

سلام به آفتاب و باد

پر تغالی‌ها و چهار روز
زندگی با انرژی‌های پاک

«گوودبای» نفت سیاه

موترال

چشم‌هایی که دنیا را مسحور خود کرد / بریسا کولان

گزارش

مهرداد انوری کاندیدای جایزه‌ی
«اتاق بازرگانی جوانان کبک» / مهدیه مصطفایی

گفت‌وگو

با ارسام انوری: آموزش موسیقی برایم لذت
زندگی‌ست / سعید سالیانی

گزارش تصویری

در جشنواره «دریچه‌ای به آسی» پروژه گلستان
با رقص و موسیقی بدون مرز / حامد تابعین

EXPIRED

OIL

Photo: Farhad Taghavi



این موفقیت حق شماست، آن را تصاحب کنید!

دوره دانشگاهی کارشناسی در دو سال
**Bachelor of business administration
(B.B.A.) bilingual in 2 years**
دوره دانشگاهی کارشناسی ارشد، در یک سال
**Master of information technology
(M.Sc.) in 1 year**

■ فرانسه: تمامی سطوح
■ انگلیسی: تمامی سطوح
■ دوره های کارآفرینی
■ Starting a Business

دوره های دانشگاهی
برای جذب آسان در بازار کار

TELUQ/MATCI
خدمات تضمینی

مشاوره اختصاصی به
هفت زبان

دوره های واجد شرایط برای
دریافت وام و بورس



پیگیری اختصاصی برای هر دانشجو
برنامه زمانی قابل انعطاف

روش های بهتر کسب دانش

یادگیری سریع و مؤثر

با ما تماس بگیرید:



(514) 747 2161



info@matci.ca



1922, Rue Sainte Catherine Ouest
#600 Montreal Qc (H3H 1M4)



Pearl
Dental Clinic

دکتر علی شفیعی
جراح ، دندانپزشک



Member of International Association for Orthodontists
Member of the Ordre des dentistes du Québec

فارغ التحصیل ۱۹۸۱ دانشگاه تهران با بیش از ۳۰ سال سابقه



- دندانپزشکی زیبایی - جراحی دندان عقل
- درمان بیماری های لثه - درمان ریشه دندان
- دیجیتال رادیوگرافی و پانورکس - ارتدنتسی
- Invisalign
- Implants

در وست آبلند

Clinique Dentaire PEARL

در خدمت تمامی اعضای خانواده

514.685.6222

Open week - ends & Evenings
Financing Available
www.pearldentalclinic.ca

4531 Boul Des Sources, Suite 201, Roxboro, QC H8Y 3C2

آتوسا تنگستانی فر

VANTAGE
LE GROUPE HYPOTHÉCAIRE ET IMMOBILIER

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

کاندوی سه خوابه در منطقه زیبا و با پرستیژ Bois Franc در سن لوران
روبروی پارک مارسل لورن - چند قدمی کتابخانه بزرگ Boisé و کمپلکس ورزشی



با یک ویزیت از این کاندو مجذوب زیبایی و موقعیت مکانی آن خواهید شد
قیمت \$369000 برای اطلاعات بیشتر لطفا با من تماس بگیرید

سرویس رایگان و خدمات ویژه برای:

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



1896 boul. Thimens, St- Laurent, QC H4R 2K2

514 995 3041

atosa@vantagerealtygroup.ca



TOYOTA
ILE-PERROT

GRUPE
AUTOFORCE

EXPERIENCE THE POWER
OF AUTOFORCE!

THE ONLY
TOYOTA
DEALERSHIP

2100, BOUL. DU TRAVERSIER, PINCOURT • 1 844 738-0914 • ileperrottoyota.com



LET'S GO!



SE MODEL SHOWN

2016 CAMRY

LEASES
STARTING FROM

\$124

BI-WEEKLY

UP TO
60 MONTHS AT

1%

WITH \$0 DOWN!

.....TOYOTA'S.....
GENIUS CONTEST
1 000 000
AEROPLAN MILES TO BE WON*
WITH THE PURCHASE OR LEASE OF A NEW VEHICLE
.....

aeroplan



← **رامین عباسی**

نامی آشنا و مورد اطمینان در خدمت جامعه ایرانی
قبل از امضای قرارداد هر نوع اتومبیل تویوتا و برای دریافت بهترین نرخ بهره و قیمت با من تماس بگیرید.

اخذ وام بانکی از بانکهای معتبر کانادا برای اتومبیل‌های کار کرده
و تسهیلات اخذ وام برای تازه‌واردین به کانادا

Tel: (514) 453-2510

Cell: (514) 865-2594

rabbasi@ileperrottoyota.ca

More than 250 vehicles in stock! Hurry to take advantage of these incredible offers!

Offers are applicable to in stock new base vehicles of the 2016 Corolla CE (BURCEM AJ) / 2016 RAV4 (ZFRVYV AJ) / 2016 YARIS Sedan (BT4K3M AJ). Certain conditions may apply. The specific model may differ from the photo. Taxes, licenses, insurances and administration not included. See the dealer for more details. It is possible to participate without a purchase. Open to the residents of Quebec (in particular), 18 years-old and older. Ends: 2016-06-30. Mathematical question required. Complete rules: getyourtoyota.ca



Clinique Dentaire Soleil

دکتر شریف نایینی



ارایه دهنده بیشترین خدمات دندان پزشکی از جمله:

- جراحی دندان عقل
- سفید کردن دندانها با Sapphire
- درمان ریشه (Root Canal)
- کودکان
- خدمات پروتز از جمله پروتز روی ایمپلنت
- ارتودنسی مینور
- ساختن روکش و پل
- پرکردن دندانها و زیبایی
- رادیوگرافی (Intraoral-Extraoral)

دانشجویی ۲۰٪ الی ۳۰٪
بیماران جدید ۱۰٪

ویژه
تخفیف
ویژه



www.cliniquedentairesoleil.com
clinique_soleil@yahoo.com
Clinique.Dentaire.Soleil

5450, Ch. de la Côte-des-Neiges, Suite 308, Montréal, QC, H3T 1Y6
544, rue Beaubien Est, Montréal, QC, H2S 1S5

(514) 731 1443
(514) 277 1157

فروشگاه آریا SUPERMARCHE ARIYA

 1,99 \$ ماست حلال	 3,49 \$ تری یک و یک	 2,99 \$ Chika Products	 14,99 \$ پنیر بلغار کیلویی	 1.50 \$ نانوائی با بخت روزانه
 3,99 \$ رب گوجه یک و یک	 2,99 \$ رشته آش	 3L 5,49 \$ روغن مایع گیاهی	 11,99 \$ بونج سفید (10-lb) INDIA GATE	 کیباب موجود است Take out



Halal Food حلال

3207, Boul. Taschereau, Greenfield Park, Qc J4V-2H4 (en face Jean Coutu)

Tel: 450-812-7369

www.marcheariya.com

انتقال سریع پول به افغانستان، پاکستان و ایران





سال نهم - شماره ۳۹۳
پنجشنبه ۱۳ خرداد ۱۳۹۵ - ۲ جون ۲۰۱۶
بها: ۲.۵۰ دلار / در مونترال رایگان

1396 Ste Catherine St. West
Suite # 425
Montreal QC, H3G 1P9
(514)787-8848
• www.hafteh.ca
• 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

تعطیلات هفته در سال ۲۰۱۶
میلادی: ۷ ژانویه
۲۴ مارس
۷ جولای
۱۳ اکتبر
ساعت کار دفتر هفته:
سه شنبه، چهارشنبه و
پنجشنبه از ۱۰ صبح تا
۳ بعدازظهر



۲۲

سعید سالیانی

موسیقی

آموزش موسیقی برای لذت زندگی است

در گفت‌وگو با ارسام انوری، گیتاریست و خواننده
...با خودم فکر می‌کردم هر وقت بزرگتر شدم خطی را اختراع خواهم...



۴۶

حامد تابعین

گزارش تصویری

در جشنواره «دریچه‌ای به آسیا»

پروژه گلستان: رقص و موسیقی بدون مرز

در ادامه برنامه‌های جشنواره «دریچه‌ای به آسیا».....



۴۸

مریم ایرانی

دانش

خاطرات و تجربیات نیز ارثی هستند؟

دانشمندان فهمیدند چگونه تجربیات ...



۱۲

پریسا کولان

مونترال

چشم‌هایی که دنیا را مسحور خود کرد

به پهنای نمایشگاه استیو مک‌کوری و حضور او در مونترال



۲۶

مهديه مصطفایی

گزارش

مهرداد انوری کاندیدای جایزه‌ی «اتاق بازرگانی جوانان کبک»

هدف اصلی من مطرح شدن بیشتر نام شرکت در سطح جامعه...

شماره ۳۹۳

۶ سخن هفته: تبریک و سپاس: هفته هشت ساله شد/ سردبیر
۸ کانادا: کسری بودجه کانادا به حدود ۹.۵ میلیارد دلار
رسید / شهروز پزشکی
۱۱ مهاجرت: رتبه برتر کانادا در جذب دانشجویان خارجی/
معصومه علی‌محمدی
۱۴ اخبار مونترال: پیک‌نیک بهاره «گروه مهر و همبستگی
ایرانیان مونترال» / مهديه مصطفایی
۱۶ تقویم: تقویم رخدادهای جامعه افغان و ایرانی مونترال
۲۰ هنر در شهر: تالار آینه‌ها / پریسا کولان
۳۴ آیدین شافاق: آذربایجان دا هولاکوخان دان قالان ایز /
لیلی خاقانی
۳۸ اندیشه: خلاصه ای در باب بودیسم/ رضا داودی
۴۰ ادبیات: «کسی پشت واژه‌ها پنهان شده است» اثر شعله

رضازاده
۴۲ ادبیات شعر: این هفته با محمد بم/ فاطمه اختصاری
۴۳ ادبیات ترجمه: داستان دنباله‌دار: بازگشت، اثر اریک
امانوئل اشمیت (۷)/ ترجمه‌ی شراره شاکری
۴۴ سینما: ابد و یک روز یعنی چی؟ / غزل جلالی
۵۰ ورزش: از امپراطوری نویدکیا تا گریه‌های سوارز / تورج
عاطف
۵۲ تقاطع: برای طبیعت‌گردی، کجا برویم که خدا را خوش
بیاید؟ / «علی» ادمنین گروه فیسبوکی «همه چیز در مورد
مونترال»
۵۴ گزارش تصویری: پیوندهای کبک با آسیا در جشنواره
«دریچه‌ای به آسیا» / پریسا رجیبیان
۵۹ آشپزی و سرگرمی/ هفته
۶۲ قصه‌ی هفته/ زینب مسلم‌زاده، هاله هفت‌لنگ
۶۴ فال هفته / سارا نژادی و خاطره تحویل‌داری یکتا



DAVID BERGER
Avocat - Attorney
Immigration-Refugees-Citizenship

دیوید برگر
عضو سابق پارلمان کانادا و سفیر در چند کشور
عضو کانون وکلای کبک
مهاجرت و امور اداری

- ♦ دریافت مجوز انتقال پول به کانادا در پیوند با قوانین تحریم ایران
- ♦ تقاضای اقامت، اجازه کار، اجازه تحصیل، ویزای اقامت
- ♦ متخصص تقاضای فرجام در پرونده های مهاجرت و پناهنده‌گی
- ♦ فرجام خواهی پرونده های مزایای بازنشستگی
- ♦ پرونده های ضبط اموال در کمرک

Tel: 514-961-8746 Fax: 514-961-8746 Fax: 514-935-2663 bergerdav@gmail.com
1980, rue Sherbrooke Oest, Bureau/Suite 900 - 25 Montreal, Quebec H3H 1E8

تبریک و سپاس: هفته هشت ساله شد

سردبیر

ما نگوئیم بد و میل به ناحق نکنیم
جامه 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 زنیم
سِرّ حق بر ورق شعبده ملحق نکنیم
شاه اگر جرعه رندان نه به حرمت نوشد
التفاتش به می صاف مروق نکنیم
خوش برانیم جهان در نظر راهروان
فکر اسپ سیه و زین مُعَرَف نکنیم
آسمان کشتی ارباب هنر می شکند
تکیه آن به که بر این بحر معلق نکنیم
گر بدی گفت حسودی و رفیقی رنجید
گو تو خوش باش که ما گوش به احق نکنیم
حافظ! ار خصم خطا گفت نگیریم بر او
ور به حق گفت جدل با سخن حق نکنیم

و همه یک نتیجه دارد: ارتباط بیشتر، محکم‌تر
و مدام‌تر بین اعضای جامعه‌مان، گامی در جهت
«جامعه» بودن، به معنای دقیق‌تر آن.
اینجا جا دارد تا از ده‌ها همکار هفته که با کار و
تلاش خود این رسانه را سرپا نگاه داشته‌اند، چه
آنها که الان با هفته هستند یا به هر دلیل ما را
ترک کرده‌اند، از صدها مشترک و آگهی‌دهنده
و حمایت‌کننده، و از هزاران خواننده تشکر
کنم. تنها با وجود همکاری، کمک و حمایت و
انتقادات شماس‌ت که هفته پابرجا مانده است و
می‌ماند و رشد می‌کند و روزی برای همه ما در
گسترده‌ای وسیع افتخار آفرین می‌شود.
به همه شما عزیزان تبریک می‌گوییم و از
همه شما سپاسگزارم. و یک بار دیگر، به سنت
هرساله، دست به دیوان حافظ مان می‌بریم که
حقیقت کلامش حافظ مان باد!

با این شماره هفته وارد نهمین سال حیات
خود شد. هشت سال، ۳۹۲ شماره مجله، ۳۹۲
بار استرس رساندن مجله به چاپخانه و انتظار
دریافت و مشاهد آن و ترس از اینکه مبادا
اشتباه بزرگی رخ داده باشد. اما این تمام ماجرا
نیست: ۳۹۲ بار استرس تهیه منابع مالی برای
پرداخت هزینه چاپ و ۹۶ بار نگرانی برای
پرداخت هزینه‌های ماهانه...
آیا به همه این مشکلات و حرف و حدیث‌ها و
نگرانی‌ها و ترس‌ها می‌ارزد؟ بعد از این ۲۹۲۲
روز و ۲۹۲۲ شب همچنان باور دارم به این کار، با
تمام وجود. گاه خوشحالی یک کودک و نوجوان
از بازتاب کارش در هفته، گاهی دیگر دلگرمی
یک قربانی که به درد دلش گوش داده و رنجش
را منعکس کرده‌ایم، گاهی یک خبر خوب
کامیونیتی که لبخند بر لب‌ها نشانده و گاهی
هم انعکاس خبر از دست رفتن یک عزیز... همه



هفته

۲۸ پرونده هفته

سلام به آفتاب و باد

پرتغالی‌ها و چهار روز زندگی با انرژی‌های پاک
«گوودبای» نفت سیاه

صورت آواز مرغ است آن کلام
غافل است از حال مرغان مرد خام

با سپاس ویژه از همکاران این شماره:
غزال باستانی، مسعود پاکدل، پریسا رجبیان، شراره شاکری،
فهیبه کرمی، زینب مسلم‌زاده، آرمین لطفعلیان، هاله
هفت‌لنگ

- 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.

ادبیات: علی زندیه وکیلی
هنر: پریسا کولان
دانش: مریم ایرانی
موسیقی: سعید سالیانی
اندیشه: رضا داودی
ورزش: فرهاد مفیدی
فال هفته: سارا نژادی و خاطره تحویل‌داری

سردبیر: خسرو شمیرانی
صفحه‌آرایی: آتلیه هفته
دبیر بخش آذربایجان: لیلی خاقانی
بخش افغان: نرگس هاشمی و حبیب عثمان
کاریکاتوریست: داریوش رضائی
عکاس: حامد تابعین
اخبار بیک و کانادا: شهروز پزشکی
اخبار جامعه افغان و ایرانی مونترال: مهدیه مصطفایی

- هفته از همه‌ی علاقه‌مندان دعوت به همکاری می‌کند.
- برداشت مطلب با ذکر ماخذ آزاد است.
- لطفا مطالب خود را زیر هزار واژه (برمبنای واژه‌شمار وارد) نگاه دارید.
- هفته در ویرایش و کوتاه کردن مطالب‌های رسیده آزاد است.

کسری بودجه کانادا به حدود ۹.۵ میلیارد دلار رسید



دولت کانادا در ماه مارس ۲۰۱۶ در مجموع نه میلیارد و چهارصد میلیون دلار کسری بودجه داشت. این رقم در مدت زمان مشابه در سال دو هزار و پانزده به سه میلیارد دلار می‌رسید.

به گزارش هفته به نقل از ژورنال دومتروال، وزارت دارایی کانادا روز جمعه با اعلام این خبر افزود از ماه آوریل تا مارس سال مالی ۲۰۱۵-۲۰۱۶، دولت فدرال دو میلیارد دلار کسری بودجه به ثبت رسانده است، در حالی که در مدت زمان مشابه سال قبل دولت دو میلیارد و نهصد میلیون دلار مازاد بودجه داشت.

درآمدهای دولت فدرال در ماه مارس سال جاری به ۲۴.۱ میلیارد دلار رسید که این رقم پنج میلیارد دلار کمتر از ماه مارس دو هزار و پانزده است. علت این کاهش عمدتاً کاهش درآمدهای مالیاتی از جانب افراد حقیقی و شرکتها عنوان شده است. وزارت دارایی هم‌چنین اعلام کرد هزینه‌های برنامه‌های دولتی ۴.۴ درصد در مقایسه با ماه مارس ۲۰۱۵ افزایش یافته و به ۳۱.۵ میلیارد دلار رسیده است.

درآمدها در بازه زمانی آوریل ۲۰۱۵ تا مارس ۲۰۱۶، به ۲۸.۹۶ میلیارد دلار رسیده است که این رقم ۱۰ میلیارد دلار از مدت زمان مشابه سال قبل بیشتر است.

آتش‌سوزی‌های آلبرتا باعث رشد منفی اقتصاد کانادا شد

درصد برسد. اگر برآورد جدید دقیق باشد، می‌توان گفت در این دوره اقتصاد کانادا ۰.۲۵ درصد رشد منفی خواهد داشت.

در عین حال تحلیل‌گران اقتصادی بخش خصوصی نیز پیش‌بینی کرده‌اند اقتصاد کانادا در بهار سال جاری یک درصد رشد منفی داشته باشد.

از سرگیری بهره‌برداری از میدان‌های نفتی که برای ماه ژوئن پیش‌بینی شده است، هم‌زمان با تلاش‌ها برای بازسازی شهر بحران‌زده فورت مک‌موری و سرمایه‌گذاری‌های دولت در زیرساخت‌ها، در تابستان امسال باعث بهبود نسبی اوضاع اقتصادی خواهد شد. بانک جهانی و اکثر تحلیل‌گران انتظار دارند اقتصاد کشور از ماه‌های ژوئیه تا سپتامبر رشد کند.

■ بانک جهانی اعلام کرد رشد اقتصاد کانادا در سه ماهه دوم سال جاری به علت آتش‌سوزی‌های استان آلبرتا بسیار کندتر از حد انتظار خواهد بود.

به گزارش هفته به نقل از لاپرس، آتش‌سوزی‌های جنگل‌های اطراف میدان‌های نفتی استان آلبرتا چنان تأثیری بر اقتصاد خواهد داشت که باعث خنثی شدن پیامدهای مثبت همه صنایع دیگر در حال رشد کانادا خواهد شد.

بانک جهانی در برآورد خود پیش‌بینی کرده است فاجعه آتش‌سوزی آلبرتا ۱.۲۵ درصد از رشد تولید ناخالص داخلی واقعی ماه‌های آوریل تا ژوئن می‌کاهد.

این بانک در گزارش ماه آوریل خود پیش‌بینی کرده بود میزان رشد سه ماهه اقتصاد کانادا در این مدت به یک



ارسال ارز به ایران و سایر نقاط جهان
Currency Exchange & Money Transfer

514-485-6000

6520 St. Jacques Montreal, QC H4B 1T6



هزینه‌های زندگی در مونترال بالا است

■ به گزارش هفته به نقل از ژورنال دومونترال، در حالی که گردشگران خارجی از قیمت‌های رایج در شهر مونترال ابراز خرسندی می‌کنند، ساکنان این شهر به درستی از قیمت‌های بالای سبد خواربار و حمل و نقل خود شکایت دارند.

یان سیمون استاد مدیریت در دانشگاه لاول گفت: «در حال حاضر بهتر است شما در این شهر گردشگر باشید تا ساکن آن. اختلافها واقعا محسوس است.»

با مقایسه آمار و ارقام سال ۲۰۱۵ مرتبط با کالاها و خدمات در ۷۰ شهر جهان، این استاد دانشگاه به نتیجه فوق رسیده است.

در این مطالعه مشخص شده است که بالاترین هزینه برای اصلاح موی سر در اسلو پایتخت نروژ مشاهده می‌شود. گران‌ترین آپارتمان‌ها در نیویورک عرضه می‌شوند در حالی که قیمت لباس در شیکاگو از سایر شهرها گران‌تر است.

این ارقام هم‌چنین نشان می‌دهد کلان شهر مونترال جذابیت‌های زیادی برای گردشگران خارجی دارد. در این شهر هزینه شام دو نفره در یک رستوران به طور متوسط ۹۰ دلار آمریکا است در حالی که همین هزینه در توکیو ۲۲۰ دلار آمریکا است.

قیمت هر شب اقامت در هتل و نیز کرایه خودرو در مونترال در مقایسه با دیگر کلان شهرها ارزان‌تر است. پروفیسور سیمون با وجود این افزود: «این مسئله برای

«تولید محصولات لبنی، تخم‌مرغ و مرغ از پایه در کبک گران‌ترند زیرا مقررات مدیریت عرضه بر این منطقه حکم‌فرما است.»

قیمت حمل و نقل با مترو، تاکسی و قطار نیز از چندین شهر بزرگ دیگر جهان گران‌تر است. فاصله‌های زیاد و تراکم کم جمعیتی علت اصلی این پدیده است.

ژاک نانتل استاد تجارت در HEC مونترال نیز گفت: «مونترال با وجود این در مقایسه با شهرهای آمریکایی و منطقه اسکندیناوی ارزان‌تر است. هزینه‌های زندگی خوب است اما مالیات‌ها بسیار بالا است. بسیاری از اساتید دانشگاه خارجی پس از دریافت اولین حقوق خود به سرعت خواستار ترک این شهر شده‌اند.»

کالا و خدمات صدق نمی‌کند. مونترال پرهزینه‌تر از آن چیزی است که تصور می‌شود. این شهر در بین میانگین گران‌ترین‌ها واقع است.»

این گرایش در سبد خرید کالای شهروندان ملموس است. مونترالی‌ها به درستی از افزایش بی‌وقفه قیمت مواد غذایی شکایت دارند چرا که قیمت‌ها در بین بالاترین‌های جهانی است.

برای خرید ۳۹ کالای پایه نظیر گوشت، شیر و نان باید در مونترال ۵۳۲ دلار هزینه کرد. این رقم بسیار بالاتر از تورنتو و پاریس است و به طور شگفت‌انگیزی به سبد ۵۶۸ دلاری لندن نزدیک می‌شود.

ژرمن بلزیل استاد دانشگاه در HEC مونترال گفت:

شیوع نوعی بیماری آمیزشی در کانادا

درمان‌های مناسب قرار نگرفته‌اند. دکتر جسیک افزود: «به اکثر بیماران داروهای بسیار ضعیفی برای مبارزه با این انگل‌ها تجویز می‌شود.»

این بیماری عفونی ده برابر بیشتر از سیفیلیس رایج شده است و برخلاف سیفیلیس که در ۹۷ درصد موارد مختص مردان است، میکوپلاسما ژنیتالوم به یک اندازه بین مردان و زنان رایج است. نتیجه آزمایش بر روی ۱۱۹۳ نفر در بین ۴،۵ درصد از مردان و ۳،۲ درصد از زنان مثبت بود.

براساس اطلاعات گلوبال نیوز این عفونت اکنون در کانادا بسیار رایج است. عفونت بسیار مسری است و در برابر درمان‌ها مقاومت می‌کند.

دکتر دیون جسیک به تازگی در مطالعات خود از شیوع گسترده این بیماری آمیزشی در منطقه تورنتو پرده برداشته است. عوارض این بیماری تورم در ناحیه آلت تناسلی و عقیم شدن است. درمان‌های موجود باعث بهبود وضع بیمار نشده و حتی باعث شدت گرفتن بیماری می‌شود. افراد مبتلا تاکنون در معرض

■ نوعی عفونت جدید که از طریق آمیزش سرایت پیدا می‌کند، به تازگی موجب نگرانی فزاینده کارکنان بخش بهداشت و درمان کانادا شده است.

به گزارش هفته به نقل از ژورنال دومونترال، این عفونت میکوپلاسما ژنیتالوم (mycoplasma genitalium) نام دارد که بیماری جدید آمیزشی در منطقه تورنتو به شمار می‌رود.

این عفونت که از طریق باکتری بسیار کوچکی سرایت می‌کند بیست سال پیش در انگلیس کشف شد.





**Bureau de Change
Currency Exchange**

(514) 844 - 4492

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



ارائه خدمات ارزی:

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

کانادا چگونه از خود در برابر تروریسم محافظت می کند



■ وزیر روابط بین الملل اذعان کرد برخی از گروه های تروریستی در کانادا حضور دارند. اما کانادا چگونه می تواند از خود در برابر سوءقصد های احتمالی محافظت کند؟ به گزارش هفته به نقل از روزنامه مترو، دو تن از تحلیلگران کتابخانه پارلمان تحقیقات خود را اعلام کردند. سازمانهای امنیتی به شیوه های زیر در برابر تهدیدهای مختلف عمل می کنند:

افراط گرایی: بسیج شهروندی:

- میزگرد فرافرونگی درباره امنیت متشکل از شهروندان جوامع و سازمان های مختلف نظرات متفاوت را به دولت درباره تاثیر سیاستها و برنامه امنیت ملی می دهد.
- ژاندارمری سلطنتی کانادا و وزارت مهاجرت جوامع قومی، فرهنگی و مذهبی را بسیج می کنند.

- قانون جنایی: قانون به مقامات اجازه می دهد برای جلوگیری از رفت و آمدهایی که اهدافشان آموزش تروریست و استخدام نیروهای تروریستی است، مداخله کنند. تبلیغ برای تروریسم نیز محکومیت در پی دارد.
- مقامات هم چنین اختیاراتی برای نظارت، جستجو و شنودهای الکترونیکی و تفتیش و ضبط اموال پس از صدور مجوز دادرسی دارند.

طراحی حملات تروریستی:

- سازمان اطلاعات امنیت کانادا: این نهاد از منابع انسانی برای تحقیق درباره تهدیدات استفاده می کند. از سال ۲۰۱۵ اختیارات دقیقی برای فعالیت هایش در خارج دارد.

- ۲۸۰ تفاهم با سازمان های خارجی، از فعالیت هایش حمایت می کنند.

۱. مرکز امنیت ارتباطات اطلاعات را از علائم الکترو مغناطیسی خارجی رصد می کند، کمک های عملیاتی به مسئولان سازمان اطلاعات امنیت کانادا ارائه می کند. این سازمان اجازه دریافت و رصد اطلاعات را دارد، اطلاعات را جمع آوری و مبادله می کند. سازمان های دفاع ملی، نیروهای مسلح کانادا، سازمان امور جهانی کانادا، آژانس سازمان های مرزی کانادا، سازمان حمل و نقل کانادا، آژانس درآمدهای کانادا و مرکز تحلیل عملیات و اظهارنامه های مالی در کانادا نیز می توانند اطلاعات را دریافت و مبادله کنند. آن ها با نهاد موسوم به مرکز برآورد تروریسم همکاری می کنند.

- بازداشت های پیشگیرانه: ماموران پلیس می توانند با هدف بازجویی از افراد مظنون، اقدام به بازداشت پیشگیرانه آن ها به مدت هفت روز بکنند. آن ها می توانند تعهداتی از مظنونان در خصوص عدم برهم زدن نظم عمومی بگیرند. مهلت قانونی این تدابیر موقت، در سال ۲۰۱۸ به پایان می رسد.

- لغو گذرنامه: وزارت امنیت عمومی در صورت تشخیص پیشگیری از اقدامی تروریستی، این اختیار را دارد که گذرنامه را فسخ یا لغو کند.

تامین مالی تروریسم:

- کنترل، ثبت و توقیف دارایی ها: مرکز تحلیل عملیات و اظهارنامه های مالی کانادا عملیات مالی مرتبط با گروه های تروریستی را ردیابی می کند.

- به منظور جلوگیری از حمایت از تروریسم، اوتاوا می تواند جایگاه قانونی سازمان های خیریه مرتبط با گروه های مشکوک را نادیده بگیرد.

نقض قانون یا تکرار جرم:

- محکومیت های سنگین به زندان، مشارکت در فعالیت های تروریستی یا کمک به آن و صدور دستور اقدامات تروریستی نقض قانون کیفری محسوب می شود و محکومیت های خاصی برای آن ها پیش بینی شده است. این محکومیت ها باید پیاپی سپری شود که این مسئله باعث طولانی تر شدن دوران محکومیت می شود.
- لغو شهروندی: دولت این اختیار را دارد شهروندی کانادایی را از افرادی با تابعیت دوگانه و محکوم به تروریسم لغو کند.

حمله به زیرساخت های حیاتی:

- تدابیر امنیتی، ممنوعیت ها و کنترل: تولید و قاچاق مواد منفجره و مهمات ممنوع است. چندین قانون مرتبط با تولید، در اختیار داشتن، استفاده و جابه جایی مواد شیمیایی، میکروبی، رادیواکتیو و مواد منفجره وجود دارد.

- کنترل صادرات: محدودیت هایی در صادرات کالا و فناوری های مرتبط با سلاح ها و محصولات راهبردی وجود دارد.

حمله به شبکه حمل و نقل:

- تدابیر امنیتی حمل و نقل: شرکت های بهره برداری از فرودگاه ها و تاسیسات دریایی، شرکت های کشتیرانی و تاسیسات بندری، شرکت های راه آهن و واردکنندگان، کارخانه ها و شرکت های حمل و نقل مواد خطرناک مشمول این تدابیر می شوند.

- ممنوعیت سفر: افراد مظنون به تهدید امنیت ممکن است حق سفر با هواپیما را نداشته باشند. ورود برخی از کشتی ها به کانادا نیز ممکن است ممنوع شود.

امنیت مرزی:

- کنترل مرز و کنترل مهاجرت: ماموران سازمان های مرزی کانادا می توانند اقدام به بازرسی افراد و تفتیش کالاها در مرزها کنند.

- تدابیر اخراج: کمیسیون مهاجرت و پناهندگی کانادا می تواند تدابیری برای اخراج افراد در صورت ممنوعیت حضور آن ها به دلایل امنیتی پیش بینی کند.

- اطلاعات مجرمانه نیز می تواند دلیلی بر اخراج افراد باشد.

تروریسم بین المللی:

- همکاری: بسیاری از نهادهای بین المللی هم چون سازمان ملل، ناتو، گروه هشت و امثال آن، می کوشند چارچوب های حقوقی خود را هماهنگ سازند تا توان مبارزه با تروریسم تقویت شود.



مینو اسلامی

مشاور املاک در مونترال بزرگ - مسکونی و تجاری

- تهیه وام مسکن برای دانشجویان و تازه واردان
- کام به کام با شما تا پایان قرارداد
- ارزیابی رایگان



Minoo Eslami
 Real estate broker
 meslami@sutton.com
 Sutton
 9515 Lasalle Boul. Lasalle
 Cell: 514 967 5743
 Office: 514 364 3315



Maison de Voyages House of Travel

آژانس مسافرتی / فرناز معتمدی

پرواز به ایران و سایر نقاط با بهترین نرخ ها
 مناسب ترین بسته های مسافرتی Last Minute

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

farnaz@hot.ca
www.hot.ca

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

رتبه برتر کانادا در جذب دانشجویان خارجی

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



بر اساس آخرین آمار، تعداد دانشجویان خارجی که برای ادامه تحصیل به کانادا وارد می‌شوند از تعداد دانشجویان خارجی که انگلستان را برای ادامه تحصیل انتخاب می‌کنند، بیشتر می‌شود.

به دنبال تغییرات اساسی در نحوه اخذ اقامت موقت و دائم اداره مهاجرت انگلستان، کانادا از محبوبیت بالاتری در نزد دانشجویان خارجی نسبت به کشور انگلستان برخوردار شده است.

این محبوبیت به دنبال تشکیل دولت جدید کانادا به مراتب بیشتر از گذشته به چشم می‌خورد، زیرا دولت لیبرال همواره در تلاش مستمر برای ساده‌سازی امکان درخواست مهاجرت این دانشجویان است. دولت لیبرال تا به حال در تحقق این امر به موفقیت‌های چشمگیری دست یافته است.

وزیر اداره مهاجرت کانادا، جان مک کالم، معتقد است که دولت کانادا باید اقدامات بیشتر و گسترده‌تری را در زمینه جذب دانشجویان خارجی انجام دهد و تدابیر بیشتری در جذب این متخصصین جوان برای استقرار در کانادا به صورت دائم انجام دهد. وزیر مهاجرت بر این باور است که این متخصصین جوان بهترین و مناسب‌ترین متقاضی برای تامین کسری متخصصین این کشور در آینده هستند.

این دانشجویان خارجی در برخی از مواقع علاوه بر برنامه‌های مهاجرتی فدرال، پس از اتمام دوره تحصیلی خود بیشتر از یک حق انتخاب برای درخواست اقامت دائم دارند امری که نتیجه‌ی تنوع در برنامه‌های مهاجرتی استان‌های مختلف است.

تنوع برنامه‌های مهاجرتی کانادا باعث می‌شود تا اکثر این دانشجویان فارغ‌التحصیل، همزمان واجد شرایط چندین برنامه مهاجرتی کانادا برای درخواست اقامت دائم و استقرار در هر یک از استان‌های کانادا باشند. بدیهی است، مهاجرین پس از دریافت اقامت دائم، در صورت اثبات حداقل حضور فیزیکی مورد نیاز در کانادا می‌توانند واجد شرایط درخواست شهروندی شوند.

برخی از امتیازات تحصیل در کانادا در مقایسه با دیگر کشورهای جهان به اختصار در ادامه آورده شده است:

- کانادا به خاطر قانون تابعیت چندملیتی و بهره‌گیری از فرهنگ‌های مختلف دارای جذابیت زیادی برای زندگی و کار دانشجویان خارجی است.
- امکان انتقال واحدهای تحصیلی برای دانشجویان خارجی مهیا است.
- همسران عرفی و شرعی دانشجویان، واجد شرایط درخواست مجوز کار در طول اقامت تحصیل دانشجویی مربوطه خواهند بود.
- دانشجویان خارجی قادر خواهند بود خارج از محیط دانشگاه به صورت پاره وقت در حین تحصیل مشغول کار شوند. این امتیاز باعث می‌شود تا علاوه بر کسب درآمد در حین تحصیل، با بدست آوردن سابقه کار در کانادا، شانس استخدام پس از اتمام دوره تحصیل را برای خود افزایش دهند.

- دانشجویان خارجی پس از اتمام دوره تحصیل موفق به اخذ مجوز کار آزاد به مدت حداکثر سه سال خواهند شد.
- بسیاری از افرادی که موفق به اخذ امتیازات لازم برای درخواست اقامت دائم از خارج از کانادا نیستند، تحصیل در کانادا می‌تواند گزینه مطمئنی برای اخذ اقامت دائم به شمار برود.

بر اساس آمار ارائه شده توسط دفتر امور دانشجویان خارجی در کانادا، میزان ۸۳ درصد افزایش در تعداد دانشجویان خارجی بین سال‌های ۲۰۰۸ تا ۲۰۱۴ مشاهده می‌شود. علاوه بر این ۹۵ درصد این دانشجویان، تحصیل در کانادا را به دیگران پیشنهاد می‌کنند. بالغ بر نیمی از این دانشجویان فارغ‌التحصیل اقدام به اخذ اقامت دائم کانادا می‌نمایند. اکثر این دانشجویان براین باورند که به سه دلیل زیر کانادا را برای ادامه تحصیل انتخاب نموده اند:

- شهرت کیفیت بالای سیستم آموزشی کانادا
- شهرت کانادا به عنوان یک جامعه پذیرا و فارغ از تبعیض
- شهرت کانادا به عنوان یک کشور امن

در حالی که بسیاری از افزایش محبوبیت اخیر کانادا در میان دانشجویان خارجی در مقایسه با انگلستان متعجب می‌شوند، ولی واقعیت امر این است که کشور کانادا امتیازات و تسهیلات ارزنده‌ای را برای دانشجویان خارجی مهیا ساخته است. در نتیجه، نه تنها پذیرش دانشجویان خارجی باعث درآمدزایی بیشتر موسسات آموزشی کانادا می‌شود، بلکه کانادا نیز در جهت تامین نیروی متخصص مورد نیاز کشور از حضور این فارغ‌التحصیلان جوان بهره‌مند می‌گردد.

لطفاً سؤالات خود را به آدرس ایمیل Q@hafteh.ca ارسال کنید. ما در شماره‌های آینده مجله هفته به سؤالات شما پاسخ خواهیم داد.

