

2017

HAPPY NEW YEAR

هفته

Haft e H

سال نهم - شماره ۴۲۱

پنجشنبه ۹ دی ۱۳۹۵ - ۲۹ دسامبر ۲۰۱۶

بها: ۲۵۰ دلار / در مونترال رایگان

کوچه، آلبومی برای یاری
وقتی که عشق از صدا ترانه می سازد
اولین آلبوم آتوسا تنگستانی فر در مونترال رونمایی شد
شیرین مهاجری

421 www.HafteH.ca

هفته به مرخصی می رود شماره بعدی: ۱۲ ژانویه



موفقیت حق شماست، آن را تصاحب کنید!

دوره دانشگاهی زبان فرانسه: تمامی سطوح
دوره دانشگاهی زبان انگلیسی: تمامی سطوح
دوره دانشگاهی کارآفرینی
دوره‌های Starting a Business (ثبت نام رایگان)

TELUQ/MATCI

ارائه خدمات تضمینی

پیگیری اختصاصی برای هر دانشجو/ برنامه زمانی قابل انعطاف
روشهای نوین کسب دانش
یادگیری سریع و موثر
مشاوره اختصاصی به هفت زبان
اعطای مدارک معتبر دانشگاهی

دوره های واجد شرایط دریافت وام و بورس (در پروسه تقاضا و پیگیری مراحل با شما همراهیم)

با ما تماس بگیرید:

 (514) 747 2161 Ext: 616 (Saba)

 info@matci.ca



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

Clinique Dentaire Soleil

دکتر شریف نایینی



دانشجویی ۲۰٪ الی ۳۰٪
بیماران جدید ۱۰٪

ویژه
تخفیف
ویژه

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)

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

مهاجرین عزیز

- ✓ آیا می دانید که خریداران نیازی به پرداخت پورسنت 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 اینلند

هفت روز هفته مشاوره رایگان تلفنی 514 969 2492

● خانه بسیار زیبا در Cote St Luc کاملا بازسازی شده فوری فروشی

● آپارتمان سه خوابه حدودا ۱۴۰ مترمربع با پارکینگ و انباری و منظره زیبا رودخانه در منطقه Ile des Soure به قیمت مناسب فروشی

● خانه ۳ خوابه در West Island در منطقه D.D فروشی \$350,000



FIRST AFGHAN SUPER HERO MOVIE

INTRODUCING
HUMAYOON SHAMS KHAN

نقاب پوش
FACELESS

WRITTEN AND DIRECTED BY ALI AKBAR AKBAR AKMAL
A FILM BY SHAMS MEDIA PRODUCTION/SKCFP



Saturday, January 14 2017 @ 6PM

Address: MAFCAN, 50 Boul. Taschereau suite 145B La Prairie, QC, J5R 4V3

Info and Ticket: Ahmad Rayed (438) 879-8080 Ticket: \$10

SHAMS MEDIA PRODUCTION PRESENTS IN ASSOCIATION WITH TWO F EXECUTIVE PRODUCED HUMAYOON SHAMS KHAN
CASTING BY HSK TALENT AGENCY PRODUCE BY IRFAN SHAMS KHAN AND QAYUM SHAMS KHAN
COSTUME BY SHAMS MEDIA PRODUCTION FILM EDITOR ALI AKBAR AKBAR KAMAL
DIRECTOR OF PHOTOGRAPHY ALI AKBAR AKBAR KAMAL
ASSIST DIRECTOR EZATULLAH HOYAK SOUND MEN BELAQ MEHRAD AHMAD MAM



HAPPY NEW YEAR 2017



Behrooz Babakhani
Mortgage Broker
Financial Advisor
514-606-5626
behrooz@babakhani.ca
www.babakhani.ca

۱۲



مهدیه مصطفایی

مونترال

خدماتی برای تازه‌مهاجران
گفت‌وگو با دو متخصص در مرکز سی، اس، ای، آی
مریم زارع و مهسا کبیری

۲۲



پریسا کولان

گفت‌وگو

تماشاگر و بازیگر، نفس به نفس
با مازیار شاهچراغی، به بهانه‌ی تئاتر «بازی»
ارتباط برای هنرمند یک فرآیند دو سویه است و مفهوم مطلق نیست...



سال نهم - شماره ۴۲۱

پنجشنبه ۹ دی ۱۳۹۵ - ۲۹ دسامبر ۲۰۱۶
پها: ۲,۵۰ دلار / در مونترال رایگان

1650 Maisonneuve West

Suite #201

Montreal QC, H3H 2P3

(514)787-8848

• www.hafteh.ca

• info@hafteh.ca

• editor@hafteh.ca

• ad@hafteh.ca

• ISSN 1918-4379 Haftah

در صورت تمایل برای حمایت از
تلاش‌های ما کمک‌های مالی خود را
به حساب زیر واریز کنید

Chacavac Cultural Centre

TD Canada Trust

Transit #: 0515

Account #: 5209119

تعطیلات هفته در سال ۲۰۱۷

میلادی: ۵ ژانویه

۲۳ مارس

۶ جولای

۱۲ اکتبر

ساعت کار دفتر هفته:

سه‌شنبه، چهارشنبه و

پنج‌شنبه از ۱۰ صبح تا

۳ بعدازظهر

۳۴



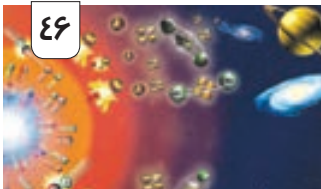
لیلی خاقانی

آیدین شافاق

حیدر بابا جلسه لری قوربتده
کولتوروموزو یاشادیر

من ساوالان مدنیت قروپونون «حیدر بابا خاطیره لری» ...

۴۶



مریم ایرانی

دانش

بالاخره ضدماده اندازه‌گیری شد

معمای جهان‌های وارونه رمز گشایی می‌شود

۴۸



آزلیا کویانی

سلامتی

یوگا چیست؟

یوگا یک علم است. یوگا یک تمرین منوی شامل کنترل نفس و مدیتیشن ساده، به همراه نرمش بدن است.

شماره ۴۲۱

۴۳ ادبیات شعر: شعر هر روز؛ آثار خواندنی ادبیات دیرینه فارسی؛

آشنایی با قالب ترجیع‌بند/ هفته

۵۲ جای خالی دکتر پرویز قدیریان / هفته

۵۳ امشب دلی سیر در دوریات اشک می‌ریزم... / خسرو شمیرانی

۵۴ داستان کوتاه: اتاق تاریک اثر تنسی ویلیامز/ ترجمه مهدی بابائی

۵۹ آشپزی و سرگرمی / هفته

۶۲ قصه ی هفته/ زینب مسلم‌زاده، هاله هفت‌لنگ

۶۴ فال هفته / سارا نژادی و خاطره تحویل‌داری یکتا

۶ سخن هفته: سال نو میلادی مبارک باد... / سردبیر

۸ کانادا: حلقه نور؛ یکی از جاذبه‌های توریستی منحصربه‌فرد مونترال

کانادا / گروه خبر هفته

۱۱ مهاجرت: سیر نزولی رشد جمعیت در کبک/ معصومه علم‌محمدی

۱۴ اخبار مونترال: کافه‌خاطره میهمان کلام دکتر استعلامی/ مهدیه

مصطفایی

۱۶ تقویم: تقویم رخدادهای جامعه افغان و ایرانی مونترال

۲۰ هنر در شهر: جیسون روزنبلت/ موسیقی/ پریسا کولان

۳۸ اندیشه: آسمان ارسطو/ بخش ۶/ رضا داودی

۴۰ ادبیات: گذری بر کتاب‌هایی از فروغ فرخزاد و آثاری درباره او

«کتابخانه فروغ»/ مهشید سادات‌شریفی

۴۱ چهره: نگاهی به زندگی فروغ / فرشید سادات‌شریفی

DAVID BERGER

Avocat - Attorney

Immigration-Refugees-Citizenship

**دیوید برگر**

پنج دوره نماینده مجلس فدرال و سفیر سابق کانادا

عضو کانن وکلای کبک، مهاجرت - پناهندگی - شهروندی

• تقاضای اقامت موقت و دائم، شامل ویزای دانشجویی، ملاقات، نیروی کار ماهر

• تقاضای مهاجرت از طریق برنامه‌های تجاری و انسان‌دوستانه

• تقاضای پناهندگی، فرجام درخواست‌های پناهندگی

• بررسی حقوقی تقاضاهای ارائه شده به دادگاه فدرال کانادا و دادگاه عالی کبک

• توجه خاص به نیازهای حقوقی مراجعه‌کننده

Tel: 514-284-1157 Cell: 514-961-8746

bergerdav@gmail.com

1980 Sherbrooke Street West, Suite 900-25, Montreal, Quebec H3H 1E8

سال نو میلادی مبارک باد...

سردبیر

راستی مادرزمین چه می‌شود؟ یخ‌ها در قطب آب می‌شوند و جنگل‌ها خشک و دریاها بی‌ماهی‌تر؟ اینکته مردان سیاست و صاحبان پول و نظامیان اسلحه به دست چه خواهند کرد و کدام گل را بر سر مردمان می‌زنند چه به روز این کره‌ی خاک می‌آورند سوالی‌ست که هرکدام برای آن پاسخی داریم که درست و غلط آن را گذر زمان تعیین خواهد کرد اما پرسشی اساسی روی میز است که ما همین امروز می‌توانیم به آن تدبیر به آن پاسخ بدهیم: در این میانه «من» در کدام سوی ایستاده‌ام؟ از آینده چه می‌خواهم؟ و برای به دست آوردن آن از کدام‌یک از داشته‌هایم حاضرم بگذرم؟

سال نو میلادی را به همه عزیزان و خوانندگان تبریک می‌گویم و به نیابت از همکاران هفته برای شما سالی پر بار و پرآرامش آرزو می‌کنم.

سالی دیگر به پایان می‌رسد. در آستانه سال نو میلادی جهان منتظر است و زمان آستن رخدادهایی است که همه امیدواریم بیشتر روشنی بخش باشند و تا تباهی‌آفرین.

بزودی مردی در ایالات متحده قدرت را در دست می‌گیرد که مولود شرائطی نابه‌سامان و تا این لحظه مولد سوالاتی بی‌پایان است. آیا او که از این پس دست بر ماشه خواهد داشت از جایگاه خود برای تنش بیشتر بهره می‌گیرد؟ یا اینکه بیشتر به «بیزنس» می‌پردازد و برای این منظور آرامش را خواهند می‌شود؟

در سوریه چه خواهد شد؟ از پس شش سال جنگ و کشتار بالاخره توپ‌ها از غرش می‌افتند و مردمان آن سرزمین بلازده آب خوش از گلویشان پایین می‌رود؟

اروپا به کدام سو می‌رود؟ ریزش بیشتر اتحادیه؟ یا نزدیکی دوباره؟ در افغانستان و ایران و عراق و ترکیه و پاکستان و... چه خواهد شد؟ آیا تنش کمتر و احترام به انسان بیشتر می‌شود؟



28 پرونده هفته ■ گردآوری و تنظیم: شیرین مهاجری
■ طرح روی جلد: علی تهرانی آزر

کوچه، آلبومی برای یاری وقتی که عشق از صدا ترانه می‌سازد

اولین آلبوم آتوسا تنگستانی فر در مونترال رونمایی شد

من فکر میکنم خواندن یک عشق است که نمی‌شود به او به عنوان شغل و پیشه نگاه کرد، بلکه دوست دارم اینکار را به عنوان یک کار دلی در کنار دیگر کارهایم داشته باشم.

سردبیر: خسرو شمیرانی

مدیریت اداری: علی تهرانی آزر

جدل، گرافیک و صفحه‌آرایی: علی تهرانی آزر

دبیر بخش آذربایجان: لیلی خاقانی

افغانستان: نرگس هاشمی، حبیب عثمان و بهناز دیمی‌نیت

عکاس: حامد تابعین

اخبار بیک و کانادا: شهرزاد 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.

ادبیات: گروه ادبیات هفته

هنر: پریسا کولان

دانش: مریم ایرانی

موسیقی: ارسام انوری و سعید سالیانی

اندیشه: رضا داودی

فال هفته: سارا نژادی و خاطره تحویل‌داری

صورت آواز مرغ است آن کلام

غافل است از حال مرغان مرد خام

با سپاس ویژه از همکاران این شماره:

آیدا تاتاری، بهناز دیمی‌نیت، مژگان رجبی، فرشید سادات‌شریفی، شراره

شاکری، شیرین مهاجری، سجاد صاحبان‌زند، زینب مسلم‌زاده، و 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.

حلقه نور؛ یکی از جاذبه‌های توریستی منحصر به فرد مونترال کانادا



گروهی از هنرمندان در مونترال-کانادا-۱۳ حلقه جالب نوری برپا کردند. به گزارش هفته به نقل از «توریسم آنلاین» این سازه‌ها که در حقیقت هنری خیابانی محسوب می‌شوند، ۱۳ چرخ به پهنای ۲ متر هستند.

این سازه‌ها با الهام از «زوتروپ» یا زنده‌گرد (وسیله‌ای است که با تکیه بر ویژگی پایداری دید، با یک رشته نقاشی روی نوار کاغذی پیچیده شده دور استوانه‌ای دوار، توهم حرکت ایجاد می‌کند. بیننده از خلال شکاف‌های موجود در استوانه که رو به روی نقاشی‌ها تعبیه شده بود، به اشکال نگاه می‌کند.) ساخته شده است. هنگامی که اهرم جلو و عقب می‌شود، سیلندر شروع به چرخیدن می‌کند و بسته به میزان سرعت حرکت دادن اهرم، تصاویر حرکت کرده و موسیقی نیز نواخته می‌شود.

نرخ افزایش شهریه دانشگاه‌های کانادا ثابت ماند



عکس از آرشیو سی.بی.سی متعلق به اعتراضات ۲۰۱۴

پس از تظاهرات دانشجویان کانادایی در اعتراض به افزایش شهریه دانشگاه‌ها و برگزاری تجمعات مختلف و پرتعداد، مسؤولان دانشگاه‌های این کشور با درخواست دانشجویان موافقت کردند.

به گزارش هفته به نقل از گلوب اند میل، مسؤولان استان اونتاریو اعلام کرده‌اند که نرخ افزایش سه درصدی شهریه دانشگاه‌های این استان طی دو سال آینده حفظ خواهد شد. شهریه سال جاری نیز نسبت به سال ۲۰۱۵ سه درصد افزایش یافته بود.

از دانشگاه‌های صاحب نام در این استان می‌توان به دانشگاه‌های تورنتو و کوئینز اشاره کرد. دولت اونتاریو اعلام کرده است که نظام اعطای کمک‌هزینه تحصیلی را تغییر خواهد داد و به دانشجویانی که میزان درآمد والدین آنها در سال کمتر از ۵۰ هزار دلار است، کمک‌هزینه تحصیلی اعطا خواهد کرد. چندی پیش در وبگاه وزارت آموزش عالی اونتاریو یک سامانه محاسبه تسهیلات نیز راه‌اندازی شد تا دانشجویان بتوانند با استفاده از آن به راحتی از میزان تسهیلاتی که به آنها تعلق می‌گیرد، مطلع شوند. دولت استانی اعلام کرده است که با توجه به مشکلاتی که دانشگاه‌ها در جذب دانشجویان با آنها مواجه‌اند، حتی در صورتی که به استانداردهای مورد نظر دست پیدا نکنند، همچنان می‌توانند از تسهیلات دولتی استفاده کنند؛ اما برخی از قوانین نیز دچار تغییر خواهند شد.

از جمله قوانین تغییر یافته میزان استفاده کالج‌ها از تسهیلات اعطایی است که در قوانین جدید کاهش یافته است و مسؤولان کالج‌ها معتقدند در بلندمدت با مشکلات

زیادی روبرو خواهند شد.

دانشجویان از طرح‌های حمایتی دولت استقبال کرده‌اند؛ اما بیشتر آنها معتقدند با توجه به کلی و همه‌جانبه بودن تغییرات اعمال شده در قوانین باید صبر کرد تا نتیجه واقعی مشخص شود.



Financière

Money Wise
Financial

ارسال ارز به ایران و سایر نقاط جهان

Currency Exchange & Money Transfer

514-485-6000

6520 St. Jacques Montreal, QC H4B 1T6

واکنش نخست وزیر کانادا به ترور سفیر روسیه



ما این اقدام را که ظاهراً یک حمله تروریستی بوده، محکوم می‌کنیم و عمیق‌ترین همدردی و تسلیت خود را به خانواده‌ها و دوستان کسانی که در این حمله کشته شدند، ابراز می‌نماییم. وی افزود: شهروندان کانادایی در برلین که نیاز به کمک کنسولی فوری دارند، باید با سفارت کانادا در برلین تماس بگیرند. توماس دی مایزیر وزیر کشور آلمان نیز اعلام کرده است که این حادثه احتمالاً یک اقدام تروریستی بوده است. ند پرایس سخنگوی شورای امنیت ملی آمریکا نیز اعلام کرده است که حادثه روز گذشته برلین، یک حمله تروریستی بوده است.

بر اساس اطلاعات پلیس آلمان شمار قربانیان حمله یک کامیون به یک بازارچه در برلین که شب گذشته رخ داد از ۹ نفر به ۱۲ نفر افزایش یافت. ظاهراً راننده این «کامیون مرگ» در ۱۶ فوریه سال ۲۰۱۶ به عنوان پناهنده به آلمان آمده است. گروه تروریستی داعش مسئولیت این حمله را بر عهده گرفته است.

«جاستین ترودو» در واکنش به ترور ناندی کارلوف «سفیر روسیه در ترکیه در یک نمایشگاه هنری در شهر آنکارا، تاکید کرد: تیراندازی مرگبار به سوی سفیر روسیه در ترکیه نشان می‌دهد که همه دیپلماتها با تهدیدات تروریستی روبرو هستند. به گزارش هفته به نقل از اسپوتنیک، ترودو در مصاحبه با کانادین پرس تصریح کرد: این یک نگرانی برای کل جامعه دیپلماتیک به شمار می‌رود. امیدوارم و دعا می‌کنم که مردم کانادا سالم و در امنیت باشند و دیپلماتها نیز در طول تعطیلات سال جدید، سالم باشند.

آندری کارلوف در حین بازدید از یک نمایشگاه عکس مورد حمله قرار گرفت و کشته شد. وی از سال ۲۰۱۳ سفیر روسیه در آنکارا بوده است. کارلوف ۶۲ سال داشت و پیشتر سفیر اتحاد جماهیر شوروی در کره شمالی و سفیر روسیه در کره جنوبی بود. دینا خداج سخنگوی امور جهانی کانادا نیز در سخنانی حمله مرگبار به بازار کریسمس در شهر برلین آلمان را محکوم کرد و گفت: اتاوا با مقامهای آلمانی در تماس است.

محقق ایرانی دانشگاه برتیش کلمبیا کانادا، میهمان دانشگاه آزاد ایران

حیطه مهندسی پزشکی و به ویژه پردازش سیگنال‌های پزشکی را تشریح کرد. با توجه به این که بیشتر حاضران در این جلسه را دانشجویان تحصیلات تکمیلی مهندسی برق کنترل تشکیل می‌دادند، ذاکری در بخش سوم سخنان خود زمینه‌های جدید کاربرد مهندسی کنترل را در حوزه مهندسی پزشکی بیان کرد. این جلسه با گفت و شنود علمی ادامه یافت. صالحی‌زاده با تشکر از ذاکری و حاضران در جلسه، ادامه این جلسات و آشنایی دانشجویان و اساتید را با یافته‌های جدید علمی بسیار مهم توصیف کرد و گفت: «اداره ارتباط با صنعت و جامعه لازم است زمینه آشنایی دانشگاهیان را با یافته‌های جدید علمی بین المللی که می‌تواند زمینه ساز تولید تکنولوژی جدید باشد فراهم آورد. در این راستا دعوت از صاحبان اندیشه در حوزه‌های کاربردی و حضور وی در دانشگاه می‌تواند منجر به تقویت دیدگاه صنعتی دانشجویان و اساتید شود.»

به دعوت اداره ارتباط با صنعت و جامعه دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت، دکتر وحید ذاکری محقق برجسته دانشگاه برتیش کلمبیا کانادا در این واحد دانشگاهی حضور یافت و با استادان و دانشجویان این واحد دانشگاهی به گفت‌وگو نشست و درباره آخرین دستاوردهای علمی حوزه مطالعاتی خود به تبادل نظر پرداخت. به گزارش هفته به نقل از خبرگزاری آنا، دکتر محمدرضا صالحی‌زاده رئیس اداره ارتباط با صنعت و جامعه واحد مرودشت، با معرفی این واحد دانشگاهی، به اهمیت تبادل و ترجمان دانش در قالب دعوت از شخصیت‌های برجسته بین المللی و تاثیر آن در تحکیم پیوند دانشگاه با صنعت و جامعه پرداخت. ذاکری هم با بیان رویکردهای علمی، چگونگی انجام فعالیت‌های پژوهشی در سطوح تحصیلات تکمیلی در دانشگاه‌های معتبر آمریکای شمالی، تجربیات خود را در انجام پروژه‌های علمی در مقطع دکتری و پسادکتری با حاضران در جلسه به اشتراک گذاشت. این محقق حوزه مهندسی پزشکی به صورت تخصصی تر، زمینه‌های جدید پژوهشی در





**Bureau de Change
Currency Exchange**

(514) 844 - 4492

1405 Boul DE Maisonneuve O, Montréal QC, H3G 1M6 | info@expertfx.ca | 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 با سردترین هوای ۶۰ سال گذشته

ساکنان استان مانیتوبا کانادا تعطیلات آخر هفته خود را در دمای منفی ۴۵ درجه سبزی کردند. به گزارش سایت‌های خبری دمای هوا در این منطقه در مقایسه با سال گذشته ۲۴ درجه سردتر شده است.

آدم برفی میکروسکوپی

دانشمندان دانشگاه «وسترن» کانادا کوچکترین آدم برفی جهان را ساختند. به گزارش هفته به نقل از پایگاه اطلاع رسانی شبکه خبر، کوچکترین آدم برفی جهان که در آزمایشگاهی در دانشگاه وسترن کانادا توسط دانشمندان ساخته شده تنها سه میکرون یا به عبارتی «۰.۰۰۳» (سه هزارم) میلی متر ارتفاع دارد و برای تماشای آن لازم است از میکروسکوپ الکترونی استفاده شود. دانشمندان می‌گویند این آدم برفی کوچک از یک تار مو هم نازکتر است و از فناوری بسیار پیچیده‌ای برای ساخت آن استفاده شده است. کوچکترین آدم برفی جهان از سه کره ۰.۹ (۹ دهم) میکرونی از جنس سیلیس (سیلیسیم دی‌اکسید) ساخته شده است که بر روی هم قرار گرفته‌اند. سه کره سیلیس تشکیل دهنده این آدم برفی میکروسکوپی با استفاده از لیتوگرافی (طرح نگار الکترونی) به یکدیگر متصل شده‌اند. بازوها و بینی این آدم برفی کوچک از پلاتینیوم ساخته شده است و دهان و چشمانش نیز با استفاده از دانه‌های بسیار ریز یونی به وجود آمده است. رکورد پیشین کوچکترین آدم برفی جهان مربوط به آدم برفی با اندازه ۱۰ میکرون بود که در آزمایشگاه فیزیک لندن در انگلیس ساخته شده بود.

دانشمندان دانشگاه «وسترن» کانادا کوچکترین آدم برفی جهان را ساختند. به گزارش هفته به نقل از پایگاه اطلاع رسانی شبکه خبر، کوچکترین آدم برفی جهان که در آزمایشگاهی در دانشگاه وسترن کانادا توسط دانشمندان ساخته شده تنها سه میکرون یا به عبارتی «۰.۰۰۳» (سه هزارم) میلی متر ارتفاع دارد و برای تماشای آن لازم است از میکروسکوپ الکترونی استفاده شود. دانشمندان می‌گویند این آدم برفی کوچک از یک تار مو هم نازکتر است و از فناوری بسیار پیچیده‌ای برای ساخت آن استفاده شده است. کوچکترین آدم برفی جهان از سه کره ۰.۹ (۹ دهم) میکرونی از جنس سیلیس (سیلیسیم دی‌اکسید) ساخته شده است که بر روی هم قرار گرفته‌اند. سه کره سیلیس تشکیل دهنده این آدم برفی میکروسکوپی با استفاده از لیتوگرافی (طرح نگار الکترونی) به یکدیگر متصل شده‌اند. بازوها و بینی این آدم برفی کوچک از پلاتینیوم ساخته شده است و دهان و چشمانش نیز با استفاده از دانه‌های بسیار ریز یونی به وجود آمده است. رکورد پیشین کوچکترین آدم برفی جهان مربوط به آدم برفی با اندازه ۱۰ میکرون بود که در آزمایشگاه فیزیک لندن در انگلیس ساخته شده بود.

استقبال از نمایش فیلم سینمایی «سلام بمبئی» در ونکوور کانادا

بعد از آغاز پیش فروش بلیط‌ها به اتمام رسید. فیلم سینمایی «سلام بمبئی» توسط شرکت آریا پرسیس و با مدیریت اجرایی پژمان‌هادوی به نمایش در آمد که پیش از این فیلم‌های ایرانی بسیاری را در کانادا نمایش داده است. به زودی نمایش این فیلم توسط شرکت آریا پرسیس در شهرهای مونتreal، کالگری و ادمونتون نیز آغاز خواهد شد.

فیلم سینمایی «سلام بمبئی» چهارشنبه ۲۱ دسامبر همزمان با ایران در شهر ونکوور کانادا برای بار چهارم به نمایش در آمد و با استقبال بسیار خوبی همراه شد. به گزارش هفته به نقل از گروه فرهنگی خبرگزاری میزان به نقل از مشاور رسانه‌ای نمایش فیلم‌ها در کانادا، فیلم سینمایی «سلام بمبئی» در دو نمایش متوالی در سالن اورگرین شهر ونکوور کانادا به نمایش درآمد استقبال از فیلم «سلام بمبئی» در حالی رخ داد که این فیلم در وسط هفته نمایش داده شد و تمامی بلیط‌های آن با فاصله کوتاهی

گران‌ترین تصادف دنیا

پلیس محلی در این خصوص گفت: این ابرخودروها بسیار وسوسه‌انگیزند و سرعت و قدرت زیادی دارند. گزینه‌های زیاد و شتاب بالای آنها باعث می‌شود تا رانندگان جوان پدال گاز را بیشتر فشار دهند و به همین دلیل استفاده از این خودروها در جاده‌ها خطرآفرین خواهد بود.

در هفته گذشته در تونل مسی ونکوور کانادا دو مرد جوان با اوراکان و فراری ۴۵۸ خود تصادف کردند. بخش عقب فراری آبی و جلوی اوراکان قرمز کاملاً آسیب دیده است. با وجود این که هر دو خودرو قابل تعمیر هستند، پلیس آن‌ها را با خود حمل کرد. به گزارش هفته به نقل از خبرگزاری‌ها، دو مرد جوان که هر دو در دهه ۲۰ سالگی زندگی خود قرار دارند، در این تصادف تازه کار و بی‌تجربه عنوان شده‌اند. بعد از بررسی این حادثه راننده لامبورگینی به علت عدم رعایت فاصله ایمنی با خودرو پیش رویش مقصر شناخته شد.

Sutton

مینو اسلامی
مشاور املاک در مونتreal بزرگ-مسکونی و تجاری

- تیمه 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



House of Travel
HOT
House of Travel

Maison de Voyages
House of Travel

آژانس مسافرتی / فریلاز معتمدی

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

26 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

سیر نزولی رشد جمعیت در کبک

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

اخبار مهاجرت

معصومه علی محمدی



سال سن داشته‌اند.

مهاجرت:

۱. در سال ۲۰۱۵، تعداد ۴۸۰۸۲ نفر مهاجر جدید وارد کبک شدند، که این تعداد دارای رشد نزولی معادل ۲.۶ درصد در مقایسه با سال گذشته بوده‌اند، این تقلیل به این دلیل بوده است که بسیاری از پناهندگان از کشور سوریه که در سال ۲۰۱۵ پذیرفته شده بودند در ماه اول سال ۲۰۱۶ وارد کبک شدند.
۲. کبک به میزان ۱۸ درصد از کل مهاجران کانادا و استان انتاریو به میزان ۳۸ درصد از مهاجران کل کانادا را در سال ۲۰۱۵ پذیرا بوده است.
۳. تعداد ۶۶۰۰ شهروند کبک در سال ۲۰۱۵ به کشورهای دیگر مهاجرت نمودند.
۴. تعداد ۱۴۷۰۰ شهروند کبک در سال ۲۰۱۵ به دیگر استانهای کانادا کوچ نمودند. از این تعداد ۸۷۰۰ نفر به استان انتاریو و سایر استانهای کانادا کوچ نمودند به طوری که آلبرتا بعد از انتاریو دومین استانی است که مهاجران کبک به آنجا کوچ می‌کنند. در سال ۲۰۱۵ تعداد ۲۴۰۰ نفر از استان کبک به این استان نقل مکان نموده‌اند. کبک به طور میانگین سالانه ۱۴۵۰۰ نفر مهاجر تازه‌وارد خود را از دست می‌دهد.

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

رشد جمعیت کبک در سال ۲۰۱۵ به علت میزان بالای مرگ و میر، درصد پایین تولد و مهم‌تر از همه، کوچ مهاجران تازه‌وارد این استان به دیگر استان‌ها از عمده‌ترین دلایل این کاهش عنوان شده است.

این در حالی است که کبک انتظار دارد این تقلیل رشد جمعیت را از جانب ورود پناهندگان تازه‌وارد به این استان در سال ۲۰۱۶ جبران کند.

بر اساس گزارش آماری ارائه شده در آغاز سال ۲۰۱۶ از سازمان آمار و سرشماری، جمعیت کبک تعداد ۸۲۸۷۸۴۳ نفر اعلام گردید و این عدد نشانگر این است که در مقایسه با سال قبل، کبک دارای رشد جمعیتی برابر با ۵۰۱۰ نفر مواجه بوده است که معادل رشد جمعیتی به میزان ۱.۶ درصد به ازاء هر هزار نفر شهروند در این استان است که این درصد پایین میزان رشد در ۱۰ سال گذشته بی‌سابقه به شمار می‌رود.

پایین‌ترین رکورد آماری رشد جمعیت کبک نسبت به کانادا در سال ۱۹۷۱ ثبت شده است، که براساس آمار کنونی، نسبت رشد جمعیت کبک به جمعیت کل کانادا تا ماه جولای امسال ۲۲.۹ درصد بوده است. این نسبت حتی ۵ درصد پایین‌تر از رکورد آماری سال ۱۹۷۱ بوده است. این در حالی است که جمعیت استان‌های آلبرتا، بریتیش کلمبیا و انتاریو در این دوره رو به افزایش بوده است.

جزئیات آمار تولد و مرگ و میر در سال گذشته استان کبک

۱. یکصد و هشتاد و شش هزار و هشتصد نوزاد در سال ۲۰۱۵ در این استان متولد شدند که این میزان تولد، ۱ درصد کاهش رشد نسبت به سال ۲۰۱۴ را به همراه داشته است. شایان ذکر است که در بین سال‌های ۲۰۰۵ تا سال ۲۰۱۵، پایین‌ترین نرخ رشد تولد مربوط به سال ۲۰۰۷ بوده است.
۲. اعلام آمار تولد در سال ۲۰۱۵ حتی پایین‌تر از درصد رشد در سال ۲۰۰۷ بوده است، بنابراین سال ۲۰۱۵ را می‌توان سالی با پایین‌ترین درصد تولد در کبک نامید.
۳. آمار تولد ارائه شده فوق نشان‌دهنده میزان بارداری ۱.۶ درصد به ازاء هر زن در کبک در سال گذشته بوده است که در مقایسه با ۱.۶۲ درصد سال قبل میزان ۰.۰۲ درصد کاهش داشته است.
۴. به ازای هر ۳۰ درصد نوزادان متولد شده در کبک، حداقل یکی از والدین مهاجر هستند.
۵. شصت و چهار هزار و چهارصد شهروند کبک در سال ۲۰۱۵ فوت نمودند و این تعداد نشان‌دهنده ۲ درصد افزایش مرگ و میر در مقایسه با سال ۲۰۱۴-۲۰۱۵ بوده است.
۶. انتظار می‌رود میانگین سنی برای هر نوزادی که در کبک متولد می‌شود حدود ۸۲.۲ سال باشد.
۷. بالغ بر ۷۰۰ نفر از شهروندان کبک که در سال گذشته از دنیا رفته‌اند، بیش از ۱۰۰



ICP Immigration Inc. www.icpimmigration.com



معصومه علی محمدی (بهبهانی)
با گروه مجرب خود ارائه‌کننده کلیه خدمات در زمینه اخذ مجوز اقامت دائم و یا موقت، برنامه‌های مهاجرتی فدرال و استانی از طرق سرمایه‌گذاری، تخصصی، کارآفرینی، خویشتاوندی، دانشجویی، پناهندگی، ... و همچنین تهیه دعوتنامه، سوگند نامه و تایید رسمی مدارک در کانادا می‌باشد.
جهت مشاوره و تعیین وقت قبلی با دفاتر ما در مونتreal و تهران تماس حاصل فرمایید.
رضایت شما پشتوانه نام و اعتبار ماست.

