

هفته

سال دوازدهم - پنجشنبه / ۱۵ خرداد / ۱۳۹۹ / ۴ ژوئن ۲۰۲۰

بها: ۲,۵ دلار / در موترال رایگان

۵۸۶

www.hafteh.ca

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

پزشکان فارغ التحصیل خارج
در صف مقدم مبارزه با کووید ۱۹

تلاش پزشکان ایرانی کبک موثر افتاد

گفت و گوی هفته
با دکتر امیرعباس بشارتی





MARCHÉ ARIYA

فروشگاه آریا

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

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

پایین ترین قیمت بالاترین کیفیت

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

رضایت شما اولویت ماست

از ۹ صبح تا ۹ شب، ۷ روز هفته

Clinique Dentaire Soleil

دکتر شریف نائینی

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

Dr. Sharif Naeini

(514) 731 1443

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

Clinique Dentaire Soleil

www.cliniquedentairesoleil.com

info@cliniquedentairesoleil.com

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

مهاجرین عزیز

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

۱ خانه برای اجاره
SOLD
در وست آبلند
Point-Claire
Month / \$2550

۲ آپارتمان برای فروش
SOLD
در بروسارد
Brossard
\$362000

۳ خانه با دید دریاچه
SOLD
در وست آبلند
Point-Claire
\$650000

پیش فروش آپارتمان در بهترین نقطه Downtown

West Island در خانه های اجاره ای

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

تکین خاکسار - نادر خاکسار

مشاور املاک

514 969 2492 هفت روز هفته مشاوره رایگان تلفنی





سماغر تدین

مشاور املاک مسکونی در مونترال بزرگ

Saghar.tadayon@remax-quebec.com
5143788620

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

رویاها تحقق پذیرند...

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

Mortgage Advisor



CIBC
Partnership
Award
2019

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

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

Real Estate Broker



AWARDED
BROKER
2019
2020

مهرداد مرادخانی

کارشناس وام مسکن

514-834-8053

mehrdad.moradkhani@CIBC.com

  mehrdad.cibc

مهندس مهدی انصاری

مشاور املاک

کارشناسی ارشد مهندسی عمران
از دانشگاه کتکوردیا

514-588-0609

www.mahdlansari.com

mehdi.ans.mtlbroker  



آرزو گتمیری

مشاور املاک



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

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

Cell: (514) 561-3-561

Arezou Gatmiri
Courtier Immobilier Résidentiel
arezougatmiri@gmail.com



مشاور املاک

Courtier immobilier agréé / Certified Real Estate Broker

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

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



فیروز همتیان

ارزیابی رایگان - تهیه وام مسکن

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

۷ سخن هفته: من با «هفته» سفر شگفت‌انگیزی را آغاز کردم... / مریم ایرانی

۸ کانادا: تظاهرات در اعتراض به نژادپرستی در قلب مونترال / گروه خبر هفته

۱۲ افت شدید سود بانک‌های بزرگ کانادایی: اخبار اقتصادی تا شنبه ۳۰ می / بهرادر رنجبری

۱۶ یادداشت: دغدغه‌های من و هفته دوست‌داستی / مهدیه مصطفایی

۱۷ مونترال: اخلاق جنسی ایرانیان در آینه تاریخ / گروه خبر هفته

۲۲ مهاجرت: برنامه مهاجرتی PEQ دستخوش تغییرات و جنجال اعتراضات / معصومه علی محمدی

۳۸ مهاجرت: دانشجویان خارجی در وضعیتی نامعلوم؛ بازگشت به کانادا ممکن است؟ / گروه ترجمه هفته

۴۰ سلامت تن و روان: چرا تفکر نقاد را باید یاد گرفت و به فرزندان آموزش داد؟ / دکتر الهام گرمی

۴۶ ادبیات شعر: چهار سروده از صادق ستوده

۴۸ سلامتی تن و روان: بیماری خودایمنی لوپوس و ارتباط آن با استرس / دکتر فائقه ابراهیمی

۵۰ داستان: داستان کوتاه نگاه سرد / لاله رهبین

۵۱ سلامتی تن و روان: نگاهی روانشناسانه به داستان «نگاه سرد» / لاله رهبین

۵۲ گردشگری: بازدید از پل طبیعت / دیدنی‌های تهران (۱۵) / بهناز کاوندی

۵۴ آریانا: معاهده اتحاد ملثک، فصل جدید استعمار در افغانستان؛ آشنایی با تاریخ افغانستان / حبیب عثمان

۵۶ آریانا: تیم رباتیک دختران افغانستان دستگاه تنفس مصنوعی می‌سازد / نرگس هاشمی

۵۷ آریانا: هزینه‌های سرسام‌آور مسکن، باری مضاعف بر شانه مهاجران افغان در ایران / نویده احمدی

۵۸ معرفی کتاب: نگاهی به کتاب نگاهی به کتاب اپرای شناور / مهسا محبی

۶۰ سرگرمی و خانواده / هفته

۶۴ صفحه‌ای برای سرگرمی: سخن ستارگان / خاطره تحویل‌داری یکتا

۲۶ آریانا؛ گفت‌وگو

نویده احمدی

نازیلا احمدی، کارگردان و بازیگر افغان تبار ساکن تهران:

هنر برای من دریچه‌ای برای ابراز دردهای مهاجرت است

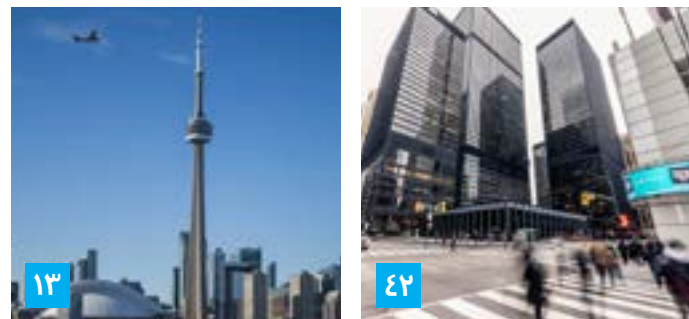


۱۳ اقتصاد

گروه ترجمه هفته

تیم ترودو چه در سر دارد؟

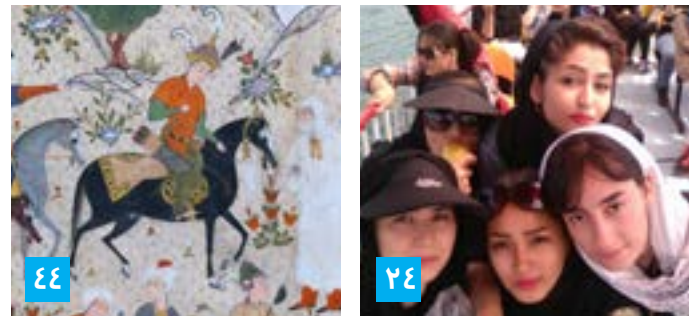
ایده‌های بزرگ اقتصادی اتاوا برای دوران پسا کرونا



۴۲ حقوق

نیوشا ریاحی

برنامه‌های حمایتی دولت استانی و شهرداری‌ها برای کارآفرینان و بیزنس‌ها



۴۴ ادبیات

مهران راد

هفت خوان رستم از دیدگاهی دیگر (۱)

۲۴ گزارش

نویده احمدی

زندگی دشوار دختران جوان نسل دوم مهاجران افغان در ایران

دختران مهاجر افغانستان درباره دوستی با پسران ایرانی چه می‌گویند؟

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

تعطیلات هفته در سال ۲۰۲۰ میلادی:

پنجشنبه ۲ ژانویه
پنجشنبه ۲۶ مارچ
پنجشنبه ۹ جولای
پنجشنبه ۱۵ اکتبر

ساعت کار دفتر هفته:

سه‌شنبه، چهارشنبه و پنجشنبه
از ۱۰ صبح تا ۳ بعد از ظهر

هفته - سال دوازدهم - شماره ۵۸۶

پنجشنبه ۸ خرداد ۱۳۹۹ / ۴ ژوئن ۲۰۲۰

بها: ۲,۵ دلار / در مونترال رایگان

ناشر: مجله‌ی هفته

حق اشتراک سالانه: ۱۲۰ دلار

دانشجویی: ۶۰ دلار

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





من با «هفته» سفر شگفت‌انگیزی را آغاز کردم...

آدم‌ها و ماجراهای جالب و تلخ و شیرین زیادی پیوند داد. بیشتر اولین‌ها در مهاجرت با هفته برای من رقم خورد و ماجراجویی‌ها و بهترین روزهای خبرنگاری‌ام در کنار هفته گذشت. من هر جای این شهر که بودم به امید چراغ دفتر هفته، برمی‌گشتم و شاد بودم که به خانه می‌روم.

پنجشنبه این هفته می‌شود یکسال که مادرم رفته. آن روز هم من در دفتر هفته و در کنار یاران هفته بودم. وقتی از مامان خداحافظی کردم، می‌دانستم که دلش قرص است به اینکه من باز در هفته هستم و من حس می‌کردم در آغوش مامان‌ام.

من همیشه خودم را آشنای هفته می‌دانم، هر چند که ممکن است مثل هر کس دیگری گاه سرنوشت رسانه‌ای‌ام را در جاهای دیگری هم جستجو کرده باشم. اما همیشه هفته خانه من است. آن هم این روزها که رسانه‌های زیادی از در و دیوار این شهر می‌بارد.

هفته عزیزم، تولد ۱۲ سالگی‌ات مبارک. تو همیشه تصویر آشنای دنیای من باقی خواهی ماند.

خسرو عزیز، هفته بدون تو و اثر انگشت تو هیچ مفهومی ندارد. به احترام تو که در مسیر سخت و دشوار رسانه که دوازده سال بی وقفه در آن تلاش کرده ای همواره خواهیم بود.

هفته برد و من از فردای آن روز رسماً خبرنگار هفته شدم و اولین گزارشم را از جشنواره فیلم مونترال و مصاحبه با چند کارگردان به خسرو دادم و سه هفته بعد برگشتم. خسرو مرا رساند فرودگاه و بعد از آن در تمام سه سالی که ایران بودم، من برای هفته مطلب فرستادم و هراز گاهی با خسرو درد و دل می‌کردم. حالا من یک آشنا در کبک و شهر مونترال داشتم. مجله هفته و سردبیر.

روزی که بعد از سه سال به مونترال برمی‌گشتم، هم مامان و هم بابا می‌دانستند که من پیش آشنای مونترالی‌ام می‌روم.

مامان به همین آشنایی من و هفته دلش قرص بود. وقتی این بار پا به فرودگاه گذاشتم، تصویر آشنا اولین تصویری بود که دیدم و اولین بار که پا در هفته گذاشتم، مطمئن بودم که هفته خانه دوم من است. هم من و هم مامان که هر روز از مجله با او در نت تماس می‌گرفتم و کتابخانه را نشانش می‌دادم و مامان ذوق می‌کرد. چون رویای جوانی مادر هم راه‌اندازی یک مرکز فرهنگی و مجله بود.

روزهای نخست مهاجرت من که بعد از سه سال و کلی تلخی در زندگی دوباره شروع شدند، با دیدن چراغ روشن «هفته» همیشه دلگرم و امیدوار بودند. من با هفته سفر شگفت‌انگیزی را آغاز کردم. «هفته» مرا با

روزی که هواپیما در کانادا و فرودگاه مونترال دور زمین نشست، من کسی را در این سرزمین خیلی دور نمی‌شناختم. یک تصویر پر از اشک و تردید را در فرودگاه پشت سرم داشتم و یک تصویر پر از تردید و ترس و ابهام در روبرو. مادرم دقیقاً چند هفته به آمدنم، تست سرطان اش مثبت از آب درآمده بود و داشت شیمی درمانی میشد که آمدم. مانع نشد که بمانم. اما من قلمم آرام نمی‌گرفت، برای تشریفات قانونی باید می‌آمدم ولی تصمیم نداشتم زیاد بمانم. روز سوم ورودم، یکی از همخانه‌ها که در مدت موقت حضورم با هم بودیم، مجله هفته را روی میز گذاشت. از خرید آمده بود. مجله مثل یک تصویر روشن و آشنا برای من در آن روزهای تلخ بود. من که هزاران بار غم و اندوه در دل داشتم و هزاران تردید در سرم.

ناگهان با دیدن جلد مجله پرتاب شدم به روزهای خوش فعالیت‌های روزنامه‌نگاری. همان روز مجله را برداشتم و یک نام آشنا از یکی از همکاران سابقم در همشهری در صفحه اول که آن روزها همکار هفته بود، باعث شد زنگ بزنم تا با سردبیر «خسرو شمیرانی» بخوایم حرف بزنم.

خانم مهربانی که بعدها فهمیدم «مهديه مصطفایی» بود گفت سردبیر نیست. اما پیام همکاری من را به او می‌رساند. سردبیر عصر همان روز به دیدنم آمد مرا به دفتر

- | | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> ■ هفته از همه علاقه‌مندان دعوت به همکاری می‌کند. ■ برداشت مطلب با ذکر ماخذ آزاد است. ■ لطفاً مطالب خود را زیر هزار واژه (برمبنای واژه‌شمار وارد) نگاه دارید. ■ هفته در استفاده، ویرایش و کوتاه کردن مطالب‌های رسیده آزاد است. ■ نوشته‌های فرستاده شده پس فرستاده نمی‌شوند. ■ استفاده از طرح‌ها و آگهی‌های هفته نیاز به کسب اجازه دارد. ■ درباره مضمون آگهی‌های منتشر شده، هیچ گونه مسئولیتی متوجه هفته نیست. | <p>خبرهای محلی
ادبیات: فرشید سادات شریفی
اندیشه: رضا داودی
جامعه و فرهنگ: سجاد صاحبان‌زند
اقتصاد: بهراد رنجبری
پردیس گروه دانشجویی هفته: محمد کرم‌زاده، امیر مولایی، عباس محرابیان، شهرزاد طباطبایی
با سپاس ویژه از همکاران این شماره:
دکتر فائقه ابراهیمی، دکتر علی اصغر ابراهیمی، لاله رهبین، بهناز کاوندی، و مهسا محبی</p> | <p>سردبیر: خسرو شمیرانی
ویراستار: تیم ویراستاری هفته
عکاس: مهناز زنجیرزنی
صفحه‌آرایی: آتلیه هفته
وبسایت: گروه آی‌تی هفته
افغانستان: نرگس هاشمی، حبیب عثمان
مهاجرت: معصومه علی‌محمدی
اخبار کبک و کانادا: گروه خبر هفته
اخبار جامعه افغان و ایرانی مونترال: گروه</p> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



تلاش پزشکان ایرانی کبک موثر افتاد

گفت‌وگوی اختصاصی هفته با دکتر امیرعباس بشارتی

پزشکان فارغ‌التحصیل خارج در صف مقدم مبارزه با کووید ۱۹

تظاهرات در اعتراض به نژادپرستی در قلب مونترال

ماسک زده بودند و میان جمعیت محلول ضد عفونی کننده دست توزیع می‌شد. ابتدا چندین نفر در این تجمع اعتراض آمیز سخنرانی کردند و در ادامه یک دقیقه سکوت به نشانه احترام به قربانیان خشونت‌های پلیس برگزار شد.

استفانی ژرمن، از سازمان دهندگان این تظاهرات، اعلام کرد: «در کانادا نیز نیاز به تغییراتی داریم. درست نیست که تصور کنیم این اتفاقات فقط در آمریکا می‌افتد، کانادا نیز از این خشونت‌ها در امان نیست. فردی ویلانوا، بونی ژان-پییر و پییر کوریولان از جمله افرادی هستند که بر اثر خشونت‌های مأموران پلیس کبک کشته شده‌اند.»

شد، گرامی داشتند. این جنبش اعتراضی شهروندان مونترالی در نهایت با مداخله پلیس و شلیک گاز اشک‌آور به رویارویی مأموران پلیس و معترضان انجامید و با متفرق شدن تظاهرکنندگان به پایان رسید.

ژان-لوک شهروند مونترالی که در این تظاهرات حضور یافته بود، گفت: «ما به اینجا آماده‌ایم که اعلام کنیم از نژادپرستی خسته شده‌ایم.» در حالی که بحران کرونا و خطر ابتلا به کووید ۱۹ همچنان ادامه دارد، تظاهرات ضد نژادپرستی مونترال در شرایطی برگزار شد که عملاً امکان رعایت تدابیر پیشگیرانه به‌ویژه فاصله‌گذاری فیزیکی وجود نداشت. با این حال بسیاری از معترضان



تظاهرکنندگان در میدان کانادا با مشت‌های گره‌کرده اشکال مختلف نژادپرستی را محکوم کردند

به گزارش هفته، به نقل از رادیو کانادا، هزاران شهروند مونترالی یکشنبه شب ۳۱ می در قلب مونترال با سردادن شعارهایی رفتارهای نژادپرستانه و خشونت‌های پلیس را محکوم کردند و یاد جرج فلوید شهروند آفریقایی تبار آمریکا را که ۲۵ می به طرز خشونت باری توسط پلیس مینی‌سوتا کشته

کمک ۱۵۰ میلیون دلاری کبک برای تهیه لپ‌تاپ برای دانش آموزان

تلاش می‌کنیم و اطمینان داریم که در این کار موفق خواهیم بود.»

روبرژ ادامه داد: «ما سناریوهای مد نظر خود را در این باره به زودی به وزارت بهداشت ارائه خواهیم کرد. اما با توجه به این که برخی کارشناسان از شکل‌گیری موج دوم کووید ۱۹ در استان بیمناک هستند، و نیاز به تجهیزات دیجیتال در نظام آموزشی استان کاملاً محسوس است و این نیاز در هفته آینده بیشتر خواهد شد، ما باید از همین حالا تلاش مضاعفی را به کار گیریم تا مدارس خود را برای مواجهه شدن با هر احتمالی آماده کنیم.»

روبرژ خاطر نشان کرد: «اعتبارات مالی که ما در اختیار مراکز خدمات تحصیلی استان قرار خواهیم داد این امکان را به آن‌ها خواهد داد تا در صورت بسته شدن دوباره مدارس، همه دانش‌آموزان بتوانند به منظور پیگیری برنامه‌های تحصیلی و کلاس‌های آنلاین خود، به سرعت به تجهیزات و ابزارهای فناوری دسترسی داشته باشند.»

حاکمی از آن است که نزدیک به هشتاد هزار دانش‌آموز کبکی برای این که بتوانند تحصیلات و آموزش‌های آنلاین خود را دنبال کنند به تجهیزات فناوری لازم دسترسی ندارند. دولت کبک امیدوار است که این سرمایه‌گذاری یکصد و پنجاه میلیون دلاری به مراکز خدمات تحصیلی و آموزش استان این امکان را بدهد که دست کم دویست دستگاه تبلت و لپ‌تاپ تهیه کنند. همچنین انتظار دولت کبک این است که مراکز تحصیلی استان از بخشی از این اعتبارات برای آموزش و حمایت از پرسنل تحصیلی خود استفاده کنند.

با این حال طبق اعلام دولت کبک، لازم است که مراکز خدمات تحصیلی نیازهای خود را در این زمینه تا نوزدهم ژوئن به اطلاع وزارت آموزش استان برسانند. وزیر آموزش کبک تصریح کرد: «بهتر است صریح و شفاف صحبت کنیم: ما برای فراهم کردن شرایط تحصیل همه دانش‌آموزان در سال تحصیلی جدید در سپتامبر آینده



دولت استان کبک برای تهیه تبلت و لپ‌تاپ‌های مورد نیاز دانش‌آموزان در آغاز سال تحصیلی جدید یکصد و پنجاه میلیون دلار هزینه می‌کند. به گزارش هفته، به نقل از مونترال گازت، دولت فرانسوا لوگو وزیر اول کبک اعلام کرد یکصد و پنجاه میلیون دلار در اختیار مراکز خدمات تحصیلی و آموزش قرار می‌دهد تا بتوانند تجهیزات دیجیتال و انفورماتیک جدید برای سال تحصیلی پیش رو تهیه کنند. ژان فرانسوا روبرژ وزیر آموزش کبک این خبر را روز یکشنبه ۳۱ می اعلام کرد. روبرژ تصریح کرد اطلاعات و داده‌هایی که بهار امسال توسط وزارت آموزش کبک جمع‌آوری شد،



DAVID BERGER
Avocat - Attorney
Immigration-Refugees-Citizenship

دیوید برگر

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

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

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

نرخ درمان بیماران کووید ۱۹ در انتاریو رکورد زد

بیماری بیشتر بود تا به این ترتیب امیدها برای بهبود شرایط بهداشتی در استان افزایش یابد. در عین حال بهداشت عمومی انتاریو روز یکشنبه شمار کلی قربانیان کووید ۱۹ در استان را ۲۲۶۶ نفر اعلام کرد که ۱۹ نفر بیشتر از روز قبل (شنبه) بود. اما طبق آمار و ارقامی که توسط سی بی سی/رادیو کانادا جمع آوری شده، ۲۳۲۹ نفر تا کنون در انتاریو بر اثر ابتلا به کووید ۱۹ جان باخته‌اند.

روز شنبه استان انتاریو از نظر انجام تست کووید ۱۹ رکورد زد و روز یکشنبه نیز ۱۷ هزار تست در سرتاسر استان صورت گرفت.

به گزارش هفته، به نقل از رادیو کانادا، همچنین طبق اعلام بهداشت عمومی انتاریو، برای ششمین روز متوالی شمار روزانه موارد جدید ابتلا به کووید ۱۹ در استان زیر ۴۰۰ مورد بود. صبح روز یکشنبه تعداد موارد جدید ابتلا به کووید ۱۹ طی بیست و چهار ساعت در انتاریو ۳۲۶ نفر اعلام شد تا به این ترتیب شمار کلی افرادی که در انتاریو به ویروس کرونا آلوده شده‌اند به ۲۷ هزار و ۸۵۹ نفر برسد.

