردم و در کنار همه این‌ها دو کتاب بسیار مهم و بسیار کمیاب و پر از اطلاعات ناب درباره تاریخ و فرهنگ استان هرمزگان



پیش‌تر برای ما از دو رمانی گفتید که در دست نوشتن دارید: «چای سبز با طعم نعنا» (با موضوع مهاجرت و تقابل فرهنگ‌ها در شهر تورنتو) و دومی که طولانی‌تر است به نام «جزیره‌ای زیر آب» (درباره فرهنگ و زبان و گویش و غذاهای و آداب و رسوم استان هرمزگان). از آن‌ها چه خبر؟

«چای سبز با طعم نعنا» به چند دلیل فعالاً نیمه‌کاره مانده یکی از دلایلی که برای اهل قلم و داستان‌نویس‌ها کاملاً ملموس است و بارها تجربه شده، تغییر فضا و حس و حال من بود به‌طوری‌که مدت‌های زیادی است نتوانسته‌ام با فضای سورئالیستی خلق کرده در این رمان و شخصیت‌هایش ارتباط بگیرم و به نظر خودم فعالاً در حال و هوای دیگری هستم و شاید بعدها و بعد از اتمام رمان جزیره‌ای زیر آب که فضای رئالیستی دارد بتوانم برگردم به همان حس و حال قبلی و چای سبز با طعم نعنا را تمام کنم.

یعنی کتاب «بندرعباس و خلیج فارس» تألیف محمدعلی سدیدالسلطنه و کتاب «اهل هوا» اثر غلامحسین سعدی، هم در دسترس داشتیم.

پادکست شما چه بخش‌هایی دارد و انتخاب آثار ادبی برای روایتگری آن را چگونه انجام می‌دهید؟
اخیراً متوجه شدم خیلی از ایرانیان حتی کسانی که اهل هرمزگان هستند اطلاعات چندانی از سابقه تاریخی یا فرهنگی استان هرمزگان ندارند یا اطلاعات نادرستی دارند که ناگهان به فکر افتاد می‌توانم پیش از انتشار رمان جزیره‌ای زیر آب با انتشار مطالبی درباره تاریخ و فرهنگ هرمزگان در کانال تلگرام یا اینستاگرام یا حتی به صورت پادکست اقدام کنم. بخصوص در دوران قرنطینه که هم خودم و هم دیگران فرصت کافی دارند برای تبادل اطلاعات در این زمینه.

این بود که اول کتاب اهل هوا را به صورت پادکست‌هایی در پادبین و هم‌زمان در تلگرام منتشر کردم و روی اینستاگرام هم عکس و ویدیوهایی با موضوع هرمزگان همراه با توضیحاتی که خودم می‌نوشتم پست کردم. هدفم غیر از اطلاع‌رسانی، ایجاد زمینه یا تحریک حس کنجکاو نسبت به هرمزگان به عنوان یک منطقه کمتر شناخته‌شده در ایران با فرهنگی آمیخته با فرهنگ‌های غیرایرانی بوده. معتقدم اگر این حس کنجکاو در افراد ایجاد شود بعدها کتاب جزیره‌ای زیر آب با استقبال خوبی روبرو خواهد شد در واقع می‌شود گفت به نوعی کار تبلیغاتی دارم انجام می‌دهم.

پادکست‌هایی که از کتاب اهل هوا خوانده‌ام را بدون تغییر و فقط از کتاب روخوانی کرده‌ام فقط بعضی جملات را ویرایش کرده یا جاهایی را که طولانی بود یا توضیحات تکراری داشته کوتاه و خلاصه کرده‌ام. اما کتاب بندرعباس و خلیج فارس به علت نشر قدیمی و تا حدی غیرقابل فهمش برای خواننده امروزی و بخصوص نسل جوان نمی‌شد روخوانی کنم. حتی برای خودم هم سخت بود. این بود که تصمیم گرفتم کتاب را «ساده‌خوانی» کنم.

در این مسیر الگو و نمونه‌ای هم داشتند؟

قبلاً پادکست کتاب «ناوکست: انسان خردمند» را با اجرای زیبای آقای روشن گوش کرده بودم آنجا هم گوینده، کتاب را با زبان بسیار ساده و بسیار جذاب می‌خواند. کار دیگری که باید غیر از ساده خوانی در مورد کتاب بندرعباس و.. انجام می‌دادم توضیح یک سری کلمات و اصطلاحات قدیمی و بومی و خاص استان هرمزگان بود که تعدادی از آن‌ها را با استفاده از معلومات خودم و تعدادی را با مراجعه به فرهنگنامه‌ها، لغتنامه‌ها یا سایر منابع البته همگی از طریق اینترنت برای شنوندگانم توصیف و تشریح می‌کردم.

حتی در برخی جاها با کمی لحن طنز و شوخی پادکست را جذاب‌تر کرده و یا با طرح پرسش و برانگیختن حس کنجکاو شنونده را به دنبال کردن پادکست ترغیب کنم. در مورد پادکست‌های کتاب اهل هوا چون موضوع

کتاب و فضای روایت وقایع آن (آیین زار و انواع و اقسام مراسم جن‌گیری در سواحل جنوب) اسرارآمیز و تا حدی ترسناک بود سعی کردم در پادکست‌ها هم این فضا را به شنونده انتقال دهم، این بود که با انتخاب موسیقی متن مناسب و استفاده از لحن خاصی که آمیخته از حس غم و ترس بود خواستم به این هدف برسیم.

اما کتاب بندرعباس اولاً چون این کتاب توسط جد بزرگ پدری‌ام مرحوم محمدعلی‌خان سدیدالسلطنه نوشته شده و برایم ارزش تاریخی و فرهنگی ویژه و جایگاه خاصی در بین تمام بازمندگان دارد، خواستم غیر از معرفی کتاب و خوانش متن آن، خود نویسنده که یکی از معدود محققان و می‌توان گفت اولین محقق هرمزگانی است را از نظر جنبه‌های مختلف شخصیت، جایگاه اجتماعی، حتی رفتار و منش که در کتاب نوشته نشده، به شنوندگان معرفی نمایم.

لطفاً از راه‌های مختلف شنیدن «هرمزگان: سرزمین ناشناخته‌ها» و دسترسی به آرشیو آن نیز برای ما بگویید:

راه دسترسی به پادبین و تلگرام و همچنین اینستاگرام: علاقه‌مندان می‌توانند از طریق این لینک‌ها به پادکست‌ها و نوشته‌های من دسترسی پیدا کنند:
تلگرام:

t.me/mymysteriousland

پادکست:

https://anchor.fm/hormozganmysteriousland

اینستاگرام:

instagram.com/my.mysteriousland?igshid=1d7174dsjybr

البته در اینستاگرام بیشتر ویدیو و عکس‌های مرتبط با استان هرمزگان را منتشر کرده‌ام.



ما مردم کشورهای شرقی عادت به محیط‌های شلوغ و رفت‌وآمدهای با دلیل و بی‌دلیل خانوادگی و فضاهای حتی پرتنش و پر از دخالت‌های پیدا و پنهان دوست و آشنا و حتی غریبه‌ها را داشتیم و از ترس همین دخالت‌ها و قضاوت‌ها دست‌ودلبان به طرف کارهایی که دلمان می‌خواست نمی‌رفت و چه بسا خود من هر وقت می‌خواستم مثلاً داستان بنویسم آن قدر خودم را سانسور می‌کردم که آخرسر به جای داستان یک خط شعر شبیه شعر سپید، آن هم بی‌سروته، می‌نوشتیم.

ارتباط دوسویه مهاجرت با این کوشش آهسته و پیوسته شما چه بوده؟ به تعبیر دیگر: تأثیرش را بر زندگی خود و هم‌زمان در جامعه چه می‌دانید؟

از تجربه شخصی خودم می‌گویم که ممکن است دیگران با نظر من مخالف باشند. می‌توانم بگویم فضای شهرهای غربی و نوع زندگی در مهاجرت متفاوت است. ما مردم کشورهای شرقی عادت به محیط‌های شلوغ و رفت‌وآمدهای با دلیل و بی‌دلیل خانوادگی و فضاهای حتی پرتنش و پر از دخالت‌های پیدا و پنهان دوست و آشنا و حتی غریبه‌ها را داشتیم و از ترس همین دخالت‌ها و قضاوت‌ها دست‌ودلبان به طرف کارهایی که دلمان می‌خواست نمی‌رفت و چه بسا خود من هر وقت می‌خواستم مثلاً داستان بنویسم آن قدر خودم را سانسور می‌کردم که آخرسر به جای داستان یک خط شعر شبیه شعر سپید، آن هم بی‌سروته، می‌نوشتیم.

خلاصه کلام اینکه در این محیط فرصت‌هایی برای من مهیا شد که خواسته یا ناخواسته هرچند آهسته اما پیوسته به نوشتن و بخصوص داستان‌سرایی رو آوردم و حتی با وجود مشکلات شخصی و بیماری، نه تنها این میل کمتر نشد بلکه روزبه‌روز بر علاقه‌ام به نوشتن بیشتر می‌شود و در نبود قضاوت‌ها و دخالت‌های اطرافیان بخصوص در دوره قرنطینه، حتی ریسک‌پذیری‌ام در عرصه فعالیت‌های فرهنگی تا حدی افزایش پیدا کرده که فایل‌های صوتی و پادکست منتشر می‌کنم. کاری که قبلاً حتی به فکر هم نرسیده بود.

برنامه‌های آینده‌تان چیست؟

برای آینده اولین کارم انتشار رمان جزیره‌ای زیر آب خواهد بود و سپس کتاب رمانی را می‌خواهم شروع کنم که طرح اولیه‌اش را ریخته و فعلاً در مراحل مقدماتی‌اش هستم و بر اساس خاطرات واقعی دوران کودکی و نوجوانی خودم و خواهر و برادرم است. اهمیت این کتاب برایم به این دلیل است که دوران کودکی من و خواهر و برادرم آن قدر دوران عجیب و پرمزوراز و متفاوتی بوده که جز با نوشتن در قالب یک کتاب داستان به هیچ شکل دیگری قابل بازگو کردن نیست. طرح اولیه‌ای که فعلاً در ذهن دارم قالب طنز است و می‌خواهم با الهام از کتاب‌های دابی جان ناپلئون اثر ایرج پزشک زاد و قصه‌های مجید نوشته هوشنگ مرای کرمانی بنویسم. و همچنین به پایان رساندن رمان چای سبز با طعم نعنای که انگار طلسم شده!

و حرف پایانی ناگفته:

در پایان یک‌بار دیگر از لطف و محبت و توجه بسیار ممنونم و از اینکه ترتیب این مصاحبه را داده‌اید بینهایت سپاسگزارم. امیدوارم بتوانم با تشویق‌ها و دلگرمی‌های شما و همه دوستان و علاقه‌مندان در راه رسیدن به اهداف آینده‌ام و چاپ و نشر کتاب‌های بیشتر، موفق بشوم. به‌علاوه مایلم اضافه کنم که یک کانال یوتیوب هم دارم که تعدادی از داستان‌های کوتاه‌ام رو به صورتی صوتی منتشر کردم و نشانی آن چنین است.

خانم نیلوفر احمدی عزیز از شما سپاسگزاریم.

نیلوفر احمدی

با سرعت پیش می‌رود و می‌شنوم که دختر با صدای بلند جوری که همه مسافران قطار بشنوند می‌گوید: دوست دارم و آن قدر این جمله را تکرار می‌کند که از خواب می‌پریم، روی میبل اتاق نشیمن خوابم برده بود تمام بدنم درد می‌کرد پتوی نازک از رویم پس رفته و من از شدت سرما دست‌هایم را زیر بغلم فشار داده بودم، کف دست‌هایم گزگز می‌کرد، خواب رفته بود. به‌سختی بلند شدم، نشستم و بی‌اختیار خیره شدم به قفل در اتاق خواب که زیر نور شدیدی که از پنجره می‌تابید کاملاً می‌درخشید. در نیمه‌باز بود. بعد چشمم افتاد به گلدان سفالی تزئینی کنار تلویزیون که سر جایش بود. آهی کشیدم، پس هنوز برای آشتی پا پیش نگذاشته است. ناگهان به یاد دختر افتادم. قبل از آنکه به ساعت دیواری بالای تلویزیون نگاه کنم از نور شدید تابیده از پنجره حدس زدم باید نزدیک ظهر باشد.

ساعت یازده و نیم بود و من دیروز به دختر گفته بودم امروز ساعت دوازده در ایستگاه قطار می‌بینمش.

دیروز می‌خواستم ببینمش اما امروز دیگر دلم نمی‌خواست. همان‌طور که روی میبل نشسته بودم موبایلم را برداشتم و بلافاصله مسجش را که ساعت شش و پنج دقیقه صبح فرستاده بود دیدم. مثل همیشه طولانی، پر از کلمات زیبا و جملات ادبی. درست مثل یک نویسنده حرفه‌ای می‌نوشت. آن قدر زیبا می‌نوشت که حیفم می‌آمد مسج‌هایش را دل‌پخت کنم. آن‌ها را سیو می‌کردم. تا حالا شش صدویست و دو مسج و چهار تماس تلفنی در مخفی‌ترین سلول‌های حافظه موبایلم از او داشتم. به‌اندازه کافی پنهان و تاننازه‌های آشکار که می‌توانست سال آینده، بهانه مناسبی برای قهر همسرم باشد. به‌ندرت به مسج‌هایش جواب می‌دادم. اما آن‌ها را بارها و بارها می‌خواندم. با لذتی عمیق انگار نوشیدنی موردعلاقه‌ام را می‌نوشم. امروز هم می‌خواستم مسجش را جواب دهم اما چون دلم می‌خواست نبینمش باید خبرش می‌کردم، باید بهانه‌ای می‌تراشیدم و وعده دیدارمان را لغو می‌کردم. می‌خواستم برایش بنویسم: دلم می‌خواهد به خوابم بیایی، دلم می‌خواهد ترا در خواب‌هایم ببینم.