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
(021) 2288 1683
[@ICPimmigration](https://www.instagram.com/ICPimmigration)

icrc **crcic**

خدماتی برای تازه‌مهاجران

گفت‌وگو با دو متخصص در مرکز سی.اس.ای.آی

مریم زارع و مهسا کبیری

مهديه مصطفایی



شروع کردم. مهسا کبیری که در ماه‌های اول مهاجرتش به کانادا مثل تمام تازه‌واردان دچار سردرگمی و تلاطم برای تعیین مسیر زندگی جدیدش بوده درباره شروع فعالیتش با مرکز اجتماعی CSAI گفت: هر چند قبل از مهاجرت ایده‌های زیادی به صورت تئوری در ذهن داشتم و در مورد آن‌ها تحقیقات زیادی کرده بودم ولی در عمل به دلیل مواجه شدن با کوهی از واقعیت‌هایی که قبل از مهاجرت ملموس نیست، دستخوش بی‌هدفی و ترس بودم تا این که از طریق یکی از دوستانم با مرکز خدمات اجتماعی به مهاجران آشنا شدم و در پی آن از راهنمایی‌های مشاوران زبده این مرکز استفاده کردم. او با اشاره به این که فشارهای روانی روزهای اول را به کمک این مرکز توانسته فروکش کند ادامه داد: بالاخره توانستم با بهره‌گیری از خدمات دولت از جمله مراکز از این قبیل که جهت همراهی و همیاری مهاجران است رویای خود را محقق کنم هر چند که هنوز خیلی دور و سخت بود. به این ترتیب با توجه به سابقه تحصیلی ام در حقوق و سال‌ها تجربه وکالت در ایران تصمیم

شدم دنبال مرکزی می‌گشتم که بتوانم با یک مشاور فارسی‌زبان صحبت کنم. در آن زمان فکر می‌کردم که ما هر قدر هم که زبان انگلیسی و فرانسه قوی داشته باشیم باز هم با شوکی به نام شوک مهاجرت روبه‌رو هستیم که امکان بروز توانایی‌هایمان را در روزهای اول اقامت از ما می‌گیرد.

اسم مرکز CSAI رو با اسم خانم آغاسی شناخته بودم و اولین بار برای گرفتن مشاوره پایم را در این مرکز گذاشتم و توی همان ماه‌های اول کار داوطلبانه‌ام را

سرویس‌هایی را برای مهاجران و تازه‌واردین عزیز ارائه می‌دهد، از قبیل کلاس‌های فرانسه و انگلیسی، تکمیل فرم‌های مالیاتی و تنظیم دعوتنامه و ارائه مشاوره در خصوص کاربایی و انتخاب برنامه‌های تحصیلی و... اما خدماتی که این مرکز به تازگی اضافه کرده برگزاری کلینیک و جلسات مشاوره روانی و مددکاری برای مهاجران است.

بسیاری از ایرانیان تازه‌مهاجر به شهر مونترال برای کسب اطلاعات اولیه و نوشتن رزومه و معادل‌سازی مدارکشان حتماً به یکی از مراکز خدمات اجتماعی مراجعه کرده‌اند. یکی از این مراکز CSAI است که در ساختمان شماره ۶۲۰۱ در خیابان laurendeau در نزدیکی مترو ژولیکور واقع شده است. این مرکز را بسیاری از ایرانیان به خاطر فعالیت‌های مدیر آن، خانم لیدا آغاسی، می‌شناسند و بارها به آنجا مراجعه کرده‌اند اما مدتی است که دو نیروی ایرانی با لیدا آغاسی همراه شده‌اند و در این مرکز فعالیت‌های زیادی را انجام می‌دهند. مریم زارع و مهسا کبیری دو نیروی فعالی هستند که در این مرکز همکاری دارند. این مرکز که به تازگی هفتاد سالگی‌اش را جشن گرفته، به همت این دو عزیز خدمات جدیدی را از جمله به ایرانیان و فارسی‌زبانان در شهر مونترال ارائه خواهند کرد. به همین بهانه به سراغ شان رفتیم و درباره این خدمات با آن‌ها به گفت‌وگو نشستیم.

مریم زارع درباره ورودش به کانادا و نحوه آشنایی‌اش با این مرکز خدماتی چنین می‌گوید: من مثل بسیاری از تازه‌واردان وقتی دو سال ونیم قبل وارد مونترال



آکادمی ارودی

برای موفقیت در کانادا و یک زندگی بهتر در کنار شما هستیم.

دوره‌های رایگان و نوین مورد حمایت دولت، در آکادمی ارودی، شرکت کنید و همزمان دوره‌های استارت‌آپ بیزنس در دو سطح مبتدی و پیشرفته موجود است.

Québec Canada



با آموزش حمایت مالی بگیرید



همه دوره‌ها به زبان انگلیسی ارائه می‌شود

امکان دریافت وام و بورس بطور متوسط ۹۰۰ دلار در ماه

January 14th and 15th - February 11th
"Starting a Business, Starting your Life!"
(AVS Diploma, 5 Months)

بهره‌گیری از استناد کارآموده و وسعرب همراه با شبکه‌ی ارتباطی گسترده با شرکت‌های کانادایی

February 11th
"Executive Sales and Leadership"
(AVS Diploma, 7 Months)

کمک به بیش از ۱۰۰۰ خانواده ایرانی تنها در سال گذشته

February 11th
"Professional Sales and Marketing"
(DEP Diploma, 13 Months)

ارائه آموزش و خدماتی متفاوت در فضای عملی و پرتفرزی

www.erudit.co

514 513 4838

4055 Ste. Catherine Ouest H3Z 3J8 Room 161

برای مشاوره به زبان فارسی روزهای دوشنبه و چهارشنبه از ساعت ۱۳ تا ۱۷:۳۰ تماس بگیرید و با الهه صحبت کنید



هایک هارتونیان

Hayk Hartounian
Residential Real Estate Broker



RE/MAX
REMAX3000 Inc

- مشاور و متخصص املاک مسکونی در مونترال بزرگ
- ارزیابی و مشاوره رایگان
- تهیه وام مسکن با بهترین امکانات



1 Saint-Laurent

549000\$

دوبلکس، زیبا در قلب شهرک سن لوران، ۳ خوابه، آشپزخانه بزرگ، گاراژ دوبل، زیرزمین کامل شده.



2 Cartierville

739000\$

منزل ۵ خوابه، گاراژ دوبل، مساحت ۱۰۰۰ متر مربع



3 Cartierville

199.900\$

آپارتمان ۲ خوابه با تجهیزات کامل، لاندردی روم و نزدیکی به ایستگاه اتوبوس

9280 Boul. de l'Acadie, Montréal, (Qc) H4N 3C5 | www.remax3000.com

Bur: 514-333-3000 | Fax: 514-333-6376 | hayk.hartounian@remax-quebec.com

Cell: 514-574-6162

هفته به مرخصی می‌رود

هم‌زمان با کریسمس و شروع سال نو میلادی مجله «هفته» به مرخصی می‌رود. شماره بعدی در تاریخ ۱۲ ژانویه ۲۰۱۷ منتشر خواهد شد. شایان ذکر است که طبق روال سال‌های گذشته در سال ۲۰۱۷ نیز «هفته» چهار نوبت منتشر نمی‌شود: ۵ ژانویه، ۲۳ مارس، ۶ جولای و ۱۲ اکتبر.

همکاران «هفته» برای همه خوانندگان سالی پر از شادی و برکت آرزو می‌کنند.

رونمایی از یک آلبوم موسیقی پاپ در مونترال



زنگی نواخته می‌شود و تلنگری می‌زند و به یاد روزهای دور آهنگ‌های مورد علاقه‌اش را زمزمه می‌کند.

روز ۱۶ دسامبر در دانشگاه کنکوردا ضیا فت کوچکی بود به میزبانی خانم آتوسا تنگستانی‌فر به مناسبت معرفی اولین سی‌دی موزیک او: «کوچه»

ترنم موسیقی با آواز او از بلندگوها شنیده می‌شود. ابتدا آقای رضا هومن به معرفی کارها و برنامه‌های خانم آتوسا تنگستانی‌فر می‌پردازد و همچنین آقای مهران تاجیک آهنگ‌ساز آلبوم سخن می‌گوید و کارهایش را و سی‌دی تازه را معرفی می‌کند. در طرح روی جلد سی‌دی از قول آتوسا نوشته شده:

«تقدیم به تمام دانشجویانی که با وجود دشواری‌های گوناگون آموختن دانش را هدف خود قرار داده و در این مسیر در برابر سختیها سر تسلیم فرود نیاوردند.»

آتوسا در سخنان خود در هنگام معرفی آلبوم اشاره به این دارد که عواید حاصله از فروش سی‌دی‌ها جهت نیازهای دانشجویان نیازمند صرف خواهد شد و بعد از قدری توضیح درباره کارهایش می‌گوید: «سال گذشته با آقای تاجیک آشنا شدم. ایشان آهنگ‌ساز است و ملودی‌های زیبایی از ایشان شنیده بودم و با پیشنهاد ایشان و علاقه‌مندی خودم و چندین ماه تلاش این کلیپ به نام «کوچه» آماده شد. بیشتر شعرهای زیبای عاشقانه را ترانه‌سراهای جوان از ایران فرستاده‌اند و ملودی آنها از آقای تاجیک است. امید وارم از شنیدن آنها لذت ببرید.»

پس از صرف خوراکی خوشمزه و شیرینی و نوشیدنی گرم سالن را ترک می‌کنی و وارد هوای مونترال می‌شوی که بس ناجوانمردانه سرد است. بطرف اتومبیل می‌روی، سی‌دی را در دستگاه پخش موزیک اتومبیل می‌گذاری و از شعرهای زیبای عاشقانه و صدایی لطیف خواننده گرم می‌شوی. آتوسا خودش است، کارش و صدایش و لحنش تقلید نیست، برای خودش شناسنامه دارد...

تو که حالم رو دیدی؛ روزگرم رو دیدی؛ نه نداشتی تردیدی؛ برو برو برو... دلم تنگ می‌شه اما برو هر جا دلت خواست؛ تو خوش باشی کنارش، مهم نیست یکی تنهاست...

و فروغ را به یاد می‌آوری: تنها صداست که می‌ماند.

اشرف حمیدی / در میان دغدغه‌های روزمرگی آنجا که مشغله‌های زندگی فکر و ذهن را درگیر کرده و مشغول هستی به کار صبح تا شب، و حالا به ساحل موفقیت رسیده‌ای و در شهر تو را به سبب شغلت به نام می‌شناسند و در دانشگاه هم یک مرجع یاری‌رسان به دانشجویان نیازمند هستی؛ کارها را با تلاش و کوشش خودت سرانجام داده‌ای اما در گوشه‌ای از ذهنت ندایی به خاطرات کودکی‌ات اشاره می‌کنی حالا دیگر نمی‌توانی آن اشتیاق دوران کودکی را نادیده بگیری و خاطرات را مرور می‌کنی...

می‌گویی: «وقتی که از دبستان به خانه برمی‌گشتم این مادر بزرگ بود که بی‌صبرانه انتظارم را می‌کشید و با مهر سفره ناهار را می‌گستراند و غذایی را که با عشق پخته بود بر کامم می‌گذاشت. بقیه افراد خانواده هنوز نیامده بودند. مادر که آموزگار بود و پدر پر مشغله و تا رسیدن افراد خانواده این مادر بزرگ بود که برایم قصه می‌گفت و گاهی از من می‌خواست که شعرهای کودکانه را که یاد گرفته بودم برایش بخوانم و او هم آن‌چنان محو تماشا و تشویق من می‌شد گویی که به تماشای یک ارکستر سمفونیک بزرگ آمده است! خودش هم به تصدیق دیگران صدای خوشی داشت این تشویق‌های مهربانانه هم چنان ادامه داشت و در مهمانی‌های خاله و عمو جان این مادر بزرگ بود که از من می‌خواست تا بخوانم و حالا دیگر ترانه‌های خواننده‌های روز را از بر کرده بودم و می‌خواندم و در مدرسه‌ام در جشن‌ها که البته نه ترانه‌ی خوانندگان و شعرهای عاشقانه؛ بلکه فقط سرود.»

«اما این اشتیاق به خواندن در من هم چنان شعله‌ور بود و گاهی که همراه مادر به مدرسه میرفتم دختران از من می‌خواستند که آواز بخوانم. من منتظر چنین دعوتی بودم و آنها هم مشتاق شنیدن ترانه‌های عاشقانه. حس خوبی از خواندن داشتم مرا سرشار از انرژی می‌کرد.»

اما زمان گذشت. دور شدن و دورتر شدن از آنچه که بود مسیر آینده را نشان کرده بود. روزگار و سرنوشت از سرزمین مادری دورش کرد و به یک گوشه دیگر دنیا آورد. حالا باید زبان بیگانه را یاد می‌گرفت تا وارد فرهنگ مردمان جدید و میهن جدید بشود و چنین شد. حالا پس از گذر سال‌ها، اتمام تحصیلات دانشگاهی، تسلط بر دو زبان انگلیسی و فرانسه به عشق دوران کودکی برمی‌گردد... در یک گوشه دلش گاهی

دفتتر ترجمه رسمی

محمد رضا نوشاد جمال

مترجم رسمی، عضو کانون مترجمان رسمی کبک

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

- ترجمه رسمی تمامی مدارک
- مترجم شفاهی و کتبی به زبان های پارسی، فرانسه و انگلیسی
- تهیه کپی برابر اصل مدارک تحصیلی به وسیله دفترخانه رسمی در ایران
- تهیه دعوتنامه رسمی، تکمیل فرم های مختلف
- گواهی امضاء، تأیید کپی برابر اصل
- مترجم همراه برای امور پناهندگی، جنایی، طلاق و دیگر امور

noushadcanada@hotmail.com
www.noushadjamal.ca

تحويل ترجمه در کوتاه ترین زمان
هفت روز هفته با تعیین وقت قبلی از ساعت ۹ صبح تا ۹ شب

شعبه اول 3969 Rue Lanouette, # 04, H4G 1B5
De l'Église Tel:(514)575-7080

شعبه دوم 6630 Sherbrooke Ouest, # 2109, H4B 1N7
Vendôme Tel:(514)622-8569

شعبه سوم 3220 Ridgewood, #315, H3V 1B9
Côte des neiges Tel:(514)995-6084

محمد رضا نوشاد جمال
M. NoushadJamal

آژانس مسافرتی

Voyages Cortravco

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

Yasmeen
514 594 0344
Conseillère en voyages
Travel Consultant

ياسمين
cortravco

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

Re-Mi
Academy of Music

آموزشگاه موسیقی ر-می

آموزش کلیه سازهای ایرانی و کلاسیک
توسط استادان مجرب

پیانو، کیبورد (آرگ)، آواز، تار و سه تار،
دف و تنبک و سنتور و ویلون و گیتار

کلاس های نقاشی و طراحی

رایگان:
◀ کلاس های آواز گروهی (کر)
◀ دوره های تئوری موسیقی

کلاس های گروهی موسیقی کودک
به روش ارف برای کودکان ۴ تا ۸ ساله

514 996 1620
3333 Boul Cavendish Suite # 285 2nd floor, Montreal, Qc., H4B 2M5



کافه خاطره میهمان کلام دکتر محمد استعلامی



کافه خاطره در گامی دیگر دوشنبه ۱۹ دسامبر ۲۰۱۶ میهمان دکتر محمد استعلامی در کتابخانه وست مونت بود تا از صدای آرامبخش و کلام متین و سخنان شیرین این استاد شبی متفاوت رقم بخورد.

در این نشست که طبق معمول در کتابخانه وست مونت برگزار شد روایتی جذاب و صمیمی و کمتر شنیده از زندگی و روزگار و تجارب دکتر استعلامی عرضه شد به نحوی که بسیاری از حاضران گذر زمان را احساس نکردند. همچنین جذابیت شخصیت مهمان به حدی بود که بسیاری میهمانان جدید از سنین مختلف به این جمع پیوسته بودند و ترکیبی متفاوت از مخاطبان ساخته بودند و در پرسش و پاسخ نیز صمیمانه سوالات متفاوتشان را مطرح کردند.

یادداشت اختصاصی و مفصل دکتر سادات شریفی از این نشست را در شماره آینده تقدیم خوانندگان هفته خواهد شد.

کافه خاطرات در معرفی میهمانش آورده است: «دکتر محمد استعلامی در تیرماه ۱۳۱۵ در اراک به دنیا آمد. در سال ۱۳۳۴ در رشته‌های حقوق، زبان و ادبیات فارسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران پذیرفته شد. بیش از چهل سال کار آموزشی او که از دبیرستان‌های بندر پهلوی آغاز شده بود، با دریافت درجه دکتری در زبان و ادب فارسی، تصحیح و نقد شماری از شاهکارهای ادب ایران، و نشر کتاب‌ها و مقالات بسیار تا سال ۱۳۵۵ او را به مرتبه استادی زبان و ادب فارسی رساند. تدریس در سطح دانشگاه را دکتر استعلامی از سال ۱۳۴۳ در دانشگاه تهران آغاز کرد. با تأسیس وزارت علوم و آموزش عالی در سال ۱۳۴۶ او از نخستین کسانی بود که در آن عهده دار مسئولیت شد.

دکتر استعلامی در سال ۱۹۷۷ که برای گذراندن دوره مطالعاتی در آمریکا بود، در دانشگاه نیویورک به تدریس پرداخت. او در سالهای ۱۹۸۲ و ۱۹۸۳ سلسله سخنرانی‌هایی در دانشگاه دهلی و دانشگاه جواهر لعل نهرو ایراد کرد. از سال ۱۹۸۶ تا

سال ۲۰۰۱ استاد زبان و ادب فارسی در دانشگاه مک گیل در مونترال بود، و در همان فاصله یعنی از ۱۹۹۴ تا ۱۹۹۸ دو سال استاد میهمان در دانشگاه مطالعات خارجی توکیو، و دو سال هم استاد میهمان دانشگاه کلیفرنیا در برکلی بود. دکتر محمد استعلامی و کارهای او، بدون یک پیوست ناتمام خواهد بود: سهم پروین انوار، همسری که نزدیک به پنجاه سال با او زیست و در موارد بسیاری کمک‌های فکری او پیشرفت کارهای دکتر استعلامی را آسان تر کرد.

تقویم رخدادهای جامعه افغان و ایرانی در مونترال

از پنجشنبه ۹ دی ۱۳۹۵ / ۲۹ دسامبر ۲۰۱۶

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

<p>شنبه ۱۴ ژانویه</p> <p>سومین کارگاه راهنمایی دانشجویان کانون توحید مونترال</p> <p>16:00 Sat. Jan. 14. 2016 1455 De Maisonneuve W-R:H763</p>	<p>شنبه ۱۴ ژانویه</p> <p>نمایش فیلم «نقاب پوش» خانه افغان</p> <p>18:00 Sat. Jan. 14. 2017 50 Boul. Taschereau, #145-B</p>	<p>یکشنبه ۸ ژانویه</p> <p>رقص گروه «خورشید خانوم» گروه رقص خورشید خانوم</p> <p>Sun. Jan. 08. 2016 5347 Cot des Neiges</p>	<p>جمعه ۶ ژانویه</p> <p>نمایش فیلم «سلام بمبئی» آریا پرسپیس</p> <p>19:00 Fri. Jan. 06. 2017 6900 Boulevard Décarie</p>
<p>شنبه ۲۸ ژانویه</p> <p>حضور مکس امینی دانشگاه کنکورديا</p> <p>19:00 Sat. Jan. 28. 2017 Oscar Peterson Concert Hall</p>	<p>دوشنبه ۱۶ ژانویه</p> <p>کافه خاطرات با خسرو وزیري کافه خاطرات</p> <p>18:30 Mon. Jan. 16. 2016 4574 Sherbrooke W</p>	<p>یکشنبه ۱۵ ژانویه</p> <p>سومین کارگاه راهنمایی دانشجویان کانون توحید مونترال</p> <p>16:00 Sun. Jan. 15. 2016 1455 De Maisonneuve W</p>	<p>یکشنبه ۱۵ ژانویه</p> <p>نشست «حیدر بابا خاطره لری» ساوالان</p> <p>18:00 Sun. Jan. 15. 2016 1090 Avenue Greene</p>

مونترال در هفته‌های آینده از؛ ۲۹ دسامبر ۲۰۱۶

شروع رسمی فعالیت کتابخانه نوروزمین



کتابخانه‌ی نوروزمین از تاریخ ۱۰ ژانویه ۲۰۱۷ کارش را آغاز می‌کند. این مرکز فرهنگی در نظر دارد تا با ارائه‌ی خدمات فرهنگی در بخش‌های اصلی امانت و فروش کتاب، بیش از ۱۰۰۰ جلد کتاب فارسی و نیز برگزاری رخدادهای ادبی، هنری و فرهنگی دوستانان ادب و هنر از سرزمین نوروز را به دور هم جمع کند.

قبل، برای اجرای برنامه‌ها و رخدادهای فرهنگی، همایش، کنفرانس و غیره در این مرکز، اقدام فرمایند. ساعات کار کتابخانه از سه‌شنبه تا پنج‌شنبه ۱۲ تا ۲۰ و جمعه و شنبه ۱۰ تا ۱۶:۳۰ است.

نشانی: ۱۶۵۰ بلوار مزونوف غربی، واحد ۲۰۰ و تلفن اطلاعات ۵۱۴۷۸۷۸۸۴۰

لازم به ذکر است که علاقه‌مندان می‌توانند، با هماهنگی

سومین کارگاه راهنمایی دانشجویان تازه‌وارد



قوانین مهاجرت و شرایط دعوت از خانواده‌ها برای بازدید از کانادا، بیمه‌های دانشجویی و هزینه‌های درمان، و مواردی که دانشجویان باید بدانند را لحاظ کرده است. حضور در این برنامه رایگان است و علاقه‌مندان برای حضور در این جلسات باید ثبت نام کنند. برای اطلاعات از جزئیات و دسترسی به لینک ثبت نام در گروه تلگرام به آدرس: bit.ly/mtlworkshop3 عضو شوید و یا به نشانی: Info@toheed-mtl.ca مراجعه کنید.

کانون توحید مونترال، سومین کارگاه راهنمایی دانشجویان تازه وارد را در دانشگاه کنکور دیا برای روزهای ۱۴ و ۱۵ ژانویه ۲۰۱۷ ساعت چهار عصر برگزار خواهد کرد. این کارگاه در ساختمان شماره ۱۴۵۵ خیابان مزونوف غربی قرار دارد.

در وبسایت این کانون درباره محتوای این کارگاه دو روزه آمده است: این کارگاه موضوعاتی مانند این موارد را پوشش خواهد داد: تردد در مونترال، اجاره منزل و سرویس‌های اینترنتی و مخابراتی، کار هم‌زمان با تحصیل و فرصت‌های کار در دانشگاه، خدمات بانکی در مونترال،



شعبه کانادا: 1650 Maisonneuve West, #202, Montreal, H3H 2P3
Guy-Concordia
Tel.: +1-514 691 4383
Toll Free from Iran: (021) 853 128 32
Email: r.davoudi@farhang.ca

شعبه ایران: تهران، کارگرمشالی، تقاطع بلوار کشاورز، پهن کویه کیس، پلاک ۱۱۷۷-۲، واحد ۲
تلفن: +۹۸ ۲۱ ۶۶۶۲ ۱۵۱۱
+۹۸ ۲۱ ۶۶۹۴ ۸۱۵۴
Email: h.davoudi@farhang.ca

تغییر محل نمایش فیلم افغان «نقاب پوش» در مونترال

شماره تلفن: ۴۳۸۸۷۹۸۰۸۰ تماس بگیرند. محل نمایش: خانه افغان مونترال است که در واحد 145B در ساختمان شماره ۵۰ بلوار Taschereau واقع شده است.

شود که کنسل شده است. نویسنده و کارگردان این فیلم علی اکبر اکبر اکمل است. ورودی این برنامه ۱۰ دلار است. علاقه‌مندان برای کسب اطلاعات بیشتر با آقای احمد رائد،

فیلم «نقاب پوش» فیلم سینمایی افغان شنبه ۱۴ ژانویه ۲۰۱۶ ساعت ۶ عصر در خانه افغان به نمایش درخواهد آمد. قرار بود این فیلم در سالن کتابخانه نوروزلند برگزار

هفتمین نشست «حیدر بابا خاطره لری» توسط گروه ساوالان

که به نوعی طبع سرودن اشعار ترکی دارند دعوت می‌شود با شرکت و خواندن اشعار خود به این محفل ادبی رونق ببخشند. ورودی برنامه ۵ دلار است. برای کسب اطلاعات بیشتر می‌توانید با شماره تلفن: ۵۱۴۷۶۸۵۹۶۹ تماس حاصل نمایید.

غنی دیارمان به حضور در این جلسه دعوت می‌کند. در این برنامه حاضرین علاوه بر خوانش اشعار حیدر بابا، با شرح و واکاوی واژه‌ها، ضرب‌المثل‌ها، اسامی خاص، دستور زبان و اصول نگارش زبان ترکی زیبایی‌های این اثر بزرگ فولکلوریک را به بحث خواهند گذاشت. ضمناً از تمام کسانی

لیلی خاقانی/ هفتمین نشست «حیدر بابا خاطره لری» روز یکشنبه ۱۵ ژانویه ۲۰۱۷ ساعت ۶ بعد از ظهر در مرکز فرهنگی گرین واقع در ۱۰۹۰ خیابان گرین وست مونترال تشکیل خواهد شد. گروه ساوالان شما را جهت شناخت هویت و فرهنگ مردمی

کافه خاطرات همراه با خسرو وزیری

همواره در جستجوی ابزاری برای شناخت و تعریف هویت خود میباشند که خاطرات مشترک اعضای آنها یکی از این ابزارها است. با توجه به روابط دو جانبه خاطرات فردی و جمعی، تبادل بین آنها یکی از راه‌های بوجود آوردن خاطرات مشترک و نگرهداری از آن است. خاطرات مشترک در تبیین و تداوم هویت نقش اساسی دارند و این نقش در جوامع پویا و بخصوص مهاجر از اهمیت بسزایی برخوردار است و میتواند شکاف بین نسل‌ها را پر کند و ضامن هویتی مداوم و پویا باشد.

مهاجرت کرد. عضو سابق هیات‌رئیس کانون ایرانیان کبک در سال ۱۹۹۲ و به سمت مسئول اجرایی برنامه‌های هنری و فرهنگی کانون در آمد. همکاری با نشریات ایرانی مونترال، فعالیت‌های فرهنگی و به صورت آزاد، بعد از جدایی از کانون، عضو اسبق هیات مدیره کتابخانه نیما از دیگر فعالیت‌های وی در جامعه ایرانی مونترال است. جلسات کافه‌خاطرات در کتابخانه وست مونترال واقع در ۴۵۷۴ خیابان شربوروک غربی قرار دارد. علاقه‌مندان به شرکت در این جلسات در ساعت مقرر در این نشست‌ها حضور یابند. در صورت مساعد نبودن آب و هوا سه روز قبل ملقا برنامه با اطلاع خواهد جوامع بشری

بخش دوم کافه خاطرات همراه با خسرو وزیری در روز ۱۶ ژانویه ۲۰۱۷ ساعت ۶ و نیم عصر در کتابخانه وست مونترال برگزار خواهد شد. خسرو وزیری زاده اهواز به سال ۱۳۲۱ و بزرگ‌شده در شهر شیراز تا گرفتن دیپلم است. او دارای فوق لیسانس مهندسی کشاورزی و گذراندن دوره فوق تخصص در رشته طراحی باغ و پارک بوده و کارشناس فنی وزارت کشور و معاون دفتر مهندسی استان همدان قبل از انقلاب و کارشناس وزارت بازرگانی بعد از انقلاب است. خسرو وزیری در اول ماه دسامبر سال ۱۹۸۸ به کانادا

سازمان‌های فرهنگی و اجتماعی در مونترال

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

مدرسه فارسی زبان فرزندان
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 فیسبوکی «همه چیز در مورد مونترال»
برای اطلاع رسانی و همیاری ایرانیان
Infos pratiques sur Montréal

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

کتابخانه نیما
5206 Decarie
514-485-3652

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

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

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

«خانه ما» در وست آیلند
با برنامه‌های فرهنگی و تفریحی
4862 Boul. Saint-Charles, QC
H9H 3E2

کتابخانه نوروززمین
514-787-8848

1650 Maisonneuve West
Suite #200, Montreal, QC
H3H 2P3

خانه کتاب ایران - میکی
گالری - کتاب فروشی - کتابخانه
4438 De la Roche
514-373-5777

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

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 آیلند
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
 بهترین قیمت ها برای پکیج های آمریکای جنوبی (کوبا، دومینیکن، مکزیک و...)

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 **ATIO** **مترجم رسمی**

عضو رسمی انجمن مترجمان کبک و آناریو 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 فرم های رسمی

514 889 8765
 Office: 514 285 1637
 nsarvaran@hotmail.com

Heart of Downtown
 279 Sherbrooke West
 Office 205, Montreal
 QC) H2X 1Y2

1 Nun Island **2 Downtown** **3 Montreal**

2 bedroom with 2 parking condo **Condo For Sale And Rent** **Reposes Of Bank Condo**
 309000\$ Les Coures Mont-Royal 3 Bedroom 8521 Sqft in
 1300 Sqft 2 Bedroom 2 Bathroom Villeray/Saint-Michel

Business for sale

1 Hinchinbrooke **2 Downtown** **Store located in heart of downtown**

Property with business sale together Two business in one place, gift shop, money exchange, tobacco shop

- Condo for sale 2 bedroom condo in st.lambert price 169K
- 3 bedroom Apt for rent in Lasalle
- 2 bedroom condo 1400 SQFT with Garage for rent and sale
- 3 bedroom Apt in Longueuil for rent and sale (Near Metro Station)
- 3500 sqft office space for rent in ste- dorothee
- Iranian/Afghan grocery store in Brossard for sale

مشاورین املاک همتیان
مونترال | مسکونی - تجاری | ارزیابی رایگان - تهیه وام مسکن

Farsam Hemmatiyan **فیروز همتیان**
 Cell: 514-898-5636 فرسام همتیان Cell: 514-827-6364

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

نگاهی به رخدادهای هنری و فرهنگی در مونترال

هنر

در شهر هنر

■ پریسا کولان



همچون سوراخ بزرگی در شکم / تئاتر
Comme un grand trou dans le ventre

یکشنبه ۲۲ ژانویه ۲۰۱۷، ساعت ۱۹:۳۰

تئاتر «همچون سوراخ بزرگی در شکم»، داستان زندگی دو زن و دو مرد را روایت می‌کند که از تراژدی عبور می‌کنند. به گفته‌ی محل اجرای نمایش، «تئاتر میرلا و لینو ساپوتو»، با نگاهی به این داستان‌ها که زندگی خصوصی افراد را حکایت می‌کنند، به اعماق وجود جامعه‌ای نفوذ می‌کنیم که در آن شخصیت‌ها دائماً در حال رشد، تغییر و به سمتی نو در حال حرکت هستند.