روز یکشنبه همچنین برای دومین روز متوالی شمار درمان شدگان کووید ۱۹ در انتاریو (۴۵۷ مورد) از تعداد مبتلایان جدید به این



برای دومین روز پیاپی شمار مبتلایان به کووید ۱۹ که از مراکز درمانی و بیمارستان‌های انتاریو مرخص می‌شوند، از شمار مبتلایان جدید بیشتر بود

بهداشت عمومی انتاریو اعلام کرد درصد بیماران مبتلا به کووید ۱۹ که در این استان درمان شده‌اند روز یکشنبه ۳۱ می به رقم قابل توجهی هفتاد و هشت و سه درصد رسید که از آغاز همه‌گیری کرونا در استان بی‌سابقه است.

آغاز پایان قرنطینه در کبک؛ اجرای اولین مرحله از امروز، اول ژوئن

طبق تدابیر جدید بین خروج یک خانواده و ورود یک خانواده گردشگر جدید یک مهلت ۲۴ ساعته باید رعایت شود تا محل اقامت گردشگران به خوبی پاکسازی و ضدعفونی گردد.

مراکز ارائه خدمات و سازوبرگ صید و شکار نیز می‌توانند فعالیت خود را از سر بگیرند. پییر دوفور، وزیر امور پارک‌ها و حیات وحش، چهارشنبه گذشته از گردشگران خواسته بود صبر و حوصله داشته باشند چرا که برای رعایت دستوالعمل‌ها و تدابیر جدید بهداشت عمومی لازم است که تغییراتی در مراکز پذیرش گردشگران به اجرا گذاشته شود.

کبک روز شنبه از بازگشایی برخی فضاهای عمومی روباز مثل استخرها خبر داده بود.

مراکز تجاری که خارج از مونترال بزرگ واقع شده‌اند، از جمله بخش‌هایی هستند که امروز رفع قرنطینه می‌شوند.

آرایشگاه‌ها، سالن‌های زیبایی و تنو از امروز اجازه فعالیت دارند؛ اما منوط به این که خارج از منطقه مونترال بزرگ واقع شده باشند. این مرحله از رفع قرنطینه از ۱۵ ژوئن در کلانشهر مونترال به اجرا گذاشته خواهد شد.

قرنطینه صنعت گردشگری نیز از روز دوشنبه برداشته خواهد شد؛ اما قواعد و مقررات جدیدی برای مسافرت‌ها و جابجایی گردشگران به اجرا گذاشته می‌شود. از روز دوشنبه امکان چادرزدن و اجاره کردن کلبه در مناطق جنگلی خارج از کلانشهر مونترال یا منطقه ژولیئت امکان‌پذیر خواهد بود.



تغییر رفتار مصرف‌شهروندان در دوره پساکرونا اجتناب‌ناپذیر خواهد بود

به گزارش هفته، به نقل از رادیو کانادا، در چارچوب طرح رفع قرنطینه پلکانی که دولت فرانسه و لوگو به اجرا گذاشته است، برخی بخش‌های خدماتی و اقتصادی استان کبک از روز دوشنبه اول ژوئن فعالیت خود را از سر خواهند گرفت.



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

دو میلیارد و ۲۰۰ میلیون دلار کمک برای شهرداری‌ها مهیا شد؛ دولت فدرال اعلام کرد



بحران کرونا و پیامدهای آن به شدت وضعیت دارایی شهرها را به هم ریخته است

وجود آورده است. سرانجام جاستین ترودو، روز یکشنبه ۳۱ مه از اولین اقدام دولت برای حل بخشی از مشکلات مالی شهرداری‌ها خبر داد و اعلام کرد کمک دو میلیارد و دویست میلیون دلاری صندوق فدرال مالیات بر بنزین برای سال ۲۰۲۰-۲۰۲۱ امسال زودتر از موعد مقرر به حساب شهرداری‌ها واریز خواهد شد.

به گفته ترودو این اعتبارات به شهرداری‌ها این امکان را خواهد داد تا هزینه برخی از پروژه‌های خود را به ویژه در بخش حمل و نقل عمومی، آب و فاضلاب و راه‌های مواصلاتی تامین کنند.

خواهد شد تا بتوانند با استفاده از آن با پیامدهای اقتصادی بحران کرونا مقابله کنند. از هفته‌ها پیش، شهرداری‌های کانادا با تاکید بر این که بحران کرونا درآمدهای آنها را به شدت کاهش داده است، از دولت فدرال کمک خواسته‌اند. آوریل امسال فدراسیون شهرداری‌های کانادا خطاب به دولت فدرال تاکید کرد شهرداری‌ها برای حل مشکلات مالی خود به ده تا پانزده میلیارد دلار نیاز دارند.

افت قابل توجه درآمدهای شهرداری‌ها تحت تاثیر محدودیت‌های ناشی از همه‌گیری ویروس کرونا به ویژه کاهش استفاده شهروندان از حمل و نقل عمومی، شکاف بزرگی در بودجه شهرداری‌ها به

به گزارش هفته، به نقل از رادیو کانادا، به نظر می‌رسد سرانجام دولت فدرال در پاسخ به درخواست‌های مکرر شهرداری‌ها اعلام کرد شهرهای کانادا امسال زودتر از همیشه سهم خود را از صندوق فدرال مالیات بر بنزین دریافت خواهند کرد. طبق اعلام دولت ترودو، ژوئن دو میلیارد و دویست میلیون دلار به حساب شهرداری‌ها واریز

تظاهرات ضدنژادپرستی در تورنتو با آرامش برپا شد

محل اقامتش از طبقه بیست و چهارم سقوط کرد و جان باخت. رئیس پلیس تورنتو روز جمعه شهروندان را به آرامش فراخواند. خانواده ریجیس کورشینسکی-پلاکت نیز شهروندان را به دوری از خشونت در تظاهرات دعوت کرده است.

تظاهرات ضدنژادپرستی در تورنتو به دعوت جمعیت Not Another Black Life در حالی برگزار شد که از یک هفته پیش شهرهای بزرگ آمریکا صحنه تظاهرات ضدنژادپرستی بسیار گسترده و گاهی همراه با خشونت است. کشته‌شدن یک شهروند سیاه‌پوست آمریکایی به نام جرج فلویید در عملیات خشونت بار دوشنبه گذشته نیروهای پلیس در مینئاپلیس مثل جرقه‌ای در انبار باروت موجی از خشم و اعتراض در شهرهای آمریکا به پا کرد.

Christie Pits در خیابان بلور Bloor تجمع کردند. سپس عده‌ای از آن‌ها به طرف مجمع قانون‌گذاری استانی کوئینز پارک راهپیمایی کردند و بقیه نیز خیابان Bay را در پیش گرفتند و در برابر مقر کل پلیس تورنتو تجمع کردند. اکثر تظاهرکنندگان مدت کوتاهی در محل حضور داشتند اما عده‌ای چند ساعت در برابر مقر پلیس تورنتو شعارهای ضدنژادپرستی سر دادند.

با تارک شدن هوا نیز عده‌ای از شهروندان به طور خودجوش در High Park نزدیک محلی که زن جوان کشته شد، با روشن کردن شمع یاد او را گرامی داشتند. کشته‌شدن این زن جوان افکار عمومی انتاریو را به شدت متأثر کرده است. وی روز چهارشنبه در پی حمله پلیس به ساختمان



ده‌ها تن از شهروندان تورنتو روز شنبه ۳۰ مه در خیابان‌های مرکزی این شهر در حمایت از خانواده ریجیس کورشینسکی-پلاکت زن ۲۹ ساله‌ای که در پی حمله پلیس به ساختمان محل زندگی‌اش کشته شد، تظاهرات کردند

پلیس تورنتو شمار شرکت کنندگان در این تظاهرات ضدنژادپرستی را بین ۳۵۰۰ تا ۴۰۰۰ نفر اعلام و تاکید کرد این تظاهرات بدون خشونت یا حادثه پیش‌بینی نشده‌ای به پایان رسید. به گزارش هفته، به نقل از رادیو کانادا، تظاهرکنندگان ابتدا در پارک کریسی پیتس





بیمه ملکنز به فرد Tranquill-T

هایک هارتونیان

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

با ۳۶ سال سابقه درخشان در مونترال

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

Hayk Hartounian MBA
Residential Real Estate Broker

(514) 574 6162

Haykhartounian@yahoo.com
9280 Boul. de l'Acadie, Montréal, QC, H4N 3C5

یک نهنگ گوژپشت در آبهای مونترال دیده شد

ماری او مولر Marie-Ève Muller، مسئول ارتباطات گروه تحقیق بر روی به پستانداران دریایی گفت: «یکی از اولویت‌های ما جمع‌آوری اطلاعات درباره وضعیت سلامتی این نهنگ است. برای این کار لازم است که نزدیکترین و شفاف‌ترین عکس‌هایی را که از این نهنگ سرگردان گرفته شده است، بررسی کنیم. ما برای تحقیقات خود در این باره از همکارانمان در ایستگاه تحقیقاتی جزایر مینگان و آمریکا کمک خواسته‌ایم.

به ندرت اتفاق می‌افتد که یک پستاندار به این بزرگی خود را به این بخش از رودخانه سن-لوران برساند.

قایق‌های گشتی پلیس دریایی مونترال مراقب آن هستند که هیچ شهروند کنجکاو به این پستاندار دریایی عظیم‌الجثه نزدیک نشود.

هنوز به‌طور قطع نمی‌توان گفت که این نهنگ همان پستاندار بزرگی است که سه‌شنبه گذشته در کبک، پنجشنبه در ترول-ریویئر و سپس جمعه در سورل دیده شده است. با این حال اولین فرضیه‌ها حاکی از آن است که این نهنگ همان حیوان است که ظاهراً مسیر خود را گم کرده و این بار سر از مونترال در آورده است.

تیمی از RQUMM در صحنه حضور یافته است تا اطلاعات مربوط به این نهنگ را جمع‌آوری کند.



نهنگ گوژپشت در حال شنا در آبهای مونترال

در اتفاقی نادر و جالب صبح روز شنبه ۳۰ مه یک قطعه نهنگ گوژپشت در نزدیکی بندر مونترال ظاهر شد و نگاه کنجکاو شهروندان را به خود جلب کرد.

شبکه امور اضطراری پستانداران دریایی کبک RQUMM مردم را به احتیاط و هوشیاری و فاصله گرفتن از این حیوان عظیم‌الجثه دعوت کرد.

به گزارش هفته، به نقل از رادیو کانادا،

باوجود کرونا افزایش مالیات نداریم دولت کبک اطمینان داد

اریک ژیرار اذعان کرد که دارایی‌های کبک در میان مدت تحت تاثیر پیامدهای بحران کرونا قرار خواهد گرفت بنابراین لازم است که برای جبران خسارت‌های ناشی از کرونا تلاش بیشتری صورت گیرد.

ژیرار افزود: «باید در درازمدت تلاش مضاعفی را به کار گیریم تا بتوانیم بودجه را به مسیر توازن بازگردانیم. مسیری که برای این کار باید طی کنیم ۳ تا ۵ سال زمان خواهد برد.»

وزیر دارایی کبک تصریح کرد نزدیک به ۴۰ درصد از اقتصاد کبک تحت تاثیر بحران کرونا و پیامدهای آن عملاً به مدت هشت هفته تعطیل شد.

به گزارش هفته، به نقل از رادیو کانادا، اریک ژیرار وزیر دارایی کبک روز جمعه ۲۹ می در سخنرانی خود که به درخواست اتاق بازرگانی کلانشهر مونترال ایراد شد، تاکید کرد: «در استان کبک افزایش مالیات نخواهیم داشت. روی آوردن به افزایش مالیات به منظور بازگرداندن توازن بودجه، فلسفه دولت کبک نیست. همان‌گونه که در آخرین لایحه بودجه پیش‌بینی شده است، مالیات مدارس کاهش خواهد یافت. در عین حال در دولت کبک صحبت از افزایش مالیات اشخاص و شرکت‌ها نیز مطرح نیست چرا که از دیدگاه دولت کبک، بازگرداندن توازن بودجه از این طریق درست نیست.»



اریک ژیرار، وزیر دارایی کبک اذعان کرد برای بازگرداندن توازن بودجه در کبک به ۳ تا ۵ سال زمان نیاز است

به رغم زبان‌ها، خسارت‌ها و هزینه‌هایی که بحران کرونا روی دست دولت گذاشته است، دولت کبک برای برقراری مجدد توازن بودجه، افزایش مالیات نه برای شهروندان و نه برای شرکت‌ها را مد نظر قرار نداده است.

Roxanne Sameem
Courtier Immobilier Résidentiel
Residential Real Estate Broker



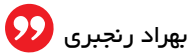
Groupe Sutton - Action
2430 Boulevard Lapinière, Brossard,
QC J4Z 2L7
Office: (450) 500-441
www.suttonquebec.com

رکسانا صمیم
مشاور املاک مسکونی

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

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





بهراد رنجبری

اخبار و روندهای اقتصادی کانادا و آمریکا تا شنبه ۳۰ می ۲۰۲۰

افت شدید سود بانک‌های بزرگ کانادایی



▲ دلار کانادا: این هفته هم پر نوسان بود و برآیند تغییرات هفته رشد ۱.۷ درصدی بود



▲ شاخص سهام داوجونز آمریکا: این هفته پر نوسان بود و ۳.۸ درصد رشد داشت



▲ شاخص سهام تورنتو: این هفته پر نوسان بود و ۱.۹ درصد رشد داشت

مهم‌ترین اخبار اقتصادی کانادا

- رییس بانک مرکزی کانادا در حالی سمت خود را به رییس جدید واگذار می‌کند که بحران ویروس کرونا عملکرد دوره ریاست وی را کاملاً تحت تاثیر قرار داد.
- در پی اعلام سود فصل اخیر بانک‌های بزرگ کانادایی، CIBC بیش‌ترین کاهش سود، و سپس TD و Scotia در مقام‌های بعدی بودند. سود این شرکت‌ها بین ۳۹٪ تا ۷۱٪ کاهش نشان می‌دهد.
- مدیر اجرایی شرکت بیمه منیولایف معتقد است که یکسال آتی سال پرچالشی برای اقتصاد کانادا و بخصوص صنعت بیمه خواهد بود.
- آمار مجوزهای ساخت و ساز مسکن در ماه آوریل ۱۷٪ کاهش داشته است.
- قیمت سهام شرکت تولید ماریجوانای Canopy در پی اعلام زیان بیش از انتظار سقوط کرد.

روند تغییرات اقتصاد کانادا

- اقتصاد کانادا در فصل اول ۸.۲ درصد (در مقیاس سالانه) کوچک شد که انتظار می‌رود وضعیت ماه آوریل حتی وخیم‌تر باشد. (رشد آوریل هنوز اعلام نشده)
- با این وجود انتظار می‌رود که سطح فعالیت‌های ماه می منجر به آمار نسبی بهتری در مقایسه با آوریل و مارس شود.
- شاخص اطمینان کسب و کارهای کوچک در ماه آوریل رشد قابل توجهی داشته است.
- شرکت وام و مسکن کانادا، CMHC، کاهش قابل ملاحظه‌ای را برای قیمت مسکن برای سال آتی پیش‌بینی کرده است که البته براساس تداوم روند کاهش فروش ارائه شده است.

مهم‌ترین اخبار و روند تغییرات اقتصاد آمریکا و سایر کشورها

- خوش‌بینی به بهبود اقتصادی و مشوق‌های مالی جدید موجب شد تا این هفته بازار سهام رشد کند.
- هنوز آمارهای اقتصادی از توقف محسوس فعالیت‌ها به دلیل قرنطینه حکایت می‌کنند. مخارج شخصی در ماه آوریل ۱۳.۲ درصد کاهش داشت که اگر بجای دوره یک ماهه، دوره ۳ ماهه از فوریه تا آوریل را در نظر بگیریم این کاهش در حد ۲۰٪ است.
- تحلیل‌ها نشان می‌دهد که حمایت‌های مالی حتی بیشتر از جبران آثار کاهش در اشتغال و سایر منابع درآمدی بوده و لذا درآمد قابل تصرف اشخاص افزایش

داشته و حتی موجب افزایش نرخ پس‌انداز اشخاص به ۳۳٪ شده است.

- در پی کشته‌شدن یک آمریکایی به دلیل رفتار خشونت‌آمیز پلیس (خصوصاً نسبت به شهروند سیاه‌پوست) موجی از اعتراضات و ناآرامی‌ها در شهرهای آمریکا به راه افتاده است.

تماس با نویسنده، بهراد رنجبری
تحلیلگر و مشاور اقتصادی مستقل:
ای‌میل: Behrad.ranjbari@gmail.com
کانال تلگرامی: [@BBMarketWatch](https://t.me/BBMarketWatch)

بحران کرونا رشد اقتصادی کانادا را نیز همانند اقتصاد اکثر کشورهای جهان مختل کرده است

تیم ترودو چه در سر دارد؟

ایده‌های بزرگ اقتصادی اتاوا برای دوران پسا کرونا



تامین» عمیقاً تجزیه و تحلیل کند و راهکارهای موثر و پایداری برای آنها پیدا کند. فراخوان همفکری دولت برای حل مشکلات اقتصادی کشور که اتاوا بر اهمیت و فوریت آن تأکید کرده است، برای داوطلبانی که مایل به همکاری هستند تنها یک هفته مهلت داشت و بیست و هشتم می به پایان رسید. این فراخوان در پایگاه اینترنتی امور عمومی و خدمات دولتی کانادا منتشر شده بود.

در این طرح از شرکت‌های بزرگ مشاوره از قبیل Ernst & Young و KPMG ، Deloitte همکاری شده است. اجرای این طرح تا سی و یکم مارس سال ۲۰۲۱ طول خواهد کشید و طبق اعلام مقامات فدرال هزینه قراردادی که با شرکت‌ها بسته خواهد شد از سه میلیون و هفتصد و پنجاه هزار دلار فراتر نخواهد رفت. ایو ژيرو مدیر بودجه پارلمان کانادا از این مسئله ابراز تعجب کرده است که در چنین شرایطی دولت جاستین ترودو برای حل مشکلات اقتصادی کشور به شرکت‌های خصوصی متوسل شده است این در حالی است که به گفته ژيرو، هزاران مدیر و کارمند دولت فدرال می‌توانند ایده‌های خوب و اندیشه‌های نوآورانه‌ای به اتاوا ارائه کنند. وی افزود دولت فدرال به جای روی آوردن به فعالان و شرکت‌های بخش خصوصی می‌تواند، دیدگاه‌ها و نظرات احزاب مخالف را جویا شود به ویژه در شرایط فعلی که دولت ترودو در پارلمان در موقعیت اقلیت قرار دارد و برای اجرای سیاستها و برنامه‌های خود از میدان

به گزارش هفته به نقل از رادیو کانادا، وزارت نوآوری فدرال در پی ایجاد یک شرکت بزرگ است تا بررسی و تجزیه و تحلیل اصلی‌ترین بخش‌های صنعتی راهبردی را چه در سطح ملی و چه بین‌المللی بر عهده گیرد بهترین سناریوها را ترسیم کند و اندیشه‌های بزرگ را برای برون رفت از بحران اقتصادی فعلی که کانادا با آن مواجه شده است، ارائه نماید.

طبق اطلاعاتی که رادیو کانادا در این باره به دست آورده است، دولت جاستین ترودو در تلاش است تا درک صحیح و عمیقی از آثار و پیامدهای میان‌مدت و درازمدت بحران همه‌گیری کرونا بر بخش‌های «راهبردی» اقتصاد کشور به دست آورد، «ظرفیتهای، نقاط قوت و ضعف» صنعت کشور را ارزیابی کند و با بررسی وضعیت اقتصادی کشورهای بزرگ دریابد که آنها برای قرار دادن مجدد قطار اقتصاد خود بر روی ریل و از سرگیری رشد اقتصادی خود چه سیاستها و راهبردهایی در پیش گرفته‌اند.

وزارت نوآوری کانادا به دنبال گزینه‌هایی است که بتواند برای مشکلات اقتصادی ناشی از بحران کرونا، با توجه به شرایط و ویژگی‌های اقتصادی کشور یک «پاسخ صنعتی فراگیر» مبتنی بر «رشد پایدار بخش دیجیتال» پیدا کند.

وزارت نوآوری در همین راستا تلاش می‌کند مسایل عمده مرتبط با اقتصاد کشور را از قبیل «بدهی‌ها و نقدینگی‌های شرکت‌ها، مشکلات و کمبودهای نیروی کار و احیای زنجیره‌های

اتاوا برای احیای اقتصادی کانادا در دوره پسا کرونا به دنبال ایده‌های بزرگ است.

دولت جاستین ترودو نخست‌وزیر کانادا بدون سر و صدا برای تهیه یک طرح کارآمد احیای اقتصادی به دنبال ایده‌های بزرگ و اندیشه‌های الهام بخش است. در همین راستا دولت فدرال در یک فراخوان «فوری» از فعالان و دست‌اندرکاران بخش خصوصی کانادا دعوت کرده است در سیاست‌گذاری‌ها و برنامه‌ریزی‌های اتاوا برای خارج کردن اقتصاد کشور از بحرانی که در آن قرار گرفته است، به دولت مشاوره و پیشنهاد بدهند.

