

هفتتہ

۲۲۳

سال پنجم - شماره ۲۲۳
پنجشنبه ۲ آذر ۱۳۹۱ - ۲۲ نوامبر ۲۰۱۲
بها: ۲/۵۰ دلار / در مونتreal رایگان

www.HafteH.ca

جهان هنر

سینماتیکا: مینی جشنواره‌ای برای
معرفی هنر ایران
محمد جبّاری حق

جامعه

جشن هنری دیگرگونه:
سمرقند در مونتreal
روزبه هدایتی

ادبیات

شعر: از آرمین لطفعلیان
داستان کوتاه: تاکسی
حامد کراماتی

اندیشه

آزادی به مثابه رهایی
ترجمه: رضا داودی

ورزش

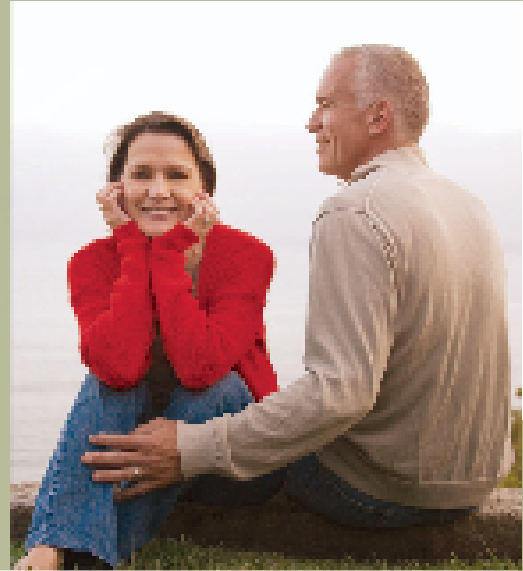
هفته سیاه
بابک سرانی آذر



دکتر پرویز قدیریان در همایش «پیوند»:

**بگذار غذا دوا، و دوا غذای تو باشد!
تغذیه، راهی برای پیش‌گیری و مداوای بیماری‌ها**

سرمایه‌گذاری دیگری که از نظر شما دور مانده است!



سهام ممتاز (Preferred shares) به عنوان یکی راه درآمد، غالباً از نظر سرمایه‌گذاران پنهان می‌ماند زیرا آنها درباره‌ی این نوع سهام اطلاعات کافی در دست ندارند. سهام ممتاز می‌تواند برای سرمایه‌گذاران محافظه‌کار و همچنین گروه طالب رشد، مناسب باشد و جذابیت‌های ویژه‌ی داشته‌باشد.

✓ بهره با امتیازات مالیاتی

✓ در دست‌ترین بودن اصل سرمایه

✓ امنیت اصل سرمایه

Naghmeh Sabet, BSc, FCSI

Associate Director, Wealth Management
Wealth Advisor

514-287-3690

naghmeh_sabet@scotiacleod.com

Scotia Tower

1002 Sherbrooke Street West, Suite 800

Montreal, Québec H3A 3L6

MacDougall Sabet Team

Personal & Family Professional Results



ScotiaMcLeod[®]

*Concert de
Musique Persane*

Sary Ensemble

گروه سرو

Vendredi . 23 Nov, 19:00

Chapelle St. Louis
4239 Rue Drolet, Montreal

Tickets: \$25

محل تهیه بلیت:

تپش دیجیتال

2233336

فرشگاه مواد پروتئینی سن لوران

3693474

هفته

7878840



هفته HafteH.ca

Info: (514)787-8848

1396 Ste Catherine St. West
Suite # 306 Montreal QC, H3G 1P9
(514)787-8848
info@hafteh.ca • editor@hafteh.ca • ad@hafteh.ca
ISSN 1918-4379 HafteH

در صورت تمایل برای حمایت از تلاش های ما کمک های مالی خود را به حساب زیر واریز کنید
Chacavac Cultural Centre
TD Canada Trust
Transit #: 0515
Account #: 5209119



سال پنجم - شماره ۲۲۳
پنجشنبه ۲ آذر ۱۳۹۱ - ۲۲ نوامبر ۲۰۱۲
بها: ۲,۵۰ دلار / در مونترال رایگان



۱۸

هفته

گزارش تصویری

تظاهرات در مونترال علیه حمله اسرائیل به نوار غزه



۳۶

محمد جباری حق

جهان هنر

سینماتیکا: مینی جشنواره‌ای برای معرفی هنر ایران
گفت و گویا کتابون دیبامهر
تهیه کننده‌ی این کار Marcel Jean از تهیه کنندگان بنام مونترال است. برای این فیلم ده نفر از کارگردانان



بابک سرانی آذر

ورزش

هفته سیاه

فوتبال ایران تنها در مدت زمان یک هفته سیاه‌ترین خاطرات و غمناک‌ترین ...



۳۴

رضا داودی

اندیشه

آزادی به مثابه رهایی
برای رهایی از این دوراهی
باید به متناقض دانستن آزادی
و ضرورت پایان بخشیم...



۳۰

محمد رحیمیان

خوانندگان

سیاست یک بام و دوهوای هفته
نامه پیوند و پاسخ هفته

David Berger
Immigration Lawyer
Avocat d'immigration

دیوید برگر
وکیل مهاجرت



♦ سال‌ها تجربه در نظام سیاسی، دیپلماتیک و آداری در سطح ملی و بین‌المللی
♦ وکیل حقوقی عضو کانون وکلای کبک

♦ نماینده سابق مجلس فدرال کانادا و سفیر

♦ متخصص در فرجام‌خواهی دادگاه فدرال، مهاجرت و پناهندگی

مهاجرت از طریق:

- نیروی متخصص
- خویشاوندی
- سرمایه‌گذاری

برای صحبت به زبان فارسی مستقیماً با همکار ما، خانم آریستا معتزلی تماس بگیرید

514-621-7796

1635, rue Sherbrooke West,
Bureau/Suite 400
Montreal, Quebec H3H 1E2

Tel: 514-961-8746

Fax: 514-935-2663

bergerdav@gmail.com

۵ ما نگوییم بد و میل به ناحق نکنیم / سردبیر

۷ خبرهای کبک و کانادا / سیما کاویانفر و سارا موسی‌زاده کرمانی‌نژاد

۱۰ اخبار جامعه افغان و ایرانی مونترال

۲۶ جامعه: جشن هنری دیگرگونه: سمرقند در مونترال / روزبه هدایتی

۲۸ خوانندگان: چگونگی راه یافتن زبان ترکی به آذربایجان / خلاصه شده توسط مهرداد معمارزاده

۳۱ خوانندگان: جشن سالروز تولد بهاء‌الله در دانشگاه مک گیل مونترال / حسین ترکیور

۳۲ ادبیات: شعری از آرمین لطفعلیان

۳۳ داستان کوتاه: تاکسی / حامد کراماتی

۳۳ ادبیات مهاجر، یک بررسی (۲) / علیرضا شمس

۴۱ پزشکی: سرطان روده بزرگ (۲) / دکتر عطا انصاری

۴۵ آشپزی و سرگرمی / هفته

۴۷ ساکن اطلس دریازده: اعتراف سه میلیاردی! / مهدی عسکری

سخن هفته

ما نگوییم بد و میل به ناحق نکنیم

سردبیر

بعضی از گفته‌ها و نوشته‌ها و شعرها چنان هستند که هرگز از خواندن و بازگو کردن آنها سیر نمی‌شوی. دوباره خواندنشان خسته‌ات نمی‌کنند و از دوباره شنیدن آنها حوصله سر نمی‌برد. آنقدر مفهوم ارزشمند و لایه‌های متعدد در آنها نهفته است که بعد از هزاربار خواندن هم در بازخوانی آنها به نکته‌های جدید برمی‌خوری.

غزل زیر از حافظ شیرازی را قبلا هم در این صفحه خوانده‌اید و صدالبته صدجای دیگر هم آن را دیده و خوانده‌اید اما به گمانم این از همان سروده‌های نیکوست که از بازخوانی و بازگویی آن خسته نمی‌شوی.

ما نگوییم بد و میل به ناحق نکنیم
جامه‌ی کس سیه و دلخ خود ازرق نکنیم
عیب درویش و توانگر به کم و بیش بد است
کار بد مصلحت آن است که مطلق نکنیم
رقم مغلظه بر دفتر دانش نزنیم

گر بدی گفت حسودی و رفیقی رنجید
گو تو خوش باش که ما گوش به احمق نکنیم
حافظ! ار خصم خطا گفت نگیریم بر او
ور به حق گفت جدل با سخن حق نکنیم

حافظ



۲۱ پرونده هفته / پروین زرسا

دکتر پرویز قدیریان در همایش «پیوند»: بگذار غذا دوا و دوا غذای تو باشد! تغذیه، راهی برای پیش‌گیری و مداوای

اخیرا دیده شده که عصاره چای سبز به سرعت عوارض سوختگی را برطرف می‌کند. به عنوان نمونه می‌گوییم، یک نفر که دچار زونا شده بود و بسیار ناراحت بود به من مراجعه کرد. می‌گفت نمی‌تواند بنشیند و شب‌ها نمی‌تواند از شدت درد در بستر خود دراز بکشد. من مقاله مربوط به تاثیر چای سبز را خوانده بودم. گفتم در وان حمام مقداری چای سبز بریزد و در آن بنشیند ...

غافل است از حال مرغان مرد خام

سیاست: دکتر کاظم ودیعی
جامعه: فریده خوش عاطفه، میترا روشن، حمیده غیاثوند
گروه فنی تارنمای هفته: شروین برزگر

با سپاس ویژه از همکاران این شماره: با سپاس ویژه از همکاران این شماره: دکتر عطا انصاری، پروین زرسا، لیلی خاقانی، علیرضا شمس، تورج عاطف، پرستو معاف، مهرداد معمارزاده

صورت آواز مرغ است آن کلام

کاریکاتورچیست: سیروس یحیی‌آبادی
عکاس: لورین گو و مرجان راهنورد
اخبار کبک و کانادا: سیما کاویان‌فر و سارا موسی‌زاده کرمانی‌نژاد
تغذیه سالم: دکتر پرویز قدیریان
دانش و اندیشه: پوریا ناظمی و رضا داودی
سینما: آتوسا اخوان
ورزش: بابک سرانی‌آذر و شروین برزگر

ناشر: مجله‌ی هفته
سردبیر: خسرو شمیرانی

ویراستار:

مدیر هنری: آتیه هفته

تحریریه اتاوا: دکتر ماریا صباي مقدم

صفحه آرای: آتیه هفته

- نوشته‌های فرستاده شده پس فرستاده نمی‌شوند.
- استفاده از طرح‌ها و آگهی‌های هفته نیاز به کسب اجازه دارد.
- درباره‌ی مضمون آگهی‌های منتشر شده هیچ گونه مسئولیتی متوجه هفته نیست.

- هفته از همه‌ی 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 ویرایش و کوتاه کردن مطالب‌های رسیده آزاد است.

خدمات حرفه ای وب سایت

Online Solution
Web Development
Hosting & Domain
Online Marketing

- طراحی و بهینه سازی وب سایت
- ارائه نرم افزارهای تحت وب
- خدمات حرفه ای میزبانی وب (وب هاستینگ)
- سرویس ایمیل
- لیت و خرید دامنه (داسن)
- تجارت الکترونیک
- بهینه سازی موتورهای جستجو (SEO)
- بازاریابی موتور جستجو (SEM)
- مشاوره در زمینه وب
- بازاریابی در رسانه های اجتماعی (Facebook, twitter...)

طراحی گرافیک و چاپ

Graphic Design & Printing

- طراحی لوگو
- کارت ویزیت
- سربرگ
- بروشور
- کاتالوگ
- فلاپر
- پوستر
- بنر
- اسلاید
- صفحه آرای مجله ...

فناوری اطلاعات

Information Technology (IT)

- مشاوره در زمینه IT
- تهیه نسخه پشتیبان
- خدمات شبکه
- بازاریابی اطلاعات
- نصب دوربین های امنیتی



1117 St-Catherine West, Suite 410
Montreal, Quebec, Canada H3B 1H9

تماس رایگان: +1(855) 5-KamNic
+1(855) 552-6642

www.KamNic.com
info@KamNic.com

ارسال ارز به ایران و سایر نقاط جهان

مطابق با قوانین و استانداردهای بانکی بین المللی

514-485-6000

6520 St. Jaques
Montreal, QC H4B 1T6

Corrency Exchange & Money Transfer

WESTERN UNION MONEY TRANSFER

دکتر شریف نائینی جراح دندانپزشک



DDS
دانشگاه تهران ۱۹۷۳
DMD
دانشگاه مونترال ۱۹۹۸

514-731-1443

5450 Cote des Neiges
Suite 308
Metro: CND

روزهای پنجشنبه و جمعه در کلینیک جدید
Centre Metro Beaubien
544 Beaubien Est
Montreal H2S 1S5



ارائه شکایت زندانیان علیه کانادا به سازمان ملل متحد



در مورد شکایات کیفری خاص، اظهار نظر عمومی نمی‌کند».

مایکل اپل باوم شهردار موقت مونترال شد

روز جمعه، مایکل اپل باوم Michael Applebaum، با اکثریت آرای اعضای شورای شهر به عنوان شهردار موقت مونترال منتصب شد.

رقابت بسیار تنگاتنگ بود. مایکل اپل بوم با ۳۱ رای بر ریشار دشام Richard Deschamps با ۲۹ رای در این انتخابات پیروز شد. ۳ رای نیز مردود اعلام شد.

آقای اپل باوم پس از اعلام نتایج گفت:

کشورهایی است که اجازه می‌دهد افراد دادخواست‌های خود را شخصا به سازمان ملل که مسئول بررسی موارد احتمالی نقض توافق بین‌المللی است ارائه دهند.

در یکی از یادداشت‌های وزارت دادگستری کانادا چنین آمده است: «برای اطمینان از استفاده موثر از منابع، کانادا اقدامات علیه مظنونان ساکن در کانادا را مورد حمایت قرار می‌دهد».

یادداشت اینگونه ادامه می‌یابد که: اگر برای بدست آوردن اطلاعات در مورد آقای بوش Bush و دیک چنی Dick Cheney فشاری تحمیل گردد، مسئولین باید به کمیته سازمان ملل متحد پاسخ دهند که «معمولا، کانادا

Mohammed Khan Tumani و مورات کورناز Murat Kurnaz را دنبال می‌کنند. هر دو سازمان به نتیجه رسیدند که کانادا می‌بایست در مورد بوش تحقیق می‌کرد و در طول بازدیدش در سال گذشته از بریتیش کلمبیا به احترام کنوانسیون سازمان ملل علیه شکنجه، علیه او اقدامات قانونی انجام می‌داد.

بنا بر متن شکایت، این چهار مرد در افغانستان و در بخش آمریکایی جزیره کوبا، تحت اعمال غیر انسانی قرار گرفته‌اند. آنها مورد ضرب و شتم قرار گرفته‌اند و آنها را از دیوار یا سقف آویزان کرده‌اند. از خواب، غذا و آب محروم بوده و در معرض حرارت شدید قرار گرفته‌اند. کانادا، بر خلاف ایالات متحده، عضو

به گزارش رادیو کانادا، چهار مرد که مدعی اند در افغانستان و گوانتانامو شکنجه شده اند در ارتباط با امتناع اتاوا در تعقیب حقوقی رئیس جمهور سابق آمریکا، جورج دبلیو بوش، شکایت خود را علیه کانادا به سازمان ملل متحد ارائه دادند.

مسئله بر سر تلاش‌های اخیر مدافعان حقوق بشر برای دستگیری رهبر سابق آمریکا برای جنایات احتمالی روا شده در زمان «جنگ آمریکا علیه تروریسم» است.

مرکز کانادایی «عدالت جهانی» و هم‌تای آمریکایی‌اش، مرکز «حقوق اساسی»، شکایت حسن بی اتاش Hassan bi Attash، سامی ال-حاجی Sami el-Hajj، محمد خان تومانی

Sam Bayat & Associates
A Canadian and International Law Firm

CLS international

Canadian Legal Services

Tel: +514 357 4692 Fax: +514 357 4069

www.ilsgroup.com

E-mail: cls-mtl@ilsgroup.com

2015 Drummond, Suite 643
Montreal, Quebec, H3G 1W7

دفتر وکالت و مشاوره حقوقی سام بیات

وکیل پایه یک دادگستری کانادا با بیش از هفده سال سابقه در زمینه مهاجرت (با تخصص در مهاجرت سرمایه گذاران، مدیران و صاحبان مشاغل آزاد) و اخذ تابعیت، در شعبه‌های امارات، ایران، کانادا، انگلستان و کویت آماده ی ارائه ی خدمات به ایرانیان عزیز است.

«زمان تغییر فرا رسیده است». از این پنج‌شنبه شهردار جدید، با استفاده از پیشنهادات مدیران دولتی و رهبران احزاب سیاسی، افراد تیم خود را انتخاب خواهد کرد.

اپل‌باوم افزود: اکنون زمان بازسازی است و همه با هم کار می‌کنیم.

مایکل اپل‌باوم که به سرعت باید مدیر کمیته اجرایی شهرداری را انتصاب کند در این باره گفت: «یک قضیه، برای من کاملاً بارز و مشخص است و آن اینکه این مدیر مستقل خواهد بود. شهردار مونترال و مدیر کمیته اجرایی مستقل عمل خواهند کرد و این به منظور آنست که هر کدام در پروسه تصمیم‌گیری مستقل عمل کنند.»

اپل‌باوم که دوشنبه ۱۳ نوامبر در برابر شورای شهر سوگند یاد کرد اظهار امیدواری کرده که تا این پنج‌شنبه بتواند مدیر کمیته اجرایی خود را معرفی کند. او پست شهردار موقتی را تا انتخابات بعدی شوراهای شهر، نوامبر ۲۰۱۳، نگاه خواهد داشت.

مایکل اپل‌باوم کیست؟



او دست راست سابق شهردار مستعفی، ژرار ترامبلی (Gérald Tremblay)، است که در تاریخ ۹ نوامبر ۲۰۱۱، از پست

خود در کمیته اجرایی استعفا داده و حزب شهری «اتحادیه مونترال» را در ۱۴ نوامبر ترک گفت.

او کارگزار سابق املاک و مستغلات است. برای اولین بار در سال ۱۹۹۴ به عنوان مشاور شهرداری انتخاب شد.

از اول ژانویه ۲۰۰۲ شهردار منطقه کت-د-نژ-نوتر-دم-دو-گراس شد و از سال ۲۰۱۱ تا زمان استعفايش در نوامبر ۲۰۱۲ سمت مدیر کمیته اجرایی شهرداری مونترال را به عهده داشت. او مسئول بخش برنامه‌ریزی‌های شهری، مالی، روابط میان مناطق شهری و خدمات اداری و همچنین عضو شورای تراکم بود.

ریشار دشان (Richard Deschamps)، نامزد شکست خورده اتحادیه مونترال، خاطر نشان ساخت که رقابت در انتخابات مذکور «بسیار تنگاتنگ» بوده و نتیجه اعلام شده را به یاد خواهد سپرد.

آقای دشان که در نظر دارد تا پایان ماموریت خود پیش رود، مشخص نکرده است که آیا آنرا در اتحادیه مونترال ادامه خواهد داد یا نه. که در صورت مثبت بودن «مطمئننا به عنوان یکی از اعضای منطقه لاسال (LaSalle) خواهد بود.

او در پاسخ به سوالی در مورد مایکل اپل‌باوم گفت که همیشه روابطی محترمانه بینشان برقرار بوده است. اما، ضمنا اشاره کرد که او دیگر «در این ۸ روز اخیر، همان مایکل اپل‌باوم همیشگی» نبوده است. «اما من همانی هستم که بودم، جهت‌مند و واقع‌گرا».

مایکل اپل‌باوم اولین نفری بود که اصول کمیته اجرایی حزب «اتحادیه مونترال» و کاهش افزایش مالیات‌ها از ۳/۳ درصد به ۲/۲ درصد را پذیرفت. او همچنین

بازبینی افزایش نرخ سازمان حمل و نقل مونترال (STM) و انتصاب یک حسابرس مستقل را پذیرفت. علاوه بر این شرایط او به لیست شرایط تعیین شده از جانب رئیس پروژه مونترال، به عنوان نامزد سمت شهردار موقت، نزدیک‌تر بود.

و اما در مورد نامزد شکست خورده، ریشار دشان (Richard Deschamps)، به گزارش رادیو کانادا، او کاهش نرخ افزایش مالیات‌ها را قبول کرده است اما به صورت مشروط. نامزد رسمی سابق حزب «اتحادیه مونترال» به جای آنکه از یک خط اخلاقی تحت نظر حسابرس کل سود جوید، ساختار دائمی دیگری را برای ارزیابی و کنترل اداره عمومی پیشنهاد کرده بود.

آقای دشان در طول هفته قبل از انتخابات، با یک موج ناراضی‌تبی در بطن حزبی دست و پنجه نرم کرد. و در نهایت، ۱۰ نفر از اعضای اتحادیه مونترال قضیه را فیصله داده و تصمیم گرفتند موقتا بر نامزدی آقای اپل‌باوم، همکار سابق خود رای دهند.

حزب مخالف هم از این فرصت استفاده کرده و بر نامزد دیگری با شرایط خود مذاکره کردند. ریشار برژورون (Richard Bergeron) و لویی هارل (Louise Harel) هم دست در دست گذاشته تا بر درخواست خود برای تشکیل یک کمیته اجرایی تاکید کنند. رئیس پروژه مونترال و رئیس حزب شهری ویزیون (Vision) مونترال نیز یک شرط ضروری برای انتخاب شهردار بعدی گذاشتند.

ریشار برژورون (Richard Bergeron)، رئیس پروژه مونترال، راضی از دستاوردهای شهروندان مونترالی در طول ۴ روز مذاکرات، به مشاورانش اجازه داد تا به کاندیدای انتخابی خود

توافقنامه میان انتاریو و پزشکان استان



خانم دب متیوز وزیر بهداشت از انعقاد قرارداد بین دولت و انجمن پزشکی ایالت انتاریو با وجود افزایش دستمزد تعدادی از پزشکان دفاع نمود.

به گزارش رادیو کانادا، لیبرال‌ها از کارمندان بخش دولتی و نیمه‌دولتی خواستند توقف افزایش دستمزدها را در چارچوب مبارزه با کسری بودجه ۴/۱۴ میلیارد دلاری بپذیرند. اینهمان درخواستی است که دولت استانی انتاریو بر اساس «قانون ویژه» به هزاران معلم این استان تحمیل کرده است.

نخست‌وزیر مستعفی دالتون مک‌گوبینتی سه‌شنبه گذشته گفت دستمزدهای جدید پزشکان با توجه به واقعیت‌های مالی موجود استان انتاریو تعیین شده است. استان انتاریو بیشترین کسری بودجه را در میان استان‌های کانادا دارد. خانم دب متیوز وزیر بهداشت در یک بیانیه اظهار داشت که این اصل با دراولویت قرار گرفتن بیماران و با در نظر گرفتن احترام به پزشکانمان قابل

مینو اسلامی
مشاور املاک در مونترال بزرگ - مسکونی و تجاری

تهیه وام مسکن برای دانشجویان و تازه‌واردان
گام به گام با شما تا پایان قرارداد
ارزیابی رایگان

Minoo Eslami
Real estate broker
Minoo.eslami@century21.ca
Cell: 514-967-5743

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

Maison de Voyages
House of Travel
آژانس مسافرتی/فرزناز معتمدی

پرواز به ایران و سایر نقاط با بهترین نرخ‌ها
مناسب‌ترین بسته‌های مسافرتی Last Minute

farnaz@hot.ca
www.hot.ca

514-842-8000 Ext. 296
1170 Place du Frère André (Square Phillips)
Montréal, Québec, H3B 3C6



اجرا است.

با این حال، اصل توافق نامه، افزایش ۱۰۰ میلیون دلاری را برای دستمزد پزشکان در دو سال به علاوه هزینه های بالاتر برای جراحی های خاص را پیش بینی می کند.

خانم متیوز گفت این توافق نامه صرفه جویی هایی را در برخی از بخش ها در نظر گرفته است تا بدین ترتیب افزایش کلی دستمزد پزشکان را جبران کند.

وی در مورد تغییر موضع دولت در مورد شیوه های بیهوش کردن بیماران، گفت او به صحبت های پزشکان در این مورد گوش کرده است و در جریان دغدغه ها و نگرانی های آنان است.

جنگ پرچم در مجمع ملی کبک

دولت پولین ماروا قصد دارد پرچم کانادا را از سالن سرخ مجمع ملی کبک بردارد و این از نظر مخالفان به نوعی نادیده گرفتن و کم ارزش جلوه دادن تصمیمات دموکراتیک مردم کبک است.

روز جمعه گذشته، حزب لیبرال کبک مخالفت خود را با این مسئله اعلام کرد. حزب کبکوا از ریاست مجمع ملی کبک درخواست کرده است که پرچم کانادا را از سالن سرخ مجمع ملی بردارد. لازم به ذکر است که این سالن تنها جایی از مجمع ملی کبک است که پرچم کانادا

در آن نصب شده است.

دولت های قبلی متعلق به حزب کبکوا بلافاصله پس از به قدرت رسیدن خود، پرچم کانادا را از مجمع ملی کبک برداشته بودند. درست سی و شش سال پس از به قدرت رسیدن دولت رنه لوک René Lévesque که اولین دولت از حزب کبکوا بود، ایو فوانسو بلانشه، نماینده دولت فعلی کبک نیز پنجشنبه گذشته درخواست خود را مبنی بر برداشتن پرچم کانادا از مجمع ملی کبک تسلیم ریاست مجمع کرد.

در یک کنفرانس مطبوعاتی در روز جمعه گذشته، نماینده حزب لیبرال جری اسکلاوونوس گفت که حذف پرچم کانادا یک بی احترامی به تصمیم های مردم کبک است که از طریق دو همه پرسی تصمیم گرفتند که کبک جزئی از کانادا باقی بماند.

نماینده حزب «ائتلاف آینده کبک» جرارد دلتل به نوبه خود گفت در حالیکه مردم کبک دغدغه های دیگری دارند، فقط حزب کبکوا است که خود را مشغول پرچم کرده است.

رشد روز افزون بدهی های شخصی مردم در کانادا

بر اساس آمار آژانس «ترانس یونیون»، در طول تابستان، بدهی کانادایی ها به سرعت افزایش یافته است. میانگین بدهی مصرف کنندگان در کانادا، اگر وام مسکن را حذف کنیم، به طور متوسط در سه ماهه سوم ۶/۴ درصد نسبت به مدت مشابه سال گذشته افزایش داشته است. در مقایسه با سه ماهه قبلی، بدهی ۱/۲ درصد افزایش داشته است.

این افزایش عمدتاً به دلیل وام خودرو است. مصرف کنندگان شروع به خرید اتومبیل های جدید کردند، چیزی که در طول رکود اقتصادی در سال های ۲۰۰۸-۲۰۰۹ کنار گذاشته شده بود.

به گفته توماس هیگینز، معاون رئیس خدمات تحلیلی در ترانس یونیون، بدهی کانادایی ها بیش از ۲۷ درصد در پنج سال افزایش یافته است، در حالی که نرخ صعود تورم ۹ درصد است. و هیگینز انتظار افزایش بدهی در سه ماهه چهارم را با توجه به فصل تعطیلات دارد.

این مسول ترانس یونیون می گوید، با این حال، همه چیز منفی نیست و میانگین بدهی مصرف کنندگان با توجه به ویژگی کارتهای اعتباری بطور متوسط ۱ درصد (به ۳۵۷۳ دلار) نسبت به سال گذشته کاهش یافته است، اگر چه از سه ماهه دوم ۵/۰ درصد افزایش یافته است.

در واقع، در هفته گذشته، رقیب آژانس ترانس یونیون، آژانس «آکوی فکس» نشان داد که با وجود افزایش در بدهی، در این تابستان تعداد کانادایی هایی که بدهی خود را باز پرداخت نکرده اند به سطح شناخته شده قبل از رکود اقتصادی سقوط کرده است (یا ۲۲/۱ درصد).

آخرین رقم از آمار کانادا در مورد این موضوع نشان می دهد که بدهی کل خانوارهای کانادایی معادل ۱۶۳ درصد از درآمد موجود است.

آغاز اعمال قوانین سخت گیرانه درباره تسلط به زبان برای کسب شهروندی

از اول نوامبر، قوانین توانمندی زبان برای متقاضیان اخذ شهروندی کانادا، سخت تر شده است. بنا بر این همه داوطلبان اخذ شهروندی، باید ملزومات جدید سنجش زبان را بطور کامل اجرا نمایند.

بنابر بیانیه وزیر مهاجرت کانادا، جیسون کنی، در روز ۲۸ سپتامبر امسال، کانادا قوانین سختگیرانه تری برای شرایط لازم جهت اخذ شهروندی این کشور، وضع خواهد کرد.

کلیه متقاضیان، از اول نوامبر به بعد، برای اخذ شهروندی کانادا، موظف به رعایت شرایط زبان زیر خواهند بود:

دارا بودن مهارت کافی در یکی از زبانهای رسمی کانادا (انگلیسی و یا فرانسه)

پس متقاضی باید در لحظه اقدام برای ارائه درخواست، گواهی معتبر برای اینکه ثابت کند به یکی از این دو زبان مسلط است، را ارائه نماید. این شرایط برای متقاضیان محدوده سنی ۱۸ تا ۵۴ سال، صدق می نماید.

دانش زبان مطلوب در چه حدی است؟ مفهوم دانش زبان مطلوب این است که متقاضی قادر باشد در یکی از دو زبان مذکور، به خوبی صحبت کرده و پاسخگوی سوالاتی که از وی می شود، باشد.