ICP Immigration Inc. www.icpimmigration.com

معصومه علی محمدی (بهیانی)

با گروه مجرب خود ارائه کننده کلیه خدمات در زمینه اخذ مجوز اقامت دائم و یا موقت، برنامه های مهاجرتی فدرال و استانی از طرق سرمایه گذاری، تخصصی، کارآفرینی، خویشاوندی، دانشجویی، پناهندگی... و همچنین تهیه دعوتنامه، سوگند نامه و تایید رسمی مدارک در کانادا است.

جهت مشاوره و تعیین وقت قبلی با دفتر ما در مونترال و تهران تماس حاصل فرمایید.

رضایت شما پشتوانه نام و اعتبار ما است.

Montreal office:

Cell: (514) 778 9011
Office: (514)289 9044
Toll free from Iran:
(021) 8531 2878

info@icpimmigration.com
1117 Ste. Catherine west # 511
Montreal Quebec H3B 1H9

Tehran office:
Tel.: (021) 2289 4567

استیو مک کوری و «دختر جوان افغان» چشم‌هایی که دنیا را مسحور خود کرد به بهانه‌ی نمایشگاه استیو مک کوری و حضور او در مونترال

پریسا کولان
عکس‌ها: حامد تابعین



«دختر جوان افغان»، منبع: اینترنت

تصویرش بی‌خبر است و با وجود فقری که با آن دست و پنجه نرم می‌کند هیچ وقت از عکاس درخواست پول نمی‌کند ولی «نشنال جیوگرافی» هزینه‌ی مراقبت‌های پزشکی، خرید یک چرخ خیاطی برای دخترش و سفر حج را به او هدیه می‌دهد.

پرتره «شربت گول» سندی برای درد و رنج پناهجویان در افغانستان در هنگام درگیری‌ها در سال‌های ۱۹۸۰ است و به نمادی از اندوه و محنت جنگ در این کشور تبدیل شده است.

درباره هنرمند: «استیو مک کری» Steve Mccurry در ۲۴ فوریه ۱۹۵۰ در فیلادلفیا در ایالات متحده آمریکا متولد شد. او از اعضای آژانس مگنوم است و به گفته‌ی خود همواره در تلاش ثبت لحظات اتفاقی ولی هدفمند بوده است. او معتقد است که این شیوه‌ی کار به کشف صحنه‌ها و حوادث جذابی منجر می‌شود که به دنبال آنها نبوده‌ایم. این هنرمند به خاطر المان‌ها و محرک‌های پویایش، توجه بی‌ظنیش به استفاده از نقاط طلایی، خطوط طبیعی برای هدایت چشم و ایجاد پرسپکتیو، انتخاب نورها و کنتراست‌های مناسب، نزدیک شدن به سوژه و استفاده از بافت و زیر و بم‌های آن و در نهایت قرینگی در تصویر، در عکس‌های رنگی و تصاویر مستندش، شناخته می‌شود.

برای اطلاعات درباره زمان و مکان نمایشگاه آثار استیو مک کوری به صفحه «هنر در شهر» همین شماره مراجعه کنید.

شاخصه‌های بارز کار هنرمند است. تا نورپردازی صورت و سایه‌های روی پوست که کنتراست بی‌ظنیش ایجاد کرده‌اند، همگی دست به دست هم می‌دهند و نگاه بیننده را بر روی چشمان سوژه متمرکز می‌کنند. به گفته‌ی «الیویه لیفران» چشمان این دختر تمام دنیا را هیپنوتیزم می‌کند. این نگاه تیز و مستقیم دختر به سمت بیننده، خطوط صورتش، موهای بهم‌ریخته‌اش، لب‌های بسته و حالت سر و شانه‌ها در تضاد با زیبایی دختر نوعی حس ناپایداری و هراس را در عکس به وجود می‌آورند و اشاره‌ای به زندگی سخت و شخصیت سوژه می‌کنند. این عکس هنگامی که «شربت گول» خانواده‌اش را در جنگ از دست داده بوده و در زمانی که رنج بزرگی را تحمل می‌کرده گرفته شده است. دو رنگ قرمز و سبز نیز رنگ‌های اصلی این تصویر هستند که در پوشش دختر، روسری که به سر دارد،



پیراهن او و پس زمینه‌ی عکس تکرار می‌شوند. دختر جوان لباس معمول زنان کشورش را به تن دارد و قسمتی از این لباس پاره است و این پارگی باعث می‌شود که زمینه‌ی سبز لباس بروز کند و با رنگ سبز چشمان دختر نشانه‌ها را با هم مرتبط و هماهنگ کند. در سال ۲۰۰۲ «استیو مک کری» به افغانستان باز می‌گردد و پس از تلاش بسیار «شربت گول» را مجدداً ملاقات می‌کند. چشمانش تغییری نکرده‌اند ولی خطوط چهره‌اش دیگر آن لطافت زیبای جوانی را ندارند زیرا که او زنی ویران شده است. از دست دادن خانواده‌اش به خاطر جنگ و ازدواج تحمیلی در چهارده سالگی، بارداری در سن پایین، سقط جنین، شرایط بد زندگی، زور گویی‌های همسر و مرگ چهارمین دخترش از او زنی خسته و فرورفته ساخته است. او حتی از مشهور شدن

جمعه گذشته، ۲۷ ماه مه ۲۰۱۶، استیو مک کوری تور کانادایی خود را از مونترال آغاز کرد. پریسا کولان، مسئول صفحه هنر و حامد تابعین، عکاس هفته در یک نمایشگاه خصوصی از کارهای استیو مک کوری شرکت و با هنرمند ملاقات کردند. عکس‌ها و گزارش زیر حاصل این دیدار با یکی از برجسته‌ترین عکاسان روز جهان است. / تحریریه هفته

«دختر جوان افغان» نام تصویر دختر سیزده ساله‌ی است که نگاه پردردش در دوربین استیو مک کوری جهانی شد. این عکس در اردوگاه پناهجویان در ژوئن ۱۹۸۵ ثبت شد، هنگام درگیری افغانستان با شوروی سابق، و در همان سال روی جلد مجله «نشنال جیوگرافی» قرار گرفت.

«استیو مک کری» این تصویر را اینگونه توصیف می‌کند: «در هنگام بمباران «شربت گول» از دهکده‌اش فرار می‌کند و به مدت دو هفته در کوهستان‌های برفی و یخ‌زده پیاده راه می‌رود تا خودش را به محل پناهجویان پاکستانی «نصیر باغ» می‌رساند. من خیلی اتفاقی در چادری که به مدرسه تبدیل شده بود با او برخورد کردم. با اینکه خجالت می‌کشید ولی قبول کرد که در گوشه‌ای خلوت، در نور صبحگاهی، دور از شایعه‌ها و همه‌های اردوگاه از او عکس بگیرم.»

مهم‌ترین نشانه این عکس همان طور که ذکر شد، چشمان سوژه است و تمام ارکان در این تصویر به نوعی به آن اشاره دارند. از قرار دادن چشم راست سوژه در خط میانی عمودی و نقطه‌ی طلایی عکس، که از





بدون رژیم، بدون ورزش، بدون جراحی و بدون نتاها!

ELIMINATE STUBBORN FAT

WITHOUT SURGERY OR DOWNTIME & FEEL GREAT FROM EVERY ANGLE.



اینک به رویای دیرین خود دست پیدا کنید!
بدن ایده آل خود را بسازید!



coolsculpting



Dr. Banafcheh Hejazi

با روش نوین «کول اسکالپتینگ»
از شر چربی های موضعی سمج
برای همیشه رها شوید!

Tel.: 514-849-7373



4084-A Boul. Saint-Laurent, Montréal, Québec H2W 1Y8

www.drhejazi.com

مهاجرین عزیز

✓ آیا می دانید که خریداران نیازی به پرداخت پورسانت ندارند؟

✓ هدیه ما به خریداران: ۱۲۰۰ دلار هزینه محضر

✓ اخذ وام برای مهاجرین با کمترین پیش پرداخت و بهره



نادر خاکسار
مشاور املاک

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

هفت روز هفته مشاوره رایگان تلفنی **514 969 2492**

- خانه سه خوابه زیبا (فوری فروشی) \$380,000 in West Island
- دو خوابه ۲۰۱۲ \$230,000 in Downtown
- خانه مجلل پنج خوابه \$980,000
- آپارتمان یک خوابه با منظره آب نمای زیبا \$220,000
- خانه سه خوابه \$400,000

پیک‌نیک بهاره «گروه مهر و همبستگی ایرانیان مونترال»



روزی دوشنبه ۲۳ می ۲۰۱۶ سومین پیک‌نیک بهاری «گروه مهر و همبستگی ایرانیان مونترال» با حضور نزدیک به ۷۰ نفر در پارک cap-Saint Jacques برگزار شد. لیوسا کیلانی که مدیریت این گروه فیس‌بوکی را بر عهده دارد درباره این خبر به هفته گفت: یکی از اهداف اصلی گروه «مهر و همبستگی ایرانیان مونترال» برگزار کردن پیک‌نیک‌های دسته جمعی در داخل یا بیرون شهر مونترال است. بعد از ۲ پیک‌نیک که حدوداً هر بار ۳۰ نفر شرکت کردند، تصمیم گرفتیم که یک پیک‌نیک بزرگ‌تر و دورتر از شهر برگزار کنیم. به دوستان پیشنهاد دادم که در روز دوشنبه که تعطیل رسمی هست به cap-Saint Jacques برویم. به همین خاطر از دوستانی که وسیله نقلیه داشتند خواهش کردم در صورت امکان رفقای بدون وسیله را یاری دهند و مابقی می‌توانند با اتوبوس عمومی خود را به پارک برسانند. قرارها گذاشته شد و یکی از بانوان مهربان گروه به همراه خودم دوستان را به خوردن صبحانه «حلیم» که دست‌پخت خودمان بود، دعوت کردیم. او ادامه داد: به همین دلیل همگی دوستان صبح راس ساعت ۱۰ در پارکینگ

والمارت مترو Namur جمع شدیم و حلیم خوردیم. در همان جا دوستانی که با وسیله نقلیه خودشان آمده بودند، افراد بدون وسیله نقلیه را با خود بردند که البته الویت با بچه‌دارها و مسن‌ها بود. حدوداً ۱۲ نفر به همراه من با اتوبوس به پارک رفتیم که البته ۱ ساعت و نیم تو راه بودیم. زیباترین قسمت زمانی بود که ما به پارک رسیدیم و چون مسافت پیاده تا محل استقرار پیک‌نیک خیلی طولانی بود، دوستان به طور خودجوش تصمیم گرفتند که به پیشواز ما بیایند و ماشین پشت ماشین بود که می‌رسید. همان جا من معنی واقعی مهر و همبستگی را با تمام وجودم حس کردم. حدوداً ۷۰ نفر در پیک‌نیک حضور داشتند و هر خانواده بنا بر ذائقه و سلیقه خود غذایی به همراه داشت. جوجه کباب، کباب، انواع ساندویچ، زیتون پروده، الویه و غیره که هر کسی سعی می‌کرد غذای خود را به دیگر دوستان تعارف کنند و در کل خان گسترده‌ای بود از انواع طعام همراه با مهر و دوستی. دوستان طبق روال هر پیک‌نیک انواع بازی‌ها را انجام دادند اما وسطی طبق معمول از رونق بسیاری برخوردار بود. روزی خیلی خاطره انگیزی بود.

IMPERIAL
Business School
www.ibs.quebec

Loans & Bursaries
Receive 900 CAD / month + 200 CAD / month per child*

1) French Courses All Levels

University Credit Courses
15h/week 9h - 15h
Monday-Tuesday-Wednesday
Limited Places

2) Starting a Business

Courses in English: Online 9h/week
Courses in French: In-class 6h/week
Diploma of Vocational Studies
from the Ministry of Education

460 St. Catherine West, Suite 302, Montreal H3B 1A7
514-207-9999 514-699-0689

Support with the Loans & Bursaries Application
*Under certain conditions

تاسیس مرکز میانجیگری و داوری برای ایرانیان

قرار است به زودی یک مرکز «میانجی‌گری و داوری برای ایرانیان کانادا» تاسیس شود. آقای جواد جلالی، حقوقدان فارغ‌التحصیل از دانشگاه مگ‌گیل به عنوان یکی از اعضای هیئت مؤسس این مرکز با ارسال ای‌میلی به هفته‌اعلام کرد: «بر کسی پوشیده نیست که در مراودات معمول بین افراد جامعه بعضاً اختلافاتی پدید می‌آید که در قوانین و مقررات هر کشور راه‌حل‌های متفاوتی برای حل و فصل آن اختلافات پیش‌بینی شده است. از بدیهی‌ترین اقدامات، مراجعه به دستگاه قضایی و دادگاه صالح به نظر می‌رسد که با صرف هزینه و زمان زیاد همراه خواهد بود.

با توجه به این نقیصه و هم‌چنین عنایت به نیاز روزافزون جامعه ایرانی مقیم کانادا به ساختار و مکانیسم ساده‌تر و سریع‌تر، وجود یک مرکز میانجی‌گری و داوری برای رسیدگی مسالمت‌آمیز و قانونی به اختلافات بین آن‌ها ضرورتی انکارناپذیر است. بر همین اساس، در نظر است که جهت رسیدگی به اختلافات بین اشخاص حقیقی و حقوقی و حل و فصل آن‌ها با رعایت قوانین ایران و کانادا، یک مرکز میانجی‌گری و داوری برای ایرانیان مقیم کانادا تأسیس گردد.

بنابراین، از کلیه علاقه‌مندان، صاحب‌نظران، حقوق‌دانان و کارشناسان خبره در این خصوص دعوت به عمل می‌آید که نظرات، پیشنهادات و احیانا مقالات خود را در زمینه تاسیس راه‌اندازی این مرکز را به نشانی موقت:

Canada, 257 Stanley St. Montreal (QC), H3B

1242-208

ارسال کنند. ضمناً چنانچه کسانی مایل به همکاری با این مرکز در شرف تأسیس هستند می‌توانند آمادگی خود را با ارسال CV اعلام نمایند. / با سپاس؛ جواد جلالی، دبیر هیئت مؤسس»

با دکتر راضیه رضوی در «کافه خاطرات»



روز دوشنبه ۱۶ می ساعت ۶ عصر کافه خاطرات در جلسه خود میزبان دکتر راضیه رضوی‌نیا از فعالان کامیونیتی بود. این جلسه در ۴۵۷۴ خیابان شریبوروک غربی در کتابخانه وست‌مونت با حضور علاقه‌مندان به این جلسات برگزار شد.

در این جلسه راضیه رضوی بیشتر به خاطرات شخصی خود در کودکی، نوجوانی و جوانی پرداخت. وی در این باره به هفته‌گفت: من بسیاری از خاطرات دوران کودکی‌ام را که برایم دلنشین بود را یادآوری کردم، زمانی که شب‌های شنبه و جمعه که در خانه‌مان شعرخوانی بود و من در فضایی هنری و فرهنگی رشد کرده اشاره کردم، همچنین به محله‌ای اشاره کردم که در آن به دنیا آمدم. «بعد از گذراندن دوران نوجوانی و ورود به دانشگاه زمانی که با فشارهای زیاد برای بستن دانشگاه‌ها روبه‌رو شدم تصمیم به خروج از ایران را گرفتم و مستقیم به مونترال کانادا آمدم. به خاطراتی که در سال‌های اول ورود به کانادا داشتم اشاره کردم و شرایطی که وجود داشت اصلاً مثل الان نبود. امکانات نیز قابل مقایسه با الان نبود. من تحصیلاتم را در این‌جا گذراندم و الان نیز در زمینه رشته مورد علاقه‌ام که دندانپزشکی بود مشغول به کار شدم. ما روزهای خوشی را در تعاونی که آقای شهریار بخشی راه‌اندازی کرده بود گذرانیدیم و در آن‌جا دوستان خوبی پیدا کردم که تا حال با من همراه هستند.»

کافه خاطرات در معرفی سخنران آورده است: «دکتر راضیه رضوی‌نیا پس از پایان تحصیلات خود در رشته‌ی آزمایشگاهی در ایران و مهاجرت به کانادا، موفق به دریافت دکترای دندانپزشکی از دانشگاه مونترال شد. دکتر رضوی در ادامه‌ی فعالیت‌های سیاسی و اجتماعی در ایران، از بدو ورودش به مونترال همواره در فعالیتهای فرهنگی، اجتماعی و حرفه‌ای شرکت داشته است. او به عنوان یکی از مدیران مدرسه‌ی دهخدا چند دوره فعال بوده است. وی از پایه‌گذاران بنیاد چکاوک و عضو هیات مدیریت این نهاد و نهادهای دیگری چون مرکز اجتماعی برای کمک به مهاجرین، انجمن ادبی ایرانیان مونترال، کتابخانه‌ی نیما، و کانون دندان‌پزشکان ایرانی فعالیت کرده و می‌کند. در حال حاضر دکتر رضوی به عنوان دندان‌پزشک مشغول فعالیت حرفه‌ای است.





cortravco
ياسمين
Yasmeen
514 594 0344
Conseillère en voyages
Travel Consultant

آژانس مسافرتی Voyages Cortravco

با خیال آسوده به تهران سفر کنید
بهترین قیمت‌ها برای سفر
به شهرهای ایران
و تمامی نقاط جهان



7575 Trans Canada Highway Suite 100 Montreal, QC H4T 1V6
yasmeentali@yahoo.ca
Direct line: 514-387-7878 ext. 223 | Toll Free: 1-888-387-7878 | Fax: 514-387-6599

انتخابات هیات مدیره مدرسه دهخدا

روز شنبه ۱۴ می ۲۰۱۶ مدرسه دهخدا انتخابات هیات مدیره خود را برگزار کرد. شهاب شهبانی با اعلام این خبر به هفته گفت: این انتخابات هر سال اواسط ماه می برگزار می‌گردد. طبق اساسنامه افرادی کاندیدا می‌شوند و اولیا و کادر مدرسه به آن‌ها رای می‌دهند. هر فردی که در انتخابات شرکت می‌کند تنها می‌تواند به ۵ نفر رای دهد. در این بین ۵ نفر عضو اصلی و ۲ نفر علل البدل انتخاب می‌گردند. او ادامه داد: روز شنبه این انتخابات با نظارت هیات امناء جدید برگزار شد و آقایان بیژن جلالی، بهرام صمیمی و پارسایی و خانم‌ها نوشین ثابت‌قدم و عفت خدائشاس به عنوان اعضای اصلی و آقای باقر صدر به عنوان عضو علل البدل انتخاب شدند.

انتخاب هیات امناء مدرسه دهخدا

چندی قبل هیات امناء جدید مدرسه دهخدا انتخاب شدند. براساس اساسنامه هر ۵ سال یک‌بار سه نفر به عنوان اعضای اصلی هیات امناء به مجمع عمومی که متشکل از خانواده دانش آموزان است معرفی شده و آن‌ها با بلند کردن دست خود آن سه نفر را تایید می‌کنند. امسال سه نفر از مدیران قدیمی مدرسه معرفی شدند که خوشبختانه هر سه نفر رای تایید از سوی مجمع عمومی دریافت کردند. اعضای هیات امناء جدید مدرسه ملیحه وزیری، فرید معتمدیان و عزت صادقی است.

مونترال در هفته‌های آینده از ۲ جون ۲۰۱۶

۱. شنیدن گزارش فعالیت‌های سال ۲۰۱۵-۲۰۱۶
 ۲. بررسی تراز مالی سال گذشته
 ۳. انتخاب اعضا شورای هماهنگی جدید
 ۴. بحث و تصمیم‌گیری در مورد پیشنهاد اصلاحات اساسنامه و آیین‌نامه داخلی
 ۵. پرسش و پاسخ
- محل برگزاری جلسه: دانشگاه یوکم ساختمان شماره ۳۲۰
 خیابان سنت‌کاترین شرقی، Pavillon: DS, J.-A.-De
 DS-R340 اتاق Sève

دعوت به مجمع عمومی

سالانه

انجمن دفاع از حقوق بشر

در ایران - مونترال

تقویم رخدادهای جامعه افغان و ایرانی در مونترال

از پنجشنبه ۱۳ خرداد ۱۳۹۵ / ۲ ژوئن ۲۰۱۶

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

<p>یکشنبه ۱۲ ژوئن</p> <p>پیک نیک تابستانی مدرسه دهخدا</p> <p>11:00 Sun.Jun.12.2016 Park Benny</p>	<p>یکشنبه ۵ ژوئن</p> <p>نمایش فیلم «چهارشنبه ۱۹ از دیپشت» البرز فیلم</p> <p>19:00 Sun.Jun.05.2016 Cinema De Parc</p>	<p>جمعه ۳ ژوئن</p> <p>نمایش فیلم «ناهید» البرز فیلم</p> <p>19:00 Fri.Jun.03.2016 Cinema De Parc</p>	<p>پنجشنبه ۲ ژوئن</p> <p>بررسی راه‌ها و تکنیک‌های کارایی فرهنگسرای سینا</p> <p>18:00 Thu.Jun.02.2016 6528 St- Jacques</p>
<p>یکشنبه ۱۲ ژوئن</p> <p>دعوت به مجمع عمومی سالانه انجمن دفاع از حقوق بشر در ایران - مونترال</p> <p>18:30 Sun.Jun.12.2016 320 Sainte-Catherine Est</p>	<p>سه‌شنبه ۷ ژوئن</p> <p>جلسه ماهانه همدلان فرهنگسرای سینا</p> <p>18:00 Tue.Jun.07.2016 6528 St- Jacques</p>	<p>یکشنبه ۵ ژوئن</p> <p>«دموکراسی در خانواده» انجمن زنان ایرانی مونترال</p> <p>11:00 Sun.Jun.05.2016 8034 Saint Hubert</p>	<p>پنجشنبه ۲ ژوئن</p> <p>کارگاه آموزشی «رسانش پینه» بنیاد آپتین / سعید بهی</p> <p>18:00The.Jun.02.2016 5180 Queen Mary #400</p>
			<p>شنبه ۹ جولای</p> <p>بازارچه تابستانی بنیاد نیکو</p> <p>10:00 Sat.Jul.09.2016 4862 Boul.St.Charles Pierrefonds</p>

اکران دو فیلم سینمایی در مونترال

در هفته‌های آتی، شرکت البرز فیلم دو فیلم سینمایی جدید معتبر در سطح ملی و بین‌المللی را برای اولین بار در مونترال به نمایش می‌گذارد. فیلم‌های «ناهید» و «چهارشنبه ۱۹ اردیبهشت» به ترتیب ۳ و ۵ ژوئن در سینما Parc مونترال اکران خواهند شد. طبق اطلاعات مندرج در فیس بوک، فیلم ناهید به کارگردانی آیدا پناهنده، فیلمی است که در جشنواره کن سال گذشته شرکت داشته و با وجود آن که اولین کار کارگردان آن بود، برنده جایزه «آینده نوید بخش» بخش «نوعی



نگاه» در کن گردید.

«ناهید» با ظرافت و ریزبینی ترسیم شده و با بازی درخشان «ساره بیات» به یکی از اساسی‌ترین مشکلات

زنان در جامعه ایران می‌پردازد.

فیلم «چهارشنبه ۱۹ اردیبهشت» اثر وحید جلیل‌وند نیز از میان تمام فیلم‌های ایرانی، در جشنواره ونیز سال گذشته حضور داشته و جایزه منتقدان ونیز را به خود اختصاص داده است.

این فیلم هم مانند «ناهید» در قالب فیلم‌های ژانر اجتماعی ایران قابل تعریف است. «چهارشنبه ۱۹ اردیبهشت» با بازی درخشان «نیکی کریمی» و «امیر آقایی»، حقیقتاً یک فیلم اجتماعی‌ست که جنجال‌هایی را روایت می‌کند که یک آگهی اشتباه در یک روزنامه به وجود آورده است.

شروع سانس هر دو فیلم مذکور ساعت ۷ شب (اولی جمعه ۳ جون و دومی یکشنبه ۵ جون) است.



آپارتمان ۱ خوابه واقع در قلب مرکز شهر ساخت ساختمان ۲۰۱۴ قیمت ۴۱۹۰۰۰ دلار
 خانه ۶ خوابه ۲ سرویس بهداشتی ۲۹۰۰ متر زمین واقع در South Shore قیمت ۷۱۹۰۰۰ دلار
 آپارتمان ۲ خوابه ۱۵۰ متر دید رودخانه ساختمان نو قیمت ۷۸۰۰۰۰ دلار
 آپارتمان ۲ خوابه برج نوساز منظره بی نظیر گلف، رودخانه و مرکز شهر قیمت ۸۲۵۰۰۰ دلار
 ساختمان Triplex واقع در Plateau با درآمد ۶۲۴۰۰۰ در سال قیمت ۸۹۰۰۰۰ دلار
 ساختمان ۹ واحد آپارتمان واقع در Plateau قیمت ۱۲۹۵۰۰۰ دلار
 ساختمان ۱۸ واحد آپارتمان واقع در NDG درآمد ۱۴۷۰۰۰ در سال قیمت ۱۹۹۰۰۰۰ دلار

مسعود نصر
Courtier Immobilier Agréé
 همگام با قدمهای شما از ابتدای انتها
 (جستجوی ملك، دریافت بهترین وام و محضر)
 Cell : (514) 571-6592

خدمات ما برای خریداران رایگان میباشد
 info@masoudnasr.com
 www.masoudnasr.com
 38 Place du Commerce #280,
 ile des Soeurs H3E 1T8

دارالترجمه رسمی فرهنگ
Bureau de Traduction Farhang
Farhang Translation Office

OTTIAQ

رضا داودی
 مترجم رسمی

- ترجمه رسمی کلیه اسناد و مدارک
- گواهی امضاء و کپی برابر اصل
- ترجمه شفاهی در محاکم و ادارات
- تنظیم دعوت نامه رسمی
- تکمیل فرمهای مختلف

شعبه اول	شعبه دوم	شعبه ایران
1396, Ste Catherine O. #425, Montreal, H3G 1P9 Tel: +1-514 691 4383 Toll Free from iran: (021) 853 128 32 r.davoudi@farhang.ca	3285 Cavendish Boulevard, # 355, Montreal, H4B 2L9 Tel: +1-514 903 9797 khomi@farhang.ca	تهران، کارگرمشالی، تقاطع بلوار کشاورز، نبش کوچه گیتی، پلاک ۱۱۷۲-واحد ۲، طبقه ۲ +۹۸ ۲۱ ۶۶۴۲ ۱۵۱۱ +۹۸ ۲۱ ۶۶۹۴ ۸۱۵۴

دارالترجمه رسمی فرهنگ | h.davoudi@farhang.ca

«دموکراسی»

در خانواده» بحث جلسه انجمن زنان

روز یکشنبه ۵ ژوئن
۲۰۱۶ ساعت ۱۱ صبح
جلسه ماهانه انجمن
زنان ایرانی مونترال در
محل همیشگی اش واقع
در ۸۰۴۳ خیابان St
Hubert برگزار خواهد
شد. این جلسه با موضوع
«دموکراسی در خانواده؛
تجربه نسل‌های متفاوت
و شیوه‌های تربیتی‌مان»
با حضور میترا قندیلی
روانشناس تشکیل
می‌گردد.

بازارچه تابستانی «بنیاد نیکو»

در شرایط بحرانی کشور هم‌چون گرانی بیکاری فراگیر جوانان و فساد و بی‌عدالتی در سطوح گسترده جامعه به گروه‌های خیر دوخته شده است.

اکنون که ما بنا به اقتضا در این گوشه دنیا و فارغ از بسیاری از مشکلات ابتدایی زیست می‌کنیم، شایسته است تا در حد توان خود به یاری قشر ضعیف ساکن ایران بشتابیم.

در این راستا ما آماده هستیم تا وسایلی که مورد نیاز شما نیست را تحویل گرفته و به معرض فروش بگذاریم. درخواست ما از شما این است که جهت بالا رفتن کیفیت انجام کار وسایلی اهدایی سالم و قابل استفاده باشند تا امکان ارایه آن به جویندگان باشد. امسال این مراسم در آدرس جدید که در ذیل صفحه درج شده است برگزار خواهد شد.

در ضمن در نظر داریم برای ارتقای سطح

همکاری با سایر عزیزانی که قابلیت عرضه محصولات تولیدی خود را دارند

با اجاره میزهای بنیاد نیکو به فروش محصولات خود مبادرت نمایند.

برای هماهنگی لازم جهت معرفی شغل خود و سایر اطلاعات لازم می‌توانید با شماره تلفن این مرکز تماس حاصل نمایید. زمان برگزاری این بازارچه شنبه ۹ ماه جولای از ساعت ۹ صبح تا ۱۵ است.

4662-Boul.St.Charles Pierrefonds QC H9E 3E2

مدیریت «بنیاد نیکو» قرار است روز ۹ جولای ۲۰۱۶ قرار است به نفع هموطنان نیازمند بازارچه تابستانی برپا کند. اطلاعیه هیوت مدیره نیکو که با ای میل به هفته ارسال شده به قرار زیر است.

«هموطنان عزیز بنیاد نیکو هم‌چون سال‌های گذشته جهت اهداف انسان‌دوستانه خود اقدام به برگزاری بازارچه تابستانی می‌کند.

همان‌طوری که می‌دانید اعضاء این بنیاد در هر تابستان تلاش می‌کنند تا با جمع‌آوری وسایل قابل استفاده مردم و سپس فروش آن‌ها عواید حاصله را به مصرف امور خیریه در ایران برسانند. تجربه سال‌های اخیر ثابت کرد که ادامه و خلوص نیت این مجموعه موجب بارور شدن هر چه بیشتر همکاری‌های هموطنان در این امر خیر بوده است.

اعضا ما در حد امکانات خود نه تنها خود برای حمل این وسایل در نقاط مختلف شهر آمادگی داشته‌اند، بلکه برخی از هموطنان با آوردن وسایل و کمک به فروش و آماده نمودن آن‌ها نیز به ما یاری رسانده‌اند.

بنیاد نیکو به دلیل ماهیت داوطلبانه فعالیت‌هایش، برای انجام امور همواره از افرادی استفاده نموده است که عشق کمک به درماندگان و محتاجان را دارند بنابراین همیشه از افرادی که مایل به انجام امور عام‌المنفعه می‌باشند دعوت به همکاری می‌نماید.

ما معتقدیم که به یاری هم و با هدفی واحد می‌توانیم کارهای بزرگی انجام دهیم. چه فعالیتی ارزنده‌تر از به یاد مستمندان کشورمان بودن می‌باشد؟ کمک به اقشاری که چشم امیدشان



سازمان‌های فرهنگی و اجتماعی در مونترال

مدرسه فارسی زبان فرزاتگان
3333 Blvd Cavendish # 250
514-775-6508

موسسه Shield of Athena
مشاوره رایگان در مشکلات (خشونت) خانوادگی
www.shieldofathena.com
514-274-8117

همبستگی بازرگانی ایرانیان IBNG
گردهمایی صبحانه هر چهارشنبه
ساعت ۵:۷
www.ibng.ca

گروه فیس بوکی «خانه برای ایرانیان مونترال»
Home for Iranians of Montreal

گروه فیس بوکی «راه‌های کار برای ایرانیان مونترال»
www.facebook.com/groups/
business.montreal

گروه فیسبوکی «همه چیز در مورد مونترال»
برای اطلاع رسانی و همیاری ایرانیان
Infos pratiques sur Montréal

بنیاد آموزشی و فرهنگی آپتین
5180 Queen Mary #400
Montreal (QC) H3W 3E7
4383866111

فرهنگ‌سرای سینا
سالن سخنرانی، مراسم و مجالس
514-488-3000
www.Seena.ca

ساوالان
گروه فرهنگی آذربایجان
514-768-5969

کافه ادبی
قصه خوانی، نقد و بررسی داستان و معرفی آثار ادبی
www.cafelitt.ca
514-632-6261

کافه لیت
www.Cafelitt.com
info@cafelitt.com

کانون فرهنگی نور
www.noorcenter.com
438-238-6518

مدرسه ایرانی دهخدا
مدرسه فارسی-هر شنبه
4976 rue Notre Dame (ouest)
514-258-8186 / 438-935-1380

مدرسه فردوسی
7085-Cote des neiges
514-502-4378

بنیاد سخن آزاد
کنسرت‌های موسیقی اصیل و سخنرانی
514-678-4030

بنیاد نیکوکاری ایرانیان مونترال - نیکو
514-624-4579
farzint@hotmail.com

خانه بچه‌ها
آموزش زبان و فرهنگ فارسی
1510 ch Herron, H9S 1B7
fotohy05@yahoo.ca

خانه کتاب ایران - میک
کالری - کتاب فروشی - کتابخانه
4438 De la Roche
514-373-5777

دوستاناران موسیقی کلاسیک (Dialogue)
514-484-8748
Sheida.g@hotmail.com

کتابخانه نیما
5206 Decarie
514-485-3652

آموزشگاه هنری ر - می
3333 Boul. Cavendish, #285,
Montreal, QC. H4B 2M5
514-996-1620

انجمن دفاع از حقوق بشر ایران
info@addhi.net
www.addhi.net/farsi

انجمن دوستداران زرتشت
با هدف باز شناساندن جشن‌های باستانی
514- 731-1443

انجمن زنان ایرانی مونترال
اولین یکشنبه ماه : 8043-St. Hubert
iwamontreal@gmail.com

انجمن فرهنگی ایرانیان وست آبلند
مدرسه فارسی هر شنبه
Lake 2900
514- 626-5520

انجمن ادبی ایرانیان مونترال
سخنرانی‌های ادبی، اجتماعی و تاریخی
www.ilsmontreal.org

انجمن زرتشتیان کبک
www.zaq.org

انجمن مهندسان و معماران ایرانی کبک
514-946-5739
info@aieaq.com

SKY LAWN TRAVEL

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



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

www.skylawn.net 433 Chabanel Ouest,
 Tel: 514-388-1588 Suite 111
 Fax: 514-388-2815 Montreal, QC, H2N 2J3

نغمه سروران **مترجم رسمی**

عضو رسمی انجمن مترجمان کبک و آنтарыو و شورای مترجمان کانادا
 مترجم شفاهی رسمی اداره مهاجرت و شهروندی،
 هیئت پناهندگان و اداره خدمات مرزی کانادا



● ترجمه و تأیید مدارک
 ● تأیید امضاء و کپی برابر اصل
 ● ترجمه شفاهی
 ● تنظیم دعوتنامه و تکمیل فرمهای رسمی

Tel: 514 285 1637
Cell: 514 889 8765
 nsarvaran@hotmail.com

Metro Place des Arts
 H2X 3R4

<p>1 Dorval</p>  <p>House Impressive detached house with water view Intergeneration</p>	<p>2 Montreal</p>  <p>Condo for sale 3424 Av. Henri-Julien 840000\$</p> <p>Condo for sale 2 bedroom condo in st.lambert price 169K</p>	<p>3 House in St Lambert</p>  <p>House for Rent 2200\$</p> <p>Apt for rent in old montreal 1200\$ Apt for rent in downtown 2 bed-room, 2 garage 3200\$ Apt upper duplex in Lasalle, 3 bed-room 1100\$</p>	<p>4 House in Westland</p>  <p>Semi-detached</p> <p>House in Kirikland 3 bedroom, Finish basement, Garage 399000\$</p>
<p>5 House in Verdun</p>  <p>House complete rebuild a-z on 2010 Intergenerational suite in 2th floor 3 bathrooms, good quality hardwood floors, large bedrooms</p>	<p>Business for sale</p> <p>1 Garage in NDG</p>  <p>Garage with all equipment and good will for sale with two lifts</p>	<p>2 Plaza Côte-des-Neiges</p>  <p>Business for Sale on Plaza Cote des Neiges 49000\$</p>	

مشاورین املاک همتیان

مونترال | مسکونی - تجاری | ارزیابی رایگان - تهیه وام مسکن

Farsam Hemmatiyan فیروز همتیان
 Cell: 514-575-9697 فرسام همتیان Cell: 514-827-6364

Sutton 9515 Lasalle Boul. Lasalle, QC H8R 2M9 | fhemmatiyan@sutton.com
 Bur: 514-364-3315 | Fax: 416-364-3649 | hemmatiyanf@sutton.com

نگاهی به رخدادهای هنری و فرهنگی در مونترال

هنر

در شهر هنر

پریسا کوکلان



بمبولسه

Bombolessé

ورودی رایگان

پنجشنبه ۳۰ ژوئن ۲۰۱۶، ساعت ۱۹

گروه موسیقی «بمبولسه» به چهار زبان فرانسه، پرتغالی، اسپانیایی و کرئول در فضای باز برنامه اجرا می‌کند و موسیقی خود را قصیده ای برای شادی می‌داند و تلاش می‌کند تا برای مخاطبش نگاهی عمیق به مسائل و مشکلات جامعه‌ی امروزی به وجود بیاورد. هنرمندان و نوازندگان این گروه هرکدام از گوشه ای از دنیا با اصالت‌های متفاوت ولی خط فکری مشابه به دور هم درمونترال، شهری که اقوام و فرهنگ‌های مختلف را در خود جای داده، جمع شده اند. این گروه معتقد است که نشاط و شادمانی واگیر دار است و شعار اصلی آن «رقصاندن متفکران و به فکر فرو بردن رقصنده‌ها» است.