اما به جایش نوشتم: امروز نمی‌توانم ببینمت کار دارم باید بروم به...

مهم نیست چه بهانه‌ای آوردم ولی او پرسید:

کی می‌توانی مرا ببینی؟

و من بی‌اختیار جواب دادم: امشب!

پرسید: کجا؟

جواب دادم: در خواب!

و او نوشت: مثل دیشب؟

نوشتم: بله

نوشتم: باشد می‌ایم!

بی‌آنکه تعجب کنم نوشتم: پس امشب می‌بینمت.

صدای چرخیدن قفل در آپارتمان را که شنیدم از روی میبل بلند شدم، رفتم به طرف آشپزخانه. همسرم را دیدم که سبد خرید در دست، برای آشتی کردن پا پیش می‌گذارد.



و چند ثانیه یا شاید هم چند دقیقه بعد باکمال تعجب و اندکی خوشحالی دیدم در اتاق آهسته‌آهسته باز شد. روی میبل نیم‌خیز شدم می‌خواستم مطمئن شوم همسرم از اتاق بیرون می‌آید که آشتی کند. همیشه خودش برای آشتی کردن پا پیش می‌گذاشت، همیشه هم غافلگیرم می‌کرد. ناگهان به نظرم رسید خودم را به خواب بزنم تا از اینکه غافلگیرم می‌کند خوشحال شوم.

به‌سرعت دراز کشیدم و چشم‌هایم را بستم.

می‌شنیدم که با پای برهنه روی کف چوبی راهرو قدم می‌گذارد و بعد مرا می‌بیند که در خوابی عمیق فرورفته‌ام سپس پاورچین‌پاورچین از راهرو می‌گذرد و به اتاق نشیمن می‌رسد، اندکی مردد می‌شود، می‌خواهد برگردد ولی دستش به میز تلویزیون می‌خورد و گلدان سفالی کوچک تزئینی کنار تلویزیون را به زمین می‌اندازد، گلدان با صدای جرینگ خفیفی می‌شکند و او هراسان از اینکه مبدا من بیدار شوم لحظه‌ای مکث می‌کند، در نور ضعیف به صورتم خیره می‌شود و از چهره آرام و پلک‌های بسته و بی‌حرکت و نفس‌های منظم می‌فهمد من هنوز در خوابم.

روی قالیچه دستپافه‌ای اتاق نشیمن گام می‌نهد، صدای قدم‌هایش محو می‌شود، کنار میبل دوزانو می‌نشیند روی قالیچه به پنجره نگاه می‌کند، بارش باران قطع شده ولی هنوز صدای غرش رعد از جایی دور دست به گوش می‌رسد. هر بار صدای رعد به گوش می‌رسد او با نگرانی منتظر است من از خواب بپریم اما من از خواب نمی‌پریم.

مدتی طولانی سپری می‌شود بی‌آنکه هیچ‌یک از ما حرکتی کند. دیگر صدای رعد هم بگوش نمی‌رسد. در سکوتی عمیق که حتی صدای نفس‌های همدیگر را هم نمی‌توانیم بشنویم بس که آرام نفس می‌کشیم مبدا مزاحم یکدیگر شویم، عاقبت حس می‌کنم او سرش را گذاشته روی شانهم و دست‌هایم را در دست‌هایش گرفته، می‌خواهم چشم‌هایم را باز کنم اما چشم‌هایم باز است با تعجب می‌بینم در قطار کنار دختری که می‌خواهد ببینمش نشست‌ام سرش روی شانهم و دست‌هایش در دست‌هایم و قطار با سرعت به‌جایی نامعلوم می‌رود.

دلم نمی‌خواهد کنار دختر باشم اما هستم، دلم نمی‌خواهد سرش روی شانهم و دست‌هایش در دست‌هایم باشد اما هست و من هر چه تلاش می‌کنم نمی‌توانم از او جدا شوم، او را سنگین و محکم بر تمام وجودم حس می‌کنم و قطار

دیدار

قرار بود ببینمش، دختری که کنجکاو بود ببیند مرا ولی هرگز نگفته بود که می‌خواهد مرا ببیند، فقط از لحن صدایش در اولین تماس تلفنی و بعدها در مسج‌هایی زیبا، شاعرانه و ادبی که هر روز برایم می‌فرستاد کاملاً حس کرده بودم و حتی در خواب دیده بودم که واضح و با صدای بلند می‌گفت:

دلم می‌خواهد ببینمت

یا، دلم برای دیدنت پر می‌کشد.

حتی همین دیشب بود که خواب دیدم در قطاری کنار هم نشست‌ایم و او دست‌های مرا محکم در دست‌هایش گرفته و سرش را روی شانهم فشار می‌دهد و با صدای بلند جوری که همه مسافران قطار بشنوند می‌گوید:

من هم با تو می‌آیم.

و این جمله را آن قدر تکرار می‌کند که بالاخره از خواب می‌پریم.

از خواب که پریدم دیدم روی میبل خوابم برده و صدای رعد و بارش شدید قطرات باران به شیشه‌های پنجره مرا از خواب پرانده نه صدای فریاد ملتسانه دختر در قطار.

چند هفته بود که روی میبل می‌خوابیدم روی میبل اتاق پذیرایی. همسرم هر شب در اتاق خواب را از داخل قفل می‌کرد، با من قهر کرده بود مثل پارسال و مثل سال‌های قبل.

عادت داشت سالی یک‌بار قهر کند و قهرش معمولاً سه چهار ماه طول می‌کشید. این را یک ماه بعد از ازدواجمان فهمیدم درست وقتی از سفر برگشتیم و دیدیم که پرنداش در قفس از تشنگی تلف شده چون من یادم رفته بود ظرف آبش را پر کنم.

همسرم هر سال یک‌بار، فقط یک‌بار بهانه‌ای شبیه به مردن پرند در قفس پیدا می‌کرد برای قهر کردن. سال دوم ازدواجمان به خاطر دیر رسیدن به فرودگاه و جا ماندن از هواپیما قهر کرد چون زمستان بود و برف سنگینی باریده بود و من بدون چک کردن ترافیک یک ساعت قبل از پرواز تاکسی گرفته بودم درحالی‌که به خاطر بارش برف و کندی حرکت اتومبیل‌ها باید دو ساعت قبل از پرواز تاکسی می‌گرفتم. سال‌های بعد را درست یادم نیست علت قهرش چه بود و چندان هم مهم نیست مگر آنکه بخوام حوصله خواننده داستانم را سر ببرم.

از خواب که پریدم چند ثانیه صدای فریاد دختر را می‌شنیدم حتی دست‌هایش را لمس می‌کردم و فشار سرش را روی شانهم. بعد از چند ثانیه صدای رعد و برخورد قطرات باران شدید به شیشه پنجره‌ها به گوشم رسید و از اینکه دختر را در خواب دیده بودم برای چندمین بار متوالی احساس لذت آمیخته به اندوه کردم. دوباره سعی کردم بخوابم اما بیهوده بود به خواب رفتن دوباره بعد از پریدن از خواب تقریباً همیشه برایم غیرممکن بود. نور ضعیفی از آشپزخانه روی در اتاق خواب تابیده بود. بی‌اختیار به قفل در چشم دوختم

جمیله هاشمی
بخش ۱ از ۲

داستان کوتاه انتحاری مرد بود؟

بالا می‌رفت. دیگر تبسم موفقیت‌آمیز فرهان قلبش را مملو از شادی و نشاط نمی‌ساخت. بلکه از دیدن رنگ سرخ تن و بدنش می‌لرزید و رگ‌های بدنش به ارتعاش درمی‌آمد، فکرش را می‌آزرد و نفسش را می‌گرفت.

رحیم، فرهان، صبور، کاظم، طارق و... همه در عقب بس دوره‌هم حلقه زده بودند و در میان انبوهی از راکبین سرویس، بی‌خیال می‌گفتند و می‌خندیدند. مریم و زهره و دختران دیگر در بین زنان که پیشروی بس چون خشت کنار هم چیده شده بودند، آهسته‌آهسته قصه می‌کردند: چقدر جالب، در کلچر ما! بچه‌ها آزادانه در همه‌جا، بدون ترس و بی‌پروا حرف‌های دلشان را گفته می‌توانند ولی ما... زهره گفته بود:

باز ما بعد از عروسی حرف‌های دلمان را به آنها خواهیم گفت! تبسم لب‌های سرخ و خوش‌ترکیب مریم را پنهانی لمس کرده بود و زهره نزدیک ایستگاهی که باید از بس پائین می‌شد، از وی جدا شده بود؛ تا خودش را از بین ازدحام بیرون کشیده و به در خروجی بس برساند. مریم به نگاه‌های پنهانی و معنی‌دار فرهان دل‌بسته بود و یگان دست طرف زهره هم می‌تکاند.

بعد آن روز شوم؛ یاد دست‌های کلفت و مردانه‌ای زنی که در کنار مریم، زهره و زنان دیگر ایستاده بود و همراهی زهره خودش را به در خروجی نزدیک کرده بود؛ مو را بر بدن مریم راست می‌نمود و با خودش می‌گفت:

مریم از قفسه‌های سینه پائین چیزی را حس نمی‌کرد؛ گویی که جسم پروپیمانیش از همه‌چیز خالی شده بود. تلاش می‌نمود؛ حرف‌های استاد روانشناس را به یادش بی‌آورد: «چشمانتان را ببندید، بدنتان را حس کنید، به پاهایتان رجوع نمایید...» راست‌راستی، تصور می‌کرد؛ ستون میان خالی ساق پاهایش تهی از عضله و گوشت و پوست شده بود. با خودش می‌گفت:

شاید تأثیر زخم شکم باشد که روده‌های ترمیم‌شده‌ام نمی‌گذارد، پاهایم را حس نمایم. صدای انفجار هنوز هم در گوش‌هایم بود. فقط به یاد داشت که سرویس مملو از محصلین پوهنتون کابل بود. صدا و بمبیب و... برای لحظه‌ای که جلو دید چشمانش را دود غلیظ باروت مختل نموده بود؛ مکتی کرد. وها، جرقه‌ای برق‌آسای آتش انفجار نیز بار بار در ذهنش تکرار می‌شد. صدای هولناک، دود و بارقه‌های آتش و آنگهی خون و لخته‌های گوشت به جای هوا در آسمان پخش می‌شد. خنده‌ها و شوخی‌های بچه‌های که در عقب بس ایستاده بودند، رنگ سرخ داشت، سرخی سرخ، مانند خونی که روی بس را رنگین ساخته بود. دیگر رنگ سرخ قلب مریم را نمی‌تپاند و آرزوی به دست گرفتن گلاب سرخی را که نامزدش به دستش می‌داد و ذوق‌زده شاخه‌های گل را به موهای مجعد و غلویش می‌گذاشت، دیگر هیچاناتش را بلند نمی‌برد. برعکس می‌ترسید و سرخی خونش

آن روز طبع مریم خوش نبود، یک هفته زحماتش به هدر رفته بود. هنوز هم صدای فرهان دوست و هم‌صنفی شوخ‌طبعش در گوش‌هایش طنین می‌انداخت: خانم‌ها بروید به‌طرف عیاشی‌تان؛ استاد فرهاد امروز نمی‌آید. اوه، نو... چقدر زحمت کشیده‌ام. زهره دست محکمی به شانه مریم زده بود که:

برو دختر خانم عزیز! این فاکولته‌ای سانیس سر ما و تو تنها آباد نیست، باز یک روز نی، یک روز سعادت شنیدن سخنرانی زیبای شما را خواهیم داشت! مریم با گره‌پیشانی طرفش دیده و گفته بود:

اول خود صد بار به این آقا گفته‌ام که ما را خانم‌ها خطاب نکنند. دوم زهره جان؛ تو خو شاگرد تاب هستی و فکر و ذکر آرام و بی جنجال داری. همین‌که درس از زبان استاد می‌برآید در ذهن تو می‌نشیند. باور کن یک هفته است که جان می‌کنم. آب در روده‌ام گرم نمی‌آید، یک دستم به کمک خواهر معلولم و یک دست... اوف...

فرهان با شوخ‌طبعی همیشگی‌اش، مقابل مریم زانو زده و درحالی که دست‌هایش را به هم کرده بود، گفته بود: اول، معذرت می‌خواهم؛ دیگر خانم‌ها نه که دخترها صدایتان می‌کنم. دوم، برویم که راه دور است و منزل دراز... ای کاش شتاب نمی‌کردند.

صرافی الیت فارکس

انتقال ارز
با مدیریت یحیی هاشمی پور

انتقال سریع ارز از طریق خودپردازهای ایران
انتقال فوری ارز به ایران و برعکس با تضمین بهترین نرخ روز

با ۲۳ سال سابقه خالصانه، بی دریغ در خدمت شما هستیم. قبل از هر تصمیمی با ما مشورت

1449 St.Catherine W. Guy, Montreal QC. H3G 1S6

E-mail: GIT110@yahoo.ca

514 989 2229 | 514 289 9003

Toll Free: +1 866 989 2229

نیاور. هرچه بود گذشت و او هم به جهنم رفت.

مگر می‌شد آن حادثه‌ای را که به تلخی و زهرآگینی زهر هلایل بود و آن همه قربانی گرفته بود، به این زودی از یاد نسل سوخته و فرزندان رنج و ماتم برود؟ تق‌تق خنده‌های فرهان و رفقاییش که عقب بس ایستاده بودند و یگان نگاهی گذرا به دخترها هم می‌نمودند، نگاه‌های نافذ زهره که تا آخرین لحظه با تبسم به مریم دیده بود و دست خداحافظی جنبانده بود. یاد اجساد خون‌آلودی که بر روی سرویس افتاده بودند و وقتی که دود به هوای رفته بود، دیگر نگاه‌های زهره در میان آن اجساد به خون خفته و دودزده دیده نشد بود. همه در میخلاه‌ای مریم بار بار رژه می‌رفت که بی‌تاب‌ترش می‌ساخت و با حسرت لب‌سوز می‌گفت:

چی زود همه‌چیز در لایه‌ای بی‌رحمی زمان پیچید و زهره هم‌آغوش خاک شد و نمی‌دانم؛ بچه‌های دیگر، هیچ نمی‌دانم... بعد زیر زبان می‌گفت: یقین است که فرد انتحاری زهره را نیز مانند خودش تکه پارچه نمود است. اشک چشمانش به‌سان سیل طغیان‌گر از رخسار زرد و استخوانی‌اش سرازیر می‌شد و یاد از دست دادن همه آرمان‌هایش تا ژرفای قلبش نفوذ می‌کرد که دادفریادش نرس را ناچار به تزریق آمپول آرامش‌بخش می‌نمود.