قبل از تغییرات اخیر، متقاضی برحسب آزمون نوشته شده زبان اخذ اقامت، پذیرفته می شد. در صورت مردود شدن در این تست، مجبور می شد تا با قاضی مهاجرت، مصاحبه نماید ■

منبع: سایت ایرانتو

محضر دار کبک و دانش آموخته حقوق از ایران
مشاور حقوقی و همراه هم میهنان

خدمات ما برای شما

رو نوشت برابر اصل حقوق خانواده و دیگر خدمات حقوقی	توافق نامه رسمی جدایی امور املاک، خرید و فروش، اجاره نامه ثبت و امور شرکتها تایید امضا	وصیت نامه وکالت نامه امور ارث ازدواج رسمی
---	--	---

www.MonaSalehiNotaire.com
514-903-8560 3859 Décarie, Montréal, QC, H4A 3J6

مونا صالحی

سر دفتر اسناد رسمی

Notaire-Notary

اخبار جامعه افغان و ایرانی مونترال



کارگاهی در زمینه معرفی کار خبرنگاری و عکاسی در گالری زد برپا شد. این برنامه از سوی گروه رسانه‌های مدیا کوآپ برای معرفی کار خبرنگاری و عکاسی در گالری زد با مدیریت شهرزاد ارشدی برگزار شد در این جلسه که مانند جلسات کاربایی است گروهی از خبرنگاران رسانه مدیا کوآپ به انتقال تجربیات و تخصص خود برای جوانان و جذب آنها برای کار در مدیا کوآپ پرداختند و شهرزاد ارشدی به عنوان یک عکاس حرفه‌ای تجربیات و خاطرات حرفه‌ای خود را ارائه کرد.

نشست همدلان با حضور هنرمند مونتالی، حمیرا مرتضوی برگزار شد

سحر فاضلی / سی و چهارمین جلسه همدلان در روز سه‌شنبه ۶ نوامبر در فرهنگسرای سینا برگزار شد. در این

افتخار و شهرت دوران زندگی اوست. می‌گویند که یک رئالیسم جادویی‌ست و یک مارکز. داستان‌های کوتاه او درست مثل رمان‌هایش آمیخته واقعیت و فانتزی‌ست و قدرت خیال‌پردازی او را به رخ می‌کشد. داستان "فقط او دم تلفن بزنم" مستعد است که ذهن خواننده را خیلی خوب درگیر دوراهی خندیدن یا زارزدن کند. خندیدن به بازی‌ای جادویی و خیالی که از سرنوشت بعید نیست یا زاری بر محتومیت تسلیم به سرنوشت باورپذیر ناممکن. در این جلسه مجموعه "دوازده داستان سرگردان" انتخاب شد بود که در سال نود و دو میلادی منتشر شد و ترجمه‌اش از رضا موسوی است.

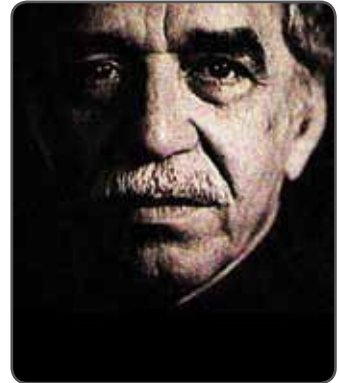
کارگاه خبرنگاری و عکاسی در گالری زد

روز ۱۴ نوامبر ساعت ۶ بعدازظهر

کافه ادبی در بخش دوم از بررسی آثار نویسندگان امریکای جنوبی به سراغ گابریل گارسیا مارکز رفته است و به بررسی آثار وی می‌پردازد. وبسایت کافه ادبی در معرفی این مجموعه می‌گوید آنها جماعتی علاقمند به آثار ادبی هستند که می‌خواهند نظرات‌شان درباره ادبیات را با دیگران مطرح کنند و نظرات دیگران را بشنوند. هدف از برگزاری جلسات ماهانه بررسی ادبیات کافه‌لایت، خواندن آثار ادبی و هم‌نشینی و سخن‌گفتن درباره آنها برای لذت بردن بیشتر از ادبیات است.

در رابطه با نشست اخیر این مجموعه در سایت مذکور آمده است: گابریل گارسیا مارکز نویسنده شهیر کلمبیایی است. اسم و امضای او پای آثار پرتعدادی نشست که از رمان و داستان کوتاه و زندگی‌نامه و دیگر گونه‌های ادبی تا مقالات سیاسی و اجتماعی را در خود دارد. بردن جایزه نوبل حکما اوج

کافه ادبی: داستان خوانی و نقد و بررسی اثری از گابریل گارسیا مارکز



روز پنج شنبه ۱۵ نوامبر ساعت ۷ عصر کافه ادبی، زیرمجموعه‌ی ادبی «کافه‌لایت» در کافه لیندا در خیابان سنت کاترین میزبان دوستداران آثار ادبی گابریل گارسیا مارکز بود.

دکوراسیون و طراحی داخلی منزل و محل کار
(رستوران، کافی شاپ،...)



Deco Design
Mitra Moini
Interior Designer
514-784-0257

- انتخاب رنگ مناسب برای کاربرد بینه محیط
- امکانات تغییر در نقشه فعلی و طراحی مناسب با نیازهای شما در منزل و محیط کار
- طراحی و ساخت مبلمان و وسایل مناسب برای فضاهای کوچک و بزرگ
- انواع نقشه‌های ۲ بعدی و ۳ بعدی و پرسپکتیو با اتو کد (کامپیوتر)

مشاور املاک در مونتال بزرگ و حومه
Masoud Nasr
Courtier immobilier Agréé
Chartered Real Estate Broker



■ Cell : (514)571-6592
■ office: (514)769-7010
■ Fax: (514)769-7030
■ 38 Place du Commerce #280
île des soeurs, Verdun, Qc H3E 1T8
■ email: mnasr@sutton.com

Sutton www.masoudnasr.com

کارت‌های هدیه را می‌توانید در موارد خرید کتاب، عضویت در کتابخانه، ثبت نام کلاس‌های آموزشی، هزینه خدمات مانند گواهی امضا، کپی برابر اصل، صدور دعوتنامه و گواهی آن و وکالتنامه و غیره استفاده کنید.

نامه سرگشاده در اعتراض به وضعیت زندانیان سیاسی در ایران

انجمن دفاع از حقوق بشر ایران در مونترال طی نامه‌ای سرگشاده که در تاریخ ۱۴ نوامبر به صورت ای‌میلی پخش شده مراتب اعتراض خود را به وضعیت زندانیان سیاسی در ایران ابراز کرده است. در این نامه به مرگ زهرا کاظمی عکاس خبرنگار ایرانی کانادایی که توسط پلیس ایران کشته شد، به قتل ستار بهشتی، وضعیت زندانیان زن و وضعیت خانم نسرين ستوده اشاره شده است.

مونترال
در هفته‌های آینده از
۲۲ نوامبر ۲۰۱۲

هدف از ساخته‌شدن این فیلم چه بوده است پرداختند. آرگو فیلمی است سینمایی در گونه دلهره‌آور محصول آمریکا به سال ۲۰۱۲ میلادی و ساخته بن افلک است. داستان این فیلم برداشت آزادی از وقایع بحران گروگان‌گیری در سفارت ایالات متحده آمریکا در تهران است، که در آن ۶ دیپلمات آمریکایی توانستند از منزل سفیر کانادا در تهران به خارج از ایران بگریزند. در این فیلم بازیگرانی چون بن افلک، آلن آرکین، برایان کرانستون و امید ابطحی به نقش‌آفرینی می‌پردازند. تهیه‌کنندگان این فیلم جرج کلونی و گرانت هسلوف هستند.

کارت هدیه برای هدیه سال نو میلادی

کتابخانه زاگرس اعلام کرد که این مرکز فرهنگی اقدام به تولید کارت‌های هدیه کرده و علاقه‌مندان می‌توانند با خرید این کارت‌ها و اهدای آنها به دوستان و علاقه‌مندان، کتاب‌خوانی و عضویت در کتابخانه زاگرس را تشویق کنند. مهدی شهرستانی که مدیریت کتابخانه زاگرس را بر عهده دارد در این باره به هفته گفت: با توجه به نزدیک شدن سال جدید میلادی و پس از آن نوروز، این کارت‌ها برای دوستان و علاقه‌مندان به کتابخانه تهیه شده است. علاقه‌مندان می‌توانند کارت هدیه عضویت را از کتابخانه خریداری کرده و به دوستان و آشنایان و عزیزانشان اهدا نمایند. همین

و تئوری توطئه در واقع موضوعات و مباحثی است که به شکل علم و به اسم علم برای انسان‌ها مطرح می‌شود ولی مانع درک درست و واقع بینانه افراد از رخدادهای علمی و اجتماعی و تاریخی می‌گردد، به این معنی که افراد تصورات اشتباهی را از آن عرصه به دست می‌آورند. وی در خصوص برپایی جلسه گفت: در این جلسه ما به بحث تئوری توطئه به خاطر کمبود وقت نپرداختیم اما به موضوعاتی که مربوط به طب و علم به صورت سنتی بود اشاره‌ای کردیم و به نقد و بررسی این علم پرداختیم.

نمایش فیلم آرگو در زاگرس

عصر روز شنبه ۱۷ نوامبر کتابخانه زاگرس میزبان علاقه‌مندان به فیلم آرگو بود. این فیلم که هم اکنون بر روی پرده سینماهای جهان در حال نمایش است با واکنش‌های متعدد و متفاوتی روبه رو شده است. عصر روز شنبه نیز علاقه‌مندان به تماشای آن در کتابخانه زاگرس نشستند و بعد از آن نیز به نقد و بررسی و اینک



جلسه همدلان به شعر خوانی و روایت داستان و خاطرات سفرهای خود پرداختند.

همچنین همدلان در این جلسه میزبان خانم حمیرا مرتضوی نقاش و هنرمند ساکن مونترال بودند. حمیرا مرتضوی کارگاه آموزشی کوتاهی در رابطه با سبک‌های مختلف نقاشی با ارائه نمونه کارهای خود برگزار کردند و در انتها نیز جوایزی از نقاشی‌های ایشان به قید قرعه به حاضرین اهدا شد. در این جلسه تصمیم براین شد که همدلان در تاریخ ۱۷ نوامبر عازم سفری تفریحی به تورنتو بشوند.

شبه علم و تئوری توطئه در جلسه دوستداران فرهنگ و ادب

روز ۱۸ نوامبر ساعت ۴ بعدازظهر دوستداران فرهنگ و ادب مونترال جلسه خود را به شبه علم و تئوری



توطئه با سخنرانی پاشا جوادی اختصاص دادند. پاشا جوادی در توضیح موضوع سخنرانی‌اش به هفته گفت: شبه علم

◀◀ ادامه در صفحه ۱۳

ICP Immigration Inc. www.icpimmigration.com



معصومه علی‌محمدی (بهبانی)

به همراه گروه مجرب خود ارائه‌کننده کلیه خدمات مربوط به اخذ مجوز اقامت دائم و یا موقت کانادا در زمینه کلیه برنامه‌های مهاجرتی فدرال و استانی از طریق سرمایه‌گذاری، تخصصی، کارآفرینی، خویشاوندی، دانشجویی، ... و همچنین تایید رسمی مدارک، تهیه دعوتنامه و تهیه سوگندنامه می‌باشد.

حجت مشاوره و تعیین وقت قبلی با دفتر ما در مونترال تماس حاصل فرمایند.

رضایت شما پشتوانه نام و اعتبار ماست.

Cell: (514) 778-9011
Tel: (514) 289-9044
Fax: (514) 289-9022
Address: 1117 Ste. Catherine West,
Suite 511, Montreal, QC. H3B 1H9
Email: info@icpimmigration.com

Toll free from Iran:
(021) 880-66901 ext. 4000
Toll free from North America:
1-866-289-9011



تقویم رخدادهای جامعه افغان و ایرانی در مونترال

از پنجشنبه ۲ آذر ۱۳۹۱ / ۲۲ نوامبر ۲۰۱۲

برای درج برنامه‌های خود در «تقویم هفته» اطلاعات مربوطه را به آدرس montreal@hafteh.ca ای میل کنید

یکشنبه ۲ دسامبر
نمایش فیلم کوتاه SOMNIUM فستیوال فیلم/نیما اهتمام
19:00 Sun.Dec.02.2012 335 boul. De Maisonneuve Est
یکشنبه ۲ دسامبر
سخنرانی درباره ایران تریبونال انجمن زنان ایرانی / شیرین مهربد
11:00 Sun.Dec.02.2012 8043 St.Hubert
سه شنبه ۴ دسامبر
جلسه همدلان فرهنگسرای سینا
18:00 Tue.Dec.04.2012 6528 St-Jacques W
شنبه ۲۲ دسامبر
صیغه در کوچه پیوند / هادی خرسندی
Sat Dec.22.2012 20:00 Concordia University
جمعه ۲۸ دسامبر
کنسرت مرتضوی / سپیده / منصور فیرست آرت FIRST ART
Fri Dec.28.2012 Palais Des Congres

پنجشنبه ۲۹ نوامبر
گردهم‌آیی مادران صلح انجمن زنان ایرانی مونترال
Thu.Nov.29.2012 Universités UQAM
پنجشنبه ۲۹ نوامبر
نمایش دو فیلم از پانتا بهرامی انجمن زنان ایرانی مونترال
18:00 Thu.Nov.29.2012 405 Ste-Catherine E
پنجشنبه ۲۹ نوامبر
نمایش فیلم کوتاه SOMNIUM فستیوال فیلم/نیما اهتمام
17:00 Thu.Nov.29.2012 335 boul. De Maisonneuve Est
جمعه ۳۰ نوامبر
مهمانی سالانه کانون مهندسان و آرشیتکتهای ایرانی
19:00 Fri.Nov.30.2012 2450 Rue Workman
شنبه ۱ دسامبر
کنسرت مازیار فلاحی پر اسپولیس انترتین منت
Sat-Dec.01.2012 7141 Sherbrooke W
یکشنبه ۲ دسامبر
کنسرت شجریان و بیداردان پورناظری سوسامدیا و آریا اینترتین منت
20:00 Sun.Dec.02.2012 Olympia /1104-St-Catherine E
یکشنبه ۲ دسامبر
جلسه ماهانه انجمن زنان انجمن زنان ایرانی مونترال
10:30 Sun.Dec.02.2012 8043 St.Hubert

جمعه ۲۳ نوامبر
کنسرت موسیقی محلی ایران هفته / گروه سرو
19:00 Fri.Nov.23.2012 4239-rue-Drolet
شنبه ۲۴ نوامبر
بزرگداشت یادایران کتابخانه‌نیما
17:00 Sat.Nov.24.2012 5206 Decarie#3
یکشنبه ۲۵ نوامبر
روز جهانی مبارزه با خشونت انجمن زنان ایرانی مونترال
Sun.Nov.25.2012 Universite Montreal
یکشنبه ۲۵ نوامبر
مراسم روز عاشورا موسسه خوبی / باقری تهرانی
10:00 Sun.Nov.25.2012 7085 Cote-des-Neige
یکشنبه ۲۵ نوامبر
مراسم روز عاشورا مرکز فرهنگی نور
10:00 Sun.Nov.25.2012 290 Decarie
یکشنبه ۲۵ نوامبر
بررسی اجمالی تقویم‌ها دوستداران فرهنگ و ادب/ع. شادپور
16:00 Sun.Nov.25.2012 1610 Ste-Catherine W R:B055
چهارشنبه ۲۸ نوامبر
علم و دموکراسی مکیک / مهدی نسری
19:00 Wed.Nov.28.2012 4438 De la Roche





Westmount
 ۱۰۴۲ سولس پونتس / آنورین ایلند
 ۱۰۴۲ سولس پونتس / آنورین ایلند
 در نزدیکی تکی کنگلت شهری

\$1,349,000



Cote St-Luc
 واحد کنونی ساختمان آپارتمانی /
 ۲ خوابه / ۱۰۱۱ سولس پونتس /
 چشم انداز پورتلاین / آنورین ایلند

\$ 299,000

فروش یا اجاره

مشاور املاک مستقلی و تجاری
 مریم خانی
Maryam Khaleghi
 Real Estate Broker
514.983.5415




حمید صدیق کاغذچی
Hamid Sedigh Kaghazchi
 Real Estate Broker
514.928.5415

1361, avenue Greene
 Westmount (Qc) H3Z 2A5
 T 514.935.3337
 F 514.935.3303
 www.profusionimmo.ca
 mkhaleghi@profusionimmo.ca
 hsedigh@profusionimmo.ca

ASSOCIATE REALTOR
CHRISTIE'S
 INTERNATIONAL REAL ESTATE

Member of the
LUXURY
 REAL ESTATE



ساعت‌های ۵ و ۷ عصر به نمایش در خواهد آمد.

بنا به توضیحات بروشورهای مربوط به این اثر هنری، ماجرای فیلم یک رویا است که برای مردم دنیا به صورت اسطوره در آمده است. این فیلم انیمیشن افراد را به سفری در اعماق زندگی می‌فرستد. این فیلم نامزدی ۷ جشنواره بین‌المللی را از آن خود کرده است. این فیلم کوتاه به همراه فیلم‌های دیگر در فستیوال سینماتیکا به نمایش در خواهد آمد. فیلم کوتاه نیمه‌اهتمام در دو روز ۲۹ نوامبر ساعت ۵ بعد از ظهر و ۲ دسامبر ساعت ۷ عصر به اکران عمومی در خواهد آمد.

علاقه‌مندان می‌توانند این فیلم را در آدرس ساختمان شماره ۳۳۵ واقع در مزونوف شرقی به تماشا بنشینند.

نمایش فیلم کوتاه SOMNIUM

روزهای ۲۹ نوامبر و ۲ دسامبر فیلم کوتاه و انیمیشن از نیما اهتمام در سینماتیکا مونترال در

نمایش فیلم کوتاه SOMNIUM

روزهای ۲۹ نوامبر و ۲ دسامبر فیلم کوتاه و انیمیشن از نیما اهتمام در سینماتیکا مونترال در

نمایش فیلم کوتاه SOMNIUM

روزهای ۲۹ نوامبر و ۲ دسامبر فیلم کوتاه و انیمیشن از نیما اهتمام در سینماتیکا مونترال در

نمایش فیلم کوتاه SOMNIUM

روزهای ۲۹ نوامبر و ۲ دسامبر فیلم کوتاه و انیمیشن از نیما اهتمام در سینماتیکا مونترال در

نمایش فیلم کوتاه SOMNIUM

روزهای ۲۹ نوامبر و ۲ دسامبر فیلم کوتاه و انیمیشن از نیما اهتمام در سینماتیکا مونترال در

نمایش فیلم کوتاه SOMNIUM

روزهای ۲۹ نوامبر و ۲ دسامبر فیلم کوتاه و انیمیشن از نیما اهتمام در سینماتیکا مونترال در

نمایش فیلم کوتاه SOMNIUM

روزهای ۲۹ نوامبر و ۲ دسامبر فیلم کوتاه و انیمیشن از نیما اهتمام در سینماتیکا مونترال در

نمایش فیلم کوتاه SOMNIUM

با عنوان علم و دموکراسی که در دو چهارشنبه گذشته برگزار شد، آخرین نشست این سری را چهارشنبه آینده ۲۸ نوامبر ساعت ۷ بعدازظهر برپا خواهد کرد.

نیلوفرصد از مسئولان گالری مکیک در این باره به هفته گفت: در این جلسه مهدی نسرين محقق و استاديار موسسه ی پژوهشی حکمت و فلسفه‌ی ایران، در چهارشنبه‌های سه هفته پیاپی، به بررسی رابطه علم و دموکراسی در یک سیر تاریخی در جوامع دموکراتیک می‌پردازد.

موضوعاتی چون: در قرن بیست و یکم، تصمیم‌گیری درباره ی علم، در جوامع دموکراتیک چگونه باید صورت پذیرد؟ - علم جدید چه نقشی در استوار کردن پایه‌های دموکراتیک یک جامعه می‌تواند ایفا کند؟

دو جلسه قبلی روزهای ۱۴ و ۲۱ نوامبر ساعت ۷ بعدازظهر برگزار شده بود. ورودی این جلسه ۱۰ دلار است.

روزهای ۲۹ نوامبر و ۲ دسامبر فیلم کوتاه و انیمیشن از نیما اهتمام در سینماتیکا مونترال در

نمایش فیلم کوتاه SOMNIUM

روزهای ۲۹ نوامبر و ۲ دسامبر فیلم کوتاه و انیمیشن از نیما اهتمام در سینماتیکا مونترال در

نمایش فیلم کوتاه SOMNIUM

روزهای ۲۹ نوامبر و ۲ دسامبر فیلم کوتاه و انیمیشن از نیما اهتمام در سینماتیکا مونترال در

نمایش فیلم کوتاه SOMNIUM

روزهای ۲۹ نوامبر و ۲ دسامبر فیلم کوتاه و انیمیشن از نیما اهتمام در سینماتیکا مونترال در

نمایش فیلم کوتاه SOMNIUM

روزهای ۲۹ نوامبر و ۲ دسامبر فیلم کوتاه و انیمیشن از نیما اهتمام در سینماتیکا مونترال در

نمایش فیلم کوتاه SOMNIUM

روزهای ۲۹ نوامبر و ۲ دسامبر فیلم کوتاه و انیمیشن از نیما اهتمام در سینماتیکا مونترال در

نمایش فیلم کوتاه SOMNIUM

روزهای ۲۹ نوامبر و ۲ دسامبر فیلم کوتاه و انیمیشن از نیما اهتمام در سینماتیکا مونترال در

نمایش فیلم کوتاه SOMNIUM

روزهای ۲۹ نوامبر و ۲ دسامبر فیلم کوتاه و انیمیشن از نیما اهتمام در سینماتیکا مونترال در

نمایش فیلم کوتاه SOMNIUM

روزهای ۲۹ نوامبر و ۲ دسامبر فیلم کوتاه و انیمیشن از نیما اهتمام در سینماتیکا مونترال در

بزرگداشت یاد یاران در کتابخانه نیما

بنیاد فرهنگی و کتابخانه نیما در برنامه‌های ماه نوامبر خود طبق روال سال‌های قبل بزرگداشتی با عنوان یادیاران تدارک دیده که آن را در روز ۲۴ نوامبر ساعت ۵ بعدازظهر برگزار خواهد کرد.

مسعودعزازاده یکی از مسئولان کتابخانه نیما در این خصوص به هفته گفت: این برنامه هرسال و با هدف یادبود عزیزان و دوستانی است که با کتابخانه و مرکز فرهنگی همکاری داشته اند. در این مراسم از رفعت دانش، مصی اسکندری، سرهنگ محمد انصاری، افشین صبری و فریدون صبوری یاد خواهد شد. این برنامه در کتابخانه نیما به آدرس واحد شماره ۳ ساختمان شماره ۵۲۰۶ در خیابان Decarie برپا خواهد شد.

روزهای ۲۹ نوامبر و ۲ دسامبر فیلم کوتاه و انیمیشن از نیما اهتمام در سینماتیکا مونترال در

نمایش فیلم کوتاه SOMNIUM

روزهای ۲۹ نوامبر و ۲ دسامبر فیلم کوتاه و انیمیشن از نیما اهتمام در سینماتیکا مونترال در

نمایش فیلم کوتاه SOMNIUM

روزهای ۲۹ نوامبر و ۲ دسامبر فیلم کوتاه و انیمیشن از نیما اهتمام در سینماتیکا مونترال در

نمایش فیلم کوتاه SOMNIUM

روزهای ۲۹ نوامبر و ۲ دسامبر فیلم کوتاه و انیمیشن از نیما اهتمام در سینماتیکا مونترال در

نمایش فیلم کوتاه SOMNIUM

روزهای ۲۹ نوامبر و ۲ دسامبر فیلم کوتاه و انیمیشن از نیما اهتمام در سینماتیکا مونترال در

نمایش فیلم کوتاه SOMNIUM

روزهای ۲۹ نوامبر و ۲ دسامبر فیلم کوتاه و انیمیشن از نیما اهتمام در سینماتیکا مونترال در

نمایش فیلم کوتاه SOMNIUM

روزهای ۲۹ نوامبر و ۲ دسامبر فیلم کوتاه و انیمیشن از نیما اهتمام در سینماتیکا مونترال در

نمایش فیلم کوتاه SOMNIUM

روزهای ۲۹ نوامبر و ۲ دسامبر فیلم کوتاه و انیمیشن از نیما اهتمام در سینماتیکا مونترال در

نمایش فیلم کوتاه SOMNIUM

روزهای ۲۹ نوامبر و ۲ دسامبر فیلم کوتاه و انیمیشن از نیما اهتمام در سینماتیکا مونترال در



در میک: بررسی علم و دموکراسی

گالری میک به دنبال برپایی دو جلسه



مهمین شفيعی هنرمند خوش ذوق ایرانی با دایر کردن نمایشگاهی از فرش، گلیم ایرانی به همراه نقاشی و سرامیک علاقه‌مندان را از تاریخ ۱۵ تا ۲۰ نوامبر دعوت به تماشای این مجموعه کرده است.

مهمین شفيعی با اعلام این خبر به هفته گفت: در این نمایشگاه من مجموعه‌ای جدید از گلیم و فرش ایرانی را به نمایش گذاشتم این در حالی است که آثاری از نقاشی‌ها و سرامیک‌های دو هنرمند کانادایی نیز در کنار این نمایشگاه وجود دارد. علاقه‌مندان برای دیدن این نمایشگاه می‌توانند از ساعت یک تا ۶ عصر با هماهنگی و تماس تلفنی قبلی با شماره ۵۱۴۶۸۶۷۴۴۶ به دیدن نمایشگاه بیايد.

در ضمن با اطلاع قبلی من می‌توانم از دوستداران هنر ایران با شیرینی و چای به سبک ایرانی پذیرایی کنم.

این جلسه در آدرس همیشهی انجمن زنان ایرانی مونترال ۸۰۴۳ St Hubert برپا خواهد شد.

انجمن زنان:

سخنرانی یکی از شرکت‌کنندگان در محاکمه نمادین حاکمان ایران

روز یکشنبه ۲ دسامبر ساعت ۱۱ صبح انجمن زنان ایرانی مونترال میزبان شیرین مهربد یکی از شرکت‌کنندگان در محاکمه نمادین ایران در دادگاه لاهه است.

این جلسه به بررسی محاکمه نمادین رژیم ایران به جرم جنایت علیه بشریت از زبان این شرکت‌کننده خواهد پرداخت. این دادگاه در دو سری جلسات به صورت نمادین برگزار شد و نهایتاً دادگاه لاهه ایران را در اتهام «جنایت علیه بشریت» مجرم شناخت.

جشن سالانه کانون مهندسان و آرشیوتکتهای ایرانی

شامگاه ۳۰ نوامبر ۲۰۱۲ کانون مهندسان



جزییاتی دیگر از کنسرت سه هنرمند لوس آنجلسی

سه خواننده مشهور لس آنجلسی بیژن، سپیده و منصور در روز جمعه ۲۸ دسامبر در سالن Palais Des Congres de Montreal به اجرای برنامه خواهند پرداخت. این کنسرت بزرگ از سوی گروه پرودلی حمایت می‌شود. علاقه‌مندان برای تهیه بلیط می‌توانند به تیش دیجیتال و فروشگاه پروتینی سن‌لوران در شربروک غربی در مونترال مراجعه کنند. محل کنسرت ۱۵۹ St-Antoine West برپا خواهد شد.

این سه خواننده سال‌هاست که در عرصه موسیقی پاپ فعالیت می‌کنند و طرفداران ایرانی خود را در سراسر دنیا دارند.

اخبار برنامه‌ها و انجمن‌های دینی از ۲۲ نوامبر ۲۰۱۲

صدای «یا حسین» در راهپیمایی عاشورای شیعیان مونترال

به مناسبت عزاداری‌های ماه محرم روز یکشنبه ۱۸ نوامبر ۲۰۱۲ از طرف شیعیان ساکن مونترال راهپیمایی

بهرروز آقاباخانی مشاور رسمی وام مسکن



IMERIS

Agence hypothécaire

Tel.: (514) 606.5626
behrooz@babakhani.ca

www.imeris.ca

- وام برای افراد خوداشتغال
- وام مسکن برای تازه واردین به کانادا
- تمديد و تجديد وام با پايين ترين نرخ موجود

VOYAGES SKY LAWN TRAVEL
آژانس مسافرتی اسکای لان
 بهترین نرخ های بلیط به ایران و از ایران به سایر نقاط جهان

www.skylawn.net
 Tel: 514-388-1588
 Fax: 514-388-2815

یاسمین
 Cell: 514-594-0344
 yasmeentali@yahoo.ca

شادی
 Cell: 514-660-7135
 shadim.sky@gmail.com

433 Chabanel Ouest,
 Suite 111
 Montréal, P.Q. Canada
 H2N 2J3



ترتیب داده شده بود. این راهپیمائی که همانند مراسم مرسوم در ایران همراه با علم ها و نوشته ها و نشان های روز عاشورا بود، در ساعت ۲ از «میدان کانادا» شروع شده و پس از طی خیابان مزونف در ساعت ۴ بعد از ظهر در تقاطع خیابان Atwater خاتمه پیدا کرد. در این راهپیمائی قریب ۵۰۰ نفر از ملیت های مختلف شیعه ساکن مونترال شامل ایرانی ها، عراقی ها، لبنانی ها، سوری ها، عده ای از جزایر آنتیل، هند و کشورهای آفریقائی شرکت داشتند. این عده در دو دسته کاملاً جداگانه آقایان در جلو و خانم های کاملاً محجبه در عقب در حرکت بودند در حالی که بلندگوهائی مرتباً از حادثه کربلا و از امام حسین صحبت می کرد. طبق اظهارات یکی از شرکت کنندگان، این راهپیمائی چند سالی است که در دو نوبت عاشورا و اربعین در مونترال انجام می شود. این خانم عزادار می گوید: «هدف از این راهپیمائی ها شناساندن شخصیت امام حسین، فلسفه قیام وی و به نمایش گذاشتن یکپارچگی دنیای اسلام است.»