رسمی مشخصی برای احیای اقتصاد کشور در اوایل سال ۲۰۲۱ ارائه نماید. مسئولان حزب محافظه‌کار کانادا امیدوار هستند که دولت توجه ویژه‌ای به صنایع سبز و صنایع دیجیتال داشته باشد اما این مسئله به معنای آن نیست که دیگر بخش‌های اقتصاد مورد بی‌مهری یا غفلت دولت فدرال قرار گیرند.

دلیل تصریح کرد دولت به هیچ عنوان نباید از منابع طبیعی، کشاورزی، سرمایه‌ها و کالاهای اساسی غفلت کند.

ضرورت به روزرسانی اقتصادی

ایو ژيرو بر این عقیده است که در شرایط فعلی به‌روزرسانی اقتصادی در کوتاه‌مدت از اهمیتی اساسی برخوردار است. وی معتقد است رویکرد فعلی که دولت فدرال در پیش گرفته است آثار منفی و زیانباری خواهد داشت.

مدیر بودجه پارلمان تاکید کرد: «دولت فدرال اشاراتی به این مسئله داشته و اعلام کرده که در فکر آن است اما طرح‌های خود را در این زمینه ارائه نمی‌کند. مقامات در این باره اظهارنظرهایی می‌کنند اما چند روز بعد اظهارات خود را تصحیح می‌کنند. عدم قطعیت و تردیدهایی که در این زمینه وجود دارد، آسیب‌رسان است. دولت باید دودلی و تردید را کنار بگذارد.»

طبق ارزیابی‌هایی که ایو ژيرو انجام داده است، کسری فدرال در سال ۲۰۲۰ تحت تاثیر هزینه‌های پیش‌بینی نشده سنگینی که بحران کرونا روی دست دولت گذاشت و همچنین کندی و حتی در مواردی تعطیلی فعالیت‌های اقتصادی، احتمالاً از دویست و شصت میلیارد دلار نیز فراتر خواهد رفت. مسئولان حزب محافظه‌کار کانادا همچنان با اصرار و با سر و صدای زیاد خواستار آن هستند که اتاوا برای به‌روزرسانی اقتصادی در ماه ژوئن اقدام کند تا وضعیت دخل و خرج دولت و بدهی‌های آن مشخص شود.

ژرار دلتل نگران این مسئله است که مبادا وزیر دارایی کانادا به پیش‌بینی‌های مربوط به کسری بودجه دولت توجهی نکند. وی تاکید کرد: «هنوز درباره مسائل بسیار سهل و ساده نیز پاسخی نداریم این در حالی است که چشم‌اندازها و افاق‌های اقتصادی پیش روی ما واقعا نگران‌کننده است.»

<https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1706955/coronavirus-relance-economie-appel-offres-secteurs-strategiques>

دولت و اختصاص اعتبارات لازم برای احیای بخش‌های مختلف اقتصادی فراهم کند و به همه این اطمینان را بدهد که بحران کرونا پایه‌های اقتصاد را ویران نکرده است و با پایان یافتن این بحران بهداشتی، اقتصاد دوباره نفس خواهد کشید و رشد خود را از سر خواهد گرفت.

با این حال ژان-ایو دوکلو رئیس هیئت خزانه‌داری کانادا بر این عقیده است که زمان احیای اقتصادی کانادا هنوز فرائرسیده است چرا که از سرگیری رشد اقتصادی به شرایط بهداشتی موجود در کشور بستگی دارد.

دوکلو چهارشنبه گذشته تاکید کرد: «همچنان باید نسبت به کووید-۱۹ و خطرات آن جانب احتیاط را حفظ کنیم. باید اطمینان حاصل کنیم که مقررات و دستورالعمل‌های کارشناسان بهداشت عمومی همچنان به درستی مراعات می‌شود و باید به گونه‌ای عمل کنیم که از سرگیری کسب و کارها و فعالیتهای اقتصادی خطر شکل‌گیری موج دوم کرونا را که برای اقتصاد کشور بسیار شوم و آسیب‌زننده خواهد بود، به دنبال نخواهد داشت.»

ژرار دلتل محافظه‌کار بر این عقیده است که دولت باید از همین حالا برای احیای اقتصاد کشور در دوره پساکرونا دست به کار شود و در وهله اول بخش‌هایی از اقتصاد را که باید برای احیا در اولویت قرار داده شوند، شناسایی کند. اپوزیسیون رسمی کانادا نیز ابراز امیدواری کرده است که دولت راهبرد

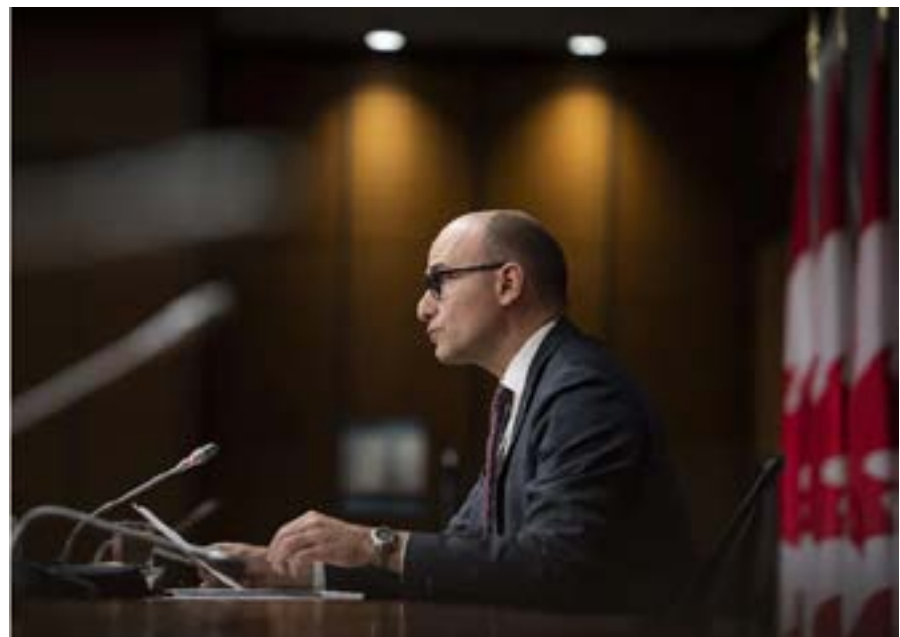
عمل گسترده‌ای هم برخوردار نیست. یکی از سخنگویان وزارت نوآوری کانادا ابراز اطمینان کرد اقدام دولت در این زمینه یک «رویه کاملاً معمول» است و آن را نباید «مقاطعه‌کاری فرعی» امور کارکنان بخش عمومی قلمداد کرد. وی افزود روشی که دولت فدرال در پیش گرفته به مسئولان در درک بهتر فشارهای موجود بر قسمت‌های مختلف اقتصاد کشور و همچنین شناخت عمیق‌تر مشکلاتی که بحران کووید-۱۹ برای هر بخش به وجود آورده است، کمک خواهد کرد.

لازم به یادآوری است که مونیک لورو رئیس پیشین موسسه دژاردن نیز به عنوان رئیس «شورای راهبردی صنعتی» انتخاب شده است. وظیفه این شورا مشورت دادن به دولت فدرال برای حل مشکلات اقتصادی و ارائه توصیه‌ها و راهکارهای موثر برای فراهم کردن شرایط رشد مجدد اقتصاد کشور است.

طرح احیای اقتصادی هر چه زودتر ارائه و اجرا شود، بهتر است.

ایو ژيرو مدیر بودجه پارلمان کانادا می‌گوید طرح احیای اقتصادی کانادا هر چه زودتر به شهروندان ارائه و هر چه زودتر به اجرا گذاشته شود، بهتر است. این کار می‌تواند اعتماد از دست رفته شرکت‌ها و اشخاص به اقتصاد کشور را به سرعت ترمیم کند، شرایط را برای شل کردن کیسه توسط

ژان-ایو دوکلو رئیس شورای خزانه‌داری کانادا



مهاجرت...؟ کنپارس



CanPars

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

Ali Mokhtari, LL.M, RCIC



+ IPTV Service

Internet + phone



اینترنت

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

514-561-2071

برای اطلاعات بیشتر لطفاً با شاهین قاسمی تماس بگیرید:

مهدیه مصطفایی



دغدغه‌های من و تولد «هفته»ی دوست‌داشتنی

به دلایلی که هر دو تایمان می‌دانیم. به همین خاطر است که تصمیم گرفتم برایت بنویسم و اینگونه تولدت را به خودت و خسروی عزیز و تمام کسانی که در این ۱۲ سال در کنارت بودند، تبریک بگویم. راستی می‌خواهم حالا که فرصت شده است کمی با تو درد دل کنم «هفته» جان. می‌دانی این روزها خیلی‌ها از سر بیکاری و شاید هم کمی هیجان کار روزنامه نگاری، در شهر خبرنگار شده‌اند. فضای مجازی را فرصتی برای نشان دادن خودشان کرده‌اند و با این و آن گفت‌وگو می‌کنند. نمی‌دانم کار درستی است یا نه اما چیزی که کمی نگرانم می‌کند اعتمادی است که می‌ترسم از مردم در قبال این رسانه‌های مجازی گرفته شود. آن وقت دیگر هیچ کسی در این شهر به یک روزنامه‌نگار یا خبرنگار واقعی و یا حتی یک رسانه جدی که سال‌ها خاک این کار را خورده اعتماد نمی‌کند. کاش یکی بود که جلوی آنها را می‌گرفت تا بیشتر از این قارچ‌گونه رشد نکنند. آخر بهای از دست دادن اعتماد خیلی سنگین است. مثل دروغ می‌ماند.

کاش تمام کسانی که این راه را برگزیدند اگر توانی دارند برای روشن ماندن چراغ رسانه‌هایی در این شهر خرج کنند که تعریفی از رسانه و کار خبر دارند. کاش یاد بگیریم همراه و پشتیبان هم باشیم نه روبه‌روی هم.

به هر حال برای فرصت هفت ساله‌ای که به من دادی تا در این شهر تنها نباشم و دوستانی از جنس مهربانی پیدا کنم، در کارم تجربه کسب کنم و پله‌های امیدواری را دور از خانه مادری یکی یکی بردارم، و در آخر برای آغوش بازی که برایم باز کردی، از تو «هفته» سپاسگزارم.

می‌دانم که امسال با آمدن ویروس ناخوانده کووید ۱۹ «هفته» در خانه جشن‌اش را برپا می‌کند. برایت آمدن روزهای روشن، پایداری و امید آرزو دارم. تولدت مبارک «هفته» دوست‌داشتنی من.

هر سال این موقع‌ها که می‌شد کلی هیجان داشتیم، برنامه می‌گذاشتیم، شده یک کیک کوچک برای تولدت می‌گرفتیم و شمع‌هایش را برای ماندگاریت فوت می‌کردیم. بچه‌ها هم بودند چه آنها که مدتی بود تو را ترک کرده بودند و چه کسانی که همراه و همگام با تو می‌نوشتند. از آزادی، دغدغه‌های یک مهاجر، موفقیت‌های یک مهاجر، خلاصه صدای شهروندان فارسی‌زبانی می‌شدیم که در مونترال زندگی می‌کنند. امسال اما حال و هوایم کمی فرق دارد. خوشحالم که جشن تولدت رسیده است. آخر می‌دانی خیلی دوستت دارم. آمدن‌ها، بودن‌ها، مهربانی‌ها و سختی‌هایت را دوست دارم. امسال در کنارت نیستم.



SHARIF EXCHANGE

صرافی شریف

توجه: انتقال ارز به ایران و برعکس نداریم

www.sharifexchange.ca

Tel: (514) 223-6408 261 Côte-Vertu Ville Saint-Laurent, QC

گروه خبر هفته

اخلاق جنسی ایرانیان در آئینه تاریخ

بشری برای روابط جنسی آداب و قواعدی لحاظ داشته‌اند و ایرانیان به عنوان یکی از قدیمی‌ترین تمدن‌های موجود، از آن مستثنی نبوده‌اند. در این جلسه به برخی از این موارد اشاره و منابع موجود برای مطالعه‌ی علاقه‌مندان معرفی شد. سخنران این برنامه آقای دکتر علیرضا شمس بود.

انجمن دانشجویان ایرانی دانشگاه مونترال - کاسپین جلسه پنجم از «ظهور پهلوی» را برگزار کرد. موضوع این برنامه «تاریخ اخلاق جنسی ایرانیان» ایرانیان بود. این برنامه بصورت آنلاین در پلتفرم زوم در تاریخ یکشنبه ۳۱ می ساعت ۶ عصر برگزار شد.

آداب مربوط به مسائل زناشویی و یا رفتارهای جنسی خارج از چهارچوب خانواده می‌تواند آئینه‌ای از فرهنگ اجتماعی هر قوم و ملتی باشد. در طول تاریخ، تمدن‌های شناخته شده



بنای یادبود مسافران پرواز ۲۵۷؛ گفتگو با کامران دیبا

پدر او «اسفندیار دیبا» دندانپزشک بود. مادر او دلبستگی بسیاری به معماری و طراحی داخلی داشت. کامران دیبا، پسر عموی فرح پهلوی آخرین ملکه‌ی ایران است. هواپیمای مسافربری اوکرایین با ۱۷۶ مسافر با شلیک موشک پدافند هوایی تهران ساقط شد. همه سرنشینان این پرواز جان باختند. کافه‌لیت یک مجموعه فرهنگی هنری است که تقریباً در ۱۵ سال گذشته در پاریس و مونترال فعال بوده و به تازگی دوره‌ی جدیدی از برنامه‌هایش را در فضای مجازی آغاز کرده است. این گفتگو سومین برنامه از سری برنامه‌های مجازی کافه‌لیت است. شرکت در این برنامه از طریق اینستاگرام کافه‌لیت @CafelittOnline میسر بود.

کامران دیبا طراح بنا، میهمان برنامه گفت‌وگوی آنلاین کافه‌لیت در باب ساخت بنای یادبودی برای مسافران پرواز ۲۵۷ بود. ارائه برنامه در تاریخ شنبه ۱۰ خرداد مصادف با ۳۰ می در ساعت ۱۳ به وقت مونترال بود. ساعت این برنامه طوری تنظیم شده بود که علاقه‌مندان از شهرهای کالگری، ونکوور، پاریس، تورنتو، تهران و لندن نیز بتوانند در آن حضور پیدا کنند.

درباره کامران دیبا در ویکی پدیا نوشته شده است: «کامران طباطبایی دیبا (زاده ۱۴ اسفند ۱۳۱۵ در تهران)، نقاش، شهرساز و معمار مدرنیست ایرانی است. از آثار او می‌توان به موزه هنرهای معاصر تهران و منزل مسکونی پرویز تناولی در تهران اشاره کرد.



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

سحر صمدایی
مشاور رسمی املاک مسکونی

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

L'AGENCE IMMOBILIERE INC.
Real Estate Agency
550 - 1 pl. du Commerce
Ile-des-Sœurs, Quebec H3E 1A1

ca l'Agence

کارگاه آنلاین پر کردن فرم‌های اظهارنامه مالیاتی

کارگاه در تاریخ یکشنبه ۳۱ می ۲۰۲۰ ساعت ۱۰:۳۰ صبح از طریق اسکایپ ارائه شد. سایت کانون توحید این مرکز را چنین معرفی می‌کند: «در زمستان سال ۱۳۹۰ (۲۰۱۲) جمعی از دانشجویان فعال ایرانی دانشگاه‌های مختلف شهر مونترال، پیرو مباحثات متعدد در مورد گروه‌های موجود در مونترال و نیازهای جمعیت روزافزون دانشجویان ایرانی شهر، پایه‌گذار آغاز مجموعه‌ای به نام کانون توحید مونترال شدند. هدف اصلی این مجموعه‌ی کاملاً دموکراتیک، تحقق جامعه‌ای یکپارچه از دانشگاهیان ایرانی ساکن در مونترال است که در عین به رسمیت شناختن سلیقه‌های مختلف، بصورت هماهنگ سعی در ارتقای هویت دینی دارند.»

کانون توحید مونترال هفتمین دوره کارگاه مالیات را جهت آشنایی با فرم‌های اظهارنامه‌های مالیاتی بصورت آنلاین برگزار کرد. برگزارکننده در اطلاعیه مربوطه از علاقه‌مندان به شرکت در برنامه خواسته بود تا در صورتی که هنوز فرم‌های مالیاتی خود را نفرستاده‌اند و یا اگر فرم‌ها را فرستاده‌اند اما هنوز ابهاماتی برایشان وجود دارد در این کارگاه شرکت کنند چرا که در این کارگاه رایگان «از صفر تا صد به تمامی نکات مربوط به اظهارنامه‌های مالیاتی اشاره می‌شود.» این هفتمین دوره کارگاه آموزش پرکردن اظهارنامه مالیاتی بود که توسط کانون توحید برگزار شد اما برای اولین بار این برنامه به صورت آنلاین بود.



مونترال در روزها و هفته‌های آینده

کدام بازار برای سرمایه‌گذاری؟ کانادا یا ایالات متحده

در عملکردهای اقتصادی، مقایسه ریسک سرمایه‌گذاری در بین دو کشور آمریکا و کانادا، انعطاف‌پذیری، بخش‌های جذاب برای سرمایه‌گذاری در هر دو کشور و ویژگی‌های منحصر بفرد هر یک از این بازارها. این نشست آموزشی شنبه ۶ جوئن ۲۰۲۰ ساعت ۲ تا ۴ عصر برگزار می‌شود. شرکت در برنامه رایگان ولی ثبت‌نام الزامی است. از طریق لینک زیر می‌توانید در برنامه ثبت‌نام کنید.

اتفاق بازرگانان ایرانیان کبک CCCIQ یک برنامه اقتصادی و تحلیلی برای مقایسه بازارهای سهام آمریکا و کانادا ترتیب داده است. سخنران این برنامه بهراد رنجبری، تحلیلگر بازارهای مالی و مدرس سرمایه‌گذاری است. رنجبری فارغ‌التحصیل دانشگاه ملی و دانشگاه مک‌گیل است. این تحلیلگر اقتصادی ۱۸ سال سابقه فعالیت در زمینه اقتصادی دارد. بهراد رنجبری در چند سال اخیر مدیریت بخش اقتصادی مجله هفته به عهده داشته است. برگزارکنندگان، موارد زیر را بعنوان محور صحبت‌های این نشست عنوان کرده‌اند: مقایسه بازار سهام در آمریکا و کانادا، تفاوت



<https://www.ccciq.ca/which-market-to-invest-in-canada-or-the-us/>

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

شهره شهریان
مشاور رسمی املاک مستکونی

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

514 290 2210

ShahrianRealtor.ca ShahrianRealtor@gmail.com

www.CasaBellaRealEstate.com
4163, Blvd. Lacombe St. Laval, QC H7R 1P4

آشنایی با فیروزه‌کوبی توسط دست‌اندرکاران پرسیکا کرفت

جهت بهبود و گسترش تولید آثار هنری در اختیار هنرمندان کم بضاعت داخل ایران صرف نماید.

از ابتدای سال ۲۰۱۹ پرسیکا کرفت بصورت رسمی با بارگذاری وب سایت و آماده سازی بسترهای شبکه‌های اجتماعی فیس‌بوک، اینستاگرام، یوتیوب و تلگرام شروع بکار کرد. در ادامه اولین فروشگاه ویتروینی (Corner shop) خود را طی ایونت‌های زیبا در کافه شیراز افتتاح نمود تا همانطور که شعار این گروه است، علاقمندان بتوانند از نزدیک زیبایی هنر ایرانی را لمس نمایند (Feel the glamour of Persian art).

پس از تجربه موفق و خلاقانه اولین فروشگاه ویتروینی گروه پرسیکا کرفت در کافه شیراز، دو فروشگاه ویتروینی دیگر خود را به ترتیب در کافه ترنج و کافه لئونیداس راه‌اندازی و افتتاح نمود. در انتهای سال ۲۰۱۹ هم‌زمان با جشن یک سالگی خود، افتتاح چهارمین کرنشاپ خود را در کافه زیبای آنجا جشن گرفت. لازم به ذکر است که در انتهای سال ۲۰۱۹، همکاری این گروه با کافه ترنج بعزت برگزاری کارگاه‌های بافندگی در کافه ترنج که نیاز به فضای بیشتری داشت و به خواست کافه ترنج، به پایان رسید. از سوی دیگر این گروه، تعدادی از آثار خود را در نوروزلند که کتابخانه و مرکز فرهنگی ایرانیان است برای معرفی صنایع دستی فاخر ایرانی و فروش به نمایش گذاشته است.

برای خواندن متن به انگلیسی و دیدن ویدئو نحوه ساخت فیروزه‌کوبی بر لینک زیر کلیک کنید:

<https://www.persicacraft.ca/turquoise-in-laying/>

امروزه از مس بیشتر برای ساخت ظروف و از نقره، بیشتر برای زیورآلات استفاده می‌گردد. هنر فیروزه‌کوبی به نوعی شبیه هنر موزاییک است و در ساخت آن سنگ‌های فیروزه با دقت و حساسیت خاصی در کنار هم روی بدنه ظرف یا زیورآلات چسبیده می‌شود و طی انجام چند مرحله صاف و صیقل خورده می‌شود و به شکل محصول نهایی در می‌آید. برای درخشان ماندن این ظروف، بدنه آن‌ها از پوششی از پلی‌استر شفاف پوشیده شده و حداقل ضمانت ۱۰ سال در حفظ جلا و درخشندگی این اثر هنری به شما می‌دهد. این ظروف هنری با ظاهری لوکس، رنگ فیروزه‌ای زیبایی را به محیط می‌دهد.