این برنامه نمایشی از نزاع و در نهایت نو شدن، به تنهایی و در کنار یکدیگر است. اما به نقل از accès culture، قبل از هر چیز، این تئاتر قصیده‌ای برای زندگی است. مدت زمان این نمایش یک ساعت و پانزده دقیقه است. تلفن اطلاعات: ۵۱۴۹۵۵۸۳۷۰

Théâtre Mirella et Lino Saputo, 8370, boul. Lacordaire, H1R 3Y6



روبایهای آمریکایی / آواز
Rêves américains

شنبه ۲۱ ژانویه ۲۰۱۷، ساعت ۱۹:۳۰

«روبایهای آمریکایی» اثری متفاوت و تأثیرگذار از پیوند تئاتر، موسیقی و داستانخوانی است که به روایتی آمریکایی می‌پردازد. به نقل از accès culture و مرکز هنری برگزارکننده، این روایت با الهام از یک قطعه موسیقی فولکلور و بلوز زمان خود، بر اساس آثار ادبی «اشتاین‌بک»، «فرانک مایر» و «تورو» و متون از «توماس هلمن» در موسیقی، ساخته شده است. میزانشن این برنامه را «برجیت هنجنز» به همت سه هنرمند موسیقی و آواز انجام داده است. «ولاف گندل»، «بانجو، گیتار و پرکاشن و «سژ رینولدز» با کنترباس، آمریکایی بودن و نقش هنر که گاهی چارچوب‌شکن و آشوبگر است را با موسیقی و هنرشان به نمایش می‌گذارند. تلفن اطلاعات: ۵۱۴۸۷۲۸۷۴۹

Maison de la culture Ahuntsic-Cartierville, 10 300 rue Lajeunesse, 1er étage, H3L 2E5



منظری از روز آرام / موسیقی
Paysages du jour tranquille

پنجشنبه ۱۹ ژانویه ۲۰۱۷، ساعت ۱۹

«بلانش بیرژون» با آواز و آوای کنترباس خود برنامه‌اش را با استفاده از قطعاتی که برای اولین آلبومش ساخته، با عنوان «منظری از روز آرام» اجرا می‌کند. به گزارش مرکز فرهنگی فرونتوناک، او با چهار هنرمند توانا و مبتکر دیگر همکاری می‌کند. این هنرمندان از موسیقی همه جای دنیا الهام می‌گیرند، از مرزهای جاز می‌گذرند و این دو را با موسیقی کلاسیک تلفیق می‌کنند. به نقل از Le Devoir، این اثر حماسه‌ای آرامش‌بخش است که به مخاطب سرایت می‌کند.

هنرمندان دیگری که با «بلانش بیرژون» همکاری می‌کنند، «ملانی اوکلی» با ویولون سل، «گیوم بورک» با کلارینت، «ساشا دائود» با پرکاشن و «دیوگو راموس» با گیتار هستند. تلفن اطلاعات: ۵۱۴۸۷۲۷۸۸۲

Maison de la culture Frontenac, 2550, rue Ontario Est, H2K 1W7



جیسون روزنبلت / موسیقی
JASON ROSENBLATT

چهارشنبه ۱۸ ژانویه ۲۰۱۷، ساعت ۲۰

«جیسون روزنبلت» از هنرمندانی است که سعی می‌کند ساختار جدیدی را در موسیقی سنتی ایجاد کند. او با تلفیق موسیقی قدیمی و با الهام از بعضی از محله‌های قدیمی مونترال هم‌چون اوترمون، به عنوان نماینده‌ای از فرهنگ کبکی، سنت را با هنر معاصر گره می‌زند. به نقل از تئاتر اوترمون، «جیسون روزنبلت» در کنار دو هنرمند کبکی سنتی، «یان فلکه»، با گیتار و «پاسکال گم» با ویولون برنامه‌اش را اجرا می‌کند.

«روزنبلت» خود از پایه‌گذاران این نوآوری در موسیقی سنتی یهودیان محسوب می‌شود. او از قطعات موسیقی در رقص‌های سنتی، هم‌چون رقص بلغاری استفاده می‌کند تا آن‌ها را با فرم‌های کلاسیک و معاصر ویولون و هارمونیکا تلفیق کند. تلفن اطلاعات: ۵۱۴۴۹۵۹۹۴۴

Théâtre Outremont, 1248, avenue Bernard, H2V 1V6

LOADEX TRANSPORT INC. شرکت حمل و نقل بین‌المللی

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



تابلوه‌ها / نمایشگاه

Tableaux

ورودی رایگان

تا یکشنبه ۵ فوریه ۲۰۱۷، سه‌شنبه تا پنج‌شنبه ۱۳ تا ۱۹، جمعه تا یکشنبه ۱۳ تا ۱۷

«ژنیفر لوپین» هنرمندی است که آثارش را با تکیه بر گویش معماری، مجسمه‌سازی و با ساخت مکان‌های مجازی ارائه می‌کند. به گزارش مرکز فرهنگی هنری پلاتو مون‌روئال، او مفهوم ترجمه‌ی اجسام و اشیاء را گسترش می‌دهد و از فضای نمایشگاه برای عینیت بخشیدن به نمادها، در مجسمه‌سازی، بهره می‌گیرد.

این هنرمند در این نمایشگاه، با حجم‌هایی که نمایش می‌دهد، از تجربه‌ی مستقیم خود از لحظه‌ای که نه جسمانی و نه تئوری‌ست بهره می‌گیرد. او از معانی متضاد استفاده می‌جوید و فضایی را ایجاد می‌کند که در آن مرئی و نامرئی و آشنا و غریبه را با هم عجین می‌سازد و اثر با محیط خودش تعریف می‌شود. تلفن اطلاعات: ۵۱۴۸۷۲۲۶۶

Maison de la culture du Plateau-Mont-Royal, 465, avenue du Mont-Royal Est, H2J 1W3



زن طلایی / فیلم

La dame en or

ورودی رایگان

سه‌شنبه ۲۴ ژانویه ۲۰۱۷، ساعت ۱۹ و ۱۳:۳۰

هنگام مرگ خواهر بزرگترش، «ماریا آلتمن» نامه‌ای را پیدا می‌کند که در آن از برتره‌ای از خاله‌اش صحبت می‌شود که به دست «گوستاو کلیمت»، کشیده شده است. «گوستاو کلیمت» نقاش مشهور نمادگرایی اتریشی‌ست که در کارهایش بارها از بدن برهنه‌ی زنان استفاده کرده است. در این نامه گفته می‌شود که این اثر توسط نازی‌ها ضبط شده، در حال حاضر در موزه‌ای در شهر به نمایش گذاشته شده است. این فیلم داستان کشمکش‌های قضایی «ماریا آلتمن» را، برای بازپس‌گیری این اثر، روایت می‌کند. این درگیری‌ها او را با وکیلی به نام «راندی شوئنبرگ» آشنا می‌کند. کارگردان این اثر «سیمون کرتیس» و فیلم محصول کشور ایالات متحده‌ی آمریکا، در سال ۲۰۱۵ است. تلفن اطلاعات: ۵۱۴۳۲۸۴۰۰۰ داخلی ۵۶۴۰

Maison culturelle et communautaire de Montréal-Nord, 12004, boulevard Rolland, H1G 3W1



یک کار کوچک / فیلم

Un petit boulot

دوشنبه ۲۳ ژانویه ۲۰۱۷، ساعت ۱۹:۳۰

«ژک» در شهر کوچکی زندگی می‌کند که در آن تمام ساکنین به خاطر شکست خوردن سهام و اخراجشان از کارخانه دچار مشکلات شدید مالی هستند و در عسرت و تنگدستی زندگی می‌کنند. کارخانه تعطیل شده، دوست دختر «ژک» او را تنها گذاشته و او ماه‌های روز به روز بیشتر می‌شوند. به همین دلیل وقتی که صحاف مافیایی به او پیشنهاد می‌دهد که همسر صحاف را بکشد و پولی دریافت کند، «ژک» با کمال میل می‌پذیرد. این اثر محصول مشترک دو کشور فرانسه و بلژیک، در سال ۲۰۱۶، مدت زمان آن ۱۰۰ دقیقه و بلیت ورودی آن ۶.۵۰ دلار است. این فیلم برای کودکان زیر ۱۳ سال توصیه نمی‌شود. تلفن اطلاعات: ۵۱۴۶۳۴۳۴۷۱ داخلی ۳۰۲

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



خانواده‌ها / فیلم

Belles familles

دوشنبه ۲۳ ژانویه ۲۰۱۷، ساعت ۱۶ و ۱۹:۳۰

«ژروم ورن» یک مرد پرمشغله و موفق است که از حدود ده سال پیش در شانگهای زندگی می‌کند. او به همراه نامزد خود «چن‌لین»، به پاریس سفر می‌کند و از این فرصت برای تجدید دیدار با خانواده‌اش استفاده می‌کند. هنگام خوردن شام با برادر و مادرش، «ژرم» متوجه می‌شود که منزل قشنگ کودکی‌اش، در «امبری» هنوز فروخته نشده و درگیری‌هایی بر سر این ملک میان دوست قدیمی او، «گرگوار» و شهرداری در گرفته است. «ژرم» تصمیم می‌گیرد که به آنجا برود. او دوست قدیمی‌اش را پیدا می‌کند و با دختر جوان زیبا و جذابی از خانواده‌ی او آشنا می‌شود و این آشنایی به طولانی شدن سفر او می‌انجامد. تلفن اطلاعات: ۵۱۴۴۹۵۹۹۴۴

Théâtre Outremont, 1248, avenue Bernard, H2V 1V6



EXO FRUITS

فروشگاه بزرگ مواد غذایی اکسوفروت

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

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

تماشاگر و بازیگر، نفس به نفس

با مازیار شاهچراغی، به بهانه‌ی تئاتر «بازی»

پریسا کولان



شود. این اتفاق حتی در سینما هم نمی‌افتد چرا که وجود دوربین و عوامل صحنه همچنان تماس مستقیم تماشاگر و اثر هنری را قطع می‌کنند. این ارتباط مستقیم در تئاتر با وجود همان سه نقطه‌ی اتکا در نمایش برقرار می‌شوند. ابزار ارتباطی برای این هنرمند، در تئاتر، استفاده از حواس پنجگانه بینایی، شنوایی (کلام و موسیقی)، بویایی، چشایی و لامسه است و از هیجان‌های پنهانی در کلام و المان‌های ارتباطی نیز باری می‌گیرد. مازیار شاهچراغی از این ظرایف برای نزدیک شدن به مخاطبش و جذب کردن او به سمت اثر هنری خود بهره می‌گیرد. به همین منظور گاه قبل از اجرای نمایش، تماشاگران را، به شیوه‌ی خود، در کار وارد می‌کند یا از حواس برای آشنا کردن مخاطب با فضای کارش و درگیر کردن او با چیزی که قرار است ببیند، استفاده می‌کند.

بیرونی یا درونی صورت بگیرد و با ابزارهای متفاوت کامل می‌شود اما نمی‌توان برای آن انتهایی قائل شد و این را می‌توانیم در سوءظن‌ها و سوء تفاهم‌های اجتماعی در مغایرت با منشأ و مبدأ معنا حس کنیم. او ارتباط را مجموعه‌ی تأثیرات داده شده و گرفته شده میان دو نقطه می‌داند.

به گفته‌ی این هنرمند، تماس برقرار کردن در تئاتر به سه نقطه‌ی اصلی کارگردان، بازیگر و تماشاچی ختم می‌شود که سه نوع مرادده را می‌سازند. آن‌ها نقاط انسانی هستند که در وجود تئاتر به عنوان یک هنر انسانی خلاصه شده‌اند. در اجرای نمایش و زمانی که در اثر هنری بدن درگیر می‌شود، هیچ پرده و یا عامل دیگری میان آن اثر که همان انسان است و مخاطب وجود ندارد و تماشاگر می‌تواند در چشم اثر هنری خیره

مازیار شاهچراغی هنرمند کارگردان و بازیگر جوانی است که از ابتدای جوانی زمان زیادی از زندگی خود را صرف هنر مورد علاقه و حرفه‌اش، تئاتر کرده است. این روزها قرار است نمایش جدیدی را کارگردانی کند و به صحنه برود. نمایشی که روابط انسانی، هویت و زندگی از دغدغه‌های اصلی آن است. او هویت را متغیر می‌داند و معتقد است که هر کسی در هر اتفاقی جایگاهش را بنا به شرایط عوض می‌کند. گویی از هر قسمت از وجود و شخصیتش به شکلی متفاوت در جریان‌ات مختلف بهره می‌گیرد.

ارتباط برای هنرمند یک فرآیند دو سویه است و مفهوم مطلق نیست زیرا که حس‌های مشترک به وجود آمده و قراردادهایی که داریم ممکن است در وجود هر انسانی، متفاوت باشند. این پیوستگی می‌تواند با یک عامل

Re-Mi
Academy of
MUSIC



www.remiacademy.com



آکادمی موسیقی ر-می

آموزش گیتار پاپ، کلاسیک و فلامنکو

کله برای اطلاعات بیشتر و ثبت نام یا ما تماس بگیرید:

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

را به تفکر وامی داریم و این فرآیند یک ارتباط دوطرفه است. شاهچراغی آثار خود را تلاشی صادقانه برای نشان دادن چیزهایی که در زندگی اهمیت دارند می‌داند. او فکر می‌کند که بعضی اوقات از دست دادن این چیزها برای ما بسیار گران تمام می‌شود. این هنرمند به خوب بودن و انسان بودن می‌اندیشد و در دل هر داستان، نمایشنامه و تئاتر این مفهوم را جستجو می‌کند. او معتقد است که انسان به فلسفه، تفکر و بهتر شدن نیاز دارد. تئاتر برای این بهتر شدن تلاش می‌کند و تماشای آن همچون

ساده‌ی بکت در نوشتار را می‌پسندد و تا به حال چند تا از کارهای او را به صحنه برده است اما دوست ندارد که خودش را فقط در دنیای بکت محاصره کند. او جذابیت نمایش برای تماشاگر را هنر می‌زاند، طراحی صحنه و آگاهی از آن چه نمایش می‌دهیم می‌داند و از این میان به کارهای بهرام بیضایی اشاره و توانایی این هنرمند بزرگ در تأثیری که بر روی مخاطبش می‌گذارد را مطرح می‌کند. مازیار شاهچراغی تئاتر را از هنرهای هفتگانه نمی‌داند.

او معتقد است که ارتباط می‌بایستی متعادل باشد و بعضی اوقات برنامه‌ریزی می‌کند تا تماشاگر را تشنه‌ی جستجو و یافتن سازد. شاهچراغی فکر می‌کند که آدم‌ها خیلی کم با کلام ارتباط برقرار می‌کنند و تمام رفتارها و حرکات شان منبع مراد است. او تلاش می‌کند که به انسان‌ها نگاه کند و به حرف‌هایشان گوش بدهد و اعتقاد دارد که انسان‌ها دائماً دچار سوء تفاهم می‌شوند. او می‌گوید که صرفاً واژگانی که استفاده می‌کنیم منبع انتقال اطلاعات نیستند بلکه می‌بایستی به آن‌ها ابزار



هدیه‌ای شسته رفته و جذاب است که درس‌هایی را برای مخاطبش به جای می‌گذارد که رسیدن به آنها ساده نیست. او معتقد است کسی که تئاتر اجرا می‌کند، به شکلی سرگرم‌کننده مخاطب را، به ساده‌ترین شکل، از پرداخت هزینه‌ای گزاف برای تجربه کردن و آموختن آزاد می‌سازد.

نمایش «بازی»، Play، در تاریخ ۲۰ و ۲۱ ژانویه ساعت ۱۹ در Art neuf, 3819, rue Calixa-Lavallée, 3A7 H2L، به صحنه می‌رود. علاقه‌مندان می‌توانند برای تهیه بلیت به صفحه‌ی فیسبوک «گروه نمایش زندگی» و یا حضوراً به آکادمی موسیقی ر-می مراجعه فرمایند. تلفن اطلاعات: ۵۱۴۶۳۸۳۸۳۵
3333 boul. Cavendish, H4B 2M5

به نظر او تئاتر مجموعه‌ای از تمام هنرهاست. این هنر از نقاشی، مجسمه‌سازی، ادبیات و غیره بهره می‌گیرد تا خودش را زنده نگه دارد و این کمال در یک اثر هنری است. او تئاتر را با انسان مقایسه می‌کند که در انزوا از بین می‌رود. تئاتر هنر وابسته‌ای نیست و تجمع هنرهای دیگر در دل تئاتر، قدرت و هویت آن را نشان می‌دهد. بدون شک وجود تماشاگر قسمتی از تئاتر است و عدم وجود آن این هنر را بی‌معنی می‌سازد. تماشاگر و بازیگر، نفس به نفس، به همراه یکدیگر تئاتر را به جلو هدایت می‌کنند.

مازیار شاهچراغی با انگیزه و انرژی به جلو پیش می‌رود. او به زودی نمایش Play، را به صحنه می‌برد و معتقد است که وقتی کار خوبی را به مخاطب ارائه می‌دهیم او

اضافه کرد. حتی ارائه‌ی جزئیات نیز گاهی برای انتقال معنایی که در ذهن داریم کافی نیست.

با نگاهی به کار اخیر او، از نمایشنامه‌های ساموئل بکت، با عنوان Play، بازی، این نگرش را، در آثار او، بیشتر درمی‌یابیم. این کار به تنهایی انسان، قطع و عدم ارتباطش با دنیا و انسان‌های دیگر می‌پردازد. انسان‌ها روابط شان را در سطح نگه می‌دارند و به قول مازیار شاهچراغی، بکت به نوعی به انسان طعنه می‌زند و به یادآوری می‌کند که برای ارتباطات خود هیچ تلاشی نمی‌کند. این نوع نگاه را نه تنها در نمایشنامه‌ها، بلکه در

رمان‌های بکت هم می‌بینیم. ساموئل بکت از نویسندگان مورد علاقه‌ی این هنرمند است و با این علاقه وارد دنیای تئاتر شده است. او زبان

ارسام

مدرسه موسیقی

برگزاری دوره‌های آموزشی:

تدریس آلات موسیقی (کلاسیک و ایرانی)

تئوری موسیقی، آواز (پاپ و سنتی)

نمایش، رقص، نقاشی و خوشنویسی

École De Musique
arsam

4862 Boul. St-Charles, Pierrefonds, Montreal, QC | H9H 3E2

Tel: 514.677.7818 Telegram: arsam school Facebook.com/arsam.music.school

ضرورت این خدمات در سال‌های اولیه مهاجرت که معمولاً مهاجران دستخوش سردرگمی و دغدغه‌های زیادی هستند و به دلایل مختلف از جمله ضعف زبان و آشنایی با فرهنگ جدید قابل ارزیابی است.



مهسا کبیری: استقبال از این مرکز گسترده است

موجود است.

آیا برای شرکت در این جلسات باید هزینه‌ای پرداخت شود؟

مریم زارع: کلیه خدمات این مرکز رایگان است

تا چه اندازه این خدمات را ضروری می‌بینید؟ مهسا کبیری: ضرورت این خدمات در سال‌های اولیه مهاجرت که معمولاً مهاجران دستخوش سردرگمی و دغدغه‌های زیادی هستند و به دلایل مختلف از جمله ضعف زبان و آشنایی با فرهنگ جدید قابل ارزیابی است. کمک‌هایی این مرکز با مشاوران زبده و با تجربه در زمینه‌های مختلف اجتماعی، حقوقی و روانشناسی و زبان آموزی دستگیر مهاجرین عزیز بوده و با آن‌ها قدم به قدم تا رسیدن به سرمنزل مقصود همراهی می‌کند.

افراد مجرب در زمینه مشاوره و مددکاری به چه صورت انتخاب شده‌اند و چند نفر هستند؟ آیا این افراد فعالیت شان به صورت داوطلبانه است؟

مهسا کبیری: مشاوران از بین متقاضیان این خدمات با تحصیلات و تجربیات مرتبط و توانایی برقراری ارتباط با اکثر زبان‌های رایج در کانادا از جمله فارسی، عربی و اسپانیایی دارند، گزینش دقیق شده و در صورت برابری با استانداردهای دولت و این مرکز و برخوردار بودن کلیه شرایط لازم از جمله مهارت‌های تخصصی، تجربیات مرتبط تخصص مورد نظر، موثق و مورد اعتماد بودن و از همه مهم‌تر علاقه به دستگیری و همیاری هموطنان عزیز انتخاب می‌شوند. سرلوحه فعالیت همه مشاوران می‌بایست علاقه به رفع نیاز و کمک به مهاجران بوده و دغدغه اصلی آن‌ها التیام دردهای ناشی از سردرگمی و استرس‌های سال‌های اولیه مهاجرت باشد. این مرکز با ارائه خدمات مهم اجتماعی و حقوقی به طور رایگان و در کلیه اقصای قدم بزرگی جهت تحقق این هدف برداشته است. امید است که بتوان با گسترده‌تر کردن این خدمات گام مهمی در جهت همیاری هموعان و هموطنان برداریم.

افراد در چه روزهایی می‌توانند برای مشاوره و مددکاری به این مرکز مراجعه کنند؟

مریم زارع: مرکز هر روز آماده خدمات رسانی به شماست، اما هماهنگی و گرفتن قرار قبلی از ملزومات کیفیت بهتر خدمات محسوب می‌شود.

خانم مهسا کبیری و مریم زارع عزیز از شما سپاسگزارم.



با توجه به این که این مرکز فعالیت‌های جدیدی را برای خدمات دهی به جامعه ایرانی راه اندازی کرده است، ارتباط ایرانیان با این مرکز به چه صورتی است؟

مهسا کبیری: خوشبختانه به دلیل قدمت و حسن شهرت این مرکز که به تازگی هفتادسالگی خود را جشن گرفت همیشه استقبال شایانی از خدمات مفید و ارزشمند این مرکز شده. باعث افتخار است که بگوییم بزرگترین هدف این مرکز خدمت بی‌دریغ و بی‌شائبه به طور عادلانه برای کلیه مهاجرین فارغ از هر نوع تبعیض ملیتی، مذهبی، جنسی و زبانی است. و مفتخر است که در تمام این سال‌ها به طور رایگان همراه و یاور عزیزان تازه وارد بوده

این مسیر من را بر این داشت که به طریق گسترده‌تر این خدمات را همه‌گیر کنم به طوری که همه هموطنان حتی کسانی که توانایی پرداخت هزینه‌های سنگین مشاوران حقوقی را ندارند نیز پوشش داده شوند

گرفتم راه دشوار و کالت را ادامه دهم. به همین ترتیب در دانشگاه مک گیل برای تحصیلات تکمیلی و در نهایت جهت اخذ پروانه و کالت کبک شروع به تحصیل کردم. در حین تحصیل نیز به کمک همکاران و کیل توانستم در پرونده‌های زیادی به عنوان حقوقدان ایرانی که حقوق کانادا را هم فرا گرفته به هموطنانم کمک کنم. این مسیر من را بر این داشت که به طریق گسترده‌تر این خدمات را همه‌گیر کنم به طوری که همه هموطنان حتی کسانی که توانایی پرداخت هزینه‌های سنگین مشاوران حقوقی را ندارند نیز پوشش داده شوند و با آشنایی با لیدا آغاسی این فرضیه تحقق یافت و جامعه عمل پوشید و من در زمینه‌های مختلف حقوقی به طور رایگان در خدمت هم میهنان خود هستم.

مجموعه شما به تازگی فعالیت‌های تازه‌ای را شروع کرده است این فعالیت‌ها شامل چه بخش‌هایی می‌شود؟

مریم زارع: مجموعه (CSAI centre social d'aide aux immigrants) همان طور که از اسمش مشخصه خدمات و سرویس‌هایی را برای مهاجران و تازه واردین عزیز ارائه می‌دهد، از قبیل کلاس‌های فرانسه و انگلیسی، تکمیل فرم‌های مالیاتی و تنظیم دعوتنامه و ارائه مشاوره در خصوص کاربایی و انتخاب برنامه‌های تحصیلی و... اما خدماتی که این مرکز به تازگی اضافه کرده برگزاری کلینیک و جلسات مشاوره روانی و مددکاری برای مهاجران است. بعد از بررسی‌های مختلف و نیازسنجی‌های متعدد، مرکز تصمیم به ارائه این سرویس گرفت. نیازی که همه ما به خاطر آموزش‌های ناصحیح فراموشش کردیم، و باید ببینیم تا حال روح را خوش نکنیم حال جسم خوب نمی‌شود. گاهی فقط نیاز به یک گوش داریم، گوشی که بی هیچ قضاوتی ما را بشنود، پس فکر می‌کنم مرکز CSAI جای مناسبی باشد برای دل‌هایمان.

همچنین جلسات کافه، که در این جلسات افراد با ملیت‌های مختلف دور هم جمع می‌شوند و درباره روزمرگی‌ها و برنامه‌های آتی شان صحبت می‌کنند. هدف از این برنامه علاوه بر بهبود سطح زبان، دوست یابی و ادغام شدن در جامعه جدید است. از مهم‌ترین و جدیدترین خدمات این مرکز، مشاوره و آتلیه‌های حقوقی ست که همکارم مهسا کبیری در این خصوص خدمات می‌دهند.

نحوه شرکت در این جلسات به چه صورتی است؟

مریم زارع: برای شرکت در این برنامه‌ها کافی ست با مرکز تماس بگیرید، البته اطلاع بیشتر از برنامه‌ها در فیس بوک فرانسه و فارسی مرکز و کانال تلگرام مرکز

مرکز خدمات مهاجرین مونترال: Instagram:

مرکز خدمات مهاجرین مونترال: Fb:

Fb: CSAI

Telegram: <https://telegram.me/csai2016>

csai2016

فروشگاه آریا SUPERMARCHE ARIYA



ماهی سرخ شده
با برنج
\$14.99



اسپیشال
ماهی سرخ شده
\$9.99

رستوران

ماهی تازه و کبابی با کمترین قیمت
انواع کباب:
کوبیده، چنجه، برگ،
جوجه و مرغ کامل بریان
سرویس کیترینگ
با غذاهای افغانی و ایرانی
نانوایی با پخت روزانه

فرصت را از دست ندهید، تخفیف های ویژه این هفته

 \$2.79 رشته آش	 \$7.99 گوشت گوساله (kg)	 \$9.99 گوشت چرخ کرده (kg)	 \$9.99 پنیرفتا 1 کیلوگرم	 \$12.99 پنیرفتا (گاری-گوسفندی)	 \$3.49 خیار شور یک و یک	 c0.99 ماکارانی flagga
 \$5.49 روغن سبزیجات (3 l.) Spectra	 \$2.49 آبمیوه گیلاس 1 لیتری	 c0.79 نمک	 \$2.99 آبلیمو یک و یک	 \$3.99 تن ماهی	 \$3.99 خورش ذیبه سیب زمینی	 c0.99 سالاد کاهو
 \$1.49 آلو (lb)	 \$1.99 انگور فرمز (lb)	 \$1.59 هلو (lb)	 \$2.99 پهناز (10 lb)	 \$3.49 شور مخلوط	 \$5.99 ترشی زیتون	 \$3.49 ترشی بندری
 \$2.99 رب گوجه فرنگی زین	 \$7.99 چای نازو 50 گرمی	 \$2.99 کلاب	 \$10.99 برنج هندی (10 lb) RICEINDIAGATE	 \$44.99 برنج نورانی (40 lb) NOORANI RICE	 \$3.49 شریبت گیلاس	 c0.99 نان سنگک



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



مرکز خدمات اجتماعی CSAI

در راستای ارتقای اطلاعات حقوقی شهروندان فارسی زبان، اقدام به برگزاری آتلیه‌های آموزشی با حضور مشاور حقوقی مجرب (وکیل پایه یک دادگستری) در روزهای شنبه با موضوعات ذیل نموده است:

حقوق خانواده

ازدواج و طلاق،
حضانة، نفقة

وصیت وارث

انواع قرارداد

خرید و فروش،
رهن و اجاره،
وکالت، ضمانت،
ضامن

رایگان

قیمومت

أموال غیر منقول



CSAI siège social
6201, rue Laurendeau
514 932 2953

همچنین شهروندان عزیز می‌توانند به منظور قرار ملاقات فردی با حقوق‌دانان مرکز با مریم زارع تماس حاصل نمایند.

**Why Pay
More?**

**مشاور بیمه
و برنامه ریزی بازنشستگی**



Behrooz Babakhani

Independent Financial Advisor
cabinet de service financiers

PRO VIE

www.provieassurances.com

behrooz@babakhani.ca

(514)-606-5626

بهروز باباخانی

در همکاری با بیش از ۱۶ شرکت بیمه و سرمایه گذاری در خدمت شما

- Retirement planning
- Life Insurance
- Mortgage Insurance
- Disability Insurance
- Critical illness Insurance



کالج الیت

www.elitecollege.ca

Travel Sales

شروع دوره:

از ۷ فوریه روزهای سه شنبه و چهارشنبه و پنج شنبه

Secretarial Studies

شروع دوره:

از فوریه از روز دوشنبه تا جمعه

Starting a Business

شروع دوره:

شنبه ها ۱۰ دسامبر

شنبه ها ۷ ژانویه

یکشنبه ها ۸ ژانویه

جمعه ها ۱۳ ژانویه

Professional Sales

شروع دوره:

از ۱۱ مارس روزهای شنبه و یکشنبه

Sales Representation

شروع دوره:

از ۱۳ فوریه روزهای دوشنبه و پنجشنبه

کلاس زبان انگلیسی Business English رایگان

برای دانشجویان کالج الیت تماس: 514-574-2042 (مشاوره به فارسی)



**مشاور فارسی زبان برای تکمیل
فرم های مخصوص وام و بورس**

Adult Vocational Paid Training

آموزش حرفه ای بزرگسالان با بورس ماهانه
امکان دریافت وام و بورس: ماهانه ۹۰۰ دلار و بیشتر

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



Charlevoix

Du College

514-303-8237

514-582-1068

514-812-6555

514-862-1982

پرونده



شیرین مهاجری
عکس از حامد تابعین

کوچه، آلبومی برای یاری

وقتی که عشق از صدا ترانه می‌سازد

دانشجویان ایرانی نیازمند ببخشند. جمعه گذشته روز رونمایی از آلبوم کوچه بود. دانشگاه کنکور دیا برای قدردانی از این هدف بزرگ، یکی از سالن

و مسکن می‌شناسند. آنطور که خودش می‌گوید از کودکی خواندن را دوست داشته اما هیچوقت فرصتش پیش نیامده بود. او بارها شاهد وضعیت سخت زندگی دانشجویانی بوده که با مشکلات زیادی دست به یقه

داستان از آنجا شروع می‌شود که دانشجوی بی‌خانمان می‌آید و با پتو سر کلاس درس می‌نشیند. با یک پتو برای فرار از سرما. خانه دارد، نه اینکه نداشته باشد. اما خانه‌اش در آتش سوخته و حالا هیچ چیز ندارد.



هایش را با تمام امکانات در اختیار آتوسا قرار داد تا پذیرای میهمانانی باشد که از دور و نزدیک خودشان را به مراسم رسانده‌اند. موسیقی و آواز در فضا طنین انداخته و با گرما و حرارت به استقبال میهمانان می‌رود. شاید برای ایرانیانی که از وطنشان دور هستند هیچ لحظه‌ای آرامبخش تر از آن نیست که خودشان را از هوای سرد و برفی به جایی برسانند که صدایی گرم با ترانه‌ای به زبان مادری گوششان را بنوازد. اینجا همانجاست. جایی که ترانه‌ها گرمایشان به برف و سرما غلبه کرده است. فضا پر از ترانه و ملودی است. ملودی‌هایی ایرانی که به قول مهران تاجیک، آهنگساز و تنظیم کننده آلبوم، هیچ ساز غیر ایرانی در آنها به کار نرفته و در واقع ملاحظت موسیقی ایرانی را می‌شود در آنها دید. او معتقد است مهم ترین و بالاترین بخش این آلبوم، نیتی است که در

هستند و برای حل مشکلاتشان به دفتر کارش رجوع می‌کنند. دیدن دانشجوی پتو بر دوش و زن جوانی که به خاطر نداشتن پرداختن هزینه مهد کودک، هر روز کودکش را با خود به دانشگاه می‌آورد و ماجراهایی از

داستان از آنجا شروع می‌شود که دانشجوی بی‌خانمان می‌آید و با پتو سر کلاس درس می‌نشیند. با یک پتو برای فرار از سرما. خانه دارد، نه اینکه نداشته باشد....