Parc Garneau, angle des rues du Parc-Garneau et du boulevard Monk, H4E 3H8



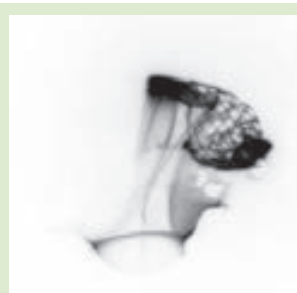
فاطمیما

Fatima

دوشنبه ۱۳ ژوئن ۲۰۱۶، ساعت ۱۹:۳۰

«فاطمیما» به تنهایی با دو دخترش زندگی می‌کند. «سواد» پانزده سال دارد و در اوج دوران سرکشی نوجوانی است و «تسرین» هجده ساله است و برای ادامه تحصیل در رشته پزشکی وارد دانشگاه می‌شود. «فاطمیما» به زبان فرانسه مسلط نیست و دائماً با این مساله در زندگی روزمره با دخترانش درگیر است. هرودی آنها باعث افتخار او، انگیزه اش برای زندگی و همچنین نگرانی اش برای آینده هستند. برای تأمین مخارج آنها و به وجود آوردن آسایش «فاطمیما» در منزل مردم کار می‌کند. این فیلم به کارگردانی «فیلیپ فوکن»، محصول سال ۲۰۱۵ کشور فرانسه، با بازی «سوریا زروئال»، «زیتا هنروت»، «کنزا» و «توتا آیشه» است. تلفن اطلاعات: ۵۱۴۶۳۴۳۴۷۱

Entrepôt / Complexe culturel Guy-Descary - Lachine, 2901, boulevard Saint-Joseph, Lachine, H8S 4B7



تالار آینه‌ها

Spiegelsaal

تا ۱۱ ژوئن ۲۰۱۶

نمایشگاه «تالار آینه‌ها» Spiegelsaal پروژه‌ای برای جستجو و همچنین خلق ویژگی‌ها و تکنیک‌های معماری و مادی نورهاست. این آثار با اقتباس از مکان‌های مجازی روکوکو همچون لابراتوری چند منظوره که تکنیک‌های انعکاس، بزرگنمایی، اعوجاج، تکرار و گسترش را آزمایش می‌کند، ساخته شده‌اند. این نمایشگاه دو وجهی بودن معیارهای ارائه کار در معماری را به چالش می‌کشد و نگاهی تحلیل گرانه به ماهیت آنالوگ و دیجیتال می‌اندازد. «پاتریک هاروپ» هنرمند معمار و استاد دانشگاه است که کارش را بر روی تکنولوژی، مفهوم ظهور، هک الکترومکانیکی و محصولات دیجیتال در دنیای معاصر متمرکز کرده است. تلفن اطلاعات: ۵۱۴۲۷۳۴۸۱۳

PERTE DE SIGNAL, 5445 Avenue De Gaspé, espace 107, H2T 3B2



استیو مک کری

Steve Mccurry

تا ۳۰ ژوئن ۲۰۱۶، از ساعت ۱۰ تا ۱۸

«استیو مک کری» عکاس آمریکایی است که سی و پنج سال گذشته را سفر کرده. او در کشورهای زیادی کار کرده و به گفته‌ی خودش زمانش را برای مکان‌ها و اتفاقاتی صرف کرده است که به نظرش از اهمیت زیادی برخوردار هستند. او به شیوه ای بی نظیر از رنگ‌ها بنا به موقعیت مکانی برای حکایت در تصاویرش استفاده می‌کند و رنگ را المانی جذاب ولی سخت می‌داند که باعث برتری عکس رنگی نسبت به عکس سیاه و سفید می‌شود. این هنرمند برای اولین نمایشگاهش در کانادا شهر مونترال را انتخاب کرده و این اتفاق به جریان هنر عکاسی در این شهر اعتبار ویژه ای می‌بخشد. تلفن اطلاعات: ۵۱۴۲۸۵۲۲۲۲

Galerie Got Montréal, 50 rue Saint Paul Ouest, Suite 1, H2Y 1Y8

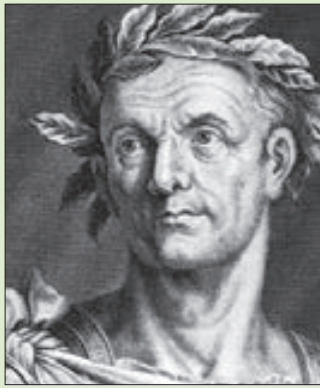
دفتر ترجمه رسمی نوشاد جمال

مترجم رسمی، عضو کانون مترجمان رسمی کبک

Bureau de traduction juridique et interprétation simultanée
français, anglais et persan(farsi)

(OTTIAQ)

 محمد رضا نوشاد جمال M. Noushadjamal	شعبه دوم 6630 Sherbrooke Ouest H4B 1N7 Vendôme Tel: (514) 622-8569	شعبه اول 3969 Rue Lanouette # 04 Montréal, QC H4G 1B5 De l'Église Tel: (514) 575-7080	● ترجمه رسمی تمامی مدارک ● مترجم شفاهی و کتبی به زبان‌های پارسی، فرانسه و انگلیسی ● تهیه کپی برابر اصل مدارک تحصیلی به وسیله دفترخانه رسمی در ایران ● تهیه دعوتنامه رسمی، تکمیل فرم‌های مختلف ● گواهی امضا، تأیید کپی برابر اصل ● مترجم همراه برای امور پناهندگی، جنایی، طلاق و دیگر امور noushadcanada@hotmail.com www.noushadjamal.ca
	تحویل ترجمه در کوتاه‌ترین زمان هفت روز هفته یا تعیین وقت قبلی از ساعت ۹ صبح تا ۹ شب		



تراژدی ژولیوس سزار
The tragedy of Julius Caesar

ورودی رایگان
جمعه ۸ ژوئیه ۲۰۱۶، ساعت ۱۹

این تئاتر از آثار «ویلیام شکسپیر» در فضای آزاد و در پارک با استفاده از متن کلاسیک و با شیوه ای معاصر ارائه می شود. تئاتر «ژولیوس سزار» یک درام سیاسی است که در آن جاه طلبی های شخصی و منافع مشترک در مقابل هم قرار می گیرند.

در این کار «آماندا کلوک» به طراحی میزانشن و «مرژولن پروونسال» طراحی صحنه را بر عهده دارند که در آن صحنه های درگیری و جنگ به شیوه ای تماشایی به همراهی طبل، به صورت زنده، اجرا می شوند. تحرک در طراحی به صحنه ای که کاملاً در اختیار متن مشهور ویلیام شکسپیر است جذابیتی نو و خاص به این پدیس نامیرا می بخشد.

Parc Philippe-Laheurte, intersection boulevard Cavendish et avenue de Monkland



پس از افتادن پرده
Après la tombée du rideau

ورودی رایگان
پنج شنبه ۷ ژوئیه ۲۰۱۶، ساعت ۱۹

«پاتریک نورمن» هنرمند موسیقی دان کانتیری اهل مونترال است که پس از چهل و پنج سال کار حرفه ای، آلبوم جدیدش با عنوان «پس از افتادن پرده» را اجرا می کند. او به عنوان گیتاریست شناخته می شود. در سال ۱۹۸۴ با قطعه «وقتی که عاشق هستیم» که در سال ۲۰۱۰ مجدداً توسط «لورانس هلی» اجرا شد، به شهرت رسید. او به همراهی یاران با وفایش «ژان گرنیه» و «جان مک دیارمید» مخاطبش را به آواز خواندن و پایکوبی با کارهای قدیمی و جدیدش دعوت می کند.

این اجرا به بهانه ی جشن گرفتن چهل و پنجمین سال فعالیت ها او، علاقه اش و احساساتش برگزار می شود. تلفن اطلاعات: ۵۱۴۸۷۲۲۲۶۴

Parc Marcel-Léger, Maison Beaudry, 14678, rue Notre-Dame Est, H1A 1W1



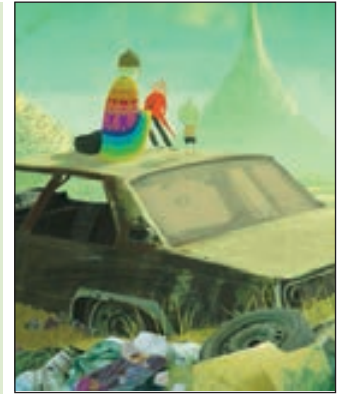
بانویی با کامیونت
La dame à la camionnette

ورودی رایگان
سه شنبه ۵ ژوئیه ۲۰۱۶، ساعت ۲۰:۳۰

در اوایل سال های ۱۹۷۰ در محله Camden در شهر لندن، «آلن بنت» در مقابل منزل جدیدش با یک مسافر غیر معمول آشنا می شود. از روی دلسوزی و برای اینکه کمکی به او کرده باشد قبول می کند که «مری شپرد» کامیونتش را در ورودی خانه او پارک کند. این همسایگی سال ها طول می کشد و «مری» کم کم پرده از اسرارش برمی دارد و خودش را نمایان می کند. «آلن» به عنوان یک نویسنده و نمایشنامه نویس سعی می کند تا با قلمش این زن موسیقی دان با فرهنگ درد کشیده را تصویر کند.

این فیلم بر اساس یک داستان واقعی ساخته شده و محصول سال ۲۰۱۴ از کشور انگلستان است.

Parc Jean Duceppe, : la rue André-Laurendeau, entre William-Tremblay et avenue du Mont-Royal



پسر بچه و دنیا
Le garçon et le monde

شنبه و یکشنبه ۲ و ۳ ژوئیه ۲۰۱۶، ساعت ۱۰

این انیمیشن زیبا داستان پسر بچه ای را روایت می کند که در پی پدرش دهکده اش را ترک می کند و به کشف دنیای فانتزی می رود که توسط حیوانات و موجودات عجیبی اداره می شود که جایگزین ماشین ها شده اند. «پسر بچه و دنیا» با رنگ های شاد و زنده سفری شاعرانه و افسانه ای است که مشکلات دنیای مدرن را از نگاه یک کودک به تصویر می کشد.

این انیمیشن در سال ۲۰۱۴ موفق به دریافت جایزه «Cristal» و «منتخب تماشاگران» در بخش فیلم بلند فستیوال آنسی فرانسه شد. این فیلم محصول سال ۲۰۱۳ از کشور برزیل است. برای تهیه بلیط رایگان از ۹:۳۰ صبح در محل حاضر باشید. تلفن اطلاعات: ۵۱۴۷۲۱۶۰۶۰

Cinéma Beaubien, 2396, rue Beaubien Est, H2G 1N2

LOADEX TRANSPORT INC.
شرکت حمل و نقل بین المللی

خدمات حمل و نقل هوایی، دریایی و زمینی
ایران، سراسر کانادا، آمریکا و سایر نقاط جهان
سرویس کامل حمل برای واردات و صادرات کالاها
نرخهای ویژه برای اضافه بار هوایی مسافران
www.loadextranport.com | info@loadextranport.com
Tel: 514-234-3399
Fax: 514-685-3168

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

در گفت‌وگو با ارسام انوری، گیتاریست و خواننده آموزش موسیقی برای لذت زندگی است

سعید سالیانی



زمانی که برق بود مادرم به نوارهای موسیقی گوش می‌داد، در تمام سبک‌ها. یکی از سرگرمی‌های من در زمان خاموشی یا کلا در مواقع بازی این بود که موسیقی آهنگ‌هایی را که مادر گذاشته بود با خودم زمزمه کنم. در آن زمان ابزار رسانه و مدیا به این صورت پیشرفته نبود. من هم هر آهنگی را که می‌شنیدم روی کاغذی با حروف فارسی یاد داشت می‌کردم، بعد از مدتی که به آن رجوع می‌کردم و نمی‌توانستم بخوانم با خودم به این مساله فکر می‌کردم که هر وقت بزرگتر شدم خطی را اختراع خواهم کرد تا بتوانم موسیقی را به‌صورت خطی مکتوب در آورده و آن را بخوانم و زمانی که از طریق دایبی بزرگترم با سه تار آشنا شدم و من نت‌های موسیقی را از ایشان فرا گرفتم، فهمیدم چه خیالی داشتیم این خط قبلا اختراع شده بود. در آن دوران بدون داشتن ساز، سه تار را در خانه دایبی ام یادگرفتم و کتاب‌های هنرستان موسیقی را به همراه کتابهای دیگر مثل درویش خان و ذوالفنون و ... را نواختم.

در صفحه موسیقی «هفته» معمولا، البته هر وقت که صفحه فعال بوده، در کنار گزارش و خبرهای مربوطه، به معرفی اهالی موسیقی شهرمان هم پرداخته‌ایم اما از وقتی که آقای ارسام انوری به این بخش پیوسته معرفی فعالان این عرصه از ثابت‌های صفحه موسیقی شده است. این هفته سراغ خود او رفتیم: ارسام انوری گیتاریست و خواننده، استاد گیتار و ...

ارسام انوری عزیز موافق هستید از دوران کودکی و آشنایی تان با موسیقی شروع کنیم؟

چرا که نه. دوران کودکی من از سال ۵۹ تا ۶۷ که مصادف شد با جنگ ایران و عراق. دوران دلپره و ترس بود. بیشتر اوقات در تاریکی به‌علت قطع برق مشغول به درس خواندن و بازی کردن زیر نور چراغ‌های اضطراری و نفتی آن دوران می‌گذشت. من بیشتر اوقات، مشغول درست کردن کاردستی و یا کشیدن نقاشی می‌شدم.

در مونترال چطور وارد تدریس شدید؟

وقتی که به مونترال آمدم از همان آغاز با آموزشگاه موسیقی ر-می، کار تدریس گیتار، سازدهنی و آواز پاپ را شروع کردم. برایم مهم است همین‌جا از آقای علیرضا فخاریان و مجموعه ر-می به طور ویژه تشکر کنم. به نظرم این مجموعه گامی بلند در عرصه موسیقی جامعه ایرانی مونترال برداشته. حتما خبر دارید که به تازگی به همراه هنرجویان آموزشگاه ر-می در یک کنسرت آموزشی با بیش از ۱۲۰ هنرجو روی صحنه رفتیم که به شیرینی از آن یاد می‌کنم. همچنین کارگاه آموزش نوازندگی گیتار در سبک‌های مختلف در را در پرورنده فعالیت آموزشی خودم در مونترال دارم و در آینده نیز در بخش آواز پاپ و همچنین سازهایی که می‌نوازم کارگاه‌های آموزشی بیشتری با همکاری آموزشگاه ر-می خواهم داشت. بیشتر این کارگاه‌ها رایگان است و

پس از آن خواهر بزرگتر من گیتاری تهیه کرد و به کلاس رفت و من هم از روی جزوه‌ها و کتابهای اش بصورت خودآموز شروع به یادگیری و نواختن گیتار کردم. چرا که خانواده من هرچند که دوستدار هنر و موسیقی بودند، ولی همیشه درس مدرسه را در اولویت قرار می‌دادند.

و بالاخره شما مسیر تدریس موسیقی را انتخاب کردید...؟

بله اما باید اول اشاره کنم که پدرم آموزشگاه کامپیوتر و کلاس‌های تقویتی و کنکور داشته و مادرم معلم بود. به همین دلیل می‌توانم بگویم که تدریس در خون من است. من نیز تمام وقت و انرژی خود را برای تربیت هنرجویان موسیقی گذاشتم.



ارسام انوری و استاد پورتراب

Zagros Renovation

امور ساختمانی زاگرس

514 830 9675

بیش از ۱۵ سال تجربه در فرانسه و کبک
تخصص ما در نوسازی آشپزخانه، حمام و زیرزمین است





نمایندگی فروش محصولات TZ اتریش، تولید کننده کابینت آشپزخانه و حمام

- نقاشی
- لوله کشی
- نجاری
- نصب کابینت
- سقف کاذب و دیوارهای جداکننده
- تغییرات در سیم کشی منازل
- کاشی کاری



کنسرت اسفند ۹۱ گروه فلامنکو

شما خودتان را در زمینه موسیقی در کدام دسته می‌دانید، نوازنده، آموزنده، تئوریسین، آهنگساز و یا...؟

در واقع بیشترین فعالیت من در زمینه تدریس موسیقی بوده است به‌خصوص به آموزش کودکان. البته به برگزاری کلاس‌های گروه‌نوازی نیز بسیار علاقه‌مند هستم.

یکی از بهترین لحظات عمرم زمانی است که به کنسرت‌های هنرجویان خود دعوت می‌شوم و یا به همراه آنها بر روی صحنه می‌روم. خاطره‌ای که یادم نمی‌رود کنسرتی آموزشی پژوهشی بزرگی در ایران داشتم که تقریباً با ده خواننده از شاگردانم بودند برگزار شد. وقتی تک تک این هنرمندان جوان روی صحنه می‌رفتند من بی اختیار احساساتی می‌شدم و اشک‌هایم جاری می‌شد. البته اکثر آنها در حال حاضر از خوانندگان موفق ایران هستند. به یاد دارم در آن کنسرت مادرم نیز که ناراحتی قلبی که داشتند در سالن حاضر بودند. ایشان تمام شاگردان را می‌شناختند برای اینکه همه آنها ساعت‌ها در روز در منزل ما تمرین کرده بودند. مادرم تمام آهنگها را حفظ بودند و با آنها همراهی می‌کردند و هیجان برایشان آنقدر زیاد بود که در وسط برنامه حالشان بد شد. لحظه دیدن موفقیت هنرجویانی که سال‌ها زحمت کشیده‌اند برای من بهترین لحظه عمرم است.

یکی از بهترین لحظات عمرم زمانی است که به کنسرت‌های هنرجویان خود دعوت می‌شوم و یا به همراه آنها بر روی صحنه می‌روم.

در حد توان در زمینه موسیقی برای جامعه‌مان اطلاع‌رسانی کنم. بعد از کنسرت آموزشی آکادمی ر-می افتخار آشنایی با دست اندرکاران مجله هفته دست داد. بعد از آن، در چند شماره اخیر هفته، به تهیه گزارش و معرفی هنرمندان و موسیقین‌های فعال در مونترال مشغول شدم حالا هم قرعه به نام خودم افتاده و در خدمت شما هستم.

چه آرزوهای موسیقایی دارید؟

یکی از بزرگ‌ترین آرزوهایم این است که کتاب ترانه‌هایم و کتاب آموزش جامع گیتار را که در دست تالیف دارم تکمیل کرده و به چاپ برسانم. من در تمام این سال‌هایی که به نوازندگی و تدریس مشغول بوده‌ام دوره‌های متعددی را در زمینه موسیقی گذرانده‌ام و امیدوارم این پویایی همچنان ادامه داشته باشد.

نحوه ثبت نام و هماهنگی آن اطلاع‌رسانی خواهد شد.

به نظر می‌آید در مونترال کاملاً فاعل بوده و هستیید...؟

من در زمستان گذشته وارد مونترال شدم. دوستان مشغول آماده‌سازی برنامه‌های متنوع برای جشن سال نو میلادی و نوروز باستانی بودند. من هم توانستم در زمینه‌های مختلف برای نوازندگی و خوانندگی روی صحنه بروم. در دو برنامه نوروزی به همراه دی.جی مهیار تومبا نواختم و در برنامه‌های نوروزی جهت آشنایی با فرهنگ و موسیقی ایرانی دو برنامه با ساز عود داشتم که بسیار برای مدعوین غیرایرانی جالب بود.

در حال حاضر با تعدادی از هنرمندان حرفه‌ای در سبک موسیقی سنتی ایرانی در مونترال، گروهی را تشکیل داده‌ایم و من افتخار نوازندگی ساز عود را برای این گروه خواهم داشت. این گروه به همکاری آقای کورش عشیق نوازنده سنتور و خانم مریم تژده به عنوان نوازنده تار و همچنین نوازندگان و خوانندگان با تجربه مشغول فعالیت هستیم. علاوه بر این، در سبک پاپ هم مشغول گردآوری گروهی هستیم جهت ارائه با کیفیت موسیقی پاپ به جامعه ایرانی مونترال. به نظرم فقدان آن بیش از پیش احساس می‌شود.

آیا در زمینه‌های دیگر مثل ترانه‌سرایی و آهنگ‌سازی هم کار کرده‌اید؟

تا به حال ترانه و آهنگ‌های زیادی نوشته‌ام که توسط هنر جوان و دوستان هنرمندم اجرا و ضبط گردیده اما به دلایلی نتوانستم آلبوم خودم را به بازار ارائه کنم و امیدوارم بتوانم موزیک‌هایم را کامل و به مراحل خوبی برای ارائه برسانم.

و به تازگی هم وارد عرصه روزنامه‌نگاری شده‌اید...؟ البته خودم را روزنامه‌نگار نمی‌دانم اما تلاش می‌کنم

...با خودم فکر می‌کردم هر وقت بزرگتر شدم خطی را اختراع خواهم کرد تا بتوانم موسیقی را به‌صورت خطی مکتوب در آورده و آن را بخوانم.



فروشگاه بزرگ مواد غذایی اکسوفروت

علاوه بر مرغوب‌ترین پنیرها و تازه‌ترین میوه‌ها و سبزی‌های روز، زعفران، زرشک، کشک، انواع پاستا و... انواع نان تازه: بربری، لواش و پیتا و هر پنجشنبه: سنگک تازه شاطر عباس مواد غذایی ارگانیک موجود است

EXO FRUITS

5192 Cote des neiges (Corner Queen-Mary) Montreal, QC., H3T 1X8
Tel: 514 738 1384 | Fax: 514 738 3682 | www.exofruits.ca

دنیای شخصی موسیقی شما چگونه است؟ منظورم سلیقه موسیقی شماست...

پاسخ به این سوال که چه سبکی موسیقی را برای گوش دادن می‌پسندم، کار سختی است چراکه معتقد هستم موسیقی غذای روح است و همانطور که جسم انسان نیاز به مواد مغذی مختلفی دارد، روح انسان نیز از این مساله مستثنا نیست و برای تغذیه به همه نوع موسیقی نیاز دارد. من در طول روز انواع سبک‌های موسیقی را گوش می‌دهم، بعنوان مثال هنگام خواب موزیک آرامش بخش، صبح‌ها موسیقی شاد و پر انرژی و ممکن است در یک روز فلامنکو، سنتی ایرانی، کلاسیک، پاپ و یا راک ... گوش کنم. ولی باید این نکته را هم بیان کنم که همانطور که من همه نوع غذایی را دوست ندارم در بحث موسیقی هم با بعضی سبک‌ها، مثلاً موسیقی رپ، به هیچ وجه ارتباط برقرار نمی‌کنم و صدالبته این کاملاً سلیقه‌ای و شخصی است. در هر صورت معتقدم همه نوع موسیقی را باید گوش داد. به نظر من اهمیت موسیقی در این است که فارغ از سبکی که دارد خوب است. چرا که موسیقی دلنوشته و خلاقیت ذهن است که با هر زبان می‌توان بیان‌اش کرد. پس هر موسیقی دارای ارزش و احترام است.

پس موسیقی خوب و بد نداریم؟

موسیقی دارای سطوح مختلف است و هر شخصی با توجه به درک و سلیقه و از همه مهم‌تر تجربه گوش دادن به موسیقی در خانواده از دوران کودکی آنرا به دست می‌آورد. طبیعی است اگر فردی موسیقی را به صورت حرفه‌ای تجزیه و تحلیل نکند نمی‌تواند از موسیقی فاخر لذت ببرد. در حالت کلی برای معرفی موسیقی خوب باید بگویم که مهمترین مساله سلیقه شخصی است خود من در زمان گوش دادن به موسیقی مواردی را مورد توجه قرار می‌دهم که توسط آنها ارزش‌گذاری می‌کنم. بطور مثال ریتم، ملودی، ترکیب سازها، ترکیب صدا و ترانه‌ی آهنگ برای موسیقی‌های با کلام برایم بسیار اهمیت دارد.

درباره موسیقی فلامنکو کمی بیشتر برایمان بگویید...

گیتار فلامنکو به روش شنیداری و از طریق سینه به سینه آموزش داده می‌شده اما به مرور زمان به تکامل رسیده است. در گذشته‌های دور، گیتار اصولا برای همراهی آواز و رقص مورد استفاده قرار می‌گرفت و نقش امروزی آن بعنوان ساز تکنواز، مربوط به دهه‌های اخیر است. امروزه گیتار فلامنکو به علت بهره‌گیری از تکنیک‌ها، ریتم‌های متنوع و همچنین گام‌ها و هارمونی‌های روزافزون، از نظر تکنیکی به درجات بالایی ارتقا پیدا کرده است. ریشه این موسیقی در اسپانیا به‌صورت سنت درآمد، فلامنکو نوعی موسیقی بداهه نوازی است که ریشه در سنت‌های کهن دارد و می‌تواند بیانگر شخصی‌ترین و با همگانی‌ترین احساسات امید یا درد و رنج باشد. در هنر فلامنکو، بداهه‌نوازی تا جایی نقش دارد که نوازنده مختار است از درون قطعه که می‌نوازد ایده‌های جدیدی خلق کرده و اجرا نماید، نه اینکه به پایان قطعه که از قبل بصورت استاندارد نت نویسی شده، نت‌های دیگری اضافه کرده و اجرا کند. اصطلاح «همراهی»، اصطلاح چندان شایسته‌ای برای

توصیف نقش خلاق نوازنده گیتار در هنگام همکاری با خواننده‌ی ورزیده نیست. امروزه شاید بهتر باشد این همکاری را به شراکتی برابر تشبیه کنیم.

اگر بخواهید برای این هفته یک موسیقی معرفی کنید...؟

سبک فلامنکو: تمامی قطعات توسط پاکو دلوسیا بنظم عالی هستند و برای معرفی آهنگ Dos Aguas Enter

راک: The wall از گروه پینک فلوید، گروه متالیکا

Nothing Else Matters

موسیقی پاپ ایرانی: داریوش، سیاوش قمیشی و ابی و از خواننده‌های جدید حمید حامی (آلبوم دونیمه رویا)، نیما مسیحا (دست‌های آلوده)، محمد اصفهانی (حسرت و نون و دل‌فک)، ناصر عبدلهی (از خانه بیرون می‌زنم)

خواننده‌های خانم: زنده‌یاد هایده، گوگوش و سیمین غانم (من از او اسمون آبی می‌خوام)

ارسام انوری عزیز از شما سپاسگزاریم.



درباره ارسام انوری

ارسام انوری متولد اردیبهشت ۱۳۵۷ و کاردان فنی برق - قدرت گرایش توزیع از دانشگاه همدان و فارغ‌التحصیل کارشناسی الکتروتکنیک از اصفهان و دارای مدرک مدیریت ایزو است. با وجود تحصیلات در رشته‌های فنی علاقه وافر او را به سوی موسیقی و مخصوصاً ساز گیتار کشانده تا اینکه امروز یکی از آموزش‌دهندگان شناخته‌شده گیتار در کامیونیتی است. او همچنین عضو کانون مدرسان خانه موسیقی ایران و دارای تجربه پانزده سال تدریس آموزشگاهی در زمینه موسیقی است.

ارسام وقتی که خیلی نوجوان بود توسط یکی از بستگان با ساز سه تار آشنا شد و این آشنایی مسیر زندگی او را تغییر داد. او گیتار را با سرانگشتان عشق می‌نوازد اما تازه وقتی که ۷ ساله بود با این ساز آشنا شد. درس‌های اولیه را توسط کتاب و نوارهای خودآموز استاد تارپینیان و سپس حضور در کلاس او فراگرفت. بعد در دوران دانشجویی در همدان همچنان گیتار را به صورت خودآموز ادامه داد و اولین اجرای او در همدان رگم خورد. پس از دوران دانشجویی و بازگشت به تهران فراگیری موسیقی را به طور حرفه‌ای نزد استادان بسیاری آغاز کرد.

گیتار فلامنکو را با استاد لوریس آیوازیان، بهرام آقاخان، رضا شیجویی و همچنین شرکت در مستر کلاس‌های استاد خوان مارتین و پاکو پنا یاد گرفت. برای گیتار باس و الکترونیک نزد استاد رضا افشار و دکتر سنجابی رفت. اما آموزش را به انواع گیتار محدود نکرد. عود را با مرحوم استاد منصور نریمان، استاد محمد فیروزه‌ای و آقای اردوان عابدی پور آموخت. سازدهنی و صدا سازی با خانم نازنین جلالی کار کرد و تئوری موسیقی را نزد استاد مصطفی کمال پورتراب آموزش دید. ارسام سراغ سازهای ضربی تومبا و کاخن هم رفت و اینها را نزد آلدو مازا، انریکو اوسوریو (کیکو) آموخت.

ارسام انوری آشنایی با نرم‌افزارهای موسیقی را هم در برنامه‌اش گذاشت و اصول صدابرداری را زیر نظر استادان گوناگونی از صدا و سیمای ایران فرا گرفت. به گفته خودش، ارسام برای این منظور او از کمک استاد حسن اعتمادی (نوازنده ویلن) و علی متوسلی نیز بهره برده است.

علاوه بر نوازندگی گیتار در سبک‌های پاپ، کلاسیک و فلامنکو در نوازندگی گیتار الکترونیک، گیتار باس، سازدهنی، سازهای کوبه ای و عود هم فعالیت دارد. سوابق اجرایی زیادی به‌صورت کنسرت با گروه‌های مختلفی داشته از جمله گروه سنتی مانا به سرپرستی هادی فدایی، گروه فلامنکو به سرپرستی مهدی محقق و ...، همچنین شرکت در جشنواره‌ها و برگزاری کنسرت‌های آموزشی و پژوهشی، ضبط آلبوم و همکاری با خوانندگان متعدد، اما از تجربه موسیقی خود در ایران به تلخی یاد می‌کند و ترجیح می‌دهد به آن تجربه‌ها بازنگردد. می‌گوید برایش شیرین‌ترین لحظات فعالیت موسیقی در ایران ساعت‌های حضور در کلاس‌هایی بوده که تدریس می‌کرده و همیشه در جهت تربیت و آموزش هنرجویان موسیقی قدم برداشته است.

کمپ تابستانی

مدرسه موسیقی
ریمی

27 June – 19 August

3333 Cavendish Blvd., suite 285,
Montreal, QC., H4B 2M5

ورزش
آزمایشهای علمی
فعالتهای داخلی
هوای آزاد
بازی در موسیقی
کلاس رقص
هنرهای تجسمی

برای تابستانی خاطره انگیز، مفرح و هیجان انگیز به کمپ تابستانی ما بپیوندید

ثبت نام آنلاین www.remiacademy.com

جهت هرگونه سوال لطفا با 514.996.1620 تماس بگیرید



لذت با هم بودن در تابستانی زیبا

مهر داد انوری کاندیدای جایزه «اتاق بازرگانی جوانان کبک»

مهديه مصطفایی



سیاستمداران هستند در مونترال برگزار می‌شود. خوشبختانه مهرداد انوری از جامعه ایرانی و عضو اتاق بازرگانی ایرانیان کبک جزو این ۴ کاندیدا است و ما امیدواریم که برنده اصلی باشد. این مسابقه در رسانه‌ها جایگاه ویژه‌ای برای استان کبک دارد. و یکی از بهترین اتفاقاتی است که برای اتاق بازرگانی ایرانیان کبک در کمتر از یک سال رخ داده است. تنها هدف ما از برنامه معرفی افراد موفق و بیزینس‌های معروف ایرانی به جامعه کبک و کاناداست. به همین خاطر امیدواریم که این اتفاق بهانه‌ای باشد برای این که ایرانی‌های بیشتری عضو اتاق بازرگانی بشوند و ما را پشتیبانی کنند. البته می‌خواهم از این فرصت استفاده کرده و تمامی ایرانیان و افغان‌های عزیز را به این جشن باشکوه در ۱۸ جون ۲۰۱۶ دعوت می‌کنم. برای تهیه بلیط به وبسایت: www.RJCCQ.com مراجعه نمایید.»

گفت‌وگو با مهرداد انوری

آقای مهرداد انوری کمی درباره خودتان و فعالیت‌های حرفه‌ای در جامعه کانادا و کبک توضیح دهید؟

فعالیت‌های حرفه‌ای من بیشتر در حوزه طراحی و بازسازی خانه‌های قدیمی و اخیراً امکان تجاری است. در شرکت ما بیشتر پروژه‌های کامل طراحی، انتخاب مصالح، کنترل پروژه و اجرا قسمتی از کار ما را تشکیل می‌دهد. تلاش ما بر این است که تجربه بازسازی را تا

هدی احمدی که از بنیانگذاران اتاق بازرگانی ایرانیان کبک CCCIQ است، لیسانس اقتصاد خود را از دانشگاه کنکور دیا دریافت گرفت و بعد از آن وارد بازار کار در کبک شد. او ۱۵ سال تجربه کار در مراکز و سازمان‌های مختلف فعالیت دارد.

این فعال جوان هفته می‌گوید: این جایزه از سوی سازمان RJCCQ که یکی از مراکز مهم بازرگانان تازه‌پا است به بهترین بیزینس و بازرگان اهدا خواهد شد. این مرکز ۳۷ اتاق بازرگانی در زیرمجموعه خود دارد که نزدیک به ۱۰ هزار عضو دارد. من در سال ۲۰۱۵ توانستم بعد از فعالیت‌های زیادی که برای این سازمان انجام داده بودم عضو هیات مدیره این مرکز شوم. این مرکز مخصوص بازرگانان زیر ۴۰ سال است.

خانم احمدی درباره سازوکار جایزه RJCCQ می‌گوید: «این مرکز هر سال مسابقه‌ای برگزار می‌کند تا بازرگانان جوان و موفق را معرفی کند. این مسابقه در ۱۲ بخش است که تنها ۴ نفر از هر بخش در میان بیشتر از ۱۰۰ پروفایل و شرکت‌کننده انتخاب می‌شوند. به همین خاطر افراد متقاضی با مراجعه به وبسایت این مرکز و جواب دادن به ۵ سوال و ارائه پروفایل کاری‌شان و این که چطور خودشان را با جامعه کبک هماهنگ کرده‌اند، در این رقابت شرکت می‌کنند.»

عضو هیات مدیره اتاق بازرگانی جوانان کبک در پایان گفت: «روز ۱۸ جون مراسم باشکوهی با حضور صدها نفر که بیشتر آن‌ها بازرگانان، دیپلمات‌ها و

اتاق بازرگانی جوانان کبک RJCCQ به مدت ۲۴ سال است که فعالیت می‌کند. این مرکز جوانان حرفه‌ای، مدیران، کارآفرینان و متخصصان مستقل بین ۱۸ تا ۴۰ سال را به عنوان عضو می‌پذیرد. بنا به اطلاعات وبسایت رسمی آن، اتاق بازرگانی جوانان کبک بیش از ۱۰ هزار عضو دارد که در کبک مشغول هستند.

این مرکز ۳ هدف را در اولویت خود قرار داده است. پشتیبانی از کسب و کار در سطح استان کبک و فدرال، ترویج و تبادل و همکاری بین اعضای اتاق بازرگانی جوانان کبک و در نهایت ترویج و رشد اتاق‌های تجارت و اعضای مربوطه.

سه‌شنبه ۲۴ ماه مه میهمانی برپا شد تا کاندیداهای جایزه امسال در کاتگوری‌های مختلف معرفی شوند.

هدی احمدی یکی از اعضای هیات مدیره CCCIQ و RJCCQ با اشاره به کاندیدان انوری مهرداد انوری به «هفته» گفت: «این یک اتفاق خوب برای بازرگانان جوان ایرانی است.» هدی احمدی ادامه می‌دهد: «سال گذشته ما توانستیم اتاق بازرگانی ایرانیان کبک را افتتاح کنیم و در این مدت نیز تعدادی از جوانان و بازرگانان ایرانی فعال در کبک و مونترال عضو این مرکز شده‌اند که یکی از آن‌ها مهرداد انوری است. برای ما معرفی این افراد موفق در جامعه بازرگانی و بیزینسی مونترال و کبک اهمیت زیادی دارد.»

مشاوره رایگان وام مسکن



بهرروز باباخانی

Behrooz Babakhani
imeris agence hypothécaire
(514)-606-5626
www.babakhani.ca
behrooz@babakhani.ca

Why
pay
more ?

با سالها تجربه در
اخذ وام مسکن در مونترال بزرگ:

برای افراد خود اشتغال
برای سابقه بانکی کم یا نامطلوب
برای خانه اول یا خانه به عنوان سرمایه گذاری



کالج الیت

www.elitecollege.ca

Sales Representation

شروع دوره:
از ۱۲ می (دوشنبه ها و پنجشنبه ها)
از ۶ اوت (شنبه ها و یکشنبه ها)

Starting a Business

شروع دوره:
از ۱۳ می جمعه ها
از ۱۴ می شنبه ها
از ۱۵ می یکشنبه ها
از ۲۸ می شنبه ها (استاد آقای حسین)

Professional Sales

شروع دوره:
از ۱۴ می (شنبه ها و یکشنبه ها)
از ۳ اوت (سه شنبه ها و چهارشنبه ها)

Travel Sales (جدید)

شروع دوره:
از ۷ ژوئن
روزهای (سه شنبه/چهارشنبه/پنجشنبه)

مشاور فارسی زبان برای تکمیل
فرم های مخصوص وام و بورس



کودکان و نوجوانان

- کمپ تابستانی
- کلاس های ویژه آمادگی آزمون ورودی دبیرستان
- کلاس های تقویتی آخر هفته فرانسه، انگلیسی و ریاضی

Downtown: 2565 Centre, #105, H3K 1J9
St-Laurent: 625 Ste-Croix, #A213, H4L 3X7
Southshore: 3875 Grande-Allee, St-Hubert, J4T 2V8

Charlevoix
Du College

514-303-8237
514-862-1982

سلام به آفتاب و باد

پرتغالی‌ها و چهار روز زندگی با انرژی‌های پاک

«گوودبای» نفت سیاه



روزنامه گاردین بیستم می ۲۰۱۶ خبر ۴ روز خاص و پاک در پرتغال داد. طبق خبر گاردین که در بخش دانش این شماره «هفته» نیز به آن اشاره شده تمامی چراغ‌های سراسر کشور پرتغال از روز ۱۰ تا ۱۴ ماه می با انرژی حاصل از منابع تجدیدپذیر پاک روشن شد. یعنی در این چهار روز یا دقیق‌تر بگوییم در این ۱۰۷ ساعت جای نفت و دیگر سوخت‌های فسیلی با منابع تجدیدپذیر روشن کرد. در واقع به مدت ۱۰۷ ساعت (از ۶:۴۵ صبح روز یکشنبه تا ۵:۴۵ صبح روز چهارشنبه) انرژی خورشید، باد و آب برق جایگزین الکتریسیته حاصل از نفت و ذغال سنگ و گاز و دیگر سوخت‌های فسیلی شد که هرروز و همه روزه دمار از روزگار طبیعت درمی‌آورند.