گروه پرسیکا کرفت به هنر دست هنرمندان ایرانی از نگاه دیگری نگریسته است. خانم ابراهیمی از دست‌اندرکاران گروه هنری پرسیکا کرفت درباره تاریخچه و اهداف این گروه هنری چنین توضیح داد: «همان‌طور که در شماره‌های قبلی مجله هفته به معرفی گروه پرسیکا کرفت پرداخته شد، هدف این گروه از یک سو معرفی هنر ایرانی و حمایت از هنرمندان بخصوص هنرمندان ناشناس داخل ایران و از سوی دیگر فراهم کردن یک بستر مناسب برای ارائه هنر تمام هنرمندان داخل و خارج از کانادا بصورت مستقیم به مخاطب هنردوست امریکای شمالی است. علاوه بر اینکه خرید آثار هنری هنرمندان داخل کشور می‌تواند تاثیر حمایتی هر چند کوچک برای معرفی هنرمندان عزیز ایرانی داشته باشد، گروه پرسیکا کرفت در نظر دارد که قسمتی از عواید فروش خود را در



هنر فیروزه‌کوبی برخاسته از دل اصفهان نصف جهان است.

هنر فیروزه‌کوبی از هنرهای اصیل ایرانی است و هم‌اکنون در شهر اصفهان تولید شده و زنده نگه داشته می‌شود.

آثار هنری فیروزه‌کوبی از دو مترتال فلزی و سنگی ساخته شده است. سنگ آن فیروزه و از سنگ‌های پرطرفدار دنیا است. این سنگ از معادن فیروزه شهر نیشابور که به دارا بودن مرغوب‌ترین سنگ فیروزه در جهان معروف است، استخراج می‌شود. برای بخش فلزی این ظروف می‌توان از فلز مس، برنج و نقره استفاده کرد.

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

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

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

دارالترجمه رسمی

فرهنگ

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



شعبه دوم کلینیک دندانپزشکی سولی، در بروسارد افتتاح شد

مدیریت کلینیک دندانپزشکی سولی (خورشید) آغاز کار شعبه دوم خود در بروسارد را اعلام کرد.

دکتر شریف نائینی مدیر کلینیک سولی در پیامی به مجله هفته ضمن اعلام این خبر گفت: عزیزان افغان و ایرانی ساکن منطقه بروسارد از این پس می‌توانند خدمات کامل دندانپزشکی را در نزدیکی محل سکونت خود دریافت کنند.

این دندانپزشک سرشناس مونترالی هم‌چنین اعلام کرد: «به مناسبت گشایش شعبه دوم کلینیک هدیه ویژه‌ای برای مراجعه کنندگان در نظر گرفته شده است. تا تاریخ ۱۵ جولای ۲۰۲۰ مراجعین عزیز می‌توانند از جرم‌گیری رایگان بهره‌مند گردند.»

خدمات کلینیک دندانپزشکی سولی عبارتند از:

- دندانپزشکی کودکان
- جراحی دندان عقل و دندان نهفته
- ایمپلنت
- لمینت
- روکش دندان
- سفید کردن دندان‌ها
- ساخت انواع دندان‌های مصنوعی ثابت و متحرک
- کاشت دندان
- عصب‌کشی و درمان ریشه دندان
- درمان لثه
- اورتودنسی
- گذاشتن نگین

دکتر شریف نائینی در ادامه گفت: «برای دادن وقت از اول ژوئن در خدمت عزیزان هستیم و ارائه خدمات از ۱۵ ژوئن ۲۰۲۰ خواهد بود و شما عزیزان می‌توانید از امروز، اول ژوئن، برای تعیین وقت قبلی با شماره ۴۵۰۹۲۶۲۶۲۲ تماس بگیرید.»

نشانی شعبه دوم کلینیک دندانپزشکی سولی در بروسارد به عبارت زیر است.

7801-2 Taschereau Blvd Brossard Qc, J4Y 1A3



مینو اسلامی

مشاور املاک در مونترال بزرگ مسکونی و تجاری

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



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



مشاور وام مسکن شیرین تیموری

با سالها تجربه در زمینه بانکی و وام مسکن در کانادا

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



ملاقات در نزدیکترین محل و مناسبترین زمان برای شما

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



طعم خوش خاطره ها ...

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

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

پذیرش سفارش نان و شیرینی
برای رستوران و مجالس شما

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

برنامه مهاجرتی PEQ

دستخوش تغییرات و جنجال اعتراضات

تغییرات ایجاد شده در میزان تجربه کار در کبک

بر اساس اظهارات آقای وزیر لزوم ایجاد این تغییرات صرفاً به منظور تسهیل در همسان‌سازی بهتر با جامعه کبکی، تسلط به زبان فرانسه، و همچنین تأمین نیروی کار در بازار کار استان، است بدین دلیل دولت تأکید بیشتر خود را بر افزایش تجربه کار برای متقاضیان مهاجرت از طریق PEQ ضروری می‌داند.

شرایط درخواست اقامت برای نیروی کار موقت خارجی

نیروی کار موقت خارجی از این پس، می‌بایست در طی ۴۸ ماه قبل از درخواست اقامت دائم، ۳۶ ماه تجربه کار تمام وقت جمع کرده باشد. برای آنان که پیش از تصویب قانون جدید واجد شرایط درخواست تحت این برنامه شده‌اند، بزودی در هفته‌های آینده، شرایط درخواست و اقدامات انتقالی در نظر گرفته شده اعلام خواهد شد.

شرایط درخواست فارغ‌التحصیل کبک

از این پس، تجربه کار تمام وقت ۱۲ یا ۲۴ ماهه از دانشجویان فارغ‌التحصیل خارجی، که مایل به ارائه درخواست اقامت دائم تحت برنامه PEQ هستند، مورد نیاز خواهد بود. کسانی که دارای مجوز کار معتبر پس از فارغ‌التحصیلی قبل از لازم‌الاجرا شدن آیین‌نامه، هستند، در صورتی که حائز شرایط باشند، می‌توانند درخواست خود را در بخش نیروی کار موقت خارجی برنامه PEQ ارائه دهند و از امکانات و قوانین دوره انتقال از قوانین قدیم به جدید استفاده کنند زیرا دیگر در صورت تصویب قانون، امکان درخواست بلافاصله پس از فارغ‌التحصیل شدن بدون سابقه کار برای آنان میسر نیست.

نیاز ارائه نتیجه آزمون زبان فرانسه برای همسران

یادگیری زبان فرانسه یکی از معیارهای اصلی برای همگام‌سازی موفق مهاجران، در بازار کار و جامعه کبک است. بنابراین، همسران متقاضیان اصلی باید دانش زبان فرانسه شفاهی در سطح ۴ را دارا باشند. این حداقل سطح دانش زبان فرانسه برای پیوستن به بازار کار و فعالیت در چرخه اقتصادی ضروری است و همگام‌سازی در جامعه فرانسوی زبان را ساده‌تر می‌سازد. در واقع این

پس از جمع‌آوری نظرخواهی و مشاوره‌های گسترده با مقامات استان از بخش‌های اقتصادی، اتحادیه‌ها، آموزش و پرورش و جوانان، وزیر مهاجرت کبک، سیمون جولین-بارت تلاش بر ایجاد اصلاحات برنامه تجربه‌داران کبک (PEQ) دارد و بدین منظور پیش‌نویس لایحه تنظیمی را برای ارائه به مجلس کبک برای تصویب آماده ساخت. در واقع این اصلاحات پیشنهادی، نقطه عطفی مهم در بازنگری و نوسازی و مدرنیزه کردن سیستم مهاجرتی کبک است که روند ایجاد آن از اکتبر سال ۲۰۱۸ آغاز شده است.

تغییرات اعلام شده دارای چهار هدف اصلی هستند:

- ۱- ادغام بهتر متخصصین در بازار کار
- ۲- انتخاب کارآمدتر در پاسخ به نیازهای بازار کار
- ۳- تسلط و آگاهی به زبان فرانسه که ادغام در بازار کار را تسهیل می‌بخشد
- ۴- تقویت برنامه‌های تطبیق‌سازی مهاجرین در جامعه کبک

معصومه علی‌محمدی

با گروه مجرب خود ارائه‌کننده کلیه خدمات در زمینه اخذ مجوز اقامت دائم و یا موقت برنامه‌های مهاجرتی فدرال و استانی از طریق سرمایه‌گذاری، تخصصی، کارآفرینی، خویشتندی، دانشجویی و... و همچنین تهیه دعوتنامه، سوگند نامه و تأیید رسمی مدارک در کانادا می‌باشد.
جهت مشاوره و تعیین وقت قبلی با دفاتر ما در مونترال و تهران تماس حاصل فرمایید.



Montreal Office:
Tel: 514-289 9044 (office) / 514- 778 9011 (Mobile)
Toll free from Iran: 021-85312878
Address: 1117 Sainte Catherine West, suite #511,
Montreal, Quebec, H3B 1H0
Email: info@icpimmigration.com
Tehran Office:
Tel: 021-2289 4567 / Mobile: 0937 489 6676

➔ @ICPimmigrationToCanada

➔ @icpimmigrationnc ➔ icpimmigrationtocanada



ICP IMMIGRATION INC.

www.icpimmigration.com





فدرال انجام می‌شود، نیز هماهنگی دارد.

برنامه‌های مهاجرتی جدید

چالش‌های استعدادی در برخی از بخش‌های خاص همچنان ادامه دارد و مهاجرت باید بتواند در تلاش جمعی برای تأمین نیازهای کار کمک کند.

بدین منظور، آقای سیمون جولین-بارت نیز امروز قصد خود را برای ایجاد دو برنامه جدید دائمی مهاجرت در هفته‌های آینده اعلام کرد.

با افزایش چشم‌گیر در دریافت درخواست مواجه است و بالطبع دوره بررسی درخواست طولانی‌تر شده است.

بدین جهت از این پس دوره بررسی درخواست این برنامه به یک دوره حداکثر ۶ ماهه تغییر خواهد کرد تغییر بازه زمانی همچنین باعث انسجام و عدالت بهتری برای بررسی درخواست بین برنامه PEQ و برنامه نیروی کار ماهر معمولی (PRTQ) می‌شود.

علاوه بر آن، این بازه زمانی با آنچه در سطح

سطح برای درخواست شهروندی نیز مورد نیاز است. این قانون ارائه دانش زبان برای همسران متقاضیان در طی یک سال آینده به اجرا در خواهد آمد.

ارائه نتیجه آزمون زبان فرانسه به جای گذراندن دوره‌های زبان

از این پس ارائه گواهی گذراندن یک دوره متوسطه پیشرفته زبان فرانسه که توسط یک موسسه آموزشی دیگر در کبک ارائه شده باشد، به عنوان مدرک مورد تایید اثبات دانش زبان فرانسه قابل قبول نخواهد بود. این موضوع پیش از این موجب ایجاد بی‌نظمی و گمراه شدن متقاضیان شده بود. بررسی‌های صورت گرفته برای بررسی سطح دانش زبان فرانسه توسط افسران مهاجرت نمایانگر این واقعیت است اکثریت پس از گذراندن این کلاس‌ها آشنایی و تسلط مورد نیاز با زبان فرانسه را و توانایی ایجاد ارتباط به زبان فرانسه در سطح لازم را ندارند. لذا متقاضیان موظف به ارائه نتیجه آزمون هنگام درخواست هستند.

طولانی‌تر شدن دوره بررسی درخواست‌های PEQ

در گذشته متقاضیان این برنامه طی دوره ۲۰ روزه پس از ارسال درخواست موفق به اخذ سی اس کیو و یا گواهی گزینش استان کبک می‌شدند ولی هم‌اکنون اداره مهاجرت کبک

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

تماس با نویسنده: معصومه علی‌محمدی مشاور رسمی مهاجرت، با او می‌توانید از طریق ایمیل info@icpimmigration.com و وبسایت www.icpimmigration.com در تماس باشید.

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

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

نویده احمدی

▶ گروهی از دختران مهاجر در ایران / عکس: آرشیو هفته

زندگی دشوار دختران جوان نسل دوم مهاجران افغان در ایران

دختران مهاجر افغانستان درباره رابطه با پسران ایرانی چه می‌گویند؟



فرهنگ ما فرق می‌کند. از آن زمان همیشه احساس می‌کنم که بیگانه هستم و هر چقدر زمان بگذرد باز ما مهاجر هستیم مهاجری که همیشه در طبقه پایین قرار دارد.»

ذکیه متولد ایران است و خانواده‌اش چهل سال پیش به ایران آمده‌اند او از تجربه دوستی خود می‌گوید: «زمانی که دانشجو بودم با یکی از همکلاسی‌هایم دوست شدم و رابطه خوبی باهم داشتیم. او نمی‌دانست که من افغان هستم و مخفی کرده بودم، چون همیشه می‌ترسیدم که وقتی متوجه شود مرا ترک می‌کند. هر روز علاقه‌ام به او بیشتر می‌شد. قرار شد که مرا به خانواده‌اش معرفی کند. یک روز همه چیز را به او گفتم اما او زد زیر همه چیز و گفت: من رویم نمی‌شود که به خانواده‌ام بگویم که با یک دختر افغان دوست هستم و همه چیز تمام شد. به نظر من نژادپرستی در میان کسانی که تحصیلات دارند بیشتر است. همیشه به خودم می‌گویم که گناه من چیست که خانواده‌ام مهاجر هستند. هر وقت یاد خاطراتم می‌افتم خیلی ناراحت می‌شوم و باخودم می‌گویم که کاش از اول وارد این دوستی نمی‌شدم.»

دختران مهاجر افغانستانی که متولد ایران هستند همواره دچار دوگانگی هستند که این دوگانگی در بسیاری از موارد

یعنی حتی فرزند یک مادر ایرانی (و پدر غیر ایرانی) حق داشتن تابعیت را نداشت. در دنیای امروز که بسیاری از کشورها در عمل ناگزیر شده‌اند قوانین شهروندی خود را با روح زمان تطبیق بدهند شاید وقت آن شده باشد که قانون‌گذاران ایران نیز به این مهم توجه کنند. جدای از موانع قانونی، که موضوع این گزارش نیست، موانع فرهنگی برای مهاجران جوان ساکن ایران معضلات بزرگی می‌آفریند که در زیر به گوشه کوچکی از آن پرداخته می‌شود.

سمیرا از تجربه دوستی خود می‌گوید: «وقتی پانزده سالم بود عاشق پسر صاحب‌خانه‌یمن شدم. اسمش پیمان بود و در دبیرستان درس می‌خواند. ما باهم تلفنی حرف می‌زدیم و به ندرت بیرون می‌رفتیم. می‌خواستیم باهم ازدواج کنیم اما هر دویمان از خانواده‌های خود می‌ترسیدم. من یک دختر افغان بودم و پیمان یک پسر ایرانی و همین موضوع دلیلی بودم که ما هیچ وقت به هم نرسیم. پیمان می‌گفت که افغان بودنم برایش مهم نیست و حاضر است که به خاطر من با خانواده‌اش بجنگد. ما سه سال باهم دوست بودیم. او هر روز در خانه با پدر و مادرش دعوا می‌کرد. بلاخره یک روز گفت که ما به درد هم نمی‌خوریم، چون

زمانی که مهاجران افغانستانی راه ایران را پیش گرفتند نمی‌دانستند که در ایران ماندگار می‌شوند و فرزندان آنها اگر چه در ایران به دنیا می‌آیند و بزرگ می‌شوند اما شاید هرگز ایرانی محسوب نشوند. یکی از موضوعاتی که نسل جوان مهاجر، چه مهاجرانی که به ایران آمده‌اند و چه مهاجرانی که راه اروپا را پیش گرفتند، دوستی بین دختران مهاجر با پسران بومی و برعکس است. دختران افغان در جامعه ایران خو گرفته‌اند و بسیاری از آنها با پسران ایرانی دوست شدند. متن حاصل به موضوع دوستی دختران افغان با پسران ایرانی پرداخته است.

رابطه‌ی دوستی دختران و پسران مهاجران با پسران و دختران کشور میزبان همچون بسیاری دیگر از جنبه‌های زندگی اجتماعی مهاجران تحت شعاع محدودیت‌های فرهنگی هردو طرف قرار دارد. در این گزارش از زبان دختران مهاجر به این معضل پرداخته شده است؛ معضلی که گاه به جراحتهای عمیق روحی در میان نسل دوم مهاجران، بویژه میان دختران می‌انجامد. قوانین تابعیت در ایران تقریباً هرگز به‌روز نشده است. این قوانین ده‌ها سال پیش بر پایه «خون» (یا ژن) تعریف شده که در آن دادن تابعیت به یک غیرایرانی به هیچ وجه تعریف نشده است. علاوه بر این تا همین چند هفته پیش داشتن تابعیت ایرانی فقط از طریق پدر ایرانی ممکن بود



مشاور امور مالی، فارغ التحصیل دانشگاه صنعتی شریف و ETS

Matin Tirehdast
Financial Advisor at Industrial Alliance

متین تیره دست

514-690-6181



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

می‌شود. یکی از دختر اقوام ما با پسری آشنا شد و بعد از مدتی پدر پسر پشت در خانه دختر آمد و جنگ و دعوا راه انداخت و خانواده دختر را تهدید کرد که اگر دخترشان به دوستی با پسر او ادامه دهد آنها را به پلیس معرفی می‌کند تا رد و مرزشان کند.»

پسرهای ایرانی به دوستی با دختران مهاجر خوش بین نیستند

میلاذ از پسران ایرانی است که با مهاجران رفت و آمد دارد. از نگاه او مهاجران قشری هستند که در سختی زندگی می‌کنند و جامعه ایران در حق آن ظلم کرده است. میلاذ در خصوص دوستی دختران افغان با پسران ایرانی می‌گوید: «در جامعه سنتی مثل ایران همیشه زنان از سوی مردان مورد اذیت قرار می‌گیرند و این اذیت شامل مرحله آشنایی هم می‌شود. بسیاری از پسران به بهانه ازدواج وارد دوستی می‌شوند و فقط نیازهای جنسی خود را برطرف می‌کنند. دوستان من هیچ‌گاه با یک دختر افغان دوست نمی‌شوند و اعتقاد دارند که فرهنگ افغان‌ها با ایرانی‌ها متفاوت است. حتی بعضی از آنها دوستی با دختر افغان را انگ می‌دانند و فقط با هدف سرگرمی وارد رابطه می‌شوند. تجربه به من نشان داده که ایرانی‌ها نگاه بالا به پایینی نسبت به افغان‌ها دارند و این نگاه منفی ریشه فرهنگی دارد که به راحتی عوض نمی‌شود.»

احمد که همکاران افغانستانی زیادی دارد در این موضوع می‌گوید: «در مورد افغان‌ها همیشه یک کلیشه‌ای وجود دارد که برگرفته از خبررسانی غالب در رسانه‌ها است. رسانه‌هایی که به جامعه تلقین می‌کند که مهاجران قشر ضعیفی هستند. به عنوان مثال شخصیت‌ها دست پایین و یا نقش منفی فیلم‌ها به بازیگر افغان داده می‌شود. این نگاه روی ذهنیت مردم ایران تاثیر مستقیم گذاشته است که حتی بر آشنایی دختران نسل جدید مهاجر اثر می‌گذارد و باعث می‌شود که دختران را در موضع ضعف قرار گیرند. به همین دلایل فکر می‌کنم فقط گروه کوچکی از مردهای ایرانی حاضر باشند که با یک دختر افغان آشنا باشند. از طرف دیگر خانواده‌های آنها نقش مهمی دارند؛ چراکه هم خانواده دختر و هم خانواده پسر با این موضوع مخالفت می‌کنند.»

روی صندلی نشسته بود و زنی با او بحث کرد و به او گفت که افغانی واسه چی جا رو گرفتی، شما افغان‌ها کشورمون رو اشغال کردید و پسر را از صندلی بلند کرد و رو به من کرد و گفت خانم شما بشیند. من حالم خیلی بد شد. حسن گفت تو چرا ناراحت شدی به تو که چیزی نگفت به اون افغانی فحش داد. من گفتم که افغان هستم و ناگهان چهره‌اش درهم رفت و کلی با من دعوا کرد و دیگر هرگز به من زنگ نزد.

مخالفت والدین نسل جدید دختران افغان

خانواده‌های نسل جدید مهاجران در دل خود ترس دارند و اکثر پدر و مادرها مخالف آشنایی دختران خود با پسران ایرانی هستند. زهرا ۵۶ سال سن دارد و سه دختر نوجوان دارد. او در رابطه با این موضوع می‌گوید: «ما هزار سال هم که در ایران زندگی کنیم باز هم مهاجر هستیم. ایرانی‌ها خیلی مهربان هستند و مردمی هستند که خیلی به مهاجران کمک می‌کنند اما ایرانی‌ها به ما نگاه نژادپرستانه دارند و دوست ندارند که عروس‌شان افغانی باشد. هرگز حاضر نیستیم که دخترم با ایرانی ازدواج کند چون می‌دانم که در آینده به مشکل می‌خورد.»

رسول چهار خواهر دارد و مخالف آشنایی خواهران خود با پسران ایرانی است و می‌گوید: «افغان‌ها برای ایرانی‌ها ارزش ندارند و همیشه به چشم کارگر به ما نگاه می‌کنند. درست است که ما هم زبان هستیم ولی در خیلی موردها با یک دیگر فرق داریم. زمان گذاشتن برای این جور آشنایی‌ها فقط هدر دادن انرژی است. چون خانواده‌های ایرانی هم یک دختر افغان را نمی‌پذیرند و همیشه این دختر است که آسیب می‌بیند.»