ادامه دارد

سر داشت، میان زنان ایستاده بود. اگر کسی به شانه‌های برجسته وی که از زیر چادری / برقع بالا زده بود دقیق می‌شد، می‌فهمید که مرد است. چسپیده به زهره نزدیک دروازه‌ای خروجی بس ایستاده بود که بعدش انفجار و تمام...

همه‌ای وجود مریم فریاد شده بود که در حسرت ندانستی‌ها از گلوبیش فواره می‌کرد. یاد آن لحظه، خون را در سرش جمع می‌نمود، بی‌تابش می‌ساخت و فغانش به کهکشانشاها تیر می‌کشید. سوز آذرخش آسمانی و یکدم امواج ویران کن انفجاری مهیب که حتی جسم آهنین سرویس را نیز ذوب کرده بود، جسم و جان مریم را تا اعماق احساساتش جر می‌زد و تخریب می‌کرد. دست‌هایش را به گوش‌هایش می‌فشرد و فریادش پرده‌های غیبی فضا را از وزای در و پنجره‌ای شفاخانه می‌درید: نه باورم نمی‌شود. او لعنتی، قصداً خودش را به زهره چسپانده بود.

ذهن مریم هنوز هم قبول نمی‌کرد که جوشش ایجادگری محصلین جوان که در وجود هر یکشان در خروش بود، این‌طور ناگهانی و آسان ختم شده باشد. با دلتنگی از مادرش می‌پرسید:

مادر جان! راست است که فرد انتحاری مرد بود و لباس‌های زنانه با واسکت انتحاری‌اش... مادر گونه‌های زرد و رنگ‌پریده‌ای دخترش را لمس نموده می‌گفت: دختر گلم! لطفاً استراحت کن. داکتر گفته؛ بالای مغزت فشار

یعنی فرد انتحاری مرد بود؟ ای‌وای، درست در کنار ما و شانه‌به‌شانه‌ای ما ایستاده بود و ما نفهمیدیم؛ دست‌های پر مو، کلفت و بزرگ... آه... باورم نمی‌آید.

تجربه‌ای دیگر گون کنند، تلخ و تکان‌دهنده برای همه و حس ناشناخته‌ای حقیقت طالبانی که در برابر سلطنت دروغین خدا جان انسان‌های بی‌گناه را می‌گرفت، اسلام اسلام می‌گفت و مسلمان می‌کشت. و آنگاهی با مباحث گناه را به گردن می‌گرفت و به ارزش‌های آدمیت تمسخر می‌نمود، دین را چون متاعی در بازار سرباز می‌فروخت و بر باورهای افغان مسلمان گرد بی‌رنگی شک و شبه می‌پاشید. انتحار آن روز مریم را چنان بی‌باور ساخته بود که حتی به زنده‌بودن خودش باور نداشت. با خودش کلنجار می‌رفت. یادش می‌آمد:

فردی که از حلقه‌ای دستگیر بالای سرم گرفته بود، دستش خطا خورده و به دستم اصابت نمود. دست سنگین و کلفت، دست همان طالبی که نزدیک شدن چی که نیم‌نگاهی زن نخ ایمانش را می‌درید... وای خدای من؛ پس آنگاه از کدامین دین و ایمان به مردم تدریس می‌کنند؟ ای‌وای چقدر ترسناک است، او در کنار ما بود و ما... یکبار مغزش به نوسان می‌آمد و به تشنج می‌افتاد.

طبق معمول میدیا اعلان کرد که طالبان مسئولیت انفجار سرویس امروز را گرفته و فرد انتحاری... زنی که چادری سفید چین‌دار به

Vinco Forex INCO

صرافی پنج ستاره

تبدیل و انتقال سریع ارز به ایران و بالعکس با کمترین هزینه

New Location
4010 Saint Catherine 0, Suite 210 Montreal, QC H3Z 1P2 | 514 585 2345 | 514 846 0221

منوچهر قربانیان

گردش در عمارت مسعودیه

بازدید از محلات قدیمی تهران قسمت (۱۱)



شیوع کروناویروس قبل از هر چیز یک فاجعه انسانی است و تا به امروز صدها هزار نفر را تحت تاثیر قرار داده است. باعث شده که در همه جای دنیا مردم در خانه بمانند. در ایام قرنطینه و خانه ماندن، کمی بیشتر قدر روزهایی که امکان بیرون رفتن، دیدار دوستان و محله‌گردی داشتیم را بدانیم. این روزها خاطرات محله‌گردی در کوچه پس کوچه‌های تهران را مرور می‌کنم. که چقدر راحت قدم زنان در خیابان‌ها به کشف خانه و ساختمان‌های بازمانده از گذشته بودیم.

عمارت مسعودیه



در یکی از تهران‌گردی‌ها که مسیرم به میدان بهارستان افتاده بود. شروع کردم به قدم‌زدن در کوچه‌های منتهی به میدان، زیرا این میدان شاهد بسیاری از اتفاقات مهم گذشته بوده است. از طرف دیگر مرکزیت آن به سبب مجلس، باعث شده خانه و عمارت‌های زیبایی بازمانده از گذشته را در جای جای آن پیدا کرد. یکی از عمارت‌های زیبا که هنوز هم با همان زیبایی‌اش پابرجاست «عمارت مسعودیه» نام دارد. به قدری این ملک بزرگ و پر ابهت است که خیابان‌های متعددی به آن ختم می‌شود و کشت و گذار در آن زمان بسیاری می‌برد.

این عمارت بزرگ در طول سالیان سال شاهد اتفاقات بسیاری بوده است. در زمان خود پایگاه مشروطه‌خواهان بود و به سبب نزدیکی به میدان بهارستان حوادث بسیاری را پشت سر گذاشته است. سنگ بناهای بسیاری از ساختمان‌های فرهنگی کشور در این عمارت گذاشته شده است. نخستین کتابخانه و موزه ملی ایران برای اولین بار در جایی از این عمارت برپا شدند.

در حدود سال‌های ۱۳۰۴ انجمن معارف نخستین کتابخانه رسمی کشور را که پایه گذار اصلی کتابخانه ملی فعلی است را در یکی از اتاق‌های این ساختمان به راه انداخت. چند سال بعد نیز بسیاری از عتیقه‌های باستانی از گوشه کنار ایران را به این ساختمان منتقل و در حقیقت به عنوان موزه حفظ و نگهداری شده تا سرانجام در سال ۱۳۱۸ تمامی اشیای عتیقه از این مکان به موزه ملی منتقل شد. یکی از اتفاقات مهم دیگر در سال ۱۳۴۲ و ۱۳۴۳ این عمارت به دانشکده افسری اختصاص داده شد.

همچنین در سال ۱۳۴۵ که همزمان با تفکیک وزارت آموزش و پرورش از فرهنگ و هنر، عمارت

عمارت مسعودیه

یک ساختمان تاریخی مربوط به دوره قاجار که به علت زیبایی و قدمتش در سال ۱۳۷۷ به ثبت آثار ملی ایران رسیده است. باغ عمارت مسعودیه با دستور مسعود میرزا که حاکم اصفهان ملقب به ظل‌السلطان ساخته شده است. مسعود میرزا فرزند ناصرالدین شاه است و عمارت هم به همین خاطر مسعودیه نام گرفته است.

معمار این عمارت استاد شعبان معمار بوده است. این عمارت در زمینی به وسعت ۴۰۰۰ مترمربع بنا شده است. عمارت‌های اصلی این باغ عبارتند از: عمارت دیوان‌خانه، عمارت سفره‌خانه، حیاط سید جوادی، حیاط مشیری، عمارت مشیرالدوله، حیاط خلوت، عمارت حیاط خلوت، عمارت سر در پیاده رو، عمارت سر در کالسکه رو، باغ دیوان‌خانه است.



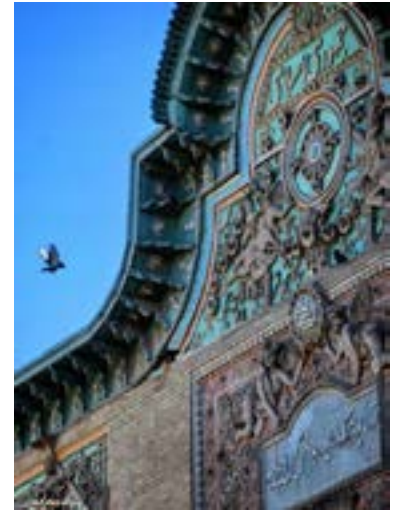
بهناز کاوندی؛ کارشناس ارشد کارآفرینی (مربی و متور کارآفرینی) در حال حاضر بصورت حرفه‌ایی بر روی استارت‌آپ‌های حوزه گردشگری و سلامت فعال است. با توجه به علاقه شخصی به سفر و بازدید از مکان‌های جدید، دستی بر قلم دارد تا تجربیاتش از گردشگری را با دیگران به اشتراک بگذارد.



در این عمارت هفت کتیبه بسیار ارزشمند وجود دارد. یک کتیبه در سردر کالسکه رو، دو کتیبه در سردر اصلی، دو کتیبه در عمارت مشیریه و دو کتیبه هم در عمارت ایوان خانه قرار دارد. البته در حال حاضر قسمت‌های مختلف این عمارت قابل بازدید نیست و مجبور هستیم به عکس‌های باقیمانده در اینترنت کفایت کنیم.



مسعودیه به وزارت آموزش و پرورش سپرده شده و نخستین وزارتخانه آموزش و پرورش در آنجا مستقر شد.



این عمارت بشکلی بسیار زیبا و حرفه‌ایی طراحی و ساخته شده است. از سر در عمارت که در نزدیکی میدان بهارستان قرار دارد که با کاشی‌کاری‌های بسیار زیبایی تزیین شده تا ساختمان‌های داخلی آن همگی نشان از معماری بسیار خاص و منحصر بفرد آن دارد. مابین ساختمان‌ها نیز طراحی باغ بصورتی بسیار زیبا شکل گرفته است.

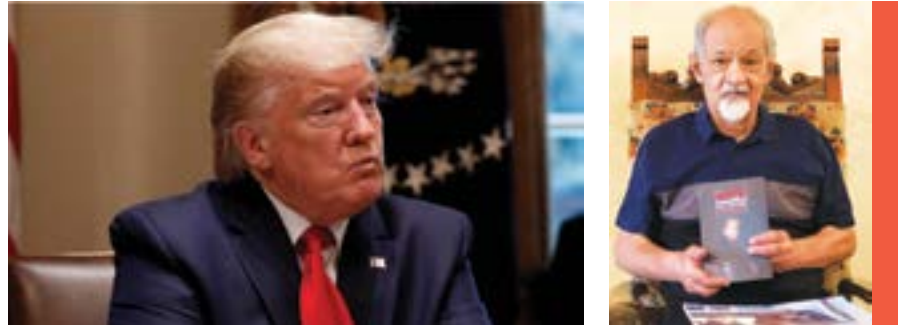
جوی‌های روان در حیاط، درختان سرسبز و تنومند زیبایی و عزمت خاصی به این باغ زیبا داده است. باید این عمارت را در چهار فصل بازدید کرد که هر فصل باغ زیبایی خاص خود را خواهد داشت.



مترجم: علیرضا جباری (آذرنگ)
نویسنده: جان بلای فاستر

ترامپ در کاخ سفید تراژدی و مضحکه (۲۳)

دگرگونی آب و هوا و دلگکانی درباری



نفت و گاز را لغو خواهد کرد. هام تهدید می کند که: «آن گاه که ما نتوانیم چاهی در آمریکا حفر کنیم، به افزایش توان مالی تروریسم کمک کرده ایم». از دریچه نگاه وبسایت بریت بارت نیوز، وابسته به جناح راست افراطی که رئیس آن، استیو بین، مغز متفکر مراحل پایانی مبارزه انتخاباتی ترامپ در سال ۲۰۱۶ بود (و سپس به تصدی مقام استراتژیست ارشد کاخ سفید برگزیده شد) گرمایش جهانی وجود ندارد، بلکه تنها سرد شدن زمین وجود دارد. بریت بارت انتخاب ترامپ را با انتشار این عنوان شادباش گفت: «چپها در جنگ بر سر دگرگونی آب و هوا شکست خوردند».

این مهم است که وعده ترامپ درباره «ساختن دیوار» در امتداد مرز مکزیک برای جلوگیری از «مهاجرت غیرقانونی» را دست کم تا اندازه ای، حتی آن گاه که این موضوع را انکار می کند، می توان به سان واکنش در برابر دگرگونی آب و هوا انگاشت. درست همان طور که انکارگران اهمیت آب و هوا، ساختن دیوارهای دریایی در بخش هایی از جنوب را، به لحاظ نظری، به عنوان وسیله ای برای محافظت از املاک ساحلی مطرح می کنند. برنامه ترامپ برای ایجاد مرزی نظامی تر، ساختن دیواری ۱۰۰۰ مایلی را در بر می گیرد (که بیشتر آن، به صورت دیوارهای حفاظتی، هم اکنون نیز وجود دارد، و باقی مانده مرز نزدیک به ۲ هزار مایلی نیز، به دلیل وجود موانع طبیعی، گذر ناپذیر است).