گرچه مورد پرتغال که در یک بازه‌ی زمانی ۴ روزه از سوخت فسیلی استفاده نکرده، به خاطر طول دوره جلب توجه می‌کند اما همین امسال آلمان نیز روز ۱۵ ماه مه از نفت و گاز و ذغال صرف‌نظر کرد و یک روز پاک را به طبیعت هدیه کرد.

با پیشرفت روزانه تکنولوژی بازدهی سلول‌های برق خورشیدی به طور مستمر افزایش یافته است. آسیاب‌های بادی نیز با بهره‌دهی بسیار بالاتری برق تولید می‌کنند و دیگر شیوه‌های تولید انرژی پاک همچون نیروگاه‌های آبی، زیست توده مدرن، انرژی زمین‌گرمایی، انرژی امواج و جزر و مد، و سوخت‌های زیستی هر روز از راه‌های بهینه‌تری تولید می‌شوند.

نتیجه‌ی این روند برای سوخت‌های فسیلی چیست؟

آمار و ارقام شاهد آن است که سهم انرژی تولیدی شده از منابع تجدیدپذیر در تمامی کشورهای صنعتی (مصرف‌کنندگان عمده‌ی انرژی) سالانه رو به افزایش است.



هفته



در پایان سال ۲۰۰۹ میلادی مجموع انرژی تولیدی به وسیله فتولتائیک به بیش از ۲۱۰۰۰ مگاوات رسید. ایستگاههای انرژی گرما-خورشیدی در آمریکا و اسپانیا مشغول به کار هستند که بزرگترین آنها با ظرفیت ۳۵۴ مگاوات در بیابان موهاوی در حال کار است.

بزرگترین نیروگاه زمین گرمایی دنیا در کالیفرنیا با نام نیروگاه گیسرز با ظرفیت ۷۵۰ مگاوات در حال فعالیت است. برزیل یکی از کشورهایی است که پروژههای بزرگی برای استفاده از انرژیهای نو (انرژیهای تجدیدپذیر) انجام می دهد. حدود ۱۸ درصد از کل مصرف سوخت اتومبیل های برزیل از طریق سوخت اتانول که از ساقه نیشکر به دست می آید تأمین می شود. سوخت اتانول به صورت گسترده در ایالات متحده نیز استفاده می شود.

استفاده از انرژی نو در «خارج از مدار» یا در مدارهای بسته

بنا به جستاری از ویکی پدیا بیشترین پروژهها و محصولات انرژیهای نو در مقیاس بزرگ موجود می باشند، ولی انرژیهای نو را می توان در مقیاسهای کوچک (نیروگاه کوچک خارج مدار یا نیروگاه کوچک مدار بسته) هم استفاده کرد. به این دلیل که منابع انرژیهای تجدیدپذیر در تمام نقاط کره زمین در دسترس اند. در دورافتاده ترین نقاط نیز نقش انرژیهای نو به خوبی نمایان می شود، در حالی که منابع سوختهای فسیلی (نفت، گاز، و زغال سنگ) فقط در کشورهای خاصی یافت می شود. کنیا دارای بالاترین نرخ سالانه فروش سیستمهای کوچک خورشیدی (۲۰-۱۰۰ وات) به میزان ۳۰۰۰۰ سیستم در سال است. نگرانی درباره تغییرات زیست محیطی در کنار افزایش قیمت روزافزای نفت و اوج تولید نفت و حمایت دولت ها، باعث رشد روزافزون وضع قوانینی می شود که بهره برداری و تجاری سازی این منابع تجدیدپذیر را تشویق می کنند.

انرژیهای نو (تجدیدپذیر) در ایران

قانون عضویت دولت ایران در آژانس بین المللی انرژیهای تجدیدپذیر پس از تصویب مجلس و تأیید شورای نگهبان در ۱۴ خرداد ۱۳۹۱ از سوی رییس جمهور ابلاغ شد. بر اساس این قانون، دولت

که منبع تولید آن بر خلاف انرژیهای فسیلی، در یک بازه زمانی کوتاه توسط طبیعت مجدداً به وجود آمده یا به عبارتی تجدید شود.

وضعیت اسفبار گرمایش زمین و دیگر آلودگیهای حاصل از سوزاندن سوختهای فسیلی سبب شده که انرژیهای تجدیدپذیر بیش از پیش مورد توجه افکار عمومی قرار بگیرند و در نتیجه دولت ها را وادار به عمل کنند.

در گزارش مذکور در ویکی پدیا آمده است که در سال ۲۰۰۶ حدود ۱۸ درصد از انرژی مصرفی جهانی از راه انرژیهای تجدیدپذیر بدست آمد. سهم زیست توده به طور سنتی حدود ۱۳ درصد، که بیشتر جهت حرارت دهی و ۳ درصد انرژی آبی بود. دو درصد باقی مانده شامل نیروگاههای آبی کوچک، زیست توده مدرن، انرژی بادی، انرژی خورشیدی، انرژی زمین گرمایی و سوختهای زیستی است.

این وضعیت به سرعت در حال تغییر است. مثلاً استفاده از انرژی بادی بارشده سالانه حدود ۳۰ درصد با ظرفیت نصب شده ۱۵۷۹۰۰ مگاوات در سال ۲۰۰۹، به صورت وسیعی در اروپا، آسیا و ایالات متحده به چشم می خورد.

به عنوان مثال طبق گزارش گاردین در سال ۲۰۱۵ دانمارک در حدود ۴۰ درصد از انرژیهای خود را از طریق انرژی بادی به دست آورد. در همان سال پرتغال در حدود ۲۲ درصد از برق خود را با منابع خورشیدی و کلا ۴۸ درصد از انرژیهای خود را از منابع جدید انرژی تولید کرد. جالب اینجاست که پرتغال طی سه سال (۲۰۱۳ تا ۲۰۱۶) در حدود ۵۵۰ مگاوات به ظرفیت نیروگاههای بادی خود اضافه کرده است. این یعنی بیش از نیم میلیون خانه پرتغالی می توانند کل مصرف انرژی خودشان از طریق برق بادی تأمین کنند. افزایش ظرفیت تولید برق بادی در پرتغال به حدی رسیده که می تواند انرژی تولید شده را به کشورهای خارج از اتحادیه اروپا هم صادر کند. در کنار دانمارک و پرتغال، در سال ۲۰۱۵ اسپانیا حدود ۲۰ درصد، آلمان حدود ۱۳ درصد و انگلستان حدود ۱۱ درصد از انرژی مورد نیاز کشور را از باد تأمین کرده اند.

درباره انرژی تجدیدپذیر چه می دانیم؟

بنا به نوشته دانشنامه آزاد ویکی پدیا، انرژی تجدیدپذیر (برگشت پذیر) به انواعی از انرژی می گویند

انرژی خورشیدی از فراغتهای مصر تا امروز

شناخت انرژی خورشیدی و استفاده از آن برای منظورهایی مختلف به زمان ماقبل تاریخ باز می گردد. شاید به دوران سفالگری، در آن هنگام روحانیون معابد به کمک جامهای بزرگ طلائی صیقل داده شده و اشعه خورشید، آتشدانهای محرابها را روشن می کردند. یکی از فراغتهای مصر معبدی ساخته بود که با طلوع خورشید درب آن باز و با غروب خورشید درب بسته می شد.

ولی مهم ترین روایتی که درباره استفاده از خورشید بیان شده داستان ارشمیدس دانشمند و مخترع بزرگ یونان قدیم است که ناوگان روم را با استفاده از انرژی حرارتی خورشید به آتش کشید گفته می شود که ارشمیدس با نصب تعداد زیادی آئینههای کوچک مربعی شکل در کنار یکدیگر که روی یک پایه متحرک قرار داشته است اشعه خورشید را از راه دور روی کشتیهای رومیان متمرکز ساخته و به این ترتیب آنها را به آتش کشیده است. در ایران نیز معماری سنتی ایرانیان باستان نشان دهنده توجه خاص آنان در استفاده صحیح و مؤثر از انرژی خورشید در زمانهای قدیم بوده است.

با وجود آنکه انرژی خورشید و مزایای آن در قرون گذشته به خوبی شناخته شده بود ولی بالا بودن هزینه اولیه چنین سیستمهایی از یک طرف و عرضه نفت و گاز ارزان از طرف دیگر سد راه پیشرفت این سیستمها شده بود تا اینکه افزایش قیمت نفت در سال ۱۹۷۳ باعث شد که کشورهای پیشرفته صنعتی مجبور شدند به مسئله تولید انرژی از راههای دیگر (غیر از استفاده سوختهای فسیلی) توجه جدی تری نمایند. / منبع: دانشنامه ویکی پدیا

مزایای نیروگاه‌های خورشیدی

نیروگاه‌های خورشیدی که انرژی خورشید را به برق تبدیل می‌کنند با مزایای قاطعی که در برابر نیروگاه‌های فسیلی و اتمی دارند به خصوص اینکه سازگار با محیط زیست هستند، می‌توانند مشکل انرژی را به کلی حل کنند. تأسیس و بکارگیری نیروگاه‌های خورشیدی زمینه‌ی رهایی کامل از وابستگی به حامل‌های انرژی فسیلی را فراهم می‌کنند.

برخی از مزایای این نوع انرژی در زیر آمده است

الف) تولید برق بدون مصرف سوخت

نیروگاه‌های خورشیدی نیاز به سوخت ندارند و برخلاف نیروگاه‌های فسیلی که قیمت برق تولیدی آنها تابع قیمت نفت بوده و همیشه در حال تغییر می‌باشد. در نیروگاه‌های خورشیدی این نوسان وجود نداشته و می‌توان بهای برق مصرفی را برای مدت طولانی ثابت نگهداشت.

ب) عدم احتیاج به آب زیاد

نیروگاه‌های خورشیدی بخصوص دودکشهای خورشیدی با هوای گرم احتیاج به آب ندارند لذا برای مناطق خشک مثل ایران بسیار حائز اهمیت می‌باشند. (نیروگاه‌های حرارتی سنتی هنگام فعالیت نیاز به آب مصرفی زیادی دارند).

ت) امکان تأمین شبکه‌های کوچک و ناحیه‌ای نیروگاه‌های خورشیدی می‌توانند با تولید برق به شبکه سراسری برق نیرو برسانند و در عین امکان تأمین شبکه‌های کوچک ناحیه‌ای، احتیاج به تأسیس خطوط فشار قوی طولانی جهت انتقال برق ندارند و نیاز به هزینه زیاد احداث شبکه‌های انتقال نمی‌باشد.

ث) استهلاک کم و عمر زیاد

نیروگاه‌های خورشیدی بدلیل فنی و نداشتن استهلاک زیاد دارای عمر طولانی می‌باشند در حالی که عمر نیروگاه‌های فسیلی بین ۱۵ تا ۳۰ سال محاسبه شده‌است.

ج) عدم احتیاج به متخصص

نیروگاه‌های خورشیدی احتیاج به متخصص عالی ندارند و می‌توان آنها را بطور اتوماتیک بکار انداخت، در صورتی که در نیروگاه‌های اتمی وجود متخصصین در سطح عالی ضروری بوده و این دستگاه‌ها احتیاج به مراقبت‌های دائمی و ویژه دارند. / منبع: ویکی‌پدیا

کرده که از این سرمایه‌گذاری‌ها انرژی هسته‌ای را حذف کند، چرا که واحدهای تولید انرژی آلمان از سایر کشورهای جهان بسیار بیشتر است.

براساس یک گزارش از وزارت محیط زیست آلمان درحال حاضر مالیات دهندگان سالانه حدود ۵ میلیارد

بهره‌برداری از توربین‌های بادی فراهم است. مطالعات و محاسبات انجام شده در زمینه تخمین پتانسیل انرژی باد در ایران نشان داده‌اند که تنها در ۲۶ منطقه از کشور (شامل بیش از ۴۵ سایت مناسب) میزان ظرفیت اسمی سایت‌ها، با در نظر گرفتن یک راندمان کلی ۳۳ درصد، در حدود ۶،۵۰۰ مگاوات است. و این در شرایطی است که ظرفیت اسمی کل نیروگاه‌های برق کشور در حال حاضر حدود ۷۴،۰۰۰ مگاوات است.»

بنا به منبع مذکور در سال ۲۰۰۴ میلادی تنها ۲۵ مگاوات از ۳۳،۰۰۰ مگاوات برق تولید شده در ایران با استفاده از انرژی بادی تولید شده بود. در سال ۲۰۰۶ میلادی سهم برق تولید شده در ایران با استفاده از انرژی بادی ۴۵ مگاوات بود (رتبه سی ام در دنیا) که به نسبت سال ۲۰۰۵ رشد ۴۰ درصدی را نشان می‌داد. در سال ۲۰۰۸ میلادی نیروگاه بادی منجیل (در استان گیلان) و بینالود (در استان خراسان رضوی)، ظرفیت ۸۲ مگاوات برق را داشته‌اند. ظرفیت برق بادی در ایران در سال ۲۰۰۹ میلادی ۱۳۰ مگاوات ساعت بوده‌است.

ایران در بین مدارهای ۲۵ تا ۴۰ درجه عرض شمالی قرار گرفته است و در منطقه‌ای واقع شده که به لحاظ دریافت انرژی خورشیدی در بین نقاط جهان در بالاترین رده‌ها قرار دارد. میزان تابش خورشیدی در ایران بین ۱۸۰۰ تا ۲۲۰۰ کیلووات ساعت بر مترمربع در سال تخمین زده شده است که البته بالاتر از میزان متوسط جهانی است. در ایران به طور متوسط سالیانه بیش از ۲۸۰ روز آفتابی گزارش شده است که بسیار قابل توجه و چندین برابر کشوری همچون آلمان است اما تولید انرژی خورشیدی در آلمان هزاران برابر حجم تولید آن در ایران است که در مجموع قابل اغماض است.

چند سال پس آلمان اعلام کرد که می‌خواهد تا سال ۲۰۲۲ عاری از انرژی هسته‌ای شود. مهمترین جایگزین نیروگاه‌های هسته‌ای برای آلمان انرژی خورشیدی است. در سال ۲۰۱۳ آلمان در یک خیز بزرگ، با توسعه نیروگاه‌های خورشیدی، انرژی ۲۲ گیگاواتی از خورشید گرفته که معادل خروجی ۲۰ نیروگاه هسته‌ای است.

نوربرت آلتوش مدیر موسسه صنعت انرژی تجدید شدنی در مونستر، شمال آلمان همان زمان اظهار داشت که این انرژی ۵۰ درصد سهم انرژی ملی را تشکیل می‌دهد. وی افزود: تاکنون هیچ کشوری در این ابعاد الکتریسیته فتوولتائیک تولید نکرده است.

درست یک سال پس از فاجعه فوکوشیما در ژاپن آلمان تصمیم گرفت به کشوری فاقد انرژی هسته‌ای تبدیل شود، اعتراضات علیه انرژی هسته‌ای درست پس از این فاجعه شکل گرفت و پس از بررسی‌ها دولت مرکل تصمیم گرفت که آلمان ۸ راکتور از ۱۷ راکتور هسته‌ای خود را بلافاصله تعطیل کند و چنین هم کرد.

آلتوش در همان سال تأکید کرد که این دستاورد نشان می‌دهد آلمان می‌توان سهم بیشتری از نیاز خود به نیروی برق را با انرژی خورشید تأمین کند.

دولت این کشور در بازسازی زیرساخت‌های انرژی این کشور سرمایه‌گذاری‌های قابل توجهی کرده و تلاش

اجازه خواهد داشت در آژانس بین‌المللی انرژی‌های تجدیدپذیر عضویت یابد و نسبت به پرداخت حق عضویت مربوط اقدام کند.

چشم انداز استفاده از انرژی‌های نو در ایران نیز همانند سایر کشورهای توسعه یافته از اهمیت قابل توجهی برخوردار است گرچه نابسامانی مدیریتی که بخش‌های مختلف زیربنایی مشهود است در این بخش نیست مانع بزرگ برنامه‌ریزی صحیح شده است.

در یکی دیگر از جستارهای ویکی‌پدیا می‌خوانیم «در ایران با توجه به وجود مناطق بادخیز طراحی و ساخت آسیاب‌های بادی از ۲۰۰ سال پیش از میلاد مسیح رایج بوده و هم اکنون نیز بستر مناسبی جهت گسترش

انرژی فتوولتائیک چیست؟

انرژی فتوولتائیک به تبدیل نور خورشید به الکتریسیته از طریق یک سلول فتوولتائیک (PVS) گفته می‌شود، که به طور معمول توسط یک سلول خورشیدی انجام می‌پذیرد. سلول خورشیدی یک ابزار غیرمکانیکی است که معمولاً از آلیاژ سیلیکون ساخته می‌شود.

نور خورشید از فوتون‌ها یا ذرات انرژی خورشیدی ساخته شده‌است. این فوتون‌ها که مقادیر متغیر انرژی را شامل می‌شوند، درست مشابه با طول موج‌های متفاوت طیف‌های نوری هستند.

وقتی فوتون‌ها به یک سلول فتوولتائیک برخورد می‌کنند، ممکن است منعکس شوند، مستقیم از میان آن عبور کنند و یا جذب شوند. فقط فوتون‌های جذب شده انرژی را برای تولید الکتریسیته فراهم می‌کنند. وقتی که نور خورشید کافی یا انرژی توسط جسم نیمه رسانا جذب شود، الکترون‌ها از اتم‌های جسم جدا می‌شوند. (به دلیل اینکه آخرین الکترون یک اتم با گرفتن انرژی فوتون به لایه بالاتر رفته و می‌تواند از میدان پروتون خلاص شده و آزادانه در نیمه رسانا حرکت کند)

ویژگی سطح جسم باعث می‌شود سطح جلویی سلول برای الکترون‌های آزاد پذیرا تر باشد. بنا براین الکترون‌ها بطور طبیعی به سطح مهاجرت می‌کنند. زمانی که الکترون‌ها موقعیت n را ترک می‌کنند، سوراخ‌هایی شکل می‌گیرد. تعداد الکترون‌ها زیاد بوده و هر کدام یک بار منفی را حمل می‌کنند و به طرف جلو سطح سلول پیش می‌روند، در نتیجه عدم توازن بار بین سلول‌های جلویی و سطوح عقبی یک پتانسیل ولتاژ شبیه قطب‌های مثبت و منفی یک باتری ایجاد می‌شود.

وقتی که دو سطح از میان یک راه داخلی مرتبط می‌شود، الکتریسیته جریان می‌یابد.

توان تولید الکتریسیته برای این سلول‌ها حدود ۱ یا ۲ وات بیشتر نیست. / برگرفته از ویکی‌پدیا

همچنین سابقه استفاده از انرژی بادی در کانادا به چندین دهه پیش باز می‌گردد. در ماه مه سال ۲۰۱۴ میلادی ظرفیت تولید انرژی بادی برابر ۸،۵۱۷ مگاوات بود که این میزان حدود ۳ درصد برق مورد تقاضا در کانادا را تأمین می‌کرد. انجمن انرژی باد کانادا راهبرد آینده را رسیدن به ظرفیت تولید ۵۵،۰۰۰ مگاوات برابر ۲۰ درصد نیاز برق کشور در سال ۲۰۲۵ با استفاده از نیروی باد مشخص کرده‌است.

انرژی باد برای تولید انرژی الکتریکی نخستین بار در استان‌های انتاریو، کبک و آلبرتا مورد استفاده قرار گرفت. در طول سال‌های آخر دهه ۱۹۹۰ میلادی و سال‌های آغازین قرن بیست و یکم هر یک از استان‌های کانادا به طور جداگانه طرح استفاده از انرژی باد را به عنوان مکملی جهت تأمین انرژی مورد نیاز شبکه‌شان پیگیری کردند. آلبرتا اولین نیروگاه بادی تجاری را در سال ۱۹۹۳ ساخت. بریتیش کلمبیا آخرین استانی بود که در نوامبر ۲۰۰۹ از انرژی باد جهت تولید برق مورد نیاز شبکه‌اش استفاده کرد.

با افزایش جمعیت، کانادا استفاده از نیروی باد را به عنوان روشی جهت تنوع بخشیدن به منابع انرژی مورد استفاده و کاهش وابستگی به سوخت‌های فسیلی و نیروی برق آبی اتخاذ کرده‌است.



به گفته مهندسان این صفحات می‌توانند پس از ذخیره ۵ سال از انرژی خورشیدی، بیش از ۹۰ درصد از انرژی حرارتی مورد نیاز منازل این مجموعه را طی فصل زمستان تأمین کنند. بر اساس گزارش سی.بی.اس، یک واحد خانه به تنهایی سالانه توانایی تولید ۱ الی ۲ تن متریک گاز گلخانه‌ای را خواهد داشت این در حالی است که میزان تولید سالانه گازهای گلخانه‌ای در کانادا ۶ الی ۷ تن متریک است که این میزان در مجموعه خورشیدی جدید به میزان قابل توجهی کاهش یافته‌است.

دلار برای انرژی خورشیدی پرداخت می‌کنند. کانادا بی‌تردید در زمینه انرژی‌های جایگزین پیش‌تاز نیست اما در کانادا هم شاهد تلاش‌های جدی در این زمینه هستیم، مثلا در سال ۲۰۰۸ اولین مجتمع مسکونی انرژی خورشیدی در کانادا افتتاح شد. این مجتمع مسکونی انرژی خورشیدی در شهر اوکاتوکس آلبرتا قرار دارد و DLSC نام گرفته. مجتمع دارای ۵۲ منزل مسکونی است که تمامی آنها انرژی مورد نیاز خود را از نور خورشید تهیه می‌کنند.

به گفته بنیانگذاران این مجموعه سیستم اتصال‌دهنده این جامعه به شکلی مبتکرانه تولید شده‌است. این سیستم انرژی‌های مازاد را در فصل تابستان و در یک مخزن زیرزمینی ذخیره کرده و آن را در زمستان‌های بسیار سرد این منطقه مورد استفاده قرار می‌دهد.

متخصصان می‌گویند سیستم ذخیره زیرزمینی DLSC در جهان بی‌نظیر بوده و BTES نام دارد و تمامی منازل موجود در این مجموعه را به منظور جذب تمامی انرژی تولید شده به یکدیگر متصل کرده‌است.

به طور کلی ۸۰۰ صفحه خورشیدی بر روی سقف پارکینگ‌های این مجتمع نصب شده‌است که توانایی تولید انرژی برابر ۱،۵ مگاوات انرژی حرارتی را در روزهای معمولی تابستانی خواهد داشت.

آیا دوره طلای سیاه به سر آمده است؟



کاهش قیمت نفت براساس بازار، قوانین عرضه و تقاضا توجیه می‌شود. چیزی بیش از نفت است که در مطالبات صنعت جهانی نقش دارد.

این هم به دلیل اقتصاد نامشخص جهانی و دلار است که نقش مهمی در عرصه بین‌المللی و مخصوصا در آسیا ایفا می‌کند. بنا به گزارش یک آژانس ملی اقتصادی در فرانسه، کاهش قیمت نفت ممکن است باعث روند نزولی اقتصادی کشورهای حاشیه خلیج فارس شود. کاهش قیمت نفت نه تنها بر روند رشد اقتصادی تأثیر می‌گذارد، بلکه پروژه‌های زیربنایی را که در نتیجه کسری بودجه به وجود می‌آید تحت تأثیر قرار می‌دهد. لازم است بدانید که درآمدهای نفتی کشورهای عضو شورای همکاری خلیج فارس (عربستان سعودی، بحرین، امارات متحده عربی، قطر و کویت) تقریبا نیمی از درآمد خالص داخلی و سه چهارم حجم صادرات آنها را تشکیل می‌دهد. موسسه اعتباری «Standard & Poor's»

امارات، در زمینه‌های مختلف آموزش، بهداشت و سلامت، انرژی، حمل‌ونقل و فضا و آب است که همگی روی اقتصادی دانش‌محور تأکید دارند. خلیفه بن زاید آل نهیان حاکم امارات می‌گوید، مردم امارات متحده عربی خود را برای اقتصادی در آینده آماده می‌کنند که به نوسانات قیمت بازار انرژی وابسته نباشد. امارات متحده عربی خود را با تمرکز و سرمایه‌گذاری روی علم

به امارات متحده عربی اشاره کرد که با بهره‌گیری از این دو انرژی خود را برای اقتصاد پسانفت آماده می‌کند. به گزارش خبرگزاری WAM در امارات، مجموعه سیاست‌هایی که امارات متحده عربی برای اقتصاد پس از نفت خود در نظر دارد، شامل صدها نوآوری ملی در بخش‌های مختلف به ارزش بیش از ۳۰۰ میلیارد درهم (۸۱،۸۰ میلیون دلار) می‌شود. سیاست‌های مدنظر

به رهبران قدرتمند نفتی یادآور می‌کند که هیچ‌کس فرشته نجات شما نخواهد بود، مگر خودتان! کشورهایی که اقتصاد آنها به نفت وابسته است، به دنبال یافتن منابع دیگری غیر از نفت برای تأمین انرژی و درآمد کشورشان هستند. راه‌حلی از جمله روی آوردن به انرژی‌های هسته‌ای و انرژی‌های تجدیدپذیر مانند انرژی خورشیدی. در میان این کشورها می‌توان

سلام به آفتاب و باد

را در چارچوب بازسازی ساختار اقتصاد خصوصی سازی می‌کند.

این طرح عربستان به منظور رهایی از وابستگی به نفت است که حدود ۹۰ درصد بودجه کل کشور را تامین می‌کند. عربستان در تلاش است سهم خود را از انرژی‌های تجدیدپذیر جایگزین نفت از ۱۴ درصد به ۱۹ درصد تا سال ۲۰۴۰ افزایش دهد. غیر

از جایگزین کردن انرژی‌های نو به‌جای نفت، سایر کشورها در نقاط دیگر، مانند گابن در آفریقا، راه‌حلهایی نظیر کشاورزی را در برابر اقتصاد بدون نفت پیش گرفته‌اند.

صادرات نفت حدود ۷۰ درصد از صادرات این کشور را تشکیل می‌دهد. هرچند که تغییر ساختار اقتصادی یک کشور کار آسانی نیست، ولی این موضوع عامل مهمی در تغییر آینده و سرنوشت سیاره زمین است! طبیعتاً این پویایی در تغییر ساختار اقتصادی هنوز جا نیفتاده، اما نکته مثبت این است که به نظر می‌رسد کشورها در

این موضوع به آگاهی و دانش آن دست یافته‌اند که مسئله جایگزین کردن انرژی‌های نو به نفع آنها و به نفع همگان خواهد بود. / منبع: «فرصت امروز»

کاهش استفاده از سوخت‌های فسیلی، اقدام به ساخت چهار رآکتور هسته‌ای با ظرفیت واحد ۴۰۰ مگاوات تا آخر سال ۲۰۲۰ کرده‌است. این کشور همچنین نسبت به راه‌اندازی بزرگ‌ترین نیروگاه خورشیدی متمرکز در جهان نیز اقدام کرده است. این نیروگاه با اشغال فضایی معادل ۲۵۸ زمین فوتبال و ظرفیتی برابر ۱۰۰ مگاوات



برق ۲۰ هزار خانه را تامین می‌کند. هدف امارات تولید ۷ درصد انرژی الکتریکی کشور تا پایان سال ۲۰۲۰ از منابع تجدیدپذیر است. عربستان نیز بخش‌های دولتی

و دانش و تکنولوژی‌های جدید، برای دنیای بعد از نفت و اقتصاد پس‌انفست آماده می‌کنند. امارات تولیدکننده عمده نفت در جهان، با ظرفیت صادرات ۲,۸ میلیون بشکه در روز است و در حال حاضر ۷ درصد از منابع نفتی دنیا را تامین می‌کند.

نفت، این طلای سیاه ۲۹ درصد از درآمد خالص داخلی این کشور را تامین می‌کند.

وزیر نفت امارات اذعان داشته که این سهم از درآمد داخلی در ۱۰ سال آینده به ۱۹ درصد کاهش پیدا خواهد کرد. کاهش مداوم قیمت نفت، منجر به کسری بودجه ۲,۳ درصدی برای امارات در سال ۲۰۱۵ شده است. بنا به گزارش صندوق بین‌المللی پول، این کسری بودجه از سال ۲۰۰۹ تاکنون قابل توجه بوده است. همین موضوع کشور را مجبور به اتخاذ سیاست‌های جدید در رابطه با اقتصاد پس‌انفست کرده است.

سرمایه‌گذاری کشورهای حاشیه خلیج فارس در اروپا، تنها راه‌حل آنها برای آمادگی در برابر اقتصاد پس‌انفست نیست. کشور امارات قصد دارد به منابع انرژی خود تنوع ببخشد و انتشار گازهای گلخانه‌ای را کاهش دهد. امارات برای

ادامه از صفحه ۲۶ / گزارش



حد امکان برای مشتری‌های مان آسان کنیم و همچنین از تکنولوژی‌های به روز در پروژه‌های مان استفاده کنیم.

چرا در رقابت سالانه‌ی اتاق بازرگانی جوانان کبک شرکت کردید؟

هدف اصلی من مطرح شدن بیشتر نام شرکت در سطح جامعه کبک و خبردار شدن تعداد بیشتری از مردم از خدماتی است که ما ارائه می‌دهیم. در عین حال به عنوان مؤسس شرکت کنجاو بودم که جایگاه کنونی خود را در میان دیگر شرکت‌های نوپا ارزیابی کنم.

آیا فکر می‌کردید جزو ۴ کاندیدای اصلی این مسابقه باشید؟

با توجه به این‌که هیچ اطلاعی راجع به دیگر شرکت‌کنندگان نداشتم احتمال انتخاب شدن را خیلی بالا نمی‌دیدم ولی آن را هم غیرمحتمل نمی‌دانستم. با توجه به تلاش چندین ساله و گاه شبانه‌روزی که در جهت گسترده شدن کار داشته‌ام از این‌که جزو ۴ کاندیدای اصلی هستم خوشحالم.

رابطه شرکت شما با جامعه ایرانی چطوره است؟
به عنوان یک ایرانی کار کردن برای جامعه ایرانی همیشه باعث خوشحالی من بوده است. در میان کارمندان شرکت از همکاری هموطنان ایرانی در کنار دیگر ملیت‌ها بهره‌مند هستیم.

سخن آخر؟

پیشنهاد من به هموطنان عزیزم این است که با اعتماد به نفس وارد محیط کار در جامعه کبک شده و با پشتکار به فعالیت‌های اقتصادی خود ادامه داده تا مشکلات مهاجرت را از پیش روی بردارند. در آخر هم از اتاق بازرگانی ایرانیان کبک برای پشتیبانی بی‌وقفه‌شان کمال تشکر را دارم.

اگر در روز ۱۸ ژوئن به عنوان برنده نهایی انتخاب شوید چه تاثیری بر برنامه‌های آینده شما می‌گذارد؟

برنامه آینده من افزایش ارتباط با جامعه کبک و گسترش فعالیت‌های شرکت در پروژه‌های بزرگ‌تر است و این جایگاه حتماً تاثیر مثبتی در مسیر حرفه‌ای من خواهد داشت.

آقای مهرداد انوری عزیز از شما سپاسگزاریم



مجموعه فرهنگی آموزشی در وست آیلند

Le monde de la langue française

در محیطی جدید زیر نظر اساتید مجرب و با مدیریت **مدینا طیرانی** دارای مجوزهای **Mérites en francisation** آماده ارائه خدمات زیر میباشد

- کلاسهای تقویتی و کمک آموزشی فرانسه در تمام سطوح
- مکالمه، دیکته، گرامر، نوشتن متون، درک و فهم مطلب
- آماده سازی دانش آموزان برای ورود به مدارس خصوصی، بین المللی و . . .
- کمک به دانش آموزان دبستانی برای ورود به مقطع دبیرستان
- دوره های مخصوص برای دانش آموزان مقطع accueil و ورود آنها به کلاسهای عادی
- کلاس های خصوصی و نیمه خصوصی ریاضی، فرانسه، انگلیسی



- سرویس orthopedagogie توسط متخصص مجرب
- ارائه تمام دروس به صورت سمعی و بصری در لابراتوار مجهز بر اساس شیوه آموزشی استان کبک
- Day camp (camp de jour) با برنامه های آموزشی - تفریحی در طی تعطیلات
- سرویس های رایگان این مرکز، مشاوره انتخاب مدارس و مشکلات درسی
- شب فیلم - پاپ کورن در کافه Le monde هفته ای یک بار

Pierrefonds, 4862 Boulevard Saint-Charles

Montréal, QC H9H 3E2 Tel : 514-961-4579

lemonde_fr@yahoo.ca

N. Zanjani

سنوگلیلم عشق اولمسا، وارلیق بوتون افسانه دیر
عشق دن محروم اولان، اینسانلیغا بیگانه دیر
من اسیری عشقی یم اؤز خالقیمین، اؤز یوردومون
سنومه بین اؤز خالقینی، اؤز یوردونو دیوانه دیر

«علی آقا واحد»

■ لیلی خاقانی Aydin.shafaq@hafteh.ca

آذربایجان دا هولاکوخان دان قالان ایز

حمید دادیزاده نین یازی سیندان

هولاکوخان قالاسی



دوزوملو، داغ عاشیقی، آذربایجان بالاسی، اوز تاریخینه، اوز وارلیغینا فخر ائدن اینسان، قالانی دور ووروب، قالانین آستاناسیندا بیر دوروب، اطرافی سئیر ائدیپ، اللهین قودرتینه بیر احسن نئییب، بو شعری اوخویورلار: «بو قالا اوچان قالا، تاریخدن نیشان قالا / آذربایجان ائلیندن، اسکیدن قالان قالا»

قار قالانین ذیره سینده چوخدور، داها آرتیق قاباغا گئدیپ و قالانین ایچین گزمک مومکون اولماییب، یولو گئیری قایدیلار.

اوج قارداش داغلارینان قووشوب، سس سسه وئریپ، اؤز روحلارین داغلارین فرحاندیرن روحی نن قاتیپ، بیر دن کیچیک قارداش حاجی بابانی سسلندیردی:

منی جور فلک قویوموش بیابانلاردا آواره / حبیبیم گل طیبیم گل، گل بو هیجره ائدک چاره

یول دوام ائدیپ، داغلار اوز سینه سین اوج قارداشا آچیپ، قارداشلار داغلارلا راز و نیاز ائدیپلر. آخ آذربایجان میلیتی، اونلارین آتا بابالاری، قهرمان آنالاری داغلار دؤشونده ایللر بویو یاشاییب، اما هئج بیر زمان ذیلنتره باش ایمه ییب!

بابک قالاسی

حمید آرش آزاد

آ قارداشلار، آرخاداشلار
قیوراق گلین، بوپانمایین
آزجا قالیر یئتیشیریک

یانمیش و یوزی قوروموش بیر اینسان دیر. بو چوبانلار داغلارینان باخین ماراقلاری وار. ایللر بؤیو داغلاردا گزیپ چالیشماق، یالنیزجاسینا حیاتین آغیر یوکون چکمک اونلارین ایشی اولوب. عمو بؤیو آنا طبیعتین قوینوندا یاشماق، داغلاردان درهلردن الهام آلماق بو چوبانلارا مخصوص خوی لار وئریپ.

گزمه آی کونلوم قوشو، غافیل فضای عشقیده / بو گؤزگاهین هر گوشه سینده مین صیادی وار.

بویوک قارداش، ساری گول آدلی بیر معلم سوزه گلیر: «بورا هولاکوخان قالاسیدیر. باخین او سیلدیریم قایالارا.

بوردا تاریخ سیزینله دانیشیر. بورا آذربایجان میلیتینین ایناسی دیر. بورا قایاقدان یول یوخدور. گوز ایشله دیکجه سیلدیریم داشدان دیوارلاردیر. یالنیز قالانی دور ووروب بیر ساغ طرفدن یول وار. یولو دوام ائتمک

ایچین هر دن دورد ال ایاق گئتمه لازیمدیر. بورا آذربایجانین آنا توپراقی دیر. آ کیشی دویونجا باخین، شاعیرلیمیز دئمیشکن بوندان دا گوزل بیر داها دوران اولایلمی؟!»