علیرضا متولد ایران است و پدرش پنجاه سال پیش به ایران آمده است با گذشت این همه زمان و آمیخته شدن فرهنگ افغانستانی با ایرانی او موافق آشنایی دختران افغان با پسران ایرانی نیست و می‌گوید: «به نظر من این نوع آشنایی همیشه به ضرر دختر افغان تمام می‌شود و اگر یک قرن هم بگذرد ما باز به چشم مهاجر افغان دیده می‌شویم. اگر آشنایی یک دختر افغان با پسر ایرانی به ازدواج ختم شود، در زندگی زناشویی به مشکل می‌خورند و زمانی که دعوا کنند، این دختر است که بیشتر از سمت پسر سرکوب

بر روح و روان آنها تاثیری عمیق گذاشته و گاه به زخمی ماندگار تبدیل می‌شود. ندا ۲۵ ساله است و از تجربه خود می‌گوید: «ما مهاجر هستیم و همیشه مهاجر خواهیم بود چرا که قانون ایران در مقابل افغان‌ها هرگز تغییر نمی‌کند. هر جوانی تجربه دوستی با جنس مخالف را دارد. من همیشه از همان زمانی که راهنمایی بودم سراغ هیچ پسری غیر از همشهری‌های خودمان نمی‌رفتم. همیشه می‌شنیدم که پسرهای دخترهای افغان را بیشتر اذیت می‌کردند و این ترس همیشه با من بود. یک روز با برادر دوستم آشنا شدم. او می‌دانست که من افغان هستم دل به دریا زدم و ترس‌هایم را زیر پا گذاشتم و با او دوست شدم. ما دوستی خوبی باهم داشتیم او هیچ وقت نگاه بالا به پایین به من نداشت. به نظرم همیشه خوب و بد وجود دارد و نمی‌شود گفت که همه ایرانی‌ها بد هستند.»

بیشتر طبقه قشر مهاجر در کارهای فرودست جامعه کار می‌کنند و این موضوع در نگاه جامعه میزبان تاثیر فراوانی گذاشته است. نسل جوان مهاجر هر چند با جامعه به راحتی ارتباط برقرار می‌کنند اما آنها همواره تحت تاثیر نگاه کلی جامعه میزبان به جامعه مهاجر هستند. نازی از تجربه خود با جنس مخالف می‌گوید: «حس خیلی بدی هست وقتی آدم دچار دوگانگی میشه. مثلا من منشی شرکتی بودم و از همکارم خوشم می‌اومد ولی با خودم درگیری داشتم و می‌ترسیدم. ترس از پذیرفته نشدن و نگاه بالا به پایین مرا آزار می‌داد. وقتی نگاه کلی جامعه و قانون نگاه ارزشمندی نباشه روی همه چیز تاثیر داره. خیلی از دختران نسل جوان افغان به پسرهای ایرانی دوست نمی‌شوند. من مدتی با پسری در ارتباط بودم و زمانی که فهمیدم که من افغان هستم شروع به جنگ و دعوا کرد و گفت من صد سال سیاه با دختر افغانی ازدواج نمی‌کنم. اگر تو عروس مادرم شویی او بطور به در و همسایه‌ها نگاه کند. شاید تجربه من این طور بوده ولی می‌دانم که در بستر اوقات همین طور است.»

زینت دختری است که آشنایی‌های زیادی را از سر گذرانده است و می‌گوید: «همیشه وقتی با کسی آشنا می‌شوم زمانی که متوجه می‌شوند افغان هستم خوشحال می‌شود. تنها یک بار پیش آمد که با پسری به نام حسن آشنا شده بودم و باهم به مترو رفته بودیم. در مترو پسری افغانستانی



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

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

امیر نایمی

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

نویسنده احمدی

نازیلا احمدی، کارگردان و بازیگر افغان تبار ساکن تهران:

هنر دریچه‌ای برای ابراز دردهای مهاجرت است



مهاجرت گاهی روح هنرمند را صیقل می‌دهد و دردهای هجرت از سرزمین آبا و اجدادی او را در قالبی جدید دوباره می‌سازد. گاه رنج‌های مهاجرت به تولد هنری می‌انجامد که بدون چشیدن طعم دوری از وطن هزگز زاده نمی‌شود.

نازیلا احمدی یکی از هزاران دختر افغان است که قنناق نوزادیش شاهد مسیر پرخطر قاچاق بوده است. او از کودکی برادرانش را به جای پشت میزهای مدرسه در کارگاه‌ها دیده است. حس هنر از کودکی همراهش بوده و حالا می‌خواهد هنرمندی از جنس دختری مهاجر باشد. او در آفرینش‌های هنری خود تلاش می‌کند تماشاگران نمایش‌هایش را با حس و درد غربت یک مهاجر آشنا کند. با او گپ زدیم تا از خودش بیشتر بگویید.

به خصوص پدرم و برادرهایم در اوایل خیلی مخالف بودند. یکی از دلایلیش این بود که می‌گفتند در ایران فضایی رشد برای مهاجران وجود ندارد. دلیل دیگر این بود که دختر استم. مشکلی که ممکن است برای یک دختر ایرانی هم وجود داشته باشد.

شما تجربه کار بازیگری را از زمان کودکی در کارنامه خود دارید برایمان زیادتر بگویید.

آشنایی من با «خانه کودک شوش» باعث ورود من به هنر نمایش شد. این مرکز یک سمن (سازمان مردم نهاد) است که در زمینه کودکان فعالیت می‌کند. برای جشن‌های شب یلدا و نوروز نمایش اجرا می‌کردم تا این که اولین فیلم کوتاه خود را آنجا بازی کردم. بعد در نمایش «حسین قلی»، مردی که لب نداشت» به کارگردانی حمید پوراآذری ایفای نقش کردم، قبل از آن هم به شدت به بازیگری علاقه داشتم. وقتی کودکی را در تلویزیون می‌دیدم که در فیلمی بازی

نازیلا احمدی عزیز چه شد که به ایران آمدید؟

فامیل من در زمان جنگ طالبان راهی ایران شدند و به صورت قاچاقی به ایران آمدند. کاکاهایم به پاکستان مهاجر شدند. مادرم در ایران فامیل زیاد داشت و به خاطر همین ایران را قبول کردیم. مادرم همیشه از دشواری‌های راه بر ما قصه می‌کند و هنوز بعد از گذشت سال‌های زیاد خاطرات راه قاچاق را فراموش نکرده است. به نظر من مردم ایران که هم‌گپ و هم‌دین ما هستند خوی مهمان‌نوازی خوبی دارند.

شما در ایران وارد حوزه هنر شدید. آیا خانواده‌تان مخالف کار شما نبودند؟

زنان در جوامع ما همیشه محدود هستند و مشکلات خاص خود را دارند. خانواده من یک خانواده نسبتاً سنتی است و طبیعی است که مخالف باشد. از اقوام ما هیچ دختری به سمت هنر نرفته است و ورود من به هنر نمایش پذیرفته شدنش سخت بود. خانواده‌ام

فامیل من در زمان جنگ طالبان راهی ایران شدند و به صورت قاچاقی به ایران آمدند. کاکاهایم به پاکستان مهاجر شدند. مادرم در ایران فامیل زیاد داشت و به خاطر همین ایران را قبول کردیم. مادرم همیشه از دشواری‌های راه بر ما قصه می‌کند و هنوز بعد از گذشت سال‌های زیاد خاطرات راه قاچاق را فراموش نکرده است. مردم ایران هم‌گپ و هم‌دین ما هستند و خوی مهمان‌نوازی دارند.



درباره نازیلا احمدی

نازیلا احمدی در کودکی به همراه خانواده به ایران مهاجرت کرد. او از کودکی به هنر نمایش علاقه‌مند بود. نازیلا احمدی در حال حاضر، در تهران به نمایشنامه نویسی، کارگردانی و بازیگری مشغول است. نمایش‌های «لالایی‌هایی برای نخوابیدن» و «گودی‌پران» از جمله کارهایی هستند او نوشته و کارگردانی کرده است. گودی‌پران که به تاپوی «بچه بازی» می‌پردازد زیر تیغ سانسور رفته و مجوز نمایش نگرفت، گرچه خانم احمدی موفق شد ده شب آن را روی صحنه ببرد.

نازیلا احمدی برای رسیدن به این نقطه موانع بزرگی را پشت سر گذاشته که دختر بودن و مهاجر بودن بخشی از آنها است.

گودی‌پران از بازی‌های رایج در افغانستان است که بسیار محبوب است و طرفدار دارد. گودی‌پرانی در واقع همان «بچه‌بازی» است که به طور رسمی کودک‌آزاری نامیده می‌شود. از قدیم در افغانستان رایج است و همچنان ادامه دارد. استفاده از کودکان برای رفع نیازهای جنسی پدیده‌ای تازه‌ای نیست و یکی از مشکلات جامعه مردسالار افغانستان است. نمایش گودی‌پران روایت یک کودک خردسال است که «بچه» یک مرد شده است. داستانی که در زندگی واقعی در افغانستان هم‌اکنون هم در حال رخ دادن است، این موضوع یکی از دغدغه‌های همیشه‌گی من بود.

با توجه به سانسور در ایران و حساسیت موضوع نمایش گودی‌پران برای این کار با چه چالش‌هایی مواجه بودید؟

با مشکلاتی برای اجرای گودی‌پران مواجه شدم چرا که به من مجوز نمی‌دادند تا کار را اجرا بپریم به همین دلیل بسیار اجرای محدود رفتیم با این که بسیار برای آن کار زحمت



که بتوانم از طریق آن حرفم را بزنم. به نظر من تئاتر روش مناسبی برای من است که از طریق آن می‌توانم دغدغه‌های ذهنی خود را بیان کنم به همین دلیل تئاتر را انتخاب کردم. به نظرم تئاتر تأثیر مستقیمی روی مخاطب می‌گذارد که با روش‌های دیگر قابل مقایسه نیست.

برچه اساسی سوژه‌هایت را انتخاب می‌کنی؟

انتخاب کارهای من بیشتر براساس جغرافیای خودم، شرایط زیستی‌ام و معضله‌هایی است که در ذهن داشته‌ام. مسائلی که ذهنم را درگیر می‌کرده و دردهایی که آزارم می‌داده است. سعی کردم این دردها و دغدغه‌ها از طریق حرفه و هنرم بیان کنم با این هدف که درباره آن آگاهی ایجاد کنم تا شاید برای معضل مربوطه راه حل پیدا شود.

شما چندین کار مستقل در کارنامه خود دارید. اولین کار مستقل‌تان چه بود؟

اولین کار مستقل من «لالایی‌هایی برای نخوابیدن» بود که کارگردانی و نویسندگی و بازیگری آن را به عهده داشتم. آن را به مناسبت روز جهانی زن به اجرا بردم. موضوع اصلی آن زن بود. زن بودن، مادر بودن. نمایش متشکل از لالایی‌های مختلف هر زبان به همراه فرم و حرکت بدنی بود که داستان خود را بیان می‌کردند.

شما نمایش «گودی‌پران» را کارگردانی کرده‌اید چه شد که دست روی این سوژه حساس گذاشتید؟

دومین کار من به نام گودی‌پران بود که کارگردانی و نویسندگی آن را بر عهده داشتم.



می‌کند دلم می‌خواست همیشه جای آن می‌بودم. بعد از آن برای تست بازیگری به دفترهای سینمایی گوناگون رفتم، در چند سریال نقش‌های کوتاهی داشتم اما بعد از آن درگیر کار کردن و درس شدم تا چند سال بعد دوباره به فعالیت در تئاتر و فیلم پرداختم.

چه شد که هنرستان را برای تحصیل انتخاب نکردید؟

تحصیل در هنرستان یکی از چالش‌هایی است که مهاجران با آن روبه‌رو هستند؛ مثل بسیاری از محدودیت‌هایی که برای مهاجرین وجود دارد. من همانند بسیاری از مهاجران نمی‌توانستم رشته‌ی دلخواه خود را تحصیل کنم، چرا که هنر برای افغان‌ها در ایران ممنوع بود، بنابراین من به صورت تجربی کار خودم را آغاز کردم و شروع خوبی برای من بود.

چرا تئاتر و نمایش؟

همیشه دغدغه‌هایی داشتم که می‌خواستم آن‌ها را بیان کنم و به دنبال ابزاری بودم

فایش «گودی پرن» روایت یک کودک خردسال است که «بچه» یک مرد شده است.



کشیدم و امید داشتم نمایش خیلی دیده شود اما متاسفانه به دلیل نداشتن مجوز من نتوانستم کار را بیشتر از ده روز روی صحنه ببرم.

تاثیر مهاجرت در نازیلا احمدی را چطور می بینید؟
مهاجرت بسیار تأثیر بزرگی روی من گذاشته است چرا که باعث شده است من بتوانم به عنوان یک دختر افغان مشکلات خود را در این فرهنگ بیان کنم. مهاجرت در تمام کارهای من و حرف هایم احساس می شود چرا که من جز مهاجرت چیزی ندارم. هنر زندگی فرد هنرمند است و هنرمند از درون خودش است که هنر را خلق می کند. برای من هنر دریچه ای برای ابراز دردهای مهاجرت است.

به نظر شما مهاجرین در ایران چقدر توانسته اند که پا به عرصه هنر بگذارند؟

مهاجرین در تئاتر آنچنان که انتظار می رود رشد نکرده اند، شرایط مناسبی برای افغان ها در این زمینه مساعد نیست تئاتر کارکردن وقت و انرژی زیاد می خواهد و در آخر درآمدی ندارد. برای قشر مهاجرین و چه مردم افغانستان چیزی ضروری تر از آن وجود دارد مثل کارکردن و زنده ماندن. هنوز آنقدر درگیر نیازهای اولیه هستند که نمی توانند به مسائلی مثل تئاتر فکر کنند. بنابراین رشد چندانی وجود ندارد تعداد بسیار بسیار اندکی مشغول فعالیت در تئاتر هستند؛ انگشت شمارند.



آشنایی من با «خانه کودک شوش» باعث ورود من به هنر فایش شد. این مرکز یک سمن (سازمان مردم نهاد) است که در زمینه کودکان فعالیت می کند.

تا به حال به افغانستان سفر کرده اید؟

خیر. افغانستان نرفتم. شرایطش برایم مهیا نشده است. عجیب تشنه افغانستان هستم. یکی از آرزوهایم سفر به وطنم است. سفر کردن به افغانستان مشکل خاص خود را دارد. تا دو سال قبل مهاجرین نمی توانستند به افغانستان سفر کنند اما حالا می توانند ولی باز دوندگی زیادی دارد.

نگاه مخاطبان ایرانی با شما چطور است و چه نظری در مورد کارهای شما دارند؟

بسیاری از مخاطب های ایرانی از کارهای من استقبال می کنند. نگاه عموم مردم ایران همان نگاه کلیشه ای است که متاسفانه رسانه ها به آنها داده اند. زمانی که مخاطبان من متوجه افغان بودنم می شوند درجا میخ کوب می شوند و همیشه جای تعجب برایشان دارد که چطور یک دختر افغان می تواند این کارها را انجام دهد. من همیشه تلاش داشتم که بتوانم نگاه مخاطبان ایرانی ام را نسبت به جامعه مهاجر تغییر دهم.

چه کاری روی دست دارید؟

برای آینده برنامه های زیادی دارم در حال حاضر در حال ساختن فیلم مستند خود هستم و همچنین نوشتن فیلم نامه ای جدیدم که قرار است آن را در افغانستان بسازم و دیگر برنامه ها.



هدف شما از کار کردن در حوزه هنر چیست؟

در درجه اول تلاش دارم می خواهم با حرکت در مسیر رسیدن به اهدافم رشد درونی ام را داشته باشم. این برایم لذت بخش است. از همه مهم تر این است که هنرمند در مسیر راه می تواند رشد کند. همچنین دلم می خواهد نگاه عمیق تری به زندگی پیدا کنم. بتوانم فیلم هایی بسازم که تأثیرگذار باشد.

تلاش دارم که چهره ی جدیدی از زن بودن را خارج از همه ی این کلیشه ها به جامعه معرفی کنم. همچنان چهره جدیدی از کشورم بسازم و به موضوعاتی بپردازم که هرگز دیده و شنیده نشده اند. در آخر بتوانم زن موفق باشم از این نظر که یک زن می تواند مسیر دیگری جز چیزی که همواره به او تحمیل شده است را انتخاب کند.

خانم نازیلا احمدی گرامی از شما سپاسگزاریم.

عبداله صفوی
Abdollah SAFAVI
Financial Security Advisor
Investment Representative

مشاور امنیت مالی
نماینده سرمایه گذاری

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

مشاوره رایگان

Mobile: 514-467-8491
Office: 514-931-4242 ext. 2567
abdollah.safavi@f155.com

mqsf.ca

canada life
Freedom 55 Financial
A Member of Canada Life Insurance Company

QUADRUS
Qualified Financial Services Ltd.



عطر بود
سبزه

Cafe Shiraz
(438) 401-8546
1970 Saint-Catherine St W, Montreal, QC H3H 1M4





Histoire de couverture

گروه ترجمه هفته

تلاش پزشکان ایرانی کبک موثر افتاد

گفت‌وگوی اختصاصی هفته با دکتر امیرعباس بشارتی

پزشکان فارغ‌التحصیل خارج در صف مقدم مبارزه با کووید ۱۹

دکتر امیرعباس بشارتی پزشکی عمومی خود را سال ۲۰۰۱ و تخصص بیماری‌های کودکان را در سال ۲۰۰۷ در ایران دریافت کرد و در سال ۲۰۱۴ فلوشیپ بیماری‌های تنفسی و آسم را در فرانسه گرفت. او هم اکنون علاوه بر کار به عنوان اسپستان در یک کلینیک پزشکی خانواده، دانشجوی مستر sciences biomédicales شاخه médecine expérimentale در دانشگاه مونترال است و روی موضوع زنان ترانس و ایدز در کانادا تحقیق می‌کند. دکتر امیرعباس بشارتی در طی حضور ۵ ساله وی در مونترال پزشکان ایرانی تبار ساکن کبک را دور هم گردآورد تا با کمک و مشارکت جمعی در طی مسیر ورود به سیستم سلامت کبک کمک یکدیگر باشند. دکتر بشارتی همچنین در زمینه مبارزه علیه آزار جنسی کودکان فعال بوده است. این پزشک ایرانی تبار سابقه برگزاری کارگاه‌های آموزشی در مدرسه دهخدا راجع به سلامتی کودکان از جمله موضوع آزار جنسی کودکان و پریدن اجسام خارجی به گلولی کودک را در کارنامه خود دارد. آخرین فعالیت وی در پاندمی کووید ۱۹ شرکت در جلسات پرسش و پاسخ آنلاین، تهیه محتوای آموزشی و تشکیل گروه پاسخگو به سوالات پزشکی متشکل از ۲۲ پزشک ایرانی تبار ساکن کانادا است که با کمک گروه مونترالی «خانه ایران» صورت گرفت. / منبع هفته شماره ۵۸۰

آقای دکتر امیر بشارتی گرامی به نظر می‌آید تلاش‌ها برای گرفتن پروانه کار در کبک برای پزشکان تحصیل کرده خارج به نتایجی رسیده. لطفاً درباره اینکه دقیقاً این دستاورد چیست توضیح می‌دهید؟ هدف از تلاش‌های ما در وهله اول کمک به بهبود وضعیت ناگوار خانه‌های سالمندان در ابتدای پاندمی بود. من باور داشتیم و دارم که ما به عنوان پزشکانی با توانایی‌ها و مهارت‌هایی مختلف، می‌توانیم در بهبود

” پزشکی که در خارج از کبک تحصیل کرده برای اینکه بتواند وارد سیستم پزشکی اینجا شود، مسیر طولانی و دشواری را باید طی کند. از طرفی هم احتمال ورود به سیستم در اینجا بسیار محدود است. برای این کار سه راه وجود دارد....



درباره دکتر امیرعباس بشارتی

دکتر امیر عباس بشارتی پزشکی عمومی خود را سال ۲۰۰۱ و تخصص بیماری‌های کودکان را در سال ۲۰۰۷ در ایران دریافت کرد و در سال ۲۰۱۴ فلوشیپ بیماری‌های تنفسی و آسم را در فرانسه گرفت. او هم اکنون علاوه بر

کار به عنوان اسیستان در یک کلینیک پزشکی خانواده، دانشجوی مستر sciences biomédicales شاخه médecine expérimentale در دانشگاه مونترال است و روی موضوع زنان ترانس و ایدز در کانادا تحقیق می‌کند. دکتر امیرعباس بشارتی در طی حضور ۵ ساله وی در مونترال پزشکان ایرانی تبار ساکن کبک را دور هم گردآورد تا با کمک و مشارکت جمعی در طی مسیر ورود به سیستم سلامت کبک کمک یکدیگر باشند. دکتر بشارتی همچنین در زمینه مبارزه علیه آزار جنسی کودکان فعال بوده است. این پزشک ایرانی تبار سابقه برگزاری کارگاه‌های آموزشی در مدرسه دهخدا راجع به سلامتی کودکان از جمله موضوع آزار جنسی کودکان و پریدن اجسام خارجی به گلوی کودک را در کارنامه خود دارد. آخرین فعالیت وی در پاندمی کووید ۱۹ شرکت در جلسات پرسش و پاسخ آنلاین، تهیه محتویات آموزشی و تشکیل گروه پاسخگو به سوالات پزشکی متشکل از ۲۲ پزشک ایرانی تبار ساکن کانادا است که با کمک گروه مونترالی «خانه ایران» صورت گرفت. / منبع هفته شماره ۵۸۰

شرایط مفید باشیم. هدفمان کمک در شرایط بحرانی در خانه‌های سالمندان بود. بعد از نامه‌نگاری‌ها و رایزنی‌هایی که انجام گرفت، با کمک آقای دکتر خدیر و خانم دکتر مشعوف صدای ما به «سائنه پوبلیک» رسید و واحد پیشگیری و کنترل عفونت‌های این اداره رسمی تصمیم گرفت پروژه‌ای را با استفاده از پزشکان دیپلمه خارج از کبک شروع کند. هدف سائنه پوبلیک این بود که از آنها برای بهبود وضع بحرانی در خانه‌های سالمندان با بهره‌گیری از توانایی‌ها و مهارت‌هایشان استفاده کند. به‌طور خلاصه خدمتتان عرض کنم ما توانستیم در زمان بسیار حساسی کمک کنیم تا از آلوده شدن آن بخش از خانه‌های سالمندان که هنوز موارد تست مثبت نداشتند جلوگیری نماییم.