از این دیوار به شدت محافظت می شود، و ناوگانی از هواپیماها و پهپادها بر آن نظارت می کنند. نمی توان از یادآوری یکی از گزارش های سال ۲۰۰۳ وزارت دفاع به نام سناریوی نامنتظره تغییرات آب و هوا و تأثیر آن بر امنیت ملی آمریکا چشم پوشید که پتر شوارتز و دگ راندال از شبکه کسبوکار جهانی برای پنتاگون نوشتند و در آن، در این باره بحث کردند که اثرهای فاجعه بار دگرگونی نامنتظره آب و هوا، کشورهای ثروت مند، هم چون ایالات متحده و استرالیا را وادار خواهد کرد که «دژهایی دفاعی» را برای پیش گیری از ورود پناهندگان شرایط آب و هوایی، در امتداد مرزهای خود بسازند.

این گزارش هشدار داد: نیاز شدید به منابع طبیعی، از جمله انرژی، غذا و آب، (به ویژه در کشورهای جنوب جهان) تهدیدهایی را که کشورهای «دارا» ناگزیر به واکنش در برابر آن اند، برای امنیت ملی پدید می آورد که ممکن است آغازگر «وریارویی نظامی» باشد.

پانویس

۱- در اینجا از واژه دلگکان درباری و دربار، به سان نماد گماشتگان فرمانروایان پهنه صنعت و خود این فرمانروایان به کار رفته است.

در جریان مبارزه فریب کارانه فرمانروایان خود، از حمایت آنان برخوردار می شوند. فرمانروایان صنعتی، از دلگکان خود هوش مند ترند. آنان نمی توانند چنین وانمود کنند که از خطرهای تغییرات آب و هوا و نتایجی که برای نسل های بعد به بار می آورد، ناآگاه اند. در حکومت جدید ترامپ، درباریان پهنه سوخت فسیلی، هم چون تیلرسن، و دلگکان درباریشان، اکنون در رأس قدرت در کنار یکدیگر نشسته اند.

بنابراین، درست نیست که این حکومت را تنها به سان گروهی از اشخاص نادان بی انگاریم که صف آنان از شخص رئیس انکارگران تغییرات آب و هوا آغاز می شود. بلکه، تلاش هایی که برای نابود کردن حتی ضعیف ترین مقررات و بی اعتبار کردن دانش صورت می گیرد، جزئی از کوشش هایی است که سرمایه سوخت فسیلی برای ادامه سوزاندن سوخت های فسیلی، بی هیچ بیم و هراس می کنند. چنان که گویی این کار تهدیدی هولناک را برای نوع بشر در بر ندارد. انگیزه این اقدام، فقط و فقط شوق نهادینه برای کسب سود بیشتر، با هر هزینه ممکن برای همه اعضای جامعه است. این اقدام، در مقیاسی بس وسیع تر، به فعالیت فریب کارانه چند دهه ای شرکت های تولید کننده توتون شبیه است که ادعا می کنند محصولاتشان مصرف کنندگان خود را نمی کشد؛ حتی اگر پژوهش های علمی درون شرکتی شان که آن را پنهان می دارند، خلاف این ادعا را ثابت کند.

شگفت آور نیست که سرمایه سوخت فسیلی، بیشترین سود را از انتخاب ترامپ برد. ارزش سهام شرکت های نفت و گاز در آن لحظه که نتایج انتخابات سال ۲۰۱۶ اعلام شد، به سرعت افزایش یافت. شرکت پی بادی انرژی، شرکت پیش تاز ذغال سنگ ایالات متحده، از آستانه ورشکستگی، به افزایش ۷۰ درصدی بلادرنگ ارزش سهام خود رسید.

هارولد هام، میلیارد در غول استخراج نفت و گاز و مشاور ترامپ، به این نکته اشاره کرد که ترامپ مقررات استخراج

پرسش نامه، علاوه بر جداسازی دانشمندی که ابتکارهای زیست بومی اواما را ترویج کرده بودند، هدفی مشخص تر از این پی می گرفت:

هزینه اجتماعی کربن (SCC) در آن زمان، هر تن ۴۰ دلار برآورد می شد، و آن واحدی بود که حکومت در محاسبه تأثیر اقتصادی تغییرات آب و هوا، و لذا در تعیین مقررات مربوط به انتشار کربن، بر پایه محاسبه نسبت هزینه-سود، به کار می گرفت. SCC تاکنون بخشی از رویه قضایی تثبیت شده بوده است و به آسانی نمی توان آن را کنار گذاشت. اما حکومت ترامپ نشان داده است که می تواند شیوه اساسی محاسبه SCC، از جمله نرخ بهره دلار امروزی در مقایسه با دلار آینده را دگرگون، و بدین سان محاسبه بر پایه کاهش هزینه ها را امکان پذیر کند.

پرداخت نرخ بهره بیشتر ممکن است هزینه های اقتصادی دگرگونی آب و هوا را صفر، یا حتی منفی نشان دهد. به طوری که دگرگونی آب و هوا به لحاظ اقتصادی، نه تنها مناسب، بلکه مفید می نماید. بدین ترتیب، می توان ارقام را به گونه ای دست کاری کرد که هرگونه محدودیت وضع شده بر انتشار گاز گلخانه ای، در آزمون هزینه-سود لازم بر پایه قانون، بی ثمر از کار درآید.

هائسن یک دهه پیش از این، به گونه ای ثمربخش یادآوری کرد که مسئله، فی نفسه وجود انکارگران دگرگونی آب و هوا نیست؛ زیرا چنین مخالفانی در درون یا بیرون حکومت، تنها «دلگکانی درباری»(۱) اند که سرانجام کسی آنان را جدی نخواهد گرفت. مسئله وجود خود «دربار» است که چیزی نیست جز: فرمانروایان صنعتی، مدیران عامل شرکت های سوخت فسیلی هم چون اکسن موبیل، تولیدکنندگان خودرو، شرکت های خدماتی، همه رهبرانی که سودهای کلان خود را بر تر از سرنوشت سیاره و بهروزی فرزندانمان می انگارند.

این دلگکان درباری، دلگکان آنان اند و گه گاه برای خدماشان مزدی دریافت می کنند و به گونه ای اساسی تر،

SHEMIRAN Auto Services

اتوسرویس شمیران
تعمیر و خدمات انواع خودرو

- فروش انواع لاستیک زمستانی تا ۸۰ دلار تخفیف
- جلوگیری از زنگ زدگی، از ۴۹.۹۵ دلار Rust Proofing
- تعمیرات ترمز و جلوبندی
- ۱۰ درصد تخفیف برای تعویض همزمان روغن و لاستیک و بازرسی رایگان

سرویس و خدمات در کوتاه‌ترین زمان کیفیت مطلوب و قیمت مناسب



514-487-6262
5755 Maisonneuve W. Montréal, QC H4A 2A1
www.autoshemiran.com

Panneton & Panneton Moving & Storage

تخفیف ویژه برای هموطنان عزیز در نظر گرفته خواهد شد

خدمات انبارداری پنتون و الیمپیا

- ✓ بیش از ۵۰۰ فضای انبار در اندازه‌های مختلف
- ✓ تمیز و ایمن با دوربین‌های نظارتی
- ✓ سیستم‌های اعلام خطر و کنترل دما
- ✓ ۷ روز هفته قابل دسترسی

514 939 0099
8660 Jeanne Mance, Montreal, QC H2P 2S6
info@pannetonpanneton.com

PhotoMahnaz





عکاسی عروسی، تولد، بارداری، کودک، خانواده و در آتلیه مخصوص و یا محل مورد نظر شما با قیمت‌های ویژه و مناسب

www.PhotoMahnaz.com
PhotoMahnaz: ۵۱۴-۶۶۰-۸۲۶۰





ترانه ناظری
مشاور سلامتی



آیا شما هم اعتیاد غذایی دارید؟



اهمیت پیدا می‌کنند که به تاثیر بیولوژیک آنها بر هورمون‌های بدن و انتقال دهنده‌های عصبی و سایتوکین‌های التهابی توجه شود. اینها فاکتورهای بیولوژیکی هستند که عملکرد مغز را لحظه به لحظه با هر لقمه‌ای که بر دهان گذاشته می‌شود تغییر می‌دهند.

مهمترین عاملی که موجب می‌شود یک ماده غذایی خاصیت مسموم کننده پیدا کند مقدار مصرف آن است. مصرف قند در بسیاری از کشورهای جهان در حد مسموم کننده‌ای افزایش یافته و آنها را با افزایش بی‌سابقه برخی از بیماری‌ها مواجه کرده است. چاقی، دیابت نوع دو، بیماری‌های قلبی، آلزایمر و انواع سرطان‌ها با مصرف بی‌رویه قند ارتباط دارند. قند مهم‌ترین ماده غذایی اعتیادآور است که اقتصاد سودآور آن بر سیاست‌های غذایی کشورها تاثیر می‌گذارد بطوری که الگوی مصرف قند در دویست سال گذشته ده‌ها برابر افزایش یافته و مردم نسبت به پنجاه سال گذشته صدها کالری بیشتر مصرف می‌کنند. تاثیر افزایش مصرف قند در بدن انسان موضوع مهمی است چون قند بر روی مغز اثر می‌گذارد و دوپامین را که انتقال دهنده احساس لذت است تحت تاثیر قرار می‌دهد؛ و همین موضوع مردم را به قند علاقمند می‌کند. قند در بدن انسان مانند ماده مخدر عمل می‌کند و متأسفانه موضوع

چاقی علاوه بر بزرگسالان، کودکان و نوجوانان را نیز هدف گرفته است و شیوع دیابت نوع دو که پیش زمینه بیماری‌های قلبی، سکته، زوال عقل و بسیاری از سرطان‌هاست در میان ملت‌های مختلف جهان به مشکلی جدی تبدیل شده است. رشد روزافزون چاقی و بیماری‌های ناشی از آن در کشورهای پیشرفته نشان می‌دهد که تئوری تعادل انرژی در بدن انسان کاربرد نداشته و تلاش‌های مبتنی بر رژیم غذایی کم کالری و ورزش بیشتر در درازمدت با شکست مواجه شده و افراد وزن ازدست داده را دوباره بدست آورده‌اند.

در سلسله مقالاتی سعی خواهیم کرد که علت‌های پشت پرده و زیربنایی این پدیده اپیدمی را روشن کنیم.

نظریه‌ای که موضوع مطالعات سی سال اخیر در زمینه چاقی بوده است توجه خود را از شمارش کالری‌ها به نوع ترکیبات غذا معطوف کرده و تاثیرات بیولوژیک ترکیبات غذایی را بر روی سیستم هورمونی و مغز انسان مورد مطالعه قرار داده است. بر اساس این مطالعات متابولیسم، ذخیره چربی و گرسنگی وابسته به نوع ترکیبات غذایی انسان بوده و با کالری ارتباط ندارد.

کیفیت غذا و ترکیبات تشکیل دهنده آن که عبارت از پروتئین‌ها، چربی‌ها و کربوهیدرات‌ها هستند زمانی

تقریباً ۸۰ درصد از مواد غذایی که در سوپرمارکت‌های آمریکای شمالی عرضه می‌شوند حاوی قند افزوده هستند.

به نظر می‌رسد که همه افراد به نوعی با مساله اعتیاد غذایی روبرو هستند.

” قند تأثیری شبیه به هروئین و کوکائین در مغز ایجاد می‌کند و افراد را به مصرف هرچه بیشتر آن وادار می‌کند.

قند مهم‌ترین ماده غذایی اعتیادآور است که اقتصاد سودآور آن بر سیاست‌های غذایی کشورها تأثیر می‌گذارد



هم ایجاد می‌کند. افرادی که قند زیادی مصرف می‌کنند وقتی دچار حادثه شده و راهی بیمارستان بشوند برای تسکین درد به دوز بالاتری از مورفین احتیاج پیدا می‌کنند.

حتی آزمایشاتی که بر روی موش‌ها انجام شده نشان داده است که موش‌های معتاد به کوکائین، قند را به کوکائین ترجیح می‌دهند. در آزمایش دیگری که موش‌ها را تحت شوک الکتریکی قرار دادند مشاهده کردند که موش‌های معتاد به قند ترجیح می‌دهند به شرط گرفتن قند شوک‌های الکتریکی را بارها و بارها تحمل کنند.

با اتکا به مطالب فوق و در شرایطی که محصولات غذایی مملو از قند هر روز با شکل و شمایل جدید و با انواع ادعاهای ساختگی قفسه‌های فروشگاه‌ها را پر می‌کنند و به‌وفور در دسترس همگان از جمله کودکان قرار می‌گیرند عنوان کردن موضوع اراده فردی و شمارش کالری هدفی جز انحراف افکار ندارد. در واقع بحث اراده و مسئولیت فردی سرپوشی است که صنایع غذایی بر مساله اعتیاد غذایی گذاشته‌اند. غذاهای فرآوری شده و آماده مقدار زیادی قند افزوده دارند و تولیدکنندگان غذا تا زمانی که مشتریان کافی برای محصولات خود داشته باشند اعتیاد غذایی و چاقی‌های ناشی از آن را دست‌افزار سودهای کلان خود خواهند ساخت.

به لذت‌های کوچک ختم نمی‌شود. قند تأثیری شبیه به هروئین و کوکائین در مغز ایجاد می‌کند و افراد را به مصرف هرچه بیشتر آن وادار می‌کند. تولیدکنندگان مواد غذایی از این موضوع استفاده کرده و با افزودن انواع قند به محصولات خود مشتری‌های دائمی خود را افزایش می‌دهند.

همین مساله در مورد نان نیز وجود دارد و گلوتن در مغز بسیار شبیه به مورفین عمل می‌کند. مطالعاتی که تصاویر مغز یک فرد نرمال، یک فرد معتاد به کوکائین و یک فرد دارای اضافه وزن را مورد بررسی قرار داده است نشان می‌دهد که تصویر مغز یک فرد نرمال با فردی که تحت تأثیر کوکائین است فرق دارد در حالی که تصویر مغز فردی که دارای اضافه وزن است با تصویر فرد معتاد یکی است.