برنامه ویژه روز عاشورا در مونترال

مرکز نور طی ای میلی اعلام کرد: مرکز فرهنگی نور روز ۲۵ نوامبر که مصادف با ۱۰ عاشورا است از ساعت ۱۰ صبح در مراسم ویژه ای را برگزار می کند. در این برنامه دکتر محمد فنایی اشکوری که دارای دکترای فلسفه غرب از دانشگاه مک گیل و استاد دانشگاه است به ایراد سخنرانی خواهد پرداخت و بعد از آن نیز مراسم ویژه ظهر عاشورا برپا خواهد شد. علاقه مندان می توانند برای شرکت در این برنامه به آدرس ۲۹۰ Decarie مراجعه کنند.

ظهر عاشورا در موسسه آیت الله العظمی خویی

روز ۲۵ نوامبر موسسه آیت الله خویی نیز برنامه ای برای روز عاشورا از ساعت ۱۰ صبح برپا خواهد کرد.

طبق اطلاعیه این مرکز مذهبی در این برنامه مجلس عزاداری و ماتم سرایی به همراه پذیرایی، برنامه احکام و عقاید، ویژه جوانان و نوجوانان به زبان انگلیسی برگزار خواهد شد. محل برنامه و مراسم سوگواری مراسم سوگواری ساختمان شماره ۷۰۸۵ خیابان Cote-des-Neiges است ■

Zouein Consulting

For Consultation in English : (514) 561-1525
 برای مشاوره به زبان فارسی: (۵۱۴) ۸۳۹-۶۱۶۱

For All Your Immigration Needs to Canada
www.zoueinconsulting.com

1805 Sauve West, Suite 307, Montreal, H4N 3B8

Protect yourself and your family; make sure your immigration consultant is RCIC.
 RCICs are trained, tested, insured, and regulated by ICCRC. Check our membership list at <http://secure.icrc-crcic.ca/search/en>.

بازتاب گسترده نشر فارسی «آن تابستان با مارا» در ایران

در زیر متن گزارش و گفت‌وگوی «خبرگزاری کتاب ایران» با خانم نیره توکلی آمده است که همزمان با انتشار «آن تابستان با مارا» به زبان فارسی، در تهران انجام شده است.

اثر نویسنده کانادایی متولد ایران، به ایران رسید
«آن تابستان با مارا» نوشته اختر نراقی، نویسنده کانادایی ایرانی تبار با ترجمه نیره توکلی روانه بازار کتاب ایران شد. توکلی ترجمه آثار نویسندگان با اصالت ایرانی را موجب آشنایی هموطنانمان با آن دسته از اندیشه‌های جهانی می‌داند که ریشه‌ای ایرانی دارند.

به گزارش خبرگزاری کتاب ایران (ایبنا)، «آن تابستان با مارا» رمانی است که به تازگی به قلم نیره توکلی منتشر و از سوی انتشارات «کتابسرای نشر نیک» در قفسه کتابفروشی‌ها جای گرفته است. توکلی که از مترجمان و پژوهشگران نام آشنا است، درباره ترجمه آثار نویسندگان ایرانی که به مدت بیش از ۳۰ سال در خارج از ایران زندگی کرده‌اند، دیدگاهی را ارائه کرد.

وی در گفت‌وگو با «ایبنا» توضیح داد: بسیاری از کشورهای غیر اروپایی قبل از ما نویسندگانی داشته‌اند که به زبان‌های غیر بومی و بین‌المللی

پرداخت و در کنار آن به «خانه سبز»، اثر دیگر اختر نراقی اشاره کرد که پیشتر در ایران ترجمه و به چاپ رسیده بود.

روزنامه اعتماد، روزنامه «آسیای اقتصادی»، وب سایت‌های خبری همچون «قطره» و خبرگزاری‌های ایسنا و ایبنا در کنار سایت‌های متعدد دیگر به این خبر پرداختند.

مترجم «آن تابستان با مارا» خانم نیره توکلی از مترجمان خوش‌نام ایران است و بی‌تردید نام وی در کنار اختر نراقی نویسنده نام‌آشنای کانادایی ایرانی‌تبار در استقبال نشریات از این اثر بی‌تاثیر نبوده است.

«آن تابستان با مارا» آخرین کتاب از سه‌گانه‌ای است که با «خانه سبز» آغاز و با «پرده‌های آبی» ادامه یافته بود. در این میان خانه سبز معروف‌ترین است که همچنان در بسیاری از مدارس کبک به عنوان ادبیات آموزشی در مدارس معرفی می‌شود.

دکتر اختر نراقی پس از ماه‌ها غیبت به تازگی به مونترال بازگشت. او که تابستان‌ها را در شهر زیبای گسپه به سر می‌برد، آخرین اثرش، On the train to my village را به داستانی در پیوند با مردمان همان شهر زیبای کبکی اختصاص داده بود.



رمان «آن تابستان با مارا» اثر نویسنده مونترالی، دکتر اختر نراقی، تابستان گذشته در ایران به زبان فارسی منتشر شد. ورود این رمان به بازار کتاب ایران بازتابی گسترده در مطبوعات و سایت‌های خبری ایران ایجاد کرد. نشریه‌های بسیاری انتشار ترجمه‌ی فارسی «آن تابستان با مارا» را پوشش خبری دادند.

اسدالله امرابی در نشریه فرهیختگان به این اثر

فروشگاه بزرگ مواد غذایی

تازگی، مرغوبیت و مشتری‌مداری تعهد ماست

EXO FRUITS
5192 Côte des Neiges
(Corner Queen-Mary)
Montreal, QC, H3T 1X8
Tel: 514-738-1384
Fax: 514-738-3682
www.exofruits.ca

علاوه بر مرغوب‌ترین پنیرها و تازه‌ترین میوه‌ها و سبزی‌های روز،

کشک، زرشک، باقلا پاک شده
زعفران، انواع برنج باسماتی و ...
انواع نان تازه: بربری، لواش و پیتا
و هر پنج‌شنبه: سنگک تازه شاطر عباسی

برای تهیه
غذاهای
خوشمزه ایرانی

آثاری را نوشته‌اند، ولی در ایران ما با نخستین نسل نویسندگان غیر فارسی‌نویس مواجهیم که آثاری را به زبان‌های انگلیسی یا فرانسه خلق کرده‌اند.

وی افزود: بسیاری از این نویسندگان موفقیت‌هایی را در این زمینه به دست آورده‌اند و از نگاه من این اتفاق خوبی است که نویسندگان ما ادبیات و فرهنگ ایرانی را در قالب آثار غیر فارسی به جهانیان بشناسانند؛ چرا که این کار به جهانی شدن افکاری که ریشه در ایران دارند، می‌انجامد.

دوران نوجوانی در این باره نوشته است. راوی زن این کتاب داستان آن را با دیدگاه خودش روایت می‌کند و در نهایت به نوعی دوگانگی در نسبت با این واقعه می‌رسد.

توکلی با بیان محور اصلی این داستان افزود: در این داستان به نوعی مساله آزادی زنان از آزادی‌های سیاسی جدا شده است و از نتایج مثبت جنبش‌ها فقط مردان بهره می‌گیرند. نویسنده در این اثر معتقد است که همه کشورهای غربی به الجزایر تجاوز کرده‌اند.

خودشان نمی‌خواهند، چطور می‌توانند آزادی خودشان را به دست آورند...»

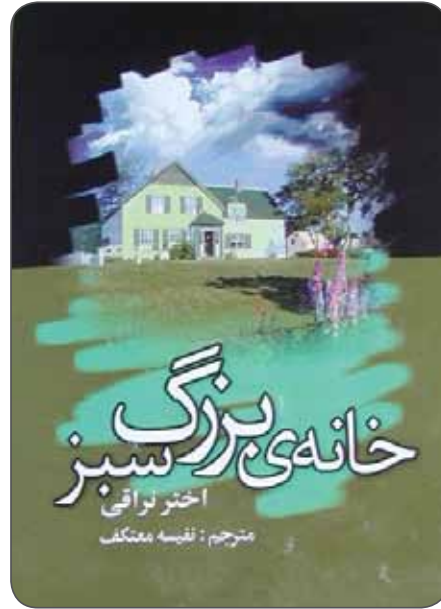
نراقی در بخشی از یادداشت خود در ابتدای این کتاب نوشته: «بسیار خوشحالم که کتاب آن تابستان با ما را به زبان مادریم و زبان زادگاهم ایران به قلم مترجم توانا دکتر نیره توکلی، به فارسی ترجمه شده است. کیفیت ترجمه و روانی آن و خلاقیت مترجم در بازآفرینی اثر به فارسی به گونه‌ای است که گویی در اصل این کتاب به همین زبان نوشته شده بوده است.»

«آن تابستان با ما را» تابستان امسال (۱۳۹۱) به شمارگان هزار و ۵۰۰ نسخه از سوی انتشارات «کتابسرای نشر نیک» منتشر شد. این کتاب ۱۴۰ صفحه و قیمت آن پنج هزار و ۳۰۰ تومان است.

اختر نراقی، شاعر نویسنده و پژوهشگر کانادایی ایرانی تبار است. او فارغ‌التحصیل مقطع دکترای ادبیات انگلیسی از دانشگاه مک‌گیل است و آثارش را به زبان انگلیسی می‌نویسد.

بیشتر رمان‌های نراقی راوی اول شخص دارند و محور اصلی آن‌ها تلاش برای ساختن خانه‌ای در محیط جدید و در زمینه‌های فرهنگی بیگانه است. از نراقی تا کنون چهار رمان منتشر شده است. نخستین رمان وی «خانه سبز» نام دارد که در سال ۱۹۹۴ منتشر و نامزد دریافت «کیواسپل هیومنک لندن» برای جایزه داستانی سال ۱۹۹۵ شد. «پرده‌های آبی» دومین و «آن تابستان با ما را» سومین رمان نراقی است.

نام آخرین رمان وی «قطاری به سوی روستای من» است که داستانی عاطفی و عاشقانه دارد. در هر چهار رمان این نویسنده راوی داستان دوره‌های مختلف زندگی‌اش را از سال‌های کودکی در ایران تا آغاز نوجوانی تا کهنسالی در کشورهای دیگر روایت کرده است. ■



در بخشی از این کتاب می‌خوانیم: «این داستان کل ملت الجزایر است که فرانسه به آن تجاوز کرده. ما این کشور را مستعمره کرده‌ایم و داریم شیره جانش را می‌مکیم... من از فرانسوی بودم شرمندم... اگر این مردان آگاهی و آزادی را برای زنان

مترجم کتاب «تاریخ اجتماعی هنر» در ادامه گفت: این مساله سبب شد که من کتابی را از نویسنده‌ای که متولد ایران است، ترجمه کنم. این کتاب سومین رمان این نویسنده است. محور اصلی این اثر زنان‌اند و موضوع آن انقلاب الجزایر است که به نوعی نویسنده مشاهدات خود را از

فیروز همتیان
مشاور املاک و مستغلات

♦ در مونتreal و South Shore
♦ مسکونی و تجاری
♦ ارزیابی رایگان-تهیه وام مسکن

Firouz hemmatian
Chartered Real Estate Broker

Cell: (514) 827-6364
Bur: (514) 364-3315
Fax: (514) 364-3649
9515 Lasalle boul. Lasalle Qc.



آتوسا تنگستانی‌فر
مشاور شما در امور وام مسکن

514-995-3041

- دریافت بهترین نرخ بهره از بانک‌های معتبر
- وام مسکن برای افراد خوداشتغال
- وام مسکن برای تازه واردان به کانادا
- کاهش نرخ بهره کنونی شما به پایین‌ترین نرخ موجود
- پرداخت بدهی‌ها از طریق ارزش افزوده‌ی مسکن

245 Victoria Ave, Suite 525 Westmount
Qc H3Z 2M6

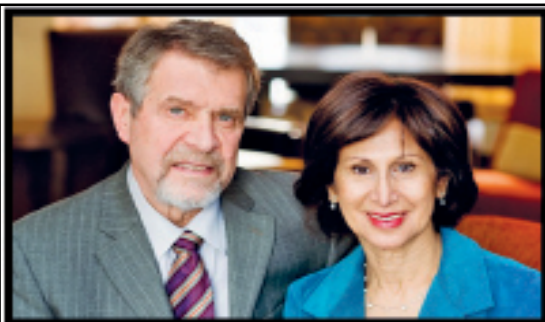
VANTAGE MORTGAGE GROUP
Atosa_ta@yahoo.com

تظاهرات در مونترال علیه حمله اسرائیل به نوار غزه

یکشنبه در پنجمین روز حمله‌های گسترده اسرائیل به غزه که تا کنون صدها کشته و زخمی برجای گذاشته بیش از دوهزار نفر در مونترال علیه این تهاجم راهپیمایی کردند. راهپیمایان از جمله شعار می‌دادند: زنده باد فلسطین / اسرائیل تروریست است، هارپر دستیار وی / و ... این تظاهرات همزمان بود با راهپیمایی‌هایی که در ده‌ها شهر دیگر جهان، از جمله در تورنتو، نیویورک، واشینگتن، لندن، برلین و ... صورت گرفت و طی آنها صدها هزار نفر مخالفت خود را با حمله اسرائیل به نوار غزه اعلام کردند.

در حالی که راکت‌های فلسطینی‌ها تا به حال سه کشته و چند مجروح در اسرائیل به بار آورده تعداد مجروحان و کشته‌شدگان نوار غزه به بیش از ۵۰۰ نفر تخمین زده می‌شود که در میان آنها چندین روزنامه‌نگار خارجی نیز به چشم می‌خورد.

گزارش تصویری زیر توسط دوربین «هفتسه» در روز یکشنبه تهیه شده است ■



Homa & Rolf Walter

هما و رلف والتر

Real Estate Broker Since 1985 Working With Royal LePage Elite

مشاور املاک مسکونی و تجاری از ۱۹۸۵

در مونترال و حومه

همراه شما در تمام مراحل خرید ملک از جستجو تا تهیه وام و محضر و قرارداد

OFFICES: BEACONSFIELD, ST CHARLES

سالها تجربه ماهر خدمت شما

514-827-1319, 514-924-7219

KIRKLAND, ST CHARLES

ROYAL LEPAGE

hwalter@royallepage.ca

WESTMOUNT, GREEN AVE.

ELITE



Marché

ALBORZ

فروشگاه البرز

Épicerie , Noix en vrac , Tapis persan (514) 692-2049 (514) 638-5100

تازه های البرز



۷ روز هفته
از ۹ صبح تا ۸ شب

6685 St. Jacques
(NDG) Montreal,
QC, H4B 1V3

جنب Cora

عمر و واندموم، اتوبوس ۹۰ به سمت وست
ایستگاه اول بعد از گاوندیش

انواع شوپنده های ایران
انواع ماکارونی های ایران
انواع حلوا ارده و شکری
دوغ گازدار
پنیر لیقوان (بلغاری)
انواع عرقیات گیاهی
انواع قوری و قندان
انواع سیخ استیل و اتیر
انواع زعفران کوب
فروش ماشینی دستیاف گونه ایران در 30 طرح جدید
انواع کتری قوری فانتزی

انواع شیرینی و آجیل تازه ایران
انواع نبات
پنوی نرمینه
دیگ مسی و دیزی سفالی
سس مایونز و کچاپ ایرانی
برنج دودی و برنج عطری
انواع گیاهان داروئی
انواع کتاب داستان مصور بچه ها
سی دی های زبان ، کامپیوتر و موسیقی
کتاب آشپزی ، قرآن ، اوستا
دیوان اشعار ، تغییر خوب ، طالع بینی و ..

- ✓ کلیه محصولات Golden Palm
- ✓ آجیل و خشکبار و شیرینی جات تازه ایران
- ✓ نان تازه، برنج، حبوبات، قندو چای
- ✓ کنسرو، رب، ترشیجات و شوربهجات
- ✓ سبزیجات خشک و اردیه جات
- ✓ مرباجات و عسل
- ✓ لوازم خانگی و انواع فرشهای ماشینی ایرانی
- ✓ و تمامی مایحتاج شما از یک فروشگاه ایرانی

شما لایق بهترینها هستید

چرا زعفران بخرید؟
در ازای هر 50 دلار خرید از محصولات Golden Palm
یک عدد زعفران یک گرمی اعلا هدیه بگیرید*

* با پرداخت های نقدی یا Debit

پنیر لیقوان (بلغاری)
ARIS 1 KG

~~11.99~~

9.99

۷ روز هفته



دکتر پرویز قدیریان در همایش «پیوند»: بگذار غذا دوا و دوا غذای تو باشد! تغذیه، راهی برای پیش‌گیری و مداوای بیماری‌ها

■ پروین زرساو

معالجه می‌کنیم. مثلاً در برنامه‌های دیدم که دو خواهر در برابر تلویزیون نشسته‌اند، دو تا ظرف ویتامین در دستشان گرفتند و آن رامی‌فروشد. کسی هم نیست جلوی آنها را بگیرد. و یا فرد دیگری را دیده‌ام، در همین کانادا، که می‌گوید قمقمه‌ای ساخته است که اگر آب در آن بریزید و از صافی مخصوصی که در آن قمقمه تعبیه شده بگذرد، آشامیدن آن آب سرطان را درمان می‌کند، کلسترول پائین می‌آورد و غیره. اگر چنین باشد پس باید در تمام دانشگاه‌ها را بست و هزاران برنامه‌ی پژوهشی را متوقف کرد؛ پژوهش‌های پزشکی که در زمینه بیماری‌ها و راه حفظ یا رسیدن به سلامتی انجام می‌شوند. و دریابان به دنبال این به اصطلاح «درمان»‌ها رفت.

در بخش اصلی گفتارم در مورد چند غذای مهم صحبت می‌کنم. مواد غذایی که به ظاهر خیلی ساده هستند اما نقش بسیار مهمی در زندگی ما دارند.

گسترش ای‌میل‌های حاوی اطلاعات نادرست

سپس دکتر قدیریان با نمایش اسلاید متن ای‌میل‌هایی که به گفته وی بی‌اساس هستند و غلط‌آموزی می‌کنند صحبت کرد: یکی از ای‌میل‌هایی که به من هم رسید و توجه‌ام را جلب کرد با این مضمون است که وقتی موز کمی بماند و یا کمی بترشد در آن ماده TNF تولید می‌شود و این ماده ضدسرطان است. در این ای‌میل موضوع با آب و تاب توضیح داده شده و به پژوهش‌های یک دانشمند ژاپنی استناد شده است. ما تحقیقی در این رابطه کردیم تا درجه درستی این نوشته را پیدا کنیم. ثمره تحقیقات این بود که بک نفر در ژاپن کاری کرده روی حیوانات و نتیجه‌ای هم نگرفته و یک مقاله خیلی

جمعه ۹ نوامبر ۲۰۱۲ سالن کتابخانه وست‌مونت در غرب مرکز شهر مونترال محل سخنرانی پروفیسور پرویز قدیریان بود. این گردهم‌آیی به همت نشریه پیوند برگزار شد و از جمله برنامه‌های موفق بود که این رسانه قدیمی ایرانیان مونترال در طول دو دهه حیات خود سازماندهی کرده است. محل دلنشین و مناسب موضوع، مخاطبانی اهل دانش و دانستن، و آمادگی تکنیکی مناسب و سرآخر سخنرانی پربار و جذاب یکی از سرشناس‌ترین دانشمندان ایرانی‌تبار کانادا، دکتر پرویز قدیریان، از برجستگی‌های کار «پیوند» بودند.

پرویز قدیریان، این استاد ارشد چند دانشگاه مونترال، کلام خود را با سپاس‌گزاری از زحمات و محبت‌های «پیوند» و دست‌اندرکاران آن، بویژه خانم و آقای رحیمیان آغاز کرد. او همچنین از دکتر راضیه رضوی که معرفی سخنران را به عهده داشت تشکر کرد. وی در آغاز کلام به زحمات‌های فرهاد فضلی، مدیر تپش دیجیتال، اشاره و از او برای دایرکردن میز فروش کتاب‌های دکتر قدیریان تشکر کرد.

سپس سخنرانی که با نمایش اسلاید همراه بود، آغاز شد.

ابتدا می‌خواهم اشاره‌ای کنم به ای‌میل‌هایی که در اینترنت در گردش است و در مورد تغذیه و سلامتی در آنها صحبت می‌شود. در شماره امروز «شهروند» تورنتو در این رابطه مطلبی نوشتم که اتفاقاً پاسخ به سولاتی در همین رابطه بود.

نکته دومی که می‌خواهم پیش از آغاز اصل گفتارم به آن اشاره‌ای داشته باشم مربوط به معالجه‌های تلفنی و تلویزیونی است. به نظر می‌آید ما ایرانیان خارج از کشور اولین ملتی هستیم که بیماری‌ها را بوسیله تلفن و تلویزیون معاینه و



ناچیزی هم در رابطه با پژوهش خود نوشته است. حالا چه کسی می‌آید و نتیجه یک آزمایش ناموفق را به عنوان یک خبر تایید شده موثق علمی منتشر می‌کند؟ به طور مطمئن نمی‌دانم اما پشت چنین شایعه‌ی بی‌اساس و به ظاهر علمی می‌توانند برخی کمپانی‌های موزفروشی باشند.



مورد چای صدها مقاله و تز نوشته شده و کارهای تحقیقاتی جدی انجام شده و خاصیت‌های آن کشف شده و درباره خواص مثبت آن بسیار نوشته شده. حالا معلوم نیست برای چه چنین اطلاعات غلطی درباره چای منتشر می‌کنند.

در ای میل دیگری یک نفر نوشته در دانشگاه جان هاپکینز تحقیقاتی صورت گرفته و به این نتیجه رسیدند که فلاں موارد باعث سرطان می‌شود. با دانشگاه جان هاپکینز تماس گرفته می‌شود؛ می‌گویند اصلا نمی‌دانند این‌ها که هستند و تاکید می‌کنند که اگر نویسنده آن ای میل را بیابند وی را مورد تعقیب حقوقی قرار داده و از وی شکایت می‌کنند.

در ای میل دیگری آمده‌است: کسی که آب سرد بخورد سرطان می‌گیرد. اگر این درست می‌بود پس صدها میلیون نفر از مردمان ساکن سرزمین‌های گرم که آب یخ می‌خورند باید سرطان بگیرند یا سرطان داشته باشند. درحالی که روشن است که چنین چیزی نیست.

به هر صورت بهتر است وقتی که در اینترنت چیزهایی می‌بینیم یا ای میلی به ما ارسال می‌شود، قبل از فرستادن آن به افراد دیگر باعقل خود یک کمی خلوت کنیم و ببینیم واقعا آیا یک چنین چیزی می‌تواند درست باشد؟

سیب‌زمینی بدون کلسترول و کلاهدرداری میلیونی

چندین سال پیش یک نفر در مونترال ادعا کرد سیب‌زمینی بدون کلسترول آورده‌است. این سیب‌زمینی به شکل قطعات بریده شده و یخ‌زده، برای تهیه سیب‌زمینی سرخ‌کرده، یا «فرنچ فرایز»، در کیسه‌های پلاستیکی ارائه می‌شد.

یادم هست در همان زمان در یک سوپرمارکت دیدم برای این سیب‌زمینی «بدون کلسترول»، به دلیل انبوه خریداران، محدودیت خرید گذاشته بودند و به هر خریدار دو یا سه بسته بیشتر نمی‌فروختند. در نتیجه کوهی از این ماده غذایی در مدت کوتاهی در مونترال فروخته شد.

واقعیت این است و همه ما می‌دانیم سیب‌زمینی غذای نشاسته‌ای است و به طور طبیعی کلسترول ندارد. فروشنده سیب‌زمینی‌های مذکور میلیون‌ها دلار به جیب زد. من در آن زمان مشاور وزارت بهداشتی کانادا بودم به آنها اطلاع دادم و درخواست کردم جلوی این تبلیغ نادرست گرفته شود.

سی حبه سیب‌پوست‌کننده و ۵ لیمو ترش

در یک ای میل نوشته شده که اگر شما ۳۰ حبه سیب‌پوست‌کننده را با ۵ لیموترش با هم بجوشانید و آن را صاف کنید و بخورید کلسترول‌تان پائین می‌آید. پی‌گیری کردیم و پیدا کردیم که خانمی در آلمان که همیوپت و متخصص زیبایی بوده یک چیزی نوشته و آن را به تحقیقات یک دانشگاه آلمانی ارجاع

داده. با آن دانشگاه تماس گرفتیم گفتند آنها چنین تحقیقی نداشته‌اند. ما می‌دانیم که لیموترش برای کاهش کلسترول بد مناسب است ولی این خانم دستور جوشانده‌ی ۳۰ حبه سیب و ۵ لیموترش را از کجا آورده خدا می‌داند.

بگذار غذا دوا و دوا غذایی تو باشد

تقریباً ۴۰ سال است که کلام معروف بقراط حکیم، «بگذار دوا غذایت باشد و غذا دوایت!»، شعار من شده است. معتقدم اگر ما بتوانیم به شکل سالمی خود را تغذیه کنیم، در عمل با شیوه‌ای کاملاً طبیعی از ابتلا به بیماری‌ها مختلف پیشگیری می‌کنیم و این خیلی بهتر است، تا بروز بیماری را با رژیم غذایی ناسالم ممکن کنیم و بعد با استفاده از داروها درمان شویم.

امروز ما می‌دانیم که طب سنتی و گیاه درمانی در آینده به جایی خواهد رسید که بشر می‌تواند با استفاده از بذر، گل، میوه و ریشه‌ی گیاهان بسیاری از بیماری‌ها را پیشگیری و یا درمان کند. ولی هنوز خیلی وقت لازم است تا به آن نقطه برسیم. به گمان من برای رسیدن به آن مرحله از تکامل اجتماعی شاید ۲۰۰ تا ۲۵۰ سال وقت لازم داشته باشیم. به نظر من در حال حاضر اگر شما بیائید گوشت‌ها و لبنیات را کاملاً حذف کنید در بیمارستان‌ها و مراکز مختلف پزشکی گرفتاری‌های بزرگی پیش می‌آید. به این ترتیب هنوز باید علم پیشرفت زیادی کند تا بتوان آهسته آهسته از این مواد غذایی عبور کرد.

غذا درمانی در برابر شیمی درمانی

حالا چرا ما می‌گوئیم غذا درمانی بهتر است از شیمی درمانی؟ (شیمی درمانی به معنی استفاده از داروهای شیمیایی برای درمان است). دلائل مختلفی می‌توان برای این پیشنهاد برشمرد. از دلائل اقتصادی تا دلائل مستقیم مربوط به سلامتی و همچنین افزایش کیفیت زندگی و غیره. مثلاً یک دلیل ساده این است که غذا درمانی ارزان‌تر از



«شیمی درمانی» است.

دیگر اینکه غذا درمانی عوارض جانبی ندارد. و همچنین از غذا درمانی شخص می‌تواند لذت ببرد و شیمی درمانی یقیناً با لذت همراه نیست. اگر فرد به یکی از غذاهائی که می‌خورد، علاقه

و وزن کاهش پیدا می‌کند. دارچین تاثیر بی‌حسی موضعی دارد. در قدیم هنگام دندان‌کشیدن برای کاهش درد از عصاره دارچین استفاده می‌کردند. این ادویه معروف و ارزان قیمت رقیق‌کننده خون است در نتیجه کسی که خونش غلیظ است باید آن را استفاده کند ولی افراد با خون رقیق باید از آن دوری کنند. این معطرکننده شیرینی‌ها و غذاهای شیرین از سکت‌های قلبی و مغزی جلوگیری می‌کند و هضم و جذب غذا را سرعت می‌بخشد. دارچین حاوی املاح و ویتامین‌های بسیار است. نیاسین یا ویتامین B3، یکی از آنهاست. نیاسین که در کارخانه‌های داروسازی تولید می‌شود در داروخانه‌ها با قیمت نسبتاً بالایی برای پائین آوردن کلسترول خون به فروش می‌رسد. البته می‌دانیم که این ماده برای بعضی از افراد هات فلش می‌دهد. یعنی باید به اینکه آیا مصرف‌کننده نسبت به این ماده آلرژی دارد یا نه دقت کرد. دارچین کلسترول و فشار خون را پائین می‌آورد. برای سرماخوردگی خوب است. اگر خام مصرف شود یک مقدار التهاب در گلو به وجود می‌آورد که در بعضی افراد مانع بلع غذا می‌شود. آنها باید مواظب باشند و آن را خام مصرف نکنند.

پیاز خوب است اما پیاز قرمز ۲۰ برابر بهتر است

خاصیت‌های پیاز قرمز ۲۰ برابر پیاز سفید است. امروز می‌دانیم هر چه پیاز تندتر و تیزتر باشد خواص آن بیشتر است. در ضمن بیشتر ویتامین‌ها و خواص پیاز در لایه‌های خارجی آن است. اصولاً در مورد همه سبزی‌ها و میوه‌ها همین‌طور است. یعنی مواد موثر آنها در خارجی‌ترین لایه‌هایشان متمرکز می‌شود. دلیل طبیعی این امر این است که گیاه می‌خواهد



خودش را در برابر تاثیرات مخرب محیط حفاظت کند. پیاز ضدباکتری و ضدقارچ است. آنتی‌اکسیدان قوی‌ای بنام آنتوسیانین دارد که برای درمان سرطان از آن استفاده می‌کنند. رقیق‌کننده خون است. یکی از مهمترین خاصیت‌های پیاز در ماده‌ای است

متابولیسم را بالا می‌برد. دانشمندان دریافته‌اند در هندوستان که مردم زردچوبه خیلی مصرف می‌کنند، خیلی کم آلزایمر و پارکینسون وجود دارد. زردچوبه ماده‌ای دارد که از آلزایمر پیشگیری می‌کند، یعنی عملاً جلوی پیری زودرس را می‌گیرد.

این ادویه ساده تسکین‌دهنده دردهای موضعی است. می‌دانیم که در طب سنتی زردچوبه را با یک مقدار چربی حیوانی یا با خرما مخلوط می‌کردند و می‌بستند به عضو یا قسمتی از بدن که درد داشته، مثلاً مفاصل و زانو. به این ترتیب درد آن قسمت را تسکین می‌دادند. طب مدرن آمده دیده در زردچوبه ماده‌ای وجود دارد که مسکن و همچنین ضد التهاب است.