این دست، او را بر آن داشت که با هزینه‌های شخصی آلبومی بسازد تا درآمد حاصل از فروشش را به

خودش مانده و یک پتو و یک دنیا علاقه به درس و دانشگاه. مانند او کم نیست. از این ماجراها زیاد است. ماجرای دانشجویان عاشقی که هیچ چیز از ادامه مسیر بازشان نمی‌دارد. می‌تازند و با هر دردمسری که هست کم نمی‌آورند. نیروی عشق، جادویش بزرگتر از این حرف هاست. آنقدر بزرگ که می‌تواند تبدیل شود به ترانه و آواز. به صدا. صدایی که در حنجره شعله‌ور می‌شود تا یاری رسان دانشجویانی باشد که هزار و یک مشکل پیش رو دارند و باز هم کم نمی‌آورند... این ادامه داستان است، خلق یک آلبوم موسیقی برای کمک به دانشجویانی که نیازهای مالی امانشان را بریده. آلبوم کوچه با صدای آتوسا. آتوسا تنگستانی فر. در بخش وام و بورس و دفتر جوایز دانشگاه کنکور دیا مشغول به کار است و البته خیلی‌ها نامش را به عنوان مشاور املاک



وقتی که عشق از صدا ترانه می‌سازد

خلق یک آلبوم موسیقی برای کمک به دانشجویانی که نیازهای مالی امانشان را بریده. آلبوم کوچه با صدای اتوسا. اتوسا تنگستانی فر.



خانم دکتر جویدیت آنت لاشلی Judith Annette Lashley موافقت می‌کند و در ادامه صحبتش از کار اتوسا به عنوان گامی انسانی برای حمایت از اینگونه دانشجویان یاد می‌کند و معتقد است اینجور کارها جای قدردانی دارد و باید از آنها حمایت شود.

دنبال فرصتی برای بروز استعدادهایش بوده: «از همان شش سالگی یادم می‌آید همیشه با خودم مشغول تمرین و خواندن بودم و وقتی قرار بود جایی برویم و با

یکی از اساتید دانشگاه کنکور دیا هم در بین میهمانان است. همان استادی که دانشجوی پتو بر دوش سر کلاسش حضور داشته.

پشت آن قرار دارد و در واقع سبب خلق آن شده است: «این موضوع آنقدر برایم جذاب و مهم است که وقتی اتوسا به دفترم آمد و از ماجرای ساخت آلبوم و دلیلش برای این کار گفت همان روز قرارداد را امضا کردم و کار اولین آهنگ را هم آغاز کردیم. آهنگ دوست دارم اولین آهنگ بود.» آلبوم کوچه ۹ ترانه دارد که آنها توسط بابک ارجمند، آهنگسازی از ایران است. ترانه‌ها با دقت و وسواس انتخاب شدند و بیشتر هم آنهایی که ته مایه‌هایی از عشق و حمایت در آنها دیده می‌شود. اما به گفته تاجیک، از بین این ۹ ترانه، کوچه مفهومی تر و فاخرتر است چراکه این ترانه پر از ایهام و صنایع ادبی است: «همین زیبایی ترانه سبب شد تا

کمک‌های بی‌دریغ مهران برای انتخاب ترانه‌ها: «دوست داشتم ترانه‌ها بیشتر عشق و حس حمایت را به شنونده‌هایم منتقل کنند. مهران هر روز ترانه‌های زیادی را معرفی می‌کرد و با کمک هم از بینشان آنهایی را که به احساسم نزدیک تر بود انتخاب می‌کردیم. این کار برایم پر از تجربه‌های خوب و قشنگ است و دوست دارم آن را ادامه دهم. یکی از آهنگ‌ها را هم به سپنتا پسرم تقدیم کردم. او در تمام این مدت هیچ اعتراضی نکرد و با تمام گرفتاری‌ها و درگیری‌هایم کنار آمد و همیشه با من همراهی کرد.»

از اتوسا می‌خواهم بیشتر درباره وضعیت دانشجویانی بگویند که برای کمک به آنها قدم برداشته و او از



مشاهدات هر روزهاش درباره دانشجویان با توان مالی کم و نیازهایشان می‌گوید: «در واقع دانشجویان بسیاری از وام و بورسیه تحصیلی دانشگاه بهره مند می‌شوند و از آن استفاده می‌کنند. اما این وام و بورسیه‌ها واقعا پاسخگوی نیازهای عده‌ای از دانشجویان نیست. البته دانشجویانی که در شرایط اضطراری به سر می‌برند می‌توانند از دولت هم کمک بگیرند و البته خیلی هایشان این کار را هم کرده اند اما این پول واقعا آنقدری نیست که جوابگوی مشکلاتشان باشد. من وقتی با چشم خودم شاهد مراجعه دانشجویانی هستم که با وضعیت بسیار بد مالی به دفترم مراجعه می‌کنند، برایم خیلی ارزشمند است که می‌بینم افرادی هستند که تا این حد مشتاق یادگیری و ادامه تحصیل هستند. وقتی نیاز مالی بیداد کند آخرین اولویت هر کس شاید تحصیل بشود اما اینها افرادی هستند که تحت هر شرایطی دست بردار نیستند و من این را ستایش می‌کنم.»

بقیه فامیل دور هم جمع شویم، قبلش از مادر بزرگم می‌خواستم که اصرار کند تا جلوی جمع بخوانم. همیشه این احساس با من بود و همیشه از خواندن چه تنها و چه در جمع‌های خصوص لذت می‌بردم تا اینکه روزی رییس دپارتمان وام و بورس دانشگاه کنکور دیا یعنی همان قسمتی که مشغول به کار هستم به سراغم آمد و خیلی ناگهانی پرسید می‌توانی بخوانی؟ با تعجب نگاهش کردم و دوباره سوالش را تکرار کرد، و من هم گفتم بله می‌توانم، اما هیچوقت نفهمیدم چرا او به سراغ من آمد و از کجا فهمید که خواندن یکی از علاقه‌های همیشگی من بوده و هست. به هر حال قرار شد در مراسم جمع آوری پول برای دانشجویان نیازمند مالی بخوانم و این کار با موفقیت انجام شد. این اولین باری بود که جرعه کار جدی به ذهنم خطور کرد و در واقع استارت کار به صورت حرفه‌ای در من زده شد.»

اتوسا همچنین درباره انتخاب ترانه‌ها می‌گوید و

نام آلبوم را با موافقت هر دو طرف کوچه بگذاریم. البته تمام اشعار دل‌نشین هستند و مفهوم عمیقی پشت هر کدامشان است. مثلا شاعر، ترانه بود و نبود را به عشق پدرش سروده، البته هیچ جا نامی از پدر نمی‌برد اما اگر به مفهوم توجه شود می‌شود آن را دریافت. یا ترانه شب برفی آنقدر سرشار از احساس است که خواننده آن را به پسرش تقدیم کرده.»

حالا دیگر میهمانان می‌دانند ترانه‌هایی که در فضا طنین افکنده و به گوششان می‌رسد با چه هدفی ساخته شده اند و این برایشان قابل تقدیر است. حالا می‌شود ترانه‌ها را جور دیگری گوش داد، جوری بیشتر از شنیدن تنها صدا و موسیقی...

اما اتوسا، خواننده آلبوم کوچه، از چه زمانی خواندن را آغاز کرد؟ آنطور که خودش می‌گوید، خواندن را از شش سالگی آغاز کرده و از همان کودکی همیشه به

من فکر میکنم خواندن یک عشق است که نمی‌شود به او به عنوان شغل و پیشه نگاه کرد، بلکه دوست دارم اینکار را به عنوان یک کار دلی در کنار دیگر کارهایم داشته باشم.

پس فعلا قصد کنسرت گذاشتن هم ندارید؟ می‌خندد و می‌گوید اگر تعداد آهنگ‌ها بیشتر شود و آهنگسازان بیشتری به جمعمان اضافه شوند چرا که نه؟ الان به این موضوع فکر نمی‌کنم و هنوز زود است اما شاید در آینده چرا.

دمی با میهمانان

مهمان‌ها از سخن‌های خواننده تازه کار استقبال می‌کنند. کارش را پسندیده‌اند. هم صدا و ترانه‌ها را و هم دلیلی که او را به طور جدی تری به عالم موسیقی و ساخت آلبوم کشانده. خانم سیمین که همراه با خانواده‌اش یک مسیر دوساعته از اوکا تا مونترال را طی کرده و خودش را به دانشگاه کنکور دیا رسانده تا در این مراسم شرکت کند، می‌گوید: «اطمینان دارم آتوسا به موفقیت‌های بزرگی خواهد رسید چون هم صدایش را دارد و هم لایق دست یابی به موفقیت‌های بزرگ است.» آقای ناصری مسئول مجله بازار هم در بین مهمان‌هاست، او هم درباره توانایی‌های آتوسا می‌گوید و اطمینانش از موفقیت‌های بیشتر و بیشتر در آینده: «در واقع اگر به این موضوع باور نداشتم الان در بین مهمان‌ها نبودم و اصلا نمی‌آمدم. اما من کارش و استعدادهایش را باور دارم.» یکی از اساتید دانشگاه کنکور دیا هم در بین میهمانان است. همان استادی که دانشجوی پتو بر دوش سر کلاسش حضور داشته. تصادفا متوجه حضور او می‌شوم. وقتی که آتوسا خاطره دانشجویی پتو بردوش را تعریف می‌کند خانم استاد درگوشی به کنار دستی‌اش می‌گوید: «بله. همین‌طور است. آن دانشجویی با آن وضعیت سر کلاس من حاضر شده بود.» ناخواسته حرف‌هایش را می‌شنوم و از او نامش را می‌پرسم و اجازه می‌گیرم تا عکسی از بگیریم برای چاپ در مجله. خانم دکتر جودیت آنت لاشلی Judith Annette Lashley موافقت می‌کند و در ادامه صحبتش از کار آتوسا به عنوان گامی انسانی برای حمایت از اینگونه دانشجویان یاد می‌کند و معتقد است اینجور کارها جای قدردانی دارد و باید از آنها حمایت شود.

از او می‌پرسم کدام آهنگ را بیشتر از همه دوست دارید؟ می‌خندد و می‌گوید، معلوم است شب برفی. این آهنگ را مادرم به من هدیه کرده، البته همه را دوست دارم ولی این را بیشتر.

از آتوسا می‌پرسم آیا تصمیم ضبط ویدیو بر روی ترانه‌ها و ادامه کار به شکل حرفه‌ای‌تر را دارید؟ جوری که حاضر شود دو شغل دیگرش در دانشگاه و مشاوره املاک را رها کند و فقط به خواندن بپردازد؟

می‌گوید هنوز تصمیمی برای ضبط ویدیو ندارد و البته در مورد انتخاب خواندن به عنوان شغل اصلی و حرفه‌ای هم موافق نیست: «من فکر میکنم خواندن یک عشق است که نمی‌شود به او به عنوان شغل و پیشه نگاه کرد، بلکه دوست دارم اینکار را به عنوان یک کار دلی در کنار دیگر کارهایم داشته باشم. در واقع فکر می‌کنم به این طریق می‌توانم عشق بیشتری را منتقل کنم و اگر اینکار برایم تبدیل به شغل شود آنوقت شاید جنبه‌های دیگر آنقدر قوی شوند که عشق و احساس در کار را تحت تاثیر قرار دهند. فعلا ترجیح می‌دهم این کار را کنار کارهای اصلی ام ادامه دهم و این خوشحال ترم می‌کند. شاید اگر به عقب بر گردم و قرار باشد یکی از سه فعالیتم را به عنوان شاخه اصلی انتخاب کنم، بگویم موسیقی. این کار را از بچگی دوست داشته ام اما هیچوقت شرایطش نبود. در ایران که امکانش نبود و بعد از آمدن در اینجا هم درگیری‌های شغلی و کاری و نگرانی از فرزند و عدم آشنایی با کسی که بتوانم به او اطمینان کنم و کارم را با کمک او به جایی برسانم، همه و همه سبب شد تا به الان نگاه جدی به این کار نداشته باشم. و حالا هم ترجیحم این است که به این کار در کنار دیگر کارهایم بپردازم نه به شکل یک شغل مستقل.»

سپنتا پسر پانزده ساله آتوسا هم در بین میهمانان ایستاده و مادرش را تشویق می‌کند. از او می‌پرسم کدام آهنگ را بیشتر از همه دوست دارید؟ می‌خندد و می‌گوید، معلوم است شب برفی. این آهنگ را مادرم به من هدیه کرده، البته همه را دوست دارم ولی این را بیشتر. سپنتا افتخار می‌کند که مادری خوش صدا با هدفی بزرگ دارد: «خیلی خوشحالم و سعی می‌کنم با تشویق‌هایم به مادرم کمک کنم و به او اطمینان بدهم که در ادامه مسیرش کنار او خواهیم بود و هر کاری بتوانم برای همراهی با او انجام خواهم داد.» یکی دیگر از مهمانان به اسم شیده هم این کار را قابل تقدیر می‌داند و معتقد است، اگر بشنویم خواننده‌های معروف و جنجالی دست به این اقدامات خیر خواهانه زده‌اند کلی آنها را تشویق می‌کنیم برای این اقدامات‌های و هوی راه می‌اندازیم که آفرین و ... حالا که یکی از بین خودمان با مخارج و هزینه‌های خودش چنین قدم بزرگی برداشته و تصمیم به این بزرگی گرفته باید حمایتش کنیم و با حداقل کاری که می‌توانیم بکنیم یعنی خریدن سی دی‌ها، هم از ترانه‌ها لذت ببریم و هم به دانشجویانی که نیاز دارند کمک کنیم.

بسیاری از میهمانان با این نظر موافقت و آستین‌ها را بالا می‌زنند تا اولین خریداران سی‌دی‌ها و ترانه‌هایی با موزیک ملایم و آواز آتوسا باشند. صدایی که در حنجره شعله‌ور می‌شود تا یاری رسان دانشجویانی باشد که هزار و یک مشکل پیش رو دارند و باز هم کم نمی‌آورند...

پنجره‌ای رو به برخی از خوانندگان ایرانی در کانادا

علاقه‌اش به موسیقی و خواندن سبب شد تا در همان سنین نوجوانی به عضویت دوره‌های آزاد و آکادمیک خوانندگی در یکی از آموزشگاه‌های موسیقی کانادا درآید.

اولین اهنگی که باران به شکل رسمی در بازار عرضه کرد ترانه‌ای بود به نام حس عاشقی با همصدایی جمشید.

چشمگیری داشته باشند.

شاید بد نباشد اول سری به باران، خواننده معروفی بزنیم که با ترانه بیا به اوج شهرت رسید و این روزها ازدواجش با شهید خواننده هنوز هم جزو خبرهای داغ فضای مجازی است.

باران خواننده ایرانی موسیقی پاپ در خانواده‌ای هنردوست و هنرمند در مهاباد متولد شد. او یازده ساله بود که به همراه خانواده‌اش به کانادا مهاجرت کرد.

اما از دیگر خوانندگان ایرانی که سال‌های زیادی از فعالیتشان نمی‌گذرد و حالا به نقطه اوج رسیده‌اند چه خبر؟ نسل جدیدتر خوانندگان ایرانی که قدم اول را در کشور کانادا برداشته‌اند و حالا به شهرت رسیده‌اند. آلبوم کوچه بهانه خوبی است برای نگاهی گذرا به دیگر خوانندگان ایرانی که مدت طولانی از فعالیت‌های هنری شان نمی‌گذرد و در واقع نسل تازه تر موسیقی محسوب می‌شوند اما در این مدت توانسته‌اند موفقیت‌های

وقتی که عشق از صدا ترانه می‌سازد

۲ سال روی دریاهای جهان به خوانندگی پرداخت. در این مدت او شبها در کابینش، آثار استانیسلاوسکی و استراسبورگ را می‌خواند تا رویاهای تئاتری اپرایی خود را محقق کند. پس از این مدت او به لندن رفت و آنقدر از این نمایش به آن نمایش رفت و این در و آن در را زد تا بالاخره قبل از تولد ۲۵ سالگی‌اش توانست یکی از نقش‌های فرعی نمایش شبح اپرا را بگیرد. بازی او در این نقش، او را در لندن نگاه داشت و سرانجام او توانست یکی از خواستنی‌ترین نقش‌های عالم نمایش را از آن خود کند. نقش همان شبی که از ۱۲ سالگی عاشقش شده بود.

پس از مدتی آندرو لوید وبر، آهنگساز و کارگردان شبح اپرا، رامین را به عنوان بازیگر اصلی «عشق هرگز نمی‌میرد» انتخاب کرد. این نمایش در واقع دنباله نمایش «شبح اپرا» بود. او برای اجرا در این نقش‌ها جوایزی هم برنده شد و درخشش او در زمینه موسیقی و نمایش موزیکال همچنان ادامه دارد.

و بعد از سه سال از آنجا راهی انتاریو در کانادا شدند. بعد از ورود به کانادا آنها در پیتربورو ساکن شدند و پس از مدتی به شهر ایرانی‌نشین ریچموند هیل رفتند.

اما ماجرای ورود رامین کریملو به عرصه موسیقی چه بود؟ او در دوران کودکی و نوجوانی چندان علاقه‌ای به اپرا و تئاترهای موزیکال نداشت و دوازده ساله بود که برخلاف میلش همراه با مدرسه به نمایش شبح اپرا رفت. دیدن این نمایش مسیر زندگی رامین را به کلی تغییر داد چراکه او همانجا و در همان لحظه عاشق این نمایش شد و تصمیم گرفت خودش به جای یکی از این شخصیت‌ها باشد. به گفته رامین، لحظه‌ای که کالم ویلکینسون، بازیگر معروف شبح در آن سال‌ها، تعظیم معروفش را انجام داد، رامین ناگهان با خودش فکر کرده «من هم دوست دارم همین کار را بکنم». این علاقه شدید باعث می‌شود که او پس از آن روز، ۱۰ بار دیگر به دیدن نمایش «شبح اپرا» برود.

وقتی رامین کریملو به هفده سالگی رسید برای ورود به گروه موسیقی «روی کشتی»، درباره سنش به اعضای گروه دروغ گفت و به عضویت آنها در آمد. اینگونه او



شبح محبوب ترسناک

رامین کریملو متولد بیستم و هشتم شهریور سال ۱۳۵۷ در تهران. خواننده و بازیگر معروف ایرانی-کانادایی که تبدیل به ستاره پرطرفدار نمایش موزیکال معروف لندن به نام عشق هرگز نمی‌میرد شده است. او همچنین در نمایش موزیکال شبح اپرا نقش چهره زیر ماسک ترسناک را داشت.

خانواده کریملو پس از مهاجرت از ایران، به ایتالیا رفتند

خواننده‌ای با چند زمینه فعالیت

او در ۲۴ آوریل ۲۰۰۷ اولین آلبوم خود با نام «یک‌روزی» با پانزده آهنگ و ترانه به زبان‌های انگلیسی و فارسی را وارد بازار آمریکا کرد.

نازنین در ۴ ژانویه ۲۰۱۲ در کشور مکزیک با پیتر مک‌کی، وزیر دفاع وقت کانادا، ازدواج کرد و یکسال بعد صاحب پسری به اسم کیان الکساندر شد.

نازنین افشین‌جم متولد ۲۲ فروردین ۱۳۵۸ در تهران. او که فعالیت‌های مختلفی در زمینه خوانندگی، ترانه‌سرای، آهنگسازی، و بازیگری دارد در زمینه سیاست و حقوق بشر هم فعال بوده است. نازنین در سال ۱۹۸۱ به همراه خانواده خود به کشور کانادا رفت. او پس از پایان تحصیلات متوسطه به دانشگاه بریتیش کلمبیا رفت و در رشته روابط بین‌الملل و علوم سیاسی فارغ التحصیل شد.



این موفقیت، آنها را از پشتیبانی موسیقی دانان بزرگ دنیای موسیقی الکترونیک بهره مند کرد.

سرشناس ترین‌های عالم موسیقی الکترونیک همچون دی جی اسکات پروچکت و ایگور اس و... تک آهنگ‌های برادران خجالتی را ریمیکس کردند و دو تک آهنگ دیگر از این برادران به نام‌های This Is Us و massive توسط یکی از معروف ترین دی جی‌ها به نام تیسستو در برنامه‌ای اجرا شد. این تنها نیم نگاهی بود به فعالیت‌های هنری ایرانیانی که کارشان در زمینه موسیقی را در این سرزمین آغاز کردند و به موفقیت دست یافتند.

برادر ایرانی به نام‌های بنیامین و مایک که موسیقی خود را در سبک تکنو و ترانس می‌سازند.

اولین کار حرفه‌ای آنها به نام Nemesis یا انتقام در سال ۲۰۰۴ میلادی روانه بازار کانادا شد و این تک‌آهنگ بسیار مورد استقبال قرار گرفت. برادران خجالتی در سال ۲۰۰۷ میلادی تک آهنگ Midnight Funk یا هراس نیمه شب را روانه بازار کردند. این تک آهنگ به شهرت جهانی دست یافت و بسیاری از رسانه‌های مهم موسیقی دنیا پخش شد. این تک آهنگ همچنین به رتبه دوم پرفروش‌ترین تک آهنگ‌های کمپانی Juno Records دست یافت و از نشریه بین‌المللی IDJ چهار ستاره دریافت کرد.



درخشش برادران خجالتی

شای برادرز یا «برادران خجالتی». گروهی متشکل از دو

Le Monde de la langue française



آکادمی لوموند

لابراتوار کامپیوتر مجهز

دوره‌های آنلاین LGD

برای دروس مختلف



کمک به انجام تکالیف

(مکالمه، دیکته، درک مطلب)

کلاس تقویتی فرانسه برای همه پایه‌ها

آمادگی آزمون ورودی دبیرستان



دوره‌های آموزش فرانسه

برای بزرگسالان

کلاس‌های خصوصی و نیمه خصوصی



سرویس‌های ویژه

Orthopédagogie

توسط متخصص



4862 Boul St. Charles, Pierrefonds, Montréal, H9H 3E2



514-961-4579



www.lemondefr.ca



[lemonde.francais](https://www.facebook.com/lemonde.francais)



[@lemondedelalanguefrancaise](https://twitter.com/lemondedelalanguefrancaise)

سنوگیلیم عشق اولماسا، وار لیق بوتون افسانه دیر
عشق دن محروم اولان، اینسانلیغا بیگانه دیر
من اسیری عشقی یم اوز خالقیمین، اوز یوردومون
سنومه بن اوز خالقینی، اوز یوردونو دیوانه دیر

«علی آقا واحد»

■ لیلی خاقانی Aydin.shafaq@hafteh.ca

حیدر بابا جلسه لری گوجلو ادبیاتیمیزی و قوجامان فولکلور و موز و تانیتدیر مایا چالیشیر



شهریارین خشکناب دا کی آتا ائویندن قالان خرابه لر



حیدر بابا داغی

طرفینه چکیر. بو سفر منیم ایچین بؤیوک بیر تجروبه و عین زاماندا اونوتولمایان بیر خاطیره اولوب، دورو آیتا کیمی حیدر بابا شعرلرینده سؤیله نن بوتون هر بیر شیئی ای گؤزومون اؤنونه گتیردی و حیدر بابانی منه یاشاتدی.»
سونوندا رضا بابازاده بیر سورو مطرح اندیب و اونا بئله جواب وئردی: «آمما ندن بو محالین تانیماغی اؤنملی دیر؟ بوتون جوابی بو اولا بیلر کی حیدر بابا- شهریارین

عکسلر: رضا بابازاده

یکشنبه گونو دسامبرین ۱۱ ده مونترال دا یاشایان ساوالان فرهنگ گوروهونون طرفیندن «حیدر بابا خاطیره لری» جلسه سی، گرین مرکزینده گنجیریلدی. بو جلسه ده حیدر بابا شعرلرین اوخویوب آراشدیرمادان علاوه، رضا بابا زاده اؤزونون دفعه لرجه سفریندن خشکنابا دانیشدی و اوردا توتدوغو عکس لری بیر بیر توضیح وئرکن سؤیله دی: « بو سفرلر منیم ایچین چوخ ده یرلی و جاذیبه لی ایدی. حیدر بابا داغی و شهریارین آتا بابا کندی، بستان آوا شهرینین قره چیمین بخشینده اولان خشکناب کندی دیر. حیدر بابا یا گئتمه یه ایکی یول وار، بیرینجی یول قزلجا کنندن گنچرکن، امامیه و داش آتان کند لری گؤروب سونرا خشکناب کندینه یتیشیر. بیر زامان یوزلرجه اوشاق اوندا اویناقلاییب و های کوی سسی دام باجانی توتان خشکناب کندینده ایندی یالنیز ایکی عائله یاشاییب و چوخ اوزاق دوشموش بیر کند دیر. میلیونلارچا تورک اینسانلارین خیالیندا یاشایان و اونلارین روحوندا اثر قویان خشکنابین اوچ کیلومترلیگینده کی حیدر بابا داغی صبریه دایانیب قوجامان فرهنگیمیزدن خبر وئرکن خاطیره لرله اقلره گوز تیکیدیر. حیدر بابا داغینی یاخیندان گؤرنلر اوندا یاشایان آرامش و انرژئی نی حیس ائدرلر. حیدر بابا داغینین او بیرری تایدانکی اتگینده کیچیک شهریارین گنجیردیگی گونلر یئری، قشش قورشاق کندی یئرلشیب دیر. داشلی بولاغ و قره کؤلون دره سی و بوتون حیدر بابا شعرینده گلن مکانلار هامیسی اوردا گؤز قاباغیندا دیر. قیش قورشاق دان اوپانا سنگل آوا کندی دیر. سنگیل آواتین باغلاری و باخچا لاری هله ده کی هله دی اوردا یاشایانلارین آراسیندا شهرتلی و آدلیم بیر یئرلر دیرلر. حیدر بابا محالی طبیعتین گؤزلیگینه گؤره یاز دا و یای دا طبیعت سنونلری اؤز

اوستاد شهریار، فرح پهلوی نین هدیه سینی رد ائتمیشدی

«من و آتامین خاطره لری» کیتابیندان بیر خاطره

یازار: دکتور جواد هیئت

«...ایک سفریمدن سونرا، ایسلام دئوریمینه قدر باکی یا سفر ائده بیلمه دیم، شوروی نین تانیتمیش، جسور، صراحتلی و فارسجانی یاخشی بیلن ایران شوناسی، «روستم علی یف» لا مسکووا دا تانیش اولموشدوم. بو ایران شوناس شاهنامه اوستونده ایشله ییب، مسکووا دا پروفیسور «غفور اوف» ون کومکی ایله اونون نشرینه گؤره شاه-ین و ایران دوولتینین دیقتینی و توجهونو قازانمیشدی. بیزیم گؤروشوموزدن ۲ آی سونرا، دوولتین قوناغی اولراق تهرانا گلدی.

روستم علی یف تهرانا یئتیشتیبی زامان، منه، سهنده و ساییر دولسارلا تلفن ائتدی. من اونون گؤروشونه گئدیپ اونو ائویمه دعوت ائله دیم و رحمتلیق دکتور نطقی و قارداشلاریم ایله تانیشتیردیم. بیر گون علی یف دانیشارکن شهریار دان سوروشدو. دئدیم: «اوستاد شهریار تبریز ده یاشاییر، فارسجا شعر دئییر و قوران یازیر آماها تورکجه شعر دئمیری.»

علی یف دئدی: «اير شهریارین یئنی دن آنا دیلینده شعر سؤیله مه یین و یئنی حیدربابالار پارتماغینی ایستیرسیز، اونو تهرانا گتیرین دووره سین آلین و تشویق ائدین. بو ایش چوخ گرک دیر.»

روستمین نظری اوره ییمه اوتوردو، شهریارلا دانیشیب اونو عائيله سیله بیرلیکده تهراندا منیم ائویمه قالمايما دعوت ائتدیم. شهریار بو دعوتی قبول ائده رک بوتون عائيله سیله تهرانا گلیب ۲ هفته سهندنین ائوینده قالداندا سونرا، منیم ائویمه گلدیلر و ۵ آی بیزده قالدیلار.

بو مودتده ادب و فرهنگ سئون اینسانلار ییغیشیب شهریارین دووره سینی آلدیلار. بوتون نتیجه سینده بیزیم ائو ایکی دیللی شعر و ادبیات دایره سینده چوندو و یئنی دن شهریارین تورکجه ده شعر دئمه یینه سبب اولدو.

بیر گون فرح پهلوی نین دفتیرین مودورو، فرح یین پیغامی نی شهریارا چاندیرماق ایچین شهریارین گؤرمه یینه گلیب دئدی شهبانو بو یوردولار: «اوستاد من سیزین ایچین تهراندا بیر ائو آرام و اؤوزون و عائيله نیزی هر راحتلیغینی تامین ائده رم، یتر کی تهران دا قالاسیز.» اوستاد شهریار تشکوردن سونرا جواب وئردی: «من و عائيله م دکتور هیئتین ائوینده راحتیق و ائو آماغا هنج گرک یوخ. شهبانو لطف اندرسه منیم فارسجا شعرلریم کیمی تورکجه شعرلریمین نشرینه دستور وئرسینلر او زامان من اؤزوم اونون قازانجیندان تهراندا اویغون بیر ائو آلا بیلرم.»

آما نه یازیق کی شهریار، فرحین بو دورومدا یئترلی گوج صاحبی اولمامایینی بیلمیردی! چونکو قازاق فرماندهی سرهنگ تیمورون قیزی آنا ملکه ۱۲ یاشیندا باکی دان تهرانا گلیب و گنجلینده آتاسینین گوماشته سی رضایلا (رضا شاه ایله) ائولنمیشدی. آما ملکه اولدوغوندا دا تورکجه ده دئدی شعرلری نشر ائده بیلمه میشدی. اؤلوموندن اؤنجه اولاری قیزی شمسه تاپیشیریر آما ایندییه قدر اوشعرلرین باشینا نه گلدییی معلوم دئییل.»

یارار تدیغی تای سیز منظومه- بو یئرلردن و بو کوچه لردن و بو داغ اتگینده یاشایان صفالی اینسانلاردان دانیشیر. دنیا اوزونده میلیونلارچا اینسانین اوره گینی سوینچ و غممه دولدوران، اولاری آغلادیب و گولدورن حیدر بابایه سلام، اؤز شعرلرینده اینسانلاری خیال آتینا میندیریب، بیر به بیر بو یئرلی گزدریر و اوردا یاشایان گؤزل و معنی لی فولکلوروموزدان روایت ائدیر. آنجاق شهریار و حیدربابانی تانیماق اوچون بو کند لری گزیب و بو کوچه لر ایله تانیش اولماق چوخ فایدالی اولما بیلر. هر حالدا بو سوالان قوران حیدربابا شعر جلسه لری یوردوموزون قوجامان و گوجلو ادبیاتی نی و اونونلا یاشایان فولکلور، هنر و ایفتیخاری تاریخی تانیتمیرمایا چالیشیر.»

حیدر بابا جلسه لری قوربتده کولتوروموزو یاشادیر

یازار: دود جمشیدی



من اورمولویام، ائولی و بیر اوشاق باباسیام. الکترونیک مهندسی ام. ۱۲ ایلدن چوخ مسلکیم برق شبکه لرنی تاسارلاما (design)، اولاشدیرما (transmission)، دئمه و سیناما اولوب. ایکی ایل دن چوخدور مونترال دا یاشییرام و مک گیل دا اؤیرنجیم.

من ساوالان مدنیت قروپونون «حیدر بابا خاطره لری» آدلی جلسه لرله اوچ آی دیر تانیش اولموشام. بو توپلانتی لار آیدا بیر کز قورولور و من اوچ کز دیر بو توپلانتییا قاتیلیرام. من بو جلسه لری چوخ فایدالی و دیرلی تاپمیشام و آردینین گلمه سینی آرزو ائدیرم. منجه بو توپلانتی لار نه تکجه منه بلکه بوتون مونترال

دا یاشایان تورکلر ایچین بیر تاپیلماز فرصت دیر. اولار بو جلسه لرده شهریارین یاشایشینی و حیدر بابایه سلام شعرلرنی اینجه لمک و دریندن آنلاماق فرصتی تاپایلرلر. آنجاق یئتر بو توپلانتیلاردا بولونسولار.

بو گونکو دنیادا اینسانلار اؤز کولتورلرنی یاشاتماق و تانیتماق ایچون سوسیال درنک لره، توپلانتی لارا، قورولتایلارا و ... ایحتیاجلاری وار. منجه «حیدر بابا خاطره لری» ویا بونا بنزر جلسه لرین بیر باشقا اؤنمی ده بوردا گیزلی دیر، و بیزلر تکجه بو توپلانتیلارلا ویا بوجور کولتورسل اولای لاری چوخالتماقلا، اؤز کولتوروموزون قوربتده یاشاتماغینی بنجره بیللیک و اوشاقلاریمیزی بورادا اؤز کولتوروموزله بسله ییب ویا تانیش ائده بیلریک ویا اير داها ایزلی گئتمس، باشقا میللتلری ده اؤز کولتوروموزله تانیش ائده بیللیک. بوتون ایچین بیزلر گرک بو توپلانتیلار قاتیلماقلا اله وئریب و بو چالیشمالاری گولندیرک تا کولتورل یاشامیمیزی بورادا دوام ائتدیره بیلک.