موضوعی که باید مورد توجه قرار گیرد عدم اطلاع مصرف‌کنندگان از مقدار قند اضافه شده به انواع مواد غذایی است. مثلاً ماست صبحانه، سس گوجه فرنگی، آب پرتقال، غلات صبحانه حتی نان از جمله غذاهایی هستند که مردم بعنوان مواد سالم غذایی مصرف می‌کنند بدون آنکه از مقدار قند افزوده شده به آنها آگاه باشند. تقریباً ۸۰ درصد از مواد غذایی که در سوپرمارکت‌های آمریکای شمالی عرضه می‌شوند حاوی قند افزوده هستند.

نشانه‌های بسیاری وجود دارد که وجود اعتیاد غذایی در افراد مختلف را نشان می‌دهد. وقتی افراد بدون آنکه گرسنه باشند غذا می‌خورند، و علیرغم احساس خستگی، درماندگی، کاهش کارایی و حتی پشیمانی بعدی تنها برای کاهش احساسات منفی یا لذتجویی خوردن بی‌رویه غذاهای خاصی را ادامه می‌دهند حقیقت اعتیاد غذایی آشکار می‌شود. به نظر می‌رسد که همه افراد به نوعی با مساله اعتیاد غذایی روبرو هستند.

اما واکنش افراد مختلف در مقابل قند به دلیل تفاوت‌های ژنتیکی مغز آنها با یکدیگر فرق دارد. مقدار انسولین ترشح شده در مقابل یک حبه قند که مجموعه‌ای از پاسخ‌های متفاوت فیزیولوژیک مثل گرسنگی و تجمع چربی را بدنبال می‌آورد از یک فرد تا فرد دیگر متفاوت است. همچنین واکنش یک فرد در زمانی که در شرایط سلامتی و تناسب قرار دارد با واکنش همان فرد در زمانی که بیمار و چاق باشد فرق دارد. افراد از نظر گیرنده‌های دوپامین هم با یکدیگر فرق دارند و بعضی از آنها برای بدست آوردن احساس رضایت به قند بیشتری نیاز دارند.

در بررسی‌های به‌عمل آمده از کودکان، مرکز پاداش مغز کودکانی که اضافه وزن دارند بسیار فعال و پاسخ به دوپامین آنها بسیار کند است. به همین جهت از دیدن غذا بشدت تحریک می‌شوند و برای رسیدن به حس خوب باید مقدار بیشتری غذا مصرف کنند.

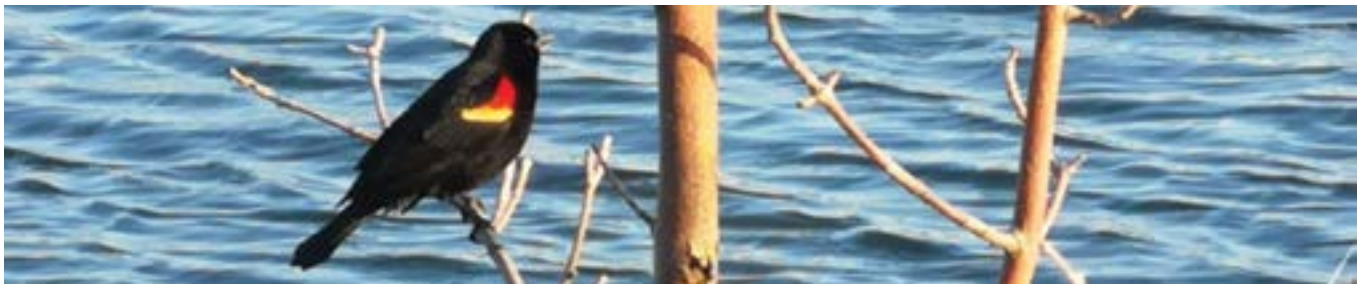
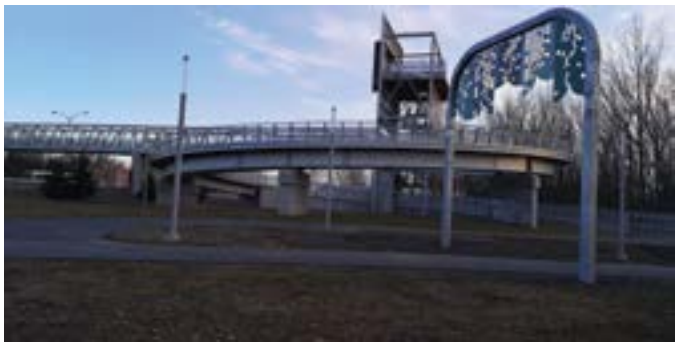
قند هشت برابر کوکائین خاصیت اعتیادزایی دارد. مصرف بیش از اندازه قند مقاومت در برابر مورفین

محمد رفیع سخای
حبیب عثمان

گذری بر مونترال در روزهای قرنطینه

سکنه آن است، بدون آن شهر، شهر ارواح است. گر چه مدرن‌ترین مکان هم باشد. ویروس کرونا، روند کار و پیشرفت جامعه را ضعیف و فلج نموده و به اقتصاد جهان ضربه قوی وارد نمود. سکوت، آرامش، اضطراب و ترس همه جا حکم فرماست. تصاویر را خود و دوستم که گاه‌گاهی در نزدیک محل خودمان بیرون رفته بودیم از شهر بروسارد و لانگی گرفته، تقدیم شما گردید. خاطراتی‌ست از روزهای تلخ و ناگوار!

کرونا مانند هیولایی در بسیاری از ممالک جهان قربانی گرفته، مردم را در خانه‌هایشان قرنطین نمود. سرکها، جاده‌ها، پارکها، ادارات دولتی و... خالی از سکنه شده است و حالت اضطراری در تمام کشورها اعلام شده است. این ویروس دامنه گسترده و طولانی‌مدتی دارد و می‌تواند شمار زیادی از مردم را مبتلا کند. اکنون برخی شهرها به طول کامل در قرنطینه هستند.... زیبای کوچک، جاده، خیابان، شهر و دیار در گشت و گذار، سر و صدا، رفت و آمد





کتابخانه نوروز زمین

مهسا محبی

**NOWRUZLAND
LIBRARY
FOUNDATION**

Email: Nowruzland@gmail.com

Tel: 514-787-8840

ساعات کار کتابخانه:
در حال حاضر به دلیل مشکلات ناشی از
ویروس کرونا تعطیل است

1650 de Maisonneuve Ouest 2nd Fl,
Montreal, QC, H3H 2P3

معرفی کتاب

نگاهی به کتاب تاریخی اورنگ باختگان ایران

فرمانروایی و چگونگی کشته شدن توضیح داده و برای این کار، گاه از چند تاریخ استفاده کرده است.

بیشتر کتاب نقل مستقیم از تواریخ است و مؤلف کمتر نظر خود را دخالت داده و یا با قلم خود نوشته است. تنها در برخی مواقع پس از نقل کامل تاریخ، توضیحات تکمیل کننده هم میدهد.

سوالی که مطرح می‌شود این است که از نظر مؤلف اورنگ به معنی تاج بوده یا تخت؟ در برخی قسمت‌ها که مؤلف از زبان خود نقل تاریخ می‌کند واژه اورنگ گاهی به معنی تاج و گاه به معنی تخت آمده است. زمانی که به ترکیب تاج باخته برمی‌خوریم می‌توانیم یقین کنیم که مؤلف اورنگ را به معنای تاج دانسته است. مثلاً در این نوشته مؤلف دقیقاً اشاره بر اورنگ بر سر داشتن نموده است: «هرمزان پس از اینکه با خانواده‌اش به مدینه رسید، مردم مدینه که تا آن روز پادشاهی ندیده بودند در پشت‌بام‌ها و کوی و برزن شهر به هرمزان و همراهانش می‌نگریستند و به پوشیدنی‌ها و جامگان زرین ویژه اورنگ زرین شاهی که بر سر داشت تماشا نموده و بر شگفت‌زدگی تماشاگران می‌افزود» (۳۶۷ ص ج ۱) اما در دیگر نمونه‌ها اورنگ به معنای تخت آمده است: «پیشتر گفته شد که شیرویه پسر خسرو پرویز پس از کشتن پدر بر تخت پادشاهی نشست و برای اینکه خود همیشه بر اورنگ شاهی بنشیند و پادشاه ایران باشد خود را شرمسار تاریخ کرد و همگی شاهزادگان ساسانی را کشت» (۳۸۱ ص ج ۱).

بخشی از متن کتاب:

با درگذشت اسکندر مقدونی مرده ریگ امپراطوری او میان سردارانش بخش گردید و هر یک بخشی از آن سرزمین‌ها را به دست گرفتند و...

کتاب «اورنگ باختگان ایران» اثر «نورمحمد مجیدی کرائی» کتابی شامل تاریخ شاهان ایران است که توسط مؤلف از تواریخ معتبر قدیم و جدید گرد آوری شده است. کتاب در سه جلد تألیف شده است و سی بخش دارد. جلد اول شامل ۱۸ بخش است و از پادشاهان اوستایی تا آخر ترکان غزنوی ادامه دارد، جلد دوم از ترکان سلجوقی در بخش نوزدهم شروع شده با اتمام تاریخ زندیه در بخش بیست و هفتم پایان می‌یابد، در جلد سوم از بخش بیست و هشتم تا سی‌ام، تاریخ پادشاهی ترکان قاجاری، پهلوی‌ها و انقلاب اسلامی را می‌خوانیم.

روال کار مؤلف بر توضیح و تبیین دوره‌های پادشاهی و کل تاریخ مربوط به شاهان است و شامل: شرح پیشینه طوایف و سلسله‌ها و خاستگاه آن‌ها، ریشه‌یابی نام‌های قدیمی، کارهای مهم هر پادشاه، جنگ‌ها، خیزش‌ها، قیام‌ها و هر مطلبی است که به تاریخ شاهان ارتباط داشته باشد و گاه از موضوع اصلی کتاب دور می‌افتد.

در آغاز اولین بخش، اولین شاه تاج باخته و دشمن وی را چنین معرفی نموده است: نخستین پادشاه ایرانی که اورنگ شاهی را به ژهاک تازی باخت، جمشید جم بود که نامش در ماتیکان (ریگ ودا) از نامگان دینی هندوایرانی که به زبان سنسکریت هم‌ریشه زبان اوستایی هست، آمده است. بخش پادشاهان باستانی شامل جمشید و ضحاک است. بخش دوم درباره شاهان مادی و پارسی و بخش سوم شامل شاهان پارسی (کوروش یکم) است. در بخش شاهان مادی و پارسی از آستیاک نام برده شده که تاج خود را به کوروش باخت. از کارهای جالب مؤلف، توضیح درباره ریشه نام‌هاست که در مورد شاهان گذشته ضروری به نظر می‌رسد مؤلف همچنان به ترتیب پیش رفته و در هر بخش کل تاریخ مربوط به شاه مورد نظر را همراه با نام و خاستگاه و سرزمین

● این کتاب را می‌توانید از کتابخانه نوروز زمین به امانت بگیرید.

ELAN ACCOUNTING SERVICES INC.

انجام امور مالیاتی به صورت Online یا حضوری

با توجه به انتخاب شما

(514) 225 3500

کلیه خدمات حسابداری و مالیاتی جهت بیزینس و اشخاص
توسط تیم مجرب و کار آزموده

- خدمات حسابداری و دفترداری
- تهیه، تکمیل و ارسال اظهارنامه مالیاتی (اشخاص و شرکتها)
- تهیه، تکمیل و ارسال مالیات بر فروش و خدمات GST / QST
- خدمات مربوط به حقوق و دستمزد - Payroll
- ارزیابی و مشاوره مالی جهت خرید و فروش بیزینس



Iraj Mohammadi
(514-625-6292)
CPA Candidate

Mojdeh Miri
(514-562-3493)
CPA Candidate



360-3285 Cavendish Blvd.
Montreal, QC H4B 2L9

<http://elanaccounting.ca>
info@elanaccounting.ca

جدول سودوکو

SUDOKU TABLE

توضیح: خانه‌های جدول زیر را با اعداد ۱ تا ۹ چنان پر کنید که در هر رج (سطر) و ستون و نیز در هر یک از جدول‌های درونی هر عدد تنها یک بار استفاده شده باشد.

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

▲ نرمال

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

▲ متوسط

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

▲ سخت

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

▲ خیلی سخت

مه‌ساعباسپور



مهلبیه یک دسر لبنانی-ترکی است که بافتی شبیه فرنی دارد. دسر مهلبیه نوعی پودینگ است که می‌تواند به عنوان یک میان‌وعده عالی نیز سرو شود. این دسر خوشمزه گزینه مناسبی برای سفره افطار است.



آشپزی هفته

COOKING WEEK

دسر مهلبیه

مواد لازم

۱. شیر
۲. نشاسته ذرت
۳. آرد سفید
۴. شکر
۵. خامه صبحانه
۶. شکلات سفید
۷. گلاب
۸. وانیل

طرز تهیه

داخل یک ظرف نجسب، آرد و نشاسته ذرت را همراه با شیر سرد مخلوط کنید. ظرف را بر روی شعله متوسط قرار دهید. شکر را به آن اضافه کرده و شروع به هم‌زدن کنید تا مایع کمی غلیظ شود. سعی کنید مواد را مدام هم بزنید تا ته نگیرد. هنگامی که مخلوط شروع به جباب‌زدن کرد، خامه را به آن اضافه کنید. مواد را به خوبی هم بزنید تا غلیظ شود. گلاب و وانیل را به مواد اضافه کنید و سپس شعله گاز را خاموش کنید. بعد از آن که مواد کمی از داغی افتاد، شکلات سفید را اضافه کنید و اجازه دهید تا شکلات با گرمای مواد ذوب شود. دسر را داخل ظرف دلخواه ریخته و آن را با انواع خلال یا میوه تزیین کنید. نوش جان!

نکته ۱: اگر شکلات تلخ یا شیری را بیشتر دوست دارید می‌توانید آن را جایگزین شکلات سفید کنید.

نکته ۲: می‌توانید هنگام جوش‌زدن مواد کمی زعفران غلیظ به آن اضافه کنید تا مهلبیه زعفرانی داشته باشید.