بوردا داغچیلارین روحی گویله اوچور، بیر ایستیلیک، ذوق، صفا و بیر هارمونیک احساس اینسانی بوروبور. هر باغلی دیل آچیلیر، اورکلر فرحله نیر. سوز و شعر خزینه سی داشیر:

آغ داغلار سنده گوزوم وار، آی من ده درده دوزوم وار / گئدین دئین یار گلسمین آی من ده درده دوزوم وار. بو سیرا ماهنیلار اوخونور. اوج قارداش، اوج انسان،

قوجامان قدیم آنا یوردوم تبریز شهری نین گوئی ائکلرینده، بیر آز ایلخچی نی کئچندن سونرا، خالصاوان ماحالین رد اولوب، اورمیه گولونه ساری گئندنه، بو قالا بیزیم ساغیمیزدا یئرله شیر. آذربایجان تاریخینده قالالارین بؤیوک بیر تاریخسال معناسی وار. قالالار آذربایجان میلیتین کیملیکی و وارلیغیله ایلگی لیدیر. بو قالالار بیزیم خالقیمیزی قنلر بویو دوشمنلردن قورویوب و آذربایجان میلیتی نین سسین، سؤزون، و تاریخده حضورون بو گونه دک دیری ساخلاییدیر.

گونلرین بیر گونونده (ساری گول، قارتال و اصلان) آدلی اوج قارداش، هر اوجو داغچی و چولچو اورمیه گولونون اسکله سینده «سارای» کندن گئریه قویوب، «آغ گونبد» ی گنجیب، هولاکوخان قالاسینا یولا دوشورلر. هاولار سویوخدور و قیش زامانیدیر. اونلارین آماجلاری قالانین ذیره هوسی یوخ، بلکه بو ماحالدان بیر الهام آلیب، تاریخ لرینی بیر دیری شکیلده گؤرمکدیر. هولاکوخان قالاسی چوخ دونگه لی بوروخلو بیر داغین ذیره سینده یئر آلییدیر. داشلی قالانین دورونده اولان آرخ لار باغیش سویونو داغین ایچینده دوزلین سو آنبارلارینا نقل ائدیپ و بو سببدن قالانین آنبارلاری بوتون فصل لرده سودان دولو اولور. بو قالا «بابک، قهقهه و جوشون» قالالاری کیمی چوخ استحکاملی و دورونده اولان قورخونج اوچوروم لار ایچین اونا ال تاماق چوخ چتین دیر حتی بابک قالاسیندان داها آرتیق سیلدیریملی و عظمتلی بیر یئرده دیر. بو قالا، آدیندان بئلی اولدوغو کیمی، هولاکوخان مغول زامانیندان قالیر.

اوج قارداشلار بیر ایکی ساعات یولا دوشندن سونرا، بربوز باغلامیش سینه یه راستلاشیرلار، بیر تهلوکه لی اوچوروم و سیلدیریم داش دان رد اولاندان سونرا، بؤیوک قارداش بایاتیلارلا یولا نردوان قویور:

عزیزیم باخار گئدر، سئل گلر آخار گئدر / بو دونیا بیر گؤزگودور، هر گلن باخار گئدر.

قالانین دببینه بیر داش اولایدیم / گلنه گئدنه یولداس اولایدیم

اوزاخدان بیر چوبانین سسی گلیر. چوبانا یاخینلاشیپ، قارتال سسله نیر: «برکتلی اولسون قارداش!»

چوبان: «الله راست گئیرسین. آ کیشی چوخ گنجیشمیشسینیز، قایداسیز کنده یاخشی اولار.»

اورتا قارداش، اصلان، سوزه گلیر: «آدینیز نه؟ آغ گونبدلی سینیز چوبان قارداش؟»

-آدیم ممد. بلی آغ گونبدلی یم. چوبان بیر سئویملی، هیکللی، سویوخدان شخته دن

بابک اولو آتاسی دیر
 قوچ کوروغلو، قوچاق نیی
 اونون دوغما بالاسی دیر
 نیگار، هجر، زینب پاشا
 بابکین اؤز قیزلاری دیر
 بونلار شرف گؤیلهری نین
 سونمه یین اولدوزلاری دیر
 آقارداشلار، آرخاداشلار
 قیوراق گلین، یوبانمایین
 آزجا قالیر یئتیئشیریک
 اوتورمایین، دایانمایین

بوردا یاتان قهرمانلار
 دنیزلردن باج آلیبلار
 خلیفه لر آغلادیلار
 چوخ شاهلاردان تاج آلیبلار
 بابک چوخ آیدین بیلیر کی
 بابک لرین دیر گله جک
 قانی نین هر داملا سیندان
 مینلر بابک دیر چله جک
 بابک چوخ یاخشی سئچیر کی
 گنده رسه ده آدی قالار
 گله جه یین بابک لری
 بوتون اوندان الهام آلا
 هامی آزاد اینسانلارین

اوتورمایین، دایانمایین
 بو یوقوشو باشا چاتساق
 گؤرونور «بابک قالاسی»
 قالا دئمه، داغ باشیندا
 آلیجی ترلان یوواسی
 بورا بابک قالاسی دیر
 دوشمن بورا باتا بیلمز
 بو قالانین قورخوسوندان
 معتصم لر یاتا بیلمز
 بوردا یاتان ایگیت لرین
 هر بیرسی، بیر اسلان دیر
 ناکس دوشمن قارشسی سیندا
 هر ایگیدی بیر قافلان دیر

قارانقوشون گؤزوندن

کؤچری

۲۸ مئی، آذربایجاندا جومهوریت گونو

«بیر کره یوکسلن بایراق، بیر داها انئمز...»

محمدامین رسولزاده

چوخ زحمته دوشمک لازیم دئییل. او تاریخدن بری، ۲۹ اکتوبر ۱۹۲۳ده قورولان تۆرکیه جومهوریتینی چیخین، قالان بوتون حؤکومتلر و سؤزده بؤیوک اینقیلابلار موختلیف ایدئولوژیلرین اسیری اولوب و سکولاریزمه ال تاپا بیلمه ییبیلر. سؤزون تورکوسو، یاخین شرقده بیر چوخ میلّت هله باشا دؤشمه ییبیلر کی ایدئولوژی و دین ایشینین سیاسته قاریشماسی نه اینسانی فاجیعه لره یول آچا بیلر؛ حالبوکی، قوزئی آذربایجان میلّتی تقریباً یوز ایل بوندان قاباق اؤز درین آنلاییشی و آیدین فیکیرلری لرینین دوغرو یول گؤسترمه سی سایه سینده بو بؤیوک باشاری یا (مووفقیته) ایضا آتا بیلبلر.

آذربایجان دئموکراتیک جومهوریتینی عؤمر و چوخ قیسا اولدو و ایکی ایل قورولدوقدان سونرا سوونتلر بیرلیگی (اتحاد شوروی) گوجلرینین حمله سی ایله بیخیلدی، لاکین محمد امین رسولزاده نین او مشهور "بیر کره یوکسلن بایراق، بیر داها انئمز" جومله سینین حتّا یئتمیش ایللیک سوونت حاکیمیتی حافیظه لردن سیله بیلمدی و میلّت اؤز ایستیقلالینی ۱۹۹۱ده یئنی دن قوردو. آما آذربایجاندا جومهوریت گونو اولراق قئید اولونان تاریخ، هله ده ۲۸ مای دیر.

دونیانین هر طرفینده یاشایان آذربایجانلیلار اوچون آذربایجان جومهوریتینی بیر مستقل دؤولت اولراق وارلیقی آن آزیندان ایکی جهتدن باها بیچیلمز درجه ده دیرلی دیر. بیرینجی سی، اورتاشرقین بوگونکو آغیر وضعیتی و بؤلگه نین تاریخی، دینی و ائنتیک سببلرله هر زامان بۇحرانلارلا اوز به اوز اولما بیلمه سی، بیر گوجلو دؤولته صاحب اولماغین نه قدر اهمیتی اولدوغونو گؤستیریر. بؤلگه ده کی دؤولتسیز میلّتلرین پوزغون حالینا بیر گؤز آتماقلا بو مسأله نی داها راحت انلاماق اولار. ایکنجی سی، آذربایجان جومهوریتینی بیر سکولار سیستم اولماغی دیر. ایدئولوژی یه و سؤزده دینی اینانجلاردا دایاناراق حؤکوم سورن دؤولتلرین میلّتلری نه فلاکتلرله سالدیقلارینی دا گؤرموشوک و هله ده گؤروروک.

البته بونو دا سؤیلمک لازیم دیر کی هر بیر آزاده آذربایجانلی نین گؤیلو ایستر آذربایجان جومهوریتینده اینسان حاقلاری و بیان آزادلیقی کیمی دیرلرله داها چوخ سایقی گؤستریلیسن. بیر ده، تأسؤفلندیرن خبرلری دونا مندیا سیندا یاییلان و دوشمنلری سئویندیرن ایداری فساد و یولسوزلوق دا ارادان قالدیریلیسن. پارلاق کئچمیشی و درین دوشونجه لی خلقی ایله، ائله آذربایجاندا دا دوزگون بیر دئموکراسی و ساغلام بیر ایداری سیستم یاراشار. ۲۸ مای، آذربایجان میلی گونونو، بوتون آذربایجانلیلار، خصوصی ایله قوزئیلی باجی قارداشلاریمیزا مبارک اولسون دئییریک. تانری آذربایجانلی قوروسون. / گلن گؤروشدهک،

آذربایجان یوردو، اؤز جوغرافی موقعیتینه گؤره، تاریخ بو یو قوجا شرقین غربه آچیلان پنجره سی کیمی اولوبدور. شرقین اینجه هونرلری و درین عیرفانی دوشونجه لری، عطیرلی آسینتی لر کیمی بو پنجره دن غربه ساری آسیمی و غربین یئنی چی دوشونجه لری، اینسان مرکزی فلسفه سی، طبیعی علملر و صنعتلری ده ائله آذربایجاندان یاخین شرقه، خصوصی ایله ایرانین مرکزی فلاتینا یول تاپیب دیر. بو بیر یئرسیز ادعا دئییل و بونون تاریخی سندلری سایماقلا بیتمز.

میثال اوچون، غرب دونیاسی یاخین شرقین عیرفان و فلسفه سینین مؤولانا جلال الدین رومی نین اثرلرینین گؤزگوسونده (آیناسیندا) تانیمیش سا، مؤولانانین روحوندا کی او شور و عشقین آتیشینی یاخان آدامین تبریزی شمس اولدوغو هامیا عیان دیر. اینسانلاری مکّه و کعبه نی اؤز ایچ عالم لرینده آختارماغا چاغیران مؤولانا، اؤزو ایسه تبریزی شمسین عشقیندن اوز تبریزه چئوریب و بیر چوخ غزلینده یا شمسین، یا تبریزین، یا دا هر ایکی سینین بو یونا اوخشیایب دیر. مینیا تور هونرینده بیرینجی و ایکنجی تبریز مکتبلری، فلسفه ده زنجان بؤلگه سیندن اولان شهاب الدین سؤهروردی و ابوعلی سینانین آن قاباریق (برجسته) شاگردی اولراق تانیان "بهمنیار آذربایجانلی"، قدیم دونیانین بؤیوک موسیقی عالیملری اورمیه لی (اورموی) صفی الدین و ماراغالی (مراغه ای) عبدالقادر (موسیقی ده "معلم ثانی" لقبی ایله تانیان) و سایماقلا بیتمه یین باشقا میثاللار بو ادعانین ثبوتی دیر.

غرب عالمی دوشونجه و بیلیم ساحه لرینده شرقدن قاباغا کئچندن بری - داها دقیق، کئچن اؤچ دؤرد یوز ایل دن بری - آذربایجان، غربین یاخین شرقه آخان دوشونجه و دب لری قاپیسی اولوبدور. شرقین ایلك نوما ییشنامه لری، ایلك اوپراسی، ایلك سیاسی طنز ژورناللاری، و هامی سیندان دفعه لره داها اؤنملی سی (اهمیتلی سی) ایسلام دونیاسی نین ایلك دئموکراتیک و سکولار دؤولتینین آذربایجاندا قورولماسی آذربایجانین شرق عالمینده کی تاییسیز یئری و قاباقچیل نقشینی آیدینجا اورتایا قویور.

بلی، دوز اوخوموش سونوز! ایسلام دونیاسیندا ایلك دئموکراتیک و سکولار دؤولتی، عؤمر و نه قدر قیسا اولسادا، آذربایجانلیلار قوروشلار. ۲۸ مای (مئی) ۱۹۱۸ده قوزئی آذربایجان میلّتی دئموکراتیک آذربایجان جومهوریتینی قوردولار و رحمتلیک محمد امین رسولزاده نی ایلك جومهور زببسی اولراق سئچیدیلر. بئله لیکله، آذربایجان میلّتی اؤز تاریخینین آن پارلاق و غرورلاندیران صحیفه سینین آچمیش اولدو. بو ایشین نه قدر بؤیوک اولماسینی انلاماق اوچون

2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
Juin/June

2016



**MARCHÉ
 ADONIS**

Un univers de fraîcheur
 www.groupeadonis.ca

RAMADAN KARIM

<p>Nectarines Gr. 72 Size É.U./USA</p> <p>99¢ lb 2,18 kg</p>	<p>Laitue frisée rouge ou verte Green or red curly lettuce Canada</p> <p>79¢ ch. ea.</p>	<p>Piments rouge doux Mild red peppers Canada</p> <p>1.99 lb 4,39 kg</p>	<p>Pommes de terre Potatoes Sac 10 lbs bag Canada</p> <p>1.49 ch. ea.</p>	<p>Céleri Celery É.U./USA</p> <p>4/5.00</p>
--	--	---	---	---

ÉPICERIE UNIVERSELLE

UNIVERSAL GROCERY

<p>Naya Eau de source Spring water 12 x 1,5 L</p> <p>Wow! 3.99 ch. ea.</p>	<p>Cedar Semoule de blé Wheat semolina 4 kg Choix varié/Assorted</p> <p>Wow! 4.99 ch. ea.</p>	<p>Kellogg's Céréales/Cereals Rice Krispies 440 g Corn Flakes 680 g</p> <p>Wow! 2.99 ch. ea.</p>
<p>Les Chamelles Dattes Deglet Nour, d'Algérie Algerian Deglet Nour dates 1 kg</p> <p>3.99 ch. ea.</p>	<p>Val Nature Barres/Bars 130/230 g Choix varié/Assorted</p> <p>2/5\$</p>	<p>Dare Biscuits/Pâtisseries Biscuits/Pâtisseries 540 g Choix varié/Assorted</p> <p>3.99 ch. ea.</p>
<p>Aurora Arborio Superfino Riz/Rice 750 g</p> <p>1.99 ch. ea.</p>	<p>Dad's de Christie Biscuits à l'avoine Oatmeal cookies 300/320 g Choix varié/Assorted</p> <p>2/5\$</p>	<p>Ulker Metro Chocolat au caramel nougat Nougat/caramel/chocolate 400 g</p> <p>4.99 ch. ea.</p>
<p>Habitant Confitures/Jams 500 ml Choix varié/Assorted</p> <p>2/5\$</p>	<p>Daoud Brothers Barazik/LES Biscuits/Cookies 800 g</p> <p>8.99 ch. ea.</p>	<p>Cedar Pâte d'abricot sec Dried apricot paste 400 g ou/or Mélange des bois/Mistral mix 275 g</p> <p>2.49 ch. ea.</p>
<p>Knorr Cubes de bouillon de poulet ou bœuf Chicken or beef broth cube 80 g</p> <p>79¢ ch. ea.</p>	<p>Cedar Pois chiches/Chick peas ou/or Haricots rouges/Red beans 796 ml</p> <p>99¢ ch. ea.</p>	<p>Cedar Amandes/Almonds 300 g Choix varié/Assorted</p> <p>3.99 ch. ea.</p>
<p>Corona ou/or Stella Artois Bière/Beer 12 x 330 ml</p> <p>13.99 ch. ea.</p>	<p>Nous nous réservons le droit de limiter les quantités 'ou jusqu'à' épuisement de la marchandise. Le texte prévaut sur la photo. We reserve the right to limit quantities. While quantities last. Images are for illustration purposes only. The text prevails over images.</p>	

**ASSIETTE RIZ, AU POULET
OU RIZ AUX ÉPINARDS**
CHICKEN OR SPINASH RICE PLATE



11.99
ch.
ea.

FORMAT FAMILIAL
FAMILY SIZE

AIDON FISH

Amandes vertes
Green almonds
É.U./USA



1.79
lb
3,95 kg

Bleuets
Blueberries
Chopine
É.U./USA



1.99
ch.
ea.

Melon au r
Honeydew
Jumbo/Large
Gr. 5 Size
Honduras



2/5.00

POISSONNERIE FISH SHOP

Darnes de saumon frais
Fresh salmon steaks



7.49
lb
16,61 kg

Filets de goberge
Wild pollock filets



4.99
lb
11,00 kg

Filets d'hoplostete
Wild orange roughly filets



9.99
lb
22,02 kg

VIANDES FRAÎCHES FRESH MEAT

Steak d'aloiau
T-bone steak



8.49
lb
18,71 kg

Palette de veau de lait
Halal Milk fed veal pallet



4.79
lb
10,59 kg

Bœuf hachée maigre
Lean ground beef



Filet mignon mariné
Marinated tenderloin



11.99
lb
26,42 kg

Poitrines de poulet Shish taouk
Chicken breasts



5.39
lb
11,88 kg

CHARCUTERIE DE QUALITE QUALITY DELICATESSEN

Piments grecs marinés
Marinated greek peppers



1.99
lb
4,39 kg

Casa Italia Bellarosto
Prosciutto cotto jambon italien Italian ham



6.79
lb
14,87 kg

Alpina
Salami hongrois doux ou fort Hot or mild hungarian salami

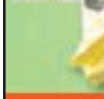


8.99
lb
10,01 kg

San Daniele
Prosciutto silver



Emma
Fromage brie Brie cheese



7.49
lb
16,51 kg

Fromage emmenthal suisse
Swiss emmenthal cheese



8.99
lb
19,81 kg

FRAIS DU JOUR FRESH DAILY

D'italiano
Pain épais tranché Thick sliced bread 600-675 g



1.10
Rebate

Andalos
Pain pita de blé entier bio Organic pita bread 5 un./300 g



1.79
ch.
ea.

LES SURGELÉS FROZEN FOODS

Cedar
Pâte feuilletée phyllo Phyllo puff pastry 454 g



1.29
ch.
ea.

Alfa Metsovo
Pâte phyllo feta & épinard Feta & spinach phyllo puff pastry 850 g



5.49
ch.
ea.

Royal Harbour
Saumon (unsel/norvegien Norwegian smoked halibut) 200 g



6.99
ch.
ea.

Della Casa
Pâtes/Pasta 800 g Choix varié/Assorted



4.49
ch.
ea.

DE NOS RÉFRIGÉRATEURS FROM OUR FRIDGES

Philadelphia de Kraft
Fromage à la crème Cream cheese 227-250 g



2.99
ch.
ea.

Béatrice
Limonade Regular ou framboise/Regular or raspberry 1,75 L ou/or Lait au chocolat Chocolate milk 1 L



3/5.00

Astro
Kik yoourt/Yogourt 200 ml Choix varié/Assorted



2/1.00

Saputo
Fromage Feta/Cheese 170-200 g Choix varié/Assorted



2.99
ch.
ea.

Lactantia
Tartinade traditionnelle Traditional spread 427 g



99¢
ch.
ea.

Yoplait
Yogourt/Yoourt Yoptimal 12 x 100 g ou/or Source/Crèmeux/Creamy 16 x 100 g Choix varié/Assorted



4.49
ch.
ea.

Liberté
Yogourt/Yoourt Grec/greek 4 x 100 g ou/or Méditerranée 500 g Choix varié/Assorted



2.99
ch.
ea.

Santa Lucia
Bocconcini Fromage/Cheese 200 g Choix varié/Assorted



2.99
ch.
ea.

Orange Maison
Jus d'orange pur sans pulpe Pure orange juice without pulp 2,5 L



Phoenicia ou/or Cedar
Labneh halal 500 g



3.99
ch.
ea.

Charcuterie Parisienne
Saucisses/Sausages au poulet/chicken, chorizo ou/or cervelas 375 g



خلاصه ای در باب بودیسم

مترجم: رضا داودی



ج: نتیجتاً از بین رفتن این رنج با خنثی کردن میل ممکن است.

د: خنثی کردن و از بین بردن میل نیز با خاموش کردن و رهایی و چشم پوشی از آنها ممکن است.

حالت بی تفاوتی بین خوشبختی و بدبختی در نهایت به رهایی از سامسارا (چرخه تولدهای متوالی) می‌انجامد. این رهایی حاصل رسیدن به حالت نابود کردن توهم زندگی است که امکان رسیدن به حالتی دیگر را می‌دهد که این حالت، حالت خلوص است و واقعی تر از حالت توهم می‌باشد. این حالت غیر قابل توصیف نیروانا نام دارد.

راهی که به نیروانا منتهی می‌شود هشت مسیر ناب نام دارد:

یک: گفتار نیک بدون پنهان کاری و بدگویی

دو: کردار نیک بدون خدشه‌دار کردن آداب نیکو

سه: امرار معاش شرافتمندانه

این سه راه راه های اخلاقی هستند.

چهار: تلاش برای بهتر شدن

پنج: توجه به افکار درونی و آنچه که در درون می‌گذرد

شش: تمرین‌هایی برای تمرکز

این سه راه اصولی ذهنی هستند.

هفت: شناخت کامل از چهار حقیقت متعالی

هشت: هدایت ذهن به سمت قبول و پذیرفتن با حسن

نیت آنچه که هست

به بیانی دیگر، چشم پوشی و تحمل که دو قاعده مربوط

به حکمت هستند.

حکمت بودایی به مدد همبستگی و اتحاد در چارچوب

سانگا (مجمع راهبان بودایی) و اتخاذ راه میانه بین

ریاضت بی‌فایده و حرص و طمع که مایه رنج است،

گسترش یافت.

گسترش بودیسم

بودیسم که در شمال شرقی هند به وجود آمد و میراث دار هندوئیسم بود در ابتدا با تلاش شاگردان

سیدارتا گوتاما (بودا) گسترش یافت. در قرن سوم پیش از میلاد، بودیسم در مناطق وسیعی رواج یافت زیرا

امپراتور آشوکا که با خشونت مناطق زیادی را تحت سلطه خود درآورده بود، توبه کرد و به دین بودایی

گروید و سپس به علت تعلیمات دین بودا مبنی بر عدم خشونت، به امپراتوری صلح طلب بدل شد و دین بودایی را در سراسر هند گسترش داد.

اما در نهایت به علت فشارهای هندوئیسم و سپس شینتوئیسم، دین بودایی در خارج از جایی که متولد

شده بود، گسترش یافت. این دین در میان کسانی که دین ابتدایی شان تناسبی با دین بودایی نداشت به

راحتی گسترش پیدا کرد. بدین ترتیب این دین وارد آسیای جنوب شرقی (میانمار، تایلند، لاوس، کره)

خاور دور (چین، تبت، ژاپن و سریلانکا شد.

بودیسم به دکترین‌های منشعب از حکمت بودا اطلاق می‌شود. در بدو امر، نمی‌توان گفت بودیسم یک دین

است، بلکه باید آن را نوعی حکمت قلمداد کرد زیرا در بودیسم هیچگونه خدایی وجود ندارد و بودیسم وجود

روح را نیز نفی می‌کند. کلمه بودا به معنی کسی است که بیدار، هوشیار و روشن ضمیر است. به همین خاطر

باید گفت که تا کنون بوداهای زیادی وجود داشتند و خواهند داشت. اما شروع بودیسم از زمانی است که

سیدارتا گوتاما (۴۸۶-۵۶۶ قبل از میلاد) به مقام بودایی می‌رسد. بر اساس افسانه‌ها بودا در شمال شرقی هند

در کشور نپال کنونی از مادر زاده می‌شود. در هنگام تولدش معجزاتی رخ می‌دهد. پدر او که تحت تاثیر یک

پیشگویی در مورد بودا قرار می‌گیرد او را از زندگی خارج از کاخ دور نگاه می‌دارد تا مانع از ورود او به

زندگی مذهبی شود. با این حال پس از یک ازدواج و تولد فرزندش، بودا از کاخ خارج می‌شود و به ترتیب

با یک فرد سالخورده، یک فرد بیمار، یک جسد و یک مرتاض برخورد می‌کند. ملاقات با این چهار نفر بسیار

الهام‌بخش بود او در پی این ملاقات‌ها در زمینه منشا رنج بشری و یافتن راهی ممکن برای رهایی از این

رنج به تفکر می‌پردازد. بودا در نهایت همه چیز را رها می‌کند و یک دوره زندگی آوارگی را شروع می‌کند تا

با ریاضت کشیدن به رهایی برسد. او که از این راه نیز ناامید می‌شود در پای یک درخت انجیر می‌نشیند و در

پایان یک تفکر عمیق قادر می‌شود تا تمام زندگی‌های گذشته و آینده خود را به یاد بیاورد. بدین ترتیب او

به حالتی شهودی به نام نیروانا می‌رسد. نیروانا حالت آرامش و صلح درونی است که در پی خارج شدن از

چرخه تولدهای متوالی (چرخه زندگی) به دست می‌آید.

حکمت بودایی

حکمت بودایی در بدو امر به صورت شفاهی انتقال و گسترش یافت سپس مدت‌ها پس از مرگ بودا در

متونی سه‌گانه با نام سه سید تعلیمات بودا درج شد: موعظه‌های بودا، قوانین مربوط به راهبان، بازسازی

اساس دکترین بودا. حکمت بودایی که میراث دار هندوئیسم است و بودا در گهواره تمدن هندوئیسم نزع

یافته، ایده وجود هرگونه خدای متعالی، ایده دارما به معنای هندویی آن و ایده آتمن (داشتن یک روح فردی)

را رد می‌کند. آیین بودایی همچنین سیستم کاستی هندوئیسم را رد می‌کند. راه ابتدایی را که بودا تعلیم

می‌دهد چهار حقیقت بلندمرتبه می‌نامند: الف: چرخه زندگی رنج است. (تولد، بیماری،

سالخوردگی، مرگ و جدایی)

ب: میل و تنفر که علت این رنج هستند، زاییده نوعی جهالت از واقعیت حقیقی نظام عالم است و این ظواهر

دروغین واقعیت حقیقی را پنهان می‌کنند. (دارما در معنای بودایی آن یعنی وجود بنیادی)

جریان‌های بزرگ بودیسم

در طی قرن‌ها، حکمت بودایی به فرقی مختلف تبدیل شد. امروزه دو فرقه بزرگ در بودیسم وجود دارند:

بودیسم ناقل کوچک یا تراوادا که یک فرقه بیشتر فلسفی است و سعی می‌کند کمتر از اصول اولیه

بودیسم فاصله بگیرد. بودیسم ناقل بزرگ یا ماهایانا، که بیشتر مردمی است، بیشتر جنبه مذهبی به خود

می‌گیرد و سعی می‌کند بوداها و بودیساتواها (افرادی که به مقام بودا می‌رسند و برای کمک به دیگران دوباره

چرخه زندگی را انتخاب می‌کنند.) را خدا یا قدیسانی بلند مرتبه قلمداد می‌کند.

به جز این دو فرقه، فرقه دیگری به نام خاک ناب یا زمین ناب (به ویژه در ژاپن) وجود دارد. بر اساس اصول

این فرقه، بهشتی وجود دارد که بودا آمی‌دا، یک بودای مشهور به خاطر همدردی اش با مردم، بر آن حکومت

دارد. بودیسم زن از دیگر فرقه‌های بودیسم است که به هنر مدیتیشن با کارهای بسیار ساده زندگی روزمره

اهمیت می‌دهد. بودیسم تبتی که ناقل الماس نام دارد که از زمان روی کار آمدن مانوئیسم در چین از سوی

این کشور مورد سرکوب قرار گرفته است. تمامی این فرق بودایی نیروی خود را از تسامح و تساهل افراطی و

اصل عدم خشونت گرفته‌اند و این اصول از بدو پیدایش بودیسم وجود داشته است و باعث شده تا با فراز و

نشیب‌ها در مکان‌ها و زمان‌های مختلف روبرو شود. بودیسم در حال حاضر به راحتی وارد امریکای شمالی و

اروپا شده است و در حال تبدیل شدن به آیینی مردمی است.

خدمات امور حقوقی در ایران

Legal Services in Iran

خدمات حقوقی توسط وکلای رسمی دادگستری در ایران شامل:

- خانواده و ارث
- ازدواج و طلاق
- سرپرستی فرزند
- دریافت خسارت و مطالبات
- بازنشستی و دعاوی به سازمان ها
- تخلیه واحدهای مسکونی و تجاری
- ثبت (اسناد، شرکت ها، حق اختراع و علامت تجاری)
- تنفیذ و اجرای آرای دادگاه ها و مراجع رسمی کبک و کانادا
- ممنوع الخروج کردن بدهکار و رفع ممنوع الخروجی



www.legalirangroup.com
Canada Office:
1242 Stanley St., Suite 208, Montreal (QC) H3B 2S7

T: +1 (514) 903 5646
PEEL C: +1 (514) 880 5648



Javad Jalali LL.M., R.C.C.

خدمات امور مهاجرت به کانادا در چارچوب برنامه های استانی و فدرال، مخصوص:

- متخصصین با مدرک دانشگاهی و مهارت فنی و حرفه ای
- سرمایه داران
- دانشجویان
- اقامت دائم همسر
- سرپرستی والدین
- ویزا (توریستی، تحصیلی، کار، والدین)
- اخذ پذیرش تحصیلی از مقطع کالج به بالا

دفتر ایران: مدیر دفتر: پویا تقدسی
خیابان ملاصدرا، پلاک ۲۰۷ ساختمان سحر - طبقه اول
تلفن: +۹۸۲۱۸۸-۵۱۸۵۶
موبایل: +۹۸۹۱۲۲۴-۱۶۸۵
info@legalirangroup.com

خدمات امور مهاجرت و تحصیلی

Immigration Services in Canada & Iran



کمی بیش‌تر از من قد کشیده بود

شعله رضازاده



شعله رضازاده داستان‌نویس و پزشک است. متولد ۱۳۶۸ تبریز که اکنون در هلند زندگی می‌کند. در ۱۳۹۱ «من هنوز به دنبال باد می‌دوم» را در تهران منتشر کرده و «کسی پشت واژه‌ها پنهان شده است» را ۱۳۹۴ در لندن. رضازاده همچنین «سکوت، تو را شکست» را در دست چاپ دارد. در سال‌های فعالیت ادبی‌اش جوایز متعددی را به دست آورده: برگزیده کشوری در جشنواره فرهنگی دانشجویی در سال‌های ۸۷، ۸۹، ۹۰ و ۹۱، برگزیده کشوری جشنواره ادبی هفت اقلیم در سال ۹۰ و برگزیده کشوری جشنواره ادبی فانوس در سال ۹۱. برای خواندن آثار بیشتر از این نویسنده می‌توانید به صفحه‌ی فیس‌بوک او به آدرس زیر بپیوندید:

<https://www.facebook.com/sho.leh.39>

در ادامه یکی از آثار این نویسنده را می‌خوانیم.

درستش کرده بود. دایه می‌گفت تا وقتی می‌توانیم تاب‌بازی کنیم که درخت صدایش در نیاید. ما که هیچ‌وقت صدایی نمی‌شنیدیم؛ اما گاهی وسط تاب‌بازی، دایه از میان پنجره‌ی بزرگش داد می‌زد که درخت خسته شده و دارد صدا می‌دهد. اگر به حرفش اهمیت نمی‌دادیم، از جایش بلند می‌شد و خودش را به حیاط می‌رساند و داد می‌زد که برویم خانه‌هایمان. من بعضی وقت‌ها که تاب می‌رفتم، دایه را از لای پرده‌های نیمه‌باز می‌دیدم که پشت پرده‌ی خیاطی‌اش نشست است و دارد به سمتی که ما هستیم نگاه می‌کند. نمی‌دانستم ما را نگاه می‌کرد یا درختش را. این درخت را خیلی دوست داشت. تاب‌بازی ما که تمام می‌شد، می‌آمد دست می‌کشید بر تنه‌ی درخت و مثل اسب، تیمارش می‌کرد. گاهی هم برایش آوازی می‌خواند که هر بار بهش فکر می‌کنم، یادم نمی‌آید چه آوازی بود.

همان‌طور که مواظب تعادل‌م را حفظ کنم، در ققممه را باز می‌کنم و دستم را می‌برم آن طرف دیوار. ققممه را خم می‌کنم و آب با صدای قلی‌قلپ، آرام‌آرام می‌ریزد روی زمین. زمینی که ریشه‌های درخت را مثل با ارزش‌ترین دارایی‌اش، بغل کرده‌است. هر قطره‌ای که می‌ریزد، ردش را تا ریشه‌ها دنبال می‌کنم. می‌خواهم مطمئن شوم که کارم را درست انجام داده‌ام. آب که تمام می‌شود چند قطره‌ی آخرش قاطی خاک باغچه می‌شود و می‌پاشد به تنه‌ی درخت. نگاهی به حیاط می‌کنم. روی آجرهای دور پنجره، غبار سفیدی نشست است و پنجره‌ها، هنوز رد باران چند هفته‌ی پیش را که قاطی غبار روی شیشه‌ها شده‌است، دارند.

از هر قسمتش پیداست که کسی به اینجا سر نمی‌زند. نگاهم روی پنجره‌های بزرگ بسته که روبروی درخت گردو اند، می‌ایستد. همان‌جا که دایه همیشه می‌نشست و با افتخار درختش را نگاه می‌کرد. قبل از این که چشمانم پر شوند، از دوچرخه‌ام پایین می‌آیم و سوارش می‌شوم. تندتند رکاب می‌زنم و دلم نمی‌خواهد به این فکر کنم که آن خانه و آن حیاط و آن درخت، تا کی، همین‌طور دست نخورده می‌مانند.

را طوری جابجا می‌کنم که کیف روی شکمم بایستد. از توی کیفم ققممه‌ی آیم را بیرون می‌آورم. این ققممه یادگار دورانی است که پدرم برای هفته‌ها به کوهنوردی می‌رفت. می‌گفت از دوستان ارمنی‌اش خریده است و آنها هم از روسیه آورده بودندش. با رنگ سبز لجنی و کیف مخصوصی که داشت، همیشه برایم جذاب بود و هر بار که در دست پدرم می‌دیدمش، بی‌آنکه بخواهم، لبخندی روی لبم می‌نشست. یک روز یکی از این لبخندها کار خودش را کرد و پدرم این ققممه را به شرطی که همیشه مراقبش باشم، به من داد. من اهل کوه و مسافرت‌های طولانی مدت نبودم. شاید تنها جایی هم که این ققممه را استفاده می‌کردم، روزی مثل امروز بود. ترسی که از گم کردن یا خراب کردنش داشتم، باعث می‌شد زیاد ازش استفاده نکنم.

با دستم دوچرخه را به طرف دیوار هل می‌دهم و چند ضربه می‌زنم تا مطمئن شوم محکم به دیوار تکیه داده و نمی‌افتد. همان‌طور که یک دستم به بدنه‌ی دوچرخه است و در دست دیگرم ققممه را دارم، آرام پایم را روی صندلی دوچرخه می‌گذارم و ازش بالا می‌روم. دستم را از دوچرخه ول می‌کنم و لبه‌ی دیوار را که حالا تقریباً روبروی لب بالای‌ام است می‌گیرم. می‌بینمش. همان‌طوری هست که بود. محکم و زیبا. بوی تلخی که از پوست گردوهای سبز به دماغم می‌خورد، من را می‌برد به سال‌های دور. وقتی که من و دوستانم همین نزدیکی‌ها خانه داشتیم و این درخت، سوگلی تمام بچه‌های محله بود. آن سال‌ها هنوز به این بزرگی و محکمی نبود؛ اما برای همه‌ی ما بزرگ‌ترین و زیباترین درخت دنیا بود و همیشه دوست داشتیم بدانیم گردوهای بزرگ‌ترین و زیباترین درخت دنیا چه طعمی دارد. «دایه» که هم حواسش به ما بود و هم حواسش به درخت، هر سال مشت‌ی گردو از این درخت را به بچه‌ها می‌داد و می‌گفت که لازم نیست از دیوارش بالا برویم یا سنگ بزیم به درختش. ما هم که می‌دانستیم او هر سال سهم ما را جدا خواهد کرد، به حرفش گوش می‌دادیم و فقط گاهی که دایه خودش می‌خواست، می‌رفتیم در حیاط و سوارِ تابی می‌شدیم که از درخت آویزان بود و پسر دایه با طناب و بالش‌ت کوچک

همین‌طور که دارم رکاب می‌زنم، صدای قیزقیز دوچرخه‌ام بلندتر می‌شود و باد بیشتری به صورتم می‌خورد. حسابی عرق کرده‌ام. با بادی که از لای یقه‌ی پیراهن، وارد گردن و پشتم می‌شود، بی‌اختیار می‌لرزم. صدای بوق ماشین‌ها را می‌شنوم که دارند دور و دورتر می‌شوند. از این‌که می‌توانم در این کوچه‌ی باریک، بدون این‌که نگران ماشین‌ها باشم، دوچرخه‌ام را با سرعت برانم، حس خوبی دارم. وارد این کوچه که می‌شوم، انگار حتی آسمان هم عوض می‌شود. از مهممه و شلوغی، یکپو پرت می‌شوم به دنیایی ساکت در چند سال قبل.