دیگر اینکه زردچوبه روی سرطان پوست و سرطان روده کار شده و نتایج خیلی خوبی داده است. در نتیجه تحقیق‌ها امروز می‌دانیم افرادی که زردچوبه مصرف می‌کنند به طور کلی خیلی کمتر دچار بعضی سرطان‌ها می‌شوند.

اما فواید شناخته‌شده‌ی زردچوبه به اینجا هم ختم نمی‌شود. این ادویه ارزان و به ظاهر پیش‌پا افتاده ضد آمیلوئید Amyloid است. این یک بیماری است که طی آن سلول‌های ارگان مبتلا به آن، به هم می‌چسبند. به عنوان مثال وقتی که قلب دچار این عارضه می‌شود ماهیچه‌ی قلب دیگر نمی‌تواند کار خود را انجام دهد. اما زردچوبه جلوی شکل‌گیری آمیلوئید را می‌گیرد.

تحقیق‌های دیگر نشان می‌دهند که زردچوبه ضدافسردگی و همچنین ضد عوامل عفونت‌زاست. در گذشته وقتی می‌خواستند گوشت را نگه دارند به آن مقداری زردچوبه یا پودر دارچین می‌زدند و می‌دانستند که این از فاسدشدن گوشت جلوگیری می‌کند. شما هم اگر می‌خواهید گوشت را در فریزر نگه دارید به آن زردچوبه بزنید اثر آن را ببینید.

دارچین، دربرگیرنده‌ی مجموعه‌ای بی‌نظیر از خاصیت‌های حیاتی

دانشمندان استرالیایی خیلی روی دارچین کار کرده‌اند. پژوهش‌های آنها نشان می‌دهد که دارچین در رابطه با پایین آوردن قند خون تا آن حد موثر عمل می‌کند که هیچ دارویی به پای آن نمی‌رسد. دلیل این است که دارچین متابولیسم بدن را بالا می‌برد که در نتیجه آن چربی را و قند را می‌سوزند



ندارد، می‌تواند آن را جایگزین کند. گاه وقتی که از غذا درمانی صحبت می‌شود ما انتظار داریم درباره مواد خاص صحبت شود اما در اینجا من می‌خواهم به چند ماده غذایی که به ظاهر خیلی بی‌اهمیت هستند اشاره کنم و خواص پیشگیری‌کننده و درمانی آن را توضیح دهم. شما خواهید دید که تاثیر این مواد «بی‌اهمیت» در افزایش سطح سلامت ما چقدر مهم است و چه نقش مهمی می‌توانند بازی کنند.

باید توجه داشته باشید نکاتی که امشب توضیح داده می‌شود در نتیجه پژوهش‌های علمی با روش‌های مدرن به‌دست آمده. از علم سنتی گرفته شده اما به صورت مدرن بر روی آنها تحقیق شده. هیچ نکته‌ای نیست که بگوئید عمه، خاله یا عمویم گفت. همه بر اساس مدرک است. مدارکی که بر اساس آزمایش روی صدها و هزاران نفر به‌دست آمده و می‌دانیم که روی طیف وسیعی از انسان‌ها جواب داده است.

معجزه‌های به نام زردچوبه

زردچوبه ادویه‌ای است خوش رنگ، با عطر مناسب و ویتامین‌های بسیار. از مواد موجود در آن زیاد اسم نمی‌برم فقط می‌گویم که این ادویه منبعی سرشار از پتاسیم و کلسیم است.

کسی که فشار خون دارد اگر روزی نصف قاشق چای‌خوری زردچوبه مصرف کند فشارش پائین می‌آید. زردچوبه کبد صدمه دیده را ترمیم می‌کند. حدود دو ماه پیش یک مقاله چاپ شد. دانشمندان



دانشگاه هاروارد در نتیجه آزمایش‌های خود متوجه شدند کسانی که کبدشان دچار مشکل شده زردچوبه می‌تواند سلول‌های ناسالم را در کبد آنها ترمیم کند. این درحالی‌ست که در دنیای علم مدرن هیچ دارویی نداریم که صدمات سلولی کبد را بتواند برگرداند. ما الآن بیماران بسیاری با کبد چرب داریم. کبد این بیماران نمی‌تواند کارش را درست انجام دهد. در نتیجه این ارگان در آنها از کار می‌افتد. اما امروز می‌دانیم زردچوبه دوست بسیار خوب بیماران دارای کبد چرب است.

دیگر اینکه زردچوبه قند خون را پایین می‌آورد چون

که سبب بوی آن می‌شود. پس اگر خاصیت پیاز را می‌خواهید باید آن را با بویش پذیرا بشوید. وقتی که با غذا پیاز خورده می‌شود کلسیم غذا بهتر جذب می‌شود. پیاز کرمیوم دارد که قند خون را پایین می‌آورد. بهترین دارو برای ناهنجاری‌های ریوی است. برای درمان آسم در مراکز پزشکی دنیا از پیاز استفاده می‌کنند. داروی بی‌خوابی و بدخوابی است برعکس آنکه بعضی می‌گویند پیاز که می‌خوریم نمی‌توانیم بخوابیم. شاید زیاد خوردن آن نفخ بیاورد. پیاز وزن بدن را کاهش داده کلسترول را پایین می‌آورد. از بی‌بوست جلوگیری می‌کند. کسی که به عارضه خشک‌چشمی دچار است و غده‌های اشک وی به اندازه کافی فعال نیست باید پیاز بخورد. بهترین غذا برای سم‌زدایی بدن است. برای درمان سرطان روده بزرگ در مراکز بزرگ دنیا از آن استفاده می‌کنند. مقدار زیادی کلسیم و پتاسیم دارد که باعث پایین آوردن فشارخون می‌شود.

سیر بی‌بو، سیر بی‌خاصیت است
عمده‌ترین خاصیت‌های سیر در بوی آن است. ژاپنی‌ها با تلاش فراوان سیر بدون بو به بازار آوردند و دیدند که با حذف بو تمام خاصیت‌های



سیر را از آن گرفتند. بوی سیر بخاطر ماده‌ای به نام آلیسین است و همین ماده است که خاصیت‌های اصلی سیر را در بر می‌گیرد. سیر رقیق‌کننده خون و ضد عوامل عفونت‌زاست. می‌گویند در جنگ دوم جهانی اگر سیر نبود کشت و کشتار سربازان خیلی بیشتر بود. با خوردن سیر و مالیدن آن روی زخم‌ها آنرا ضد عفونی کرده و التیام می‌دادند. در کسی که دچار سفتی عروق و مشکل گردش خون است، سیر باعث انعطاف بیشتر عروق می‌شود. این امر از سکتة جلوگیری می‌کند. سیر همچنین تقویت‌کننده آنزیم‌های کبد است. در چین مطالعه زیادی شده در رابطه با مصرف سیر و سرطان معده و مقالات زیادی چاپ شده. اینجا هم در رابطه با تاثیر سیر روی درد مفاصل و کاهش التهاب و درد در مفصل‌ها تحقیق شده. امروز می‌دانیم برای سرماخوردگی و همچنین برای عفونت‌های جلدی سیر می‌تواند خیلی مفید باشد.

مهمتر از همه سیر تقویت‌کننده سیستم ایمنی است. منبع انواع املاح و مخصوصا سلنیوم است. سلنیوم یک آنتی‌اکسیدان خیلی قوی است. قند خون و نیز فشارخون را پایین می‌آورد و بهترین غذا برای سم‌زدایی بدن است. دوست دستگاه تنفسی است و تاثیری شگفت‌آور روی سینه پهلو دارد. بخصوص وقتی که ما در بیمارستان‌ها بیمار سرطانی را تحت شیمی‌درمانی قرار می‌دهیم به رژیم غذایی او سیر اضافه می‌کنیم. این سیر عوارض جانبی داروهای شیمیایی را یک مقدار کاهش می‌دهد. البته هر نوع داروی شیمیایی که مصرف کنید افزودن سیر به غذای‌تان عوارض جانبی داروی شیمیایی را کاهش خواهد داد. سیر حاوی ۷۰ نوع فتو کمیکال است. برای کولیت روده داروی خوبی است به‌عکس آنکه بعضی فکر می‌کنند خوب نیست. اگر سیر را له کنید یا خرد کنید و مصرف بی‌اندازه برای پیشگیری سرطان خوبست در صورتی که خوردن سیر نجویده و یا خرنشده فایده‌ی زیادی ندارد. وقتی که سیر کوبیده یا له می‌شود ترکیباتش با هم ماده دیگری تولید می‌کند. بوی سیر را تحمل کردن هم خیلی بهتر از بیماری‌هاییست که ما به آن مبتلا می‌شویم. بوی سیر را هم به هیچ‌وجه نمی‌شود با خوردن چیزی از بین برد چون سولفور و آلیسین که مواد مولد بو هستند به همراه گردش خون به ریه‌ها وارد می‌شوند و هنگام تنفس بوی آن به مشام می‌رسد. بنابراین بوی سیر ربطی به دهان و معده ندارد. مخصوصا سیر تازه.

تاریخ ۲۵۰۰ ساله یونانی‌ها با سرکه سیب

سرکه سیب را ما ایرانی‌ها خیلی کم می‌شناسیم. یونانی‌ها از ۵۰۰ سال پیش از میلاد با خاصیت‌های آن آشنا هستند. سرکه سیب که عنوان انگلیسی آن Apple Cider Vinegar است یک انقلاب واقعی در تغذیه بوجود آورده که چیز عجیبی است.



سرکه‌ی سیب بهترین داروی سم‌زدایی بدن است که از کبد سم‌زدایی می‌کند. اگر غذایی ناسالم خورده‌باشیم سرکه سیب می‌تواند با سم‌زدایی

اثرات آن را بکاهد. این ماده غذایی متابولیسم بدن را بالا می‌برد و نمی‌گذارد چربی در بدن جمع شود. کلسترول و قند را می‌سوزاند و نمی‌گذارد قند و چربی در بدن ذخیره شود. وزن را پایین می‌آورد. اگر صبح که از خواب بلند می‌شوید احساس خستگی می‌کنید کافی‌ست شب قبل از خواب یکی دو فاشق سرکه سیب را در کمی آب مخلوط کنید و بیاشامید این احساس از بین می‌رود. سرکه سیب برای درمان آلرژی استفاده می‌شود. برای از بین بردن لکه‌های پوست، درد مفاصل را درمان می‌کند. حاوی انواع ویتامین‌هاست و سرکه سیب تصفیه نشده در کبک زیاد است. ولی زیاده‌روی کردن در آن هم خوب نیست چون سبب بروز سرطان مری می‌شود.

چای سبز: از تقویت حافظه تا تسکین بیمار مبتلا به زونا

چای سبز چربی‌ها را می‌سوزاند و برای وزن کم کردن بسیار مفید است. روزی یک کپسول ۵۰۰ میلی‌گرمی عصاره چای سبز موجب کاهش وزن می‌شود.



تقویت‌کننده حافظه است. می‌بینیم که چینی‌ها و ژاپنی‌ها که چای سبز زیاد می‌خورند خیلی کم دچار آلزایمر می‌شوند و پارکینسون در آنجا خیلی کم است. این نوشیدنی خوشمزه در درمان پروستات نقش مهمی دارد. اگر زردچوبه و چای سبز بخش ثابت رژیم غذایی ما باشد احتمال خیلی کمی هست که دچار آلزایمر بشویم. چای سبز رقیق‌کننده خون بوده و دوست قلب و عروق است و همین‌طور سم‌زدایی بسیار مناسبی برای بدن است. دیده شده که در چینی‌ها آب مروارید چشم خیلی کم است و متوجه شدند که چای سبز از بروز آب مروارید چشم جلوگیری می‌کند. شاید بخاطر آنتی‌اکسیدان‌های موجود در چای سبز است اما واقعیت این است که هنوز ما نمی‌دانیم به چه دلیلی این خاصیت‌ها را دارد که در پژوهش‌ها گزارش شده‌اند.

افزایش قدرت حافظه یکی دیگر از تاثیرهای آن است. در آسیای جنوب شرقی افرادی داریم که



Marché Almizan

فروشگاه مواد غذایی المیزان



المیزان با محصولات غذایی ایرانی،

زرشک زعفران
رشته آش کشک
غوره حلیم
پشمک دوغ

محصولات یکویک: مربا، ترشی، رب و خیارشور و ...،

آمیوه‌های ایرانی سن ایچ،

محصولات مه‌رام مثل سس مایونز،

نان بربری، سنگک، گوشت و مرغ حلال،

و دیگر مایحتاج شما، در قلب داون تاون در یک قدمی شما!

هر روز تازه
هر روز در خدمت شما!

www.almizan.ca

1695 De Maisonneuve W
Montreal Quebec

۵۱۴-۹۳۸-۴۱۴۲



جشن هنری دیگرگونه: سمرقند در مونترال

معرفی جشنواره هنر مونترال بر پایه یک خاطره

اواخر ماه ژوئیه تابستان گذشته بود. هوای داغ و دم‌کرده مونترال نفس آدمی را می‌برد. توی قفسی بنام آپارتمان زیستن، آنهم بدون کولر و هر گونه اسباب تهویه با زن و سه چهارتا بچه قد و نیم‌قد درد



غربت را صد چندان کرده بود... که به‌ناگاه صدای زنگ تلفن برخاست. یک دوست قدیمی از آن سوی خط سلام کرد. بعد از احوال‌پرسی خبر از آغاز برنامه‌های «فستیوال جهانی هنرهای مونترال» را داد. خبری که مثل آبی که بر آتش دل یک تشنه در کویر مانده‌ای زده باشند، حالم را جا آورد.

می‌گفت که این جشن تقریباً از سال ۱۹۶۷ همه ساله، هفته آخر جولای در شهر درومان ویل (۸۰ کیلومتری مونترال) برگزار می‌شود. در این فستیوال بیش از ۵۰ کشور جهان شرکت می‌کنند. از هر کشور گروهی از هنرمندان در زمینه‌های مختلف از قبیل موزیک، آواز، رقص، تئاتر، سینما، نقاشی، مجسمه‌سازی، و کارهای هنری دستی دعوت شده‌اند و هر گروه در غرفه مربوط به کشورش هنرهایش را بنمایش می‌گذارد. دعوت کرد باهم به دیدن جشنواره برویم.

خوب کور از خدا چه می‌خواد؟ دو چشم روشن!! دعوتش را با دل و جان پذیرفتم و فردای آنروز که روز شنبه هم بود و همه هم وقت آزاد داشتیم با زن و بچه و کوچ و کلفت عازم درومان‌ویل شدیم. شهری در دل جنگل و در حاشیه رودخانه عظیم سن‌لوران.

ساعت ۸ صبح از داون تاون مونترال و از مسیر اتوبان ۲۰ شرقی عازم درومان ویل شدیم.

چیزی حدود یکساعت در راه بودیم. در این فاصله، مناظر طبیعی زیبایی جلب نظر می‌کرد. جنگل پشت جنگل مزرعه بعد از مزرعه، و آبادی پس از آبادی. همه

از یک هارمونی طبیعی زیبایی برخوردار بودند و انسان را بعمق رویاها می‌بردند. تنها غرش‌های گوشخراش اتومبیل‌هایی که با سرعت‌های سرسام‌آور در حرکت بودند، سکوت جادویی طبیعت را میشکست.

رودخانه سن لوران با آن عرض و طولش مثل ماری عظیم، در مسیر ماریپیشش، دل جنگل را می‌شکافت و بسوی مقصدش که اقیانوس اطلس بود با تانی در حرکت بود. آنقدر طبیعت زیبا بود که در آن لحظه حتی به جشنواره هنری دورمانویل هم که هدف اصلی‌مان بود فکر نمی‌کردم و با خود می‌گفتم ایکاش می‌شد همین جا در دامان همین طبیعت فرشی می‌انداختیم... چه می‌گویم... حتی بدون هیچ فرشی مثل آدم‌های ماقبل تاریخ می‌آرمیدیم و خود را از هیاهوی زندگی شهری می‌رهاندیم.

بالاخره به دورمانویل رسیدیم. شهری کوچک با حدود ۱۰۰ هزار نفر جمعیت.



آرام و به‌دور از سر و صدا و ترافیک. ولی در آن ایام در خارج این شهر بسمت رودخانه، کمپ‌های بزرگی برپا بود که ترنم موسیقی‌های گوناگونی از آنجا شنیده می‌شد. هر چه نزدیکتر می‌رفتیم آوای موزیک بیشتر و بیشتر می‌شد تا جائیکه وقتی بدروازه کمپ رسیدیم غوغائی برپا بود. اینجا جایی بود که هنرمندان بسیاری از کشورهای جهان فارغ از هرگونه اختلاف سیاسی و جنگ و نزاع قومی و مذهبی گردآمده بودند و هنرنمایی می‌کردند. نوای صلح و دوستی در فضا موج میزد. بقول شاعر:

صد هزاران ساز و در هریک نوائی مختلف چون نهادن گوش جان یک ناله مستانه بود از گیشه دم در کمپ بلیت‌هایمان را خریدیم ۵ دلار

برای هر نفر (این بلیط برای تمام یک هفته‌ای که فستیوال ادامه داشت معتبر بود) و واقعاً می‌ارزید.

وارد محوطه فستیوال که شدیم، چادرهای بزرگی دیدیم که دایره‌وار گردگرد میدانی بر افراشته شده بودند. این چادرها که شبیه چادرهای تخت جمشید بودند، هر یک متعلق به کشوری بود و اسم آن کشور بالای سردر چادر نوشته شده بود. تا آنجا که یادم است نام روسیه، امریکا، انگلیس، فرانسه، آلمان، چین و ژاپن، هند، ازبکستان و آذربایجان را مشخص کرده بودند. از هر کدام از این چادرها صدای ساز و آواز همان کشور شنیده می‌شد. نکته جالب اینکه از جایی صدای آهنگی ایرانی بگوشم خورد. وقتی دنبال آن صدا گشتم از چادر ازبکستان بود که خواننده ازبک داشت یکی از ترانه‌های ایرانی را می‌خواند، انگار بارون بارونه ویگن بود که با لهجه آسیای مرکزی و تاجیکی اجرا می‌شد. از این‌که یکی پیدا شد یادی هم از ایران و ایرانی کرد لذت‌بردم..... مشتاقانه وارد شدم و گوش دادم راستی چه با حال می‌خواند. صبر کردم تا خواندنش تمام شد بعد جلو رفتم و ضمن تشکر از خواننده و تعریف از آوازش، از هویتش و اینکه چگونه فارسی می‌خواند پرسیدم، با فارسی شکسته و لهجه غلیظ تاجیکی گفت من تاجیکم ولی در شهر سمرقند ازبکستان زنگی می‌کنم. آنجا تاجیکان زیادی هستند که همگی عاشق ایرانند ولی متأسفانه دولت دارد زبان ترکی ازبکی را یواش یواش جانشین فارسی می‌کند. لیکن هنوز بیشتر مردم به آداب و زبان و فرهنگ فارسی (تاجیکی) علاقمندند، بعضی هم به تاجیکستان مهاجرت کرده‌اند.

داخل هر چادر چیزی حدود ۵۰ تا صد جای نشستن تعبیه شده بود و یک سن هم برای اجرای برنامه‌ها در جلو سالن قرار داشت. سیستم‌های صوتی پیشرفته صدای هنرمندان را بقدر کافی بلند می‌کرد که حتی افراد ایستاده در خارج چادر هم می‌توانستند بخوبی بشنوند. از هر چادر نوائی و از هر سوی ندایی بگوش می‌رسید که هر چند به زبان‌های مختلف بودند ولی همگی فریاد عشق و شور و سرور بودند. همه‌جا پر از عشق و شادی بود.

خواننده سمرقندی جمله خود را تمام کرد و دوباره بروی سن رفت و شروع بخواندن کرد: ای بخارا، ای بخارا شاد باش و شاد زی میر سویت میهمان آید همی.....



هفته میوه تلاش
جمعی علاقمند است
که گروهی بزرگ از یاران
بی چشم داشت
درخت کوچک آن را آبیاری
و تیمار می کنند

هفته فقط یک نشریه نیست،
یک ایده است:

با هم بودن
با هم ساختن
با هم برداشتن

هفته را مشترک شویم

514-787 8848

info@HafteH.ca

بخش «از خوانندگان» هفته متعلق به خوانندگان است. تنها محدودیت انتشار مطالب در این صفحه قوانین کاناداست. سلیقه سردبیر و دست‌اندرکاران هفته در انتشار مطالب در این بخش تأثیری ندارد.

در شماره پیشین هفته نوشته‌ی آقای فرهاد پاشایی در این صفحه منتشر شد و واکنشی از سوی آقای مهرداد معمارزاده برانگیخت. آقای معمارزاده در پاسخ خلاصه‌ای از یکی از سخنرانی‌های دکتر یحیی ذکاء را برای انتشار ارسال کرده است. لازم به تأکید است که مطالب این صفحه باید اصیل باشد و به قلم فرستنده نوشته شده باشد. از آنجایی که ما این نکته را پیش‌تر بدیهی فرض کرده و توضیح نداده بودیم مطلب آقای معمارزاده را منتشر می‌کنیم و همزمان تأکید می‌کنیم که از این پس فقط مطالبی که توسط فرستنده نوشته شده باشند در این صفحه منتشر خواهد شد. / تحریریه هفته

چگونگی راه یافتن زبان ترکی به آذربایجان سخنرانی کوتاه شده دکتر یحیی ذکاء

در آن به طور دسته‌جمعی سکنا گزینند، وجود نداشته است». زیرا آنچه هم که از خزرها و ترکان غوز از شمال قفقاز به آذربایجان داخل شده بودند، ... می‌توانند تنها گروه‌های ۱۰۰ نفری کم‌اهمیتی ... بوده باشد. اما ورود غوزها ... به ایران به ویژه آذربایجان، از حادثه‌های مهم تاریخی است، ... آن‌ها که یک مشت مردم بیگانه بودند و پیشوای توانا و کاردانی نداشتند و شمارشان از زن و مرد ... شاید بیش از ۵۰ هزار تن نبود، ... هر کجا می‌رسیدند ... از تاراج و کشتار باز نمی‌ایستادند؛ ... اینکه بعضی ادعا می‌کنند رفتار ترکان با مردم ایران همواره یک گونه همزیستی مسالمت‌آمیز بوده، دروغ محض است، ... هر جا پای این طایفه تاراچگر و ستم‌پیشه ... به شهری از آذربایجان باز می‌شده، قطران تیریزی (شاعر) از آنجا فرار می‌کرده است.

... در سده ششم ... همجواری ترکان غوز یا اوغوزها (خوش‌نشین در کنار شهرها و روستاها با تاجیکان ... باعث نفوذ زبان ترکی در ... آذربایجان ... گردید و طبقه‌ای جدید «ترک‌المش» به وجود آورد که با اینکه ایرانی و پهلوی‌زبان بودند، به ۲ زبان ترکی و آذری سخن می‌گفتند؛ ... وجود این اصطلاح ... نشان می‌دهد که آغاز ترکی‌زبان شدن بومیان تاجیک چگونه و از چه راه بوده است، ... این اصطلاح بعداً از میان رفته یا به عمد از میان برده‌اند؛ ... بدین سان، سده‌های ۵ و ۶ با تسلط این ترکان تازه‌وارد و یغماگر، پی‌درپی می‌گذشت ... و عنصر ایرانی در زیر سُم ستوران غالب پایمال می‌گردید؛ ... پس از حمله مغولان به این سرزمین و فجایع تاریخی هولناک که در این آب و خاک رخ داد، ترکان که خود را در میان ایرانیان، بیگانه می‌دیدند، خود را به مغولان بستند، ... اغلب ستمگری‌های مغولان با ... فتنه‌انگیزی‌های ترکان که به ایرانیان به چشم دشمن می‌نگریستند،

سپس مسعودی که در ۳۱۴ قمری از تبریز دیدار کرده، زبان‌های ایرانی و پهلوی دری و آذری را ذکر کرده است ... پس از حمزه اصفهانی که زبان مردم آذربایجان را پهلوی می‌نامد، ابواسحاق ابراهیم استخری است که در «مسالك و الممالک» در نیمه اول سده چهارم هجری صریحاً زبان مردم آذربایجان را ایرانی و الفارسیه ذکر می‌کند، ... داستانی که سمعی درباره خطیب تبریزی و استادش ... آورده است، موید رواج زبان آذری (۳) در آذربایجان در سده پنجم و ششم است. حمدالله مستوفی در «نزهت القلوب - تالیف ۷۴۰» زبان زنجان و مراغه را پهلوی ذکر می‌کند...

پس از یورش تیمور به ایران و نفوذ ترکان قراقویینلو و آق‌قویینلو (از ۸۱۰ تا ۹۰۸)، زبان آذری سخت‌ترین آسیب‌ها را دید و در برابر زبان ترکی اقوام ترک و تاتار (غوزها و اغوزها) ... عقب‌نشینی می‌کرد؛ ... و این وضع در دوره صفویان که با ورود ترکمان‌های مهاجر قزلباش ... (که علی‌اللهی بودند و ... بیشتر کارها ... به زبان آنان انجام می‌گرفت، شدت یافت و مردم شهرها یا تاجیکان (۴) از ترس جان مجبور شدند ... محاورات خود را با این زبان (ترکی) انجام دهند؛ ... از حدود سده ۱۱ و ۱۲، ترکی در شهرهای آذربایجان رواج یافت، و آذری به اسم زبان تاتی در تعدادی از روستاهای دوردست ... که پای ترکان بدانجا نرسیده، تکلم می‌شود؛ ... سیر تاریخی زبان مردم آذربایجان ... نشان می‌دهد تا سده یازدهم هنوز بیشتر مردم آذربایجان به ویژه تبریز، به آذری سخن می‌گفتند.

... مسئله‌ای که ... خلط مبحث‌های زیادی (درباره آن) به عمل می‌آید، چگونگی ورود ترکان و زبان ترکی به آذربایجان است. زکی ولید که خود از معتصبان [ترک] شمره می‌شود، می‌نویسد، «در آن زمان، به استثنای اراضی معدودی از شرق ایران، هیچ ناحیه‌ای که ترکان

سخنرانی امروز بنده، در مورد تاریخ ورود زبان ترکی و ترک‌ها به آذربایجان است، که یک مسأله حساس و بحث‌برانگیزی است ... ولی آنچه که تاریخ ما را راهنمایی می‌کند، مطالبی است که اینجا به حضورتان عرض خواهم کرد.

سرزمین مادها - شامل نواحی همدان، کرمانشاه، قزوین، اصفهان، ری و آذربایجان بود که آن را ماد خرد می‌گفتند ... پس ملاحظه می‌شود که آذربایجان از آغاز تاریخش از رهگذر مردم و زبان، حال بسی روشنی دارد ... و این از مسلمات است که ... مادها در آذربایجان ... نشیمن داشته‌اند؛ ... این سخن بسیار بیهوده و عامیانه است که کسانی عنوان می‌کنند آذربایجان از نخست سرزمین ترکان بوده است. (۲) ... در هیچیک از (... دوره‌های تاریخی، پیشامدی که دیگر شدن وضع مردم آذربایجان - یا تغییر زبان آن‌ها را در برداشته باشد، نمی‌یابیم؛ ... در یورش مقدونی‌ها به ایران زمین، در ماد خرد اتوریات نامی از بومیان - برخاسته - و آن‌ها را از تهاجم بیگانگان محفوظ داشته است ... و بدین سبب این سرزمین به نام او و خاندانش «آتوریاتکان (آذربایگان)» نامیده شد. (خاکستر: خاک+آتور) در زمان اشکانیان، کم‌کم ترک‌ها از جانب مرزهای خراسان بزرگ به مرزهای ایران نزدیک شدند، ولی ... نتوانستند به درون ایران در آیند؛ ... (شاید) در تاریخ دسته‌های کوچکی از آنان را پیدا کنیم که شاهان ساسانی ... در اینجا و آنجا نشیمن داده باشند. ولی اینگونه دسته‌ها، به زودی با مردم بومی در آمیخته و نشانی از خود باقی نمی‌گذارند...

پس از اسلام ... (مورخین از آذربایگان) یاد کرده و ... (زبان آن را) آذری یا الاذریه نامیده‌اند. ابن‌مقفع به نقل ابن‌ندیم، و حمزه اصفهانی به نقل از یاقوت و خوارزمی، به زبان مردم آذربایگان ... اشاره کردند؛ ...

MSMILINE
DENTAL HEALTH CENTER



دکتر رامین میرموجی

دندانپزشک در کلینیک

MSmiline و آیلند و

از دوشنبه تا شنبه برای هموطنان

Tel : 514-675-3332

4935 St-Charles boulevard, Pierrefonds, QC H9H 3E4

www.msmiline.com

خدمات حسابداری و دفترداری

سرور صدر SOROOR SADR

◀ امور دفترداری و حسابداری

◀ تهیه و تنظیم اظهارنامه‌ی 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

نادر خاکسار

مشاور املاک مسکونی و تجاری



مهاجرین عزیز

« آیا می‌دانید که خریداران نیازی به پرداخت پورسانت ندارند؟ »

« هدیه ماه به خریداران: ۱۲۰۰ دلار هزینه معضرت »

« اخذ وام برای مهاجرین با کمترین پیش پرداخت و بهره »

« مشاوره رایگان و سرمایه‌گذاری در املاک »

« محل کار برای هر صنف در وست مونت »

« خیابان سنت کاترین »

514-969-2492



شروین بزرگ
طراح و گرافیک
تلفن
۵۱۴-۸۶۶ ۳۱۵۳

انجام می‌گرفته است.

... میان سده‌های ۸ و ۱۱ ... تیمور در بازگشت از یورش خود به کشور عثمانی، گروهی از ترکمانان را به اسارت می‌گیرد و همراه خود به سمرقند می‌برد. اما سر راه خود (در اردبیل) آنان را بنا به خواهش «شیخ‌علی صفوی (مرشد صفویان)» به او می‌بخشد و این طایفه که ترکمانان روملو نامیده می‌شدند ... خاندان صفوی را به سلطنت ایران رسانیدند. در دوره پادشاهی صفویان، چون فرماندهی سپاهیان را ترکان در دست داشتند ... (این) به زبان زبان مردم بومی آذربایگان و ایرانیان بود؛ ... در این دوره پرمصائب، چون اداره کشور ... به دست ... ترکان (بود)، به ناچار مجالی برای اظهار وجود مردم بومی و تاجیکان باز نمی‌ماند. به طور کلی، دخالت در سیاست و ... سواری و پوشیدن جنگ‌افزار برای تاجیکان و غیرترک‌ها قدغن بود...