نکته ۳: گلاب و وانیل را حتما در مرحله آخر اضافه کنید تا بر اثر گرما عطر آنها از بین نرود.

نکته ۴: حتما از شیر سرد استفاده کنید چون از گلوله‌شدن آرد و نشاسته در شیر جلوگیری می‌کند.

نکته مثبت هفته

زندگی را زیباتر کنیم، گاهی با ندیدن، نشنیدن و نگفتن. زندگی زیباتر می‌شود تنها با یک گذشت کوچک؛ به همین سادگی.



شعر طنز هفته

«بگیر بگیر»

در شهر قرار است که اوپاش بگیرند
چاقوکش و بی کله و کلاش بگیرند
آن هفته در آن مرحله طاووس گرفتند
این هفته قرار است که خفاش بگیرند
آن یار نمک بود سراپاش و تپل بود
حکم است گمانم که نمک پاش بگیرند
ما را که نه طاووس و نه خفاش و نه کبکیم
ازبهر هوس هم شده، ای کاش بگیرند
ای قوم ارادل اگر آزاد بمانند،
پس شیره جان کز گل خشخاش بگیرند
این کاره اگر هستی، در رو که قرار است
این بار ز هر چیز تو، «پ.هانش.» بگیرند
گیرم که نگیرند، نه طاووس نه خفاش
یک چیز بگویند شما جاش بگیرند
پاپوش ندوزید به پاهای خلاق
آن هفته قرار است که کفاش بگیرند
یک دسته اگر زجر کشیدند جهنم
یک عده قرار است که پاداش بگیرند
منبع: (هی شعر ترانگیزد، سعید بیابانکی.
مشهد: سپیده باوران، ۱۳۹۷)

«دروغ»

حکایت هفته

در مورد پدیده دروغ ما معمولاً به چند دسته تقسیم می‌شویم. یک عده دروغ می‌گویند تا سر دیگران کلاه بگذاریم و یا در انسانی‌ترین حالت، کارمان را پیش ببریم.
این‌گونه دروغ‌ها، زیرشاخه فراوان دارد. من با عرض شرمندگی احتمال می‌دهم آن چیزی که در جان ما «با شیر اندرون شد و با جان به در شود» احتمالاً مهر وطن نبوده و با شرمندگی مضاعف همین دروغ بوده است! باهم بعضی از این زیرشاخه‌ها را مرور کنیم: پول داری صد هزار تومن به من قرض بدی تا آخر هفته؟ این یک سؤال با زیرشاخه اقتصادی است. پاسخ دروغ آجین ما این است که آخ اگه پنج دقیقه قبل گفته بودی داشتیم. همین پیش پات کارت به کارت کردم همه پولمو واسه یکی. خب ما دروغ می‌گوییم.
اما نکته اینجاست که پرسشگر عزیز که با چهره معصوم دارد از ما صد تومن دستی می‌خواهد هم دروغ می‌گوید. دروغش در زمان بازپرداخت است. به سؤال دقت کنید، صد تومن تا آخر هفته؛ اما آخر کدام هفته؟ حتی اگر می‌گفت صد تومن تا آخر ماه یا سال هم تفاوتی نمی‌کرد. صد تومن یک مبلغ استراتژیک است. اگر یک میلیون می‌ستاند و پرداخت نمی‌کرد شما از او پیگیری می‌کردید اما صد تومن... در اینجا دروغ هوشمندانه متولد می‌شود.
نکته این است که ما وقتی دروغ می‌گوییم احساس می‌کنیم خیلی بچه تیزی هستیم؛ یعنی به جای آنکه خدای نکرده گمان کنیم داریم سر مردم کلاه می‌گذاریم یا ناراستی می‌کنیم کلی احساس شعف داریم که در حد لبه تیغه دسته سفید زنجانی تیز هستیم.
مدل دیگر آن دروغ مصلحت‌آمیز است. جمیع هم‌وطنان گرمای از بام تا شام تنها چیزی که در مصلحت امور سعی در رعایتش دارند همین دروغ است؛ یعنی در تأمین مصالح هیچ روش کارآمدی وجود ندارد و هیچ‌گونه زحمت و تفکر و رایزنی به حاصل نمی‌نشیند و کل ماجرا با دوتا دروغ، بی‌دردسر به سرانجام می‌رسد! مثل دسته‌گل.
اما یک‌جور دروغ دیگر هم داریم که به آن تاسی می‌گوییم و احوالاتی به ما دست می‌دهد که به دروایش در سماع دست نمی‌دهد، آن هم دروغ همین‌جوری است؛ یعنی چه؟
طرف از ما می‌پرسد امروز ساعت سه می‌روی فوتبال؟ ما جواب می‌دهیم نه ساعت چهار می‌روم. البته که ساعت سه می‌رویم و داریم دروغ می‌گوییم اما باید به این نکات دقت کنیم:
اصلاً برای طرف اهمیتی ندارد که ما چه ساعتی می‌رویم فوتبال. او اساساً از فوتبال خوشش نمی‌آید؛ یعنی برای اختلاط یک سؤالی پرسیده ما هم این دروغ نه هیچ نفعی برایشان دارد، نه هیچ نکته مفیدی را تضمین می‌کند. هیچی به هیچی. حالا چرا به ارتکاب آن مبادرت می‌ورزیم؛ چون مرض داریم!

منبع: (چه قدر خوبیم ما! ابراهیم رها. تهران: مروارید، ۱۳۹۴. برگرفته از قطعه دروغ)

لطیفه‌های هفته

www.hafteh.ca

FUN
HAFTEH

نکته هفته

اگر صخره در مسیر رود نبود، رود هیچ آوازی از خود سر نمی‌داد.

نقل قول هفته

سعیدی: حکیمی را پرسیدند از سخاوت و شجاعت کدام بهتر است، گفت آنکه را سخاوت است به شجاعت حاجت نیست.

ضرب‌المثل هفته

پارسی: جهان ای برادر نماند به کس، دل اندر جهان آفرین بند و بس.
تازی: آنکه تندرستی دارد امید دارد و آنکه امید دارد همه چیز دارد.

• و دیگر بار به ماه ... نزول بیماری‌های کلیوی، انواع دیابت، زخم معده و دیگر ناراحتی‌های گوارشی بر ملت خداجو و همیشه درصحنه ایران نزدیک شدیم!
مهمونی خدا مثل مهمونی خونه مادر شوهره ... نه دلت می‌خواد بری، نه جرات داری نری.
اخبار یه جوری میگه کرونا تو آمریکا چند میلیون نفرو بیکار کرده که انگار تو ایران اشتغالزایی درست کرده و الان نرخ بیماری تک رقمی شده... راستی قیمت دلار و پراید الان چنده؟؟!!!
خدا! توی اون سیب چیزی قایم کرده بودی؟ ... هر جوری حساب می‌کنم فقط برای یک سیب داری زیاده‌روی می‌کنی! مادرم آن قدر خونه رو با وایتکس ضدعفونی کرده که ... هر نفسی می‌کشم میکروبیای پنم سه بار می‌گن: یا قاضی‌الحاجات! از قلبم پرسیدم: چه کنم وقتی دلم تنگ است و دستم کوتاه و جفای یار بسیار؟ ... گفت: بین کار من خون‌رسانی به بدن است، زیاد چرند بگی و ایمیستم که کلاً خفه‌خون بگیرم! ... اصولاً قلبها چون ۲۴ ساعت کار می‌کنند اعصاب ندارند. من مطمئنم کرونا مؤث است ... فقط یک زن می‌تواند چهارده روز سکوت کند ... هیچ نگوید بعد ظرف دو ساعت بزند آدم را تکه و پاره کند!

صرافی افرا
 با مدیریت افرا مصطفایی
 کارتخوان ایران
 انجام خدمات ارزی به ایران و برعکس (استرالیا و ترکیه و ارمنستان)
 تضمین امنیت وجوه حواله های شما با مجوز رسمی از دولت کانادا
 جنب مترو اتواتر
 514-576-3830
 4055 Ste Catherine O #124 Westmount QC, H3Z 3J8

فروشگاه مواد پروتئینی سن لوران
 هر روز به جز دوشنبه ها مرغوب ترین گوشت و مرغ و ماهی،
 انواع برنج، چای، عرقی ها، سبزی خشک و ...
(514) 369-3474 Marché de poisson et viande 5780 Sherbrooke West, Montreal QC, H4A 1X1

مهری صدوقی
 مشاور مجرب ۲۰ سال سابقه
T.A.M Travel
 Mary Sadoughi
 Ti: 514-940-1642/940-1643
 maryagency@gmail.com
 1134 St-Catherine O # 900
 Montreal, Qc, H3B 1H4
C: 514-834-2166 ACTA ATIA

صرافی آشنا
 خرید و فروش ارزهای رایج و حوالجات ارزی
 امکان خرید با دستگاه کارتخوان عضو شبکه شتاب
ASHA EXCHANGE
 Office: 514 - 560 - 7085
 Cell: 514 - 462 - 5185
 4055 Ste Catherine O # 194 H3Z 3J8

مرکز آموزش زبان انگلیسی رگسنا
 حضوری (مونترال)، آنلاین (استرالیا و آمریکا)
 دوره های فشرده آیلتس، تافل و مکالمه
WWW.ROXANA-OLC.COM
مرتضی طاهری
+1 (514) 585-0189

SHARIF EXCHANGE
صرافی شریف
 توجه: انتقال ارز به ایران و برعکس نداریم
www.sharifexchange.ca
Tel: (514)223-6408 261 Côte-Vertu Ville Saint-Laurent, QC

خاطره تحویل داری یکتا
 مترجم رسمی کبک، آلبرتا و ایران
Commissioner for Oaths
 در محدوده کبک و خارج از کبک
 کلیه خدمات ترجمه، تنظیم دعوت نامه، تکمیل فرمها
 گواهی امضاء برابر اصل و خدمات مرتبط در اسرع وقت
حتی در روزهای تعطیل
 (438) 390-0694 (514) 675-0694
 khaterehyekta@yahoo.ca

هر روز هر روز
مونترال <> تورنتو <> مونترال
 مسافر، بار و بسته با نرخ های باور نکردنی
Montreal: 514-887-0432
Toronto: 647-822-2529

سریع آسان قابل اطمینان
514-225-3455 & 438-357-7000
@PersepolsSaraf | 5774 rue Sherbrooke Ouest, Montreal H4A 1X1

کلیه خدمات عکاسی و فیلمبرداری حرفه ای در استودیو
 فقط با وقت قبلی
STUDIO PHOTOBOOK
(514) 984-8944
 7352 Rue St. Hubert, Montreal H2R 2N3

VANTAGE
514 995 3041

آتوسا تنگستانی فر

همراه با شما در خرید آگاهانه **همگام با شما** در فروش موفقیت آمیز

سرویس رایگان و خدمات ویژه برای:

- تهیه فوری وام مسکن
- مشاوره برای فروش مسکن
- کلیه امور مربوط به خرید مسکن

هدیه من به شما پرداخت اولین اقساط دو هفته گانه وام بانکی شما

8250 boul. Décarie, Suite 150, Montreal, QC H4P 2P5
atosa.tfar@gmail.com

SOROOR SADR **سرور صدر**

خدمات حسابداری و دقتداری

- ◀ امور دقتداری و حسابداری
- ◀ تهیه و تنظیم اظهارنامه‌های مالیاتی
- ◀ تأسیس و ثبت شرکتها

ACCOUNTING AND BOOKKEEPING SERVICES
WITH APPOINTMENT
Gestion Financière Loyale
5263, boul Cavendish, Montreal, Quebec, H4V 2R6

514.777.3604 loyale.accounting@gmail.com

NCS CONSTRUCTION
HOME INSPECTION

کارشناس و بازرس فنی ساختمان
سهیل گپور

Inter NACHI Certified Professional Inspector (CPI)
Certified Residential Building Inspection
Member of InterNACHI Quebec #17070512
Civil engineering RBQ#5678-7625-01
TEL: (438) 402 - 1401
Golpour.s@gmail.com Website:ncsconstruction.ca

خرید یک ملک می تواند مهمترین و بزرگترین سرمایه گذاری در زندگی شما باشد.
بگذرید تلاش کنیم تا آن را از نقش های عمده بررسی کنیم.

• IPTV Service **Internet + phone**

اینترنت

- با سرعت بالا، قیمت مناسب و ثابت
- کیفیت عالی
- تلفن ثابت منزل یا تماس نامحدود به ایران
- اینترنت و تلفن رایگان با کیفیت عالی

برای اطلاعات بیشتر لطفا با شاهین لاسمی تماس بگیرید: **514-561-2071**

IC ACCOUNTING

خدمات حسابداری و دقتداری
ACCOUNTING AND BOOKKEEPING SERVICES

آموزش نرم افزارهای حسابداری
ACCOUNTING SOFTWARE TRAINING

تنظیم اظهارنامه های مالیاتی
INDIVIDUAL AND CORPORATION TAX RETURN

3333 Boul Cavendish suite 315, Montréal, QC H4B 2M5
acc.mf.aco@gmail.com (514) 458-7599
اردشیر معین افشاری
Ardeshir Moiafshari

Artistic Men Haircut by Sirous

متخصص
مدلهای هنری
برای آقایان

514-240 1493

House of Travel **Maison de Voyages** **آژانس مسافرتی**

فرناز معتمدی

27 years' experience in Montreal
Titulaire d'un permis du Québec

انواع تورهای مسافرتی و سفرهای باکشتی شامل قیمتهای لحظه آخر و انواع بیمه های مسافرتی

• پرواز به ایران و سایر نقاط با بهترین نرخ ها

514-842-8000 Ext. 296 **farnaz @ hot .ca** **1175, Avenue Union**
www.hot.ca **Montréal, Québec H3B 3C3**

سخن ستارگان (برای تفنن)

فال شما برای ۲۰ آوریل تا ۶ می / ۱۱ تا ۱۷ اردیبهشت

ترجمه:
خاطره تحویل‌داری یکتا

متولدین تیر (۲۲ ژوئن - ۲۲ ژوئیه)



بسیار عالی به نظر می‌رسید، زیرا خورشید در بالای موقعیت شماس است. اکنون زمان بسیار خوبی برای مطالعه و تکمیل پروژه‌های نگارشی است. بحث در مورد ارثیه و اموال مشترک یا بیمه به اوج رسیده، اما تا آخر هفته حل و فصل می‌شود. در عین حال دوستان نزدیک و همسر حمایتگر و منبعی برای شادی هستند. آنها قدر خوبی‌ها و حس خوب شما را می‌دانند. فراموش نکنید «هرگز با عصبانیت به تخته‌خواب نروید.»