پس به نظر می‌آید تا این لحظه که ما صحبت می‌کنیم کار بخشی از پزشکانی فارغ التحصیل خارج آغاز شده است؟

بله ما کارمان را شروع کردیم؛ البته نه به‌عنوان پزشک بلکه به‌عنوان متخصصین حوزه سلامت در خانه‌های سالمندان خصوصی با اولویت‌هایی که هنوز گرفتار نشدند و هنوز کیس مثبت نداشتند تا بتوانیم از ورود ویروس به آن خانه‌ها جلوگیری کنیم. این کار مستلزم یک سری آموزش‌هایی بود که ما به‌صورت فشرده آنلاین و حضوری طی یک هفته تا ده روز دیدیم و حدود یک هفته هم در محیط‌های کار حضور داشتیم و ویزیت‌ها را شروع کردیم. حالا هم به‌صورت مستقل به خانه‌های سالمندان سرکشی می‌کنیم و سعی داریم تا در جلوگیری از عفونت و پخش ویروس کووید ۱۹ به آنها کمک کنیم. همچنین در حال کشیک دادن در یک CHSLD شدیداً آلوده هستیم تا بتوانیم هر چه سریعتر گسترش ویروس را در آنجا مهار کنیم.

آیا ظرفیت پذیرش محدودیت‌هایی هم دارد؟

این شغلی که برای پزشکان دیپلمه خارج از کبک ایجاد شد طبابت و فعلیت به‌عنوان یک پزشک نیست. در حقیقت ما استخدام بخش کنترل و پیشگیری عفونت سائنه پوبلیک در مونترال هستیم. چون بیشترین آمار بیماری در کبک و به‌خصوص جزیره مونترال بوده، ما در پنج CIUSSS که در مونترال وجود دارد تقسیم شدیم و هر کدام از ما در قالب تیم‌های دونفره مسئولیت تعدادی از این خانه‌ها را به عهده داریم. هر روز به آنجا سرکشی می‌کنیم، با آنها صحبت می‌کنیم، اگر سؤالی داشته باشند جوابگو هستیم و اگر لازم باشد به آنها آموزش می‌دهیم که چگونه از ورود ویروس به آنجا و در صورت ورود از انتشار آن جلوگیری کنند.

در حال حاضر یک پزشک تحصیل کرده خارج چه گام‌هایی لازم است بردارد تا بتواند وارد این سیستم بشود؟

اگر منظور از سیستم، ورود به شغل فعلی است، در مرحله اول از بین صد نفر مصاحبه‌شونده برای این شغل حدوداً سی نفر پذیرفته شدند. از این میان دوازده نفر ایرانی بودند. بازم تأکید می‌کنم که این شغل ربطی به موضوع اجازه گرفتن پزشکان برای کار ندارد و با درخواست ما به دولت برای کمک به هم‌وطنانمان در کبک مرتبط است. تا در شرایط فعلی کمک کنیم که مرگ‌ومیر کمتری در خانه‌های سالمندان اتفاق بیفتد.

بسیار خوشحالم از اینکه توانستم مفید واقع شوم و هر دفعه



که از خانه‌های سالمندان بیرون می‌آیم حس خوبی دارم چون راهنمایی‌هایی کردم که می‌تواند مؤثر باشد و برقراری و حفظ این رابطه با آنها کمک می‌کند تا در آینده به‌وضوح شاهد کاهش نرخ مرگ‌ومیر در خانه‌های سالمندان باشیم.

آیا از نگاه شما این یک دستاورد موقت است یا یک تحول ماندگار در پروسه تصمیم‌گیری برای دادن مجوز کار به پزشکان تحصیل کرده خارج؟

پزشکی که در خارج از کبک تحصیل کرده برای اینکه بتواند وارد سیستم پزشکی اینجا شود، مسیر طولانی و دشواری را باید طی کند. از طرفی هم احتمال ورود به سیستم در اینجا بسیار محدود است. به‌طور خلاصه، در اولین قدم، یک پزشک دیپلمه خارج از کبک باید یک امتحان عملی و یک امتحان شفاهی بدهد و از نظر زبان اگر در کبک است باید مدرک زبان فرانسه و اگر خارج از کبک است باید مدرک زبان انگلیسی با حداقل نمراتی که تعیین شده، داشته باشد. بعد از این مراحل، متقاضی باید در سیستم انتخاب رزیدنت به اسم کارمز شرکت کند تا بتواند در یکی از دوره‌های رزیدنتی قبول شود. اگر اقدام کرد و به او مصاحبه دادند و قبول شد می‌تواند بعد از گذراندن دوره رزیدنتی به‌عنوان پزشکی که اجازه کار در کانادا و کبک دارد مشغول به کار شود؛ بنابراین یک پرسه طولانی، سخت است با احتمال ضعیف قبولی.

مسیر دیگر این است که فرد متقاضی بعد از شرکت در دو امتحان ذکر شده، ۲ سال آخر دوره پزشکی را در یکی از دانشکده‌های پزشکی داخل کبک گذرانده و فارغ‌التحصیل دانشکده‌های پزشکی داخل کبک شوند. در این وضعیت ورود به سیستم خیلی آسان‌تر خواهد بود. راه سومی هم هست که پزشکان در کشور مبدأشان دو امتحان مذکور را داده باشند، سپس برای ده تخصصی که در اولویت نیاز وزارت بهداشت کبک است درخواست ویزای کار کنند.

جای کارشان معمولاً در مناطق دورافتاده تعیین می‌شود و مدرک زبان OQLF هم نیاز دارند و چنانچه درخواستشان موردقبول واقع شود یک دوره ارزیابی سه‌ماهه در کبک می‌گذرانند و اگر آن را هم قبول شدند مستقیماً در تخصص خودشان مشغول به کار می‌شوند.

شما خودتان پزشک متخصص هستید و احتمالاً متخصصان دیگری هم در مجموعه شما هستند. آیا این نیروهای متخصص در جایگاه خود مشغول خواهند شد؟

این دستاورد فعلی می‌تواند تحولی ماندگار در پروسه اشتغال پزشکان دیپلمه خارج از کبک باشد؛ منتهی نه در پزشکی بلکه در سیستم سلامت کبک. از طرفی هم می‌تواند وسیله‌ای برای تسهیل و تسریع ورود به سیستم پزشکی در اینجا باشد. چون در نهایت با توجه به ذات کاری که هم اکنون ما با آن در ارتباط هستیم، در سیستم سلامت اینجا ادغام می‌شویم و با مشکلات دست‌وپنجه نرم می‌کنیم و نهایتاً تجربیات کانادایی کسب می‌کنیم؛ که می‌تواند در ورود به پروسه رزیدنتی بسیار کمک کننده باشد.

در این روند بیشترین حمایت‌ها را از جانب کدام بخش از جامعه دریافت کردید؟

قبل از هر چیز، همکاری و کار دسته جمعی پزشکان ایرانی بود که صدای ما را «اعلام کمک به دولت در شرایط بحرانی» به مسولین رساند. همکاری رسانه‌ها، فعالیت ایرانی‌تباران در فضاهای مجازی و پیگیری‌های روزمره دکتر خدیر و دکتر مشعوف در کسب این موفقیت بسیار مؤثر بود.

آیا بخش‌هایی از دستگاه سیاسی (در اپوزیسیون یا حتی در ساختار بوروکراتیک حاکم) با شما همراهی کردند؟

بنده از زمانی که این کار را شروع کردم و تا به امروز هنوز آشنایی دقیقی با سازوکار حزب‌های سیاسی و روابطشان در کبک ندارم؛ اما در این حین ۲ نفر از نماینده‌های اپوزیسیون مجلس با بنده و یکی دیگر از دوستان در تماس بودند و تلاش می‌کردند که به ما کمک کنند.

حدس من این است که شما در این مرحله متوقف نمی‌شوید. گام بعدی تان چیست؟

بله هر کدام از ما که به عنوان پزشک وارد سیستم اینجا شویم قطعاً فعالیتیمان را متوقف نمی‌کنیم و به تلاشمان ادامه می‌دهیم تا سیستم سلامت و بهداشت و در نهایت جامعه کبک بتواند از این پتانسیل قوی و این تجربه‌های فراوانی که پزشکان دیپلمه خارج از کبک همراه با خود می‌آوردند استفاده کند.

هر تلاشی می‌کنیم تا بتوانیم جایگاه خودمان را بشناسانیم. از طرفی خودمان هم سعی می‌کنیم تا جایی که امکان دارد از هر فرصتی استفاده کنیم تا در این سیستم ادغام شویم و تجارب کانادایی کسب کنیم؛ برای مثال با کار کردن در این سیستم با عناوین دیگر مثل دستیار پزشک یا همین شغل فعلی به‌عنوان مأمور بازرسی و مشاور کنترل عفونت و پیشگیری از بیماری‌های سانته پوبلیک.

برای پزشکان ایرانی تبار کبک، در رابطه با تقویت زبان فرانسه برنامه‌هایی در دست اجرا داریم. طی گردهمایی‌های مجازی قبل از هر چیز تلاش می‌کنیم، دوستانی که به تازگی به کبک آمدند یا حتی قصد مهاجرت به کبک به‌عنوان پزشک دارند را با واقعیت روبرو کنیم و درصد احتمال ورود به سیستم را برایشان روشن می‌کنیم. درعین حال برای امتحانات آماده‌شان می‌کنیم تا بتوانیم دست در دست هم به تسریع روند ورود پزشکان دیپلمه به سیستم پزشکی اینجا کمک کنیم.

همین حالا که من با شما صحبت می‌کنم فرصت‌هایی ایجاد شده و گروه‌های مختلفی در حال شکل‌گیری هستند. دوستان سعی دارند در گروه‌های آموزشی در جلسات آنلاین راه‌هایی که رفتند و تجربه‌هایشان را به اشتراک بگذارند و به‌صورت رایگان تجربیاتشان را در مورد نحوه گذراندن امتحانات و مسیر آن آموزش دهند.

در کل فعالیت‌های متعددی به‌صورت درون‌گروهی انجام می‌شود، حداقل بین ایرانی‌ها که بنده در جریان هستم این‌طور هست. همه این فعالیت‌ها هم

به‌صورت غیرانتفاعی انجام می‌شود. حداقل فایده این جلسات کسب تجربه کار گروهی است که متأسفانه که ما در ایران بسیار کم داشتیم.

آیا اشتغال به کارتان دائم است یا موقت؟

قصد کارفرمایان این شغل فعالیت دائمی است؛ منتهی این بستگی به ما دارد که چطور خودمان را نشان داده و چه حد کارمان را درست انجام داده و بتوانیم مفید واقع شویم.

از طرفی هم فعلاً تا جایی که من اطلاع دارم این شغل با بودجه اورژانسی دولت که در اختیار سانت‌پولیک هست راه‌اندازی شده تا از وضعیت بحران فعلی عبور کنیم. در مورد ادامه آن دقیق نمی‌دانم که در انتها چه خواهد شد. ولی گمان می‌کنم با وضعیتی که وجود دارد و با فعالیت‌های دوستان، مشاوره‌هایی که انجام می‌دهند، پرزنتیشن‌های خوب، جمع‌آوری مقالات و ایده‌های نوین ما پزشکان دیپلمه خارج از کبک به سانت‌پولیک، احتمالاً این قضیه بتواند ماندگار شود و به‌عنوان یک تجربه‌ی خوب برای پزشکان دیپلمه خارج از کبک و برای سیستم سلامت اینجا از سانت‌پولیک در تاریخ ثبت شود. همچنین راهی برای شناساندن قابلیت‌های پزشکان خارجی به مراکز تصمیم‌گیری در پذیرش رزیدنت و دادن پروانه کار مثل کالج پزشکان و وزارت بهداشت باشد.

آیا این «دعوت به کار» تأثیری برای پزشکانی که شرایط اقامت‌شان تثبیت نشده است دارد یا خیر؟

این دعوت به کار عملاً برای پزشکانی اتفاق افتاد که از قبل ساکن کبک بودند و از نظر مهاجرتی مشکلی نداشتند و سیتیزن اینجا شده بودند. من فکر می‌کنم این موضوع بسیار اختصاصی و با حجم کم است بنابراین بعید است روی مسائل اقامتی تأثیر بگذارد.

ولی اگر این روند ادامه پیدا کند، ممکن است در آینده محلی باشد برای جذب پزشکان خارجی و دست‌کم پزشکانی که قصد مهاجرت دارند می‌توانند به این شغل به‌عنوان یک مرحله موقت یا دوره گذار برای کسب تجربیات کانادایی و ادغام در سیستم سلامت و زبان و فرهنگ کبک به آن نگاه کنند تا بعد از گذراندن امتحاناتشان به‌عنوان پزشک مشغول به کار شوند.

سخن آخر؟

در نهایت اگر بخواهم نکته‌ای اضافه کنم: بسیار خوشحالم از اینکه توانستم مفید واقع شوم و هر دفعه که از خانه‌های سالمندان بیرون می‌آیم حس خوبی دارم چون راهنمایی‌هایی کردم که می‌تواند مؤثر باشد و برقراری و حفظ این رابطه با آنها کمک می‌کند تا در آینده به‌وضوح شاهد کاهش نرخ مرگ‌ومیر در خانه‌های سالمندان باشیم.

نکته‌ای دیگری که می‌توانم بگویم در مورد بحث پزشکان و ورود آنها به سیستم است که بسیار مفصل است. ما در این مصاحبه بیشتر به آن شغل پرداختیم. اگر بخواهم خیلی مختصر و مفید بگویم راه ورود به پزشکی در کانادا و به‌خصوص کبک بسیار مشکل و احتمال وقوعش بسیار کم است، ولی غیرممکن نیست. اگر پزشکی برای طبابت بخواهد به اینجا بیاید با یک برنامه‌ریزی طولانی مدت قبل از مهاجرت تأکید می‌کنم چهار پنج سال قبل از مهاجرت می‌تواند احتمال موفقیتش را بسیار بالا ببرد.

آقای دکتر امیر بشارتی از شما سپاسگزاریم.

در مرحله اول از بین صد نفر مصاحبه‌شونده برای این شغل حدوداً سی نفر پذیرفته شدند. از این میان دوازده نفر ایرانی بودند.



پزشکان فارغ التحصیل خارج در صف مقدم مبارزه با کووید ۱۹ در کبک

بهداشت عمومی مونترال برای مقابله با شیوع کووید ۱۹ یک گردان پیشگیری مرکب از پزشکان آموزش دیده و فارغ التحصیل خارج تشکیل داده است.

به گزارش هفته به نقل از رادیو کانادا، بهداشت عمومی مونترال به منظور تقویت مبارزه با شیوع کرونا در هفته‌های اخیر نزدیک به ۳۰ پزشک استخدام کرده که البته هنوز مجوز فعالیت در کبک ندارند. اما ماموریت این پزشکان در شرایط فعلی چیست؟ تلاش برای پیشگیری و محدود کردن شیوع ویروس کرونا در مراکز نگهداری سالمندان، رسالتی است که دولت کبک برای این پزشکان تعیین کرده است.

رونه پاره Renée Paré مسئول بخش مقابله با بیماری‌های عفونی در اداره بهداشت عمومی مونترال می‌گوید: «در هفته‌های اخیر شاهد افزایش شمار مراکز و اماکنی بودیم که ویروس کرونا در آنها شیوع پیدا کرده است. در این اوضاع ضرورت جلوگیری از آلوده شدن مکان‌های جدید به این ویروس بیشتر از هر زمان احساس می‌شود.»

چند هفته پیش یک واحد پیشگیری از شیوع ویروس کرونا به مدت چند روز در فرودگاه بین‌المللی پیر الیوت مستقر شد. وظیفه پرسنل درمانی عضو این واحد پیشگیری این بود که مسافرانی را که وارد کلانشهر مونترال می‌شوند به مدت چهارده روز قرنطینه کنند. این اقدام بهداشت عمومی مورد توجه رسانه‌ها و افکار عمومی قرار گرفت.

اما این بار داوطلبانی که برای کمک به مبارزه با شیوع کووید ۱۹ در پایگاه اینترنتی «من کمک می‌کنم!» (Je contribue) ثبت‌نام کرده‌اند، برای رونه پاره و تیم تحت سرپرستی وی الهام بخش شده‌اند. پاره تصریح کرد با بررسی اطلاعاتی که داوطلبان مشارکت در مبارزه با بحران کرونا در سایت «من کمک می‌کنم!» قرار داده بودند، متوجه شدیم که در میان این افراد پزشکی وجود دارند که هنوز اجازه طبابت در استان ندارند اما برای تقویت جبهه مبارزه با بحران کووید ۱۹ در منطقه تمایل و اراده لازم را دارند.

این پلتفرم پانزدهم مارس به ابتکار فرانسوا لوگو نخست وزیر کبک با این هدف ایجاد شد که بخش بهداشت و درمان کبک پرستاران بازنشسته و افرادی را که در زمینه مراقبت‌های بهداشتی و درمانی و همچنین ارائه خدمات اجتماعی دارای مهارت و تجربه هستند برای تقویت مبارزه با کووید ۱۹ در استان به خدمت بگیرد.



رونه پاره، مسئول بخش مقابله با بیماری‌های عفونی در اداره بهداشت عمومی مونترال

از آفریقا تا آمریکای جنوبی

دیان ساره از داوطلبان ثبت‌نام کرده در پایگاه اینترنتی «من کمک می‌کنم!»، می‌گوید: «من به عنوان پزشک عمومی تجارب زیادی در محیط‌های روستایی کشورم اندوخته‌ام.»

دیان ساره که چهار سال پیش از کشور آفریقایی بوركینافاسو به کانادا آمد، برای ثبت نام کردن به عنوان عضوی از گردان پیشگیری شیوع کووید ۱۹ در پایگاه اینترنتی «من کمک می‌کنم!» لحظه‌ای تردید به خود راه نداد. وی می‌گوید: «برای من از همان ابتدا مشارکت در مبارزه با بحران کووید ۱۹ و تلاش برای این که ویروس کرونا به این جا سرایت نکند، برایم خیلی اهمیت داشت و اکنون نیز آماده‌ام از تجربه و توان خود در مهار این بحران استفاده کنم.»



▲ موسن آتیمن یک پزشک عمومی است که از الجزایر به کبک آمده است.



▲ دیان ساره به عنوان پزشک عمومی در کشورش بورکینافاسو فارغ التحصیل شده و اکنون در جبهه مبارزه با کووید ۱۹ آماده خدمت به کبک است.

مونیک بورژه که در دانشگاه مک‌گیل تحصیل کرده است، می‌گوید چندین سال در برزیل به عنوان پزشک برای «جمعیت خواهران سنت-مارسلین» کار کرده است. بورژه می‌افزاید: «من در برزیل مدیر یک بیمارستان بزرگ در شرق ساؤ پائولو بودم و در همان سال‌ها در زمینه پیشگیری از بیماری‌ها به واسطه نقشی که در اجرای یک برنامه بهداشت خانوادگی ایفا کردم، تجربیات زیادی اندوخته‌ام.» بدون تردید تجربه و مهارت وی در مبارزه با بحران کووید ۱۹ موثر واقع خواهد شد.

طبق آمار و ارقامی که بهداشت عمومی مونترال منتشر کرده است تا کنون ۸۴ درصد از ۲۶۰۰ مورد مرگ و میر ناشی از بیماری کووید ۱۹ در مونترال در خانه‌های سالمندان اتفاق افتاده است. این رقم در اوایل آوریل کمتر از ۵۰ درصد بود.

نیروهای مسلح کانادا که در چارچوب طرح دولت فدرال به منظور کمک به مبارزه با کووید ۱۹ در خانه‌های سالمندان استان کبک مستقر شدند، گزارشی تکان‌دهنده و ناراحت‌کننده از مشاهدات خود در این مراکز منتشر کردند و از مشکلات و چالش‌های بزرگ و کمبودهای متعدد در زمینه پیشگیری از بیماری‌های عفونی در این مراکز خبر دادند.

همان‌گونه که میلن دروئن مدیر بهداشت عمومی مونترال اعلام کرده است اگر بخواهیم یک فرهنگ پیشگیری از بیماری‌های عفونی به ویژه در خانه‌های سالمندان ایجاد کنیم، به بازسان کارکنان بهداشت عمومی نیاز داریم که سال‌های سال برای ایجاد این فرهنگ تلاش کنند و شرایطی فراهم کنند که اماکن و مراکز آسیب‌پذیر در برابر بیماری‌های عفونی و همه‌گیر به ویژه خانه‌های سالمندان که در بحران فعلی کرونا آسیب‌های زیادی متحمل شدند، همواره آمادگی لازم برای مقابله با شوک‌های و بحران‌های بهداشتی را داشته باشند.