به هر حال، در این سال‌های شوم و سیاه تاریخ آذربایگان و تبریز ... (چون) بیشتر کارهای حکومتی و لشگری با زبان ترکی انجام می‌یافت، مردم به ناچار این زبان را فراگرفتند و زبان خودشان یعنی آذری که یکی از شاخه‌های زبان ایرانی (بود)، رفته‌رفته ناتوان گردید. از جنبه‌های بسیار موثری که متأسفانه به آن‌ها (ها) کم توجه شده است، ولی در فراموش شدن زبان آذری و رواج ترکی در آذربایگان موثر بوده، مسأله تحمیل مذهب و ... دیگر، جنگ‌های عثمانی است؛ ... لشکر عثمانی داخل تبریز شدند و آخرین بار ۲۰ سال در تبریز ماندند و همه این‌ها به ضرر زبان آذری تمام شد، ... پس از این ۲۰ سال بود که شاه‌عباس، عثمانی‌ها را از تبریز بیرون کرد ... در واقع تمام تبریزی‌های متعین (سروشناس) از تبریز مهاجرت کردند و هیچ وقت هم بازنگشتند.

بنابراین باید دانست که آذربایجانی‌ها ترک نیستند و من از همه دوستان، خانم‌ها و آقایان خواهش می‌کنم که رعایت این نکته را بفرمایید. به آذربایجانی‌ها و تبریزیان ترک نگویند ... ما ترک نیستیم. - تبار - مان تغییر نکرده است، بر اثر این عوامل، زبانمان تغییر کرده است. کلمه ترک را مطلقاً به کار نبرید؛ ... حال اگر کسان کج‌فکری از بازمانده‌های جرثومه‌های فساد و خشونت (۵)، شباهتی از حیث قیافه یا صورت و سیرت خود با این اغوزها و ... می‌بینند یا اعمال و کردارشان را با اعمال و کردار آنان یکسان می‌دانند ... و می‌خواهند ملیت و فرهنگ و تمدن کهنسال و غنی این سرزمین را به دم اسبان آن کوچ‌نشینان بیابانگرد و بی‌فرهنگ ببینند، ما را با آنان سخنی نیست. مختارند، ولی حق ندارند برای کل مردم آذربایگان تکلیف و سرنوشت تعیین کنند و برای آنان تاریخ جعل کنند و ادبیات و زبان پدید آورند و با پاشیدن خاک در چشم‌ها و سوءاستفاده از ناآگاهی‌های مردم از سرگذشت‌ها و پیشامدهای تاریخی و اجتماعی‌شان، بخواهند دریافت‌های ناقص و مغرضانه خود را بر مردم آذربایگان تحمیل کنند. چنانکه روشن شد، بی‌گمان زبان ترکی در آذربایگان بیشتر از ۴۰۰ سال سابقه ندارد. بنده این را می‌گویم و از عهده‌اش هم برمی‌آیم ... ■

برگرفته از نشریه وطن یولی (راه وطن)، شماره ۱۳- رویه ۱ و ۴

<http://vatanyoli.persianblog.ir>

بی‌نویس:

۱. یحیی ذکا (۱۳۰۲-۱۳۷۹) ایران‌شناس، نویسنده، استاد دانشگاه، پژوهشگر تاریخ هنر ایران و از کارشناسان برجسته آثار هنری، در سال ۱۳۰۲ در تبریز چشم به جهان گشود. دوره متوسطه را سال‌های ۱۳۲۱-۱۳۲۲ در دبیرستان فیروز بهرام در رشته ادبی گذراند. در سال ۱۳۳۳ از دانشکده ادبیات دانشگاه تهران در رشته باستان‌شناسی با رتبه یک دانش‌آموخته شد. وی در ۲۸ دی ۱۳۷۹ در تهران درگذشت.
۲. برای آگاهی از این حقیقت تاریخی که موطن ترکان در ترکستان شرقی است و آنان در هزاره اخیر رو به غرب گذاشته و در سایر نواحی از جمله ایران پراکنده شدند، نک: مجموعه چند سخنرانی «ولادیمیر بارتولد» ترک‌شناس مشهور در دانشگاه استانبول. بارتولد، واسیلی ولادیمیر؛ تاریخ ترک‌های آسیای مرکزی، ترجمه غفار حسینی، انتشارات توس، تهران ۱۳۷۶. نشریه وطن یولی
۳. بنگرید:

<http://kuroshebozorg2.persianblog.ir/post/6>

- و «آذری یا زبان باستان آذربایجان»، احمد کسروی تبریزی - نشر هزار.
۴. تات و تاجیک به معنی ایرانی (غیرترک) به کار رفته است. (لغات‌الترک کاشغری) تات در شناسایی ایرانیانی به کار می‌رفته که زبان ترکی نمی‌دانستند و تاجیک به ایرانیانی گفته می‌شد که به زبان فارسی سخن می‌گفته‌اند. (شادروان استاد محیط طباطبایی)
۵. پان‌ترکیسم و صهیونیسم، علیرضا سلطان‌شاهی- انتشارات تمدن ایرانی.

جشن سالروز تولد بهاءالله در دانشگاه مک گیل مونترال

یکشنبه شب یازدهم نوامبر جشن شاد و خاطره‌ساز در یکی از سالن‌های باشکوه دانشگاه مک گیل برگزار شد. جامعه بهایی مونترال سالروز تولد بهاءالله، پیامبر دیانت بهایی را در کنار جمعی از دوستان و پیروان سایر ادیان که از مونترال و اطراف گردهم آمده بودند را با شادی و پایکوبی برگزار نمود. یکی از جذاب‌ترین خصوصیات این جمع گونه‌گونی بسط آن بود. مردمی از نژاد و زبان و پیشینه ادیان گوناگون در کنار هم آمده و این روز مهم از تقویم بهایی را جشن گرفتند. دوازدهم نوامبر یا اول و دوم محرم هر سال را به ترتیب بهائیان غرب و بهائیان کشورهای اسلامی جهت سالروز تولد «موعود کل ادیان» جشن می‌گیرند.

بهائیان بر این باورند که حضرت بهاءالله همان موعودی است که در تمامی کتاب‌های الهی به ظهور او وعده داده شده است. البته در ادیان مختلف از این مظهر ظهور الهی به اسم‌های مختلفی یاد شده است. مثلاً در دیانت هندو از او به ظهور ثانی یا دوم حضرت کریشنا یاد می‌کند و تورات به ظهور رب‌الجنود اشاره دارد و دیانت زرتشتی از آمدن شاه بهرام می‌گوید و انجیل مسیحی از ظهور دوباره حضرت مسیح و یا جلال (بهاء) الهی می‌گوید و روایات اسلامی از او به ظهور امام زمان و یا ظهور ثانی امام حسین یاد می‌نماید. بد نیست بدانیم که که بومیان مناطق مختلف قاره آمریکا نیز در اعتقادات روحانی خود منتظر چنین ظهور بزرگ روحانی بوده‌اند. از این رو از بدو ظهور دیانت بهایی بسیاری از پیروان ادیان مذکور و بومیان آمریکا پس از شنیدن خبر ظهور بهاءالله به تحقیق و کنکاش در مورد حقیقت این دین الهی پرداخته و سرانجام به ایمان رسیده و به خیل روز افزون پیروان بهاءالله پیوستند.

در تقویم بهایی نه روز مقدس وجود دارد که در آن روزها مراسم ویژه‌ای در جامعه جهانی بهایی برگزار می‌شود. از جمله این ۹ روز سالروز تولد حضرت باب و حضرت بهاءالله هستند.

این دو پیامبر دیانت بهایی به ترتیب در روزهای اول و دوم ماه محرم در سالهای ۱۲۳۵ و ۱۲۳۳ هجری قمری مصادف با ۲۰ اکتبر ۱۸۱۹ و ۱۲ نوامبر ۱۸۱۷ میلادی دنیا آمده‌اند. باید یادآور شد که در حدود دویست سال پیش در ایران استفاده از تقویم هجری قمری و زبان عربی بسیار رایج بوده.

کتاب اقدس نازله از قلم بهاءالله به این دو روز اشاره مستقیم دارد: «مولود اقدس الهی فجر یوم دوم محرم است و یوم اول مولود مبتدر است و این دو یک یوم محسوب شده، عندالله.»

به همین خاطر هنوز در برخی کشورهای اسلامی جامعه بهایی اول محرم را جشن می‌گیرند و در کشورهای غربی بیستم اکتبر و دوازدهم نوامبر هر سال را.

از آنجاییکه ماههای قمری در گردش هستند امسال دوازدهم نوامبر و اول محرم اتفاقاً خیلی نزدیک یکدیگر قرار گرفتند. از این رو جشن سالروز تولد بهاءالله در مونترال با همدلی ویژه نسبت به بهائیان ایران و برخی دیگر از کشورهای اسلامی که در آنها پیروان بهاءالله تحت اذیت و آزار هستند صورت گرفت. این جشن با موسیقی و رقص و پایکوبی و شادی به فرجام رسید. / اول محرم ۱۴۳۴ هجری / ۱۵ نوامبر ۲۰۱۲ / مونترال

همکار پیش‌کسوت، آقای محمد رحیمیان گرامی

مدت‌ها پیش از آنکه «هفته» ای وجود داشته باشد پیوند بود. هیچ‌کس نمی‌تواند این واقعیت روشن را انکار کند. نزدیک به دو دهه پیش «پیوند» آمد و از همان زمان، به مدیریت محمد رحیمیان، در این روستای چندهزار نفری جامعه ایرانیان مونترال منشاء خدمات رسانه‌ای شد که تا امروز این خدمات ادامه دارد.

آقای رحیمیان گرامی در این ۸۷ سالگی که در مونترال هستم از شخص شما و از روزنامه پیوند بسیار آموخته‌ام و به همین دلیل به عنوان یک شهروند به خاطر زحمات شما و به عنوان یک شاگرد مدرسه روزنامه‌نگاری برای جایگاه حرفه‌ای شما احترام بدون تردید قائل هستم.

در اینکه ما می‌خواهیم تمام رخدادهای جامعه‌ی ایرانی را پوشش بدهیم و در قالبی در حد امکان حرفه‌ای به نیازهای رسانه‌ای جامعه‌ی کوچک‌مان پاسخ بدهیم، حق داریم اما هرگز تا به حال ادعا نکرده‌ایم به این مهم دست‌یافته‌ایم.

شما بهتر از هرکسی می‌دانید که نوشتن یک خط خبر و یک پاراگراف گزارش چقدر وقت و انرژی می‌برد. اما شاید یادآوری این نکته برای خواننده ناآشنا به امور نشریه خالی از فایده نباشد که تهیه یک خبر یک پاراگرافی که مرور آن از خواننده چند ثانیه بیشتر طلب نمی‌کند برای خبرنگار گاه ساعت‌ها و ساعت‌ها وقت می‌گیرد.

ما با تمام وجود می‌خواهیم روزی به این توانمندی برسیم که هفته بتواند تمام رخدادهای اجتماعی و فرهنگی و سیاسی جامعه‌مان را به طور مستقل و حرفه‌ای پوشش دهد و یقین داریم به آن نقطه خواهیم رسید. اما امروز، هنوز، در آنجا نیستیم و چون در آنجا نیستیم باید ضعف خود را بپذیریم و از همکاران‌مان در پیوند پوزش بطلبیم به خاطر اینکه در پوشش خبرهای مربوط به پیوند عملکردی عالی نداشته‌ایم. از سوی دیگر خوشحالیم که پیوند با قدرت در صحنه رسانه‌ای مونترال حضور داشته و دارد و نمی‌گذارد ناتوانی‌های ما منشاء زبان برای جامعه بشود.

می‌دانیم خبررسانی هفته، تا آنجا که به جامعه ایرانی مونترال باز می‌گردد صددرصد متوازن نیست اما این هرگز در انتخاب‌های ما ریشه نداشته و ندارد. در بیشتر موارد ما برای جمع‌آوری اخبار محلی به داده‌های برگزارکنندگان و شرکت‌کنندگان علاقه‌مند متکی هستیم و اگر برخی از سازمان‌ها بیشتر به خبررسانی و به بهره‌برداری از جایگاه نشریه اهمیت می‌دهند و اخبار خود را برای ما ارسال می‌کنند طبیعتاً بازتاب بیشتری در نشریه پیدا می‌کنند و صداآلودگی این را نه نقطه قوت، بلکه نقطه ضعف خود می‌دانیم.

اما این ادعا که ما آگاهانه و از این نگاه که برخی برایمان عزیزتر هستند، جانبدار باشیم منصفانه نیست. هر ایرانی که در مونترال گامی برای ارتقای فرهنگی جامعه برمی‌دارد برای ما مهم است و تلاش وی شایسته خبررسانی و تقدیر پس امیدوارم چنین نباشد و ما آنچه فکر می‌کنیم هستیم در واقع هم باشیم: نهادی برای آگاهی‌رسانی بی‌طرفانه.

استاد گرامی، آقای رحیمیان

به منابع کمک‌های مالی هفته اشاره کرده‌اید. نمی‌دانم چند سازمان و نهاد دیگر اطلاعات مالی خود را به طور داوطلبانه منتشر کرده‌اند اما در «هفته»، از روزی که فرصت و امکان انتشار این اطلاعات را پیدا کردیم، با افتخار به خوانندگان خود با اعداد و ارقام توضیح داده‌ایم که منابع مالی ما کدام هستند و از روز اول سرمایه این کار چگونه تهیه شده است. این اطلاعات به طور دائم روی سایت هفته در دسترس هستند و هر علاقه‌مندی می‌تواند به آن دسترسی داشته باشد.

التیة همواره گوش ما برای شنیدن نصایح و درس‌های شما باز است و یقین داریم همچنان می‌توانیم از شما بیاموزیم.

ما در هفته با تمام وجود باور داریم که بدون تلاش‌های دست‌اندرکاران روزنه، پیوند، بازار، دیدار، پوشه و... هرگز زمینه برای آغاز کار یک هفته‌نامه در جامعه ایرانی مونترال مهیا نمی‌شد. پس از این رو باید از شما سپاس‌گزار باشیم و هستیم.

/ با احترام

خسرو شمیرانی

داستان کوتاه: تاکسی

■ حامد کراماتی

بدرعقب تاکسی را باز کرد. چراغ کوچک سقفی ماشین روشن شد و مسافر به سختی وارد ماشین شد. سرش را که آورد تو و نور افتاد روی سر و صورتش، راننده علت این همه تقلایش را فهمید. موبایلش را با شانه اش گرفته بود و داشت با آن صحبت می‌کرد. کیفی به شانه دیگرش آویزان بود و هنگام نشستن چند بار به در برخورد کرد. «دریست».

وقتی سرجایش نشست، راننده که سرش را کمی چرخانده بود تا مسافرش را ببیند، دسته گل نسبتاً بزرگی که در دستش بود را دید. مردی بود خوش قیافه با موهایی تنک. لباسی رسمی پوشیده بود و بوی شدید عطر می‌داد. «کجا تشریف می‌برین؟»

مرد در را که بست، موبایلش را با دستش گرفت و با عجله گفت: «برو سمت ستارخان، راهنمایی می‌کنم» و باز شروع کرد به حرف زدن با موبایلش.

«ببین عزیزم، من که اینو نگفتم. نه... نه نگفتم. ببین، من برات گل... عزیزم، یه لحظه گوش بده، بذار منم حرف بزنم آخه. ببین، من گفتم تو... باز که می‌پری وسط حرفم. نه عزیزم. خوب باشه. اگه قول بدم چی؟ قبول می‌کنی؟ چی؟ چی؟ الو؟ الو؟ اه... تاکسی راه افتاده و وارد خیابان اصلی شده بود. راننده مسافرش را در آینه ورنه انداز کرد که دستش را گذاشته بود روی چشم‌هایش و سرش را تکیه داده بود به پشتی صندلی. چند دقیقه ای به همین حالت ماند و بعد به جنب و جوش افتاد. سیگاری از جیبش در آورد و خواست روشنش کند که چشمش به راننده افتاد که در آینه او را می‌پایید. راننده نگاهش را به خیابان برگرداند.

«می‌تونم سیگار بکشم؟»

«بله آقا، راحت باشین»

مسافر سیگارش را روشن کرد و شروع کرد به پک زدن. راننده هم سیگاری آتش زد. مسافر داشت

■ آرمین لطفعلیان

خاطرت هست؟

تو برف آرزو کردی و

آسمان از دل من بارید

تو به آهنگ آسمان رقصیدی و

ارمغان ابرها

زیر پایت به آواز درآمد

و من

محو موسیقی اعجازت

بر تو

شکوفه‌های نارنج رویاندم

ما غرق شگفتی بودیم

تو از بهار دست‌هایم

من از تو

بلور برف تابستانه

زاده‌ی خاک

...

آبان من

زمستان دوباره نزدیک است

و مردی

آزرده از هیاهوی روزگارش

خسته از خوابگردی‌های مردم

در نقاشی‌های بی‌رنگ‌شان

هوای جنگل‌های کاج چشم‌هایت را دارد

درباره شاعر

آرمین لطفعلیان شاعر جوان ایرانی

مقیم مونترال است.

سیگارش را هی این دست و آن دست می‌کرد و تند تند پک می‌زد. دو سه نخ پشت سر هم کشید. به خیابان خیره شده بود و گه‌گاهی نگاهی به پایین می‌انداخت. سیگارش که تمام شد شروع کرد به شماره گرفتن

چند باری تلفنش را به گوشش حسباند و دوباره شماره گرفت. بالاخره شروع کرد به حرف زدن. با یک دست تلفنش را گرفته بود و با دست دیگر چشم‌هایش را پوشانده بود

«الو؟... الو؟... الو؟ ببین، ببین... الو...؟»
راننده چشم‌هایش را از آینه برگرداند رو به خیابان. مسافر محکم کوبید روی پیشانی‌اش و باز جلوی چشم‌هایش را گرفت.

مرد چندین بار شماره گرفت اما انگار کسی جواب نداد. دقیقه‌هایی در تاکسی سکوت بود و فقط گه‌گاهی صدای آهی می‌آمد. مسافر یک سیگار دیگر کشید.

داشتند به مقصد می‌رسیدند. راننده در آینه نگاهی انداخت. داشت گلی را بو می‌کرد. رنگ زردش زیر نور خیابان می‌درخشید.

«آقا... رسیدیم ستارخان، کجا باید برم؟»
مرد سرش را بالا آورد، دستی به صورتش کشید و به خیابان نگاهی انداخت. با صدایی گرفته گفت:

«بعد از چهار راه، خیابون اول سمت چپ.»
صدای زنگ تلفن. گوشی را که برداشت زد زیر گریه و به حق حق افتاد. حرف‌هایی می‌زد که زیاد مفهوم نبودند.

تاکسی چهارراه را رد کرد و پیچید سمت چپ توی خیابانی دراز و نسبتاً تاریک. راننده سرعتش را کم کرد و در خیابان پر از درختهای چنار و چراغهای زرد و سفیدی که پیاده رو را روشن کرده بودند راند. مرد مسافر هنوز داشت گریه می‌کرد

ولی دیگر حق حق نمی‌زد. کمی جلوتر، زنی زیر نور چراغ، جلو در باز خانه ای ایستاده بود. مسافر یکهو با صدای بلند که به فریاد شباهت داشت گفت: «همینجا، همینجا. نگهدار.»

ترمز کرد. زن چند قدم جلوتر بود. مسافر، در حال پیاده شدن دستش را دراز کرد و چند اسکناس را به راننده داد و قبل از اینکه راننده پول را بگیرد، رهایشان کرد. در را محکم بست و همانطور که دور می‌شد گفت: «بقیه‌اش مال خودت.»

راننده نگاهی به صندلی عقب انداخت. تاکسی داشت دور می‌شد و راننده دو جوان را دید که در آستانه در همدیگر را در آغوش گرفته‌اند و آرام وارد خانه می‌شوند.

جمعه صبح، مردی که دو روز پیش مسافر تاکسی بود، با صدای زنگ در بیدار شد. لباس پوشید و رفت دم در. هیچ کس دم در نبود. دسته گلی شبیه همانی که دو روز پیش در تاکسی جا گذاشته بود به دیوار تکیه داده شده بود. روی کارتی کوچک، لابلای گلها، نوشته شده بود: «سلام. دسته گلستان افتاده بود زیر صندلی. پیدایش که کردم گل‌ها پژمرده بودند. این هدیه ایست از طرف یک شاعر که دیگر شعر نمی‌گوید. فقط، آن گل‌های زرد را پیدا نکردم. همیشه عاشق باشید.»

دوباره نویسنده

حامد کراماتی نویسنده و شاعر جوان ایرانی سال ۲۰۱۱ از مونترال به سنگاپور نقل مکان کرد. وی وبلاگی به نام «اندیشک‌های من» دارد.

مقاله: ادبیات مهاجر

بخش دوم

اگر سینوئه را در دو هزار سال پیش از میلاد مسیح اولین تبعیدی تاریخ بدانیم^(۱)، امروز بیش از دو هزار سال پس از میلاد، شمار کسانی که به زور از خاک میهن‌شان رانده شده و یا بر اثر تبعیض‌های سیاسی، نژادی و مذهبی ناگزیر به ترک زادگاه خود شده‌اند

رو به فزونی است به نحوی که در اوایل قرن بیست و یکم این رقم به بیش از ۱۰۰ میلیون نفر رسیده است^(۲). به این رقم باید افرادی را که به امید برخورداری

از شرایط بهتر زندگی و آزادی‌های اجتماعی بیشتر آگاهانه تن به مهاجرت می‌دهند نیز اضافه کرد.

گرچه بسیاری از این تبعیدها و مهاجرت‌ها مربوط به کشورهای جهان سوم و یا آمریکای لاتین و معمولاً پس از آغاز جنبش‌های ضد استبدادی صورت می‌پذیرد اما طیف مهاجرت تنها به این نواحی محدود نمی‌شود.

جهان سرمایه‌داری و کشورهای بلوک شرق نیز سهم قابل توجهی در این زمینه دارند. در بین جمعیت زیاد آوارگان، فرهیختگان صاحب قلم بسیاری نیز وجود داشته‌اند که نام‌های مشهوری نظیر جیمز جویس، میلان کوندرا، ایزابل آلدنه، پابلو نرودا، ادوارد سعید و سایرین توانسته‌اند با خلق

آثاری در خور توجه در جهان ادبیات بدرخشند^(۳). ادبیات مهاجرت را می‌توان واکنش نویسنده دانست به زندگی در خارج مرزهای بومی‌اش که شروع آن به شکل امروزی مربوط می‌شود به جنگ جهانی دوم و فرار نویسندگان یهودی از اروپا^(۴). گرچه در

ایران ادبیات مهاجرت به شکل امروزی بعد از انقلاب ۵۷ به وجود آمده است، اما بهتر است نگاهی به تاریخچه‌ی پیدایش آثار فارسی در خارج مرزهای ایران داشته باشیم.

در ایران نیز تبعید و مهاجرت سابقه‌ای طولانی دارد. هجوم اعراب و حمله مغول‌ها باعث شد که بسیاری از مردم به سرزمین‌های دیگر بگریزند. پارسیانی که اسلام نیاورده بودند در قرن هشتم میلادی به سرزمین هند کوچ کردند. مقارن هجوم تاتار دوباره انبوهی از دانشوران صاحبان قلم همراه با دیگر توده‌های ایرانی به هند پناه بردند. روی کار آمدن سلسله صفویه منجر به بزرگترین موج مهاجرت در تاریخ ایران شد و بسیاری از شاعران و نویسندگان ایرانی راهی هند شدند^(۵). گنجینه ادبی که این مهاجران در شبه قاره هند آفریدند از قرن‌های گذشته تا قرن‌های آینده مورد پژوهش دانشوران ایرانی و هندی و غربی قرار گرفته و خواهد گرفت^(۶).

پس از آشنایی با فرهنگ مغرب زمین در قرن نوزدهم میلادی، انگیزه‌های مهاجرت ایرانیان با

گذشته متفاوت شد. در آغاز این دوره، رنگ و بوی غرب نظر آنان را به خود جلب کرد و بعد با بروز مشکلات سیاسی در داخل کشور، انگیزه‌های سیاسی نیز بر آن افزوده شد^(۷).

در عصر مشروطه روشنفکرانی که یا به علل سیاسی تبعید شده بودند مانند میرزا حبیب اصفهانی و میرزا آقاخان کرمانی و یا به قصد تجارت ترک وطن کرده بودند نظیر حاجی زین‌العابدین مراغه‌ای و یا ایرانیان ساکن کشورهای دیگر بودند مثل عبدالرحیم طالبوف تبریزی و میرزا فتحعلی آخوندزاده شروع به آفرینش رمان و نمایشنامه کردند که به دلایلی نظیر محدودیت امکانات چاپ و نشر در خارج از ایران منتشر می‌شد

که از این دست می‌توان به «سیاحت‌نامه ابراهیم بیگ» نوشته مراغه‌ای (۱۲۷۴ در قاهره و استانبول) و «مسالك المحسنين» نوشته‌ی طالبوف (۱۲۸۴ در قاهره) اشاره کرد. سیاحت‌نامه ابراهیم بیگ در واقع دایره المعارف جامع اوضاع ایران در اواخر قرن سیزدهم هجری است که با قلمی تند و بی‌پروا و بی‌گذشت تحریر شده است. به دلیل رویکرد انتقادی این دسته از نویسندگان نسبت به مسائل جامعه، چاپ نخستین رمان‌های فارسی در ایران ممکن نبود؛ اما زمانی که تب و تاب انقلاب مشروطه فرو نشست و رمان نویسان به ماجراهای شخصی، تاریخی و یا مشکلات زندگی شهری روی آوردن، موفق به انتشار آثارشان در وطن شدند^(۸).

با شکل‌گیری حکومت پهلوی، اکثر ادیبان ایرانی خارج از کشور از شهرهای تفریس، قاهره، استانبول و کلکته به شهرهای اروپایی نقل مکان کردند. برلین از زمان انتشار نشریه کاوه (۱۲۹۵) به محلی برای تجمع ایرانیان دگراندیش تبدیل شد. رمان «تهران مخوف» اثر مشفق کاظمی (۱۳۰۰) و مجموعه داستان «یکی بود یکی نبود» از سیدعلی جمالزاده (۱۳۰۰) در این شهر منتشر شد^(۹). جمالزاده بیشتر عمر خود را در سوئیس گذراند و اکثر آثار خود را در آنجا به رشته تحریر درآورد. گرچه وی به نحوی آغاز کننده سیر داستان‌نویسی معاصر ایران است، ولی آثارش، به دلایلی که در شماره‌ی پیش ذکر گردید، در دسته‌بندی ادبیات مهاجرت جای نمی‌گیرد. موضوع داستان، شخصیت‌ها و اتفاق‌ها همه در ایران است و رنگی از اثر مهاجرت در آن‌ها دیده نمی‌شود.

انتشار آثار داستانی در ایران همزمان با پیدایش ناشرانی نظیر کلاله خاور است که گاهنامه افسانه را ویژه داستان منتشر می‌کرد. با افزایش سانسور در دوره رضا شاه و پس از دستگیری بزرگ علوی (گروه ۵۳ نفر)، صادق هدایت برای چاپ بوف کور (۱۳۱۵) راهی هند شد.

در سال‌های ۱۳۲۰ تا ۱۳۲۲ فضای باز سیاسی در داخل کشور امکان چاپ و نشر هرگونه کتابی را

آزادی به مثابه رهایی



عمل می‌کند و آن را آزاد نمی‌دانیم چون سرنوشتش از سوی موجود دیگری محتوم است و بر اساس خواست‌های او عمل می‌کند. اسپینوزا یکی از فیلسوفان مشهور قرن هفدهم سعی می‌کند جایگاه آزادی و ضرورت را مشخص کند. به زعم وی، آزادی تلاش برای رهایی از انجام چیزهای ضروری نیست: «انسان امپراتوری در یک امپراتوری دیگر نیست.» بلکه برعکس، آزادی عمل کردن بر اساس طبیعت و ماهیت خود فرد است، و در مورد انسان آزادی شامل فهمیدن و فکر کردن می‌شود. وی در کتاب رساله سیاسی خود می‌نویسد: «من انسان را زمانی آزاد می‌خوانم که بر اساس عقل عمل می‌کند، زیرا مصمم است تا بر اساس دلایلی که منطبق بر ماهیت اوست عمل کند و این دلایل ضرورتاً علت رفتار او هستند. آزادی در

واقع حذف‌کننده نیست بلکه بر عکس ضرورت عمل را در برابر انسان قرار می‌دهد.» انسان هر چه بیشتر شناخت حاصل می‌کند و طبیعتی را که جزئی از آن است می‌شناسد و می‌فهمد، بیشتر به قدرت خاص خود پی می‌برد. بنابراین، هر چه بیشتر قدرت خاص خود را افزایش می‌دهد، بیشتر آزاد است. چنین آزادی در ابتدا داده نشده است، و بلاواسطه و مطلق به انسان اعطا نمی‌شود. آزادی به مرور افزایش می‌یابد: آزادی رهاشدن است. آزادبودن، رهاشدن از پیش‌فرض‌ها و یعنی فهم علت‌ها است. یکی از اولین پیش‌فرض‌ها، پیش‌فرض داشتن اختیار است. داشتن اختیار از این مسئله منتج می‌شود که انسان‌ها به هوس‌ها و خواست‌های خود آگاه هستند و از علت‌هایی که این هوس‌ها و خواست‌ها را به وجود می‌آورند ناآگاه هستند. بدین ترتیب، روشن کردن مسائل جبری چه در ساحت فیزیکی، چه اجتماعی، تاریخی و یا روانی، تنها راه غلبه بر هوس‌ها و در نتیجه افزایش آزادی است. بر عکس، نفی آنها محکوم کردن انسان به تحمل آنها و رها کردن انسان در حس مرگ آور ناتوانی است.