این کوچه را خوب می‌شناسم. قدم به قدم در آن بزرگ شده‌ام. حالا اکثر ساکنانش پیرمرد و پیرزن‌های تنهایی هستند که گاهی نان به دست رد می‌شوند و من با دیدن آنها، سرعتم را کم می‌کنم. شاید چون دلم می‌خواهد طولانی‌تر نگاهشان کنم و آرامشی که در قدم برداشتن دارند، به من هم برسد. یا فقط دلم نمی‌خواهد با دیدن من که تندتند رکاب می‌زنم، فکرکنند که دارم قدرت جوانی‌ام را به رخشان می‌کشم و پز چیزهایی را می‌دهم که آنها سال‌ها قبل، در گیرودار گذر زمان، گم کرده‌اند. اکثر خانه‌هایی که اینجا هستند، هنوز حال‌وهوای بچگی‌های من را دارند. با یک حیاط بزرگ و دیوارهای کوتاه، با پرده‌هایی که مثل موهای دخترکی جمع شده و با یک بند توری بسته شده‌اند. این ساعت‌ها معمولاً بوی دم‌کشیدن برنج و ادویه‌هایی می‌آید که ترکیبشان با هم، من را یاد درس «کوکب خانم» و عکسی که در کتاب با یک سفره‌ی بزرگ پهن شده روی زمین داشتیم، می‌اندازد. وقتی در این کوچه دوچرخه‌ام را می‌رانم احساس می‌کنم با هر رکاب چند سال به عقب برمی‌گردم و دنیا برایم کوچک و کوچک‌تر می‌شود.

دارم می‌بینمش. درست در خم کوچه است. همان جایی که همیشه بود. خیلی خوب می‌شناسمش. مثل معلم اول دبستانم. مثل اولین دختری که یواشکی عاشقش شدم و هیچکس نفهمید. تندتر رکاب می‌زنم و بعد از چند ثانیه، دوچرخه‌ام را نزدیک دیوار نگه می‌دارم. پیاده می‌شوم و دوچرخه‌ام را کشانکشان می‌آورم و به دیوار تکیه می‌دهم. بند کیف دوشی‌ام

«کسی پشت واژه‌ها پنهان شده است»

اثر شعله رضازاده

کتاب کسی پشت واژه‌ها پنهان شده است، مجموعه داستانی متشکل از ۱۳ داستان کوتاه است. به گفته‌ی مولف این کتاب روایت یک داستان بلند از زبان اجزای آن است. در واقع داستان‌ها علاوه بر این که هر کدام مستقل هستند، نوعی به هم ارتباط دارند و عامل ارتباطی‌شان، خاطرات کودکی گروهی از بچه‌های هم محله است با یک درخت گردو. اما بعد از گذشت سال‌ها، هر کدام از این بچه‌ها زندگی و دغدغه‌های خودشان را دارند. زبان داستان صریح و گاه شاعرانه است. خواننده فرصت ورود به دنیای درونی شخصیت‌ها را دارد و از این رو می‌تواند با داستان‌ها همذات پنداری کند.

این کتاب در ژانویه سال ۲۰۱۶ توسط نشر «اچ.اند.اس.مدیا» در لندن چاپ شده است. برای سفارش آن می‌توانید از سایت «اچ.اند.اس.مدیا» اقدام کنید. نسخه چاپی این کتاب را می‌توانید از فروشگاه‌های آمازون و مراکز مجهز به دستگاه چاپ اسپرسو در امریکای شمالی، اروپا، آسیا و استرالیا تهیه کنید. نسخه الکترونیک کتاب از طریق فروشگاه گوگل بوکز ارائه شده است.



تازه‌های نشر

پس از ۲۵ سال مجموعه داستان «آه، استانبول» نوشته رضا فرخ‌فال، نویسنده‌ی ساکن مونترال، از سوی نشر چشمه تجدید چاپ شد. این کتاب در سال ۱۳۶۹ از سوی نشر اسپرک منتشر شده بود که هشت داستان با نام‌های «برجی برای خاموشی»، «همه از یک خون»، «باران‌های عیش ما»، «کوهنوردان»، «گردش‌های عصر»، «آه، استانبول»، «مجسمه ایلامی» و «نگاه آخر» در بر می‌گیرد.

برشی از داستان، «آه، استانبول» را در ادامه می‌خوانید: «ماجرای آن کتاب در آن شهر تاریخی مرا به خود جلب کرده بود و اعتراف می‌کنم که صفحات آخر ترجمه را نمی‌توانستم زمین بگذارم. قهرمان کتاب در آن شهر دو عشق واقعی زندگی‌اش، هنر بیژانس و دخترک مجار، را یکجا و با هم داشت و به جای رفتن به آمریکا ترجیح می‌داد برای همیشه در استانبول ماندگار شود، اما این خوشبختی چندان به دراز نمی‌کشید. یک روز صبح که در هتل از خواب بیدار می‌شد، دخترک او را ترک کرده بود. آیا دخترک را مأموران مخفی کشورش ربوده بودند یا آنکه دخترک معاشقه با او را وسیله‌ای کرده بود تا با کمک و پول یک آمریکایی از کشورش بگریزد؟ این پرسش‌ها همه بی پاسخ می‌ماند و قهرمان کتاب تنها می‌توانست در آن بندر کهنسال دل شکسته و بدبین‌تر از پیش با رفتن به میخانه‌ها و کتابخانه‌ها و نوشتن و بازنوشتن برگه‌هایش همه چیز را به دست فراموشی بسپارد. تنها چیزی که از دخترک برای او به جا مانده بود یک جفت جوراب سبز رنگ در یکی از کشوهای کمد لباس بود. آیا دخترک به عمد آن جوراب‌ها را با خود نبرده بود؟ آیا آن قدر برای رفتن شتاب داشته که این جفت جوراب را جا گذاشته بود؟ (و این سنگدلانه‌ترین جواب مسئله بود)، و یا آنکه خشونت مأمورانی که برای دیدن او آمده بودند چشم آنها را کور کرده بود؟ معمای غم‌انگیزی بود.»

مجموعه داستان «آه، استانبول» در ۱۷۹ صفحه و شمارگان هزار نسخه به بهای دوازده هزار و پانصد تومان از سوی نشر چشمه منتشر شده است.

«آه، استانبول»

اثر رضا فرخ‌فال



این هفته با محمد بزم

فاطمه اختصاری



هشت سالی است شعر می‌گوید اما به گفته‌ی خودش به دلیل وضعیت سانسور و نیز نشر کتاب، هنوز موفق به چاپ اثر نشده. محمد بزم متولد ۱۳۶۸ آبادان است. او کارشناس کامپیوتر است اما در رشته‌ی زبان و ادبیات فارسی در مقطع ارشد ادامه تحصیل داده. محمد بزم هم اکنون در آبادان زندگی و فعالیت می‌کند و مسئول جلسات انجمن شعر این شهرستان نیز هست. در ادامه چند شعر از او را می‌خوانیم:

یک

ای کاش آدمی/ وطنش را/ مثل بنفشه‌ها/ در جعبه‌های خاک/ یک روز می‌توانست/ همراه خویشتن ببرد هر کجا که خواست... محمدرضا شفیعی کدکنی

ما بر نوار گریه‌ی زن ایستاده‌ایم
ما پابرنه توی لجن ایستاده‌ایم
ما هر دو روی خاک وطن ایستاده‌ایم
[این اشتراک آخر ما توی کادر بود]

در کوچه‌های یخ زده و توبه‌توی شب
با چشم بسته از دل سرما به سوی تب
«ای کاش آدمی وطنش را» به روی لب
[در جعبه‌های خاک، تو را دفن کرده‌ام...]

از یاد می‌روم ته مسلخ دوان دوان
همچون قناریان پرانده شروه خون
اینگونه می‌روم به ملاقات دوستان!
باشد که عشق درد مرا بیشتر کند

من جمله‌های گیج بریده بریده را
من واژه‌های بی‌کس محنت کشیده را
من حرف‌های مبتنی بر سپیده را
هر بار با بزاق خودم قورت داده‌ام

من شعرهای بکر مخاطب ندیده را
من ایده‌های ناب پس از تب رمیده را
من جان شاعری به این لب رسیده را
سوزاندم و تمام‌تر از قبل تر شدم

سوزاندم و هنوز زنی گریه می‌کند
با چشم قرمز لجنی گریه می‌کند
بیرون کادر، بی‌وطنی گریه می‌کند
بوی لجن هنوز مرا ول نکرده است...

دو

در زندگی شرایط دلخواه مردگی‌ست
دارد کلافه می‌کند این نبض پوست را
ناخن بکش به قلبم و از خون برس به خون
و سرخ کن به عشق، من سبز پوست را

ناخن به ناخن از من و آن قلب رد بشو
مضراب را به رگ به رگ برگها بکوب
هرچند طبق سنجش دریاچه‌های خون

آواز قو کم است برای غم غروب...

این بیت‌ها مناسب هر شروه خوانی است
چون زخم را به روح زمین هدیه می‌دهد
این سر به روی نیزه فقط شعر گفته است
آخر خَلقت شعر، و انسان فی کَبد*

کوبیده‌اند یک سره صیادهای قو
سرنیزه را به پیکر احساس کردنم
و سال‌هاست ثانیه‌ها سفت بسته‌اند
حصر کتابخانه‌ی ام را به گردنم

از شاملو به سخره‌ی حافظ رسیده‌ام:

[هرگز نبوده قلب من اینگونه] برگ برگ**
[هرگز نمیرد آنکه دلش زنده شد به عشق!]
ثبت است بر جریده‌ی عالم دوام! مرگ!!**

قلب جهان نمی‌زند از من به مرگ حرف
من پوست را به نبض خودم پیر کرده‌ام
یک برگ خشک، بین زمین و هوا دثم
لای کتاب‌ها به غلط گیر کرده‌ام

*لقد خلقنا الانسان فی کبد/ هر آینه انسان را در رنج
آفریدیم/ سوره بلد- آیه ۴
**من فکر می‌کنم/ هرگز نبوده قلب من اینگونه گرم و
سرخ/ احمد شاملو
***هرگز نمیرد آنکه دلش زنده شد به عشق/ ثبت است
بر جریده‌ی عالم دوام ما/ حافظ

سه

نشسته‌ام روی گردن تمامی‌تان
نشسته‌ام که نفس‌های گرم را ببرم
که جسم‌های شما را به هیچ میخ کنم
و روح‌های شما را در انزوا بخورم*
[در این زمانه مگر زخم‌ها زبان دارند!]

علاقه دارم در پرده‌ها نفوذ کنم
که خوب قاطی با خون و استرس بشوم
ظریف بنشینم روی گرده‌های شما
و رد شلاق چرم میسترس بشوم
[تمایلات غربیی به دوستان دارند!]

مکالمات عذاب آورم که می‌خواهم

دقیق بر روی گوشتان دریل شوم
به روی میز غذاتان نشسته‌ام آرام
که با شراب و کمی مرگ موش میل شوم
[چه کار به کار گوش‌هایمان دارند!]

به هیچ چی دلتان را همیشه خوش کردید
به اینکه قدرت مرفین مرا شکست دهد!
به شکل توده‌ای از غم به سجده می‌افتید
که برق شمشیر دین مرا شکست دهد!
[برای کشتنمان دردها توان دارند...]

از ابتدای تولد کنارتان هستم

درون گریه خودم را قرار می‌دهم و...
کشیده می‌شوم از اولش به آخرتان
درون قبر شما را فشار می‌دهم و...
[فقط علف‌های روی قبر جان دارند...]

*در زندگی زخم‌هایی هست که مثل خوره روح را در
انزوا و آهسته می‌خورد و می‌تراشد. این دردها را نمی‌شود
به کسی اظهار کرد ... بوف کور- صادق هدایت

چهار

فصل سرد شکار آدم‌ها
لغزش دست روی ماشه و شک
چکمه‌های سیاه سرباز و
گام‌های معلق لک لک*

پای خسته درون یک مرداب
پای مرده در ابتدای دو راه
در سکوت جهان خواب زده
رو به خمیازه‌های یک تمساح

توی گه ماندن و به گاه رفتن
حرص رفتن... و بهت جا ماندن
رو به آغوش باز آزادی
پاپتی روی خارها ماندن

تاب خوردن به عمق یک سوراخ
مثل یک پیچ هرز جان کندن
تیر خوردن به قلب یک انسان
نیم متری مرز جان کندن

*گام معلق لک لک - سینمایی، ساخته‌ی تئو آنجلوپولوس

باز گشت

قسمت ۷

اریک امانوئل اشمیت

ترجمه : شراره شاکری



- من حق ندارم ژوان رو کمتر از بقیه دوست داشته باشم. حق ندارم گراس رو بیشتر از بقیه دوست داشته باشم. چرا هنوز به یاد کیت و بتی نیافتم؟
 میان این کشمکش که با خود داشت، دکستر به در کوبید.
 - گرگ خوبی؟
 - خوبام.
 - چرت و پرت نگو. بیا یک چیزی دارم که کمکت می‌کنه.
 گرگ در راه داد و با لحن تقریباً خشنی فریاد زد:
 - هیچ کس نمی‌تونه کمکام کنه.
 دکستر به نشانه تایید سرش را تکان داد و با این حال کتابی را که در دستش بود به سوی او دراز کرد.
 - بگیر.
 - این چیه؟
 - انجیل منه.
 گرگ به قدری تمرکزش را از دست داده بود که برای چند لحظه غم و اندوهش را فراموش کرد. دستانش از گرفتن کتاب امتناع می‌کردند، ولی چشمانش با خصومت سعی می‌کردند روی جلد آن را که با پارچه قدیمی کثیفی پوشیده شده بود بخوانند و با هم فریاد می‌زدند:
 «می‌خواهی با این چی کار کنی!»

- برای خودت نگه‌دار، شاید... به متنی بر بخوری که کمکات کنه.
 - نمی‌خونم.
 - باز کردن انجیل فقط خوندن نیست، فکر کردن هم هست.
 دکستر کتاب را در دستانش گذاشت و دنبال کارش رفت. گرگ کتاب را روی تشکش انداخت. می‌دانست که نمی‌تواند بخواند. کفش‌های ورزشی و گرمکنش را پوشید و تصمیم گرفت تا آنقدر روی عرشه کشتی بدود که از خستگی ولو شود.
 فردا صبح گرگ از خواب بیدار شد. حالا مطمئن بود که ژوان مرده.
 ولی اینبار این فکر تسکینش نمی‌داد. بلکه بر عکس آزارش می‌داد. در روپایش ژوان در آستانه مرگ بود چون پدری بد و بی‌اعتنا داشت. روی بالش برای سرنوشت دختر کوچکش و زندگی کوتاه او کنار مردی بی‌رحم شروع به گریستن کرد. هرچند که از گراس علاقه‌اش را پنهان کرده بود ولی در مقابل به ژوان نشان داده بود که تحملش را ندارد. همیشه ملامتش می‌کرد، تنبیه‌اش می‌کرد و از او می‌خواست ساکت شود یا به خواهرهایش اجازه صحبت دهد. آیا تا به حال او را از ته دل بوسیده بود؟ کودک احتمالاً احساس کرده بود که پدر او را با تردید می‌بوسد، نه از روی علاقه، بلکه بیشتر به این خاطر که تفاوتی بین آنها قائل نشود.

ادامه در شماره بعد...

معرفی کتاب

بدتر از این هم می‌توانست باشد

اثر: ناتالی روی



اگر در یک روز گرم تابستان کارتان را از دست بدهید و همزمان هم یخچال و پنکه‌تان خراب شود چه کار می‌کنید؟! آپارتمان یک‌خوابه‌تان را ترک می‌کنید و یک کلبه، نزدیک دریاچه مامفرماگوگ اجاره می‌کنید و تابستانی متفاوت از دیگران خواهید داشت؟!
 والری اوبه، دختر جوان بسیار زیبایی است که سی و چهار سال دارد. بجز چند کتاب، چیز دیگری که بتواند او را در مونترال نگه دارد ندارد. نه کاری، نه دوست پسری و نه حتی گربه‌ای. به همین خاطر با رفتن به کنار دریاچه مامفرماگوگ سعی دارد تعطیلات دوران جوانی‌اش را تداعی کند. این چند هفته به قهرمان داستان این فرصت را می‌دهد تا در مورد عشق‌هایش و اهمیتی که به ظاهرش می‌دهد بیشتر فکر کند.
 در این رمان نویسنده سعی دارد تا نگاه دیگران نسبت به ما، استانداردهای زیبایی و کلیشه‌هایی که همواره سعی داریم از آنها رها شویم و در نهایت اعتماد به نفسی را که داشتنش همیشه آسان نیست را نشان دهد. برای سرگرم شدن، رفع خستگی، خندیدن و در حال و هوای تابستان بودن، خواندن این کتاب خالی از لطف نیست.

در مورد نویسنده

ناتالی روی در ۸ می ۱۹۶۴ در نیو کارلیزل کبک متولد شد. او اکنون ۵۲ سال دارد به عنوان روزنامه‌نگار و کیل فعالیت می‌کند و در حال حاضر نماینده حزب کوالیسیون آینده کبک است.

ابد و یک روز یعنی

غزل جلالی



وقتی برای کسی این حکم بریده شود هرگز مشمول عفو نمی‌شود و یک روز پس از مرگ از زندان خلاص می‌شود...

اولین باری که نام فیلم سعید روستایی، این کارگردان جوان را شنیدم، یاد فیلم «ابدیت و یک روز» به کارگردانی آنجلوپولوس افتادم. اما وقتی در سالن سینما به تماشای «ابد و یک روز» نشستم، در همان نیمه‌های آغازین فیلم، متوجهی نگرانی‌های مرتضی (پیمان معادی) از به زندان افتادن برادرش محسن (نوید محمدزاده) و حکم او یعنی «ابد و یک روز» شدم. تازه آنجا بود که کاربرد متفاوت «ابد و یک روز» روستایی از «ابدیت و یک روز» آنجلوپولوس را درک کردم.

خانواده‌ی نسبتاً پر جمعیت در مرکز فیلم «ابد و یک روز» در یک خانه‌ی کلنگی حبس شده‌اند. با اینکه واقع‌گرایی و ناتورالیسم در فیلم موج می‌زند اما گاهی هم از این تعاریف خارج می‌شود. مثلاً شخصیت سمیه (پریناز ایزدیار) خواهر کوچکتر خانواده گاهی به شدت باورنکردنی‌ست: دختری با شخصیت تک‌بعدی و مقاوم که تنها نجات‌دهنده‌ی این خانواده‌ی از هم گسسته به نظر می‌آید.

خانه‌ای که در زنجیر اعتیاد، فقر، درد و رنج گرفتار است نمی‌تواند خانه‌ی ایده‌آلی برای یک پسر بچه باشد. چه برسد به اینکه این پسر بچه اتفاقاً شاگرد ممتاز مدرسه‌اش هم باشد. اما این اتفاق در این فیلم می‌افتد و برادر کوچکتر، نوید، در این فضای مسموم و پر از کثافت توانسته است چنین دانش آموز خوبی باشد.

از دیالوگ‌ها شنیده نشوند. طراحی لباس با اینکه خوب است اما طراحی لباس سمیه در سطحی نشان دادن شخصیت‌اش بسیار تاثیرگذار است. در حالی که تقریباً در همه‌ی صحنه‌ها بقیه‌ی اعضای خانواده لباس‌های تیره‌ای می‌پوشند، تنها سمیه است که با لباس‌های روشن‌اش بر شخصیت تک بعدی‌اش تاکید می‌کند.

با این همه «ابد و یک روز» به عنوان اولین فیلم بلند سعید روستایی فیلم قابل قبول و تاثیرگذاری است که بعد از دیدنش می‌توان تا حدودی راضی از سینما بیرون آمد.

اما سوالی که باقی می‌ماند این است که آیا سمیه یا سمیه نامی واقعا می‌تواند نجات دهنده باشد؟ آیا با روشن نگه‌داشتن چراغ این خانه، خانه‌ای که حتی دیوارهایش هم میل به فروپاشی دارند، می‌توان تصویری از «امید» را منتقل کرد؟

باشد) چندان درخشان نیست. صدای تصویر (صدا و تصویری که مناسب و خاص سینما باشد) چندان درخشان نیست. قاب بندی‌ها و میزانشن در بعضی از صحنه‌ها به شدت خوب هستند. مخصوصاً در صحنه‌ای که محسن، برادر معتاد را به اجبار می‌خواهند به کمپ ببرند و خواهرانش از پشت پنجره شاهد ماجرا هستند. و همین قاب بندی درست و البته بازی بسیار خوب نوید محمدزاده این صحنه را یکی از تاثیرگذارترین قسمت‌های فیلم کرده است. اما اکثر قاب‌های فیلم مناسب سینما نیستند و اگر مخاطب فیلم را بر پرده‌ی بزرگ سینما یا تلویزیون خانه اش ببیند چندان فرقی ندارد. به عبارت دیگر روستایی نهایت استفاده را از این پرده‌ی بزرگی که در اختیار داشته است نمی‌برد.

صدانگاری فیلم در برخی از صحنه‌ها (مخصوصاً صحنه‌های دعوا و مشاجره) بیننده را دچار نوعی آلودگی صوتی می‌کند و حتی باعث می‌شود که بعضی



بنیاد آموزشی و فرهنگی آپتین
آموزش موسیقی
 زیر نظر دانش آموختگان موسیقی و استادان دانشگاه
سازهای ایرانی، کلاسیک و پاپ

آموزش موسیقی کودکان: ارف، سوزوکی ...
 آموزش علوم موسیقی: سلفژ، هارمونی ...
 تست های استعدادیابی و مشاوره
 جهت انتخاب ساز مناسب

ایرانی: تار، سه تار، سنتور، تنبک ...
کلاسیک: پیانو، ویولن، گیتار ...
پاپ: گیتار، ساز دهنی، کیبورد ...

Tel: (438) 386 6111, Facebook, Telegram
 www.uptin.org
 uptinfoundation@gmail.com

Snowdon
 Suite 400, 5180 Queen Mary, Montreal, QC, H3W 3E7

بنیاد آموزشی و فرهنگی آپتین
آموزش به هدف استقرار سریع تر مهاجران در کانادا

خدمات مشاوره و آموزشی: به منظور شکوفاسازی قابلیت های درونی، مدیریت استرس و ناسازگاری ها و برنامه ریزی درسی و کاری، برگزاری کارگاه های آموزشی تخصصی در زمینه ارتباط موثر، مدیریت روابط (شخصی و کاری)، روانشناسی خانواده، مهارت های زندگی، گسب و کار، شناخت بازارهای مالی و سرمایه گذاری مشاوره های انفرادی با وقت قبلی

کلینیک حقوقی:
 اطلاعات حقوقی در زمینه حقوق خانواده، مهاجرت و پناهندگی، مسوولیت مدنی، قراردادهای اجاره نامه های مسکونی و تجاری، ثبت بنگاه های تجاری کوچک و متوسط، برگزاری کارگاه های آموزشی، مشاوره های انفرادی با وقت قبلی

آموزش موسیقی:
 زیر نظر دانش آموختگان موسیقی و استادان دانشگاه
آموزش نقاشی و خوشنویسی
کمک درسی:

مشاوره و آموزشی کلینیک حقوقی آموزش هنر کمک درسی

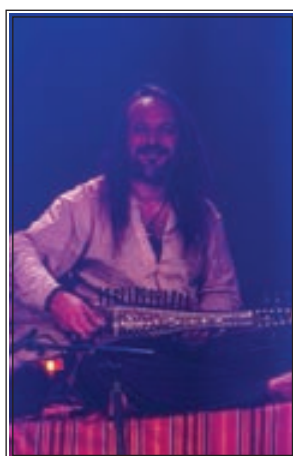
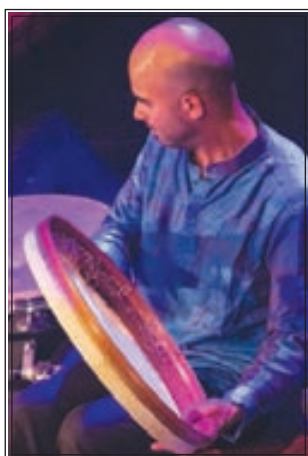
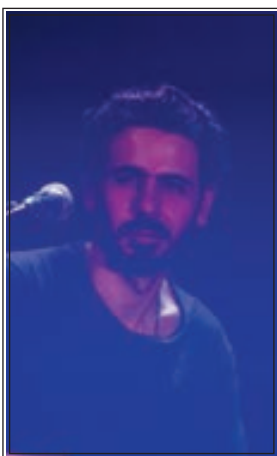
Tel: (438) 386 6111, Facebook, Telegram
 www.uptin.org
 uptinfoundation@gmail.com

Snowdon
 Suite 400, 5180 Queen Mary, Montreal, QC, H3W 3E7

در جشنواره «دریچه‌ای به آسیا» پروژه گلستان: رقص و موسیقی بدون مرز

عکس: حامد تابعین

در ادامه برنامه‌های جشنواره «دریچه‌ای به آسیا» Access Asia پنجشنبه ۲۶ ماه مه برای سومین سال متوالی پروژه گلستان شامل رقص و موسیقی برگزار شد.



بازسازی ساختمان ایرکا



دارای مجوز رسمی کتک
با بیش از ۲۰ سال تجربه در کانسادا



برای همه گونه تعمیرات در خدمت شماست:

- تکمیل زیرزمین
- ساخت و تعمیر حمام
- امور برقی
- لوله کشی
- رنگ کاری
- آشپزخانه
- طراحی داخلی
- اضافه کردن اتاق و کاراژ

www.lrcarenovation.com
Facebook: lrcarenovation
lrca.renovation@gmail.com
4C-4410 St.Catherine
West Westmount, QC H3Z 1R2

Farhad 514-573-8118



انجام امور ساختمانی

BEN Renovation



- کاشیکاری و سنگ کاری
- بازسازی حمام و آشپزخانه
- کابینت و تجهیزات آشپزخانه
- نصب در و پنجره
- نصب کفپوش و پارکت
- ترمیم و تعویض دیوارهای داخلی
- نقلی

514) 441 4295 بهنام رفیعی

benrenovation4295@gmail.com

نوسازی در مونتreal: facebook

بازسازی و تعمیرات ساختمان یونیک

RÉNOVATION GÉNÉRAL
UNIQUE
INC.

RBQ 5598-1187-01

هر آنچه که شما نیاز داشته باشید

- ◀ کفپوش و موزاییک
- ◀ نقاشی ساختمان
- ◀ تکمیل زیر زمین
- ◀ کابینت آشپزخانه
- ◀ سالت حمام و دستشویی
- ◀ بازسازی و فلنسازي

در خدمت شما هموطنان عزیز در سراسر مونتreal

بهترین قیمت

بهترین کیفیت



هم اکنون بزرگ آفریابی

رفیگان تماس بگیرید

www.renogu.ca

info@renogu.ca

(514) 887 8006

MAHYAR



مشاوره و خدمات حقوقی در ایران

- ارائه خدمات وکالت و داوری در دعاوی:
- خانوادگی (طلاق، مهریه و...)
- ارث و وصیت
- خسارات و دیون مالی
- قراردادهای و اسناد تجاری
- تخلیه اماکن تجاری و مسکونی
- در مراجع قضایی، ثبتی، دیوان عدالت
اداری، تجدیدنظر، دیوان عالی کشور



الهام رضوی

وکیل پایه یک دادگستری

فارغ التحصیل دانشگاه تهران و عضو کانون وکلای
مرکز با بیش از ۱۰ سال سابقه کاری موفق

ساعات تماس تلفنی: روزهای بکشنبه و چهارشنبه از ساعت ۹:۳۰ صبح الی ۱۲:۳۰ ظهر به وقت کانسادا

Email: elhamrazavi.attorney@law@gmail.com
Phone: (+98) 9122705696

آدرس: تهران، خیابان شریعتی، نرسیده به میدان قدس، ایستگاه اسدی،
پلاک ۱۸۸۹، طبقه دوم

عدم آگاهی از نکات حقوقی باعث اتلاف وقت و سرمایه شما می گردد.



لامپ‌های روشن پرتغالی‌ها با انرژی پاک

برای استفاده از انرژی خورشیدی و بادی است. سرپرست بخش انرژی‌های خورشیدی اتحادیه اروپا هم در این باره می‌گوید: این دستاورد بزرگی برای کشورهای اروپایی است. سال گذشته کشور پرتغال اعلام کرد در حدود ۲۲ درصد از برق خود را با منابع خورشیدی و کلا ۴۸ درصد از انرژی‌های خود را از منابع جدید انرژی تولید می‌کند. برنامه اتحادیه اروپا این است که تا سال ۲۰۲۰ بیشتر انرژی اروپا را از طریق نیروگاه‌های بادی کشور پرتغال تامین کند. پرتغال در فاصله سال‌های ۲۰۱۳ تا ۲۰۱۶ در حدود ۵۵۰ مگاوات به ظرفیت نیروگاه‌های بادی خود اضافه کرده است. هم اکنون توانایی صادرات انرژی‌های بادی را به کشورهای خارج از اتحادیه اروپا هم دارد. و به طور کلی انرژی‌های بادی ظرفیت تامین نیروی الکتریکی لازم برای ۱۵ سال آینده را دارد. در سال ۲۰۱۵ انرژی‌های بادی در حدود ۴۲ درصد از الکتریسیته مورد نیاز دانمارک ۲۰ درصد در اسپانیا ۱۳ درصد در آلمان و ۱۱ درصد در انگلستان را تامین کرد. همزمان با کشور پرتغال شهروندان انگلیسی هم هفته قبل هفته‌ای بدون استفاده از سوخت‌های فسیلی برای تولید الکتریسیته را تجربه کردند.

به نوشته روزنامه گاردین در شماره ۲۰ می، پرتغال از روز ۱۰ تا ۱۴ ماه می چراغ‌های کشور را به جای نفت و دیگر سوخت‌های فسیلی با منابع تجدیدپذیر روشن کرد. در واقع به مدت ۱۰۷ ساعت از ساعت ۶:۴۵ صبح روز یکشنبه تا ساعت ۵:۴۵ صبح روز چهارشنبه مردم از انرژی خورشیدی و باد و آب استفاده کردند. شروع کننده این حرکت کشور آلمان بود که در طی خبری چند روز قبل از این ماجرا اعلام کرده بود که تمام برق مصرفی خود را در طی یک روز کامل ۱۵ ماه می از طریق انرژی‌های پاک به دست خواهد آورد. جالب اینجاست هزینه انرژی‌های جدید طبق برآورد آلمانی‌ها در طول این روز منفی خواه بود یعنی انگار که مصرف کنندگان هیچ پولی بابت این انرژی‌ها نمی‌پردازند بلکه در واقع دولت به آن‌ها کمک بلاعوض برای مصرف هم می‌کند!

در واقع این دو اتفاق بخشی از پروژه اتحادیه اروپا برای کاهش مصرف سوخت‌های فسیلی هست. سال گذشته کشور دانمارک در این پروژه شرکت کرد و در حدود ۴۰ درصد از انرژی‌های خود را از طریق انرژی بادی به دست آورد. امسال کشور پرتغال جزو این برنامه است. دلیل‌اش هم پتانسیل بسیار بالای این کشور در منطقه‌ای

منبع: <http://www.theguardian.com/international>



آکادمی موسیقی رِ - می

آموزش تار، سه تار، دف و تنبک

کلاس برای اطلاعات بیشتر و ثبت نام با ما تماس بگیرید:



Tel: 514-996-1620
www.remiacademy.com
Address: 3333 Cavendish Blvd., Suite 285, Montreal (Quebec) H4B 2M5

مه‌ار آرتروز زانو



فنجان است. انواع توت و انگور به دلیل خواص ضد التهابی و آنتی‌اکسیدانی توصیه شده‌اند. هندوانه، آلبالو، گیلاس، انواع کلم و اسفناج نیز دارای خواص آنتی‌اکسیدانی هستند. مواد غذایی حاوی ویتامین C مانند مرکبات و انواع فلفل، علاوه بر حفظ استخوان، به حفظ غضروف کمک می‌کنند. زیتون و روغن زیتون حاوی ترکیبی به نام oleocanthal است که خواص ضد التهابی طبیعی دارند.

شکر و نمک جزء موادی است که توصیه می‌شود همه افراد، به ویژه بیماران مبتلا به آرتروز از آن اجتناب کنند.

منبع: <http://www.medicalnewstoday.com/articles/310399.php>

استئوآرتریت (آرتروز)، آرتریت روماتوئید، آرتریت عفونی، ورم مفاصل پسوریاتیک و نقرس، پنج گروه عمده آرتریت محسوب می‌شوند. آرتروز شایع‌ترین نوع آرتریت است. این التهاب دردناک سبب تورم و اختلال حرکت مفاصل می‌شود و معمولاً در ناحیه دست، زانو، لگن و ستون مهره‌ها بیشتر است.

سه عامل اضافه وزن، سن و آسیب دیدگی مفاصل، مهم‌ترین دلایل بروز آرتروز هستند.

مطالعات جدید نشان می‌دهد با چند راهکار ساده می‌توان عوارض آرتروز را کاهش داد. اولین قدم برای مدیریت آرتروز، کاهش وزن است. وزن طبیعی سبب می‌شود که مفاصل متحمل فشار کمتری شوند که این به معنی فشار، التهاب و درد کمتر است.

وقتی به سوپر مارکت می‌روید، برچسب مواد غذایی را با دقت ملاحظه کنید؛ ممکن است غذاهایی که ادعا می‌شود کم چرب هستند، نمک یا شکر بیشتر از حد مجاز داشته باشند. مواد غذایی حاوی فیبر یک گزینه مناسب برای افراد مبتلا به آرتروز است و علاوه بر کاهش علائم آرتروز، به کاهش کلسترول کمک می‌کنند و در کاهش احتمال ابتلا به دیابت نقش دارند.

پیاده‌روی به عنوان یک فعالیت هوازی مفید، نقش بسزایی در کاهش درد آرتروز دارد. پیاده روی علاوه بر اینکه هیچ فشاری روی مفاصل وارد نمی‌کند، سبب کاهش فشار خون، تقویت قلب و کاهش خطر شکستگی استخوان‌ها و لگن می‌شود. یکی دیگر از فواید پیاده روی، تقویت عضلات است که از آسیب‌های ناشی از آرتروز جلوگیری می‌کند.

همانطور که گفته شد آرتروز ناشی از التهاب است. قرمزی، تورم، درد و احساس گرما در نقطه ای خاص از بدن، نشانه وجود التهاب در آن منطقه است. یکی از مهم‌ترین مواد غذایی کاهش دهنده التهاب، اسیدهای چرب امگا ۳ هستند که سبب کاهش میزان دو پروتئین به نام‌های CRP و interleukin-6 می‌شوند. این دو پروتئین نقش مهمی در افزایش التهاب بدن دارند.

میوه‌ها و سبزیجات حاوی آنتی‌اکسیدان از دیگر مواد ضد التهابی هستند که برای افراد مبتلا به آرتروز توصیه می‌شود. روزی ۲ تا سه واحد سبزی و میوه‌های حاوی آنتی‌اکسیدان توصیه شده است. هر واحد شامل یک

خاطرات و تجربیات نیز ممکن است به ارث برده شوند

دانشمندان فهمیدند چگونه تجربیات زندگی ما می‌تواند به فرزندانمان یا فرزندان فرزندانمان منتقل شود و این انتقال وراثتی چگونه می‌تواند روشن یا خاموش شود

اپی ژنتیک عبارت است از مطالعه تغییرات به ارث رسیده در بیان ژن. تغییراتی که به ارث برده می‌شوند ولی نه مستقیماً در DNA. برای مثال تجربیات زندگی که مستقیماً در DNA انسان کدبندی نشده است ولی می‌تواند به فرزندانمان منتقل شود. دانشمندان نشان دادند که باقی ماندگان سوانح خطرناک ممکن است اثراتی در نسل‌های بعد داشته باشند. در اینجا سوال این است که تجربیات زندگی چگونه به نسل بعد منتقل می‌شوند. سوالی که دانشمندان دانشگاه تل‌آویو به آن پاسخ داده‌اند. بر طبق نتایج پاسخ‌های اپی ژنتیک یک فرایند فعال را طی می‌کنند که طبق آن به نسل بعد منتقل می‌شوند.

قبلاً نشان داده شده بود که کرم‌ها بعد از بقا در گرسنگی و آلودگی ویروسی، RNAهای کوچکی را به ارث می‌برند. این RNAها کمک می‌کنند که بچه‌های آنها در مقابله با این سختی‌ها مقاومت بیشتری داشته باشند.

همچنین مکانیسمی شناخته شده است که از طریق آن این RNAهای به ارث برده شده تکثیر می‌گردند در نتیجه پاسخ به ارث برده شده، کم نمی‌شود. آزمی به اسم RdRPs در این عمل مهم نقش دارد.

نتایج این مطالعات در ژورنال CELL منتشر شده است.