متولدین مرداد (۲۳ ژوئیه - ۲۲ اوت)



اکنون زمان خسته‌کننده‌ای برای آن دسته از متولدین مرداد است که از دیگران کناره‌گیری می‌کنند، زیرا در این زمان بیش از همیشه می‌خواهید بیرون بروید. خوشبختانه شما خلاق هستید و می‌توانید بکنواختی و روتین روزانه را بشکنید. سعی کنید ایده‌های خوب خود را از طریق فیس‌بوک یا یوتیوب با دیگران به اشتراک بگذارید. حس شما حسی طبیعی است! ارتباط با دوستان به این شکل برایتان حمایت‌کننده خواهد بود.

متولدین شهریور (۲۳ اوت - ۲۲ سپتامبر)



این هفته در خصوص کار، شغل و سلامتی ذهن‌تان درگیر است. شاید عصبانی باشید. البته ستارگان به شما انرژی می‌دهند که می‌توانید در جهت دیگر هم آن را به کار بگیرید. موفق به انجام کارهای بسیاری می‌شوید، خصوصاً کارهایی که نیاز به تمرکز بسیار، دیسیپلین و دانش فن آوری هستند. خبر خوب آنکه افراد مقام‌دار شما را می‌ستایند. آنها به شما به عنوان صدای دلیل و برهان یا کسی که آنان را هدایت می‌کند، می‌نگرند.

متولدین فروردین (۲۱ مارس - ۱۹ آوریل)



در شش هفته آینده به دلیل حضور مریخ در بخشی از موقعیت شما که به دوستان، گروه‌ها و سازمان‌ها مربوط می‌شود، از انرژی زیادی در این زمینه برخوردارید. این حالت به افرادی که به شغل‌های اساسی همچون پرستار، آتش‌نشان و ... اشتغال دارند، کمک بسیار می‌کند. علاوه بر آن، خبر خوب آنست که با آمدن ونوس به بخشی از موقعیت شما که به ارتباطات روزمره مربوط می‌شود، قدر افرادی را که در اطراف شما هستند، بیشتر می‌دانید.

متولدین اردیبهشت (۲۰ آوریل - ۲۰ مه)



دو نشانه متضاد را از کائنات دریافت می‌کنید. در حال حاضر موقعیت خورشید باعث می‌شود از دیگران کناره‌گیری کنید. با این وجود، در شش هفته آینده بسیار بلند پرواز خواهید بود و این حالت با کناره‌گیری بسیار متفاوت است. قوانین، مقررات و مقامات مانع بلند پروازی شما می‌شوند. نگران نباشید، زیرا در نهایت با برنامه‌ریزی دقیق پول را جذب خود خواهید کرد. از ارتباط با جوانان لذت ببرید.

متولدین خرداد (۲۱ مه - ۲۱ ژوئن)



همه چیز برایتان خوشایندتر می‌شود، زیرا ونوس خوش‌یمن این هفته به موقعیت شما آمده و دو هفته همانجا باقی خواهند ماند. این حضور، شما را جذاب و سیاست‌مدار می‌کند! سخت می‌توانید از دیگران کناره‌گیری کنید، زیرا اکنون زمان محبوبیت شماس است. با وجود آنکه ممکنست در شش هفته آینده احساس کنید استراحتی ندارید، سعی کنید انرژی خود را صرف مطالعه و یادگیری مطالب جدید کنید.

Impression • Reprographie • Enseigns • Accessoires et fournitures de bureau
Printing • Reprographies • Signs • Office supplies

اولین تعاونی چاپ در کانادا

کارکنان و کارمندان شاهان در چاپخانه صاحبان آن می‌باشند!

printing.coop
Printing co-operative

همه کارهای چاپی
طراحی و ساخت تابلو
در زیر یک سقف

با ۲۵ سال تجربه چاپ و تبلیغات
ومدیریت مهندس مهدی افشاری

قیمت مخصوص برای موسسات و سازمانهای جماعی
با سه شعبه در خدمت شما

| | | |
|--|---|--|
| 9166 Rue LaSalle Montréal, QC H2M 1S2 514-544-8043 1-877-384-8043 | Printing.coop Papineau 4506 Avenue Papineau Montréal QC H2H 1V1 514-439-9255 | Printing.coop Parc 5137 Avenue du Parc Montréal QC H2V 4G3 514-903-8043 |
|--|---|--|

imprimeur.coop
Impression • Reprographie • Enseigns

Pushap Restaurant

شکلهای خوشمزه گیاهی
شیرینی های سنتی

فست‌فای مایه‌رقیب هستند

514-737-4527

5195 Pare St,
Montreal, QC H4P 2B1

آموزش خط تحریری و تعلیق
با درک ممتاز مهری انصاری

۵۱۴۵۵۴۴۸۹۲

متولدین دی (۲۲ دسامبر - ۱۹ ژانویه)



خبر خوب! به دلیل حضور خورشید در انتهای موقعیت شما در حال حاضر، بیشتر از متولدین دیگر ماه‌ها می‌توانید در خانه بمانید. مشکلات مالی این هفته شروع می‌شوند. به این ترتیب که چیزی مانع جریان نقد یا درآمد شما می‌شود. اما این حالت موقت است. شما قادر به برنامه‌ریزی هستید. متولدین دی هیچوقت ناامید نمی‌شوند. می‌دانید که مشکلات شخصیت انسان را می‌سازند. «نابرده رنج، گنج میسر نمی‌شود».

متولدین مهر (۲۳ سپتامبر - ۲۲ اکتبر)



به توازن در اطراف خود نیاز دارید. منظور توازن رنگ، طرح، ترکیب مبلمان، بوها و هر چیز است که به شما در ارتباط با محیط اطراف آرامش می‌دهد. به همین دلیل در مواجهه با دوستان نزدیک و همسر باید استقبال کرده و بیش از نیم مسیر را طی کنید، زیرا این سریع‌ترین راه به سوی صلح است. فراموش نکنید شما خواهان صلح هستید. اگر آماده باشید، فرصت‌هایی در خصوص چاپ، مطبوعات، قانون و پزشکی اکنون در دستانتان است.

متولدین بهمن (۲۰ ژانویه - ۱۸ فوریه)



خوشحال باشید که مریخ پرشور به موقعیت شما آمده و تا شش هفته همانجا می‌ماند. این حالت فقط یکبار در هر دو سال اتفاق می‌افتد و با آمدنش انرژی‌تان را افزایش داده و شما را مرکز توجه دیگران می‌کند! جایگزینی خورشید هم نشان‌دهنده علاقه شما به فعالیت و سفر است. این شرایط کمی در خانه ماندن را برایتان مشکل می‌کند. خوشبختانه شما نابغه هستید و قدرت افرادی را که با مثبت‌نگری تغییر ایجاد می‌کنند، درک می‌کنید.

متولدین آبان (۲۳ اکتبر - ۲۱ نوامبر)



اکنون بسیار مشغول هستید. بیشتر وقت خود را صرف خانه می‌کنید! خوشحال باشید که از این انگیزه برخوردارید تا بتوانید کارهای بسیاری انجام داده و نظم بیشتری به اطراف خود بدهید. البته مشکلاتی با اعضای خانواده خواهید داشت، که مستلزم صبر و تحمل شماست. شما مصمم‌ترین برج در میان برج‌های دوازده‌گانه هستید، اما حتی بدون دانستن آن هم می‌توانید دیگران را بترسانید. ولی آنها خواهان حمایت شما هستند. با کوچکترها مهربان باشید.

متولدین اسفند (۱۹ فوریه - ۲۰ مارس)



هر کاری که انجام دهید، بر پول، درآمد و جریان نقد تمرکز دارید. عطارد در موقعیت شما بوده و باعث می‌شود علاقه‌مند به ارتباط و صحبت با دیگران باشید. این هفته ونوس تغییر موقعیت داده و برای دو هفته حس تغییر دکوراسیون و لذت در کنار خانواده بودن را به شما می‌دهد. علاوه بر آن در شش هفته آینده مریخ در موقعیت شما پنهان شده و باعث می‌شود در پس پرده کار کرده و عایدی چندانی نداشته باشید. این شرایط موقت است و باید با آن کنار بیایید.

متولدین آذر (۲۲ نوامبر - ۲۱ دسامبر)



شما برج سفرکننده در میان برج‌های دوازده‌گانه هستید و اکنون می‌خواهید به سفر بروید. چه باید کرد؟ با شرایط فعلی می‌توانید پیک‌نیکی در حیاط خانه ترتیب دهید. به صورت مجازی از موزه‌ها دیدن کنید و یا با اسکایپ با دوستانتان تماس بگیرید. به دلیل حضور ونوس در مقابل برج شما به مدت دو هفته، قطعاً روابط با همسر و دوستان نزدیک گرم و صمیمی است. مراقب باشید دیگران را مجبور نکنید نظرتان را بپذیرند.

آرش شکور

مشاور رسمی املاک مسکونی

• مشاوره تخصصی املاک در آمریکا جهت سرمایه‌گذاری • دسترسی به پیش‌فروش VIP در مناطق مختلف

• خانه ویلایی و کانادو در Montreal / Laval / South Shore • دریافت وام تضمینی

514 730 3909 برای مشاوره رایگان با ما تماس حاصل نمایید

خرید
 فروش
 اجاره

HIGH ROLLER
2018
2019
2020

Broker of The YEAR
2019

GLOBAL FRANCHISE
LONDONO REALTY GROUP INC.

با بهمان ذهن هر تراکتس
فروشد یا فروش
از حرفه DANG LARUE
حمایت موافق کرده

ترجمه رسمی دعوت نامه

ترجمه رسمی و دعوت نامه شهریار بخشی
bakhsibakhshi@gmail.com ۵۱۴۶۲۴۵۶۰۹

مشاوره: درمانی، تحصیلی، مهاجرت

حسین ترکپور، مددکار اجتماعی
www.psynaquebec.com ۵۱۴۸۴۶۸۸۷۲

تدریس خصوصی زبان انگلیسی

از مبتدی تا پیشرفته، توسط سولماز میزانی
مدرس دانشگاه‌ها و آموزشگاه‌های تهران و مونترال
۵۱۴۸۴۶۸۸۷۲

حسابداری

برای امور حسابداری خود با ما تماس بگیرید.
حجت رستمی ۵۱۴۵۴۹۱۳۴۴

فروش رستوران

رستوران زنجیره‌ای Harvey's با ۲۰ سال سابقه، ۱۵ دقیقه
فاصله از مرکز مونترال Mr. Gerry: 5142494791

آموزش زبان فارسی

آموزگار با ۳۳ دهه سابقه تدریس و ۲۰ سال سابقه تدریس در پایه اول
مهرنوش معانی 514-894-1361 mehrkids.com

تدریس زبان فرانسه

شهره شاکری
تخصصی: تدریس زبان و ادبیات فرانسه / دانشگاه پاریس

- تدریس زبان فرانسه / آکلیه سطوح
- آمادگی برای آزمون‌های TFI, TEF, OQLF
- مکالمه زبان فرانسه از طریق اسکایپ
- آمادگی برای مصاحبه‌های کاری و تهیه رزومه
- ترجمه همزمان و ترجمه آئینه‌نویس و مدارک

Tel: 514 895 7997
Email: shakeri.shararch@gmail.com

استاد شیدا قره‌چه داغی
اهنگساز پیانیست

چند شاگرد پیشرفته پیانو می‌پذیرد
جهت آماده شدن برای امتحان‌های
دانشکده‌ها یا مدارس عالی
موسیقی و کنسرت

514 484 8748
sheida.g@hotmail.com

صابر جلیل زاده

آموزش سنتور

ابتدایی
مقدماتی
ردیف

saberjalilzadeh@yahoo.ca 514-549-4697

پیش شماره‌های
نوشته نشده ۵۱۴ هستند.