ساوالان گئچیریر: یکشنبه گونو ۱۵ ژانویه ۲۰۱۷ یئدینجی

شعر جلسه لری

ساعات ۶ دا گرین مرکزینده گئچیربله جکدیر

ساوالان قوروپو مونترال دا یاشایان تورک لری و اؤز فرهنگینه ده یر وئریب اونا باغلی اولانلاری دعوت ائدیر تا بیرلیکده آنیوردوموزون شاعرلرین تانییب، آنادیلیمیزده سؤیله نن شعرلریمیزی اوخویوب و آراشدیراق. گیریش=۵ دلار

Adresse : 1090 Avenue Greene, Westmount, QC. H3Z 1Z9, Metro, Atwater, Tel: 514 768 5969

1 | 2 | 3 | 4 | 2016
er janvier/January 2017



MARCHÉ
ADONIS

Un univers de fraîcheur
www.groupeadonis.ca

NOS SPÉCIAUX EN MAGASIN SEE OUR SPECIALS IN STORE

ERIE INTERNATIONALE

INTERNATIONAL GROCERY

ken
Carotte
ars
ml

38⁹⁹
ch.
ea.

Oasis
Jus ou cocktails
Cocktails or juice
960 ml
Choix varié/
Assorted

99¢
ch.
ea.

Cedar
Riz parboilé/ment cuit
Parboiled rice
4 kg

3⁹⁹
ch.
ea.

Dare
Biscuits
Pattes d'ours
Bear paws
cookies
140g-300g

3/5\$

tra
live
ge
in

4⁹⁹
ch.
ea.

Cedar
Lentilles brunes
ou rouges cassées
Brown or Split
red lentils
1,81 kg

3⁹⁹
ch.
ea.

Alkanater
Tahineh
Tahineh
907 g

5⁹⁹
ch.
ea.

Cedar
Asperges blanches
White asparagus
370 ml ou/or
Coeurs de palmier
Hearts of palm
398 ml

1⁷⁹
ch.
ea.

Grenoble

5⁴⁹
ch.
ea.

Al Madinah
Khudary
Dattes/Dates
1 kg ou/or
Cedar
Pistaches rôties salées
Salted roasted
pistachio
454 g

7⁹⁹
ch.
ea.

Orville
Redenbacher's
Mais éclaté/Popcorn
Sucré et Salé/Sweet
and Salty
150 - 155 g

2/5\$

Cedar
Raisins secs
Thompson géant
Thompson raisin
jumbo
375 g ou/or
Pâte d'abricot sec
Dried apricot paste
400 g

2⁴⁹
ch.
ea.

ouges
oyautéés
sirop
d sour
n syrup

2²⁹
ch.
ea.

Valade
Confitures ou marmelades
Jams or marmalades
250 ml

2/5\$

Ulker
Albeni
Biscuits choco/Caramel
Chocolate/Caramel cookie
345g ou/or
Finger
Biscuits au beurre/
Butter biscuits
900g

2⁴⁹
ch.
ea.

Gimoka
Mélange de café
en grains entiers
Coffee blend roasted
whole beans
1 kg

5⁹⁹
ch.
ea.

te/
ssing
5 ml
rié/

2/5\$

Adonis
Pois chiches
Chick peas
540 ml

69¢
ch.
ea.

Ulker Bereket
Ghee végétale
Vegetable ghee
2 kg

5⁹⁹
ch.
ea.

E.D. Smith
Ketchup aux tomates
Tomato ketchup
1 L

1⁹⁹
ch.
ea.

7up
gaz/euses
es

4/5\$

Milano
Panettone
Gâteau aux fruits (beurre)
Fruit cake (butter)
908 g

3⁹⁹
ch.
ea.

Nestlé
Eau de source/Spring water
24 x 500 ml

2⁹⁹
ch.
ea.

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.

rb reebec

SANDWICH CHAUD
PITA FALAFEL
HOT PITA FALAFEL
SANDWICH



2⁹⁹
ch.
ea.

SFOUF
DESSERT
MÉDITERRANÉEN
MEDITERRANEAN
DESSERT



4²⁹
lb
9,46 kg

29 | 30 | 31
Décembre/December

VENEZ VOIR
COME S

POISSONNERIE

Si la température le permet
If the weather permits it

FISH MARKET

Filet de turbot
Turbot fillet
4/8

9⁴⁹
lb
20,92 kg

**Maquereau
entier
sauvage**
Wild whole
mackerel
400/600

1⁹⁹
lb
4,39 kg

Pétoncles
Scallops
10/20

19⁹⁹
lb
44,06 kg

VIANDES

MEAT

**Épaule d'agneau
(canadien)**
Lamb shoulder (Canadian)

3⁹⁹
lb
8,80 kg

**Cuisses
de poulet
avec dos**
Chicken legs back
attached

99¢
lb
2,18 kg

**Viande de bœuf
hachée mi-maigre**
Medium lean Ground beef

3⁹⁹
lb
8,80 kg

**Shish taouk de
poitrine de poulet**
Chicken breast shish taouk

4⁹⁹
lb
10,99 kg

Entrecôte de bœuf
En steak ou rôti
Rib steak/steak or roast

7²⁵
lb
15,99 kg

FROMAGES & CHARCUTERIE

CHEESE & DELI

**Fromage feta
canadien**
Canadian feta cheese

3⁹⁹
lb
8,80 kg

**Bellarrosto
Casa Italia**
Jambon italien
Italian ham

6⁷⁹
lb
14,97 kg

San Daniele
Mortadelle assorties
Assorted Mortadella

5⁸⁹
lb
12,99 kg

Mastro
Salami de Gènes
doux ou fort
Mastro mild or hot
Genoa salami

6⁷⁹
lb
14,97 kg

**Fromage
emmental
suisse**
Swiss emmental
cheese

8⁹⁹
lb
19,81 kg

Fromage gorgonzola
Gorgonzola cheese BelGioioso

10⁹⁹
lb
24,22 kg

BOULANGERIE

BAKERY

Gadoua
Pain moelleux
ménage ou club
Menage or
club bread
675 g



1⁰⁰
ch.
ea.

CONGELÉS

FROZEN

Della Casa
Pâtes congelées
Frozen Pasta
Tortellini, Ravioli
ou Cappelletti
600 - 900 g

3⁹⁹
ch.
ea.

Alfa
Tourte
méditerranéenne
ou Archontiki
Mediterranean pie
ou Archontiki
800 g

5⁴⁹
ch.
ea.

Blue Tide
Crevettes crues
Décorticage éclair
Raw shrimps,
easy peel
31/40,
400 g

6⁴⁹
ch.
ea.

Meccameals
Hors d'oeuvres
190g

2⁹⁹
ch.
ea.

Royal Harbour
Saumon fumé
norvégien
Norwegian
smoked salmon
200g

7⁴⁹
ch.
ea.

PRODUITS RÉFRIGÉRÉS

CHILLED

Saputo
Ricotta
Di Campagna
Fromage régulier
ou léger
Regular or light cheese
400 g

2⁵⁹
ch.
ea.

Phoenicia
Yogourt nature
Plain yogurt
750 g
Choix varié/
Assorted

1⁹⁹
ch.
ea.

Liberté
Crème sûre
Sour cream
500 ml ou/or
Fromage à la crème
Cream cheese
250 g

2⁴⁹
ch.
ea.

Lactantia
Crème/Cream
35% - 473 ml
ou/or
Crème à café/
Coffee cream 1 L
Choix varié/
Assorted

2⁹⁹
ch.
ea.

Black Diamond
Fromage en bloc
Cheese in brick
400 - 450 g

4⁹⁹

iögo
Yogurt/Yogurt
16 x 100 g
(Choix varié/Assorted)

iögo

La crème des champs
Fromage brie
Brie cheese

7²⁵
lb
15,99 kg

Lafleur
Saucisses fumées
Cocktail Original
Original Cocktail
wiensers
225 g

2/3\$

آسمان فیلسوفان

آسمان ارسطو

بخش ۶

نوشته ماتیلدا لوکن
ترجمه رضا داودی



الهیات نجومی

اما چگونه می توان خدا را در جهان یافت؟ اگر استدلال عقلی به محرکی اولیه می رسد، نگاهی ساده به آسمان امکان دیدن خدایانی مرئی را که کواکب هستند، فراهم می کند. آن ها علت حرکت کامل خود نیستند: آن ها حرکت را از سپهرهایی می گیرند که در آن قرار دارند و بررسی این افلاک با علم نجوم، «یکی از علوم ریاضی و نزدیک تر از علوم دیگر به فلسفه»، است. خدای ستارگان در حرکت مدور و منظم خود و هزاران فرسخ دور از بی نظمی جهان مادون ماه ما، کمال را به نمایش می گذارند: آسمان معقول افلاتون که در آن موجودات مثالی می درخشیدند، جای خود را به آسمان مرئی ستارگان و سیارات داد.

زندگینامه مختصر:

ارسطو، اهل مقدونیه (۳۸۴ تا ۳۲۲ قبل از میلاد) خود را دوست افلاتون می دانست اما حقیقت را دوست تر می داشت. او در آکادمی افلاتون، درخشان ترین شاگرد او بود. اما با این حال، او در انتقاد از نویسندگان کتاب تیمائوس (افلاتون) در زمان حیات او ابایی نداشت: به نظر ارسطو، نظم فقط در آسمان وجود دارد (آن چنان که در رساله آسمان خود می نویسد)، اما این آسمان شباهتی به آسمان معقول یا ساحتی مثالی از این جهان ندارد. پس از مرگ افلاتون، او به ریاست آکادمی نرسید. او به آسیای صغیر مهاجرت کرد و سپس معلم مخصوص اسکندر کبیر شد. در بازگشت به آتن، او در سال ۳۳۵ قبل از میلاد مدرسه خود را با نام لوکیوم تاسیس کرد.

ماه جهانی ثابت و مملو از چیزهای کامل است. حرکت اجرام سماوی که ممتد و مدور است، در آن انجام می گیرد. حرکت در آسمان به واسطه اثیر Ether (از لحاظ ریشه شناختی به معنی آن چه که همیشه در حرکت است) حرکت می کند، اثیر عنصر پنجم و مخصوص آسمان است؛ او از محرک اولیه، علت ابدی و ازلی حرکت که شبیه به خدایی ثابت و دور است که باعث حرکت در جهان می شود، نیرو می گیرد.

تصویر جهان: سپهرهایی هم مرکز

جهان واقع در زمان نامحدود و مکان محدود متشکل از زمین ثابت در مرکز جهان است که ماه، خورشید، پنج سیاره و فلک ستارگان ثابت آن را احاطه کرده اند. این هشت فلک هم مرکز، متشکل از ماده اثیری، یک منظومه را تشکیل می دهند: آن ها در ارتباط با همدیگر هستند، چون که به نظر ارسطو، خلاء وجود ندارد، به طوری که فلکی که یک جرم سماوی را در خود حرکت می دهد، باعث حرکت چرخشی فلک بعدی می شود.

آسمان مثالی باقی مانده از افلاتون رنگ می بازد: این آسمان شاید چیزی جز تکرار بی فایده این جهان نیست. ارسطو آسمانی مرئی از ستارگان و افلاک را جایگزین آن می کند. از این پس خطی مرزی میان جهان مادون ماه و مافوق ماه کشیده می شود.

ارسطو در کتاب «رساله آسمان» خود می نویسد: «اجرام دارای وزن و در حرکت به سوی زمین خطوط موازی را دنبال نمی کنند، بلکه زوایای مشابه ایجاد می کنند و به این صورت به سوی مرکزی واحد یعنی مرکز زمین حرکت می کنند. بنابراین واضح است که زمین در مرکز قرار دارد و بی حرکت است، نه تنها به دلایلی که ذکر کردیم، بلکه به این دلیل که اجرام سنگین، که با حرکت اجباری به خط مستقیم به بالا پرتاب می شوند، به همان مکان باز می گردند، حتی اگر این نیرو آن ها را به فاصله ای بی نهایت بزرگ پرتاب کرده باشد. بنابراین، زمین حرکت نمی کند، و در جایی به جز مرکز (جهان) قرار ندارد.»

نظام فکری ارسطو:

اصالت

جهانی ناکامل در مادون ماه و جهانی کامل در فرای آن

مزیت

او تمامی حرکتها بر روی زمین و در آسمان را دسته بندی کرده و توضیح می دهد

جایگاه انسان

خوشبختی آن بر روی زمین و در به کار گرفتن عقل محقق می شود و ارتباطی به آفریننده جهان ندارد

اصل تشکیل دهنده جهان : عنصر پنجم

چگونه حرکت را که در جهان تولید می شود، می توان توضیح داد؟ وقتی صحبت از حرکت در جهان مادون ماه باشد، که جهانی ناکامل و محکوم به فساد است، و در آن چیزها گاهی در حرکت و گاهی در سکون هستند، توضیح آن بسیار سخت است. جهان مافوق



Happy New Year

تولد عیسی مسیح و آغاز سال جدید میلادی را
به کلیه هموطنان تبریک و سالی همراه با
سلامتی، شادی و بهروزی برایتان آرزو مندیم.

دفتر مهاجرتی آی.سی.پی



معصومه علیمحمدی (بهیانی)

با گروه مجرب خود ارائه‌کننده کلیه خدمات در زمینه اخذ مجوز اقامت دائم و یا موقت، برنامه‌های مهاجرتی فدرال و استانی از طرق سرمایه‌گذاری، تخصصی، کارآفرینی، خویشاوندی، دانشجویی، پناهندگی، ...

و همچنین تهیه دعوتنامه، سوگند نامه و تأیید رسمی مدارک در کانادا می‌باشد.

جهت مشاوره و تعیین وقت قبلی با دفتر ما در مونترال و تهران تماس حاصل فرمایید.
رضایت شما پشتوانه نام و اعتبار ماست.



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

(021) 2288 1683

گذری بر کتاب‌هایی از فروغ فرخزاد و آثاری درباره او «کتابخانه فروغ»

۱. نظری به کتاب‌های شعر فروغ

اسیر

شعر فروغ در شعرهای مجموعه «اسیر» سیلان احساسات و حساسیت‌های عاشقانه است. دید او کاملاً عاشقانه است و از دریچه‌ی نگاه او همه چیز بازیچه عطر و نور است و «پیچیده در سکوت پر از راز نیمه شب. وقتی شجاع الدین شفا بر چاپ سوم مجموعه «اسیر» (سال ۱۳۴۲) مقدمه‌ای نوشت از مخاطبان اشعار «اسیر» خواست که به دور از هرگونه قضاوت اخلاقی به بررسی اشعار او بپردازد، زیرا به گفته‌ی او «شعر فروغ قابل مقایسه با اشعار آمریکای لاتین، خصوصاً شعر آلفونسینا استورنی، است و بیشتر با احساس سر و کار دارد تا عقل و فکر، و فروغ بیش تر به دنبال حرارت و هیجان است تا خوش بختی.»

دیوار

فروغ دومین مجموعه‌ی شعرش را با نام «دیوار» در سال ۱۳۳۵، با مقدمه‌ی گونه‌ای از اشعار حافظ، عمر خیام، گوته و میلتنون منتشر کرد. عاریه گرفتن این اشعار و درج آن‌ها به عنوان مقدمه‌ی «دیوار» هنوز به آن معنی نبود که از شعر قدیم و معاصر ایران وقوف کامل دارد.

فروغ بیست و دو ساله در مجموعه‌ی «دیوار» شاعری شناخته شد که استعداد قوی شاعرانه‌ی خود را با عطش شگرف نام جویی در آمیخته است. در نزد شاعران هم نسل و منتقدان همدوره‌ی فروغ، مضامین اشعار «دیوار» نه در اوزان نامرتب و مصراع‌های بلند و کوتاه نیمایی، بلکه در قالب چهارپاره‌ها یا قطعات و غزل‌ها قرار می‌گیرند، اما به تعبیری تسلطی غریزی بر بحور عروضی داشت، که نه فقط لغزشی در آن‌ها راه ندارد؛ بلکه از کشف و ابداع یکی دو وزن تازه خبر می‌دهد.

عصیان

«عصیان» سومین مجموعه‌ی شعر فروغ در سال ۱۳۳۷

منتشر شد. «عصیان» در ادامه‌ی «دیوار» قرار دارد، اما فروغ در بیان و زبان گشایی چیره دست تر است. بررسی شعرهای تغزلی «عصیان» از شاعری خبر می‌دهد که به شکستن وزن و دور شدن از قالب چهارپاره‌های پی در پی توفیق می‌یابد.

تولد دیگر

وقتی فروغ در سال ۱۳۴۳ مجموعه‌ی «تولد دیگر»

منتشر شد. درخشانترین شعر این مجموعه «تنها صداست که می‌ماند» نام دارد. (مرادی کوچی، ۱۳۷۹: ۲۰۶)

۲. برخی از مهمترین جستارها درباره فروغ و جهان‌نگری شاعرانه او

بن‌مایه‌های شعر فروغ (نک: شمیسا، ۱۳۷۶:



را منتشر کرد آن را حادثه‌ای مهم در شعر معاصر و «تولد دیگر» برای فروغ ارزیابی کردند. هم عنوان «تولد دیگر» که نشان می‌دهد با شاعری متفاوت از گذشته سرو کار داریم و هم اینکه خود او در جایی سه دفتر نخستین خویش را غیر شاعرانه قلمداد می‌کند و اذعان می‌دارد که در آن زمان، «هنوز روح شعر در من حلول نکرده بود.»

ایمان بیاوریم به آغاز فصل سرد

عنوان منظومه‌ای است که همراه چند شعر دیگر پس از مرگ دلخراش فروغ در حادثه‌ی تأسف بار راندگی

۱۴۹-۱۳۲). این مطلب، فصلی کوتاه از کتاب نگاهی به فروغ فرخزاد است که پژوهنده در آن ده مقوله را بن‌مایه‌ها (عناصر تکرار شونده) در شعر فروغ می‌شمارند که از آن میان، دو مقوله‌ی «مرگ و زوال و پوسیدگی» و «مرور گذشته»، به نحوی با پژوهش حاضر (ذیل بحث‌های مرگ و تنهایی) ارتباط می‌یابد و موید مناسب بودن انتخاب شعر فروغ برای بررسی پیش‌رو است.

سیر تکوینی من زنانه‌ی فروغ فرخزاد (نک: سپاه‌پوش، ۱۳۷۶: ۶۲-۵۷). در این نوشته‌ی کوتاه، مولف (رضا براهنی)، می‌کوشد تا به تبیین من (در

نگاهی به زندگی فروغ

فرشید سادات شریفی

معنی دایره‌ی عواطف) فروغ بپردازد و آنچه در این نوشته برای رساله‌ی حاضر اهمیت دارد آن است که وی در ضمن بحث، به شکلی گذرا، به نسبت عمق یافتن دید و تأملات شاعرانه و هستی‌شناختی فروغ با واقع‌گرا شدن شعر وی می‌پردازد (همان، ۵۹).

صدای سخن عشق (نک: همان، ۵۶-۴۴). لطفاً برای ملاحظه‌ی پیوند این نوشته با پژوهش حاضر، بنگرید به مطالب همین بخش، ذیل معرفی جستار نهایت تمامی نیروها پیوستن است، پیوستن.

فروغ در چشم‌انداز شعر نو فارسی (نک: همان، ۱۲۰-۱۰۶). در این مقاله، حمید زرین‌کوب، ضمن تلاش برای تبیین جایگاه فروغ در شعر روزگار ما، به دو نکته‌ی اساسی مرتبط با پژوهش حاضر اشاره می‌کند: الف. محوریت نگاه فردگرا و انسان‌مدار در شعر فروغ، که در سه دفتر نخست او، حالتی «فردی و خصوصی» دارد؛ اما در دو دفتر فرجامین، صبغه‌ی «انسانی و جهانی» می‌یابد (نک: همان، ۱۰۷)؛ ب. محوریت و تشخیص دید پرسش‌آمیز و اعتراضی در تمام دفا‌تر و ادوار شعر فروغ (نک: همان، ۱۰۸-۱۲۰)، که به شکلی غیر مستقیم، مناسب بودن انتخاب شعر او را برای بررسی در پژوهش حاضر (به ویژه از بُعد نگرش به جهان)، تأیید می‌کند.

نهایت تمامی نیروها پیوستن است، پیوستن (نک: مختاری، ۱۳۷۸ الف: ۶۳۶-۵۵۹). این نوشته‌ی مفضل، که چهارمین و آخرین فصل از کتاب انسان در شعر معاصر است، به درستی، بر چند نکته انگشت می‌نهد که هریک در رویکرد رساله‌ی حاضر، اهمیتی ویژه و بنادین دارند: الف. تشخیص و اهمیت عنصر تنهایی در شعر فروغ (نک: همان، ۶۰۸-۶۰۳)؛ ب. اشاره به زایش نوعی از خودآگاهی در فکر و شعر فروغ، به زوال‌اندیشی او (پیوند مرگ‌اندیشی با خودآگاهی: همان، ۶۲۳-۶۱۹)؛ پ. تأکید بر اصالت و محوریت نگاه و عناصر زنانه در هویت فروغ در سرتاسر متن نوشته، به ویژه در ترسیم چهار ضلع سازنده‌ی شخصیت فروغ. به دیگر سخن، مختاری که پیش‌تر در مقاله‌ی صدای سخن عشق، این اضلاع را به شکلی کوتاه و فروفشرده، در قالب الگوی «زن-مادر-عاشق-شاعر-انسان معاصر» (نک: سیاه‌پوش، ۱۳۷۶: ۵۵) عرضه کرده بود، در اینجا، به بسط و شرح آن می‌پردازد و نه فقط، پیوند زن و مادر بودن را با هویت فروغ باز می‌گوید؛ بلکه بر جدایی‌ناپذیری بینش زنانه‌ی وی از عشق‌ورزی و زیست شاعرانه نیز تکیه و تأکید دارد و این (مبحث در رساله‌ی حاضر، به هنگام بحث از مقوله‌ی «فردیت انسانی» اهمیتی ویژه دارد.

منابع جستار را بر روی سایت مجله بنگرید.

روایت سال شمار اتفاقات مهم زندگی او

سال ۱۳۲۸

تا سن پانزده سالگی و پایان کلاس سوم دبیرستان، به دبیرستان خاور رفت، و سپس در هنرستان بانوان ثبت نام کرد، و زیر نظر بهجت صدر و علی اصغر پتنگر آموزش نقاشی دید. با سهراب سپهری و مهری رخشا محشور شد و طرح‌هایی از چهره خود ترسیم کرد. در رشته خیاطی نیز به تجربه‌اندوزی پرداخت.

سال ۱۳۲۹

با پرویز شاپور که نوه خاله‌ی مادرش بود، و پانزده سال از او بزرگتر بود ازدواج کرد.

سال ۱۳۳۰

فرزند پسری به دنیا آورد که نامش را کامیار گذاشت. «بیش از همه چیز و بالاتر از همه چیز به هنرم و بعد به پسر علاقه دارم و آرزویم این است که پسرم وقتی بزرگ شد یک شاعر، یا یک نویسنده شود.»

سال ۱۳۳۱

در سن هجده سالگی مجموعه‌ی شعر «اسیر» را منتشر

فروغ الزمان، مشهور به فروغ فرخزاد (متولد: ۸ دی ۱۳۱۳؛ فوت: ۲۴ بهمن، ۱۳۴۵ در سانحه تصادف رانندگی) شاعر معاصر ایرانی و از است. وی پنج دفتر شعر منتشر کرد که از نمون‌های درخور توجه شعر معاصر فارسی هستند. وی با نشر مجموعه‌های «اسیر»، «دیوار» و «عصیان» در قالب شعر نیمایی کار خود را آغاز کرد. سپس آشنایی با ابراهیم گلستان نویسنده و فیلمساز سرشناس ایرانی و همکاری با او، موجبات تحول فکری و ادبی فروغ را فراهم آورد و با انتشار مجموعه «تولد دیگر» تحسین گسترده‌ای را برانگیخت. همچنین انتشار منظومه بلند «ایمان بی‌اوریم به آغاز بهره سرد» (جنگ آرش، ۱۳۴۴)، از حوادث مهم ادبی سال بود. شمس لنگرودی در این باب بدین سان داوری کرده است: «نخستین منظومه غیر روایی و غیر داستانی در شعر نو فارسی بود؛ اگر چه ماندگاری این شعر، نه به خاطر ساخت پازلی و پیچیده غیر خطی و مدرن آن، بلکه به پاس صمیمیت فوق‌العاده آن بوده که شعر را ساده جلوه داده است.» (لنگرودی، ج ۳، ۱۳۷۸: ۱۹۹). باقی اشعار چاپ نشده او پس از مرگ



کرد. این مجموعه شامل چهل و چهار قطعه شعر است، و شجاع‌الدین شفا مقدمه‌ای بر آن نوشته است.

سال ۱۳۳۲

به همراه همسرش پرویز شاپور به اهواز سفر کرد. «یک سال است که به طور مداوم شعر می‌گویم، پیش از آن مطالعه می‌کردم و می‌توانم بگویم که بیش‌تر از همه روزهای عمرم کتاب‌های سودمند و مفید خوانده‌ام و سه سال است که اصولاً شاعر شده‌ام، یعنی روحیه‌ی شاعرانه پیدا کرده‌ام... در میان شعرای ایرانی معاصر، فریدون توللی را استاد خودم می‌دانم و به اشعار فریدون مشیری بی‌اندازه علاقه مندم و به آنها ایمان دارم... و از میان نویسندگان و شعرای خارجی شارل بودلر... کنتس

نابگاهش، در دفتری به همین نام منتشر شد تا جایگاهش را در شعر معاصر ایران به عنوان شاعری مهم و بزرگ تثبیت نماید.

خود را به ثبت رساندم.

خود را به نامی، در یک شناسنامه، مزین کردم

و هستیم به یک شماره مشخص شد

پس زنده باد ۶۷۸ صادره از بخش ۵ ساکن تهران

(تولد دیگر، مرز پرگهر)

به غلط او را متولد فروغ فرخزاد در ۱۵ دی ماه می‌دانند در صورتی که در ۸ دی ۱۳۱۳ در تهران متولد شده است.



ونوای و... ترانه‌های بیلیتیس... آرزوی من آزادی زنان ایران و تساوی حقوق آن‌ها با مردان است. من به رنج‌هایی که خواهرانم در این مملکت در اثر بی‌عدالتی‌های مردان می‌برند کاملاً واقف هستم و نیمی از هنرم را برای تجسم دردها و آلام آن‌ها به کار می‌برم... بعد از موزیک به سینما علاقه دارم. متأسفانه در شهری که فعلاً زندگی می‌کنم از نعمت دیدن یک فیلم خوب همیشه محروم.»

سال ۱۳۳۳

اختلافاتش با همسرش شدت گرفت.

سال ۱۳۳۴

هم زمان با چاپ دوم مجموعه «اسیر» که این بار، با تغییرات کلی همراه بود از همسرش جدا شد.

سال ۱۳۳۵

مجموعه شعر «دیوار» را منتشر کرد، و در پانزدهم تیرماه همین سال به ایتالیا و سپس آلمان که چهارده ماه به درازا کشید سفر کرد. فروغ در این ایام زبان ایتالیایی و آلمانی را فرا گرفت و چند صباحی را با گروه آکس آقابابیان، که فیلم‌های ایتالیایی را به فارسی دوبله می‌کردند همکاری کرد.

«در آن روزها تصور نمی‌کردم که این سفر این قدر در روحیه‌ی من بتواند مؤثر باشد و تا این درجه سلامت و آرامش از دست رفته‌ام را به من بازگرداند، ولی در این لحظه که این جا نشسته‌ام و مشغول نوشتن این سطور هستم اعتراف می‌کنم که هیچ وقت در زندگی خودم را این قدر امیدوار و آرام و نیرومند حس نکرده‌ام و هیچ وقت تا این درجه به هدف‌هایم و آن چه در زندگی «زندگی» مرا تشکیل می‌دهد علاقه مند و مؤمن ندیده‌ام. در آن روزها به پرندگی دورپروازی شباهت داشتم که در آسمان‌های تاریک و محدود و فضاهای خالی بال گشوده و اوج گرفته، می‌خواستم به طرف چشمه‌های روشنایی و نور پرواز کنم، و در راهم ابریشم باران‌ها به پایم می‌پیچیدند و نفس بادها مسیر پروازم را در خود می‌کشیدند و دود ابرها در چشمانم می‌دویدند، و من، بال می‌زدم، پیوسته بال می‌زدم، و راه من راه دوری بود.»

سال ۱۳۳۶

به غلط معروف است که مجموعه شعر «عصیان» را در این سال نشر می‌دهد اما زمان درست انتشار آن ۱۳۳۷ است. در همین سال بود که خاطراتش را از سفر به ایتالیا و آلمان به عنوان «در دیاری دیگر» برای نخستین بار در مجله‌ی فردوسی (از مهر تا بهمن ماه) منتشر کرد.

«دیوار عصیان در واقع دست و پازدنی مایوسانه در میان دو مرحله‌ی زندگی است. آخرین نفس زدن‌های پیش از یک نوع رهایی است. آدم به مرحله‌ی تفکر می‌رسد. در جوانی احساسات ریشه‌های سستی دارند، فقط جذب‌شان بیشتر است. اگر بعداً به وسیله‌ی فکر رهبری نشوند، یا نتیجه‌ی تفکر نباشند خشک می‌شوند و تمام می‌شوند. من به دنیای اطرافم، به اشیای اطرافم و آدم‌های اطرافم و خطوط اصلی این دنیا نگاه کردم، و آن را کشف کردم، و وقتی خواستم بگویمش دیدم کلمه لازم دارم، کلمه را وارد کردم چه این کلمه هنوز شاعرانه نشده است. جان دارد شاعرانه اش می‌کنیم!»

سال ۱۳۳۷

نشر اول کتاب عصیان. هم چنین در سازمان فیلم گلستان به مدیریت ابراهیم گلستان به عنوان ماهشین نویسنده و مسئول بایگانی استخدام می‌شود در متن این رخ داد، فروغ با ابراهیم گلستان آشنا شد و این آشنایی تأثیر

فراوانی بر شعر و اندیشه‌ی او داشت.

سال ۱۳۳۸

فیلم مستند «یک آتش» را تدوین کرد و سپس برای مطالعه و بررسی امور تشکیلاتی تهیه و تدوین فیلم به انگلستان سفر کرد. بعد از آن به ایران بازگشت و مجدداً فیلم «یک آتش» را تدوین کرد. همراه با ابراهیم گلستان، سلیمان میناسیان، محمود هنگوال و گریوم-هایراپتیان برای ساختن فیلم‌های مستند موسوم به چشم انداز به خوزستان سفر کرد.

سال ۱۳۳۹

با ابراهیم گلستان به عنوان دستیار و تدوین گر پنج قسمت از فیلم‌های مستند «چشم انداز» همکاری کرد.

سال ۱۳۴۰

در فیلم خواستگاری که برای مؤسسه‌ی ملی فیلم کانادا، به کارگردانی ابراهیم گلستان بود، بازی کرد، و با ابراهیم گلستان در کارگردانی «فیلم چشم انداز آب و آتش»، همکاری کرد و سپس کارگردانی و تدوین فیلم را به طور مستقل ادامه داد.

برای آموزش فشرده درباره‌ی امور فنی ساختن فیلم به انگلستان سفر کرد، و در همین سال بود که گویندگی در دوبله‌ی فیلم مهر هفتم را (اینکار برگمن ۱۹۵۶) به سرپرستی پرویز بهرام تجربه کرد، و در پی آن در فیلم دریا بر اساس داستان کوتاه «چرا دریا توفانی شده بود» نوشته‌ی صادق چوبک، به عنوان بازیگر نقش اول زن فیلم در کنار پرویز بهرام، و زیر نظر ابراهیم گلستان به عنوان کارگردان هنر نمای نمای نمود.

فیلم یک دقیقه‌ای و تبلیغاتی کیهان (برای موسسه کیهان)، و روغن پارس (برای کارخانه‌ی روغن سازی پارس) به دست وی ساخته شد.