آزادی و جبرگرایی

اظهار این نکته که ما جزئی از طبیعت هستیم و در بند جبرهای موجود در طبیعت، ما را محکوم به انفعال نمی‌کند. جبرگرایی را نباید با سرنوشت محتوم یکی دانست. اعتقاد به سرنوشت محتوم دکترینی است که بر اساس آن تمامی حوادثی که برای ما اتفاق می‌افتد بر اساس سرنوشتی که محتوم و تغییرناپذیر و ضرورتی مطلق هستند. هرکاری هم که انجام دهیم، آنچه قرار است اتفاق بیافتد می‌افتد، و این اتفاق بر اساس چیزی که قبلاً نوشته و یا گفته شده روی می‌دهد. بنابراین نوعی حالت

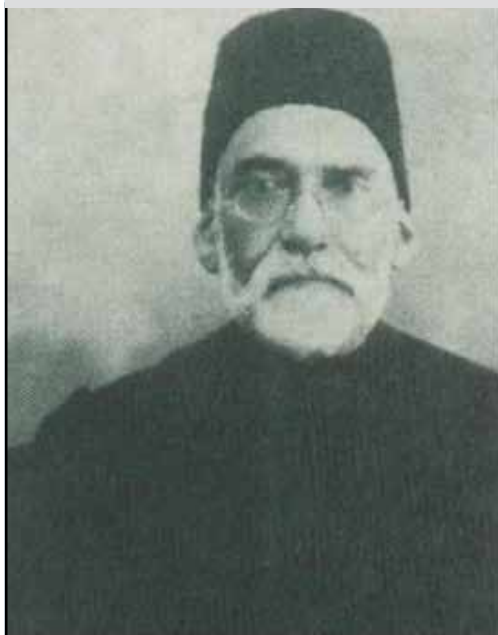
تسلیم در انسان ایجاد می‌کند. اما بر اساس جبرگرایی، که اصل آن بنیان علوم طبیعی را شکل می‌دهند، هر معلولی علتی دارد، علت‌های مشابه معلول‌های مشابه تولید می‌کنند. ارتباط بین علت‌ها و معلول‌ها آن چیزی است که به انسان اجازه می‌دهد تا بر روی طبیعت تأثیر بگذارد، آن را کشف کند و در جهت تغییر آن گام بردارد. به همین علت، لایبنیتز فیلسوف قرن هفدهم نیز در یکی از آثار خود می‌نویسد: «ارتباط میان علل و معلول‌ها نه تنها غایتی غیرقابل تحمل ایجاد نمی‌کند، بلکه راهی را در پیش رو می‌گذارد که فرض این علت‌غایی را از بین می‌برد.» بنابراین باید تمایزی بین جبرگرایی به عنوان اصلی شناخت‌شناسانه و جبرگرایی به

عنوان اصل متافیزیکی قائل بود. جبرگرایی به عنوان اصلی شناخت‌شناسانه، در حوزه علوم دقیقه قرار دارد. این علوم قوانین جهانی را فرمول بندی می‌کنند و تمامی پدیده‌های طبیعی بر

اساس این قوانین انجام می‌گیرد. طبیعت قابل پیش‌بینی است زیرا بر اساس قوانین مسلم چه قوانین فیزیکی و یا استاتیکی عمل می‌کند. جبرگرایی در معنای شناخت‌شناسانه آن از زمان توسعه علوم دقیقه، به ویژه مکانیک کلاسیک مطرح شد. حوزه اعمال آن طبیعت است و نه عمل بشر. به عنوان مثال تاریخ هرگز تکرار نمی‌شود. زیرا اگر انسان امپراتوری در امپراتوری دیگر نیست، چیزی در بین چیزهای دیگر نیز نیست. آگاهی و شعوری که انسان نسبت به حوادث کسب می‌کند، معنی و مسیر حوادث را تغییر می‌دهد. زمانی که ما حس می‌کنیم زمان ذهنی است و با زمان فیزیکی متفاوت است که زمانی عینی است. با تمایز قائل شدن میان زمان فیزیکی و زمان روانی است که برگسون تلاش می‌کند تا آزادی را از

بند جبرگرایی رها کند. وی در یکی از رساله‌های خود می‌نویسد: «تعللی که قبل از تصمیم‌گیری وجود دارد نوسان بین انگیزه‌هایی با قدرت مساوی نیست بلکه پیشرفتی پویا است که در طی آن من و انگیزه‌ها در حال شدن هستند.» سارتر به نوبه خود در مکتب هوسرل و پدیدارشناسی ادعا می‌کند که انسان دارای آزادی کامل است. انسان یک شیء نیست بلکه فاعل است. انگیزه‌ها و محرک‌هایی که به نظر می‌رسد بر روی انتخاب انسان تأثیر می‌گذارند، به صورت مکانیکی بر روی انسان تأثیر ندارند، همانطور که نیروهای طبیعی در طبیعت عمل می‌کنند. نیروی آنها نیرویی است که من به آنها بر اساس هدفی که دنبال می‌کنم، داده‌ام.

بر اساس جبرگرایی در معنای اصلی متافیزیکی، هر معلولی ناشی از علتی است که خود این علت معلول علتی ماقبل خود می‌باشد. چنین جبرگرایی با آزادی هماهنگ نیست زیرا اظهار می‌کند که معلول فلان عملی، فلان تصمیمی وابسته به علتی ماقبل آن است که آن علت خارج از برد هر عملی است. از آنجایی که غیر ممکن است کاری کنیم که آنچه که وجود داشته، وجود نداشته باشد، چنین جبرگرایی می‌تواند جبرگرایی متافیزیکی خوانده شود، زیرا بر اساس پیش‌فرض آن، تأثیر گذاری در علت و معلول‌های گذشته امکان پذیر نیست. ایمانوئل کانت فیلسوف شهیر آلمانی به ما آموخت که روابط علی با فرم زمان قابل اعمال به پدیده‌ها هستند. اما زمان به زعم کانت، فقط فرمی پیشین از حس نیست که با آن ما طبیعت را به عنوان پدیده و نه به عنوان شیئی فی‌نفسه درک می‌کنیم. در نتیجه می‌توان به امکان علیتی فرا زمان فکر کرد، علیتی قابل فهم، یعنی آزادی. ■



عبدالحکیم طائبوف



میرزا فتحعلی آخوندزاده



میرزا آقاخان کرماتی

محیط زیستی نویسنده در داستان‌هایش حضور ندارد در حیطه ادبیات مهاجرت قرار ندارد. مرگ برخی از اولین داستان‌نویسان ایران نظیر جمال‌زاده، هدایت، علوی و چوبک در غربت رخ داد.

در سال ۱۳۴۵، محمد عاصی انتشار نشریه کاوه را در برلین از سرگرفت و تعدادی از داستان‌های علوی را که در داخل کشور ممنوع‌الانتشار بود را به چاپ رساند^(۳). بزرگ علوی را می‌توان از آغازگران اصلی ادبیات مهاجرت

فراهم کرده بود اما سالیانی بعد، کودتای ۲۸ مرداد ضربه‌ی مهلکی بر بیکره‌ی ادبیات ایران وارد آورد. نویسندگانی که در داخل کشور مانده بودند دچار یأس و سرخودگی بودند و فعالان سیاسی و فرهنگی



سیده‌نی جمالزاده



بزرگ علوی



سائق هدایت

منابع:
 ۱. الهه خوشنام، مروری بر ادبیات فارسی در مهاجرت یا تبعید، دوپچه‌وله فارسی
 ۲. محمدجعفر یاحقی، جنبه‌ها و جوانب ادبیات مهاجرت در فارسی معاصر، اسفند ۱۳۸۱ و فروردین ۱۳۸۲ - شماره ۶۵ و ۶۶
 ۳. مهتاب کرانشه، مجله ادبی پیاده‌رو
 ۴. حسن میرعابدینی، سایت مرکز گسترش زبان و ادبیات فارسی، مقاله ۱۰۹۷

به مفهوم امروزی آن به شمار آورد. وی داستان‌هایی درباره‌ی تبعیدی‌ها نوشت که بعدها با عنوان «میرزا» در ایران به چاپ رسید. اگرچه اکثر آثار علوی به مانند اغلب داستان‌های اولین گروه‌های نویسندگان ایرانی، به دلیل آنکه جغرافیای داستان در آن‌ها ایران است و

که به خارج کشور گریخته بودند فعالیت ادبی قابل توجهی نداشتند. این روند در دهه ۴۰ هم ادامه یافت، به نحوی که آثار منتشر شده تشکل‌های سیاسی و دانشجویی خارج کشور منحصر به جزوات سازمانی و یا ترجمه‌ی آثار سیاسی بود.

سینماتیکا: مینی جشنواره‌ای برای معرفی هنر ایران گفت‌وگو با کتیون دیبامهر

جای دیگری کمک مالی نگرفتیم.

رایگان است. آخر هفته آینده از ۲۲ تا ۲۵ نوامبر فستیوال سینماتیکا

سینماتیکا چه بخش‌هایی دارد؟
فستیوال امسال شش بخش دارد.

الستیکا چه مجموعه‌ای است؟ هزینه برگزاری این فستیوال را چگونه تامین کرده است؟

در سالن الاستیکا واقع در ۴۶۰۲ خیابان سن لوران برگزار می‌شود. فستیوال به معرفی هنرمندان و سینماگران ایرانی اختصاص دارد. با خاتم کتیون دیبامهر، از بنیانگذاران الاستیکا و برنامه‌ریز این فستیوال گفت‌وگویی ترتیب دادیم تا جزئیات کار را از زبان خودشان بشنویم. برای اطلاعات بیشتر و ریز ساعات برنامه‌ها می‌توانید به وبسایت laelastica.org می‌توانید مراجعه بفرمایید.

فیلم‌های ایرانی بدون دیالوگ

بخش اول فیلم‌های ایرانی بدون دیالوگ است. ما این فیلم‌ها را به صورت صامت پخش می‌کنیم و یک سری از موزیسین‌های مونترالی به طور زنده بر روی فیلم موسیقی می‌نوازند. ایده اصلی همان آشنایی فرهنگی است و ارائه جدیدی از فیلم ایرانی، یک نوع هم‌نوایی. این برنامه ۲۲ نوامبر ساعت ۲۰:۳۰ برگزار خواهد شد.

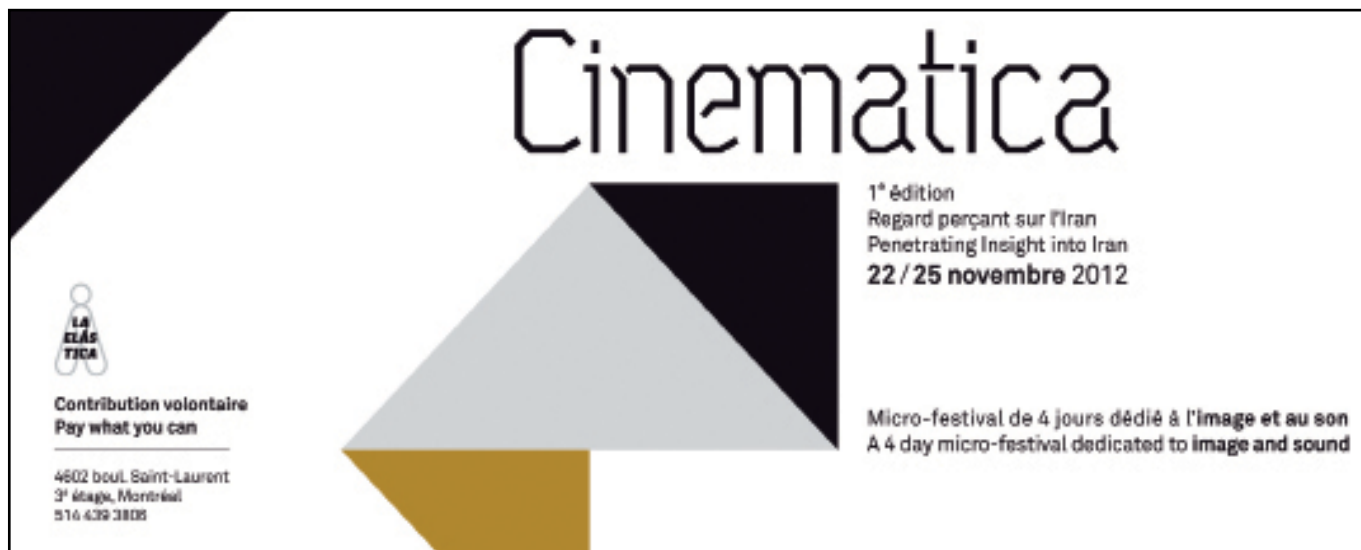
ویدیو آرت، مجموعه‌ای ویدیو کلیپ ساخته جوانان داخل و خارج ایران

بخش دوم ویدیو آرت است که مجموعه‌ای ویدیو کلیپ است ساخته جوانان داخل و خارج ایران. این کلیپ‌های یک تا چهارده دقیقه‌ای را خاتم ساندراسکورویدا (Sandra Skurvida) که یک کمیسر هنری است

الستیکا (La Elastica) مجموعه‌ای از پنج نفر از علاقمندان هنر و فرهنگ است: Amélie Côté, Lucas Diaz Gallardo, Claire-Amélie Martinant, Aleksandra Małgorzata کتیون دیبامهر. سالن ما محلی است برای اشاعه هنرهای چند زمینه‌ای (Multi-Discipline Art) و ما با گروه‌های مختلفی در زمینه‌های مختلف هنری در فرمت‌های کوچک و ساده همکاری داریم. یعنی در الاستیکا ما زمینه‌های مختلف هنری را در هم می‌آمیزیم که شاید با ایجاد محیطی باز و مساعد برای همکاری هنر نویی به وجود بیاوریم. هدفمان این است که ایستا نباشیم و در مقابل ایده‌های مختلف الاستیسیته و انعطاف از خودمان نشان بدهیم. دست آخر ما تصمیم گرفتیم پس انداز دو سال اخیر الاستیکا را برای این فستیوال استفاده کنیم و از هیچ

سینماتیکا چه پروژه‌ای است؟

سینماتیکا یک مینی فستیوال است و در حقیقت به عنوان پلتفرمی برای صدا و تصویر ایران تعریف شده است. هدف این فستیوال معرفی کارهای جوانان ایرانی، به خصوص هنر زیرزمینی امروز به غیر ایرانیان است. امیدمان این است که سینماتیکا به بستری برای آشنایی میان فرهنگ ایرانی و دیگر فرهنگ‌ها بشود. سینماتیکا اولین فستیوالی است که گروه الاستیکا برگزار می‌کند و شرکت در آن برای تمام علاقمندان



Cinematica

1^{re} édition
Regard perçant sur l'Iran
Penetrating Insight into Iran
22 / 25 novembre 2012

Micro-festival de 4 jours dédié à l'image et au son
A 4 day micro-festival dedicated to image and sound

LA ELASTICA

Contribution volontaire
Pay what you can

4602 boul. Saint-Laurent
3^e étage, Montréal
514 639 3806

جمع آوری کرده و به یک فیلم سه ساعته تحت نام *Mise en abyme* تبدیل‌شان کرده است. ساندرای بسیار علاقمند به هنر ایرانی است و در سفرهایش به ایران استعدادهای زیرزمینی را کشف می‌کند و به غیر ایرانیان معرفی می‌کند. او در شهرهای مختلفی برنامه گذاشته که آخرینش ژوئن گذشته در مرکز ژورژ پمپیدو پاریس بود. این فیلم را ما دو قسمت کرده‌ایم که در ۲۳ و ۲۴ نوامبر پخش خواهد شد. بعد از برنامه نیز میزگردی با ساندرای خواهیم داشت.

چهار فیلم کوتاه

بخش سوم فیلم‌های کوتاه است. چهار فیلم کوتاه داریم. فیلم اول شاعرکشی (*Poeticide*) از پیام مفیدی از هنرمندان مقیم مونترال است. فیلم دوم ویدیو کلیبی است که ایلیا فیروزآبادی و پیام مفیدی برای گروه موسیقی ساخته‌اند و برای اولین بار اکران می‌شود. فیلم بعدی *City as art* ساخته علیار رستی است. این فیلم که به صورت آنلاین نیز در دسترس است نگاهی هنری با تصاویر بسیار زیبا به شهر تهران دارد و به کار معرفی تهران به شکلی که ما مهاجران به خاطرش می‌آوریمش می‌آید. این سه فیلم ۲۲ نوامبر ساعت ۲۰ پخش خواهند شد. فیلم بعدی «پروژه جعفر پناهی» است. تهیه کننده‌ی این کار *Marcel Jean* از تهیه کنندگان بنام مونترال است. برای این فیلم ده نفر از کارگردانان مونترالی گرد هم آمدند و برای همدردی با حکم پنج سال زندان و بیست سال محرومیت از کار جعفر پناهی، تصمیم گرفتند چهار فیلم بسازند و مجموعه را به عنوان یک پروژه ارائه کنند. این کار که برای اولین بار در فستیوال *Nouveau Cinema* اکران شد نشان از ارج و قربت سینمای ایران نزد سینماگران کبک دارد.

بخش چهارم تئاتر

بخش چهارم تئاتر است. آقای نسیم سلیمان‌پور، جوانی ۲۹ ساله ساکن ایران است که به دلایلی ممنوع الخروج است و همین مسأله را دستمایه نمایشنامه‌ای قرار داده است و از تجربه‌های نسل بچه‌های جنگ می‌گوید. این نمایشنامه به خصوص در اروپا محبوبیت زیادی پیدا کرده و در یکی از فستیوال‌های معروف تئاتر اجرا شد. برگردان انگلیسی این نمایشنامه که در حقیقت یک تک‌گویی است در سینماتیکا روخوانی خواهد شد. ترتیب کار نیز به این صورت است که متن درست در لحظه اجرا برای اولین بار به بازیگر تحویل داده خواهد شد.

فیلم بلند «سوگواری»

بخش پنجم فیلم بلند «سوگواری» ساخته مرتضی فرشباف است. مرتضی جوانی ۲۵ ساله ساکن تهران است و این اولین فیلم بلندش است. این فیلم در مورد مواجهه کودک با آینده و نگاه بزرگسالان با مقوله آینده است. این فیلم ۲۳ نوامبر ساعت ۶ اکران خواهد شد و پس از نمایش فیلم جلسه‌ای از طریق اسکایپ با سازنده فیلم خواهیم داشت. فیلم دیگر *The white meadows* یا کشتزارهای سپید ساخته محمد رسول‌اف است که وی نیز همزمان با جعفر پناهی دستگیر شده بود. کار رسول‌اف کاری افسانه‌ای و تجربی است. این فیلم برنامه آخر ما در روز ۲۵ نوامبر خواهد بود. همزمان با اکران این فیلم شامی خانوادگی به بینندگان ارائه خواهد شد. اگر مایل به شرکت بودید با ایمیل infocinematica@gmail.com جا رزرو بفرمایید.

کارگاه برای کودکان

بخش ششم یک کارگاه برای کودکان است. هدف این کارگاه آشنا کردن کودکان ایرانی‌تباری است که به علت بزرگ شدن در جامعه کانادا با افسانه‌ها و خاطرات

جمعی ایرانی‌آشنایی ندارند. کارگاه را دو انیماتور یکی ایلیا فیروزآبادی و دیگری لئو ماراویلا *Leo Maravilia* اداره می‌کنند و به هر دو زبان فارسی و فرانسه اداره خواهد شد. لئو ماراویلا در دانشگاه کنکوردیا در مورد تعلیم هنر دانشجو است. ایده‌ی اصلی انتقال عناصر فرهنگ ایرانی به کودکان است، برای مثال از سیمرغ در نقاشی کردن و کلاژ کردن استفاده خواهد شد که حین تفریح کودکان با افسانه سیمرغ آشنا بشوند. گروه‌بندی سنی نیز وجود دارد. در روزهای ۲۴ و ۲۵ نوامبر، از ۵ تا ۹ ساله‌ها ساعت ۱۰ تا ۱۱ صبح کارگاه خواهند داشت، ۹ تا ۱۲ ساله‌ها بین ۱۱ تا ۱۲ ظهر و از ۱۲-۲ ظهر شرکت در کارگاه برای عموم آزاد است. ناهار رایگانی نیز تدارک دیده شده و والدین می‌توانند بچه‌ها را طی این مدت برای تفریح و ناهار خانگی به ما بسپارند. البته باید پیش‌تر از طریق ایمیل infocinematica@gmail.com جا رزرو کنند. در ضمن آغاز فستیوال با سخنرانی کوتاهی از امیر خدیر خواهد بود. در ضمن لازم است یادآوری کنم علی‌رغم اینکه اکثر قطعه‌های هنری فستیوال کارمایه سیاسی دارند، خود فستیوال بدون هیچ موضع‌گیری سیاسی است و هدف فقط حمایت از جامعه هنری ایران است.

برای سال آینده چه برنامه‌ای دارید؟

الاستیکا برنامه‌های معمول خود را ادامه خواهد داد. در زمینه این فستیوال ممکن است سینماتیکای سال آینده به کشورها یا فرهنگ‌های دیگر اختصاص یابد. در عین حال اگر فستیوال امسال با استقبال روبرو شد، ممکن است از سال آینده به عنوان یک فستیوال اختصاصی فیلم‌ها و هنر ایرانی به کارش ادامه دهد. این بار اول در حقیقت آزمایشی است برای اینکه تصمیم بگیریم سال آینده به چه سمتی فستیوال را باید پیش ببریم ■

22 novembre	23 novembre	24 novembre	25 novembre
16h30—23h	17 h—23h	10h—3h	10h—22h
Ouverture / Musique Duo Granatas	Théâtre White Rabbit, Red Rabbit / Nassim Soleimanpour	Art visuel Ateliers créatifs pour enfants	Art visuel Ateliers créatifs pour enfants
Courts-métrages Poeticide / Payam Mofidi Skin / Payam Mofidi + Ila Firouzabadi	Audiotvisuel Performance de réappropriation sonore du film #2 Par David Lafrance	Vidéo-art Programme Mise en Abyme 1 ^{re} partie En présence de la commissaire Sandra Skurvida	Vidéo-art Programme Mise en Abyme 2 ^e partie En présence de la commissaire Sandra Skurvida
Audiotvisuel Performance réappropriation sonore du film <i>Turtles Can Fly</i> Par Nimalan Yoganathan		Long-métrage* The White Meadows Mohammad Rasoulof	Court-métrage Covo d'Oro / Siamak Etemadi
		Audiotvisuel Réappropriation sonore du film #3 Par Alex Mohammadi	Long-métrage* + souper de clôture Mourning / Morteza Farshbaf
Films en version originale sous-titrés en anglais Films are presented in original versions with English subtitles		Musique Booma?	
*The White Meadows & Mourning sont coprésentés par Global Film Initiative / Global Lens Collection globelfilm.org			Horaire complet Full schedule > laelastica.org Suivez-nous sur Facebook!

اخبار کوتاه ورزشی

◀ نوشاد عالمیان، به عنوان سهمیه زیر ۲۱ سال به فینال بزرگ تور جهانی راه پیدا کرد. او نخستین بازیکن ایرانی است که در تاریخ تنیس روی میز ایران به این مسابقات راه می باید. حضور در تورهای های حرفه‌ای لهستان و آلمان، کسب مقام سوم امیدها در رقابت‌های لهستان و قهرمانی در رقابت‌های زیر بیست و یک سال در آلمان باعث شد، نوشاد عالمیان امتیاز لازم را برای حضور در فینال بزرگ تور حرفه‌ای جهانی به دست آورد.

◀ نواک جکوویچ تنیس باز شماره یک جهان در فینال تور جهانی تنیس و آخرین تورنمنت سال، در دو ست راجر فدرر را شکست داد و سال دو هزار و دوازده را بعنوان بهترین تنیس باز جهان به پایان برد. جکوویچ پس از پیروزی بر راجر فدرر، قهرمانی‌اش در فینال تور جهانی را به پدر بیمارش تقدیم کرد.

◀ تیم ملی جوانان ایران، در مرحله یک چهارم نهایی مسابقات جوانان آسیا چهار بر یک از کره جنوبی شکست خورد و توانست سهمیه حضور در جام جهانی جوانان جهان را کسب کند. تیم ملی جوانان ایران، در سال ۱۹۷۶ و به همراه کره جنوبی قهرمان این رقابت‌ها شده بود و در سال ۲۰۰۰ هم با کسب عنوان چهارمی جواز حضور در جام جهانی را کسب کرده بود.

◀ تیم ملی ایران در مرحله یک هشتم نهایی جام جهانی فوتسال، دو بر یک مقابل کلمبیا شکست خورد و از دور این رقابت‌ها حذف شد.

◀ تیم ملی فوتبال ایران در بازی حساس مسابقات مقدماتی جام جهانی برزیل، در ورزشگاه آزادی یک بر صفر از ازبکستان شکست خورد. با این شکست ایران شانس صعود مستقیم به مسابقات را تا حد زیادی از دست داد. در حال حاضر تیم ازبکستان با ۸ امتیاز در مکان اول، کره جنوبی با یک بازی کمتر و ۷ امتیاز دوم و ایران و قطر هم در جایگاه سوم و چهارم قرار دارند.

◀ عباس ترابیان رییس کمیته فوتسال فدراسیون فوتبال استعفای کتبی خود را به صورت رسمی به علی کفاشیان رییس فدراسیون فوتبال ارائه کرد. ترابیان پیش از این به دلیل ناکامی تیم ملی فوتسال در رقابت‌های جام جهانی این رشته به صورت شفاهی و در صحبت با رسانه‌ها استعفای خود را اعلام کرده بود.

هفته سیاه



فوتبال ایران تنها در مدت زمان یک هفته سیاه‌ترین خاطرات و غمناک‌ترین لحظات را ثبت کرد و مردم تا حدود زیادی ناامید شدند. رها کردن بهترین بهانه برای اتحاد و شادی و فراموش کردن دردها و غم‌های آشکار و پنهان، اتفاق تلخی بود اما دیگر کار از کار گذشته بود و باید حقیقت را قبول می‌کردیم. حقیقتی که البته خیلی وقت است قبولش داریم اما چه کنیم که گاهی دلمان نمی‌آید به رخس بکشیم و دلخورش کنیم، این فوتبال زخمی و بی‌کس‌وکار را می‌گوییم، همین فوتبال پتیم و آواره‌ای که این روزها ناهلان غیرفوتبالی (بخوانید نظامی و سیاسی) مالک آن هستند و زحمتکشان و اهالی راستینش بدجوری به خانه‌نشینی و شاید خوش‌نشینی عادت کرده‌اند.

اوایل هفته پیش بود که فهمیدیم فوتسال ایران حذف شده است، فوتسال خوب شروع کرد اما آنقدر بزرگیم در فوتسال که این خوب شروع کردن دیگر برای کسی مایه شادی و افتخار نیست. توقع از فوتسال به حق بالا بود و مردم منتظر بودند هر چه زودتر فوتسال‌یست‌های ملی‌پوش خود را در جمع ۴ تیم برتر دنیا ببینند، سوالی که مردم در تاکسی و اتوبوس و محل کار از هم می‌پرسیدند این بود که آیا این بار به فینال می‌رسیم؟ آیا قهرمان جهان می‌شویم؟

اما پاسخ تیم ملی فوتسال ایران به این سوالات شکست مقابل تیم شانزدهم فوتسال جهان یعنی کلمبیا بحران‌زده بود، تیمی که مربی آن بعد از شکست ایران، در کنفرانس خبری گریه کرد و گفت: ما امروز به رویای خود دست پیدا کردیم!

با خود گفتم خوش به حالت، ما که سال‌های سال است که رویاهای خود دست پیدا نمی‌کنیم و دیگر به همین رویاپردازی‌ها هم بدبین شده‌ایم.

بعد از آن خاطره تلخ، نوبت به تیم ملی فوتبال جوانان ایران رسید، آنها هم کم نگذاشتند، تیم ملی فوتبال جوانان ایران که شروع خوبی داشت مقابل تیم ملی کره جنوبی حقیقتاً تحقیر شد و کادر فنی و مربیان در فرودگاه تهران با سرافکنندگی از مقابل مردم عبور کردند.

مردم خیلی خوب می‌دانستند که دلیل این ناکامی‌ها چیست، نه تنها فوتبال که هر چیز در دست اهلس به منزل می‌رسد و بار کج نمی‌شود اما بار کج فوتسال ما که از دست بزرگانی چون شمس و شمسانی گرفته شده

هر روز هر روز

مونترال <> تورنتو <> مونترال

مسافر، بار و بسته با نرخ‌های باور نکردنی

Montreal: 514-887-0432

Toronto: 647-822-2529

پویا برگزار می‌کند:

کلاسهای تقویتی
و زبان با گروه علمی پویا

ریاضی، فیزیک، شیمی، زیست‌شناسی، فرانسه و انگلیسی

دوره های دبستان، دبیرستان، کالج و دانشگاه

1396 Saint-Catherine Street West #309
Montreal, QC H3G 1P9

(514) 690 6343



مرکز اجتماعی کمک به مهاجرین

CSAI

www.centrecsai.org

با بیش از ۶۵ سال سابقه کمک به مهاجرین:

کلاس های فرانسه (رایگان)

کلاس های رزومه نویسی (رایگان)

کارگاه های آماده سازی مصاحبه کاری (رایگان)

مشاوره اجتماعی، اداری، آموزشی و شغلی

تنظیم دعوت نامه رسمی

تایید و برابر با اصل کردن مدارک

آموزش کامپیوتر و استفاده از اینترنت

Centre Social D'Aide Aux Immigrants

6201 rue Laurendeau, Montreal, QC H4E 3X8

514-932-2953

از دوشنبه تا جمعه، ۱۰:۳۰ تا ۱۲:۳۰



بود این که به منزل نرسید و فوتبال پایه ما نیز مقابل کره جنوبی تحقیر شد. اما هنوز هم جای امیدواری بود، با تیم ملی و کپروش و نمازی و کادر فنی مجرب و بودجه‌ای که تامین شده بود، کفایشانی که گویا سر عقل آمده بود و سیاسیونی که به اصرار پیش‌کسوتان کمی عقب‌نشینی کرده بودند تا فوتبال هم کمی نفس بکشد، میزبان ازبکستان بودیم، می‌گفتند اگر در آزادی ازبک‌ها را شکست دهیم برای گرفتن جشن صعود یک گام کوچک دیگر باقی مانده است.