منبع: رادیو کانادا

<https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1706932/coronavirus-sante-publique-montreal-medecins-etranagers?fromApp=appInfolos&partageApp=appInfoiOS&acesVia=partage>

تقریباً ۱۷۰ مرکز اقامتی و خدمات درمانی سالمندان CHSLD و همچنین اقامتگاه غیردولتی سالمندان RPA در منطقه مونترال با شیوع ویروس کرونا مواجه شده‌اند. در عین حال چندین مرکز نگهداری و خانه سالمندان در منطقه هنوز از گزند ویروس کرونا در امان مانده‌اند و مدیران آنها خواستار آن هستند که برای جلوگیری از شیوع کووید ۱۹ در این مراکز تدابیر موثری به اجرا گذاشته شود.

موسن آتیمن نیز یکی دیگر از اعضای گردان پیشگیری کووید ۱۹ است. وی که یک پزشک عمومی الجزایری است یک سال پیش به استان کبک مهاجرت کرد.

آتیمن می‌گوید: «واقعاً از این که می‌دیدیم به عنوان پرسنل حرفه‌ای بخش بهداشت و درمان امکان مشارکت در مبارزه با کووید ۱۹ در کبک را نداریم، سرخورده بودیم.»

اما اداره بهداشت عمومی کبک فرصت شرکت در مبارزه جمعی با بحران کرونا را به ما داده است و اکنون از این که عضوی از گردان پیشگیری کرونا هستیم، حس خوبی داریم.» آتیمن از وجود مشکلات بزرگ و متعدد در مراکز کوچک نگهداری سالمندان استان آگاه است.

وی تصریح کرد: «وضعیت در خانه‌های بزرگ سالمندان استان خیلی وخیم نیست اما خانه‌ها و اقامتگاه‌های کوچک سالمندان با چالش‌های متعددی روبرو هستند که برای مرتفع کردن آنها باید به سرعت دست به کار شویم.»

BOULANGERIE AZER
PAINS ET PATISSERIES IRANIEN

نانوایی سنگکی آذر

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

STONE BAKED WHOLE WHEAT TRADITIONAL BREAD (SANGAK)

514-634-6363
1153 Rue Notre Dame Lachine, H8S 2C5, QC

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

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



INSTITUT SA

✓ کلاس‌های ما

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



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

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

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

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

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

زندگی جدید

حرفه جدید

فرصت‌های جدید

ELAN ACCOUNTING SERVICES INC.

انجام امور مالیاتی به صورت Online یا حضوری

با توجه به انتخاب شما

(514) 225 3500

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

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



Iraj Mohammadi
(514-625-6292)
CPA Candidate

Mojdeh Miri
(514-562-3493)
CPA Candidate



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

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



مشاوره ، طراحی ، اجرا
گرافیک هفته

0-100

به ما بسپارید
از
طراحی تا چاپ

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

۵۱۴-۷۸۷-۸۸۴۸
۴۳۷-۸۸۷-۸۴۰۱



NCB CONSTRUCTION

HOME INSPECTION

کارشناس و بازرس فنی ساختمان
سهیل گلپور

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



Website:ncbconstruction.ca

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

گروه خبر هفته

وضعیت و خیم خانه‌های سالمندان

تحقیقات انجمن حمایت از حقوق شهروندان آغاز شد



ماری رنفره، مدیر انجمن حمایت از شهروندان، از آغاز تحقیق درباره کمبودها و مشکلات خانه‌های سالمندان در دوره بحران کووید ۱۹ خبر داد

مدیر انجمن حمایت از شهروندان کبک روز سه‌شنبه ۲۶می اعلام کرد اوضاع اسفبار و غیرقابل قبولی که در هفته‌های اخیر در خانه‌های سالمندان مشاهده شده است، صرفاً ناشی از کمبود پرسنل درمانی نیست به همین علت برای مشخص شدن علل این مشکلات یک تحقیق گسترده انجام می‌شود.

به گزارش هفته، به‌نقل از پایگاه اینترنتی لودووار، ماری رنفره تأکید کرد مشکلات و معضلات در خانه‌های سالمندان بیشتر از آن است که بخواهیم آن‌ها را صرفاً به کمبود نیروی انسانی نسبت دهیم. حتی اگر پرسنل درمان نیز کافی بود، در سازماندهی خدمات و همچنین کنترل روند صدور گواهی خانه‌های سالمندان غیردولتی مشکلات زیادی وجود داشت.

رنفره تصریح کرد هدف از تحقیق عمیقی که انجمن حمایت از شهروندان در خانه‌های سالمندان آغاز کرده این است که نحوه واکنش دولت به بحران همه‌گیری کرونا در مراکز نگهداری سالمندان موشکافی شود و توصیه‌ها و راهکارهای مناسبی برای بهبود شرایط در این مراکز ارائه گردد. وی افزود هدف نهایی ما این است که اطمینان حاصل کنیم اگر بحران همه‌گیری جدیدی از راه رسید، خانه‌های سالمندان آمادگی لازم برای مقابله با آن را خواهند داشت.

ماری رنفره که از طرف مجمع ملی کبک به ریاست انجمن حمایت از شهروندان منصوب شده، برای انجام این گونه تحقیقات از اختیارات گسترده‌ای برخوردار است. هیئت تحقیق تحت سرپرستی وی می‌تواند بدون اعلام قبلی و به‌طور سرزده از خانه‌های سالمندان بازدید کند، افراد مختلف را برای ادای شهادت دعوت نماید و به همه اسناد و مدارکی که نیاز می‌بیند، دسترسی داشته باشد.

دولت استانی کبک پرونده‌های متقاضیان پناهندگی فعال در خانه‌های سالمندان را مورد بررسی خواهد کرد تا آن‌ها را نه به عنوان پناهجو بلکه به عنوان مهاجر بپذیرد.

به گزارش هفته، به‌نقل از رادیو کانادا، این خبری بود که فرانسوا لوگو روز دوشنبه ۲۵می در کنفرانس مطبوعاتی خود اعلام و تصریح کرد معیاری که بر اساس آن مشخص می‌شود آیا می‌توان متقاضیان پناهندگی را به عنوان پناهجو در کانادا پذیرفت این است که اطمینان حاصل شود امنیت جسمانی آن‌ها در کشور متبوعشان به خطر افتاده است.

فرانسوا لوگو افزود: «همیشه معیار همین بوده است اما من به‌طور ویژه از سیمون ژولن-بارت وزیر مهاجرت خواستم پرونده‌ها را یکی یکی بررسی و مشخص کند که آیا می‌توانیم آن‌ها را نه به عنوان پناهنده بلکه به عنوان مهاجر در کبک بپذیریم. شاید این کار راهی برای قردانی از آن‌ها باشد.»

لوگو که پنجشنبه گذشته امکان قانونی شدن وضعیت این افراد را منتفی دانسته بود، از تأیید این که آیا در این زمینه تغییر عقیده داده است، خودداری و تصریح کرد: «هن نمی‌خواهم این پیام را ارسال کنم که ما در آینده هر کسی را که در کبک کار پیدا کند، پذیرش خواهیم کرد.»

طبق اطلاعاتی که رادیو کانادا از دفتر نخست‌وزیری کبک کسب کرده، قرار است یک تدبیر استثنائی و صرفاً محدود به افرادی که به‌طور تمام وقت در خانه‌های سالمندان کار می‌کنند، به اجرا گذاشته شود. این تدبیر احتمالاً برای دست کم هزار متقاضی پناهندگی به اجرا گذاشته خواهد شد.



فرانسوا لوگو وزیر اول کبک در نظر دارد وضعیت متقاضیان پناهندگی را که در خط مقدم مبارزه با کووید ۱۹ در خانه‌های سالمندان کار می‌کنند، قانونی کند

اقامت دائم برای پناهندگان فعال در خانه‌های سالمندان کبک؟



نیوشا ریاحی
Niousha Riahi
رسمی دادگستری کبک

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

آدرس: در مرکز مونترال و نزدیک ایستگاه متروی مک گیل

514-953-3570 2001 Blvd. Robert Bourassa Suite 1700
Montréal (Québec) H3A 2A6

دفتر تهران 00982122019631
00989912535922 riahi@riahilegal.com riahilegal.com

دکتر الهام گرامی



مهارت و ابزاری برای سنجش درستی دیدگاه‌ها و داده‌ها

چرا «تفکر نقاد» را باید یاد گرفت و به فرزندان آموزش داد؟



”

نقاد بودن فقط در مورد دیگران نیست، بلکه شامل رفتارها و گفتارهای خودمان هم می‌شود.

یکی از مهم‌ترین وجوه تمایز انسان از دیگر موجودات، قدرت تفکر و خلاقیت او، دستکاری در ذهن و پدیده‌ها و کشف اندیشه‌های جدید است.

در دنیای پر از چالش امروز، داشتن مهارت تشخیص درست از غلط، رمز موفقیت در زندگی است. ذهن نقاد هر چیزی را به راحتی نمی‌پذیرد و یا رد نمی‌کند، بلکه ابتدا در مورد آن موضوع، سوال و استدلال می‌کند، سپس می‌پذیرد یا رد می‌کند. داشتن این نوع تفکر کمک می‌کند تا هنگام تصمیم‌گیری، مساله را از جوانب گوناگون بررسی و نقد کنیم. منحصر به فردترین توانایی انسان‌ها قدرت اندیشیدن است و می‌توان گفت تمامی پیشرفت آدمی از کشف آتش گرفته تا

تکنولوژی عصر جدید، محصول تفکر و نقدهای اوست.

تفکر نقادانه آن است که فرد به جستجو، تجزیه و تحلیل و ارزیابی اطلاعات بپردازد و در پی شواهد، دلایل و مدارک عینی و واقعی باشد و دیدگاه خود را بر اساس شواهد و مدارک عینی تغییر دهد.

تعریف تفکر نقادانه

این نوع تفکر، نوعی فرایند شناختی فعال، هدفمند و سازمان یافته است که شخص با استفاده از آن به بررسی افکار و عقاید خود و دیگران می‌پردازد و با ارزیابی تفسیر ماهرانه خود، به درک و فهم روشن تر و بهتری در مسائل دست می‌یابد.

در واقع این مهارت از فرد می‌خواهد که در مورد ابعاد زندگی خود و دیگران به صورت نقادانه فکر کند.

در این تفکر فرد اطلاعات، گفته‌ها و پیشنهادها را بررسی می‌کند و هیچ اندیشه، پیشنهاد یا نظری را بدون ارزیابی نه رد می‌کند و نه می‌پذیرد. در این شیوه تفکر، برای دفاع و حمایت از هر عقیده‌ای شواهد و مدارک واقعی ارائه می‌شود و برای پذیرش عقیده دیگران نیز مدارک و شواهد درخواست می‌شود.

آنچه در مورد مهارت تفکر نقاد می‌توان گفت آن است که نقاد بودن به اندازه تفکر ارزشمند است. لازمه تفکر نقادانه آن است که فرد به جستجو، تجزیه، تحلیل و ارزیابی اطلاعات بپردازد و در پی شواهد، دلایل و مدارک عینی و واقعی باشد و دیدگاه خود را بر اساس شواهد و مدارک عینی تغییر دهد، موقعیت و شرایط را به صورت مجموعه‌ای کلی در نظر بگیرد و بتواند واقعیت‌ها را از افکار، حدسیات، مفروضات و عقاید جدا کند.

برخلاف آنچه که ممکن است به نظر آید، توجه و یادگیری مهارت تفکر نقاد فقط یک بحث نظری نیست و کاملاً با

زندگی روزمره ارتباط دارد. یک فرد نقاد، همواره روحیه پرسش‌گری دارد و هنگامی که به او پیشنهاد می‌شود، نخستین سؤالاتی که به ذهنش خطور می‌کند این است که کی؟ چگونه؟ کجا؟ با چه کسی؟ چرا؟ چه مدت؟ دیدگاه اینگونه افراد نسبت به زندگی و مسائل، دقیق و گسترده است. هر چیزی را بدون تفکر نمی‌پذیرند و یا رد نمی‌کنند و در هر موضوعی جنبه‌های مثبت و منفی آن را در نظر می‌گیرند. همواره شنونده‌ای دقیق و گوینده‌ای متفکر و منطقی هستند. این موضوع را می‌دانند که حرف خودشان یا دیگران می‌تواند درست نباشد و از آنجا که همواره به عاقبت کار می‌اندیشند، معمولاً فریب وعده‌های دیگران را نمی‌خورند.

تفکر نقاد

انتقاد کردن، عیب جویی کردن یا ایراد گرفتن نیست، بلکه ارزیابی کردن، بررسی کردن، سنجیدن و مطالعه کردن است، یعنی هر صحبتی را بدون فکر قبول نکنیم، بلکه آن گفته را ارزیابی و بررسی کنیم که آیا درست است یا خیر؟ نقاد بودن فقط در مورد دیگران نیست، بلکه شامل رفتارها و گفتارهای خودمان هم می‌شود.

برای کسب مهارت نقادانه باید ابتدا درباره هر موضوع یا هر سؤالی، اطلاعات دقیقی را به دست بیاوریم. درباره مسائل و موضوعاتی که پیش می‌آیند، دچار احساسات و هیجانات کاذب نشویم و از قضاوت عجولانه درباره موضوعات بپرهیزیم. قبل از پاسخ گویی به مسائل فکر کرده و بعد تصمیم بگیریم. از عقاید و نظرات معقول خود دفاع کنیم و زود تسلیم دیگران نشده و تفکر مسئولانه را در خود و دیگران تشویق کنیم. همواره مطالعه زندگی نامه انسان‌های موفق را در برنامه نوجوانان و جوانان خود منظور کنیم تا الگوهای صحیح در معرض نگاه و قضاوت آنها قرار داشته باشد.

ضرورت و اهمیت مهارت تفکر نقاد

امروزه نوجوانان و جوانان در معرض اخبار و اطلاعات نامحدودی قرار دارند که از طریق رادیو، تلویزیون، سینما، ماهواره و... به آنان ارائه می‌شود. بخشی از این اطلاعات سالم و قسمتی دیگر از آن ناسالم و اشتباه است. بعضی از خانواده‌ها سعی می‌کنند با کنترل کردن نوجوانان و جوانان دستیابی آنها را به منابع اطلاعاتی محدود کنند. اگرچه نظارت بر رفتار فرزندان یکی از اصول مهم تربیتی است، اما در کنار آن لازم است نوجوانان و جوانان را به گونه‌ای تقویت کرد که خودشان قدرت و توانایی تشخیص اطلاعات سالم را از ناسالم داشته باشند و بدون بررسی و تحلیل، چیزی را قبول یا رد نکنند. این توانایی، مهارت تفکر نقاد نامیده می‌شود.

دلیل آنکه امروز به جای کنترل محض جوانان، پرورش قدرت تفکر نقاد توصیه می‌شود آن است که:

۱) هیچ کنترلی صد در صد نیست، بنابراین در مواردی که علی‌رغم ایجاد محدودیت زیاد، اخبار یا اطلاعات ناسالم در اختیار فرد گذاشته می‌شود، وی قدرت و توانایی ارزیابی آن را ندارد و زمانی که محدودیت‌ها بنا به دلایلی از میان برود، فرد در مقابل خطرات خلع سلاح می‌شود. برای مثال دانشجویی که خانواده‌ای سخت‌گیر دارد زمانی که در خوابگاه دور از خانواده، در معرض اطلاعات و سلیقه‌های مختلفی قرار می‌گیرد، به سبب نداشتن این مهارت، توان تجزیه و تحلیل آن‌ها را نخواهد داشت و مسائل و مشکلات عدیده‌ای برایش پیش خواهد آمد.

۲) در همه محیط‌ها احتمال آن وجود دارد که جوانان در معرض پیشنهادها و ناسالم قرار بگیرند: از طرف همکلاسی‌ها، افراد فامیل، افراد غریبه و نیز اخبار و اطلاعاتی که از طریق رسانه‌هایی مانند اینترنت داده می‌شود. پس بهتر است که جوانان قدرت تشخیص مطالب سالم از ناسالم



بدین ترتیب واقعیت، موضوعی است که صحت آن به شیوه‌های علمی ثابت شده. (۳) بررسی اعتبار یک موضوع با استفاده از پرسش: در این مرحله فرد نقاد با طرح پرسش‌هایی میزان اعتبار و پشتوانه عقلی- علمی موضوع مورد نظر را می‌سنجد و می‌پرسد «این موضوع تا چه اندازه دارای اعتبار است؟» اگر این کار به شکل دو نفره و گروهی و به صورت مباحثه انجام گیرد، بهتر است. (۴) دقت در نتیجه‌گیری: بسیاری از ما پس از جمع‌آوری اطلاعات ناقص و با یک برداشت سطحی از آن‌ها دست به نتیجه‌گیری‌های فوری می‌زنیم. در حالیکه این شیوه تأثیر بسیار منفی در رویکرد آینده ما دارد و معمولاً ما را دچار تصمیم‌گیری‌های غلط می‌کند. یکی از شروط داشتن یک تفکر نقاد، تعمق و دقت نظر در نتیجه‌گیری است. (۵) بررسی دقیق منابع اصلی افکار، عقاید و ارزیابی آن‌ها: یکی از راه‌های بررسی افکار و عقاید خود ما و دیگران این است که سوال کنیم چرا به آنها اعتقاد داریم و مرجع این گزاره در ذهن ما چیست و به عبارتی ریشه آن کدام است. بررسی دقیق منابع اصلی افکار و عقاید و نیز ارزیابی اعتبار آنها، یکی از مولفه‌های مهم تفکر نقاد است که به ما کمک می‌کند تا به جای رد یا پذیرش ساده نظرات دیگران، آن‌ها را بررسی کرده و سپس در موردشان تصمیم‌گیری کنیم. معمولاً افکار و عقاید ما از منابع زیر سرچشمه می‌گیرند: الف) مراجع قدرت نظیر والدین، آموزگاران، دوستان ب) کتب و جراید رسمی آموزشی و غیر آموزشی و انواع رسانه‌های غیر مکتوب (فیلم، تلویزیون، اینترنت و غیره) ج) شواهد حقیقی د) تجارب شخصی افراد

(۶) پذیرش اطلاعات صحیح: آخرین مرحله و ویژگی یک فرد دارای تفکر نقاد این است که فرد منتقد، اطلاعات صحیح را بپذیرد. در این مرحله و سایر مراحل بهتر است کار به صورت گروهی و با شیوه «بارش افکار» پیش برود. بارش افکار شیوه‌ای است که تعدادی از افراد موضوع مشترک مورد نظر را به بحث گذاشته و هر کسی هر چیزی در آن باره به نظرش می‌رسد، مطرح می‌کند. در نهایت، نظرات قابل طرح روی کاغذ می‌آید و گروه به جمع‌بندی نهایی و تفکر نقاد می‌پردازد.



آنچه در مورد مهارت تفکر نقاد می‌توان گفت آن است که نقاد بودن به اندازه تفکر ارزشمند است. لازمه تفکر نقادانه آن است که فرد به جستجو، تجزیه، تحلیل و ارزیابی اطلاعات بپردازد و در پی شواهد، دلایل و مدارک عینی و واقعی باشد.

را به دست آورند، نه آنکه توسط دیگران کنترل شوند. (۳) تفکر نقاد، فرد را از درون توانمند می‌سازد، به همین دلیل همیشه در مقابل وسوسه‌ها، پیشنهادهای ناسالم و خطرات ایمن می‌شود. (۴) تفکر نقاد یکی از اساسی‌ترین عواملی است که به پرورش هویت سالم فرد، کمک فراوانی می‌کند. روحیه مطالعه، بررسی، سنجش و ارزیابی به افراد به ویژه نوجوانان کمک می‌کند که مسیر زندگی خود را بر اساس آنچه که خود می‌خواهند تعیین کنند و در این راستا روش‌های متفاوت و مختلفی را بررسی و ارزیابی کرده و مسیر خود را تعیین کنند.

کاربردهای مهارت تفکر نقادانه

(۱) مهارت تفکر نقاد کمک می‌کند تا اطلاعات اساسی را برای یک تصمیم‌گیری صحیح جمع‌آوری کنیم. (۲) مهارت تفکر نقاد این قدرت را می‌دهد که بتوانیم از میان اطلاعات و پیشنهادهای فراوانی که به می‌شود، پیشنهادهای سالم را از پیشنهادهای ناسالم تشخیص دهیم. (۳) مهارت تفکر نقاد کمک می‌کند تا واقعیت‌ها را دریافته و خود را محدود به حدس و گمان نکنیم. (۴) مهارت نقادانه به ما قدرت می‌دهد تا اعمال و رفتارهایمان را پیش‌بینی کنیم. (۵) مهارت تفکر نقاد از آسیب‌های روانی، اجتماعی مانند بزهکاری، بی بند وباری، اعتیاد، فرار از منزل و مدرسه، خشونت، بی‌توجهی به قوانین و مقررات، مشکلات قضایی و... پیشگیری می‌کند. (۶) تفکر نقاد باعث انعطاف‌پذیری ذهن شده و مانع از تحجر ذهن و یاددیده تونلی می‌شود. (۷) تفکر نقاد مانع می‌شود فرد در مقابل مشکلات و بحران‌ها دچار ناامیدی، درماندگی و استیصال شده بلکه به فرد احساس تسلط می‌دهد و به او کمک می‌کند تا با مشکلات به چالش بپردازد. منظور از چالش یعنی مبارزه کردن و دست و پنجه نرم کردن با مسائل.