نیازمندی‌ها فقط با ۱۰ دلار در ماه! نام و شماره تلفن موسسه خود را در اینجا آگهی کنید.

| | | | | | | |
|--------------------------|--------------------|--------------------------------------|--------------------------|---------------------------------|---------------------------|---|
| ۹۰۳-۸۵۶۰ | مونا صالحی | ۹۳۳-۶۸۰۰ | فریدون هرنیدیان | ۶۵۳-۳۰۵۰ | دکتر رضا یاوریان | اتومبیل (فروش) |
| مد و لباس | | رسانه های گروهی | | بیمه عمر و سرمایه گذاری | | Auto Highlander |
| ۸۴۲-۵۶۰۸ | HPadar | ۸۴۸-۹۵۹۹ | بازار | نیره امداد | | ۹۹۰-۲۵۰۰ |
| مراکز مذهبی | | ۵۷۵-۸۴۵۱ | پوشه | علی پاکنژاد | | www.autohighlander.com |
| ۸۴۹-۰۷۵۳ | انجمن بهایی | ۷۸۷-۸۸۴۸ | هفته | ۲۹۶-۹۰۷۱ | عبدالله صفوی | 1080 Victoria Avenue, Saint-Lambert, QC J4R 1P7 |
| ۳۴۱-۲۲۳۵ | موسسه خویی | ۹۰۳-۴۷۲۶ | پرنیان | ۴۶۷-۸۴۹۱ | متین تیره دست | اتو کاسپین |
| ۲۶۱-۶۸۸۶ | کلیسای ایرانی | ۹۹۶-۹۶۹۲ | پیوند | ۶۹۰-۶۱۸۱ | بیمه (خودرو و خانه و سفر) | ۵۷۵-۷۹۴۰ |
| ۹۹۹-۵۱۶۸ | کلیسای فارسی- کشیش | | رستوران- پیتزا - کیتزینگ | | | www.autocaspien.com |
| مشاور املاک | | فارس | | مشاور فارسی زبان بیمه | | اتومبیل (تعمیرگاه) |
| ۵۸۸۰۶۰۹ | مهدی انصاری | رسنوران غذاهای دریایی | | Allstate | | اطلس |
| ۹۹۵-۳۰۴۱ | آتوسا تنگستانی فر | 362-Ave.-Fairmount W. / 514-270-8437 | | مهرداد ملکچمشیدی | | ۴۸۴-۴۴۸۱ |
| ۹۶۷-۵۷۴۳ | مینو اسلامی | | | پزشکی جایگزین | | 6000 saint jaque H4A 2E9 |
| ۹۶۹-۲۴۹۲ | نادر خاکسار | پوشاپ (هندی) | | | | شمیران |
| ۲۹۰۲۲۱۰ | شهره شهریان | ۷۳۷-۴۵۲۷ | آریا | ترجمه و دعوتنامه رسمی | | آرایشگاه - زیبایی - اسپا |
| ۶۲۵۲۵۲۵ | سحر صمدایی | ۴۵۰-۸۱۲-۷۳۶۹ | کباب سرا | رضا داودی | | آمنه |
| ۸۲۷-۶۳۶۴ | فیروز همتیان | 820 Ave. Atwater / 514-933-0933 | ساخت و ساز Builders | شهریار بخشی | | 3545 Côte-des-Neiges, H3H 1V1 |
| ۵۶۱-۳۵۶۱ | آرزو گتمیری | ۵۷۴-۵۷۴۳ | علی خاقانی | خاطره تحویلاری یکتا | | www.Amybeautysalon.com |
| ۹۷۱۷۴۰۷ | کازم پرتو تهرانی | سی.دی - ویدئو | تپش دیجیتال | نوشادجمال | | سوزان |
| ۷۳۰۳۹۰۹ | آرش شکور | فرش و موکت | قالی شویی و رفو | چاپ و کپی | | رویا |
| مشاور خانواده | | | | حسابداری | | فریبا |
| مشاور مهاجرت | | | | اردشیر معین افشاری | | آپادانا |
| معصومه علی محمدی | ۲۸۹-۹۰۴۴ | عکاسی و فیلمبرداری | استودیو فتوبوک | حسین خریدین | | پرسپولیس |
| علی مختاری | ۹۰۳-۴۷۲۶ | فتو شاپ | ۸۴۶-۰۲۲۱ | حجت رستمی | | پنج ستاره |
| سهیل ملاحمدی | ۷۴۸-۰۹۴۹ | فروشگاه ها | سن لوران | سرور صدر | | صرافی الیت |
| کنجی | www.GanjiCo.com | | ۳۶۹-۳۴۷۴ | مهدیه سلیمی | | شریف |
| نان و شیرینی | | | بازار | حمل و نقل | | پاسیفیک |
| کافه قنادی شیراز | ۴۳۸-۴۰۱-۸۵۴۶ | | ۸۴۶۱۶۱۷ | المپیک | | ExpertFX |
| گندم | ۸۳۶-۵۵۵۳ | | ۷۳۸-۱۳۸۴ | قربان | | الکتريکی - برق کار |
| نان سنگک آذر | ۶۳۴-۶۳۶۳ | | ۸۴۹-۴۲۴۲ | Loadex Transport | | آراز الکتريک |
| نوسازی و تعمیرات ساختمان | | | کامپیوتر و خدمات | خدمات ویزای توریستی | | آژانس های مسافرتی |
| تی.ام.ان | ۸۳۵-۶۲۴۳ | | بیژن جلالی | خیاطی | | سلطان تراول |
| لوله کشی پارس | ۲۹۰-۲۹۵۹ | | ۲۵۸-۸۱۸۶ | Tailleur Bijan | | فرناز معتمدی |
| بهنام | ۴۴۱-۴۲۹۵ | | کتابخانه نیما | 2121 Rue Crescent #102, H3G 2C1 | | مهری صدوقی |
| وام مسکن | | | نوروززمین | خدمات در ایران | | سعید هاشمی |
| بهرز باباخانی | ۶۰۶-۵۶۲۶ | | کتاب فروشی / کتابخانه | دارالترجمه فرهنگ | | آموزش |
| آتوسا تنگستانی فر | ۹۹۵-۳۰۴۱ | | ۴۸۵-۳۶۵۲ | دارو خانه | | پروین عبائی - فارسی |
| شیرین تیموری | ۹۷۹۹۸۰۹ | | ۷۸۷-۸۸۴۰ | لونیژ داداش زاده | | مدرسه فردوسی |
| مهرداد مرادخانی | ۸۳۴۸۰۵۳ | | طراحی و گرافیک | فارماپری لاوال | | مدرسه وست آیلند |
| مهد کودک | | | لباس: فروش / تعمیرات | فارماپری لاوال | | مدرسه دهخدا |
| سیمیا (دولتی) | ۶۹۹-۸۳۷۳ | | محضر رسمی | دندان پزشکی | | آموزشگاه (راندگی) |
| وکیل/مهاجرت | | | | راضیه رضوی | | آموزش (موسیقی) |
| دیوید برگر | ۹۵۳-۳۵۷۰ | | | شریف نائینی | | پیانو / فخریان |
| نوشا ریاحی | ۹۶۱-۸۷۴۶ | | | علی شفیعی | | استاد پیانیست فرجه دانی |

30: Histoire de couverture

Une journée d'infirmière à la pointe de la lutte contre la couronne

Entretien avec Maryam Portangestani:

Avec suffisamment d'équipement, la mortalité serait beaucoup plus faible

■ Khosro Shemiranie



Cover
NO.581

24 Entrevue:

Shiellah Doaee

Rester dans votre "ghetto" culturel entraînera l'ignorance

Une entrevue avec le professeur Anna-Maria Panunto, professeur d'anglais à l'Université McGill

12 Immigration:

Hafteh

Le gouvernement a répondu à la lettre des médecins iraniens;

Dr. Besharati: La réponse du gouvernement ne répond pas aux besoins urgents de la pandémie actuelle

14 Politique:

Hafteh

la Nouvelle-Zélande ne réclame aucun cas communautaire alors que le verrouillage est allégé

40 Entrevue:

F. SadatSharifi

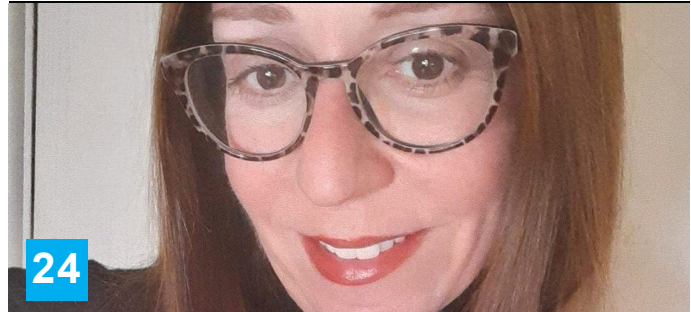
Le Canada m'a donné des opportunités

Une entrevue avec Niloufar Ahmadi, un jeune écrivain de Toronto

50 Santé:

Taraneh Nazeri

Avez-vous une dépendance alimentaire?



24



12



14



40



50

Un magazine hebdomadaire pour la communauté Afghane/iranienne de Montréal
A weekly Magazine for the Afghan/Iranian Community in Montreal
30 avril 2020, numéro 581
30 April 2020, issue Nr. 581

1650 Maisonneuve West
Suite #201
Montreal QC, H3H 2P3
(514)787-8848
• www.hafteh.ca
• info@hafteh.ca
• news@hafteh.ca
• ad@hafteh.ca
• ISSN 1918-4379 Hafteh

Publication: Journal Hafteh / 4479777 Canada Inc
Rédacteur en chef: Khosro Shemiranie
Conception graphique: Hafteh
Afghan: Habib Osman
Nargis Karimi Hashimi
Immigration: Masoumeh Alimohammadi
Actualité Communauté: Mahdiah Mostafaei
Philosophie: Reza Davoudi
Science: Mariam Irani
Économie: Behrad Ranjbari
Site: Ellie Eskandarian

Hafteh will not be published on the following dates during 2020:

January 2nd
March 26th
July 9th
October 15th

This project is funded in part by the Government of Canada.
Ce projet est financé en partie par le gouvernement du Canada.

Canada



Les frais de l'abonnement annuel: 120 dollars



NISSAN Nissan St. Jacques Gabriel
7050 St. Jacques St, Montreal, Quebec H4B 1V8 Tel: 514-483-7777

رضا نوربخش
کارشناس
فروش خودروهای نیسان
نو، لیز، فاینانس و
دست دوم
با گارانتی

همین امروز
با ما
تماس بگیرید:
Cell: **438-402-0429**
+1438-402-0429



Persepolis Exchange
پرسپولیس مرنجی

صرافی پرسپولیس

سریع آسان قابل اطمینان

514-225-3455 & 438-357-7000

@PersepolisSarafi | 5774 rue Sherbrooke Ouest, Montreal H4A 1X1

PERMONT
Entrepreneurs généralistes - General contractors Inc.

تیم مدیریتی با بیش از ۳۰ سال سابقه تجربه در کانادا

سازنده سازه های شما با اعتماد و دوستی

طراحی و ساخت کلیه ساختمان های تجاری ، صنعتی و مسکونی
برآورد و مشاوره سرمایه گذاری در امور ساخت و ساز
استفاده بهینه از فناوری روز در طراحی و اجرای ساختمان

Tel: 514-738-0006 Fax: 514-738-0002 Info@permont.ca www.permont.ca
5473 Ave Royalmount #214 Montreal, QC, H4P 1J3
RBQ # 5639-5874-01

علیرضا عزت پور اقدم مشاور املاک

با بیش از ۱۵ سال تجربه تخصصی

خدمات ما برای خریداران گرامی رایگان است

- ✓ بهترین شرایط خریداری ملک برای تازه واردین
- ✓ فقط با بهای اجاره خانه، صاحب خانه دلخواه خود شوید
- ✓ مشاوره رایگان تلفنی و حضوری در تمام روزهای هفته حتی ایام تعطیل
- ✓ همراهی برای دریافت وام مسکن با بهترین شرایط برای خریداران
- ✓ مشاوره در امور سرمایه گذاری املاک درآمدزا
- ✓ ارزیابی رایگان ملک شما

Sutton

ALIREZA EZZATPOURAGHDAM
Courtier Immobilier résidentiel
Residential Real Estate Broker
alirezae@sutton.com
www.suttonquebec.com

Cell: **(514) 217 - 4000**

245, avenue Victoria suite 20 Westmount, QC H3Z 2M6



SAMI FRUITS

میوه تره بار سامی

کیفیت: خوب قیمت ها: غیر قابل رقابت

با شش شعبه بزرگ در خدمت شما

D.D.O. (514) 421-6333
 3000 Rue du Marche, H9B 2Y3
 چهارشنبه: ۹:۳۰ تا ۱۲:۳۰
 پنجشنبه: ۹:۳۰ تا ۱۲:۳۰
 جمعه: ۹:۳۰ تا ۱۲:۰۰
 شنبه و یکشنبه: ۱۰:۰۰ تا ۱۹:۰۰
 (دوشنبه و سهشنبه تعطیل)
Head Office
 1505 rue Legendre Ouest
 Montreal, QC H4N 1H6
 (514) 858-6363

Nord-est (514) 593-1333
 8200 19E Avenue, H1Z 4J8
 دو و چهارشنبه: ۹:۳۰ تا ۱۲:۳۰
 پنجشنبه: ۹:۳۰ تا ۱۲:۳۰ - جمعه: ۹:۳۰ تا ۱۲:۰۰
 شنبه و یکشنبه: ۱۰:۰۰ تا ۱۹:۳۰ - سهشنبه: تعطیل
St. Laurent (514) 856-1333
 1320 boul. Jules-poiltras, H4N
 چهارشنبه: ۹:۳۰ تا ۱۲:۳۰ - پنجشنبه: ۹:۳۰ تا ۱۲:۳۰
 جمعه: ۹:۳۰ تا ۱۲:۳۰ - شنبه: ۱۰:۰۰ تا ۱۹:۳۰
 یکشنبه: ۱۰:۰۰ تا ۱۹:۰۰ - دو و سهشنبه: تعطیل

Laval (450) 978-1333
 1550 Blvd Daniel.Johnson
 دوشنبه و چهارشنبه: ۹:۳۰ تا ۱۲:۳۰
 پنجشنبه: شنبه و یکشنبه: ۱۰:۰۰ تا ۱۹:۳۰
 جمعه: ۹:۳۰ تا ۱۲:۰۰ - سهشنبه: تعطیل

Lasalle (514) 368-1333
 400 ave Lafleu, H8R 3H6
 چهارشنبه: ۹:۳۰ تا ۱۲:۳۰
 پنجشنبه: ۹:۳۰ تا ۱۲:۳۰ - جمعه: ۹:۳۰ تا ۱۲:۰۰
 شنبه و یکشنبه: ۱۰:۰۰ تا ۱۹:۳۰ - دو و سهشنبه: تعطیل

سامی، جایی که می توانید سبد خرید خود را پر از میوه کنید، اما کیف پولتان را خالی نکنید.

138 HAFTEH

Un hebdomadaire pour la communauté Afghane/iranienne de Montréal
A weekly Magazine for the Afghan/Iranian Community in Montreal
Vol.11 - No.581 Jeudi / Thursday, avril / April.30.2020

www.hafteh.ca ISSN 1918-4379 hafteh

Convention du service Poste-Publications NO 41740020

**Une journée
d'infirmière à la
pointe de la lutte
contre la couronne**

**Entretien avec Maryam Portangestani:
Avec suffisamment d'équipement
la mortalité serait beaucoup plus faible**