آزادی بود و بارش بارانی سخت اما مردم مثل همیشه آمدند، تشویق کردند، خیس شدند و در نهایت هم با دلخوری و چشمانی پر آزادی را رها کردند، ما مقابل ازبکستان شکست خوردیم تا آخرین امیدمان برای حضور در جام جهانی ۲۰۱۴ برزیل پیروزی بر قطر باشد که کاریست نه چندان ساده و راحت.

هفته سیاه فوتبال ایران در کنار سیاهی‌های دیگر دل مردم را آزرده، دوباره همه در اتوبوس به زمین خیره شدند و هیچکس یاری حرف زدن نداشت، دوباره همه ساکت شدند و آخرین بهانه‌ها برای کمی، فقط کمی شادی بار دیگر از بین رفت. در همین راستا سخنان علی دایی و انتقادات او نیز خواندنی بود و روزنامه‌ها که به شدت از دست کفایشان دلخور بودند به این بخش به خوبی پرداختند: علی دایی گفت: نمی‌خواهم در مورد تیم ملی حرف بزنم اما از فدراسیون می‌خواهم که دیگر لیگ را تعطیل نکند. این همه لیگ را تعطیل کردیم که به نتیجه برسیم و تیم ملی موفق شود اما اینگونه نشد. اگر تیم ملی موفق باشد مشکلی با تعطیلی لیگ ندارم اما وقتی در تهران به ازبکستان می‌بازیم تمام فوتبال ایران زیر سوال می‌رود.

وی افزود: تمام تیم‌های ملی موفق در دنیا لیگ‌های پویایی دارند و در کنارش جام حذفی را هم برگزار می‌کنند. تیم‌های مطرح باشگاهی هم در چند لیگ حضور پیدا می‌کنند و تنها در ایران است که چنین تصمیمات عجیبی گرفته می‌شود. علت این تصمیمات هم این است که یک آدم فوتبالی به ندرت در فدراسیون فوتبال ایران پیدا می‌شود. چون یک فوتبالی برای فوتبال ایران تصمیم‌گیری نمی‌کند برنامه‌هایی اجرا می‌شود که به ضرر ما است. در تاریخ بازی‌های ملی به یاد ندارم که چنین اتفاقی افتاده باشد. حتی زمانی که من سرمربی تیم ملی بودم برای برگزاری یک بازی دوستانه پدرم را در آوردند اما حالا به راحتی لیگ را تعطیل می‌کنند. بازی دوستانه برگزار می‌شود تا بازیکنان پیش از بازی رسمی با هم هماهنگ شوند اما بازیکنانی که مقابل تاجیکستان بازی کردند مقابل ازبکستان به میدان نرفتند با این حساب برای چه آن بازی دوستانه برگزار شد؟ در بازی دوستانه و رسمی دو تیم متفاوت به میدان رفتند در حالی که می‌شد برای تست جوان‌ترها و تازه واردها بازی‌های غرب آسیا را در نظر گرفت. به هر حال نمی‌دانم ملاک بازی دوستانه با تاجیکستان چیست باید پشت هر بازی برنامه‌ای باشد.

شهاب الدین عزیزی‌خادم، عضو هیئت رئیسه فدراسیون فوتبال نیز گفت: توجه به اتفاقاتی که رخ داده، اداره فدراسیون سخت شده است. اختیارات بیش از اندازه به یک نفر داده شده و هنگامی که چنین کاری صورت بگیرد نتیجه همین می‌شود. من این نقد را به فدراسیون دارم که نباید این کار را می‌کرد. ما حتی در این وضعیت لیگ درستی هم نداریم. این شکست ما مقابل ازبکستان باعث شد شیرینی بازی با کره از مردم گرفته شود. فکر می‌کنم هیئت رئیسه باید به سرعت تشکیل جلسه دهد. تیم ملی مدیر رسانه‌ای و سرپرست ندارد و تمام اختیارات صفر و صد در اختیار سرمربی است. این مسئله حتی در مسائل داخلی و لیگ هم وجود دارد. هنگامی که ما مدیر رسانه‌ای و سرپرست نداشته باشیم نتیجه همین می‌شود. هیچ جای دنیا اینگونه نیست و تیم‌های اطراف ما که سرمربی خارجی دارند مانند ما نیستند. ■



مثلا کباب کنید، این ملکول می‌شکند و قابل جذب می‌شود. ایتالیایی‌ها با خوردن پیترزا و انواع سوس‌های گوجه‌فرنگی (درکنار ماکارونی و اسپاگتی‌ها) از بسیاری بیماری‌ها جلوگیری می‌کنند. از دیگر خاصیت‌های آن جلوگیری از پیری زودرس است.

سیاهدانه: دارویی علیه ایدز

در بسیاری از ادیان دنیا از سیاهدانه بعنوان دانه برکت اسم برده‌اند. در حال حاضر در بسیاری مراکز درمانی دنیا از سیاهدانه برای درمان بسیاری از سرطان‌ها استفاده می‌کنند. این ماده غذایی کلسترول خون را پائین می‌آورد. قند خون را نیز کاهش می‌دهد. ضدباکتری و قارچ است. بهترین دارو برای بیماری‌های دستگاه تنفسی است. برای کسانی که کم‌کاری کبد و کلیه دارند بسیار خوبست. البته در سیاهدانه ارسینیک وجود دارد و به این دلیل زیاده‌روی در مصرف آن خوب نیست. دوست قلب و عروق است. برای درمان درد مفاصل مفید است. الان در چندین بیمارستان در آمریکا از عصاره سیاهدانه برای درمان ایدز استفاده می‌کنند. سیاهدانه ۱۵ نوع اسید آمینه دارد و ما هیچ غذایی نداریم که مانند سیاهدانه آنقدر اسید آمینه داشته باشد. مقدار زیاد کلسیم، پتاسیم و آهن، مخصوصا پتاسیم موجود در سیاهدانه فشار خون را پائین می‌آورد.

در بخش پایانی سخنرانی خود دکتر پرویز قدیربان به رابطه چند بیماری با تغذیه اشاره کرد و سپس به سوالات حاضران پاسخ داد.

خوردن نیست چون در اثر نور موثر آن تبدیل به مواد سمی می‌شود. روغن زیتون را باید در قوطی‌ها و شیشه‌های تاریک و در جای خنک نگهداری کرد اما نه در یخچال.

یک رژیم خاص غذایی در مدرن‌ترین کلینیک‌های سلامتی امریکای شمالی و اروپا مورد استفاده قرار می‌گیرد. به آن می‌گویند رژیم مدیترانه‌ای. ماجرای این رژیم چیست؟

دانشمندان دیدند که با وجود آن‌که ایتالیایی‌ها اکثرا وزنشان بالاست و چاق هستند خیلی کم سخته می‌کنند و خیلی کم سرطان می‌گیرند. مدت‌ها دلیل آن شناخته نبود. سرانجام مطالعه عادت‌های غذایی این مردم نشان داد که در رژیم غذایی ایتالیایی‌ها



دانه‌های روغنی مثل پسته، بادام و گردو؛ روغن زیتون؛ غذای دریایی؛ گوجه‌فرنگی و مشتقات آن و همچنین لبنیات جایگاه ویژه‌ای دارند. تحقیقات بیشتر نشان داد که احتمالا این مجموعه سبب سلامتی بدن و افزایش سیستم ایمنی در مردمان سواحل مدیترانه شده‌است. از آنجا بود که رژیم مدیترانه‌ای تعریف شد و پنج گروه مواد غذایی برشمرده را دربرمی‌گیرد.

گوجه‌فرنگی کبابی

۴ برابر مفیدتر از گوجه خام

اگر گوجه‌فرنگی را خام مصرف کنید فقط ۲۰٪ لیکوپن lycopene، مهمترین آنتی‌اکسیدان موجود در آن، جذب می‌شود. ولی اگر آنرا حرارت بدهید

صد سال و بیشتر عمر دارند ولی حافظه‌شان دست نخورده است این‌ها مدیون چای سبز هستند. این چای برای پیشگیری سرطان کلیه خوب است.

بد نیست دوباره تاکید کنم که تمام موارد بحث امشب من توسط طب مدرن تایید شده. در چای دو ماده هست یکی بنام EGCG و یکی بنام کاتوچین این دو ماده آنتی‌اکسیدان‌های قوی هستند. درمان عفونت‌ها، جلوگیری از پیری زودرس، محافظت پوست بدن، تخفیف دردهای مفاصل، درمان کبد چرب و درمان آلرژی از دیگر خاصیت‌های چای سبز است. ولی در مصرف آن نباید زیاده‌روی کرد و روزی ۵ فنجان کافیهست. با وجودی که چای سبز برای کبد خوبست نوشیدن بیش از حد آن به کبد صدمه می‌زند. در مورد سوختگی پوست که مثلا در اثر رادیوتراپی بیماران سرطانی رخ می‌دهد هنوز طب مدرن دارویی ندارد. بیمار مدتها در اثر این سوختگی ناراحت است ولی اخیرا دیده شده که عصاره چای سبز به سرعت عوارض سوختگی را برطرف می‌کند. به عنوان نمونه می‌گویم، یک نفر که دچار زونا شده بود و بسیار ناراحت بود به من مراجعه کرد. می‌گفت نمی‌تواند بنشیند و شب‌ها نمی‌تواند از شدت درد در بستر خود دراز بکشد. من مقاله مربوط به تاثیر چای سبز را خوانده بودم. گفتم در وان حمام مقداری چای سبز بریزد و در آن بنشیند. او بعد از یک هفته تماس گرفت و گفت زندگی‌اش عوض شده و ناراحتی‌اش تا حدودی درمان شده است.

روغن زیتون

و رژیم اعجازانگیز مدیترانه‌ای

در سرزمین‌های مدیترانه‌ای در حدود ۴۵۰۰ سال قبل روغن زیتون را می‌شناختند. خانم‌هایی که هفته‌ای دو بار و هر بار یک قاشق غذاخوری روغن زیتون می‌خورند ۴۰٪ کمتر سرطان سینه می‌گیرند. برای سرطان‌های دیگر مثل سرطان پوست و رودهی بزرگ نیز موثر است. این ماده هم ارزان، هم خوشمزه است و مصرف آن هم راحت است. قند خون را پائین می‌آورد و درد مفاصل را کاهش می‌دهد. روغن زیتون‌هایی که در شیشه است قابل استفاده و

THREE SEEDS

معجون ۳ دانه

محصولی از دکتر پرویز قدیربان

سیاهدانه و هسته‌انگور و تخم‌کتان

برای تقویت سیستم ایمنی بدن و پیشگیری بسیاری از بیماری‌ها به بازار آمد

برای سفارش جزئی و کلی شماره‌ها، ایمیل و تارنمای زیر تماس بگیرید:

514.223.3336 (تپش) مونتال
905.709.2788 توروئو
604.825.3603 ونکوور

epidemioresearch@yahoo.com
www.allnaturalremedies.net

داشتن سیستم ایمنی سالم و قوی موثرترین روش پیشگیری و درمان بیماری هاست



توجه: این مقاله آموزشی است و جنبه درمانی ندارد. هر دارویی باید با تشخیص پزشک و نسخه او تهیه و مصرف شود.

سرطان روده بزرگ (۲)

چند راهنمایی برای پیشگیری

مکمل‌ها

(۱) ویتامین D: در نتیجه مطالعات روی ویتامین‌ها انجمن کانادائی سرطان از سال ۲۰۰۷ پیشنهاد می‌کند که روزی ۱۰۰۰ واحد مکمل ویتامین D در پائیز و زمستان مصرف شود. این انجمن همین طور می‌خواهد که امکان کمیود ویتامین D را خواهند داشت مانند سالخوردگان - ارادیکه پیگمانتاسیون پوست آنها تیره‌تر است و افرادی که در زیر نور آفتاب قرار می‌گیرند نیز مکمل ویتامین D مصرف کنند در این باره با پزشک خود مشورت کنید.

(۲) آسپرین: مصرف روزانه یک قرص آسپرین (اسید استیل سالیسیلیک می‌تواند تولید نوعی محافظت بکند مطالعات اپیدمیولوژیک نشان داده که افرادی که اغلب آسپرین مصرف کرده‌اند کمتر دچار سرطان کولورکتال شده‌اند ولی باید مواظب بود زیرا آسپرین امکان خونریزی را زیاد می‌کند

(۳) آنتی‌انفلاماتوارهای غیر استروئیدی: به غیر از آسپرین سایر داروهای آنتی‌انفلاماتوار می‌توانند دارای آثار محافظت‌کننده از تولید پولیپ‌های روده‌ای و سرطان کولورکتال بشوند. مانند ایبوپروفن (ادویل -

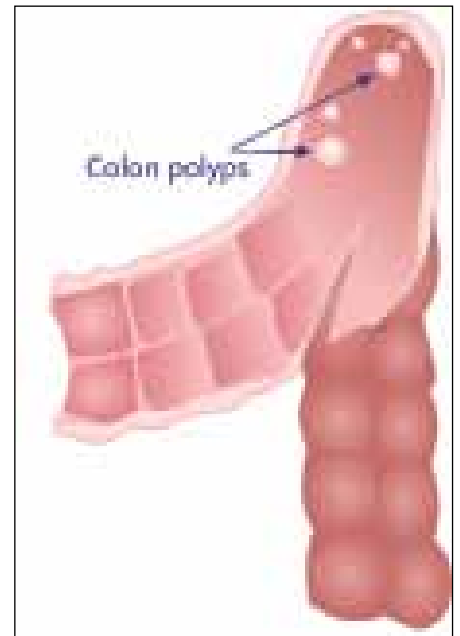
و نیمه سنگین امکان بیماری را تا ۵۰ درصد کم می‌کند.

(۳) مصرف الکل را کم کنید. انجمن سرطان کانادا پیشنهاد می‌کند که خانم‌ها یک اونس (شات) و آقایان ۲ اونس بیشتر در روز مصرف نکنند.

(۴) مواظب وزن‌تان باشید که در حد طبیعی باشد.

(۵) استفاده به اندازه کافی میوه و سبزی و نان کامل و امثال آن که با دانه کامل تهیه شده کمک به پیشگیری از سرطان کولورکتال می‌کند زیرا این مواد غذایی حاوی ویتامین‌ها، مواد معدنی، فیبرها، و آنتی‌اکسیدان‌ها هستند. توصیه می‌شود از انواع مختلف آنها استفاده کنید مخصوصاً آنهایی که حاوی کلسیم، منیزیم، ویتامین B6 و غیره هستند. مصرف کافی سبزی‌ها و میوه‌ها باعث کم شدن امکان ابتلا به انواع دیگر سرطان‌ها نیز می‌شود.

(۶) تا حد امکان مصرف گوشت قرمز، بویژه گوشت‌های آماده مصرف مانند کالباس، سالامی، ژامبون، ژامبون دودی، سوسیس‌ها و گوشت‌های کباب شده را کم کنید. اشخاصی که ۷ بار در هفته گوشت می‌خورند ۸۵ درصد امکان بیماری‌شان بیشتر از آنهایی است که ۳ بار در هفته گوشت می‌خورند.



(۱) سیگار نکشید و اگر می‌کشید ترک کنید.
(۲) فعال باشید و ورزش کنید. فعالیت‌های ورزشی سنگین

این یک جشن تولد نیست!!!

CaféLitt



مورتن و غیره و ناپروکسن Naproxene مانند Aleve و Naproxyn و غیره.

درمان‌های دارویی برای سرطان کولورکتال

نوع درمان انتخاب شده بستگی به پیشرفت سرطان دارد و هر چه زودتر تشخیص داده شود نتیجه بهتر خواهد بود.

جراحی: جراحی درمان اولیه است و قسمت سرطانی روده بزرگ و رکتوم برداشته می‌شود. همین‌طور نسوج سالم اطراف غده سرطانی. اگر سرطان در مرحله اولیه باشد گاهی کافیست که فقط پولیپ‌ها هنگام کولون‌سکوپی برداشته شوند. اگر سرطان رکتوم را گرفته باشد و حذف قسمت بزرگی از نسوج ضروری باشد، کولوستومی Colstomie انجام شود و مخرج مصنوعی از طریق سوراخی که در شکم تولید می‌شود بوجود می‌آید و مواد دفعی از آن خارج شده و در کیسه‌ای از بدن می‌ریزد.

امکان اینکه عمل جراحی برای پیش‌گیری درنزد افرادی که در خطر شدید سرطان کولورکتال هستند انجام شود.

رادیوتراپی و شیمیوتراپی

این نوع درمان‌ها اغلب برای از بین بردن سلولهای

سرطانی که به گانگلیون‌های لیمفوناتیک یا سایر نسوج مهاجرت کرده‌اند بکار می‌روند. اغلب به‌عنوان درمان مکمل و یا گاهی به‌عنوان تنها درمان، هنگامی که درمان دیگری وجود ندارد، استفاده می‌شود.

رادیوتراپی: انواع اشعه‌های یونیزانت بسیار قوی بطرف غده سرطانی هدایت می‌شوند و قبل و بعد از جراحی بکار می‌رود و این بستگی به نوع درمان انتخاب شده دارد. رادیوتراپی می‌تواند باعث شکم‌روش - خونریزی از رکتوم - خستگی، بی‌اشتهایی و حالت تهوع بشود. شیمیوتراپی: استفاده از مواد شیمیائی سمی بصورت قرص یا تزریقی است و می‌تواند باعث آثار ناخواسته زیادی بشود مانند خستگی، حالت تهوع، و ریزش موها. داروها

گاهی از داروهائی که از یخس شدن سلول‌های سرطانی جلوگیری می‌کنند استفاده می‌شود. گاهی به تنهایی و گاهی با درمانهای دیگر. به‌عنوان نمونه Avastin باعث کم شدن رشد غده می‌شود زیرا از تولید رگ‌های خونی در داخل غده جلوگیری می‌کند و هنگامی مصرف می‌شود که متاستاز تولید شده باشد.

طب مکمل

طب مکمل مانند طب سوزنی visualisation، ماساژ درمانی و یوگا بعنوان کامل‌کننده درمان بکار می‌روند نه

به‌عنوان درمان.

طب مکمل برای پیشگیری

کلسیم: دریافت مقدار لازم کلسیم از طریق مواد خوراکی یا مکمل‌ها به‌مقدار کمی امکان مبتلا شدن را کم می‌کند و در نزد اشخاصی که هم‌زمان ویتامین D مصرف می‌کنند این اثر قوی‌تر است. زیرا این ویتامین باعث جذب مقدار بیشتری کلسیم می‌شود یک مطالعه در سال ۲۰۰۹ این اثر را نشان داده است.

اسید فولیک (ویتامین B۹): دو مطالعه نشان داده که مصرف طولانی مکمل ویتامین‌ها حاوی ویتامین B۹ باعث کاهش امکان بیماری در نزد خانم‌ها می‌شود. یک متآنالیز در سال ۲۰۰۵ چاپ شده که روی ۷ مطالعه بی‌شاهد و ۹ مطالعه همراه با شاهد انجام شده است. این آنالیز نشان می‌دهد که FOLAT یعنی B۹ که در اغذیه وجود دارد می‌تواند دارای اثر کمی علیه سرطان داشته باشد.

سیلینیوم: مطالعات اپیدمیولوژیک بسیار بزرگی نشان داده که سیلینیوم تولید سرطان‌های دستگاه گوارش و پولیپ‌های سرطانی را کم می‌کند.

این را یک متآنالیز در سال‌های ۲۰۰۸ هم نشان داده ولی آثار پیشگیری‌کننده سیلینیوم به علت اینکه مطالعات کلینیکی کنترل‌شده وجود ندارد مبهم است. / پایان ■

مراسم عزرائلی ابا عبدالله الحسین (ع)
دکتر محمد فتنای اشکوری
باسخنیانه خطیب دانشمند
دکتری فلسفه غرب از دانشگاه مکه کبیل و استاد دانشگاه

مکان: 290 Décarie Blvd. Du Collège St-Laurent (Qc) H4N 2M2
زمان: ۱۶ الی ۲۵ نوامبر
ساعت: ۶ تا ۹ شب

برنامه ویژه ظهر عاشورا روز یکشنبه ۲۵ نوامبر از ساعت ۱۰ صبح برقرار می‌باشد جهت کسب اطلاعات بیشتر و هماهنگی برای تحویل هدایا و نذورات با ما تماس حاصل فرمایید

www.noorcenter.com | Tel: (438) 238-6518 | info@noorcenter.com

Atelier Homeira





آتلیه هنری
حمیرا مرتضوی
BFA, MAed
هنرمند و استاد تئاتر



پذیرش سفارش های هنری برای دفتر کار و منزل شما

www.atelierhomeira.com
514-938-8066

PARNIAN

**MONTHLY MAGAZINE FOR THE PERSIAN
SPEAKING COMMUNITY**

برنجان استخدام می‌کند: کار در خانه!

(514) 903-4726 / Lili@parnian@gmail.com



منصور 514-570-2010 حامد 514-690-4588
montrealhamed@yahoo.ca

راهی برای رهایی از اعتیاد

اعتیاد به مشروبات الکلی و مواد مخدر یک بیماری است
آیا از مصرف مشروبات الکلی و مواد مخدر خسته شده اید؟
آیا در جستجوی راه چاره یا راه علاج می‌گردید؟

پیام ما بسیار ساده است. ما راهی برای زندگی بدون مصرف مشروبات الکلی
و مواد مخدر پیدا کرده ایم و خوشحال می‌شویم آن را با هر کس که با مشکل
مصرف این مواد روبه روست در میان بگذاریم

خدمات ما بطور کامل رایگان است

گروه ایرانی «دوازده گام در راه بهبودی»

بازرسی فنی ساختمان های مسکونی و تجاری



حسین آذر نیک

**بازرس رسمی املاک
مسکونی و تجاری**

گزارش با توضیحات کامل تصویری

Hossein Azarnik, B.S.c
NACHI certified home & commercial inspector
Licensed building renovator
Service in Montreal, Ottawa, Quebec and Toronto
1-800-910-2990 438-990-4966

www.montrealhomeinspectorpro.ca



آموزش سنتور

و
تئوری موسیقی ایرانی

سینا بطحایی

514-262-4045
www.SinaBatbaie.com

Advanced Aesthetics

کلینیک استتیک پیشرفته

زیباتر و جوان تر با پزشکان ایرانی با مدارک معتبر بین المللی از
آکادمی طب زیبایی آمریکا

**لیزر درمانی: رفع موهای زائد صورت و بدن، درمان آکنه مقاوم،
جوان سازی پوست و درمان خال های عروقی کوچک**

بوتاکس، ژل، انواع Peeling و ...

با وقت هفتی 514-949-2116 514-639-1097
700 Bord du Lac, Dorval, Quebec H9S 2B8

عکاسی رز Professional Photography

Since 1990
514-488-7121



عکس پاسپورتی، کانادایی، ایرانی، سیتیژن شنید
مدیکال کارت، کارت PR
عکس های خانوادگی و فارغ التحصیلی
تبدیل VHS-MINIDV-Hi8 به DVD
(بیش دکانی)، Metro Snowden, 5301 Queen Mary, H3X 1T9

شیرینی بی‌بی

با شیرینی های سنتی، دسرهای ایرانی و غذاهای سرد ایرانی در جشن ها و مراسم گوناگون همراه شما هستیم.

514-334-6528 www.bibicookies.ca

1449 St. Catherine W. Guy
Montreal QC. H3G 1S6
Toll Free: 1-866 989 229

صرافی خضر

514-989-2229
514-289-9003

انتقال فوری ارز به ایران و برعکس و با تضمین بهترین نرخ روز
تبدیل و انتقال ارز بصورت عمده برای شرکت ها و موسسات تجاری

دکتر انوش عندیلی جراح دندانپزشک

CLINIQUE DENTAIRE VILLERAY
Chirurgien dentiste

514.270.0077

57, rue Villeray, Métro De Castelnu, Montreal, Qc. H2R 1G2

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

Unisex سالن آرایش و زیبایی ايو

17 سال سابقه کار

514-481-6765
www.eveandm.com
5393 cote sainte luc

- فر و صاف
- پاک سازی صورت
- وکس
- پدیکور
- کات مو
- رنگ و مش
- بند و ابرو
- متخصص عروسی
- تاتو برای خانمها و آقایان

آموزش طراحی و نقاشی

514-688-0527

www.maryamtavaf.com

خاطره تحویل داری یکتا

مترجم رسمی کبک، کانادا و ایران

کلیه خدمات ترجمه، تنظیم دعوت نامه، تکمیل فرم ها و خدمات مرتبط در اسرع وقت

khaterehyekta@yahoo.ca

514-694-675 (514) 390-0694 (438)

ALAYA

Prêt-à-Porter

علی قاسمی

444 Renevesque W. Montreal

www.bergamo.ca 514.861.9444

- شیکترین کت و شلوارهای مردانه
- با بهای مناسب
- تعمیرات لباس زنانه و مردانه

Unisex سالن آرایش فریبا

514-487-0800

3363 Cavendish

- کات مو
- رنگ
- بند و ابرو
- فر
- هایلایت
- مانیکور
- تاتو ابرو
- ...

Five Star I.P.M Inc.

صرافی ۵ ستاره

Foreign Exchange & Transfer

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

منوچهر قربانیان 2178 Ste-Catherine West 514-585-2345 514-846-0221

€xportFX خدمات ارزی

با ۱۰ سال تجربه

در کمترین زمان

بهترین بها

514-844-4492

1405 Maisonneuve W. Guy

NASSER RENOVATION

شرکت تعمیرات ساختمان ناصر برای همه گونه

تعمیرات منزل و محل کارتان

ارزایی پایگان

514-975-1515

www.nasser-renovation.com

مشاور خانواده و سکس تراپی

دکتر ملک

514-488-8454

هفته را مشترک شویم

info@HaftaH.ca

SHARIF EXCHANGE

ارز شریف

Tel: (514)561-6408 www.sharifexchange.ca

Tel: (514)223-6408 259 Côte-Vertu Ville Saint-Laurent, QC

صابر جلیل زاده

آموزش سنتور

514-585-6178

آشپزی هفته:

نازخاتون

غذای سنتی و محلی شمال ایران



مواد لازم

بادنجان قلمی: ۸ عدد
 گوجه‌فرنگی درشت: ۵ عدد
 آب غوره: نصف لیوان
 نعنای خشک: یک قاشق غذاخوری
 پیاز رنده شده: سه قاشق سوپ‌خوری
 گلپر: یک قاشق غذاخوری
 آب انار: ۲ لیوان
 (در صورت نبودن آب انار، می‌توان از یک تا ۲ قاشق غذاخوری رب انار به اضافی مقدار شکر استفاده کرد.)

طرز تهیه:

بادنجان‌ها را می‌توان کبابی کرد و یا در صورت دلخواه آنها را در فر به مدت نیم ساعت قرار داد تا نرم شوند. سپس پوست می‌کنیم و خوب ساطوری می‌کنیم.
 در این زمان مقداری آبجوش روی گوجه‌فرنگی‌ها می‌ریزیم تا پوست آنها به راحتی کنده شود. سپس گوجه‌ها را خرد کرده و کنار می‌گذاریم. آنگاه بادنجان ساطوری شده را همراه با آب انار و آب غوره می‌گذاریم تا آهسته بجوشد و غلیظ شود. پس از آن گلپر، نعنا و پیاز رنده شده را ریخته و از روی شعله بر می‌داریم و با گوجه‌فرنگی خرد شده مخلوط کرده و در ظرف می‌کشیم. سپس با مقداری گردوی

خرد شده تزیین می‌کنیم. / برگرفته از سایت ashpazonline.com

نکته هفته:

کسی که بیدار شده است فقط خود را مقصر می‌داند.

نقل قول هفته:

گان‌دی: کوچکترین شکی ندارم که هر مرد و زنی می‌تواند به جایی که من رسیده‌ام برسد، به شرطی که همان تلاش‌ها را به کار بندد و همان امید و ایمان را در خود بپروراند.

چیستان هفته

از یک دبیر ریاضی پرسیدند: شما چند سال دارید؟ او پاسخ داد: اگر پنج برابر سن پنج سال پیش مرا از پنج برابر سن پنج سال بعد من کم کنید سن فعلی من بدست خواهد آمد. آیا می‌دانید او چند سال دارد؟

خبر هفته: واقعی، بدون ویرایش و بدون شرح

برگرفته از سایت زیست نیوز / ۲۹ آبان ۱۳۹۱
 در بالاترین نقطه از کبیرکوه که ۲۷۲۶ متر ارتفاع دارد و در مقابل روستای چنارباشی در حوالی ۱۵ کیلومتری شهر بدره در استان ایلام، دره‌ای وجود دارد به نام "دره خرس" ها، این دره که به زبان محلی به "در و ن خرسه" معروف است سال‌های سال است که محل زندگی این حیوان است. به گفته اهالی روستای "چنارباشی" برای رسیدن به این دره باید از روستای "گنجه" و نقطه معروف "کانی صیفی" عبور کرد، از نسل‌ها قبل، زبان به زبان آمده است که "در و ن خرسه" خاستگاه اصلی خرس‌هاست و مردم بومی منطقه در ترددشان به آنجا با احتیاط آمد و شد می‌کنند، البته رفت و آمد به این منطقه به ندرت انجام می‌شود. آریانفر یکی از اهالی این روستا می‌گوید: در فصل بهار که تعدادی از گیاهان دارویی و غذایی در "در و ن خرسه"

جدول سودوکو

توضیح: خانه‌های جدول روبرو را با عددهای 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.