سال ۱۳۴۱

به همراه دکتر راجی، رئیس هیئت مدیره‌ی انجمن کمک به جدامیان برای آشنایی با محیط و موقعیت جدام خانه‌ی باباداغی و وضع بیماران جدامی‌به تبریز سفر کرد، و اعضای گروه فیلم برداری (سلیمان میناسیان، هراند میناسیان، محمود هنگوال، امیر کزازی و رحمان اسدی) را در باباداغی تبریز، در مدت دوازده روز، در نیمه‌ی دوم مهرماه و فیلم برداری فیلم مستند «خانه سیاه است» را بر عهده گرفت.

در همین سال سرپرستی کودکی به نام حسین منصوری را، از پدر و مادر جدامی‌پذیرفت. یک فیلم کوتاه رنگی برای مؤسسه‌ی کیهان ساخت. در سی ام بهمن ماه همین سال فیلم «خانه سیاه است» در «کانون فیلم» به نمایش عمومی درآمد.

سال ۱۳۴۲

در اواسط بهار تألیف فیلم نامه‌ی مبه‌ری را در هزار صفحه پیرامون موقعیت زن ایرانی، و به تعبیر دیگر سرگذشت خود، به پایان رساند، و در همین سال مجموعه‌ی شعر «اسیر» برای سومین بار به چاپ رسید. در زمستان همین سال جایزه‌ی بهترین فیلم مستند را از جشنواره‌ی جهانی اوبرهاوزن برای کارگردانی «خانه سیاه است» دریافت نمود.

در نمایش نامه‌ی «شش شخصیت در جست و جوی نویسنده» نوشته لوییجی پیراندللو، به ترجمه و کارگردانی پری صابری بازی کرد.

سال ۱۳۴۳

مجموعه کوچکی با عنوان زیباترین اشعار فروغ فرخزاد و

«مجموعه‌ی تولدی دیگر» منتشر شد. (همان)

«من در مورد کار خودم قاضی ظالمی هستم... وقتی به کتاب تولدی دیگر نگاه می‌کنم متأسف می‌شوم. حاصل چهار سال زندگی! خیلی کم است. من ترازو دست نگرفته‌ام و شعرهایم را وزن نمی‌کنم؛ اما از خودم انتظار بیش تری داشتم و دارم... من سی ساله هستم و سی سالگی برای زن سن کمال است، به هر حال یک جور کمال؛ اما محتوی شعر من سی ساله نیست. جوان تر است. این بزرگ ترین عیب است در کتاب من. باید با آگاهی و شعور زندگی کرد. من مغشوش بودم، تربیت فکری از روی یک اصول صحیح نداشتم. همین طور پراکنده خوانده‌ام و تکه تکه زندگی کرده‌ام و نتیجه اش این است که دیر بیدار شده‌ام - اگر بشود اسم این حرف‌ها را بیداری گذاشت- من همیشه به آخرین شعرم بیش تر از هر شعر دیگرم اعتقاد پیدا می‌کنم. دوره‌ی این اعتقاد هم خیلی کوتاه است، بعد زده می‌شوم و به نظرم همه چیز ساهه لوحانه می‌آید.»

در همین سال برگزیده‌ی اشعار فروغ منتشر شد. او در دو صحنه از فیلم «خشت و آینه» به کارگردانی ابراهیم گلستان بازی کرد. در تابستان سفری به ایتالیا و آلمان، انجام داد.

«فروغ با زبان‌های ایتالیایی، آلمانی و فرانسه به قدر احتیاج آشنا بود؛ اما با تحصیل مرتب و متودیک زبان انگلیسی طی چهار سال، این زبان را هم در مکالمه، هم در نوشتن و ترجمه خوب فرا گرفته بود. نمایشنامه ژان مقدس (از برنارد شاو) سیاحتنامه هنری میلر در یونان با عنوان ستون سنگی ماروسی را ترجمه کرده بود که هنوز چاپ نشده. ترجمه‌ی ژان مقدس که شرح زندگی ژاندارک است...»

سال ۱۳۴۵

در بهار در دومین جشنواره‌ی سینمای مؤلف- پزارو شرکت کرد و با برناردو برتولوچی، شاعر و کارگردان تلویزیون ایتالیا دیدار و گفت و گو داشت. تلاش و کوشش برتولوچی برای ساختن فیلم مستندی درباره‌ی فروغ نافرجام ماند. در همین سال اشعار فروغ در آلمان، سوئد، انگلستان و فرانسه به چاپ رسید.

مرگ

مرگ او در حادثه‌ی نا بهنگام تصادف اتومبیل در ساعت چهار و نیم روز دوشنبه ۲۴ بهمن ماه رخ داد. پیکر فروغ فرخزاد در ساعت یازده و چهل و پنج دقیقه‌ی روز چهارشنبه ۲۶ بهمن ماه در گورستان ظهیرالدوله با حضور ابراهیم گلستان، صادق چوبک، مهدی اخوان ثالث، ابوالقاسم انجوی شیرازی، یزدان بخش قهرمان، احمد شاملو، غلامحسین ساعدی، هوشنگ ابتهاج، م. آزاد، سیاوش کسرای، پدر، مادر و بستگان فروغ و گروه کثیری از دوستان‌شان او به خاک سپرده شد. وقتی فروغ در حادثه‌ی تأسف بار رانندگی چشم بر جهان پوشید فقط سی و دو سال داشت. از این عمر کوتاه سال‌هایی در خانه‌ی پدری با سخت گیری و سال‌های دردباری در خانه‌ی شوهر سپری شده بود، و او پس از «تولدی دیگر» فرصت زیادی برای زندگی، سرودن شعر و به طور کلی فعالیت هنری نیافت.

منابع جستار را بر روی سایت مجله بنگرید.

کتابخانه شعر 8

شعر هر روز (آثار خواندنی ادبیات دیرینه فارسی)

آشنایی با قالب ترجیع بند

لشگرگاه و انجم لشگری بادا و فرخی سیستانی با مطلع: زباغ ای باغبان ما را همی بوی بهار آید/ کلید باغ ما را ده که فردامان به کار آید، و بند ترجیع: بدین شایستگی جشنی بدین بایستگی روزی/ ملک را در جهان هر روز جشنی باد و نوروزی، نمونه‌هایی از ترجیعهای سبک خراسانی با مضمون مدحی است.

ترجیع بند سعدی با مطلع: ای سرو بلند قامت دوست / وه وه که شمایل چہ نیکوست، و بند ترجیع: بنشینم و صبر پیش گیرم/ دنباله کار خویش گیرم (ص ۶۴۱-۶۲۹)، نمونه‌ای از ترجیع بند سبک عراقی با مضمون عاشقانه است. از اوایل سده ۹ ق سرودن ترجیع بند عرفانی متداول شد (برگرفته از: دائرةالمعارف بزرگ اسلامی، مدخل «ترجیع بند و ترکیب بند»: ج ۱۵، مقاله ۵۸۷۲).

در ادامه و طی چند شماره متن ترجیع بند سعدی با توضیح لغات و ابیات به خوانندگان عزیز تقدیم می‌شود.

ترجیع بند را نخستین بار رشید و طواط معرفی کرده است. در تعریف او معنی واژه ترجیع، برگرداندن نغمه و شکل قالب آن، شعری خانه‌خانه است که هر خانه ۵ تا بیش از ۱۰ بیت با قافیه‌ای متفاوت با خانه‌های دیگر دارد و بیتی یکسان و بیگانه با قافیه هر خانه، خانه‌ها را به هم می‌پیوندد. شمس قیس رازی نیز ترجیع را قالبی برگرفته از تقسیم قصیده دانسته که قطعه‌های آن در وزن متفق و در قوافی مختلف‌اند. او در این تعریف، به نقل از دیگر شاعران، هر قطعه را، «خانه» و بیت میان دو خانه را که گاه یکسان و گاه مختلف است، «ترجیع بند» خوانده است. ترجیع را در اصطلاح شعری، بازگشت به بیتی ثابت و یا بازگشت به خانه‌ای دیگر دانسته‌اند.

شاعران ایرانی از نخستین دوره شعر فارسی پس از اسلام، مضامین گوناگون شعری را در قالب ترجیع بند پرداخته‌اند. نمونه‌های کهن‌ترین ترجیع بندها را هم می‌توان در آثار شاعران این عصر جست‌وجو کرد. آثاری از قطران تبریزی با مطلع: به مهر ماه دیداری سپردم دل به دیداری / همه بیمار و غم دل را ز چشم آید پدیداری، و بند ترجیع: خداوند خداوندان همیشه لشگری بادا/ مر او را چرخ

ترجیع بند سعدی

قسمت ششم: بند پنجم

۳۹. از روی تو ماه آسمان را	شرم آمد و شد هلال باریک	۴۱. با این همه گر حیات باشد	هم روز شود شبان تاریک
چهره‌ی معشوق از نظر زیبایی بر ماه آسمان برتری داده شده است .	معنای بیت: چهره‌ی تو آنچنان زیبا است که ماه در برابر آن احساس شرم کرد (خود را در برابر تو زیبا نمی‌دانست) و هلال باریکی شد .	بیت دارای تشبیه است: روز (روزی که در فراق بگذرد) از نظر سختی و دلپذیری نبودن به شب تاریک مانند شده است .	
۴۰. از بهر خدا که مالکان جور	چندین نکنند بر ممالیک	۴۲. دردا که بغیر عمر بگذشت	ای دل تو مرا نمی‌گذاریک..
ممالیک: غلامان، بندگان	معنای بیت: بخاطر خدا [جور کمتر کن] چرا که مالکان، اینچنین بر بندگان خود ستم نمی‌کنند .	۴۳. بنشینم و صبر پیش گیرم	دنباله‌ی کار خویش گیرم .
شاید که به پادشه بگویند	ترک تو بریخت خون تاجیک	دوبیت موقوف المعانی هستند .	
معنای بیت: سزاوار است که به پادشاه (معشوق) بگویند که ترک تو تاجیک را کشت؛ یعنی کسانی فدای زیبایی تو شدند .		مضمون بیت: گله از فراق و گذران عمر. دردا: کلمه‌ی دال بر افسوس؛ خیره: بیهوده، هرز، عبث .	
		بیت دارای تشخیص است؛ دل را جاندار تصویر کرده و آن را مورد خطاب قرار داده است.	
		معنی: افسوس که عمر با بیهودگی گذشت و ای دل تو مرا رها نمی‌کنی تا صبور باشم و به کار خود مشغول باشم .	

شعر امروز

چو ماهیان سرخ‌رنگ ساده‌دل
ستاره‌چین برکه‌های شب شدم
چه دور بود پیش از این زمین ما
به این کبودغرفه‌های آسمان
کنون به گوش من دوباره می‌رسد
صدای تو

صدای بال برفی فرشتگان
نگاه کن که من کجا رسیده‌ام
به کهکشان به بیکران به جاودان
کنون که آمدیم تا به اوج‌ها
مرا بشوی با شراب موج‌ها
مرا بپیچ در حریر بوسه‌ات
مرا بخواه در شبان دیرپا
مرا دگر رها مکن

مرا از این ستاره‌ها جدا مکن
نگاه کن که موم شب به راه ما
چگونه قطره‌قطره آب می‌شود
صراحی سیاه دیدگان من
به لای‌لای گرم تو
لبالب از شراب خواب می‌شود
به روی گاهواره‌های شعر من
نگاه کن

تو می‌دمی و آفتاب می‌شود

آفتاب می‌شود

نگاه کن که غم درون دیده‌ام
چگونه قطره‌قطره آب می‌شود
چگونه سایه‌ی سیاه سرکشم
اسیر دست آفتاب می‌شود
نگاه کن

تمام هستی‌ام خراب می‌شود
شرارهای مرا به کام می‌کشد
مرا به اوج می‌برد
مرا به دام میکشد
نگاه کن

تمام آسمان من
پر از شهاب می‌شود
تو آمدی ز دورها و دورها
ز سرزمین عطرها و نورها
نشاندی مرا کنون به زورقی
ز عاج‌ها ز ابرها، بلورها
مرا ببر امید دلنواز من
ببر به شهر شعرها و شورها
به راه پُستاره می‌کشانی‌ام
فراتر از ستاره می‌نشانی‌ام
نگاه کن

من از ستاره سوختم
لبالب از ستارگان تب شدم



دی ماه، ماه تولد فروغ‌الزمان فرخ‌زاده، پری‌شادخت شعر معاصر است. از این جهت از شماره قبل با تقدیم شعرش به پیشواز زادروزش رفتیم و این شماره هم، با پرونده‌ای کاملاً ویژه‌ی او در تمام بخش‌های ادبیات معاصر مجله و نیز صفحه‌چهره خدمت خوانندگان عزیز خواهیم بود؛ اما شعر امروز این شماره، به یکی از شعرهای پر از زندگی، در دیوان فروغ اختصاص دارد.

زندگی شاید

یک خیابان درازست که هر روز زنی با زنبیلی از آن می‌گذرد

زندگی شاید

ریسمانی‌ست که مردی با آن خود را از شاخه می‌آویزد

زندگی شاید طفلی‌ست که از مدرسه برمی‌گردد

زندگی شاید افروختن سیگاری، در فاصله رخوتاک دو هم‌آغوشی

یا نگاه گیج رهگذری باشد

که کلاه از سر برمی‌دارد

و به یک رهگذر دیگر با لبخندی بی‌معنی می‌گوید: صبح‌به‌خیر





بنیاد آموزشی و فرهنگی آپتین آموزش موسیقی

زیر نظر دانش آموختگان موسیقی و استادان دانشگاه

سازهای ایرانی، کلاسیک و پاپ

آموزش موسیقی کودک: ارفه 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

آموزش موسیقی:

زیر نظر دانش آموختگان موسیقی و استادان دانشگاه

ایرانی، کلاسیک و پاپ: سازهای ایرانی
(تار، سه تار، سنتور، تنبک ...). سازهای
کلاسیک (پیانو، ویولن، گیتار ...). پاپ
(گیتار، ساز دهنی، کیبورد ...). آموزش
موسیقی کودک (ارفه سوزوکی ...).
آموزش علوم موسیقی (سلفژ، هارمونی
...). انجام تستهای استعدادیابی و
مشاوره جهت انتخاب ساز مناسب

آموزش نقاشی و خوشنویسی

کمک درسی:

دبیرستان- کالج و دانشگاه (ریاضی،
فیزیک، شیمی، بیولوژی و ...). آموزش
زبان های فرانسه، انگلیسی و فارسی.
کمک درسی ویژه کودکان و نوجوانان



بنیاد آموزشی و فرهنگی آپتین

آموزش به هدف استقرار سریع تر مهاجران در کانادا

مشاوره و آموزی
کلینیک حقوقی
آموزش هنر
کمک درسی

خدمات مشاوره و آموزی:

(Coaching)

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، کسب 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،
قراردادها اجاره نامه های مسکونی و
تجاری، ثبت بنگاه های تجاری کوچک و
متوسط، برگزاری کارگاه های آموزشی،
مشاوره های انفرادی با وقت قبلی

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

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

بالاخره ضدماده اندازه‌گیری شد

معمای جهان‌های وارونه رمز گشایی می‌شود



برای نخستین بار در تاریخ علم، دانشمندان موفق شدند، ضدماده یا پادماده (Antimatter) را در شرایط آزمایشگاهی اندازه‌گیری کنند.

ضدماده مفهومی عجیب است که برای کسانی که با فیزیک پیشرفته آشنایی ندارند، پیچیده خواهد بود و حتی برای فیزیکدان‌ها نیز کار با آن اصلاً ساده نیست چراکه به محض تماس ضدماده با ماده، هر دو نابود می‌شوند. این مشکل باعث شده بود که تاکنون انسان نتواند ضدماده را اندازه‌گیری کند چون برای این کار نیازمند اتصال ابزار است و این اتصال، سوژه اندازه‌گیری را نابود می‌کند.

اما به واقع این مفهوم فیزیکی به چه معناست؟ درجهان هستی هر ذره ای دارای یک ضدماده خود است که می‌تواند به وسیله آن خنثی و یا نابود شود. مثلاً ضدماده الکترون پوزیترون است که دقیقاً مشابه الکترون است ولی بار آن برخلاف الکترون که دارای بار منفی است مثبت است.

در فیزیک ذرات و شیمی کوانتوم «ضدماده» گستره مفهومی از ضد ذرات تا ماده است، جایی که ضدماده ترکیبی از ضد ذرات می‌شود. این فرآیند را شاید بتوان آینه متقارن ماده و ذرات تشکیل دهنده آن عنوان کرد، آنجا که ذرات در ترکیب با هم ماده را تشکیل می‌دهند. به عنوان مثال یک ضد الکترون و یک ضد پروتون می‌توانند اتم ضد هیدروژن را دقیقاً مشابه

دیراک و اندرسون، سرانجام در اکتبر ۱۹۵۵ ایی لوگسler، فیزیکدان اهل ایتالیا توانست در شتاب دهنده بیوترون در آزمایشگاهی در کالیفرنیا، پاد پروتون و یک سال بعد ۱۹۵۶ پاد نوترون را آشکار کند. اما دانشمندان پارا فراتر گذاشته و در پی ساخت پاد اتم و پاد مولکول برآمدند.

دیراک فیزیکدان معروف در ۱۹۲۸ چنین استنباط کرد که همه مواد می‌توانند در دو حالت وجود داشته باشند. وی در آغاز نظریه خود را در مورد الکترون بیان کرد و اظهار داشت که باید ذراتی به نام ضد الکترون هم وجود داشته باشد. این گفته تحقق یافت و فیزیکدان آمریکایی کارل اندرسون در ۱۹۳۲ ضد الکترون و یا پوزیترون را کشف کرد. پس از اکتشاف

Group Vinco Exchange

صرافی پنج ستاره

تبدیل و انتقال سریع ارز به ایران و بالعکس

با کمترین هزینه

2178 St. Catherine West | 514 585 2345 | 514 846 0221



منوچهر قربانیان

اگر ضدماده وجود دارد، آیا ضد جهان هم وجود دارد؟ در صورت وجود، قوانین آنها چگونه است؟

قوانین ضد شیمی این جهانها همانند قوانین شیمی است. غیر از بارهای وارون، مردمانی که در چنین جهانی به سر می‌برند هرگز نمی‌فهمند که از ضدماده ساخته شده‌اند. فیزیکدانها این را وارون یا C- وارون می‌نامند، زیرا در این ضد جهان تمام بارهای الکتریکی وارون است، اما چیز دیگری دست نمی‌خورد. البته فیزیکدانها پرسشهایی درباره گیتی‌های دو قلو را بسیار جدی می‌گیرند، چون هنگامی که تنها بارها را در ذرات زیر اتمی جا به جا کنیم یا جهت گیری چپ - راست را وارون نماییم، معادله‌های نیوتن و اینشتین دست نخورده می‌مانند. بنابراین جهانهای C- وارون یا P- وارون در اصل امکان پذیرند.

برنده نوبل ریچارد فاینمن پرسشی جالب درباره این جهانها پیش کشید. فرض کنید روزی تماشای رادیویی با فضایی‌ها در سیاره ای دور دست بر قرار می‌کنیم ولی نمی‌توانیم آنها را ببینیم. او می‌پرسد آیا می‌توانیم با رادیو تفاوت چپ و راست را بگوییم؟ اگر قوانین فیزیک، جهان P- وارون را مجاز بدانند، آنگاه بیان این مفاهیم باید امکان ناپذیر باشد. او استدلال کرد که گفتن بعضی چیزها آسان است، مثلا بدن ما یا تعداد انگشتانمان، دست‌ها و پاها. ما حتی به فضاییان درباره ی قوانین شیمی و زیست شناسی هم توضیح بدهیم، اما اگر بخواهیم برای آنها مفهوم چپ و راست (یا ساعت گرد و پاد ساعت گرد) را تشریح کنیم، راه به جایی نخواهیم برد. ما هیچگاه نمی‌توانیم برای آنان قرار داشتن قلبان در سمت چپ بدن، جهت چرخش زمین، یا نحوه ی پیچ خوردگی مولکول DNA را توضیح دهیم.

منابع:

<http://www.nature.com/nature/journal/html/aaupncurrent/full/nature21040>
<http://www.antimatteronline.com>
<https://home.cern/topics/antimatter>

نکته قابل توجه این است که بدون تردید نقض قوانین فیزیکی در لحظه آفرینش جهان تنها به وسیله نیرویی که قوانین فیزیکی جهان را پایه ریزی کرده است امکان پذیر بوده است. استیون هاوکینگ در کتاب خود تحت عنوان طرح بزرگ که سعی دارد با استفاده از نظریه ریسمانها آغاز جهان را بدون وجود آفریدگار شرح بدهد به این موضوع اشاره می‌کند که جهان به وسیله قوانین فیزیکی پدید آمده است ولی هیچ اشاره ای به نقض قوانین فیزیکی در لحظه آفرینش جهان نمی‌کند.

اکنون دانشمندان فیزیک مرکز تحقیقات سرن در قالب تیم آلفا موفق شدند برای نخستین بار با استفاده از تکنیک خاصی ضدماده را اندازه‌گیری کنند. آنها یک پوزیترون (الکترون با بار مثبت) را به همراه یک ضد پروتون (پروتون با بار منفی) داخل یک تیوب خلاء قرار دادند تا یک اتم ضد هیدروژن تشکیل شود. سپس این اتم را در میدانی مغناطیسی به دام انداختند و با تکنیک‌های لیزری اندازه‌گیری کردند.

در مرحله بعد آزمایش، دانشمندان پرتوی از لیزر سرخ به ضد هیدروژن تاباندند تا رفتار پوزیترون‌های آن پس از ارتقاء سطح انرژی را بررسی کنند. نتیجه آزمایش خوشبختانه همانند رفتار هیدروژن بود. در صورتی که این ضدماده رفتاری متفاوت از خود بروز می‌داد کل علم فیزیک نیازمند بازنگری می‌بود.

درک رفتار ضدماده برای درک کائنات اهمیت زیادی دارد چراکه براساس تئوری‌ها ضدماده و ماده باید یکدیگر را نابود کنند اما در کائنات این دو در کنار هم هستند و ما همچنان وجود داریم.

پرسش اساسی دیگری هم در اینجا مطرح می‌شود و آن این است که: ما انسانها و هر آنچه در اطراف ماست از موجودات زنده گرفته تا زمین، سیارات، خورشید و دیگر ستارگان، همه از ماده ساخته شده‌ایم. اما با تصور وجود یک جهان دیگر که مانند تصویر آینه‌ای جهان کنونی ما باشد، چه احساسی به شما دست میدهد؟

ترکیب اتم طبیعی هیدروژن با الکترون و پروتون تولید کنند.

در هنگام آفرینش جهان در انفجار بزرگ یا بیگ بنگ نیز باید ماده و ضدماده به یک مقدار تشکیل می‌شد. در نتیجه همه پدیده‌های جهان باید در نتیجه برخورد ماده و ضدماده به انرژی تبدیل می‌شد در نتیجه ماده پدید نمی‌آمد و ما اکنون وجود نداشتیم.

ولی در هنگام انفجار بزرگ یک استثنا رخ می‌دهد و آن این است که بر خلاف همیشه مقدار ماده تولید شده از ضدماده آن اندکی بیشتر بوده است در نتیجه مقداری از ضدماده ماده را نابود ساخت و ماده باقی مانده باعث شد جهان هستی متولد شود. اصل آنتروپی و انسانی محوری می‌گوید باید چنین بوده باشد در غیر این صورت ما اکنون وجود نداشتیم.

فیزیکدان جایزه نوبل استیون واینبرگ می‌نویسد: «اگر الکترون‌ها اندکی بیشتر از ضد الکترون‌ها و کوارک‌ها اندکی بیشتر از ضد کوارک‌ها نبودند، در آن صورت ذرات معمولی مانند الکترون‌ها و کوارک‌ها، در جهان امروز اصلا وجود نداشتند. همین افزایش اندک ماده نسبت به ضدماده که تخمین زده می‌شود به نسبت یک در ده میلیارد است، موجب ایجاد هسته اتم‌های سبک در سه دقیقه بعد از مه‌بانگ (بیگ بنگ) شد و سپس بعد از یک میلیون سال اتم‌ها به وجود آمدند و بعد از آن عناصر سنگین تر در ستاره‌ها پخته شدند و سرانجام ماده ای به وجود آمد که حیات از آن برخاست.»

جرج اسموت فیزیکدان نیز می‌نویسد: «از این توصیف‌ها چنین بر می‌آید که جهان هستی و نیز هستی ما حاصل اتفاقی بسیار مناسب، یعنی افزایش اندک ماده ندر نتیجه نقض قوانین، در زمانی بسیار مناسب بوده است. این واقعه ممکن است حاصل یکی از پیامدهای بی‌شماری بوده باشد که در یک برهه زمانی بسیار اندک بعد از مه‌بانگ رخ داده باشد هنوز حقیقت را نمی‌دانیم.»

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

یوگا چیست؟

درس‌های من از یوگا و آموزش آن به دیگران

آزاليا کویانی



و یا شما را از انرژی تهی کند. به همین جهت یوگا می‌تواند کمک بزرگی جهت کنترل استرس و بازگشت به آرامش باشد.

هر یک از حرکات یوگا می‌تواند برای درمان بعضی از بیماری‌ها قابل استفاده باشد. یوگا می‌تواند به کند کردن نفس خود کمک کند، و شما با تمرکز بیشتری در حال حاضر می‌نگرید. یوگا همچنین به کاهش افسردگی به کار می‌رود.

تمرین‌های یوگا احساس استقلال بیشتری در من ایجاد کرده است.

وقتی یوگا انجام می‌دهم، متوجه شدم که چگونه بدنم که قادر به انجام هر کاری است. عضلاتم می‌تواند راحت‌تر حرکت کند و آموختم که چگونه استرس را از خود دور کنم. علاوه بر این می‌کنم تحت تاثیر یوگا از کلمات مثبت بیشتری استفاده می‌کنم.

مدتی پیش محققان اعلام کرده‌اند که استفاده از کلمات مثبت می‌تواند به ذهن و بدن انرژی می‌دهد. کلمات منفی مانند «نیست، نمی‌توانم»، و غیره، به ارتعاشات منفی می‌انجامد که می‌تواند استرس درونی ایجاد کند. به نظر می‌آید وقتی کسی باور ندارد که می‌تواند کاری را انجام دهد در نتیجه مغز او نمی‌تواند بدن را به انجام آن کار تشویق کند.

اغلب پژوهشگران و روان‌شناسان اعتقاد دارند که حرکات یوگا می‌تواند سبب پایداری، جوان‌سازی و انعطاف‌پذیری شود.

در سالهای اخیر یوگا به عنوان ورزش مدرن شناسایی شده است و بیشتر مورد قبول بسیاری از مردم به عنوان آرامش درونی، شادی، قدرت شناسایی شده است.

آیا تاکنون فکر کرده‌اید یوگا چیست؟ آیا یوگا فقط یک ورزش است؟ آیا یوگا فقط برای افراد سالم است؟

یوگا یک علم است. یوگا یک تمرین معنوی شامل کنترل نفس و مدیتیشن ساده، به همراه نرمش بدن است. با یوگا شما می‌توانید به طور جامع بر سلامت خود تاثیر بگذارید. از طرفی با پرورش معنویات آرامش درون را تمرین می‌کنید و از طرف دیگر با ورزش اعضای بدن و نرمش‌های روزانه بر کیفیت و قدرت عضلات خود می‌افزایید. یوگا به ما می‌آموزد چگونه به دیگران عشق بورزیم، چگونه قدرتمند باشیم و چگونه آگاهانه رفتار کنیم.

یکی دیگر از بازخوردهای مهم یوگا مدیریت استرس است.

ما استرس چیست؟ چگونه استرس را کنترل کنیم؟ آیا یوگا می‌تواند باعث کاهش اضطراب شود؟

استرس واکنش بدن شما در مقابل هر گونه اختلال یا نابسامانی است. زمانی که شما احساس می‌کنید چیزی در محیط اطراف به شما فشار روحی وارد می‌کند، بدن شما با آزاد کردن مواد شیمیایی خاصی در خون واکنش نشان می‌دهد. این واکنش شیمیایی برای بدن خالی از اثر و عاری از خطر نیست.

دانشمندان دریافته‌اند که استرس می‌تواند باعث بسیاری از بیماری‌ها و حتی انواع سرطان شود. طبعا اثرات منفی فشار روحی و استرس در معلولین به مراتب بیشتر نمود دارد.

استرس مانع تصمیم‌گیری درست شما می‌شود و حتی می‌تواند احساس درد در تمام بدن شما به وجود بیاورد. استرس می‌تواند شما را از کسانی که دوست دارید دور کند

سومین کارگاه

شنبه و یکشنبه ۱۴ و ۱۵ ژانویه

ساعت ۱۶:۰۰ تا ۱۹:۰۰

زمستان ۲۰۱۷

راهنمایی دانشجویان

. حمل و نقل . بیمه . تلفن و اینترنت . اجاره خانه . حساب بانکی .
. خرید . مهاجرت . کار در زمان تحصیل . بورس های تحصیلی .

تازه وارد مونترال

Room H763, Hall Building, Concordia University
1455 Maisonneuve Blvd W, Montreal, H3G 1M8

شرکت در برنامه رایگان است. لطفا برای شرکت در برنامه ثبت نام کنید.

برای اطلاع از جزئیات و دسترسی به لینک ثبت نام کارگاه، در گروه تلگرام به آدرس
bit.ly/mtlworkshop3 عضو شوید یا به نشانی info@toheed-mtl.ca ایمیل ارسال نمایید.





سیروس یحیی آبادی؛ کارتون‌نویست ساکن مونترال

بازسازی و تعمیرات ساختمان یونیک

RÉNOVATION GÉNÉRAL
UNIQUE INC.

RBQ 5598-1187-01

هر آنچه که شما نیاز داشته باشید

- ◀ کابینش و موزاییک
- ◀ نقاشی ساختمان
- ◀ تکمیل زیر زمین
- ◀ کابینت آشپزخانه
- ◀ سالت حمام و دستشویی
- ◀ بازسازی و قلماسازی

در خدمت شما هموطنان عزیز در سرتاسر مونترال

بهترین کیفیت بهترین قیمت



هم اکنون برای ارزیابی

رایگان تماس بگیرید

www.renogu.ca

info@renogu.ca

(514) 887 8006



زیر زمین



حمام و دستشویی

(514) 574 1354
MAHYAR



بازسازی ساختمان ایرکا

ارزیابی رایگان

داری مجوز رسمی یک
با بیش از ۲۰ سال تجربه در کانادا



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 گاراژ

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

Farhad 514-573-8118

Before



After



آموزش شنا

(خصوصی و نیمه خصوصی)



قدم به قدم از مبتدی تا حرفه ای. ویژه کودکان و بانوان
آموزش تکمیلی برای آمادگی شناگران در تیم های باشگاهی. استعداد یابی کودکان و اصلاح تکنیک



زیر نظر مدرس باسابقه شنا (مژگان رحیمی)

دارنده مدرک بین المللی نجات سریع، مقام های کشوری، ملی و عضو سابق تیم ملی شناهای ایران

تلفن تماس جهت رزرو کلاس: 514-296-7306

f Montreal swimming club



پرسیکانا

- اگر خوشاوندان و دوستان شما می خواهند در کانادا زندگی کنند،
- اگر همسران از شما دور مانده و می خواهید به شما ملحق شود،
- اگر در لحظات شیرین زندگی در کانادا، جای همیشگی والدین در کنارتان خالی است،
- دانشجویان سخت کوش! اگر تمایل دارید پس از سپری کردن تحصیلات کانادایی خود برای همیشه عضوی از این کشور زیبا باشید،

کارشناسان رسمی موسسه مهاجرتی پرسیکانا،
مورد تایید انجمن مشاورین مهاجرت کانادا (ICCRC) در خدمت شما هستند

ایستگاه بعدی، کانادا!

Atwater

4055 RUE SAINTE-CATHERINE, UNIT 194, WESTMOUNT, QC H3Z 3J8

دفعه کالاه 1 514 748 0949

دفعه ایران 093 7092 8821 (21-)

WWW.PERSICANA.COM

INFO@PERSICANA.COM

icrc crcic



دکتر پرویز قدیریان،
استاد دانشگاه مونترال در تغذیه، استاد دانشگاه مک‌گیل
در سرطان‌شناسی و کارشناس سازمان بهداشت جهانی است و
با چند نشریه معتبر تخصصی همکاری دارد.
www.cancerriskinfo.com www.allnaturalremedies.net

خانواده: تغذیه سالم

دکتر قدیریان عزیز، جای شما خالیست و یاد شما در دل‌های تنگ ما تا ابد، تا آخرین روز زندگیمان، زنده میماند

امشب دلی سیر در دوریات اشک می‌ریزم....