منبع:

<http://www.sciencealert.com/memories-can-be-inherited-and-scientists-might-have-just-figured-out-how>



صرافی آپادانا

با مدیریت حمیدرضا خلیفی

BUREAU DE CHANGE APADANA

1970 RUE STE-CATHERINE OUEST
MONTREAL, QC H3H 1M4
TÉL: 514-933-1719
CELL: 514-839-7318

انجام خدمات ارزی:
کلیه مبادلات ارزی به ایران و برعکس
با دستگاه کارتخوان ایران
کلیه مبادلات با سریعترین راه‌های موجود با اعتبار و اطمینان بخشی بالا

از امپراطوری نوید کیا تا گریه‌های سوارز

تورج عاطف



می‌بخت تیم یک پارچه بود. کاپیتان تیم اینیستا روی نیمکت بود و تعویض می‌شد ستاره بارسلونا و اسطوره آن و حتی اسپانیا بود.

اینیستا در سنتیاگو برنابو به رئال گل می‌زند اما توسط تماشاچیان رئال هم تشویق می‌شود. آیا اینیستا هم چون محرم رفتار کرد؟ تیم سپاهان بازیکنانی داشت که استیماچ از ترسش مجبور شد قید آن‌ها را در بازی برگشت در برابر استقلال بزند و با جوانان وارد بازی شود اما بارسلونا بازیکنی چون سوارز را دارد که با این که ۵ جام سال گذشته و تا قبل از جام پادشاهی یک لالیگا دیگر برده و آقای گل مسابقات است. وقتی در بازی فینال حذفی صدمه می‌بیند، گریه می‌کند. این تفکر سوارز افسانه‌ای است.

این همکاری بین منکث سوارز و مسی و نیمار از کجا نشأت می‌گیرد؟ آن پنالته مسی و سوارز از چه فکری است؟ فکر این که بارسلونا مهم‌ترین است. اما در سپاهان چه رخ می‌دهد؟ محرم نویدکیا به خودش اجازه می‌دهد به سر مربی بگوید که چه بکند؟ محرم نویدکیا با این فرهنگ دل‌بسته که تیمی دیگر او را بخواهد؟ کدام باشگاهی به غیر از فوتبال فارسی محرم نویدکیا را تحمل می‌کند؟ آیا او بزرگ‌تر از سمیر نصری در منچستر سیتی است که پلگرینی او را به بازی نگرفت؟ آیا آواز گوتزه بایرن مونیخ بزرگ‌تر است؟ آلوز اگر بی‌اخلاقی می‌کند باید روی نیمکت بنشیند نه این که جانشین انریکه شود اما امپراطوری نویدکیا که ناشی از فرهنگ فوتبال فارسی است به جنگ می‌رود که شاید پیروز شود جنگی که تفکر «من» به جای «ما» دارد فوتبال یک تیم دارد نه نفراتی تک به تک که کنار یکدیگر به توپ لگدی می‌زنند این را خیلی‌ها از جمله نویدکیا نمی‌دانند. فوتبال فارسی و جهانی فرق‌شان در نیوکمپ و نقش جهان فقط نیست. فوتبال جهان و فوتبال فارسی فرق‌شان در تفکری است که امثال اینیستا دارند و نویدکیاها هنوز معتقدند فکر بازنده‌شان خریدارانی دارد.

افتاد. سپاهان تیمی است که چون بارسلونا محدودیت در استفاده از بازیکنانش داشت. این تیم با سرمربی سابقش شروع کرد اما روزبه‌روز بدتر شد. در سوی دیگر بارسلونا با محرومیت فیفا روبه‌رو شد. تیمی که اجازه نداشت بازیکنی تا نیم فصل به جمع خود اضافه کند و هنگامی که در نیم فصل هم آلکس ویدال و آردا توران را اضافه کرد اتفاق بزرگی برای این تیم نیافتاد. بارسلونا نزدیک به دو ماه مسی را به علت مصدومیت نداشت و هنگامی که هم مسی به میدان بازگشت هیچ‌گاه مسی با ۵ توپ طلایی جهانی نشد. بارسلونا از کمبود نیروی انسانی رنج برد و همه فصلی فاجعه‌بار را برای بارسلونا خصوصا زمانی که مسی را از دست داد، متصور بود اما بارسلونا تفکر قهرمانی داشت. فکر تیمی بر فردی چیره شد. برای بارسلونا با هم قهرمان شدن مهم بود و چنین شد که این تیم حتی بدون مسی هم می‌توانست در برنابو ۴ گل به رئال بزند. بارسلونا افت کرد به رئال و اتلتیکو ... در روزهای پایان سال باخت اما انسجام تیمی حفظ شد. وقتی آلوز یا ویدال بد اخلاقی می‌کردند حتی اگر بارسلونا در نیوکمپ عقب می‌افتاد و

سال‌هاست که از قیاس‌های مع‌الفارق بین فوتبال فارسی و فوتبال جهانی نوشته‌ایم اما قصه ما تنها مربوط به تفاوت میان نوع و حجم امکانات و سرمایه‌گذاری و برنامه‌ریزی و مدیریت در این دو نوع فوتبال نیست بلکه ماجرا دره‌ی عظیم فرهنگی میان این دو فوتبال است.

کتاب معروف «هنر رزم» اثر ژنرال چینی را که حدود سه هزار سال پیش نوشته شده حتما می‌شناسید. می‌گویند حتی امروز نیز در بسیاری از موسسه‌های مدیریتی این کتاب تدریس می‌شود و بسیاری معتقدند که ناپلئون بناپارت در جنگ‌ها و فیلیپو اسکولاری در فوتبال از آن بهره‌های فراوان برده‌اند. او می‌نویسد «نخست باید تفکر پیروزی برای ارتشی باشد سپس آن ارتش باید وارد جنگ شود و نه این که در جنگی حاضر شده و تازه در میدان جنگ به دنبال پیروزی برگردد»

«حال باید دید این تفکر برای پیروزی چیست؟ برای یافتن این تفکر پیروزی در مقوله فوتبال ما و فوتبال مدرن مثالی می‌زنیم حکایت بارسلونا قهرمان لالیگا و سپاهان را می‌گوییم.

امسال در لالیگا شاهد بودیم که بارسلونا باز قهرمان شد. در حالی که سپاهان قهرمان لیگ ما یازدهم می‌شود و این در حالی است که بارسلونا قهرمان جام حذفی کشورش نیز شده است و در فینال سوپر جام اسپانیا شرکت خواهد کرد و تنها در نیمه‌نهایی رقابت‌های چمپیونز لیگ حذف می‌شود اما سپاهان در جام حذفی حذف و در آسیا ضعیف‌ترین نمایش بین تیم‌های ایرانی را دارد. آیا تفاوت قدرت بازی‌های این دو تیم در این است که «نقش جهان» سال‌ها است خاک می‌خورد و نیوکمپ از مدرن‌ترین ورزشگاه‌های دنیا است؟

آیا تفاوت در نبود مسی و سوارز و نیمار و اینیستا و ... در سپاهان است؟ یا این که نبود افکاری چون محرم نویدکیا در بارسلونا است؟!

صحبت‌های نویدکیا را در برنامه ۹۰ شنیدیم. کاپیتانی که معلوم نیست مدیر عامل است یا سرمربی و یا این که مالک باشگاه است؟ سپاهان با افکار نویدکیا به سقوط





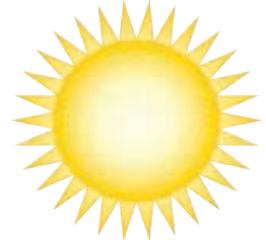
پیک نیک بزرگ تابستانی مدرسه دهخدا

یکشنبه ۱۲ جون ۲۰۱۶, ساعت ۱۱-۱۸

Grand Pique Nique Dehkhoda

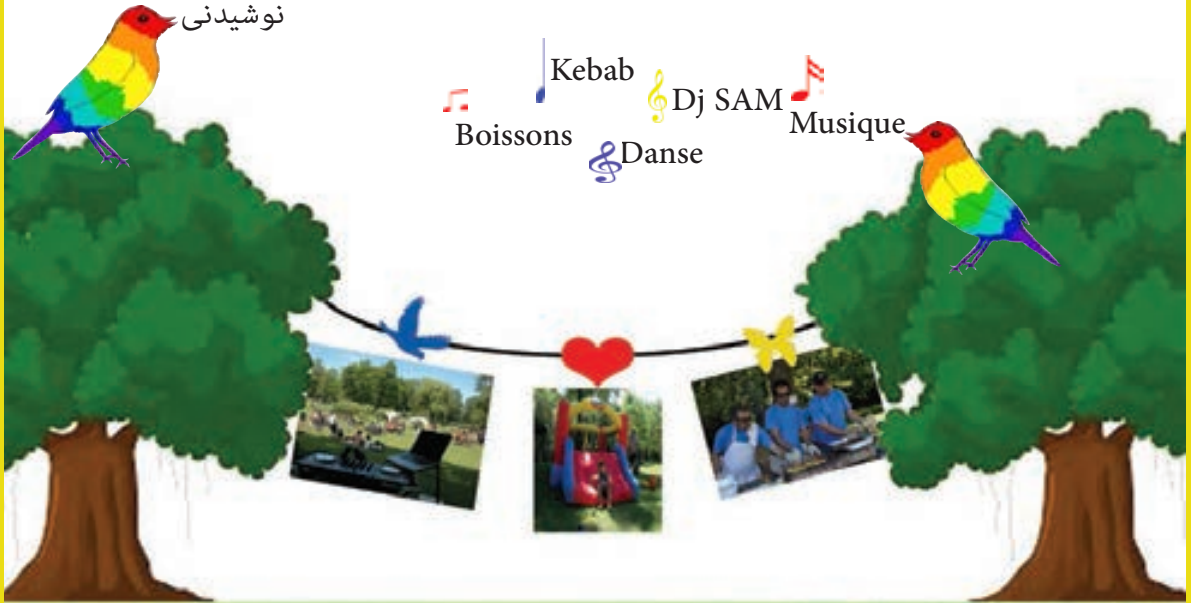
Dimanche 12 Juin 2016

De 11h à 18h



رقص شادی پذیرایی دی - جی
انواع غذا و نوشیدنی

Kebab Dj SAM Musique
Boissons Danse



درآمد حاصل از جشن صرف ترویج و نگهداری فرهنگ و هنر ایران و ارتقا کیفیت آموزش زبان فارسی در مدرسه می شود.

در منطقه ایرانیان مونترال ان-دی-جی

بنی پارک

Côte-des -Neiges, Notre- Dame-De-Grâce, (Benny Park)

H4B 1H2

Tel: 514.887.3535

www.dehkhodaschool.com



فروشگاه
سن لوران



Bino Super
Marché





نوشته «علی» ادمین گروه فیسبوکی «همه چیز در مورد مونترال»

برای طبیعت‌گردی، کجا برویم که خدا را خوش بیاید؟!



نیکش بر می‌آید، به کارگاه‌های سنتی شراب سبب ختم شده که آن هم شعبه دیگری از راه‌های رسیدن به بهشت موعود است! در این مسیر هم می‌توان از انواع مختلف درختان سبب با رنگ‌ها و طعم‌های مختلف بازدید نمود. یکی از کارهای جالبی که می‌توان در این مکان‌ها انجام داد، انگور چینی یا سبب‌چینی است که علاوه بر کمک به کشاورزان و مشارکت در این عمل خیر، می‌توان مقداری از این محصول را به رایگان و یا با پرداخت مبلغ ناچیزی دریافت کرد.

همانطور که می‌دانید، کارگاه‌های کوچک آبجوسازی در کبک نیز بسیار مشهوراند و علاقه‌مندان زیادی دارد. می‌توان با حضور در یک Micro-brasseri، از محصولات آنها چشید و لذت برد. یکی از کارهای جالبی که در این مکان‌ها انجام میشود، Dégustation است که می‌توان تعداد مشخصی از محصولات را امتحان و در صورت تمایل سفارش داد.

در ضمن می‌توان تمشک چینی، توت فرنگی چینی و مواردی از این قبیل را نیز به این فعالیت‌ها اضافه کرد. خصوصیت دیگر بازدید از روستاهای کبک و سایر نقاط کانادا در این است که می‌توان از برخی مزارع بازدید کرد که به پرورش برخی حیوانات خاص می‌پردازند که در کانادا بومی نیستند و پس از اخذ مجوزهای قانونی از کشورهای دیگر، وارد و تکثیر شده‌اند. موارد زیادی از پرورش شتر مرغ، لاما، آلیاگا، برخی گوسفندهای وارداتی و چند گونه دیگر جانوری که می‌توان از آنها بازدید کرد.

امیدوارم که با گرم شدن هوا و پس از خواندن این مقاله، بتوانید چند فعالیت جالب را پیدا کرده و بهترین استفاده را از این هوا ببرید.



می‌توان از انواع مختلف انگور و رنگ‌ها و طعم‌های مختلف آن (حتی از انگور معروف شیراز که زادگاه اصلی آن دره مقدس «خلار» در شمال شهر شیراز خودمان میباشد)، بازدید و سپس مراحل شراب‌سازی و تخمیر را در کارگاه‌هایی که در کنار تاکستان‌ها قرار گرفته‌اند مشاهده کرد. در کبک مسیری وجود دارد بنام Route des vins که چندصد کیلومتر طول آن است و تاکستان‌ها و کارگاه‌های شراب‌سازی بسیاری در آن واقع شده. در این مکان‌ها معمولاً چند راهنما نیز وجود دارد که تمام مراحل کاشت و داشت و برداشت این نوشیدنی «آسمانی» را برای «می‌دوستان» و «می‌پرستان» توضیح و به شکلیات علاقه‌مندان پاسخ می‌دهند. با جست‌وجوی همین عبارت Route des vins در اینترنت می‌توان به قسمت‌های مختلف این مسیر بهشتی دست یافت.

و به همین منوال جاده ملکوتی دیگری در کبک وجود داریم بنام Route des cidres که همان‌طور که از نام

یکی از ویژگی‌های جالب زندگی در کانادا، طبیعت زیبای آن است و به همین دلیل بسیاری از کانادایی‌ها به طبیعت‌گردی علاقه‌مند هستند. برای طبیعت‌گردی در اینجا لازم نیست چندصد کیلومتر از شهر دور شویم، بلکه به محض خروج از مونترال و سایر بلاد کبیره و صغیره، به ده‌ها پارک طبیعی، جنگل، رودخانه و دریاچه‌های متعدد دسترسی پیدا می‌کنیم. هر کجای این سرزمین پهناور که باشیم می‌توانیم با جست‌وجو در اینترنت، و یک برنامه‌ریزی خوب، از بسیاری از جاذبه‌های طبیعی کانادا بهره‌مند گردیم.

بسیاری از مسیرهای طبیعت‌گردی تحت عنوان Sentier در اینترنت موجود است. خوبی این مسیرها آن است که اغلب دارای علامت‌گذاری است و احتمال گم‌شدن در آنها بسیار کم است. خیلی از این مسیرها دارای وبسایت‌های مستقلی هستند که جزئیات مربوطه را به اطلاع طبیعت‌گردان میرسانند. البته انواعی از سیستم‌های GPS نیز وجود دارند که مختص این فعالیت‌هاست و چنانچه قدم در جنگل‌های بکر بگذارید، به کمک‌تان خواهد آمد.

دفتر اطلاع‌رسانی و خدمات جهانگردی Office de tourisme نیز در گوشه گوشه مناطق کبک در دسترس علاقه‌مندان است که انواع و اقسام نقشه و بروشور را بطور «صلواتی» در اختیار علاقه‌مندان قرار میدهند. پرسنل این دفاتر اکثراً بسیار متبحر و مطلع‌اند و به سوالات شما با زبانی خوش پاسخ می‌دهند! چنانچه به قایق‌رانی، موج سواری و سایر ورزش‌های آبی علاقه‌مند هستید، مکان‌های بسیار زیادی برای این فعالیت‌ها در دسترس شما قرار دارد.

یکی دیگر از جاذبه‌های توریستی و خاص کبک، روستاهای اطراف مونترال (یا دیگر مناطق کبک) است که تولیدات خود را بصورت مستقیم به بازدیدکنندگان عرضه می‌کنند. ویژگی این مکان‌ها آن است که در اکثر مواقع می‌توان از تمام مراحل تولید محصولات روستایی بازدید و عکس تهیه کرده و حتی با بُز «سلفی» گرفت! (دیدم که می‌گم!) پس از بازدید هم می‌توان از محصولات آنان خرید و مصرف کرد. در این جاها می‌توان به محصولات جالب و متنوعی برخورد. به عنوان مثال: مراکز تولید پنیر از شیر چهارپایان مختلف، کارگاه‌های صابون‌سازی، نانوائی‌های سنتی، انواع میوه و سبزیجات، شیره درخت افرا، انواع سوسیس کالباس و محصولات پروتئینی دودی شده، مرباها و بسیاری موارد دیگر.

یکی دیگر از موارد بسیار جالب که حتماً به یک بازدید می‌آرزد، تاکستان‌های کبک و انتاریو است و کارگاه‌های تولید شراب (Vignoble or Winery). در این مکان‌ها



فروشگاه مواد غذایی میزان (المیزان سابق)

در محل جدید در خدمت شما عزیزان

محصولات ایرانی

زرشک و زعفران،
رشته آشی، کشک، غوره، دوغ،
انواع سبزی خشک مخصوص غذاهای ایرانی،
و دیگر مایحتاج شما در قلب داون تاون در یک قدمی شما!
نان بربری و سنگک و گوشت و مرغ حلال موجود است.

هر روز تازه، هر روز در خدمت شما!

1490 Boulevard de Maisonneuve O,
Montréal, QC H3H 1J6

514-938-4142



پیوندهای کبک با آسیا در جشنواره «دریچهای به آسیا»

پریسا رجیبیان

در برنامه امسال دریچهای به آسیا Accès Asie بخشی ارائه شد که در قالبهای هنری رقص و موسیقی به پیوندهای کبک با آسیا می پردازد. در این بخش از برنامه امسال هنرمندان کبکی از جمله از تبارهای افغان، ایرانی، هندی و بنگلادشی شرکت و هنرنمایی کردند.



آموزش گیتار پاپ، کلاسیک، فلامنکو

◀ آموزش تخصصی آواز پاپ همراه سلفژ و تئوری موسیقی
 ◀ آموزش سازدهنی کروماتیک

ارسام انوری با ۱۵ سال سابقه تدریس

(514) 677 7818

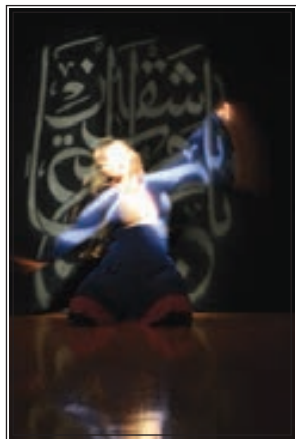
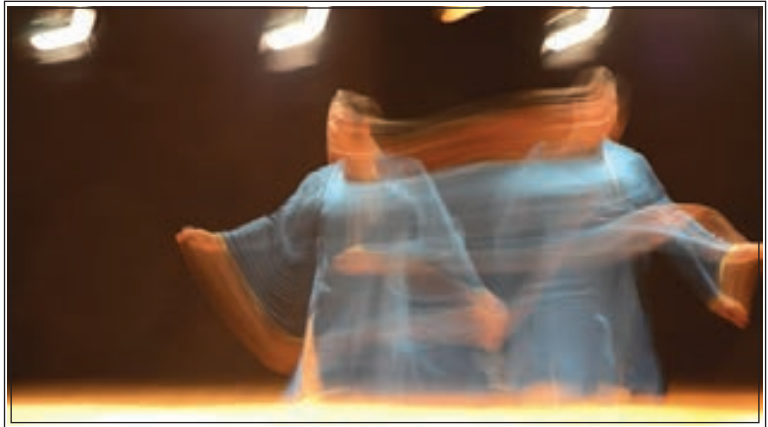


با بیش از ۶۵ سال سابقه کمک به مهاجرین

Centre Social D'Aide Aux Immigrants
 514-932-2953 | www.centrecsai.org
 6201 rue Laurendeau, Montreal, QC H4E 3X8

- کلاس های فرانسه (رایگان)
- کلاس های رزومه نویسی (رایگان)
- کارگاه های آماده سازی مصاحبه کاری
- مشاوره اجتماعی، اداری، آموزشی و شغلی
- تنظیم دعوت نامه رسمی (با هزینه ناچیز)
- تایید و برابر با اصل کردن مدارک
- آموزش کامپیوتر و استفاده از اینترنت

از دوشنبه تا جمعه : ۸:۳۰ تا ۱۶:۳۰



PHOTOGRAPHY PROFESSIONAL

عکس پاسپورتی
کارتای و PR کارت
اندازه سر حتما پاسپورتی
رمانت شود
50x70

عکس سیتی زنی
اندازه عکس و جزئیات
دیگر پاسپورت دقیق باشد
35x45

عکس های ما تضمینی و
متناسب با درخواست های
ادارات مربوطه می باشد

since 1990
عکاسی دزد
عکس های پاسپورته، سیتی زنی
مدیکال کارت و کارت PR
عکس های خانوادگی و فارغ التحصیلی

514-488-7121
5301 Queen Mary, H3X 1T9
(ننس دکاری)

METRO Snowdon

خاطره تحویل داری یکتا
مترجم رسمی کبک، آلبرتا و ایران
Commissioner for Oaths
در محدوده کبک و خارج از کبک

کلیه خدمات ترجمه، تنظیم دعوت نامه، تکمیل فرمها
گواهی امضاء برابر اصل و خدمات مرتبط در اسرع وقت
حتی در روزهای تعطیل

(438) 390-0694 (514) 675-0694
khaterehyekta@yahoo.com

کلینیک استتیک مدیکال پیشرفته
B&L Inc.
Canadian Association of Medical Aesthetics &
American Academy of Aesthetic Medicine Certified Doctors

آغاز تخفیف ویژه نوروز
بوتاکس، فیلر، Peeling، مزو تراپی، پوست، مو، سلولیت
بیماریهای مو و ناخن، لیزر، موهای زائد، جوانسازی پوست
درمان آکنه، بیگماتاسیون و تاتو، میکرو درم
با وقت قبلی

514-949-2116
514-639-1097
1002 Sherbrooke W
Montreal Qc. H3A 3L6(Metro:Peel)
Tour Scotia R6 (next to Imageri Mdex)

تدریس خصوصی و نیمه خصوصی زبان انگلیسی
مدرس و کارشناس ارشد آموزش زبان انگلیسی، با ۱۸ سال سابقه

انگلیسی عمومی از سطوح پایه تا پیشرفته (مکالمه، درک مطلب، گرامر و نوشتار)
آموزش و آماده سازی برای آزمون های CELPIP و IELTS
Market Leader انگلیسی با روش کتبهای
و آماده سازی برای مصاحبه های شغلی
ترجمه دقیق مقالات علمی و فنی، وبسایت، کانالوگ - از فارسی به انگلیسی و بالعکس
ترجمه شفاهی همزمان همایش ها و سمینارهای عمومی و تخصصی

رخسیم میلانی کارشناس ارشد زبان انگلیسی
438-882-5169 | milanguages@outlook.com

ارائه کننده کلیه خدمات عکاسی و فیلمبرداری

STUDIO PHOTOBOOK
(514) 984-8944
AVEC RENDEZ-VOUS SEULEMENT

7352 RUE ST-HUBERT, MONTREAL, H2R 2N3

آموزش موسیقی ایرانی
سه تار | تنبور | دف

پورناظری
514-566-9013

آموزش تخصصی سه تار و آواز ایرانی

در کلیه سطوح:
ابتدایی
مقدماتی
پیشرفته

تلفن تماس
438 989 7073
438 992 4815

واقع در ان دی جی
آرایشگاه مردانه
اصلاح موی آقایان با قیمت استثنایی: ۱۰ دلار

Reza (514) 452 4393

اسپشیل: فقط در روزهای سه شنبه ۵ دلار

5256 Sherbrooke West, NDG, Montreal, QC H4A 1T9

انجام امور ساختمانی
BEN Renovation

• کاشیکاری، سنگ کاری • نصب درب و پنجره • نقاشی
• بازسازی حمام و آشپزخانه • نصب کابینش و پارکت
• کابینت و تجهیزات آشپزخانه • ترمیم و تعویض دیوارهای داخلی

benrenovation4295@gmail.com
توسعه در مونتreal: facebook: (514) 441 4295 بهنام رفیعی

صرافی الیت فارسی
(غیر)

انتقال سریع ارز از طریق خودپردازهای ایران

514 989 2229 | 514 289 9003
1449 St.Catherine W. Guy, Montreal QC. H3G 1S6 Guy

EXPERTFX **صرافی**

با استفاده از کارت های شتاب ارائه خدمات ارزی، سریع و مطمئن

Bureau de Change
Currency Exchange

info@expertfx.ca www.expertfx.ca (514) 844 - 4492
1405 Boul DE Maisonneuve O, Montréal QC, H3G 1M6

رضا نجف زاده
مدرس، نوازنده سنتور و آهنگساز

فارغ التحصیل موسیقی از ایران
دانشجوی موسیقی در دانشگاه مونتreal

438 936 8728
roza_home2001@yahoo.com

سالن آرایش و زیبایی ایدو

• جدیدترین مدلها ی کوب • فر و صاف دائم
• رنگ و عس • گولازن سازی پوست
• بند و ابرو و تاتو • تاتوی بدن توسط پوریا
• سرویس کامل عروس

514-291-0175 514-481-6765
www.facebook.com/evesalonmtl

Échange Uniglobe
Azimi

صرافی عظیمی

Bureau de Change
1385-A Ste-Catherine O
Montréal, Qc. H3G 1R1
Tél.: 514 845 5849
uniglobe.forex@hotmail.com
www.exchange-uniglobe.com

آموزش ویلون و پیانو

بابک نامور

514-506-0271
babakn23@gmail.com

Internet + Phone
+ IPTV Service

اینترنت

• با سرعت بالا، قیمت مناسب و کیفیت عالی
• فلتن ثابت منزل با تماس نامحدود به ایران
• امکان دسترسی به کانالهای تلویزیونی ایرانی و غیر ایرانی

شماره تماس یا ماهی ن قاسمی
بعد از ۵ بهمدار نظر: 514 561 2071

شماره تماس یا حسین منصور ی
از صبح تا ۲ بعدازظهر: 514 469 1610

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

Group Vinco Exchange

صرافی پنج ستاره

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

2178 Ste-Catherine West | 514 585 2345 | 514 846 0221

آژانس مسافرتی تی.ای.ام
T.A.M Travel

مهری صدوقی
مشاور مجرب شما با ۱۶ سال سابقه
پرواز به ایران و تمام نقاط دنیا با بهترین نرخ

Mary Sadoughi

T: 514-940-1642 / 940-1643
C: 514-834-2166 / F: 514-868-1115
maryagency@gmail.com

1118 Ste Catherine W Suite 503 Montreal, QC H3B 1H5

هر روز هر روز

مونترال <> تورنتو <> مونترال

مسافر، بار و بسته با نرخ های باور نکردنی

Montreal: 514-887-0432
Toronto: 647-822-2529

SHARIF EXCHANGE
ارز شریف

Tel: (514)561-6408 www.sharifexchange.ca
Tel: (514)223-6408 261 Côte-Vertu Ville Saint-Laurent, QC

جدول سودوکو

توضیح: خانه‌های جدول زیر 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.

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

▲ آسان

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

▲ متوسط

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

▲ سخت

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

▲ خیلی سخت



آشپزی هفته:

سرگرمی و خانواده

دلمه برگ مو
با سویا

مواد لازم برای ۴ نفر

۱ استکان	۶. زعفران دم شده	۲ پیمانه	۱. برنج
به میزان لازم	۷. نمک، فلفل، زردچوبه	۱ پیمانه	۲. لپه
۱ قاشق غذاخوری	۸. سرکه	۱ پیمانه	۳. سویای دانه ریز
۳ قاشق غذاخوری	۹. شیره انگور	۵۰۰ گرم ساطوری	۴. سبزی دلمه
		۲ عدد	۵. پیاز متوسط

طرز تهیه:

لپه و برنج را جداگانه بپزید. پیاز را نگینی خرد کرده، فلفل و زردچوبه را همراه با پیاز طلایی شده تفت دهید. سویای خیسانده و آبکش شده را به پیاز افزوده خوب مخلوط کنید و تفت دهید. سویای تفت داده شده را به همراه سبزی ساطوری به برنج و لپه اضافه کنید. نمک را هم اضافه کنید به تمام مواد مخلوط شده زعفران بپاشید و در صورت تمایل به شیرین بودن دلمه نصف شیره را به مخلوط بیافزایید. برگ‌ها را کاملاً بشویید. با حوصله و دقت مواد را درون برگ گذاشته و چهارگوش ببندید. کف قابلمه را کمی آب و روغن ریخته چند برگ روی آن پخش کنید و دلمه‌های پیچیده شده را روی برگ‌ها بچینید. شعله را متوسط و یک فنجان آب و روغن از کناره‌ی دیوار قابلمه به مواد اضافه کنید. روی دلمه را با یک بشقاب سنگین ببوشانید تا باز نشوند. ۱ ساعت بعد زعفران دم کرده با روغن و مخلوط شیره و سرکه را روی دلمه‌ها ریخته، شعله را کم کنید و درب قابلمه را بگذارید تا دلمه‌ها دم بکشند. (آشپز هفته)

نکته سلامت هفته

«هیچ دانی که در مغز خیار چه نهاده است طبیعت اسرار؟
هم به بیماری قند است دوا
هم دهد بر تب تیفوس شفا»

حکایت هفته

معرفی کتاب‌های انتشارات حقیقت

۱) «چاکرا» تیم، مخلصاتیم!

آیا می‌دانید که چاکرا چیست؟ نمی‌دانید؟ پس چطور می‌دانید؟
کتاب «چاکرا» تیم، مخلصاتیم! نوشته‌ی استاد «رامی سینگ چاکچاک» شما را به طور کامل توجیه خواهد کرد. با خواندن این کتاب با انرژی‌های درونی خویش آشنا می‌شوید و در مقابل «طرف» کم نمی‌آورید! آیا می‌دانید سالانه میلیون‌ها نفر فقط به خاطر آدرس نداشتن یا درست نرفتن، می‌زنند چاکراهای‌شان را درب و داغان می‌کنند؟ اگر با انرژی‌های درونی خویش آشنا نباشید و چاکرای‌تان بسته باشد چه؟

درخواست کنندگان عزیز کتاب توجه داشته باشند که به همراه این کتاب، ده جلسه آمادگی آرامش درونی با حضور استاد «گلچین عرفانی»، از شاگردان مستقیم استاد «چاک چاک» برگزار می‌شود که با حضور در این کلاس، کلاس‌تان کامل شده و همه‌ی انرژی‌های داخلی و کودک‌های درون و کلی چیز دیگر خود را کشف خواهید کرد. اول کتاب را بخريد و بعد به ما بپیوندید. قیمت سراسر کشور با یک نقشه‌ی چاکرای اضافی: سی هزار تومان.

اگر چه سال‌ها من خاک پاتم

دو ساله معتکف پیش پاتم

په‌می‌گی برو چاکرات بسته است

بیا خوب باز کن خود چاکراتم!

۲) تو موشی، من گربه!

کتاب «تو موشی، من گربه» نوشته‌ی استاد «سین چون چین» هم اکنون که این متن نوشته می‌شود در یک میلیون نسخه در کره‌ی زمین، منظومه‌ی شمسی و کهکشان راه شیری به فروش رفته است و احتمالاً شما تنها کسی هستید که از این فیض عظیم دور مانده‌اید. آیا از قدرت‌های متافیزیکی سال‌های مختلف مطلعید؟ نیستید؟ ای بابا! حال اگر خدای نکرده این آگهی را دیر می‌خواندید و می‌رفتید با یک موش ازدواج می‌کردید یا با یک سوسک دوست می‌شدید چه؟!

همه‌ی ما آدم‌ها در واقع در سال‌های حیوان به دنیا آمده‌ایم و این خیلی مهم است، چرا؟ چون استاد می‌گوید. استاد «سین چون چین» در این کتاب به رابطه‌ی حیوانات و آدم‌ها و تاریخ و اوضاع ستارگان و کلی چیزهای دیگر پرداخته است که عمراً در کتاب دیگری دیده نشود.

توجه: برای آسان‌تر شدن حفظ کلمات قلمبه، سلمبه کتاب، این کلمات به صورت شعرهای صوفیانه، طرح جدول مندلیف و آواز در دستگاه‌های مختلف ارائه شده است!

ندیدم گربه‌ای با این چموشی

چنین ناز و ادا و قر فروشی

به من گوید طلاقم را بگیرم

ز تو میمون‌نمای، اصل موشی!!

(منبع: باقی قضا. مجموعه طنز. عبدالله مقدمی تهران مرورید ۱۳۹۰)



لطیفه‌های هفته

● ازدواج برای دخترا چیز خاصی نیست. فقط یه دوره گذار هست از چی ببوشم به چی ببزم!

● یک سری از آدمها گاوشان می‌زاید. یک سری هم خرشان از روی پل رد می‌شود، حالا تکلیف من که خرم روی پل زاییده چیست؟

● می‌گویند از حالا به بعد که توافق شده اول فیلم‌های آمریکایی می‌نویسد: پشمک حاج عبدالله شما را به دیدن این فیلم دعوت می‌کند!

● داریم به ماه رمضان نزدیک می‌شویم. بیماری‌ها دارد اوج می‌گیرد. مخصوصاً بیماری معده! مراقب خودتان باشید!

● ما به یکی گفتیم خدا به زمین گرم بزندت! نام برده الان روی شن‌های داغ سواحل پاتاپا دارد آفتاب می‌گیرد، نمی‌دانم سوءتفاهم شده یا من اینقدر نیتم پاکه.....

● طبق آمار و تحقیقات: کمربند ایمنی پراید فقط زمانی خوب کار می‌کند که بخوای از تو داشبورده چیزی برداری!!!

● نمی‌فهمم واقعا سبزمینی سرخ کرده به این با کمالاتی چرا باید چاق کننده باشد آخر؟ اصلاً در شأن همچین غذای باشخصیتی نیست....



آژانس مسافرتی فورم تریفل

مناسبترین نرخ تکت به افغانستان و تمام نقاط جهان

با ما به حج عمره بروید

خدمات اخذ ویزا و سفرهای گروهی به مکه و مدینه مکرمه



سید تمیم هاشمی

1006 Jean-Talon West
Montreal, QC H3N 1T1
Fax : 514-278-1551
forumtravels@bellnet.ca

Sayed Tamim Hashimi
Tel : 514-272-9999
1-866-367-8688
Cell: 514-994-8862



SOROOR SADR **سرور صدر**
 خدمات حسابداری و دفترداری

◀ 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

کابینت ایجی

نمایشگاه نما، خانه شماست

متخصص در طراحی و ساخت انواع کابینت و کارهای چوبی
 دارای مدرک تخصصی کابینت سازی از ایران و کانادا

(514) 909 6081

Prime Driving School
 آموزشگاه رانندگی پرایم

● به زبان‌های فارسی، دری، انگلیسی و فرانسه
 ● تمرین‌های رانندگی در منطقه‌ی امتحانات SAAQ
 ● امکان اجاره اتومبیلی که با آن تمرین می‌کنید
 برای امتحان رانندگی

● همایون Laval, Langellier, Dorval and Longueuil 514 448 9995
 ● یزدان Henri-Bourassa 514 825 5195

شهره شاکری
 کلونش اینترنشنال و انبیا فرانسه / دانشگاه تهران

◀ تدریس زبان فرانسه / کلیه سطوح
 ▶ آمادگی برای آزمون‌های THI, TEFAQ, OQLF
 ▶ مکالمه زبان فرانسه از طریق اسکایپ
 ▶ آمادگی برای مصاحبه‌های کاری و تهیه رزومه
 ▶ ترجمه همزمان و ترجمه کلیه متون و مدارک

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

نکته هفته

هنر گوش دادن را فرا گیرید، فرصت‌ها گاهی به آهستگی در می‌زنند.

نقل قول هفته

اسحاق نیوتن: بخواهی چه نخواهی وقت تو خواهد گذشت پس سعی کن این گذشتن وقت مفید و موثر باشد.

ضرب‌المثل هفته

ضرب‌المثل‌های ایرانی در قالب اشعار طنز و شیرین:

هر چیز سالم که داره یک یدک
 خیلی بعیده که بخواد اون کمک
 اما خراب شد آگه روزی یدک
 وای به وقتی که بگندد نمک

شعر طنز هفته

گاو نه من شیر ده
 تو شنیدی که گاو نه من شیر
 شیر را چیه می‌کند آخر
 گر که منت نهند در کاری
 اجر خود را هدر دهند هدر
 همچو گاوی که داد نه من شیر
 شیر را چیه کرد آخر سر
 هدیه آورده بود یک شخصی
 از برایم به روزگار صغر
 هر زمان می‌رسید او می‌گفت
 کادویم بود از همه بهتر
 چند باری بگفتمش ممنون
 بُرد سر حوصله‌ی مرا آخر
 آخرش خشمگین شدم روزی
 گفتم ای مرد شوم زشت سیر
 چون ز خوی تو من خوشم ناید
 این هدیه بگیر و با خود بر
 گر که گل هم برای من بخری
 پیش روی تو می‌کنم پَر پَر.