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

آسان ▲

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

متوسط ▲

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

سخت ▲

۱. به یک اتاق در یک هتل نقل مکان کرد که حداقل این امتیاز را داشت که دیگر در محیط غمگین و ناامید بیمارستان نبود و هزینه‌اش نسبت به بیمارستان خیلی کمتر بود.

۲. به اتفاق یکی از دوستانش دکتر ویلیام هیت زیگ به تحقیق در مورد پروژه‌اش پرداخت.

دارو را قطع کردند. تعداد بسیار زیادی فیلم کم‌دی و کتاب کم‌دی تهیه کردند. و به تماشای آنها و در کنارش مکمل ویتامین ث که برای جلوگیری از رسوب گیری در استخوانها بود ادامه دادند.

نتیجه: ده دقیقه خنده روده‌بر اصیل آنچنان تاثیر آرامش بخشی دارد که حداقل تا دو ساعت بعد مداومت پیدا می‌کند در ادامه فیلم پشت فیلم و گاهی هم کتاب و در نهایت خوابی خالی از درد و کندشدن روند بیماری و به تدریج ایست کامل و: در سال ۱۹۸۷ بهبودی کامل. در این سال کازینز کتابش را به چاپ رساند که این کتاب در حرفه‌ی پزشکی آشوبی از ناباوری بوجود آورد.■

برداشت آزاد از کتاب «لیخند درمانی» تالیف لیز هاجکینسون / ترجمه‌ی زهرا ادهمی؛ انتشارات سینما / زمستان ۱۳۷۳

گفت: در زمان‌های دور عده‌ای از حاکمان به کنار دریا آمدند، آب دریا از مشاهدت آنان چنان وحشتزده عقب عقب رفت که کم مانده بود خشک گردد. از آنموقع تا امروز گاهی می‌آید ببیند که آیا آن موجودات وحشتناک هنوز آنجا هستند یا نه؟!

دانستنی‌های هفته:

لیخند درمانی

این عقیده که خنده در واقع می‌تواند بعنوان یک درمان موثر بکار گرفته شود اولین بار بوسیله «نورمن کازینز» مورد آزمایش قرار گرفت. کازینز سردبیر سابق مجله آمریکایی «ستردی ریو یو» در سال ۱۹۶۴ بود که به بیماری لاعلاج و در حد شکنجه آوری دردناک به نام جمود مفاصل و التهاب مهره‌ها (به تدریج فلج کامل) مبتلا شده بود.

کازینز به زودی دریافت ماندن در بیمارستان به جای بهبودی او را سریع تر به آخر خط می‌رساند. در همین روزها به این موضوع فکر می‌کرد که آیا ممکن است ارتباطی بین هیجانات مثبت و بهبودی وجود داشته باشد. تصمیم گرفت به فکری که در ذهنش بود جامه‌ی عمل بپوشاند. او به جای مصرف داروهایش:

پدر می‌دانیم، ما باید دانا باشیم، هوشیارو بینا باشیم، در غارت بیت‌المال باید توانا باشیم. «کتاب سال اول حوزه علمیه»

حکایت‌های هفته:

● روزی بهلول از بازاری می‌گذشت، دکانی دید آراسته به انواع به میوه‌جات و خرما رسیده. پیش رفت و طبقی خرما برداشت و روانه گردید. دکاندار گریبانش بگرفت و طبق خرما باز ستاند و گفت: چه می‌کنی احمق؟ گفت: مگر خواستن توانستن نیست؟ من این طبق را خواهم، نتوانم برد؟ خواستن توانستن است اما نه همیشه! روز دیگر بهلول دیوانگانی چند را که سخت گرسنه بودند نشانی آن دکان داد و گفت: چه نشسته‌اید که آنجا خرما احسان می‌کنند، تا برسید هیچ نگوئید و همه را بخورید که ثواب دارد. پس دیوانگان سوی دکان هجوم آوردند و به غارت خرما پرداختند. دکان دار ناله برآورد که: دست نگه دارید، مگر شما مسلمان نیستید؟ بهلول گفت: چرا هستند، اما نه همیشه

● حاکم زشت‌روی از بهلول پرسید: جزر و مد دریا را سبب چه باشد؟ گفت: این ماجرای طولانی دارد. گفت: اشارت کن.

از جمله در «کافی صیفی» رویش می‌کنند، اهالی منطقه بیشتر به آنجا می‌روند، با این حال کمتر اتفاق می‌افتد که در بازگشت به روستا از دیده نشدن خرس، سخنی به میان نیاید. «محمد سعیدی» نیز می‌گوید: سالها قبل در همین زیستگاه خرس‌ها، یکی از اهالی بومی منطقه به علت ایجاد هیاهو و سر و صدا ناشی از مشاهده یک خرس مورد حمله این پستاندار قرار گرفت، اما مقصر خود وی بود؛ زیرا با این هیاهو توجه خرس را به خود جلب کرده بود.

لطیفه‌های هفته

● جدیدترین ضرب‌المثل چینی می‌گوید یک ایرانی اگر هواپیمایش سقوط نکند، از حوادث رانندگی جان سالم بدر ببرد، آلودگی هوا زنده‌اش بگذارد، زلزله زیر آوار لهش نکند و در حین تظاهرات دستگیر نشود و در زندان به او تجاوز نشود حتما از خوشحالی خواهد مرد.

● مریض می‌گوید: آقای دکتر فکر می‌کنم گاو شده‌ام. دکتر: از چه موقع این احساس را داری؟ مریض: از وقتی گوساله بودم.

● ما دزدهای خندانیم، حاکمان ایرانیم، ما کشور ایران را ارث



سیما کاویان‌فَر

آموزش زبان فرانسسه، خصوصی و نیمه خصوصی، عمومی و تخصصی

آمادگی آزمون‌های بین‌المللی زبان

آمادگی آزمون ورودی دانشگاه‌های فرانسسه زبان

آمادگی آزمون شهروندی

514.577.4787 sima.kavlanfar@gmail.com

Le Monde de la Langue française

جهت آموزش و تقویت زبان فرانسه

- کلاس‌های تقویتی و کمک به انجام تکالیف مدرسه
 - درک مطلب، نگارش و ...
 - آماده‌سازی برای امتحانات ورودی به مدارس خصوصی
 - آماده‌سازی برای انتقال دانش‌آموزان از classe d'accueil به مدارس عادی
 - کلاس‌های بزرگسالان به صورت نیمه خصوصی
- برای ثبت‌نام و اطلاعات بیشتر با خانم مینا طیرانی تماس حاصل فرمایید.

4915A Boul. St-Charles Pierrefonds H9H 3E4

Tel : 514-961-4579

دارالترجمه فرهنگ

رضا داودی

مترجم رسمی در کبک و ایران
عضو جامعه مترجمان رسمی در کبک و ایران

- مترجم رسمی دادگستری
- ترجمه رسمی مدارک و اسناد
- تصحیح و ترجمه مقاله‌ها و پایان‌نامه‌های دانشجویی به زبان فرانسه و انگلیسی

مراجعه با هماهنگی قبلی

1396 Ste Catherine St. West

Suite # 307, Montreal QC H3G 1P9

514-691-4383

rezadavoudi78@yahoo.fr



ساکنِ اطلِسِ دریازده

اعتراف سه میلیاردی!

ای دوست بیا کنار ما دزدی کن
تو پند بگیر و از حالا دزدی کن
حق همه را بخور عزیزم به دَرک!
خون همه را بِمک! جدا دزدی کن
تا کی صفِ قسِطِ ازدواج و مسکن
تا کی بادمجون و لوبیا دزدی کن!
از هیچ کسی نترس فکر خود باش
تنها با توکل به خدا دزدی کن!!
بشناس تو قدر این همه نعمت را
با چشم و دهان و دست و پا دزدی کن
دلرحم نباش بر درِ بیت المال
در شادی و غم، جشن و عزا دزدی کن!
یک وقت نسوزد آن دلت بر مردم
حتی برو از دست گدا دزدی کن
در وقت خودش بهانه ای کن پیدا
با سکوت و بی چون و چرا دزدی کن!
وجدان و حیا و عشق باشد شب شعرا!
قید آبرو بزن یالا دزدی کن
گر تو نخوری، جهان تو را خواهد خورد
ای خاک بر آن سرت! بیا دزدی کن ■

آگهی ارزان برای مشتریان هفته: هر هفته فقط ۶ دلار

قابل توجه متقاضیان امتحان آئین نامه رانندگی

نرم افزار تخصصی سئوالات گواهینامه رانندگی ایالت کبک به زبان فارسی و انگلیسی به همراه جواب سئوالات

514-566-0178

تدریس مکالمه زبان انگلیسی

از سطح مبتدی تا پیشرفته

(TOEFL, IELTS)

اکبر زائری

مدرس فعلی کالج و مؤسسات کانادا با بیش از ۱۸ سال سابقه تدریس درآموزشگاههای معتبر ایران

514-467-4772

zaeriakbar@yahoo.com

سازمان‌های فرهنگی و اجتماعی در مونترال

انجمن دفاع از حقوق بشر ایران - مونترال

Tel: (514) 299-1787

Addhi2005@gmail.com

انجمن حقوقدانان فارسی زبان کبک

www.ajpq.qc.ca

انجمن دوستداران زرتشت

با هدف بازشناساندن جشن‌های باستانی

Tel: (514) 731-1443

انجمن زنان ایرانی مونترال

نشست ثابت اولین یکشنبه هر ماه ۱۰:۳۰ صبح
8043 St. Hubert, 514-619 4648

انجمن فرهنگی ایرانیان وست آیلند

مدرسه فارسی - هر شنبه از ساعت ۱۲:۳۰
2900 Lake / Tel: (514) 626-5520

انجمن ادبی - محمد فاضل

سخنرانی‌های ادبی، اجتماعی و تاریخی

Tel: (514) 651-7955

بنیاد سخن آزاد

کنسرت‌های موسیقی اصیل و سخنرانی

Tel: 514-678-4030

خانه ایران

1117 St. Catherine W #420

Tel: (514) 544-5962

خانه کتاب ایران - میک

کالری - کتاب فروشی - کتابخانه

4438 De la Roche / Tel: (514) 373-5777

جمعیت دوستداران دانشنامه ایران - ایرانیکا

514-651-7955

کتابخانه نیما

5206 Decarie / Tel: (514) 485-3652

کافه لیت

www.Cafelitt.com / info@cafelitt.com

انجمن زرتشتیان کبک

www.zaq.org

مدرسه ایرانی دهخدا

مدرسه فارسی - هر شنبه

4976 Notre Dame W / Tel: (514) 827-6364

دوستداران موسیقی کلاسیک (Dialogue)

514-484-8748 / Sheida.g@hotmail.com

بنیاد نیکوکاری ایرانیان مونترال - نیکو

5146244579 / farzint@hotmail.com

فرهنگ‌سرای سینا

سالن سخنرانی، مراسم و مجالس

514-488-3000 / www.Seena.ca

کانون مهندسين و آرشیتکت های ایرانی در کبک

514-946-5739 / aieaq.mtl@gmail.com

مرکز فرهنگی هنری زاگروس

1396 Ste. Catherine W #309

(514) 690-6343 www.zagros.ca

انتشارات مولتی سازه

3333 Cavendish Blvd #250

(514)770-1771

ساوالان، گروه فرهنگی آذربایجان

(514)7685969

ترجمه رسمی و دعوت‌نامه شه‌ریار بخشی

514-624-5609

514-889-3243

تدریس زبان فرانسه

در کلیه سطوح / بصورت خصوصی و گروهی

آموزش با متد جدید برای یادگیری راحت و مکالمه سریعتر

فارغ التحصیل از فرانسه در رشته آموزش

مهناز - 438-992-4749

اسپیشال شنبه‌ها در سالن ايو

بند صورت ۵ دلار

وکس تمام بدن (فول باد ی) ۷۰ دلار

برای خانم‌ها و آقایان

514-481-6765

خدمات گواهی امضا،

دعوت نامه، تأییدیه کپی

مدارک

مرکز شهر

438-938-2030

آموزش گیتار کلاسیک و پاپ توسط رضا رضایی

گیتاریست برگزیده

514-677-8358

تعلیم رانندگی نینا

با کمک مربی آزموده و با سابقه،

گواهینامه خویش را به آسانی بگیرید

سی دی آموزش رانندگی کبک به

زبان فارسی موجود است

514-513-5752

514-844-9731

تدریس دروس فیزیک ریاضی و شیمی

CEGEP

توسط دکترای مهندسی، دکتر فرخ

514-761-0755

کلاسهای رایگان محاوره انگلیسی و فرانسه در بهائی ستر مونترال

انگلیسی: شنبه‌ها ۳ تا ۵ بعدازظهر

فرانسه: یکشنبه‌ها از ۱:۳۰ تا ۳:۳۰ بعدازظهر

Address: 177 Pins avenue East, Montreal QC H2W 1N9 Tel: (514)849-07 53

چاپ رایگان : استخدام و آگهی‌های غیر تجاری ، اجاره، خرید و فروش اتومبیل و ...

اجاره آپارتمان

استودیو بزرگ در Monkland
نزدیک مترو و اتوبوس
کرایه: 862 دلار شامل آب گرم،
جیم، ای/سی
از 15 نوامبر

514-641-3134

اجاره آپارتمان

در آن.دی.جی
یک‌خوابه بزرگ و روشن با بالکن
از 15 دسامبر / مبلغ: ۷۲۰ دلار
شامل: آب، برق، شواژ، انباری

514-694-7183

برای اجاره

دفتر ارزان‌قیمت در مرکز شهر
ویژه شرکت‌های
کوچک و نوپا

514-690-6343

سابلت آپارتمان

از اول اکتبر / ماهانه ۶۷۳ دلار شامل همه
چیز به جز برق / پارکینگ رایگان /
نزدیک ایستگاه اتوبوس و مرکز خرید دو
هفته اول رایگان

514-402-8283

اجاره آپارتمان

یک خوابه / زیرزمین مجزا با سرویس
کامل بهداشتی / در Kirkland
به خانم دانشجو

514-694-7183

نیاز مندی ها

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

پیش شماره های
نوشته نشده ۵۱۴ هستند.

زاکرس	۶۹۰-۶۳۴۳
عینک سازی	
Ovu & Osu	۵۰۹-۴۱۲۷
محضر رسمی	
مونا کلابی	۸۳۱-۲۲۹۳
مونا صالحی	۹۰۳-۸۵۶۰
مد و لباس	
HPadar	۸۴۲-۵۶۰۸
مراکز مذهبی	
انجمن بهایی	۸۴۹-۰۷۵۳
بنیاد آیت الله خویی	۳۴۱-۲۲۳۵
کلیسای ایرانی	۲۶۱-۶۸۸۶
کلیسای فارسی- کشیش عادل	۹۹۹-۵۱۶۸
مرکز اسلامی ایرانیان	۳۶۶-۱۵۰۹
مشاور املاک	
مینو اسلامی	۹۶۷-۵۷۴۳
نادر خاکسار	۹۶۹-۲۴۹۲
مریم خالقی	۹۸۳-۵۴۱۵
مهدی رحیمی	۵۳۱-۳۶۳۱
مینا صالحی	۷۹۲-۴۵۷۷
حمید کاغذچی	۹۲۸-۵۴۱۵
سیمین ماهری	۴۵۱-۴۶۶۳
مسعود نصر	۵۷۱-۶۵۹۲
فیروز همیتیان	۸۲۷-۶۳۶۴
مشاور خانواده	
دکتر ملک	۴۸۸-۸۴۵۴
مشاور مهاجرت	
علی مختاری	۹۰۳-۴۷۲۶
معصومه علی محمدی	۲۸۹-۹۰۱۱
نان و شیرینی	
شیرینی و کیکترینگ	۳۳۴-۶۵۲۸
نان سنکک شاطر عباس	۸۹۴-۸۳۷۲
شیرینی سرو	۵۶۲-۶۴۵۳
نو سازی و تعمیرات ساختمان	
تی.ام.ان	۸۳۵-۶۲۴۳
Décor chez toi	۹۶۳-۷۹۷۸
ناصر	۹۷۵-۱۵۱۵
وام مسکن	
بهبروز آقاباباخانی	۶۰۶-۵۶۲۶
آتوسا تنگستانی فر	۹۹۵-۳۰۴۱
ورزش	
بدن سازی بیژن	۲۲۸-۱۳۱۱
وکیل - مهاجرت	
دیوید برگر	۹۶۱-۸۷۳۶
سام بیات	۳۵۷-۴۶۹۲
نیما حجازی	۸۷۸-۲۴۰۰
علی غلامپور	۳۹۵-۰۵۲۲
ونسان والایی	۹۵۴-۹۹۹۸

رستوران-پیتزا - کیتترینگ	
پریشیا	۴۸۹-۸۴۸۴
چوپان کباب	۴۵۰-۶۷۸-۹۳۲۲
دابل پیتزا	۳۴۳-۰۳۴۳
شیراز	۴۸۵-۲۹۲۹
فارس	۲۷۰-۸۴۳۷
کباب سرا	۹۳۳-۰۹۳۳
کیلی	۴۸۳-۰۰۰۰
کلبه عمو جمال	۴۸۴-۸۰۷۲
کافه صوفی	۹۸۹-۸۳۸۳
نیلوفر / فلافل	۸۴۶-۱۹۴۷
Cafe Mon Plaisir	۵۰۴-۶۴۲۲
شومینه پارس	۵۶۴-۹۷۹۰
ساخت و ساز Builders	
علی خاقانی	۵۷۴-۵۷۴۳
سی.دی - ویدئو	
تپش دیجیتال	۲۲۳-۳۳۳۶
صوتی و تصویری	
آدیو ویدئو کبک	۴۰۸۶-۶۹۱(۴۵۰)
عکاسی و فیلمبرداری	
فتو شاپ	۸۴۶-۰۲۲۱
رز	۴۸۸-۷۱۲۱
فرش	
فروشگاه ها	
ادونیس	۳۸۲-۸۶۰۶
ادونیس لاوال	۴۵۰-۹۷۸-۳۳۲۳
ادونیس وست آیلند	۶۸۵-۵۰۵۰
کوه نور	۴۵۰-۶۷۶-۹۵۵۰
سن لوران	۳۶۹-۳۲۷۴
میوه و تره بار سامی	۸۵۸-۶۳۶۳
نور	۹۳۲-۲۰۹۹
وطن	۴۵۰-۹۰۴-۴۹۰۰
EXO Fruits	۷۳۸-۱۳۸۴
متروپولیس (تعاونی)	۸۴۹-۴۲۴۲
کامپیوتر	
بیژن جلالی	۲۵۸-۸۱۸۶
CompuXellence	۸۴۹-۵۲۳۱
کتاب فروشی / کتابخانه	
مکیک	۳۷۳-۵۷۷۷
زاکرس	۶۹۰-۶۳۴۳
کتابخانه نیما	۴۸۵-۳۶۵۲
کلینیک	
کلینیک آلفا	۹۳۳-۸۳۸۳
کیترینگ	
شومینه پارس	۵۶۴-۹۷۹۰
پریشیا	۴۸۹-۸۴۸۴
گل	
لینک فلاور-وحدید	۹۸۳-۱۷۲۶
طراحی	

نغمه ثابت	۲۸۷-۳۶۹۰
پزشکی جایگزین	
پروین زرساو-	۹۳۱-۸۷۲۴
ترجمه و دعوتنامه رسمی	
شهریار بخشی	۶۲۴-۵۶۰۹
خاطره تحویلدار	۴۳۸-۳۹۰-۰۶۹۴
نوشادجمال	۵۷۵-۷۰۸۰
رضا داودی	۶۹۱-۴۳۸۳
جوهر فروشی	
نیک آذین	۹۳۹۲۷۰۰
چاپ و کپی	
انتشارات فرهنگ	۹۳۱-۹۹۳۱
فتوکپی ان دی جی	۴۸۸-۵۳۳۳
حسابداری	
حسن انصاری	۷۳۵-۰۴۵۲
سرور صدر	۷۷۷-۳۶۰۴
شکبک نیا	۴۸۷-۱۵۶۶
نادر خاکسار	۹۶۹-۲۴۹۲
مسافر و بار - مونترال / تورنتو	
قربان	۵۱۴-۸۸۷-۰۴۳۲
امیر	۴۱۶-۹۹۵-۶۴۶۲
حیوانات خانگی	
آکوا تروپیکال	۳۴۱-۱۱۷۱
خشک شویی و خیاطی	
Excel plus	۹۳۴-۵۶۰۰
خطاطی	
پذیرش سفارش	۹۹۹-۸۷۷۹
دارو خانه	
لوئیز داداش زاده	۲۸۸-۴۸۶۴
دکوراسیون منزل و محل کار	
میترا معینی	۷۸۴-۰۲۵۷
دندان پزشکی	
شهرزاد رضا نیا	۹۳۳-۳۳۳۷
راضیه رضوی	۶۳۴-۷۲۸۱
معصومه دولتشاهی	۶۸۴-۰۱۳۵
شریف نائینی	۷۳۱-۱۴۴۳
آذین طاهری	۳۲۹-۲۳۰۳
علی شفیعی	۶۸۵-۶۲۲۲
رامین میر موجی	۶۹۵-۸۶۴۱
انوش عندلیبی	۲۷۰-۰۰۷۷
فریدون هرنیدیان	۹۴۱-۳۲۰۷
سایه ناعم	۴۸۴-۸۸۰۸
ساسان بیات	۳۱۸-۸۹۶۷
دندان سازی	
افخم هادی	۷۳۷-۶۳۶۳
رسانه های گروهی	
بازار	۸۴۸-۹۵۹۹
پوشه	۵۷۵-۸۴۵۱
هفته	۷۸۷-۸۸۴۸
شادی	۶۵۱-۹۸۹۴
پیوند	۹۹۶-۹۶۹۲

اتومبیل (فروش)	
Auto Highlander	۹۹۰-۲۵۰۰
اتومبیل (تعمیرگاه)	
انور ایدر	۶۳۴-۱۱۱۱
اطلس	۴۸۴-۴۴۸۱
اتومبیل (لوازم یدکی)	
لوازم یدکی آلفا	۹۳۵-۲۸۲۹
آرایشگاه - زیبایی - اسپا	
آمنه	۹۳۳-۰۷۶۳
فاطمه	۴۳۸-۹۳۸-۳۴۹۲
سوزان	۸۱۳-۴۹۴۷
زهره	۴۸۱-۶۷۶۵
رویا	۹۳۴-۳۳۷۴
فریبا	۴۸۷-۰۸۰۰
ارز	
ExportFX	۸۴۴-۴۴۹۲
پنج ستاره	۸۴۶-۰۲۲۱
شریف	۲۲۳-۶۴۰۸
مانی واین	۴۸۵-۶۰۰۰
الکترونیک - برق کار	
آراز الکترونیک	۳۵۲-۶۸۸۳
آژانس های مسافرتی	
فرناز معتمدی	۸۴۲-۸۰۰۰ EXT: ۲۹۶
مهری صدوقی	۹۴۰-۱۶۴۲-۴۳
Sky Lawn	۳۸۸-۱۵۸۸
آموزش	
پروین عبائی- فارسی	۳۶۸-۹۰۱۲
مدرسه فردوسی	۵۰۲-۴۳۷۸
مدرسه فرزندانگان	۷۷۵-۶۵۰۸
مدرسه وست آیلند	۶۲۶-۵۵۲۰
مدرسه دهخدا	۸۲۷-۶۳۶۴
زبان فرانسه	۹۸۹-۹۴۷۵
آموزش (راندگی)	
نینا	۸۴۴-۹۷۳۱
آموزش (موسیقی)	
گیتار- رضایی	۶۷۷-۸۳۵۸
موسیقی- داوری	۵۸۹-۰۱۷۵
پیانو / فخریان	۶۶۰-۰۵۰۶
پیانو- قرچه داغی	۴۸۴-۸۷۴۸
پیانو- میم بطحایی	۷۱۷-۸۰۲۴
ویلون و پیانو	۴۱۹-۴۰۳۵
سنتور / سینا بطحایی	۲۶۲-۴۰۴۵
سنتور - صابر	۵۸۵-۶۱۷۸
سنتور / عود-س	۲۶۲-۴۰۴۵
آموزش (نقاشی)	
حمیرا مرتضوی	۹۳۸-۸۰۶۶
انتشارات	
مولتی ساژ	۷۷۰-۱۷۷۱
بیمه و سرمایه گذاری	
پژمان اسدی	
علی پاکنژاد	۲۹۶-۹۰۷۱

Journal HafteH

Un magazine hebdomadaire pour la communauté iranienne de Montréal
A weekly Magazine for the Iranian Community in Montreal
22 Nov. 2012, numéro 223 – Nov.22.2012, issue No. 223

Index issue 223

Cover story: : Let Food Be your Medicine

Prof. Parviz Ghadirian, one of Canada's most respected specialists on nutrition, and Cancer, gave a lecture about food and our eating habits. He spoke about many vegetables. We have prepared a report about this

By: Parvin Zarsav

- Word of the week: A poem by Hafiz
- Quebec and Canada news / Sima KavianFar & Sara Mussazadeh Kermaninejad
- News of Afghan & Iranian community in Montreal
- Report: "That Summer with Sara" by Akhtar Naraghi a success in Iranian book market / Khosro Shemiranie
- Photo Report: Pro-Palestinian rally in downtown Montreal / HafteH
- From our readers: a lecture by Yahya Zakae / M. Memarzadeh
- Literature: A poem by Armin Lotfalian
- Reviewing the literature of Immigration / Alireza Shams
- Short Story: Taxi / Hamed Karamati
- Philosophy: Freedom is deliverance / Reza Davoudi
- Medicine: colorectal Cancer (2)/ Dr. Ata Ansari
- Satire: Mehdi Askari



We acknowledge the financial support of the government of Canada through the Canada Periodical Fund of the Department of Canadian Heritage



Publication/Publisher:
HafteH Journal

Rédacteur en chef/Editor in chief: **Khosro Shemiranie**
Rédactrice/Editor Ottawa : **Dr. Maria Sabaye Moghadam**
Désigner / Designer: **Behrouz Zamani** (BehGraphics.com)
Webmaster: **Payman Salimi & Shervin Barzegar**
Caricaturist: **Sirous Yahyaabadi**
Photographe/ Photographer : **Lorraine Goh**

ISSN 1918-4379 HafteH

Prix /Price: \$2.50 - À Montréal: **gratuit / In Montreal: Free**
22 nov. 2012, numéro 223 – Nov.22.2012, issue No. 223

Community news:

Canada & Quebec news: Sima Kavianfar & Sara Mussazadeh KermaniNejad

Nutrition and Health: Dr. Parviz Ghadirian

Science & Philosophy: Pouria Nazemi & Reza Davoudi

Cinéma / Cinema: **Atoosa Akhavan**

Sport: **Babak SaraniAzar, Shervin Barzegar**

Politic: **Dr. Kazem Vadiiei**

Satire: **Mehdi Askari**

Société/ Society: **Mitra Roshan**

Iran: **Masoud Bastani**

Remerciements particuliers à celles et ceux qui ont contribué à ce numéro

Special thanks to those who contributed to this issue:

Touraj Atef, Dr. Ata Ansari, Leili Khaghani, Mehrdad Memarzadeh, Alireza Shams, & Parvin Zarsav

Journal HafteH

1396 Ste Catherine St. West Suite # 306

Montreal QC H3G 1P9 Canada

Tel: (514) 787-8848



General: info@hafteh.ca

Editorial: editor@hafteh.ca

Advertising: ad@hafteh.ca

Local News: montreal@hafteh.ca



"میوه و تره بار سامی"

با چهار شعبه بزرگ
در خدمت ایرانیان مونترال

کیفیت: خوب
قیمت ها: غیر قابل رقابت

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

▶ Laval

1550 Boulevard Daniel-Johnson
Laval, QC, Canada (450) 978-1333

دوشنبه و چهارشنبه ۹ تا ۱۹:۳۰ پنجشنبه و جمعه ۹ تا ۲۱:۰۰
شنبه و یکشنبه ۸ تا ۱۹:۳۰ سهشنبه تعطیل

▶ Lasalle

400 avenue Lafleur, Lasalle, QC H8R 3H6
(514) 368-1333

دوشنبه و چهارشنبه ۹ تا ۱۹:۳۰ پنجشنبه و جمعه ۹ تا ۲۱:۰۰
شنبه ۸:۳۰ تا ۱۹:۳۰ یکشنبه ۹:۰۰ تا ۱۹:۳۰ سهشنبه تعطیل

▶ Nord-est Montréal

8200 19E Avenue, Montréal, QC H1Z 4J8
(514) 594-1333

شنبه تا چهارشنبه ۸:۳۰ تا ۱۹:۳۰
پنجشنبه و جمعه ۸:۳۰ تا ۲۱:۰۰

▶ Head Office

1505 rue Legendre Ouest,
Montréal, QC H4N 1H6
(514) 858-6363

SAMI



FRUITS

GLWIZ

WWW.GLWIZ.COM

LIVE TV CHANNELS | TV SERIES | MOVIES | RADIO | VOD | PAY-PER-VIEW



تماشای بیش از 400 شبکه تلویزیونی

ایرانی، عربی (از عرب زبان)، افغانی، تاجیکی، کردی، آنوری، ارمنی و آشوری
و بیش از 20,000 ساعت فیلم، سریال های متنوع و برنامه های جذاب ضبط شده که هر زمان که بخواهید تماشا کنید



► iPhone, iPad, iPod Touch
GLWIZ Only Android coming soon



► Online
GLWIZ.COM

Connect with us on:



در حال حاضر سرویس GLWIZ فقط در iPhone و iPad به صورت رایگان قابل دسترسی می باشد!

سرویس های ما مخصوص به خود **GLBOX HD**



برای تهیه **GLBOX HD** به وبسایت های **GLWIZ.COM** یا **GLBOX.COM** و یا به مراکز زیر مراجعه نمایید

AMK Telephone _____ 514-273-1219

Globtech _____ 514-852-8081



Customer Service
Tel: +1-905-762-5037
Toll Free: 1-866-236-2026
Info@glwiz.com

Reseller Inquiries
Tel: +1-905-762-5046
Toll Free: 1-800-803-4410
agentsupport@glwiz.com