خسرو شمیرانی

دکتر پرویز قدیریان عزیزم آخرین شماره دسامبر را منتشر می‌کنیم. الان سه سالی است که آخرین روزهای سال سردتر می‌شود، خیلی سرد، بی‌آنکه گرمای کلام و مهر قلمات گرما ببخشد به زندگی‌هامان... دسامبر دو سال پیش برایت نوشتم:

یک سال از آغاز آن آخرین سفر تو می‌گذرد. به آسمان رفتی، و ژرفای دل یار را خانه ابدیات کردی. عاشق‌ترین عاشقان بودی، عاشق انسان.

آن روز که رفتی برایت اشک بسیار ریختیم. راستی چرا؟ ما که می‌دانستیم به جای بهتری می‌روی... پس اشک‌ها برای چه بود؟ بی‌تردید برای تو نه، برای خودمان بود که بی‌پدر شده بودیم. برای اینکه دیگر نیستی تا دستمان را بگیری و راه را نشان‌مان دهی.

دلم برایت تنگ است. یاد سفارش‌هایت می‌افتم، درباره «هفته». می‌خواهم و می‌کوشم تا به آنها عمل کنم، اما تو بهتر می‌دانی که چقدر سخت است. سخت است، شاید برای اینکه من هنوز باید خیلی یاد بگیرم؛ شاید برای این که باید انسان‌تر شوم؛ شاید برای این که هنوز تا پخته شدن راه درازی در پیش دارم. می‌دانم می‌توانی راه را برایم کوتاه کنی، اما نمی‌کنی. برای اینکه می‌دانی انسان بودن ما نه در رسیدن که در رفتن، در حرکت ماست. می‌دانی تا در این سوی زمان‌ایم رسیدن معنی ندارد، پس می‌خواهی رفتن، درست رفتن، رو به تعالی رفتن را بیاموزم. پس آنچه به نظرم دشوار می‌نماید، در حقیقت همان خامی من است. به هر روی روزهای سختی هستند، در لحظات دشوارم غوطه می‌خورم و لبخند شیرین‌ات را به یاد می‌آورم که با گرمای روحانی وجودت نور می‌شد در تاریکی‌هایم.

بگذار برایت تعریف کنم: خیل بزرگ انسان‌هایی که بسیاری‌شان تورا هرگز ندیده‌اند و ندیده دوست دارند «هفته» را دوره کرده‌اند و کارزاری برای یاری‌اش راه‌انداخته‌اند. پیر و جوان، زن و مرد، تازه‌وارد و قدیمی. گرچه سختی هست اما امید هم هست و لبخند، لبخند تو.

هر سه‌شنبه شب، موقع آماده کردن سهم آبونه‌ها نام‌ات را می‌خوانم و به یاد می‌آورم که اولین نام روی آن لیست کوتاه آن روزها بودی. امروز لیست آبونه‌ها طولانی‌تر شده. همان‌وقت دوست داشتی هزاران باشند و خواهند شد هزارانی که تو سرآغازشان بودی: دکتر پرویز قدیریان.

دلم برایت تنگ شده، چرا رفتی؟ می‌دانی که بی‌تو راه بیراهه می‌شود؟ نام‌ات را در دل می‌خوانم و تو نقطه‌ی روشنی می‌شوی و راه خروج را نشان می‌دهی، و از هزارتوی سرد و تاریک «من» ام رهایم می‌کنی. خود را دوباره بازمی‌یابم، این لبخند جاودان توست که چراغ راهم می‌شود.

امشب دلی سیر برای دوریات اشک می‌ریزم، آخر یک سال گذشت از آخرین بار که دیدمت، اما فردا سفارشات را پی می‌گیرم. خیالت راحت باشد نهال «هفته» درختی می‌شود تا زیر شاخسار آن همه با هم باشیم از ترک و عرب و فارس و کرد و لر و تاجیک و پشتون و اردو و بلوچ و ارمنی و زرتشتی و بی‌دین و مسلمان و بهایی و یهودی، هندو و بودایی... که همه شاخسار درخت بزرگ انسانیتی هستیم که تو تبلور آن بودی، هستی!

و پس از سه سال، امشب نیز دلی سیر در دوریت اشک می‌ریزم....

اتاق تاریک

اثر تنسی ویلیامز؛ ترجمه مهدی بابائی



و شوهرتون، خانم لوکا، چند هفته که بیکاره؟
خدا می‌دونه چند هفته.
لطفاً به جواب واضح به من بدید.
انگاری از ۱۹۳۰. شاید هم قبل از اون. شوهرم از کار بیکار شد چون مغزش دیگه کار نمی‌کرد. دیگه هیچی یادش نمی‌اومد.
از اون موقع دیگه کار نمی‌کرده؟
نه. از اون موقع تا حالا مریضه. مغزش دیگه به درد نمی‌خوره.
پسرهاتون؟
پسرها؟ فرانک و تونی از اینجا رفتن. فکر کنم فرانک رفت شیکاگو. چه می‌دونم. تونی هیچ وقت به درد بخور نبود. اون دو تای دیگه، سیلوا و لوسيو هنوز مدرسه میرن.
مدرسه ی دستور زبان میرن؟
هنوز مدرسه میرن.
جاروی خانم لوکا با حرکتی ناگهانی محکم زیر میز خالی آشپزخانه کشیده شد و یک قاشق مسی، چند تیکه کاغذ و یک پیچ بیرون آورد. قاشق رو برداشت و روی میز گذاشت.

«متوجه ام،» خانم مورگان گفت، «و شما یه دختر دارید؟»

بله. یه دختر.

کار می‌کنه؟

نه. کار نمی‌کنه.

اسم و سنش، لطفاً.

اسم، تینا. چند سالشه؟ درست قبل از سیلوا به دنیا اومد. سیلوا پانزده سالشه.

پس اون الان شانزده سالشه. درست می‌گم؟

شانزده.

متوجه شدم. دوست دارم با دخترتون حرف بزنم، خانم لوکا.

باهاش حرف بزنید؟

بله، کجاست؟

خانم لوکا با اشاره به یک در بسته گفت، «اون تونه.»

مددکار اجتماعی از جایش بلند شد.

میشه ببینمش؟

نه. اون تو نرید. دوست نداره.

خانم مورگان خشکش زد.

دوست نداره؟ برای چی؟ مریضه؟

چه می‌دونم چشمه،» خانم لوکا جواب داد. نمی‌خواد کسی بره تو اتاق پیشش و نمی‌خواد

که لامپ هم روشن باشه.

جارو به زیر اجاق رسید و دسته شکسته ی یک فنجان را بیرون آورد. خانم لوکا غرغر

کنان خم شد و آن را برداشت. و بعد آن را توی سطل زغال ها انداخت.

دخترتون چشمه، خانم لوکا؟

کی؟ تینا؟ چه می‌دونم.

واقعا! چند هفته از این ماجرا می‌گذره؟

خدا می‌دونه چند هفته.

خواهش می‌کنم، خانم لوکا. لطفاً به سوالاتم سراسر جواب بدید. طفره رفتن مشکلی

رو حل نمی‌کنه.

به نظر می‌رسید خانم لوکا کمی گیج شده بود.

چند هفته که تو اون اتاقه؟ خانم مورگان سوالش رو تکرار کرد.

چند هفته؟ شاید شش ماهه.

شش ماه؟ مطمئن اید؟

دوروبر سال نو رفتارش عجیب و غریب شد. پسر اون شب نیومد. اولین باری بود که

بعد از مدت‌ها نیومد و به هر حال شب سال نو بود. دختری به خونه شون زنگ زد و مادرش

گفت که پسر نیستش و دیگه هم اونجا زنگ نزنه. بهش گفت که پسرش داره با یه

دختر یهودی ازدواج می‌کنه.

پسره؟ کدوم پسره؟

همون پسری که مدت ها باهاش بود. یه پسر یهودی به اسم سُل.

شروع این رفتارش هم به همین دلیل بود؟»

می‌تونه باشه. چه می‌دونم. دختری گوشه رو قاط کرد و اومد تو آشپزخونه و یه کم آب،

گرم کرد. گفت که دلش درد می‌کنه.

واقعا؟

چه می‌دونم. شاید درد می‌کرد. بگذریم، همونطوری رفت که بخوابه و از اون موقع هم

بلند نشده.»

جاروی خانم لوکا آهسته اطراف صندلی مددکار اجتماعی پیچ و تاب می‌خورد. خانم

مورگان سریع پاهایش را جمع کرد، مثل گربه لوسی که از آبی که به طرفش ریخته

می‌شود فرار می‌کند. جاروی چرک و سیاه بی هدف به سمت دیگر اتاق حرکت می‌کرد.

منظورتون اینه که از اون موقع تا حالا حرف نزده؟

درسته.

چند هفته؟

از اول سال نو.

شش ماه؟

درسته.

اصلا بیرون می‌آد؟

برای دستشویی بیرون میاد. اون موقع بیرون میاد ولی این تنها موقعیه که بیرون میاد.



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



اون تو چیکار میکنه؟

چه می‌دونم. فقط اون تو، تو تاریکی دراز میکشه و بیرون هم نمیداد. بعضی وقتها خیلی سرو صدا میکنه، فریاد میزنه و از این جور چیزا. طبقه ی بالایی ها بعضی وقتا شاک میشن. اما بیشتر اوقات هیچی نمیگه. همینطور رو تخت دراز میکشه.

چیزی می‌خوره؟

آره، می‌خوره. بعضی وقتا.

بعضی وقتا؟ منظور تون اینه که مرتب غذا نمی‌خوره؟

نه مرتب نه. فقط چیزی که پسره براش میاره.

پسره؟ منظورتون کیه خانم لوکا؟

سُل.

سُل؟

آره، سل، همونی که مدتها باهاش بود.

منظورتون اینه که اون میاد؟

آره، بعضی وقتا میاد.

فکر کنم گفتید که اون با یه دختر یهودی ازدواج کرد؟

آره درسته. با همون دختر یهودی ازدواج کرد که فک و فامیلش می‌خواستن.

و اون باز هم برای دیدن دخترتون میاد؟

آره، برای دیدنش میاد. اون تنها کسیه که دختره اجازه میده باهاش تو اتاق باشه.

اون پسر میره اون تو؟ تو اتاق؟ با دخترتون؟

آره.

دخترتون می‌دونه که اون پسر با یه دختر دیگه ازدواج کرده؟

چه می‌دونم که اون چی می‌دونه. چی بگم. اون که هیچی نمیگه.

و با این وجود باز هم به پسر اجازه میده که بیاد و باهاش حرف بزنه؟

پهش اجازه میده که بیاد ولی پسره باهاش حرف نمی‌زنه.

باهاش حرف نمی‌زنه؟ پس چیکار میکنه، خانم لوکا؟

چه می‌دونم. اون تو تاریکه. چی بگم. هیچکی هیچی نمیگه. پسره میره اون تو و یه مدت میمونه و بعدش میاد بیرون.

خانم لوکا، منظورتون اینه که به اون مرد اجازه می‌دید بره تو اون اتاق با دخترتون باشه، با اون شرایطی که دخترتون داره؟

آره. دخترم دوست داره که اون بره اون تو باهاش باشه. برای مدتی آرومش می‌کنه. وقتی پسره این دور و بر نیست، دختره کارهای وحشتناکی می‌کنه. طبقه بالایی ها

بعضی وقتها شاک می‌شن. ولی وقتی پسره میاد، حالش بهتر میشه. دیگه سرو صدا نمی‌کنه. همیشه هم یه چیزی واسه خوردن براش میاره و اون هم هرچی اون میاره

رو می‌خوره.

جارو، شعاع بزرگی کشید و آشغال ها را در گوشه‌ای جمع کرد.

خانم لوکا ادامه داد، اینطوری یه خورده کمک می‌کنه. ما چیز زیادی نداریم. فقط همین چندر غازی که از اعانه می‌گیریم و خیلی زیاد نیست. ما بعضی وقتا حتی...

مامان، میشه پانزده سنت بهم بدی؟

یکی از پسرها بود، سیلوا یا لوسیو، که سرش را از پنجره باز نزدیک پله های اضطراری تو آورده بود. از بینی اش خون می‌آمد.

پانزده سنت بهم بده، مامان. با جیب شرط بستم که نتونه منو ببره ولی اون برد و گفتش که اگه پول رو بهش ندم بدتر از این سرم میاره.

خانم لوکا گفت، خفه شو.

پسر با تعجب نگاهی به خانم مورگان انداخت و تلق تولوق کنان از پله های اضطراری پایین رفت. فریادهای نابهنجاری از کوزه شنیده می‌شد و صدای قدم های زیادی که

می‌دویدند.

نگاه خیره ی خانم مورگان هنوز سر جاش بود. متوجه وفقه ی پیش آمده نشد.

خانم لوکا، به گمانم می‌دویند که چه مسئولیتی متوجه شماست؟

برای چی؟

سکوت کش داری بین شان برقرار شد.

مهم نیست. چند وقت از این موضوع می‌گذره؟

چی؟

بین این مرد و دخترتون؟

تینا؟ سل؟ چه می‌دونم! خدا می‌دونه چند وقته!

خانم لوکا، این جواب من نبود.

می‌خواید بدونید که چند وقته با سل هستش؟ تقریباً از وقتی که یازده سالش بود و مدرسه می‌رفت.

منظورم اینه که چند وقته که این مرد اینطوری وارد اتاقش میشه؟

جارو خودش را رو با کج خلقی تکان داد و بعد به پیچ وتاب خوردن اطراف میز خالی آشپزخانه ادامه داد.

شاید پنج یا شش ماه. چه می‌دونم.

و شما و شوهرتون، خانم لوکا، هیچکدوم تون سعی نکردید جلوشو بگیرید؟

خانم لوکا سرش را پایین گرفته بود و با تمرکز و سکوت به جارو نگاه می‌کرد.

شوهرتون، خانم لوکا، هیچ کاری نکرد که جلوی اومدن این مرد رو به اینجا بگیره؟

شوهرم خیلی وقته که مریضه.

خانم لوکا انگشت خسته سیابه اش را روی پیشانی اش گذاشت.

دیگه فکرش کار نمی‌کنه. منم که هیچ کاری از دستم بر نمیاد. مجبورم همیشه کار کنم. تمام سعی مون اینه که یه جوری بگذرونیم. هرچی اتفاق بیفته تقصیر ما نیست.

خواست خداست. همش همین رو می‌تونیم بگیم، خانم مورگان.

متوجه ام، خان لوکا.

انگار این حرف، خط سفید پایان را در فضا کشید. خانم لوکا از جارو زدن دست کشید و منتظر ماند. می‌دانست که قرار است رایبی صادر بشود. بی آنکه آشفته بشود خودش را برای جمله های بعدی آماده می‌کرد.

خانم لوکا، اون دختر باید از اینجا بره.

تینا؟ اون اینو دوست نداره.

متاسفانه نمی‌تونیم خواسته اش را در نظر بگیریم. همچنین خواسته شما را، خانم لوکا.

فکر نکنم اون بخواد جایی بره. شما تینارو نمی‌شناسید. اون لجبازه. اگه بخواید مجبورش کنید کاری رو که دوست نداره انجام بده جیغ وحشتناکی می‌کنه. جیغ

می‌کنه، لگد میزنه، گاز می‌گیره، دوروبرش هم نمی‌تونید برید.

اون باید بره.

امیدوارم که بره. واقعا امیدوارم که بره. واقعا دور از ادبه که همیشه تو تاریکی رو اون تخت دراز می‌کنه. برای پسرها هم خوب نیست.

پسرها؟

آره، سیلوا و لوسیو. براشون خوب نیست وقتی می‌بینن که اون اونجوری لخت رو تخت دراز کشیده.

لخت!

آره، یه تیکه لباس هم نمی‌پوشه.

دفترچه با صدای معنا داری بسته شد. خانم مورگان سر خودنوینس اش را بست.

صبح باید از اینجا برده بشه و برای مدتی طولانی تحت نظر باشه.

امیدوارم که بره اما فکر نکنم بخواد مگه اینکه اون ازش بخواد.

اون؟ منظورتون؟

سُل.

سُل!

آره، همون پسری که مدتها باهاش بود.

متوجه ام! متوجه ام!

جاروی خانم لوکا، بدون اینکه هدف مشخصی داشته باشد دوباره حرکت عقب جلو اش را به آهستگی از سر گرفت. پوست پیاز خشک شده‌ای به جاروی سیاه و کثیف چسبیده

بود. عقب و جلو. کف مرطوب آشپزخانه قرچ قرچ صدا می‌کرد.

۱۹۴۰

PHOTOGRAPHY PROFESSIONAL

عکس پاسپورتنی
کتابخانه و PR کارت
اندازه سر حتماً پاسپورتنی
رهايت شود
50 70

عکس سیتی زنی
اندازه عکس و جزئیات
دیگر پاسپورتنی دقیق باشد
35 45

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

since 1990
عکاسی
از
عکس های پاسپورتنی سیتی زنی
مدیکال کارت و کارت PR
عکس های خانوادگی و فرارغ تحصیلی

514-488-7121
5301 Queen Mary, H3X 1T9
(نیش دگاری)

METRO Snowdon

آموزش زبان انگلیسه رکسانا

آموزش خصوصی و گروهی

حضور (مونتريال، آنلاپس (ساير شهرهای کانادا و آمریکا)

آموزش فشرده آيلتس، تافل، مکالمه

مدرس: مرتضی طاهری

www.roxana-olc.com
001 514 585 0189

کلینیک استتیک مدیکال پیشرفته
B&L Inc.

Canadian Association of Medical Aesthetics &
American Academy of Aesthetic Medicine Certified Doctors

تخفیف تابستانی، تا آخر سپتامبر

پولیکس، فیلر، Peeling، مزو تراپی، پوست، مو، سلولیت
بیماریهای مو و ناخن، لیزر، موهای زائد، جوانسازی پوست
درمان آکنه، پیگمانتاسیون 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)

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

پانته آ شریف زاده
وکیل دادگستری و مشاور حقوقی در استان کبک و ایران

– دعاوی مدنی (خانواده، مالک و مستاجر، مطالبه وجه)
– قراردادهای امور تجاری و ثبت شرکت ها
– مالکیت فکری (اعلام تجاری، طرحهای صنعتی و حقوق مولف)
– امور مهاجرت

مونتريال (514) 307-0140 Ext. 207
کبک سیتی (418) 780-3880 Ext. 207

pantea.sharifzadeh@sarailis.ca
www.sarailis.ca

آموزش موسیقی ایرانی

سه تار | تنبور | دف

پورناظری
514-566-9013

SHEMIRAN Auto Service

توسرویس شمیران
مصرف و خدمات انواع خودرو

تخفیف ویژه در استان
از ۱ نوامبر تا ۳۱ دسامبر

- ۱۰ درصد تخفیف برای تعمیرات لرمز و جلوتندی
- جلوتندی از زنگ زدگی (Rustproof) شروع از ۳۹۹۵ دلار
- ۱۰ درصد تخفیف برای تعویض همزمان روغن و لاستیک و بازرسی رایگان
- فروش انواع لاستیک زمستانی تا ۸۰ دلار تخفیف
- تایرهای چهار فصل واقعی بدون نیاز به تعویض (مورد تایید برای زمستان)

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

سرویس و خدمات
در کوتاهترین زمان
کیفیت مطلوب و قیمت مناسب

هر روز هر روز

مونترال <> تورنتو <> مونترال

مسافر، بار و بسته با نرخهای باور نکردنی

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

انجام امور ساختمانی
BEN Renovation

• کاشیکاری و سنگ کاری • نصب در و پنجره • نقاشی
• بازسازی حمام و آشپزخانه • نصب کفپوش و پارکت
• کابینت و تجهیزات آشپزخانه • ترمیم و تعمیرات دیوارهای داخلی

benrenovation4295@gmail.com
نوسازی درمونتريال: facebook: (514) 441 4295 بهنام رفیعی

صرافی الیت فارسی
(فخري)

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**

ارائه خدمات ارزی، سریع و مطمئن با استفاده از کارت های شتاب
Bureau de Change
Currency Exchange

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

رضانجف زاده
آهنگساز، مدرس و نوازنده سنتور
مدرس پیانو

فراخ انحصاری موسیقی تو ایران
فاطمه موسیقی در دانشگاه مونتريال

438 936 8728
reza_home2001@yahoo.com

سالن آرایش و زیبایی ایو

• جدیدترین مدل‌های کوب • فر و صاف دائم
• رنگ و مش • کولارن سازی پوست
• بند و ابرو و تاتو • تاتوی بدن توسط پوریا
• سرویس کامل عروس

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

Persepolis Exchange
خرید و فروش آنلاین ارز

سریع آسان
قابل اطمینان
اولین وب سایت خرید و فروش آنلاین ارز

www.PersepolisExchange.com
514-515-8826 info@persepolisexchange.com

آموزش ویلون و پیانو
بابک نامور

514-506-0271
babakn23@gmail.com

ارائه کننده کلیه خدمات عکاسی و فیلمبرداری

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

7352 RUE ST-HUBERT, MONTREAL, H2R 2N3

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 St. Catherine West | 514 585 2345 | 514 846 0221
منوچهر قربانیان

آژانس مسافرتی تی.ای.ام
T.A.M Travel

مهری صدوقی
مشاور مجرب شما با 13 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 3H5

AGTA ATAC IATA

هر روز هر روز

مونترال <> تورنتو <> مونترال

مسافر، بار و بسته با نرخ‌های 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.

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

▲ آسان

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

▲ متوسط

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

▲ سخت

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

▲ خیلی سخت



آشپزی هفته:

سرگرمی و خانواده



پاکورای گل کلم

مواد لازم

- | | | | |
|---------------------------|-----------------------|--------------------------------------|---------------|
| ۱ قاشق چای خوری
مقداری | ۶. پودر پاپریکا | نیم کیلو | ۱. گل کلم |
| | ۷. فلفل قرمز | ۱ لیوان | ۲. آرد نخودچی |
| | ۸. روغن برای سرخ کردن | ۱ قاشق چای خوری
مقداری | ۳. زردچوبه |
| | ۹. نمک | ۱ قاشق چای خوری
نصف قاشق چای خوری | ۴. گشنیز |
| | | | ۵. بکینگ پودر |

طرز تهیه:

گل کلم را پس از شستن به تکه‌های درشت خرد کنید. داخل قابلمه‌ای آب بریزید و روی حرارت قرار دهید تا به جوش بیاید، نمک را اضافه نمایید. سپس گل کلم‌ها را داخل آب جوش بریزید و از روی حرارت بردارید. ۱۵ دقیقه بگذارید درون آب جوش بماند.

آرد نخودچی، زردچوبه، پاپریکا، بکینگ پودر، فلفل قرمز و مقداری نمک را داخل کاسه‌ای بریزید و مخلوط کنید. سپس به این مواد مقداری آب گرم اضافه کنید تا خمیری رقیق بدست بیاید.

داخل تابه‌ای روغن ریخته روی حرارت قرار دهید تا داغ شود. سپس گل کلم‌ها را به نوبت در خمیر رقیق بزنید و در روغن داغ بیندازید تا سرخ شوند. پس از سرخ شدن گل کلم‌ها را بر روی دستمال کاغذی قرار دهید تا روغن اضافی آنها گرفته شود. سپس روی آن مقداری گشنیز خرد شده بپاشید و همراه سس دلخواه سرو کنید.

سس انتخابی ما در تصویر، سرکه بالزامیک با مقداری سبزی خشک معطر میباشد. (منبع: آشپز هفته. با تشکر از شبنم عزیزم)

نکته زیست محیطی هفته

کودکان مان وارثان بعدی کره زمین هستند. از کودکی دوستی با طبیعت را به آن‌ها آموزش دهیم.

حکایت هفته

«عمر گر خوش گذرد زندگی نوح کم است
ور به سختی گذرد نیم نفس بسیار است»

۱. عمر عزیز است غنیمت شمار

مردی که با رباخواری ثروتمند شده بود و سیصد هزار دینار جمع کرده بود. تصمیم گرفت دیگر سختی نکشد و بقیه‌ی عمرش را با خوشحالی و شادمانی زندگی کند اما همین موقع، عزرائیل از راه رسید تا جان او را بگیرد. دنیا پیش چشم مرد تیره و تار شد. زاری کنان به عزرائیل گفت:

«عمری زحمت کشیده‌ام، حالا که وقت استفاده از دست‌رنجم شده، آمده‌ای که جانم را بگیری؟ آیا سزاوار است که من این موقع بمیرم؟» اما عزرائیل توجهی به حرف‌های او نکرد و خواست جانش را بگیرد. مرد که عزرائیل را مصمم دید، گفت: «حالا که این طور است، صد هزار دینار بگیر و سه روز به من مهلت بده، بعد از سه روز بیا و جانم را بگیر!»

عزرائیل قبول نکرد. مرد گفت: «دویست هزار دینار به تو می‌دهم، دو روز به من مهلت بده!» عزرائیل قبول نکرد. مرد گفت: «همه‌ی دارایی‌ام را، سیصد هزار دینارم را به تو می‌دهم فقط یک روز به من مهلت بده که زنده بمانم.»

عزرائیل هیچ پیشنهادی را قبول نمی‌کرد، سرانجام مرد گفت: «پس به من اندازه‌ای مهلت بده که بتوانم جمله‌ای بنویسم و برای آیندگان بگذارم.»

عزرائیل به اندازه‌ی یک جمله به او مهلت داد. مرد قلم برداشت و نوشت:

ای مردم، من خواستم یک روز از عمرم را سیصد هزار دینار بخرم. به من نفروختند. پس شما قدر عمرتان را بدانید، چون عمر خریدنی نیست.

۲. حکایت شاه عباس و رسیدگی به امور اقتصادی

شاه عباس از وزیر خود پرسید: امسال اوضاع اقتصادی کشور چگونه است؟ وزیر گفت: «الحمدلله به گونه‌ای است که تمام پینه‌دوزان توانسته‌اند به زیارت کعبه روند!»

شاه عباس گفت: «نادان اگر اوضاع مالی مردم خوب بود کفشان می‌بایست به مکه می‌رفتند نه پینه‌دوزان، چونکه مردم نمی‌توانند کفش بخردند ناچار به تعمیرش می‌پردازند، بررسی کن و علت آن را پیدا نما تا کار را اصلاح نمایم.»

(منبع: انار. داستان کوتاه. منیره رحمان‌نژاد. تهران: نخبگان. ۱۳۹۴)



لطیفه‌های هفته

● به خالی بنده می‌گویند: تو ابوالهول را می‌شناسی؟ می‌گویند: بعله، بچه محله‌مونه. می‌گویند:

ابوالهول تو مصره.. می‌گوید: آره، جنگ‌زده که شدیم آن‌ها رفتند مصر، ما رفتیم اهواز. می‌گویند: ابوالهول مجسمه است. می‌گوید: خدا.. بهش گفتم این قدر لاف نیا! خدا سنگت می‌کند گوش نکرد که نکرد....

● دقت کردین چرا می‌گویند خواب مومن عبادت است؟! چون مومن اگر بیدار باشد دنبال اختلاس کردن، صیغه کردن و کلاه گذاشتن سر ملت می‌رود. باید خواب باشد تا دنیا در آرامش باشد... پس بخواب مومن، بخواب ثواب داره عزیزم بخواب... قربونش برم.. بخواب...

● لاک‌پشت: هیچ چیزی در این دنیا از من کندتر نیست! حلزون: پس من اینجا هویجیم؟ اینترنت ایران: بسه بابا خودتونو لوس نکنین. هنوز رو دستم کسی بلند نشده....

● حاج آقا بالای منبر می‌گوید: فرشته‌ها در بهشت بر لبان کسانی که صلوات می‌فرستند، بوسه می‌زنند. یارو آن وسط داد می‌زند: آنهایی که لب می‌خواهند بلند صلوات!

● سوالی که به شدت ذهن دولت را مشغول کرده: چرا هر کاری می‌کنیم مردم از گرسنگی نمی‌میرند!

● هنگامی که گراهام بل تلفن را اختراع کرد یک چیز عجیب دید! سه تماس بی‌پاسخ از جنتی!

● به حیف نون می‌گویند: دوست داری تو تاکسی چه کسی کنارت بشینه؟ می‌گوید: به دختر خوشگل با نامزدش. می‌گویند: چرا؟ می‌گوید: آخه اونا به هم می‌چسبند، جا واسه من باز می‌شود....



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 اظهارنامه 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

VANTAGE
 LE GROUPE IMMOBILIER ET BIEN-ÊTRE

آتوسا تنگستانی فر

استودیو و آپارتمان یک خوابه در خیابان شریووک

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

NEW

۲۵ و ۷۰۰ دلار در ماه
 برای اطلاعات بیشتر لطفا با من تماس بگیرید
514 995 3041

سرویس راپتان و خدمات ویژه برای:
 • تهیه فوری تأییدیه وام بانکی
 • تهیه وام مسکن و مشاوره برای فروش مسکن
 • کلیه امور مربوط به خرید مسکن

1896 boul. Thimens, St-Laurent, QC H4R 2K2
 atosaa@vantagegroup.ca

اینترنت

Internet + Phone
 + IPTV Service

- با سرعت بالا، قیمت مناسب و کیفیت عالی
- لینک ثابت منزل با تماس نامحدود به ایران
- امکان دسترسی به کانالهای تلویزیونی ایرانی و شیر ایرانی

شماره تماس با شاهین قاسمی
 بعد از ۵ بعدازظهر: 514 561 2071

شماره تماس با حسین منصور
 از صبح تا ۵ بعدازظهر: 514 469 1610

تدریس زبان فرانسه

شراره شاکری
 تدریس زبان و مکاتبات فرانسه / دانشگاه تهران

- تدریس زبان فرانسه / کلیه سطوح
- آمادگی برای آزمون های TFI, TEF, TOPIF, OQLF
- مکالمه زبان فرانسه از طریق اسکایپ
- آمادگی برای مصاحبه های کاری و تهیه رزومه
- ترجمه همزمان و ترجمه کلیه متون و مدارک

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

نکته هفته

بزرگترین خلا زندگی، فاصله‌ی میان دانستن و انجام دادن است.

نقل قول هفته

مولانا جلال‌الدین محمد بلخی:

هر که گفتارش دروغ است ای پسر
 کج رو است و بی‌فروغ و بی‌بصیر

ضرب‌المثل هفته

ضرب‌المثل‌های ایرانی در قالب اشعار طنز و شیرین:

وقتی کسی نکرده فکر در عجبه

بی‌خبره هر چیزی رو یک سببه

عقل کسی وقتی باشه به چشم و گوش

چطور بفهمه که قمر در عقربه

فرانسوی: صاعقه به قتل بزرگ اصابت می‌کند.

شعر طنز هفته

[شما چطور!؟]

من شاعرم کتاب ندارم؛ شما چطور؟

عمری‌ست جای خواب ندارم؛ شما چطور!؟

در بانک‌های دولتی و غیردولتی

مثل شما حساب ندارم، شما چطور؟

نه سبزیم و نه قرمز و نه آبی و نه زرد

باور کنید تاب ندارم؛ شما چطور!؟

افسرده‌ام به خوردوی تک‌سرنشین خویش

ماشین خوش‌رکاب ندارم؛ شما چطور!؟

زلف مرا زمانه گرفت و ز بیخ کند

من مشکل حجاب ندارم؛ شما چطور!؟

هر ساعتی به خانه بیایم، دلم خوش است

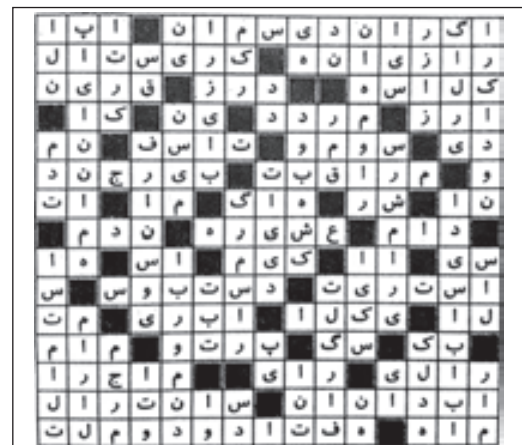
یک ذره اضطراب ندارم؛ شما چطور!؟

زیر دلم زده‌ست خوشی / بچه‌ها/ ولی

میلی به «انقلاب» ندارم؛ شما چطور!؟

(منظور میدان انقلاب است. صد البته)

(منبع: شعرهای طنز سکتۀ ملیح، چاپ دوم سعید بیابانکی، تهران: شهرستان کتاب، ۱۳۹۳)



کلید جدول شماره ۴۱

کمک با ماکارانی



آنیتا از مدرسه که آمد به مامان گفت: مامان معلمون به نامه داده.
مامان گفت: بیا قشنگ مادر، کنار من بشین تا باهم ببینیم که اینجا چی نوشته. وقتی مامان نامه را خواند و گفت: حتما می‌دونم این نامه راجع به چیه؟
آنیتا گفت: فکر کنم راجع به غذاهای بسته بندیه.