(منبع: پیوند شامل مطالب فکاهی و جدیدترین طنزهای روز. تالیف هاشم دانشور حسینی. مشهد. ترانه ۱۳۸۵)

ب	ن	ی	ه	ا	ش	م	س	ی	ا	ه	پ	و	ش
چ	و	ش	ن	و	ا	م	ق	ر	و	ا	ن	ی	ی
ا	خ	ت	ک	ا	ف	ر	ب	غ	ا	ز	ر	ر	
ن	ا	چ	ا	ل	ی	ز	ب	ا	ن	و	د		
ا	س	ب	ا	ن	ی	ا	ر	ج	و	ع	ز	ا	
م	ت	ش	ا	ب	ه	م	ا	ب	ن	ل	س	و	ن
د	ه	ف	ر	ت	ا	د	ب	ی	ه	و			
ن	ک	ت	ا	ی	و	ن	ر	ی	ا	ح	ی	م	
ق	و	ا	و	ر	ن	ی	ا	ی	ا	س	ا		
م	ن	ه	د	م	ن	د	ا	ر	ت	ز	ی	ن	
ه	ا	ه	چ	و	م	ا	ب	و	م	و	س	ی	
ر	س	ا	م	ا	ت	م	س	ر	ا	ی	م	ه	
ک	د	ی	و	ن	ی	ک	ا	ن	ف	و	ت		
ا	ج	م	ا	ع	ر	و	ا	ه	ب	ی	ن	ی	
ن	ی	ک	ن	ه	ا	د	ر	ه	ب	ا	ن	ی	ت

کلید جدول شماره ۳۹۲

وقتی نخ‌ها و سوزن‌ها قهر کردند



رایان نمی‌دانست چقدر نخ‌ها و سوزن‌ها مهم‌اند تا اینکه نخ‌ها و سوزن‌های جمعیه‌ی خیاطی مادر بزرگش باهم قهر کردند. یک غروب پنج‌شنبه بود. رایان و پسرخاله‌اش همراه بابابزرگ از زمین فوتبال برمی‌گشتند. شلووار سرمه‌ای رایان که خیلی هم دوستش داشت به در ماشین گیر کرد و پاره شد. رایان خیلی ناراحت شد ولی بابابزرگ گفت: «غصه نخور پسر، توی خانه یک جمعیه خیاطی داریم با یک عالمه نخ و سوزن.»

زینب مسلم زاده
طرح: هاله هفت لنگ



وقتی بابابزرگ در خانه را باز کرد بوی کتلت‌های خوشمزه‌ای که مامان بزرگ پخته بود دهان رایان و امیرعلی را آب انداخت. هردو سلام کردند. مامان بزرگ با خنده گفت: «بچه‌ها برانون کتلت و سبزی خوردن تازه گذاشتم. رایان، مادر، چرا سرحال نیستی؟» رایان شلووارش را به مامان بزرگ نشان داد و سرش را تکان داد. مادر بزرگ گفت: «این که غصه نداره مادر. بدو برو جمعیه نخ و سوزن رو از اتاق من بیار.» بابابزرگ دو لیوان چای دارچین خوشبو برای خودش و مادر بزرگ آورد و همگی دور میز نشستند. مامان بزرگ جمعیه را باز کرد و قرقره‌ها را جابه‌جا کرد تا نخ سرمه‌ای را پیدا کند. بابابزرگ پرسید: «بچه‌ها می‌دونین چقدر کار گروهی نخ‌ها و سوزن‌ها مهمه؟»

سوزن‌های توی بالشتک قلبی کسی به خودشان تکان تکان دادند. یکی‌شان تک سرفه‌ای کرد و گفت: «ما میل‌های مخمل زیبا و گرون قیمت می‌دوزیم. ترمه‌های نفیس و زیبا. صندلی‌های چرمی ماشینای مدل بالا...» نخ قهوه‌ای گفت: «البته بچه‌ها باید بدونید که اگه ما نخ‌ها نباشیم سوزن‌ها فقط پارچه‌ها رو سوراخ سوراخ می‌کنن.»

سوزن چشمش را تنگ کرد و گفت: «بگو بدونم اگه ما سوزن‌ها نباشیم شما چطور وارد تاروپود پارچه‌ها می‌شید؟ چطور پارچه‌ها رو به هم وصل می‌کنین؟»
 نخ بنفش گفت: «خیلی راحت.»
 سوزن لحاف دوزی گفت: «شون بده ببینیم.»

بحث بین نخ‌ها و سوزن‌ها بالا گرفت. یکی این‌ها می‌گفتند و یکی آن‌ها. مامان بزرگ داشت سوزن را با نخ سرمه‌ای نخ می‌کرد که سوزن روش را برگرداند و گفت: «من یا این نخ از خود راضی کار نمی‌کنم.»

نخ گفت: «بهتر، من هم اصلا با این سوزن حسود کاری ندارم.»
 هرچقدر مامان بزرگ و بابابزرگ سعی کردند نخ‌ها و سوزن‌ها را آرام کنند، آنها بیش‌تر و بلندتر بحث می‌کردند. رایان و امیرعلی چشم‌هاشان گرد شده بود. بابابزرگ با خنده گفت: «خیلی خوب خانم بذار با هم قهر باشند. نخ‌ها را می‌گذاریم توی جعبه جدا و سوزن‌ها رو در همین جعبه نگه می‌داریم که همدیگه رو نبینند.»

مامان بزرگ گفت: «فکر خوبیه، بعد می‌ریسم نخ و سوزنایی می‌خریم که اهل کار گروهی باشن. چطوره؟»

بابابزرگ گفت: «عالیه! نخ و سوزن‌هایی که فک نکنن فقط کار خودشون مهم هست.»
 مامان بزرگ داشت نخ و سوزن‌ها را جدا می‌کرد که نخ ابی جلو آمد و گفت: «ولی مامان بزرگ من دوست ندارم بیکار بمونم. دوست دارم بدوزم.»

یکی از سوزن‌ها هم سرش را تکان داد و گفت: «منم همین‌طور.»

کم‌کم همه‌ی نخ و سوزن‌ها جلو آمدند و گفتند:
 «ببخشید مادر بزرگ!»

مامان بزرگ گفت: «حالا دیگه ناراحت نباشین. بدونین که کار شما با هم و کنار هم قشنگه از قدیم گفتن: به دست صدا نداره.»
 نخ سرمه‌ای کمی جلوتر اومد و دست سوزن را گرفت.

سوزن گفت: «هریم سراغ دوختن شلوار رایان.»



شما و ستارگان آسمان

صفحه ای برای تفنن و سرگرمی



فال شما برای ۲ تا ۸ ژوئن / ۱۳ تا ۱۹ خرداد

■ سارا نژادی / ترجمه: خاطره تحویل‌داری یکتا

متولدین مهر (۲۳ سپتامبر - ۲۲ اکتبر)

تغییرات درونی بسیاری را در این زمان تجربه می‌کنید. کم کم می‌آموزید چطور انسان بهتری باشید و هر گونه تلاش شما در این رابطه پاداش داده می‌شود. زمان بیشتری را صرف فکر کردن به زندگی خود و افراد درون آن نمائید تا بهتر تصمیم‌گیری کنید.



متولدین آبان (۲۳ اکتبر - ۲۱ نوامبر)

اکنون زمان آنست که روح و روان خود را پاک کرده و مشغولیت‌های ذهنی و عادات خود را دور بریزید. شاید اخیراً عادت جدیدی پیدا کرده اید که آرامش خاطر شما را به خطر انداخته است. بیشتر شما آنقدر خوش شانس هستید که تشخیص دهید این مشغولیت‌های فکری چقدر منفی بوده و از امکانات لازم برای دور کردن آنها از ذهن خود برخوردارید.



متولدین آذر (۲۲ نوامبر - ۲۱ دسامبر)

تاخیر در مسائل مالی و تاخیرات کلی در کاغذبازی‌ها به زودی تمام می‌شوند. در این زمان تغییرات جدی در درون شما و در ذهن شما رخ می‌دهد. بسیاری از شما از خطاهای قدیم خود درس گرفته و هر روز بهتر از قبل می‌شوید.



متولدین دی (۲۲ دسامبر - ۱۹ ژانویه)

در روزهای آتی آغازهای جدیدی برای شما پیش بینی می‌شود. اگر بر حوادث قبلی تمرکز داشته باشید، فقط خود را بیشتر آزار می‌دهید. اکنون زمان بسیار خوبی است برای تغییر یکنواختی‌ها در سلامت و رژیم غذایی. اگر از تصویری که از خود دارید راضی نیستید، می‌توانید در این زمان آن را تغییر دهید.



متولدین بهمن (۲۰ ژانویه - ۱۸ فوریه)

باید به خوبی بیاموزید چطور آنچه برایتان رشد و ترقی به همراه نمی‌آورد رها کنید و تحقق بخشیدن به این مهم در این زمان کاملاً امکان‌پذیر است. بسیاری از شما در این زمان در میانه کشمکش و نزاع با یکی از عزیزان یا فردی نزدیک به خود هستید. اگر بیاموزید من درونی یا به عبارتی خودخواهی را رها کنید، به آرامش می‌رسید.



متولدین اسفند (۱۹ فوریه - ۲۰ مارچ)

هفته شادتری در انتظار شماست. دلائل بسیاری برای جشن گرفتن در آینده بسیار نزدیک دارید. بی‌حوصلگی‌های شما پایان یافته و خبرهای مثبت در راه است. بسیاری از شما از اخیراً عشق و محبت بسیاری را تجربه کرده اید و این شرایط همچنان ادامه خواهد داشت.



متولدین فروردین (۲۱ مارس - ۱۹ آوریل)

مکان‌ها و چهره‌های جدید در انتظار شماست. پیوندهای قدیمی دوباره تجدید شده و مشارکت‌های جدید پیش خواهند آمد. شاید به طور چشم‌گیری نظرتان را در مورد شرایط یا فرد خاصی تغییر دهید. شاید تصمیم بگیرید که دیگر نخواهید به نظری خاص یا نحوه خاص زندگی پایبند باشید. تغییرات بسیاری برای شما در شرف وقوع است.



متولدین اردیبهشت (۲۰ آوریل - ۲۰ مه)

در این زمان دقیقاً می‌دانید چه می‌خواهید و چه کاری می‌خواهید انجام دهید. ممکن‌ست بیش از همیشه اعتماد به نفس داشته باشید که حتی برای خود شما هم عجیب است. اگر روی پروژه‌های کار می‌کنید، متوجه می‌شوید که پیوسته و خوب پیش می‌رود.



متولدین خرداد (۲۱ مه - ۲۱ ژوئن)

در این زمان جدا مراقب کلامی که به کار می‌برید باشید، چرا که ممکن‌ست خطر کرده و کلامی بگوئید یا کاری بکنید که در آینده برایتان حسرت و پشیمانی به دنبال داشته باشد. ممکن‌ست تنش‌های نه چندان جدی را در خانه یا بین خانواده و دوستان تجربه کنید. توجه خود را به رفتار و گفتار خود معطوف کنید.



متولدین تیر (۲۲ ژوئن - ۲۲ ژوئیه)

اگر ارتباط، دوستی یا رابطه کاری منفی دارید، باید بیش از همیشه قاطع بوده و بیش از همیشه آنچه را در ذهن دارید مستقیماً مطرح کنید. کسانی که قبل از ششم ژوئیه به دنیا آمده اند احتمالاً زمان بهتری را می‌گذرانند و کسانی که تاریخ تولدشان بعد از این تاریخ است ممکن‌ست در ارتباطات زمان سخت‌تری را پشت سر بگذارند.



متولدین مرداد (۲۳ ژوئیه - ۲۲ اوت)

نظرات دیگران هرگز برای شما اهمیت چندانی نداشته است. اکنون، بیش از همیشه، برای شما اهمیتی ندارد که دیگران چه فکر می‌کنند و چه می‌گویند. ممکن‌ست کسی در زندگی شما دخالت کند و این موضوع برای شما مهم باشد. جدا توصیه می‌کنم از ماجراها و انتقام جویی‌ها دوری کنید.



متولدین شهریور (۲۳ اوت - ۲۲ سپتامبر)

اگر تاکنون چنین نبوده است، اکنون در زندگی کم کم می‌آموزید پذیرای بیش از یک پیش‌آمد باشید. در چند هفته اخیر بسیار بزرگ شده اید و همچنان در تمام مراحل زندگی تغییرات را تجربه کرده اید. با استقبال بیشتر از عشق و دوست داشتن، محبت و عشق بیشتری را جذب کنید.



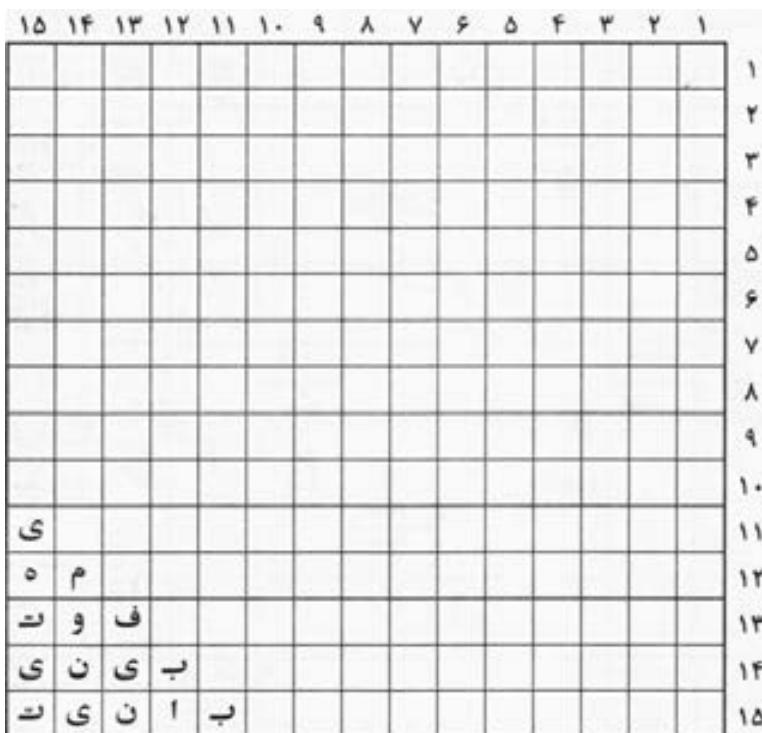
جدول آشفته

توضیح:

قطعات به هم ریخته جدول را با توجه به کلید داده شده مرتب کنید.

پاسخ: در صفحه ۶۱ همین شماره

جدول آشفته



Independent Insurance Advisors Group

تأمین آسودگی خاطر شما و عزیزانتان در سفرهای توریستی به داخل و یا خارج از کانادا

بیمه های Super Visa والدین

و دیگرانواع بیمه های حوادث و بیماریها؛

با پوشش های از ۱۰ هزار تا ۱۵۰ هزار دلاری برای مسافران

با معتبرترین شرکتهای بیمه و مناسب ترین نرخ بیمه برای شما



Direct: 416 496 9300 | sina@iiagroup.ca | سینا ستوده نیا B.SC

آگهی های کوچک: هر هفته فقط ۸ دلار

ترجمه رسمی و دعوت نامه

ترجمه رسمی و دعوت نامه

شهریار بخشی

514-624-5609

bakhshibakhshi@gmail.com

کلاسهای رایگان محاوره انگلیسی و فرانسه

انگلیسی: یکشنبه‌ها از ساعت چهار تا شش عصر
فرانسه: یکشنبه‌ها از یک‌ونیم تا سه‌ونیم بعدازظهر
در مرکز بهایی مونترال

177 Pins Ave E, Montreal, QC H2W 1N9

514-849-0753

مشاوره: درمانی، تحصیلی، مهاجرت

حسین ترکپور، مددکار اجتماعی

www.psynaquebec.com

514-846-8872

تدریس خصوصی زبان انگلیسی

از مبتدی تا پیشرفته
توسط مدرس دانشگاه‌ها و آموزشگاه‌های تهران
و مونترال

514-560-2568

سولماز میزانی

آموزش زبان انگلیسی در تمامی سطوح

مکالمه - IELTS - TOEFL
کلاس‌های خصوصی و نیمه خصوصی
در محل مورد نظر شما و یا آموزشگاه دنیای هنر
دکتر رضا یاوریان هیئت علمی دانشگاه‌های ایران

514-653-3050

ساخت و نصب کابینت

متخصص در ساخت و نصب کابینت و کارهای چوبی
نازلترین قیمت و بهترین کیفیت را از ما بخواهید!

514-909-6081 ابی

قالی شویی

خدمات تعمیر و شستشوی
فرش

5147394888

مشاور مالی

کیوان نصیرنیا

5144669381

آموزشگاه رانندگی نینا

توسط مربی با تجربه و دارای مجوز آموزش رانندگی از
Association Quebecois Transport

514 513 5752

پیرایش موی آقایان

با کادری مجرب در سالنی واقع در NDG
تخفیف روزهای یکشنبه: فقط ۱۰ دلار!

امیر: 4389892018

مهران: 5149995874

مشاور و آموزیار (Coach)

شخصی، خانوادگی، کاری و بازرگانی
مدیریت استرس و ناسازگاری‌ها

سعید بهی

4388707053

Autosoleil

برای فروش: هوندا سیویک DX-2009

سفید اتومات، تمیز با کیلومتر پایین

۶۷۸۵ دلار

5146596408

Con. Autosoleil

تویوتا کرولا ۲۰۰۹ کولردار / ۶۹۹۵ دلار

هوندا سیویک ۲۰۱۳ دنده ای / ۹۹۸۵ دلار

5146596408

نگهداری از فرزند شما

مادربزرگ مهربان از فرزند شما در منزل

نگهدای می‌کند.

با سابقه کار در مونترال

4384033181

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

فروش وسائل منزل

به علت فروش خانه و نقل مکان مقداری میلمان و وسائل
منزل به قیمت بسیار نازل برای هموطنان ایرانی به فروش
می‌رسد.

5146056577

استخدام

به چند نفر آشنا به امور ساختمانی
نیازمندیم

4383451005

استخدام

آشپز با تجربه برای تمامی غذاهای ایرانی

5149330933

فروش تایر زمستانی

چهار عدد تایر زمستانی مارک
Firestone Winterforce 60R215/16

خرید: ژانویه ۲۰۱۶
فروش با قیمت مناسب

5145013962

نیازمندی‌ها

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

پیش شماره‌های
نوشته نشده ۵۱۴ هستند.

BERGAMO	۸۶۱-۹۲۴۴
مجلس رسمی	
مونا صالحی	۹۰۳-۸۵۶۰
مد و لباس	
HPadar	۸۴۲-۵۶۰۸
مراکز مذهبی	
انجمن بهایی	۸۴۹-۰۷۵۳
موسسه خوبی	۳۴۱-۲۲۳۵
کلیسای ایرانی	۲۶۱-۶۸۸۶
کلیسای فارسی- کشیش	۹۹۹-۵۱۶۸
کلیسای پنطیکاستی	۷۷۷-۳۹۸۰
مشاور املاک	
آتوسا تنگستانی	۹۹۵-۳۰۴۱
مینو اسلامی	۹۶۷-۵۷۴۳
نادر خاکسار	۹۶۹-۲۴۹۲
مسعود نصر	۵۷۱-۶۵۹۲
هما والتر	924 7219
رولف والتر	827 1319
فیروز همیان	۸۲۷-۶۳۶۴
مشاور خانواده	
دکتر ملک	۴۸۸-۸۴۵۴
مشاور تحصیلی	
جواد جلالی	۸۸۰-۵۶۴۸
مشاور مهاجرت	
معصومه علی محمدی	۲۸۹-۹۰۴۴
کنجی	۵۶۰-۹۰۹۲
www.GanjiCo.com	
علی مختاری	۹۰۳-۴۷۲۶
نان و شیرینی	
نان سنکک شاطرعباس	۸۹۴-۸۳۷۲
شیرینی و کیکترینگ	۳۳۴-۶۵۲۸
شیرینی سرو	۵۶۲-۶۴۵۳
نو سازی و تعمیرات ساختمان	
تی.ام.ان	۸۳۵-۶۲۴۳
زاگرس	830 9675
لوله‌کشی پارس	۲۹۰-۲۹۵۹
ناصر	۹۷۵-۱۵۱۵
وام مسکن	
بهروز آقاباخانی	۶۰۶-۵۶۲۶
آتوسا تنگستانی فر	۹۹۵-۳۰۴۱
مهد کودک	
Baby Minions	۲۹۰-۲۲۱۰
سیما (دولتی)	۶۹۹-۸۳۷۳
وکیل/مهاجرت	
ونسان والابی	۹۵۴-۹۹۹۸
دیوید برگر	۹۶۱-۸۷۴۶
سام بیات	۳۵۷-۴۶۹۲

فریدون هرنیدیان	۹۳۳-۶۸۰۰
ساسان بیات	769-8813
4399, Rue Bannantyne, H4G1C1	
www.centredentairebayat.com	
رسانه های گروهی	
بازار	۸۴۸-۹۵۹۹
پوشه	۵۷۵-۸۴۵۱
هفته	۷۸۷-۸۸۴۸
پرنیان	۹۰۳-۴۷۲۶
پیوند	۹۹۶-۹۶۹۲
رستوران-پیتزا - کیکترینگ	
یاس	۴۸۳-۰۳۰۳
فاروس	۲۷۰-۸۴۳۷
کیلی	۴۸۳-۰۰۰۰
کافه آنجا	۷۷۴-۸۳۳۷
پوشاپ (هندی)	۷۳۷-۴۵۲۷
کباب سرا	
820 Ave. Atwater / 514-933-0933	
La Bouladerie	438 384 3377
ساخت و ساز Builders	
علی خاقانی	۵۷۴-۵۷۴۳
سی.دی - ویدئو	
تپش دیجیتال	۲۲۳-۳۳۳۶
فرش و موکت	
قالی شویی و رفو	739-4888
شست‌وشوی فرش و موکت	571-7963
عکاسی و فیلمبرداری	
استودیو فوتوبوک	۹۸۴-۸۹۲۴
فتو شاپ	۸۴۶-۰۲۲۱
رز	۴۸۸-۷۱۲۱
فروشگاه ها	
ادونیس	۳۸۲-۸۶۰۶
ادونیس لاول	450 978 2333
ادونیس وست آیلند	۶۸۵-۵۰۵۰
البرز	۶۹۲-۲۰۴۹
سن لوران	۳۶۹-۳۴۷۴
میوه و تره بار سامی	۸۵۸-۶۳۶۳
نور	۹۳۲-۲۰۹۹
EXO Fruits	۷۳۸-۱۳۸۴
متروپولیس (تعاونی رز)	۸۴۹-۴۲۴۲
سوپرمارکت بینو	۷۲۸-۴۵۲۳
کامپیوتر و خدمات	
بیژن جلالی	۲۵۸-۸۱۸۶
خدمات کامپیوتری وحید	۶۵۳-۳۱۰۷
CompuXellence	۸۴۹-۵۲۳۱
کتاب فروشی / کتابخانه	
میک	۳۷۳-۵۷۷۷
کتابخانه نیما	۴۸۵-۳۶۵۲

آموزش (زبان)	
آموزش عالی و ترجمه متون علمی (انگلیسی)	
رحیم میلانی	۴۳۸-۸۸۲-۵۱۶۹
دکتر رضا یاوریان	۶۵۳-۳۰۵۰
بیمه عمر و سرمایه گذاری	
پیام وانقی	۵۱۴-۸۸۷-۵۱۶۴
علی پاکنژاد	۲۹۶-۹۰۷۱
نغمه ثابت	۲۸۷-۳۶۹۰
بیمه (خودرو و خانه و سفر)	
امیر ندیمی فاسملو	۹۹۵-۵۶۶۶
پزشکی جایگزین	
پروین زرساو همیویت	۹۳۱-۸۲۷۴
ترجمه و دعوتنامه رسمی	
رضا داودی	۶۹۱-۴۳۸۳
آرزو یکتا	۴۳۹-۸۵۰۱
شهریار بخشی	۶۲۴-۵۶۰۹
خاطره تحویل‌داری	۴۳۸-۳۹۰-۰۶۹۴
نوشتادجمال	۵۷۵-۷۰۸۰
نغمه سروان	۸۸۹-۸۷۶۵
چاپ و کپی	
فتوکپی ان دی جی	۴۸۸-۵۳۳۳
حسابداری	
سرور صدر	۷۷۷-۳۶۰۴
حسین خریدین	۲۴۲-۶۰۳۴
حمل و نقل	
المپیک	۹۳۵-۳۳۰۰
قربان	۸۸۷-۰۴۳۲
خدمات حمل و نقل رضا	
سراسر کانادا و امریکا	
983-4828	
234-3399 Loadex Transport	
خشک شویی و تعمیرات	
Excel plus	۹۳۴-۵۶۰۰
خیاطی	
Tailleur Bijan	
419-1039	
1231, St-Catherine O, Suite304, H3G 1P5	
خدمات در ایران	
دارالترجمه فرهنگ	۶۹۱-۴۳۸۳
لگال ایران (خدمات حقوقی)	۹۰۳-۵۶۴۶
دارو خانه	
لوفیز داداش زاده	۲۸۸-۴۸۶۴
فارماپری لاوال	450 628 8100
فارماپری لاوال	450 628 4007
دندان پزشکی	
شهرزاد رضا نیا	۹۳۳-۳۳۳۷
راضیه رضوی	۶۳۴-۷۲۸۱
شریف نائینی	۷۳۱-۱۴۴۳
علی شفیع	۶۸۵-۶۲۲۲
رامین میر موجی	۶۷۵-۳۳۳۲

اتومبیل (فروش)	
Auto Highlander	۹۹۰-۲۵۰۰
www.autohighlander.com	
1080 Victoria Avenue, Saint-Lambert, QC J4R 1P7	
کنسلیونر اتوسولی	۵۱۴۶۵۹۶۴۰۸
اتومبیل (تعمیرگاه)	
اطلس	484-4481
6000 saint jaque H4A 2E9	
شمیران	487-6262
اتومبیل (شیشه)	
اتومبیل (کرایه)	
انو بلو	۴۸۴-۶۸۷۱
آرایشگاه - زیبایی - اسپا	
آمنه	۹۳۳-۰۷۶۳
سوزان	۸۱۳-۴۹۴۷
ایو	۴۸۱-۶۷۶۵
روبا	۹۳۴-۳۳۷۴
فریبا	۴۸۷-۰۸۰۰
ارز	
بنج ستاره	۸۴۶-۰۲۲۱
صرافی البت	۵۱۴-۹۸۹-۲۲۲۹
شریف	۲۲۳-۶۴۰۸
مانی وایر	۴۸۵-۶۰۰۰
پاسیفیک	۲۸۹-۹۰۱۱
ExpertFX	844-4492
الکتیریک - برق کار	
آراز الکتیریک	۳۵۲-۶۸۸۳
آژانس های مسافرتی	
فرناز معتمدی	۸۴۲-۸۰۰۰ EXT: ۲۹۶
مهری صدوقی	۹۴۰-۱۶۴۲/۴۳
سعید هاشمی	۲۷۲-۹۹۹۹
Sky Lawn	۳۸۸-۱۵۸۸
یاسمین	594 0344
آموزش	
پروین عبائی - فارسی	۶۷۵-۴۴۰۵
مدرسه فردوسی	۵۰۲-۴۳۷۸
مدرسه فرزنانگان	۷۷۵-۶۵۰۸
مدرسه وست آیلند	۶۲۶-۵۵۲۰
مدرسه دهخدا	۲۵۸-۸۱۸۶
آموزشگاه (راندگی)	
آموزشگاه نینا	513 5752
همایون	448 9995
یزدان	825 5195
آموزش (موسیقی)	
پیانو / فخریان	۹۹۶-۱۶۲۰
پیانو-قرچه داغی	۴۸۴-۸۷۴۸
تار و دوتار / صادق زاده	۶۲۳-۶۲۴۸
پیانو و ویولن - نامور	۵۰۶-۰۲۷۱
پیانو/ پرگل تبریزی	۵۷۴-۲۰۴۲

Journal HafteH

Un magazine hebdomadaire pour la communauté Afghane/iranienne de Montréal
A weekly Magazine for the Afghan/Iranian Community in Montreal
Jun.2 .2016, numéro 393- Jun.2 .2016, issue No. 393

Index issue 393

Portugal runs for four days straight on renewable energy alone

Time to say goodbye to “black gold”

By: HafteH

- **Word of the week** : HafteH just turned 8 years old / Editor
- **Canada and Quebec News**: canada deficit: \$9.5 milliard / Shahrouz Pezeshki
- **Immigration**: Canada attracts more students than UK / M. Alimohammadi
- **Community News** : spring picnic organized by Mehr va Hambastegi / M. Mostafaie
- **Art in the City**: Spiegelsaal / Parisa Kooklan
- **Report** : Steve McCurry and his pictures in Montreal / Parisa Kooklan and Hamed Tabein
- **Interview**: With Arsam Anvari, singer, guitarist and music teacher / Saeid Saliani
- **Turkish page**: Leili Khaghani
- **Literatue**: Short Story / Sholeh Rezazadeh
- **Science**:Grandma's Experiences Leave a Mark on Your Genes / Maryam Irani
- **Horoscope**: Sara Nejadi and Khatereh Tahvildari Yekta

Canada

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
Conception graphique / Graphic design: HafteH
Rédactrice/Editor Turkish: Leili Khaghani
Rédactrice/Editor Afghan: Habib Osman
Rédactrice/Editor Afghan: Nargis Karimi Hashimi
Caricaturist: Dariush Ramezani
Photographe/ Photographer: Hamed Tabein

ISSN 1918-4379 HafteH

**Prix /Price: \$2.50 - À Montréal: gratuit / In Montreal: Free
abonnement annuel / Annual Subscription: \$120.00**

Canada & Quebec news: Shahrouz Pezeshki
Community news: Mahdieh Mostafaei
Science & Philosophy: Pouria Nazemi & Reza Davoudi
Literature:Ali Zandievakili
Art: Parisa Koukkan
Astrologie/ Astrology: Sara Nejadi & Khatereh Tahvildari
Remerciements particuliers à celles et ceux qui ont contribué à ce numéro:
Special thanks to those who contributed to this issue:
Touraj Atef, Fateme Ekhtesari, Narges Esfahani, Komeil Habibnejad, Hale Haftlang, Aboujafar Khadir, Masoud Pakdel, Sharareh Shakeri, Zeinab Moslemzade, Shahram Yazdanpanah

HafteH will not be published on the following dates during 2015: January 7th / March 24th / July 7th / October 13th

Journal HafteH
1396 Ste Catherine St. West Suite # 425
Montreal QC H3G 1P9 Canada
Tel: (514) 787-8848
www.hafteh.ca

General: info@hafteh.ca
Editorial: editor@hafteh.ca
Advertising: ad@hafteh.ca
Local News: montreal@hafteh.ca



فضای زیبا و دنج و بزرگ ایده آل برای برنامه ها و مراسم و همچنین میهمانی های شما غذا و سرویس عالی ، قیمت غیر قابل رقابت

قصر کباب حلال

CHATEAU RESTAURANT KABAB
قصر الكباب

با کباب های ایرانی و خاورمیانه ای و انواع خورش های ایرانی در خدمت شماست
دلیوری در منطقه وست آیلند
خدمات عالی کیتزینگ برای میهمان های شما



بهترین سرویس و مناسب ترین قیمت برای میهمانی ها:
پذیرایی کامل:
از ۱۵ دلار

قیمت های باور نکردنی برای میهمانی های ۱۰ نفر به بالا (تا ۱۴۰ نفر)



www.chateaukabab.com

4705 Des Sources, D.D.O., QC H8Y3C6 جنب آدنيس (514) 421 - 3666



خدمات ما برای شما:

- مشاوره شخصی برای بررسی تمام داروهایی که مصرف می‌کنید
- ارزیابی پرونده پزشکی
- ویزیت در منزل شما با قرار قبلی
- بروشورهای آگاهی‌دهنده درباره موضوعات متنوع مربوط به سلامتی
- تجدید نسخه به طور اتوماتیک با استفاده از اینترنت
- فروش و اجاره وسایل ارتوپدی
- ارگانایزر قرص
- مشاوره در زمینه نارسایی پیش‌فعالی و عدم تمرکز (ای.دی.اچ.دی)

دلیوری رایگان دارو

با مشاورین فارسی زبان
در خدمت جامعه افغانی و ایرانی
اولین داروخانه با مدیریت ایرانی
در South Shore مونترال، در کنار IGA

3305, Broadway Ave, Suite 101, Brossard, QC J4Z 2P4 450 656 - 4848

Monday to Friday 8:30 AM – 9:00 PM Saturday to Sunday 9:00 AM – 6:00 PM

Fax: 450 656 - 7878



CONSTRUCTION
et RÉNOVATION
ZOLFA inc.

General Contractor

از طرح تا اجرا

برای انجام کلیه امور ساختمانی خود (مسکونی و تجاری) با ما تماس بگیرید.
شرکت ما برای نوسازی و تعمیرات
تغییرات، طراحی و دکوراسیون داخلی
طرح، اجرا و نظارت پروژه های ساختمانی
با بالاترین کیفیت و بهترین قیمت
در خدمت شما هموطنان می باشد.

Salle de bain
Cuisine
Sous-sol
Plancher
Portes et fenetres
Céramique design
Peinture intérieur extérieur
Transformation mélamine
Mosaïque orientale
Rénovation après sinistre

دارای مجوز رسمی بک
بایدست سال تجربه

514 817 4095 | 514 298 6164

Renovationzolf@gmail.com

"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) 593-1333

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

► Jules Poitras

1320 boul. Jules-Poitras,
Saint-Laurent, QC., H4N 1X7
(514) 856-1333

چهارشنبه ۸:۰۰ تا ۱۹:۳۰ پنجشنبه و جمعه ۸:۰۰ تا ۲۰:۰۰
شنبه و یکشنبه ۷:۳۰ تا ۱۹:۰۰ دوشنبه و سهشنبه تعطیل

► Head Office

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

SAMI



FRUITS



393 هفته

Hafte H

Un hebdomadaire pour la communauté Afghan/Iranienne de Montréal
A weekly Magazine for the Afghan/Iranian Community in Montreal
Vol.9 - No.393-Thursday Jun. 02, 2016

1396 Ste Catherine St. West Suite # 425, Montreal QC H3G 1P9
Tel: (514) 787-8848 info@HafteH.ca
www.HafteH.ca ISSN 1918-4379 HafteH

Convention du service Poste-Publications NO 41740020

اگر در این جا آدرس خودتان را نمی بینید،
پس شما هنوز مشترک هفته نیستید
هفته را مشترک و در پرورش این نهال
با هم همراه شویم

رویاهای خود را واقعیت ببخشید

- خدمات ویژه برای تازه واردان به کانادا • امکان دریافت وام و بورس
- کلاسهای شبانه فرانسه و انگلیسی ارائه می شود

D.E.P 1800 hours vocational Diploma:

- Welding & Fitting
- Auto Mechanics
- Industrial Drafting (AutoCAD)
- Electricity

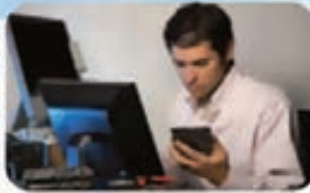
- جوشکاری و مونتاژ
- مکانیک اتومبیل
- طراحی صنعتی (اتو کد)
- برق کاری

Certificates & Attestations:

- General Welding
- High Pressure Welding

- جوشکاری عمومی
- جوشکاری تحت فشار

Lifetime placement service.
WWW.AVIRONTECH.COM



5460 Royalmount, Ville Mont-Royal De La Savane (West of Decarie Blvd.) 514.739.3010



Fengye College

www.fengyecollege.com Since 2003

Canada Québec

Adult Vocational Paid Training

آموزش حرفه ای بزرگسالان با بورس ماهانه
"Starting a business"

(به انگلیسی یا فرانسه) چهار ماه، یک بار در هفته
ثبت نام رایگان

امکان دریافت وام و بورس (در پروسه تقاضا به شما کمک می کنیم) هفت روز هفته در خدمت شما هستیم



کلاسهای تقویتی آخر هفته، کمپ بهار و تابستان
برای کودکان و نوجوانان

- ✓ دوره های آمادگی آزمون ورودی دبیرستان ها
 - ✓ دوره های انگلیسی، فرانسه، ریاضی (برای همه پایه ها از ابتدایی تا دبیرستان)
 - ✓ کلاس های خصوصی تقویتی برای همه پایه ها و همه دروس
- ۷۵ درصد هزینه این دوره ها را همراه با مالیات سالانه از دولت پس بگیرید

Sales Representation

نمایندگی فروش

سه شنبه و پنجشنبه ۷ ژوئن

شنبه و یکشنبه ۱۱ ژوئن (۱۴:۳۰-۲۰:۳۰)

Professional Sales

فروش حرفه ای

چهارشنبه و جمعه ۸ ژوئن (۱۴:۳۰-۲۰:۳۰)

Starting a Business

استارت تینگ بیزینس

یکشنبه ۱۵ می

جمعه ۳ ژوئن

شنبه ۴ ژوئن

یکشنبه ۵ ژوئن

Travel Sales

سه شنبه، پنجشنبه و جمعه ۱۴ ژوئن

کلاس های تاریخ های ستاره دار در این محل برگزار می شود:

774 Boulevard Décarie, 3rd-floor,
Saint Laurent H4L 3L5

Registration office: 1625 Maisonneuve ouest suite301, Montréal. H3H 2N4 | Teaching location: one minute from Metro Guy-Concordia

برای مشاوره به زبان فارسی چهارشنبه و جمعه از ساعت ۱۰ تا ۱۴ تماس بگیرید و با شماره صحبت کنید

(514) 907-5073 | (514) 996-7628 | (514) 561-5788 | fycenter2014@gmail.com