مامان پرسید: غذاهای بسته بندی کدومن؟
آنیتا گفت: خانم معلمون گفته غذاهایی که خراب نمیشن.

مامان گفت: بیا باهم ببینیم چه خوراکی‌هایی رو می‌شه بیرون یخچال نگه داشت.

آنیتا در کابینت را باز کرد و گفت:

ماکارونی و اسپاگتی، برنج، قوطی رب گوجه فرنگی، لوبیا. اینا چی بود اسمش؟

مامان گفت: عدس. و بعد ادامه داد: خوب

تو این نامه نوشته می‌تونم از این غذاها

هدیه کنی به بچه‌هایی که غذا ندارن

یا کمتر دارن.

آنیتا گفت: چرا غذا ندارن؟ مگه مامان

ندارن که بهشون غذا بدن.

مامان گفت: دختر گلم بعضی

بچه‌ها تو دنیا هستن که کمک

لازم دارن. من نمی‌دونم

چرا غذا ندارن ولی می‌دونم که غذا

و لباس کافی نداشتن خیلی بده.





آنیتا گفت: من دوست ندارم غذا نداشته باشم.
 مامان گفت: اونا هم همین‌طور، خانم معلم تو این نامه نوشته که اگه بخوایم میتونیم از غذامون برای اونا هم بذاریم. اگه هر بچه‌ای یک کم از غذاشو کنار بذاره برای بقیه، اون وقت هیچ کس گرسنه نمی‌مونه.
 آنیتا خیلی ناراحت بود.

مامان گفت: غصه نخور بگو ببینم چی دوست داری ببری؟
 آنیتا گفت: من ماکارونی خیلی دوست دارم، لوبیا و سس گوجه هم خیلی دوست دارم.
 مامان گفت: پس ماکارونی و قوطی رب و لوبیا رو بردار.

شما و ستارگان آسمان

صفحه ای برای تفنن و سرگرمی



فال شما برای ۲۹ تا ۴ ژانویه / ۹ تا ۱۵ دی

■ سارا نژادی / ترجمه: خاطره تحویل‌داری یکتا

متولدان مهر (۲۳ سپتامبر تا ۲۲ اکتبر)

امسال سال غیر قابل پیش بینی برای شماست و قطعاً برای بیشتر شما به خوبی شروع شده است. بسیاری از شما مناسبت‌های مختلف را جشن می‌گیرید و باران عشق و محبت از طرف نزدیکان و عزیزان بر شما باریدن خواهد گرفت. گردهمایی‌های خاص در راهند و تعجب نکنید اگر در هفته‌های آینده هدیه باارزشی به شما داده شود.



متولدان آبان (۲۳ اکتبر تا ۲۱ نوامبر)

در این زمان انرژی شما بیش از همیشه درونی بوده و درون‌گرا می‌شوید. شما تصادفاً با شرایطی مواجه می‌شوید که گوشه نشینی و تفکر عمیق را به دنبال دارد، اما واقعا صحت ندارد. تغییرات در درون شما شروع شده و بسیاری از شما با ملاحظه کاری و تفکر بیشتر عمل می‌کنید. سعی می‌کنید خود را از رسانه‌های اجتماعی و دیگر انواع مکاتبات آنلاین کنار بکشید. روح شما به دنبال حقیقت است و در این زمان به دنبال مسائلی می‌روید که بیشتر فیزیکی هستند تا روانشناختی.



متولدان آذر (۲۲ نوامبر تا ۲۱ دسامبر)

روح شما به دنبال مرکز توجه است و قطعاً راهی خواهید یافت که خود را بشناسانید. درس‌های زندگی این روزها خصمانه بوده و درک نکردن‌ها و جدال‌های بسیاری را با خود به همراه دارند. یک هدف کلی در ذهن دارید، اما بیشتر وقت شما صرف بررسی مسائل و افراد اطراف‌تان می‌گردد.



متولدان دی (۲۲ دسامبر تا ۱۹ ژانویه)

اگر در این زمان خود را در مرکز یک تضاد و رسوایی می‌بینید، تعجب نکنید. ممکن‌ست به جهات مختلفی کشیده شوید که باعث شود در مورد خود و کسانی که شما را درگیر این شرایط کرده‌اند افکار دومی داشته باشید. چشم و گوش خود را باز کنید تا بتوانید مراقب آنچه که ممکن‌ست یا ممکن نیست از این شرایط به بار آید، باشید.



متولدان بهمن (۲۰ ژانویه تا ۱۸ فوریه)

دوستی و دوستان به طور کلی برای شما مهم هستند اما همیشه برای کسانی که به خاطر شما حضور دارند دوست خوبی نبوده‌اید. بسیاری از شما در تفریح و لذت بردن با دیگران خوب هستید اما در مورد حفظ این روابط برای مدت طولانی از ثبات برخوردار نیستید. اگر دوستی و دوستی‌های‌تان در این زمان مورد بررسی قرار می‌گیرند، تعجب نکنید.



متولدان اسفند (۱۹ فوریه تا ۲۰ مارس)

شاید اکنون زمان آن‌ست که دیدگاهی متفاوت نسبت به شرایطی داشته باشید که شما را از رسیدن به آنچه که واقعا می‌خواهید باز می‌دارد. اگر رابطه‌ای تمام شده، بدانید به نفع شماست و فواید آن در راهند. با بستن دربی که در پس آن دیگر فوایدی برای شما وجود ندارد، دربی را می‌گشایید که ممکن‌ست افق امکانات بسیاری را به روی شما باز کند.



متولدان فروردین (۲۱ مارس تا ۱۹ آوریل)

سرمايه گذاری که قبلاً انجام داده اید اکنون برای شما مزایایی را به دنبال می‌آورد که در آینده برداشت خواهید کرد. بسیاری از شما مسائل زیادی را دارید که خود را در هفته‌های آینده به آن‌ها مشغول کنید. این تلاش‌ها تا زمانی به صرفه خواهد بود که هدف خود را فراموش نکرده و هم‌چنان برای رسیدن به آن تلاش کنید. اگر در نهایت خواهان رسیدن به نتیجه مثبت هستید، تمام کردن کاری که در دست دارید از اهمیت بسیاری برخوردار است.



متولدان اردیبهشت (۲۰ آوریل تا ۲۰ مه)

بسیاری از شما در روزهای آینده پول با زحمت بدست آورده خود را صرف دیگران می‌کنید. این کار را یا به دلیل تعطیلات کریسمس انجام می‌دهید و یا آن‌که فکر می‌کنید می‌خواهید به دیگران کمک کنید. به احتمال زیاد هدیه خاصی دریافت می‌کنید یا به شما داده می‌شود. کریسمس تماماً برای بخشش و بخشیدن است و شما هم مستثنی نبوده و کم بخشش نمی‌کنید.



متولدان خرداد (۲۱ مه تا ۲۱ ژوئن)

چند هفته آینده برای بیشتر شما دورانی پر مشغله خواهد بود. دوندگی‌های بسیاری باید انجام گیرد که پس از اتمام آنها احساس خستگی بسیار می‌کنید. جدا توصیه می‌کنم تا حد امکان وقتی به خود داده و ورزش را در برنامه روزانه خود وارد کنید تا بتوانید استرس‌ها را از بین ببرید.



متولدان تیر (۲۲ ژوئن تا ۲۲ ژوئیه)

بسیاری از شما در وظائف و مسئولیت‌های خود عقب خواهید بود. به نوعی ممکن‌ست در انجام کاری غفلت کرده یا کار مهمی را انجام ندهید. توصیه می‌کنم زمان خود را بهتر اولویت بندی کنید تا دچار مشکلات اضافی در مورد وظائف و مسئولیت‌های‌تان نشوید. ممکن‌ست خود را چنان دچار استرس کنید که باعث سختی‌ها و نگرانی‌های مالی بیشتر شود.



متولدان مرداد (۲۳ ژوئیه تا ۲۲ اوت)

برنامه‌های جدید در افق زندگی دارید. خود را درگیر فعالیت‌ها و پروژه‌هایی می‌بیند که هرگز تصور انجام آن‌ها را نمی‌کردید. این زمان برای بیشتر شما زمانی فعال و رضایت بخش خواهد بود. بسیاری خود را درگیر مسائلی خواهند دید که در مرکز توجه دیگران قرار می‌گیرند.



متولدان شهریور (۲۳ اوت تا ۲۲ سپتامبر)

فرصت دوم و شرایط خاصی برای شما در راهست. می‌توانید انتظار مسئله ای را داشته باشید که روحیه شما را بسیار بالا می‌برد. بسیاری از شما هم مسئولیتی را به عهده می‌گیرید که قبلاً هرگز نداشته‌اید. این زمان برای شما زمان بسیار خوبی است. آماده باشید تا در کمال راحتی استراحت کرده و شاهد لذت‌هایی باشید که به زندگی شما وارد می‌شوند.

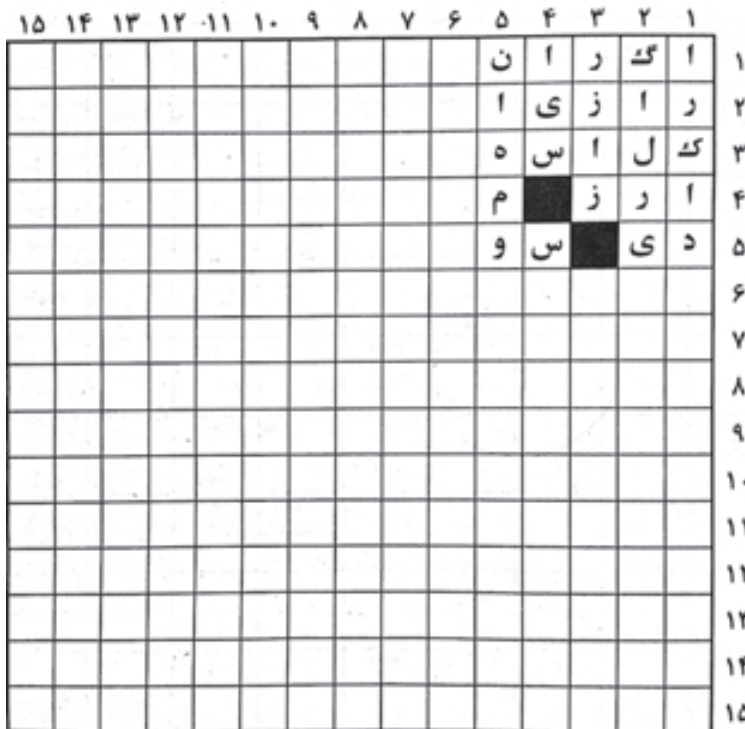


جدول آشفته

توضیح جدول:

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

پاسخ: در صفحه ۶۱ همین شماره



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 دیگر انواع 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 یک و نیم تا سه و نیم 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 دانشگاه ها و آموزشگاه های
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

مشاور و آموزیار (Coach)

شخصی، خانوادگی، کاری و بازرگانی

مدیریت استرس و ناسازگاری ها

سعید بهی

438-870-7053

شرکت ساختمانی Modern Renovation

ارائه دهنده کلیه خدمات ساختمانی

همراه با ضمانت

514-244-4689 514-661-6962

Facebook.com/ModernRenovationMontreal

تدریس خصوصی ریاضی و فیزیک

برای مقاطع cegep، دبیرستان و دانشگاه

فوق لیسانس و دکترای فیزیک از فرانسه،

سابقه تدریس در دانشگاههای فرانسوی زبان

دکتر لیلا دانشور

514-946-0643

قالی شویی

خدمات تعمیر و شستشوی فرش

514-739-4888

جای آگهی شما

جای آگهی شما

جای آگهی شما

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

فروش لوازم ورزشی

دوچرخه بزرگسال ۳۰ دلار
کفش و چوب اسکی بردن و زنان ۴۰ دلار
کفش روی یخ ۲۰ دلار
اسنوبرد و کفش ۱۰۰ دلار

514-473-7419

فروش

تلویزیون ۲۶ اینچ و میز ۴۰ دلار

514-473-7419

استخدام

آقای ۷۰ ساله ایرانی مبتلا به بیماری پارکینسون، نیازمند
نگهداری روزانه، توسط یک آقا است. هردو هفته ۴۹
ساعت / متقاضیان پس از معرفی به CLSC و دریافت
تایید، شروع به کار خواهند کرد.

514-451-5110

استخدام

به یک کارگر ساده نیازمندیم

514-894-8372

استخدام

به یک خانم برای مراقبت شبانه از یک خانم مسن در
بیمارستان نیازمندیم.

514-567-1275

فروش

فروش کافی شاپ ۲۹۰۰۰\$ در یکی از بهترین
مراکز خرید مونترال.

438-228-0877

جای آگهی شما

جای آگهی شما

جای آگهی شما

نیازمندی‌ها

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

پیش شماره‌های نوشته نشده ۵۱۴ هستند.

طراحی و گرافیک	ساسان بیات ۷۶۹-۸۸۱۳	آموزش (زبان)	اتومبیل (فروشی)
علی تهرانی ۴۹۷-۹۵۰۵	4399, Rue Bannantyne, H4G1C1 www.centredentairebayat.com	آموزش عالی و ترجمه متون علمی (انگلیسی)	Auto Highlander ۹۹۰-۲۵۰۰ www.autohighlander.com
لباس: فروش / تعمیرات	رسانه های گروهی	رحیم میلانی ۴۳۸-۸۸۲-۵۱۶۹	1080 Victoria Avenue, Saint-Lambert, QC J4R 1P7
BERGAMO ۸۶۱-۹۴۴۴	بازار ۸۴۸-۹۵۹۹	دکتر رضا یاوریان ۶۵۳-۳۰۵۰	Autosoleil ۶۵۹-۶۴۰۸
محضر رسمی	پوشه ۵۷۵-۸۴۵۱	بیمه عمر و سرمایه گذاری	اتومبیل (تعمیرگاه)
مونا صالحی ۹۰۳-۸۵۶۰	هفته ۷۸۷-۸۸۴۸	بیمه واقعی ۸۸۷-۵۱۶۴	اطلس ۴۸۴-۴۴۸۱
مد و لباس	پرنیان ۹۰۳-۴۷۲۶	علی پاکنژاد ۲۹۶-۹۰۷۱	6000 saint jaque H4A 2E9
HPadar ۸۴۲-۵۶۰۸	پیوند ۹۹۶-۹۶۹۲	نغمه ثابت ۲۸۷-۳۶۹۰	شمیران ۴۸۷-۶۲۶۲
مراکز مذهبی	رستوران - پیتزا - کیتزینگ	بیمه (خودرو و خانه و سفر)	اتومبیل (کرایه)
انجمن بهایی ۸۴۹-۰۷۵۳	فاروس رستوران غذاهای دریایی	امیر ندیمی ۶۰۰-۲۳۳۸	اتو بلو ۴۸۴-۶۸۷۱
موسسه خوبی ۳۴۱-۲۲۳۵	362-Ave.-Fairmount W. / 514-270-8437	پزشکی جایگزین	آرایشگاه - زیبایی - اسپا
کلیسای ایرانی ۲۶۱-۶۸۸۶	کپلی ۴۸۳-۰۰۰۰	پروین زرساو همیوپت ۳۵۷-۴۵۴۲	آمنه ۹۳۳-۰۷۶۳
کلیسای فارسی-کشیش ۹۹۹-۵۱۶۸	پوشاپ (هندی) ۷۳۷-۴۵۲۷	ترجمه و دعوتنامه رسمی	سوزان ۸۱۳-۴۹۴۷
کلیسای پنطیکاستی ۷۷۷-۳۹۸۰	آریا ۴۵۰-۸۱۲-۷۳۶۹	رضا داودی ۶۹۱-۴۳۸۳	ایو ۴۸۱-۶۷۶۵
مشاور املاک	La Rouladerie ۴۳۸-۳۸۴-۳۳۷۷	آرزو یکتا ۴۳۹-۸۵۰۱	رویا ۹۳۴-۳۳۷۴
آتوسا تنگستانی فر ۹۹۵-۳۰۴۱	کباب سرا 820 Ave. Atwater / 514-933-0933	شهریار بخشی ۶۲۴-۵۶۰۹	فربیا ۴۸۷-۰۸۰۰
مینو اسلامی ۹۶۷-۵۷۴۳	ساخت و ساز Builders	خاطره تحویل‌داری ۴۳۸-۳۹۰-۰۶۹۴	ارز
نادر خاکسار ۹۶۹-۲۴۹۲	علی خاقانی ۵۷۴-۵۷۴۳	نوشادجمال ۵۷۵-۷۰۸۰	پنج ستاره ۸۴۶-۰۲۲۱
مسعود نصر ۵۷۱-۶۵۹۲	سی.دی - ویدئو ۲۲۳-۳۳۳۶	نغمه سروران ۸۸۹-۸۷۶۵	صرافی الیت ۹۸۹-۲۲۲۹
هما والتر ۹۲۴-۷۲۱۹	فرش و موکت	چاپ و کپی	شریف ۲۲۳-۶۴۰۸
رولف والتر ۸۲۷-۱۳۱۹	قالی شویی و رفو ۷۳۹-۴۸۸۸	فتوکپی ان دی جی ۴۸۸-۵۳۳۳	مانی وایز ۴۸۵-۶۰۰۰
فیروز همتیان ۸۲۷-۶۳۶۴	شست‌وشوی فرش و موکت ۵۷۱-۷۹۶۳	حسابداری	پاسیفیک ۲۸۹-۹۰۱۱
مشاور خانواده	عکاسی و فیلمبرداری	سرور صدر ۷۷۷-۳۶۰۴	ExpertFX ۸۴۴-۴۴۹۲
دکتر ملک ۴۸۸-۸۴۵۴	استودیو فوتوبوک ۹۸۴-۸۹۴۴	حسین خریدین ۲۴۲-۶۰۳۴	الکتریکی - برق کار
مشاور تحصیلی	فتو شاپ ۸۴۶-۰۲۲۱	حمل و نقل	آراز الکتریک ۳۵۲-۶۸۸۳
جواد جلالی ۸۸۰-۵۶۴۸	رز ۴۸۸-۷۱۲۱	المپیک ۹۳۵-۳۳۰۰	اژانس های مسافرتی
مشاور مهاجرت	فروشگاه ها	قربان ۸۸۷-۰۴۳۲	فرناز معتمدی ۸۴۲-۸۰۰۰ EXT: ۲۹۶
معصومه علی محمدی ۲۸۹-۹۰۴۴	ادونیس ۳۸۲-۸۶۰۶	خدمات حمل و نقل رضا سراسر کانادا و امریکا ۹۸۳-۴۸۲۸	مهری صدوقی ۹۴۰-۱۶۴۲/۴۳
علی مختاری ۹۰۳-۴۷۲۶	ادونیس لاوال ۴۵۰-۹۷۸-۲۳۳۳	Loadex Transport ۲۳۴-۳۳۹۹	سعید هاشمی ۲۷۲-۹۹۹۹
نان و شیرینی	ادونیس وست آیلند ۶۸۵-۵۰۵۰	خشک شویی و تعمیرات	Sky Lawn ۳۸۸-۱۵۸۸
شیرینی و کیتزینگ ۳۳۴-۶۵۲۸	البرز ۶۹۲-۲۰۴۹	Excel plus ۹۳۴-۵۶۰۰	یاسمین ۵۹۴-۰۳۴۴
شیرینی سرو ۵۶۲-۶۴۵۳	سن لوران ۳۶۹-۳۴۷۴	خیاطی	آموزش
نوسازی و تعمیرات ساختمان	میوه و تره بار سامی ۸۵۸-۶۳۶۳	Tailleur Bijan 419-1039	پروین عبائی - فارسی ۶۷۵-۴۴۰۵
تی.ام.ان ۸۳۵-۶۲۴۳	نور ۹۳۲-۲۰۹۹	2121 Rue Crescent #102, Montreal, H3G 2C1	مدرسه فردوسی ۵۰۲-۴۳۷۸
زاگرس ۸۳۰-۹۶۷۵	EXO Fruits ۷۳۸-۱۳۸۴	خدمات در ایران	مدرسه فرزاتگان ۷۷۵-۶۵۰۸
لوله کشی پارس ۲۹۰-۲۹۵۹	متروپولیس (تعاونی رز) ۸۴۹-۴۲۴۲	دارالترجمه فرهنگ ۶۹۱-۴۳۸۳	مدرسه وست آیلند ۶۲۶-۵۵۲۰
ناصر ۹۷۵-۱۵۱۵	سوپرمارکت بینو ۷۲۸-۴۵۲۳	لکال ایران (خدمات حقوقی) ۹۰۳-۵۶۴۶	مدرسه دهخدا ۲۵۸-۸۱۸۶
وام مسکن	کامپیوتر و خدمات	دارو خانه	آموزشگاه (راندگی)
بهرز آقاباباخانی ۶۰۶-۵۶۲۶	بیژن جلالی ۲۵۸-۸۱۸۶	لوتیز داداش زاده ۲۸۸-۴۸۶۴	آموزشگاه نینا ۵۱۳-۵۷۵۲
آتوسا تنگستانی فر ۹۹۵-۳۰۴۱	CompuXellence ۸۴۹-۵۲۳۱	فارماپری لاوال ۴۵۰-۶۲۸-۸۱۰۰	همایون ۴۴۸-۹۹۹۵
مهد کودک	کتاب فروشی / کتابخانه	فارماپری لاوال ۴۵۰-۶۲۸-۴۰۰۷	یزدان ۸۲۵-۵۱۹۵
Baby Minions ۲۹۰-۲۲۱۰	میک ۳۷۳-۵۷۷۷	دندان پزشکی	آموزش (موسیقی)
سیما (دولتی) ۶۹۹-۸۳۷۳	کتابخانه نیما ۴۸۵-۳۶۵۲	شهرز رضا نیا ۹۳۳-۳۳۷۳	کیتار و آواز / ارسام ۶۷۷-۷۸۱۸
وکیل/مهاجرت	دیبود برگر ۹۶۱-۸۷۴۶	راضیه رضوی ۶۳۴-۷۲۸۱	پیانو / فخریان ۹۹۶-۱۶۲۰
پانته آ شریفزاده ۳۰۷-۰۱۴۰ EXT: ۲۰۷	سام بیات ۳۵۷-۴۶۹۲	شریف نائینی ۷۳۱-۱۴۴۳	پیانو-قرچه داغی ۴۸۴-۸۷۴۸
دیوید برگر ۹۶۱-۸۷۴۶		علی شفیعی ۶۸۵-۶۲۲۲	تار و دوتار / صادق زاده ۶۲۳-۶۲۴۸
سام بیات ۳۵۷-۴۶۹۲		فریدون هرندیان ۹۳۳-۶۸۰۰	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
Dec.29.2016, numéro 421 - Dec.29.2016, issue No. 421

Index issue 421

New Year begins with Atosa's First album: Alley She sings for love.

By: Shirin Mohajeri

- **Word of the week:** Happy 2017! / Editor
- **Canada and Quebec News:** New artwork at place des arts became a popular attraction / Hafteh
- **Immigration:** Negative Population growth: Quebec faces. / M. Alimohammadi
- **Montreal:** Introducing CSAI in an interview with Ms Mahsa Kabiri and Maryam Zare / Mahdiah Mostafaei
- **Community News:** Café Memory hosted Dr Mohammad Estelami / M. Mostafaei
- **Art in the City:** Paysages du jour tranquille/ Parissa Kooklan
- **Turkish page:** Leili Khaghani
- **Interview:** With Maziar Shahcheraghi, young Amateur theater director on his new play in Montreal / P Kooklan
- **Science:** Matter and antimatter / Maryam Irani
- **Philosophy:** The Sky of Philosophers (6), Aristoteles / Reza Davoudi
- **Literature:** Forough Farokhzad, celebrating her life and works, / Mahshid SadatSharifi
- **Health:** about Yoga / Azalia Kaviani
- **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
Office Manager: Ali Tehrani Azarm
Conception graphique/Graphic design: Ali Tehrani Azarm
Rédactrice/Editor Turkish: Leili Khaghani
Rédactrice/Editor Afghan: Habib Osman
Rédactrice/Editor Afghan: Nargis Karimi Hashimi
Rédactrice/Editor Afghan: Behnaz Deiminiat

ISSN 1918-4379 HafteH

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

Photographe/ Photographer: Hamed Tabein
Canada & Quebec news: Shahrouz Pezeshki
Community news: Mahdiah Mostafaei
Philosophy: Reza Davoudi
Science: Mariam Irani
Music: Arsam Anvari and Saeid Saliyani
Art: Parissa Kooklan
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:
Hale Haftlang, Alireza Kaviani, Mojgan Rajabi, Farshid Sadatsharifi, Sajad Sahebanzand, Sharareh Shakeri, Ayda Tatari and Zeinab Moslemzade

HafteH will not be published on the following dates during 2017: January 5th / March 23th / July 6th / October 12th

Journal HafteH
1650 Maisonneuve West Suite #201
Montreal QC H3H 2P3 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

دستوران ایرانی

RESTAURANT DARK BLUE / CUISINE PERSE



با ظرفیت تقریباً ۸۰ نفر در خدمت همه ایرانیان و غیر ایرانیان عزیز است
محیطی بزرگ، تمیز و ایرانی پسند برای تمامی جشن‌ها و میهمانی‌ها با قیمت‌های کامل
استثنایی و کیفیت خوب پذیرایی شماست. جهت اطلاعات بیشتر تماس حاصل نمایید.

les heures d'ouverture
tous les jours de 11h30 à 21h00

7000, AVE DU PARC, LOCAL 104, H3N 1X1
WWW.RESTAURANTPERSE.COM
FACEBOOK: RESTAURANT DARK BLUE - CUISINE PERSE

514-303-1101

**کلینیک استتیک مدیکال پیشرفته
B&L Inc.**

Canadian Association of Medical Aesthetics &
American Academy of Aesthetic Medicine Certified Doctors

بوناکس، فیلر، Peeling، میکرو درم
لیزر، موهای زائد، جوانسازی پوست
درمان آکنه، پیگمانتاسیون و تاتو
مزو تراپی، پوست، مو، سلولیت
بیماریهای مو و ناخن



تخفیف ویژه برای ایرانیان و افغان های عزیز

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



**طراحی داخلی و نوسازی
ALUMCOMPLETE**



- Kitchens
- Wardrobes
- Chandeliers
- Decorative stone
- Bathroom furniture
- Sliding inter-room Partitions



از نمایشگاه ما بازدید کنید
67 Boul.St-Jean-Baptiste,
Châteauguay, J6J 3H6



450.844.7778
514.754.3273
www.alumcomplete.ca

برای کاهش هزینه های پروژه شما،
برای انتخاب بهتر مواد و مصالح و
برای درک تکنولوژی های نوسازی
متخصصان ما در خدمت شما هستند.



DR. GHADIRIAN
ALL NATURAL REMEDIES

**Three Seeds
Seh Daneh**



معجون ۳ دانه

تهیه شده از سه گیاه با قدرت بی نظیر در پیشگیری و درمان بسیاری از بیماری ها
از طریق تقویت سیستم ایمنی بدن

۱. سیاه دانه BLACK SEED
۲. تخم کتان FLAX SEED
۳. هسته انگور GRAPE SEED

6162 Sherbrooke West
Montreal, QC H4B 1L8

514-223-3336 514-323-4844

drghadirian.com
allnaturalremedies.net

**داشتن سیستم ایمنی
سالم و قوی مؤثرترین و
برترین روش پیشگیری و
درمان بیماری ها است!**

پس از سال ها تحقیقات علمی بر روی ترکیبات سیاه دانه و تخم کتان و هسته انگور که هر یک به تنهایی از نظر پیشگیری و درمان بیماری ها بی نظیر می باشند، معجونی به نام ۳ دانه تهیه گردیده است.
این سه دانه مهم و درمان کننده طبیعی در کنار هم قدرت غیر قابل تصویری در پیشگیری و درمان بیماری ها و داشتن سیستم ایمنی قوی بوجود می آورد و عملکرد هر یک از آن ها را مضاعف می سازد.



“میوه و تره بار سامی”

با پنج شعبه‌ی بزرگ
در خدمت ایرانیان مونترال

کیفیت: خوب

قیمت‌ها: غیرقابل رقابت

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

▶ **Laval** (450) 978-1333
1550 Blvd Daniel-Johnson

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

▶ **Lasalle** (514) 368-1333
400 ave Lafleur, H8R 3H6

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

▶ **Nord-est** (514) 593-1333
8200 19E Avenue, H1Z 4J8

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

▶ **St. Laurent** (514) 856-1333
1320 boul. Jules-Poitras, H4N 1X7

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

▶ **D.D.O.** (514) 421-6333
3000 Rue du Marché, H9B 2Y3

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

SAMI



FRUITS



Hafte H

421 هفته

Un hebdomadaire pour la communauté Afghane/Iranienne de Montréal
A weekly Magazine for the Afghan/Iranian Community in Montreal
Vol.9 - No.421-Thursday Dec. 29, 2016

1650 Maisonneuve West Suite #201, Montreal QC H3H 2P3
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

روایهای خود را واقعیت ببخشید

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

Programmes D.E.P 1800 heures:

- Soudage-montage
- Mécanique automobile
- Dessin industriel
- Électricité

- جوشکاری و مونتاژ
- مکانیک اتومبیل
- طراحی صنعتی
- برق کاری

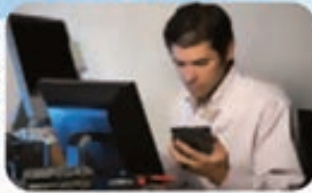
Cours intensifs (Non D.E.P):

- Soudage général (240 heures)
- Haute pression en soudage (150 heures)

- جوشکاری عمومی
- جوشکاری تحت فشار

« Tous nos cours sont disponible en français et en anglais. »

SERVICE DE PLACEMENT.
WWW.AVIRONTECH.COM



5460 Royalmount, Ville Mont Royal, QC, H4P 1H7 De La Savane

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

- ✓ دوره‌های آمادگی آزمون ورودی دبیرستان‌ها
- ✓ دوره‌های انگلیسی، فرانسه، ریاضی (برای همه پایه‌ها از ابتدایی تا دبیرستان)
- ✓ کلاس‌های خصوصی تقویتی برای همه پایه‌ها و همه دروس
- ۵۵٪ درصد هزینه این دوره‌ها را همراه با مالیات سالانه از دولت پس بگیرید

Sales Representation

نمایندگی فروش

- شنبه و یکشنبه ۷ ژانویه (بعدازظهر)
- دوشنبه و پنجشنبه ۹ ژانویه (صبح)
- سه شنبه و جمعه ۱۲ ژانویه (بعدازظهر)

Starting a Business

استارت‌تینگ بیزینس

- شنبه ۷ ژانویه
- یکشنبه ۸ ژانویه (صبح)
- یکشنبه ۸ ژانویه (بعدازظهر)
- سه شنبه ۱۰ ژانویه
- جمعه ۱۲ ژانویه
- شنبه ۷ ژانویه
- شنبه ۱۲ ژانویه
- یکشنبه ۱۵ ژانویه

Professional Sales

فروش حرفه ای

- (ثبت نام دوره فوق از تاریخ ۱۶ اگوست ۲۰۱۶ رایگان می باشد)
- پنجشنبه و جمعه ۱۱ ژانویه (بعدازظهر)
- دوشنبه و چهارشنبه ۱۲ ژانویه (بعدازظهر)

Travel Sales

ژانویه (دوشنبه، سه شنبه و پنجشنبه) (بعدازظهر)

کلاس‌های تاریخ‌های ستاره‌دار در این محل برگزار می‌شود:

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 دوشنبه، چهارشنبه، پنجشنبه و یکشنبه از ساعت ۹ تا ۱۶ تماس بگیرید و با شماره صحبت کنید

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