اصول تفکر نقادانه

(۱) به آنچه گفته می‌شود یا آن چه که از شما درخواست می‌شود خوب توجه کنید. (۲) در مورد آنچه که برای شما مشخص نیست، بپرسید. (۳) افکار، عقاید، احتمالات، اهداف، مفروضات، حقایق، تفسیر و فرضیه‌های دیگران را نیز در نظر بگیرید. (۴) در جستجوی دلایل، مدارک و شواهدی باشید که تأییدکننده یا تکذیب‌کننده افکار، عقاید و احتمالات باشد. (۵) ارزیابی کنید. (۶) سعی کنید انعطاف‌پذیر باشید. (۷) از تفکر «اگر... آن‌گاه» استفاده کنید.

ویژگی‌های تفکر نقاد:

(۱) تفکر فعال: این ویژگی اولین مرحله تفکر نقاد است که در آن فرد به تدوین اطلاعات و تکمیل معلومات خویش در موضوع و مسئله مطرح شده می‌پردازد و با خود می‌گوید: لازم است که اطلاعات خود را در این رابطه فعال کنم و نباید بدون تفکر نقاد این موضوع را بپذیرم. (۲) تفکیک واقعیت‌ها از غیرواقعیت‌ها و دیدگاه‌ها: تفکیک این سه مقوله، گام بعدی در تحقق یک تفکر نقاد است.

برنامه‌های حمایتی دولت استانی و شهری ها برای کارآفرینان و بیزنس‌ها

نیوشا ریاحی

وکیل دادگستری کبک



بودن، باید تمام شرایط زیر را رعایت کنید: محصولات یا خدمات را به مشتریان ارائه دهید، شرکتی باشید که از نظر قانونی در کبک (یا در کانادا) فعال و ثبت شده است و یک دفتر اصلی تجارت در جزیره مونترال داشته باشید. پشتیبانی ارائه شده توسط کارشناسان شورای خرده فروشی کبک، مضامین مختلفی از جمله انتخاب یک بستر تجارت الکترونیکی، بازاریابی دیجیتال، بهینه‌سازی سایت معامله‌ای، تبلیغات و ارجاع ارگانیک و پرداخت الکترونیکی را شامل می‌شود.

خدمات حمل و نقل شهری که به صاحبان بیزنس: این ابتکار به مشاغل محلی مستقر در محدوده‌های مشخص شده اجازه می‌دهد تا محصولات خود را به مشتری تحویل دهند حتی اگر وب سایت یا سیستم تحویل (delivery) ندارند. اگر یک وب سایت معاملاتی ندارید، SDC در قلمرو شما می‌تواند به شما کمک کند به سرعت و با پرداخت کارت اعتباری و بی پال بتوانید یک سامانه سفارش گرفتن از طریق تلفن یا ایمیل را تنظیم کنید. برای هر سفارش تحویل به مشتری، درخواست تحویل را بر روی بستر ایمن انجام می‌دهید. فروشنده‌گان دوجرخه بسته به حجم روز ۱ تا ۵ بار سفارش می‌گیرند و آنها را مستقیماً به منازل مشتری تحویل می‌دهند.

سایر منابع فدرال و ارگانیک‌های واسطه

در نهایت وبسایت دولت فدرال منابع متنوعی برای حمایت کارآفرینان خانم، جوانان و همچنین در زمینه تکنولوژی و تولید در اختیار گذشته است که مراجعه به آن برای بیزنس‌های استارت آپ خارج از لطف نیست.

<https://www.canada.ca/en/department-finance/economic-response-plan.html>

امیدواریم مطالب این مقاله و مقاله پیشین منابع خوبی را برای احداث یا رونق بیزنس خود در شرایط بحران ناشی از کرونا در اختیار شما قرار داده باشد. برای اطلاعات بیشتر برای پروگرام‌های حمایتی مناسب با بیزنس شما توصیه می‌شود از وکیل، حسابدار و یا مشاور مالی خود بهره‌مند شوید.

توجه: متن فوق اطلاعات عمومی در خصوص موضوع مقاله است و در صورت بروز مشکل حقوقی، خواننده می‌بایست از وکیل خود، مشاوره حقوقی دریافت نماید. نگارنده مقاله و مجله «هفته» هیچ مسئولیتی در مورد ابعاد حقوقی این متن نخواهند داشت.

برای اطلاعات بیشتر یا برقراری ارتباط می‌توانید به وبسایت دفتر حقوقی Riah Legal مراجعه و سوالات خویش را از وکیل دادگستری کبک، خانم نیوشا ریاحی پرسید. www.riahlegal.com

ضمانت وام یا وام از شرکت Investissement Québec حداقل بودجه ۵۰.۰۰۰ دلار ارائه می‌شود. برای اقدام و اطلاعات بیشتر به سایت Investissement Québec مراجعه فرمایید و البته برای این پروگرام هر تقاضا جداگانه (به صورت موردی) مورد بررسی قرار می‌گیرد.

کمک‌های اضطراری به شرکتهای کوچک و متوسط دولت کبک

Aide d'urgence aux petites et moyennes entreprises du gouvernement du Québec

این پروگرام از لحاظ شرایط لازم برای اقدام و فعالیت‌های مجاز بسیار شبیه پروگرام بالا است. این کمک اضطراری به مشاغل کوچک و متوسط به صورت وام حداکثر ۵۰ هزار دلار و با نرخ سود ۳ درصد اهدا می‌شود. این پروگرام با همکاری شهرداری مونترال برای صاحبان بیزنس مونترال ارتقاء پیدا کرده است.

یک معافیت مهلت قانونی ۶ ماهه برای بازپرداخت اصل و بهره به طور خودکار برای کلیه قراردادهای وام اعمال می‌شود. معافیت مهلت قانونی اضافی تا ۱۲ ماه برای بازپرداخت سرمایه نیز ممکن است اعطا شود. مانده وام و سود در استهلاك ۳۶ بازپرداخت می‌شود.

شرایط مالی شرکت باید کمبود نقدینگی ناشی از بحران کرونا را در یکی از شرایط زیر ثابت کند:

عدم امکان یا کاهش قابل توجه ظرفیت تحویل محصولات (کالاها یا خدمات) ناشی از بحران کرونا یا مشکل عرضه مواد اولیه یا محصولات (کالاها یا خدمات) ناشی از بحران کرونا. برای اقدام برای این پروگرام متقاضیان می‌بایست به سایت PME MTL مراجعه کنند.

اقدامات هماهنگ شده برای برنامه حفظ مشاغل

Programme actions concertées pour le maintien en emploi (PACME-COVID-19)

برنامه‌های هماهنگ برای حفظ مشاغل در تاریخ ۶ آوریل ۲۰۲۰ راه اندازی شد و هدف از آن ارائه پشتیبانی مستقیم از مشاغل با کاهش فعالیت‌های معمول خود به دلیل اثرات بیماری همه‌گیر COVID-19 از جمله خود اشتغالی است.

هدف این برنامه حمایت مالی مستقیم برای ارتقاء آموزش (training) و اجرای شیوه‌های خوب در مدیریت منابع انسانی و بهینه‌سازی عملکرد مشاغل و بازار کار است.

شهرداری مونترال

با مراجعه به سایت شهرداری مونترال، صاحبان بیزنس می‌توانند اطلاعات مناسبی از تمام برنامه‌های حمایتی موجود کسب کنند. همچنین معرفی دو پروگرام شهرداری مونترال خارج از لطف نیست:

برنامه کمک تغییر دیجیتال برای صاحبان بیزنس. این برنامه به شما امکان می‌دهد خدمات شغلی مشاوره‌ای را برای تسریع در تغییر دیجیتال دریافت کنید برای واجد شرایط



مشکلات اقتصادی ناشی از شیوع ویروس کرونا کارآفرینان و صاحبان بیزنس را در برابر سوالات بسیاری قرار داده است. برخی از این سوال‌ها درباره برنامه‌های حمایتی دولت فدرال و دولت استانی است.

در بخش اول این مقاله (در هفته شماره ۵۸۴) برخی از برنامه‌های حمایتی دولت فدرال را مرور کردیم. البته خبر خوب این که: تقریباً دو هفته پیش نخست‌وزیر کانادا اعلام کرد که محدودیت‌های واجد شرایط وام اضطراری بدون بهره بیزنس‌ها را کمتر می‌کند تا کسانی که بیزنس‌های خانوادگی دارند یا تنها صاحب بیزنس کوچک هستند نیز بتوانند از این پروگرام بهره ببرند. جزئیات این تغییرات در آینده نزدیک توسط دولت اعلام می‌شود.

برنامه یارانه دستمزد اضطراری کانادا تا الان محبوبیت چندانی برای کارفرمایان نداشته است و احتمال انعطاف‌پذیری شرایط آن نیز وجود دارد تا بتواند کارفرمایان بیشتری را جذب کند. در این مقاله به پروگرام‌های استان کبک، شهرداری مونترال و سایر انجمن‌ها خواهیم پرداخت.

برنامه عملیاتی متعهد موقت برای شرکت‌ها در استان کبک

PROGRAMME D'ACTION CONCERTÉE TEMPORAIRE POUR LES ENTREPRISES (PACTE)

تمامی مشاغل موجود در کبک، از جمله تعاونی‌ها و سایر شرکت‌های اقتصاد اجتماعی با فعالیتهای تجاری می‌توانند در این پروگرام استان کبک شرکت کنند. تقریباً تمامی مشاغل مجاز اقدام هستند به جز موارد خاص فعالیت در زمینه‌های سلاح، بازی‌های شانس و قمار، درآمد اصلی ناشی از الکل، تنباکو و مواد مخدر، فعالیتهایی که هدف اصلی آن توسط منشور حقوق کانادا محافظت می‌شود، فعالیت‌های حمایت از دین، سیاست، حمایت از حقوق بشر، و غیره و هر فعالیت دیگری که ممکن است اخلاق عمومی را خدشه‌دار کند. بیزنس مورد نظر باید ثابت کند که مشکلات اقتصادی آن موقتی و ناشی از بحران کرونا است. همچنین آنها باید نشان دهند که ساختار مالی آنها چشم‌اندازی واقع‌بینانه برای سودآوری در آینده ارائه می‌دهد. در زمان اقدام، آن بیزنس نمی‌تواند تحت حمایت قانون تنظیم طلبکاران شرکت‌ها یا ورشکستگی باشد.



نیوشا ریاحی
Niousha Riahi
وکیل رسمی دادگستری کبک

Riahi Legal

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

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

514-953-3570
00982122019431 دفتر تهران
00989912535922
riahi@riahilegal.com riahilegal.com

امیر ندیمی
مشاور بیمه
Damage Insurance Broker

امیر ندیمی به عنوان مشاور مستقل در امور

- بیمه تجاری
- بیمه منزل
- بیمه اتومبیل

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



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

514 - 600 - 2338
www.AmirNadimi.com
Assurances Nadimi
1955 Ch. de la Côte-de-Liesse,
suite 201
Saint-Laurent, QC, H4N 3A8



MONT CRYPTO

خرید و فروش ارزهای دیجیتال
انجام حواله بین ایران و کانادا

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

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

Telegram: Mont_Crypto_Support
+1 438 808 1977
Telegram Channel: @Mont_Crypto
Instagram: Mont_Crypto

Ben Reno
تعمیرات و نوسازی ساختمان
مسکونی و تجاری



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

RBQ License & Carpentry License

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

هفت خوان رستم از دیدگاهی دیگر

مهران راد



بیامد پر از آب رودابه روی
همی زار بگریست دستان بروی
به پدرود کردنش رفتند پیش
که دانست کهش بازبیند بیش؟

تردید سوم نه از رونده و نه از مسیر که از مرد بینا برمی خیزد!
تردید حکیمانه که آیا جهان اصلاً به چنین سفرهایی و
چنین مفارقت‌هایی می‌آرد؟ فردوسی زمانی بس
کوتاه (به قدر دو بیت) از داستان خارج می‌شود و می‌گوید:

زمانه برین سان همی بگذرد
پیش مرد بینا همی بشمرد

زمانه می‌گذرد و حکیم صدای قدم‌های او را می‌شنود و با
خود شماره می‌کند! با خود می‌گوید:

همان روز کان بر تو بر برگذشت
تنت از بد گیتی آزاد گشت

«آزادی از بد گیتی» در گرو روزی ست که می‌گذرد. این
حال حاضر است که می‌تواند خوب یا بد باشد. چنین فرض

حکیمانه‌ای که مبتنی بر اغتنام فرصت

است در آغاز یک داستان هول‌انگیز چه معنایی جز «تردید»
از نوع سوم» دارد؟ پس از «تردید» باید از «غفلت» عبور
کرد؛

ماجرای خوان نخست با خفتن رستم - بعد از خوردن گور -
در مکانی ناامن شکل می‌گیرد:

یکی نیستان بستر خواب ساخت

در بیم را جای ایمن شناخت

در آن نیستان پیشه شیر بود

که پیلی نیارستی آن نی پسود

رخش البته بیدار بود؛

دو دست اندر آورد و زد بر سرش

همان تیزدندان به پشت اندرش

درس بزرگی که در خوان نخست می‌گیریم اهمیت بیداری
به معنای واقعی کلمه است. گذشتن از تردید خطر غفلت را
افزایش می‌دهد. گاهی اطمینان حالتی در فرد ایجاد می‌کند
که کفه «بیداری» سبک می‌شود. رهرو باید بیدار بماند و
بیدار بخواهد و بیدار بمیرد!

نقطه عطف (خوان چهارم):

آنچه در خوان چهارم می‌بینیم به شکل عجیبی عیناً در

تحلیلی بیشتری برخوردارند. اگر بخواهیم این روند را به
یک تابع ریاضی تشبیه کنیم خطی را می‌بینیم که از یک
مینیمم و یک ماکزیمم و یک نقطه عطف عبور می‌کند و
فاصله نقطه عطف از نقطه دیگر مساوی ست. پیش از
تحلیل این سه مرحله اهمیت تنها بودن رستم در سفر
هفت‌خوان را نمی‌توان نادیده گرفت. اگر رستم در این
ماجرا مثل اسفندیار سپاهی در اختیار داشت گذشتن از
مراحل ممکن بود به «مدیریت، رهبری و آرمان‌گرایی»
معطوف شود و نقش «تعالی فردی و بالیدن آگاهی» نسبت
به «سازمان‌دهی و رسالت اجتماعی» کم‌رنگ شود. در
این صورت در یک‌فاصله هزارساله از تبدیل و تبدل‌های
اجتماعی تاریخ‌مصرف پیدا کند و زمانی حیاتی و زمان دیگر
بیهوده تلقی گردد، اما آنچه بر رستم در این سفر دهشتناک
گذشت همیشه و همه‌جا می‌تواند برای خوانندگان تجربه
او مثل خوابی تأثیرگذار باشد که آن را برای همه تعریف
می‌کنند. اکنون ببینیم خوان یکم، چهارم و هفتم به ما
چه می‌گویند.

نقطه مینیمم (خوان یکم):

آغاز هر کاری با سه نوع تردید همراه است. نخست تردید در
اصل آن کار که آیا کار درستی ست یا نه:

چنین گفت رستم به فرخ پدر

که من بسته دارم به فرمان کمر

ولیکن به دوزخ چمیدن به پای

بزرگان پیشین ندیدند رای

هنوز از تن خویش نابوده سیر

نیاید کسی پیش درنده شیر (۲)

نقطه مقابل چنین تردیدی در آغاز یک مسیر پرمخاطره
«احساس رسالت کردن» است، این فکر که انگار گردش
چرخ ما را برای چنین روزگاری ذخیره کرده است:

همانا که از بهر «این روزگار»

ترا پرورانید پروردگار

باین‌حال هنوز تصمیم‌گیری سخت است و آدم راه درست
را نمی‌داند. تردید نوع دوم در انتخاب مسیر است:

چنین گفت رستم به پاسخ که راه

درازست، من چون شوم بی سپاه

ازین پادشاهی بدان - گفت - زال

دو راه ست هر دو به رنج و وبال

تو کوتاه بگزین شگفتی ببین

که یار تو باشد جهان آفرین

بالاخره رونده بر این دو تردید غلبه می‌کند و رنج صحنه‌های
خداحافظی را پشت سر می‌گذارد:

مشهورترین هفت‌خوان در شاهنامه و حافظه فرهنگی
ایرانیان مربوط به شرح گذشتن رستم از هفت مرحله برای
نجات شاه و ایرانیان اسیر در سرزمینی با جغرافیا و ساکنانی
ناشناخته و عجیب است. رستم در این سفر تنهاست، تکیه
اصلی او بر رخس است که غیر از کشیدن بار گران رستم
دوبار جان او را از مرگ نجات می‌دهد، همچنین از نیمه
راه راهنمایی پیدا می‌کند به نام «ولاد» که شاید اگر
نبود رستم آن‌همه مسیرهای پرمخاطره را به سر می‌برد.
باین‌حال رستم تا لحظه آخر اطمینان صددرصد به اولاد
ندارد و هر بار پیش از هر نبردی او را بر درختی می‌بندد
و پس از پیروزی می‌گشاید. به همین دلایل تأکید بر تنها
بودن رستم نکته درستی ست که این هفت‌خوان را در
مقابل هفت‌خوان اسفندیار ممتاز می‌کند. پیش از ورود به
این بحث لازم است این هفت‌خوان را بار دیگر مرور کنیم:
(۱) خفتن در پیشه شیر (۲) نجات از تشنگی (۳) کشتن اژدها
(۴) رهایی از دست زن جادو (۵) جنگ با «ولاد» و اسیر
گرفتن او (۶) چیرگی بر ارژنگ دیو (۷) جنگ با دیو سپید
و به دست آوردن جگر او برای مداوای کی کاووس. این
هفت‌خوان برای رستم تجربه‌هایی بس گران‌قیمت‌اند که
مرحله‌به‌مرحله از آن می‌توان به‌مثابه هفت مرحله «آگاهی»
یاد کرد:

خوان نخست: آگاهی به «غفلت» و خطری که از بیخ گوش
آدمی می‌گذرد.

خوان دوم: آگاهی به این‌که اگر «استقامت» کنیم نشانه
رهایی رخ خواهد نمود.

خوان سوم: آگاهی به لزوم «حساس بودن» به پیامی که از
دوست می‌رسد.

خوان چهارم: آگاهی به این‌که باید از «منیت» خود بر خیزیم
و تمناهای خود را سرکوب کنیم.

خوان پنجم: آگاهی به این‌که باید به‌شرط احتیاط به دیگران
«اعتماد» کنیم.

خوان ششم: آگاهی به این‌که باید به «بزرگی» خود در
مواجهه با موجودات عجیب و ترسناک باور داشته باشیم.

به این وسیله رستم برای خوان هفتم آماده می‌شود. در
اینجا دوباره از هفت کوه می‌گذرد که رمز مرور همه این
خوان‌هاست و در خوان هفتم به جنگ دیو سپید می‌رود.

رستم که کاملاً برای این نبرد آماده است. چشم‌هایش
لحظه‌ای در حجاب ظلمت مسحور می‌ماند ولی به‌زودی

قادر به دیدن می‌شود و دیو را به‌زانو درمی‌آورد و جگر او را
که شفای بینایی ست از گردگانش بیرون می‌کشد.

این مرحله با توجه به تمرکز بر «بینایی» مصداق حد‌اعلای
آگاهی ست خوان‌های رستم مبتنی بر نوعی نگاه سه‌گانه

و البته بدیهی‌اند، چه هر ماجرای خواه‌ناخواه از سه مرحله
«آغاز، انجام و میانه» می‌گذرد.

به همین دلیل باید عدد خوان‌ها فرد باشد و باز به همین
دلیل خوان نخست، خوان چهارم و خوان هفتم از اهمیت



چو دیده بمالید و مزگان بشت
وزان چاه تاریک لغتی بجست
به تاریکی اندر یکی کوه دید
سراسر شده چاه از و ناپدید

اولاد پیش‌ازین به او گفته بود که دیو با نور نسبتی ندارد:

بدو گفت اولاد: چون آفتاب
شود گرم، دیو اندر آید بخواب
نکرد ایچ رستم به رفتن شتاب
بدان تا بر آمد بلند آفتاب

گفتار آخر:

چشم پوشیدن بر شباهت این داستان با «هفت درجه تشریف در آیین مهر» و هفت وادی سلوک در آیین تصوف» و «هفت‌خوان اسفندیار در شاهنامه» امکان‌پذیر نیست اما آنچه هفت‌خوان رستم را متمایز می‌کند ساختار تطبیق‌پذیر آن بر تجربه‌های فردی هرکسی است که تغییر و خطری بزرگ را در زندگی تجربه کرده است. تجربه مهاجرت، تغییر دین، مبارزه سیاسی، زندان، عشق ممنوع و هر تجربه سخت و تأثیرگذاری کمابیش از چنین هفت‌خوانی می‌گذرد. تجربه رستم نمایشی عمیقاً انسانی از روزگار کهن است که الگوی خودش را بر ما تحمیل کرده است.

پانویسها:

۱. استاد خالقی مطلق املای «خانه را ترجیح داده‌اند و احتمال انتخاب همین املا توسط شخص فردوسی را متذکر شده‌اند.
۲. اگر این دو بیت اخیر حدیث رستم درباره خودش باشد که آثار تردید در آن واضح است، اما اگر برای کاووس باشد (یعنی بگوید: کاووس که هنوز از «تن خود نابوده سیر» بود نباید به این راه مرفت)، باز هم می‌تواند مبین تردید و تزلزل باشد.
۳. شاید این پنج بیت نخستین غزل مثنوی‌ای باشد که ما در ادب فارسی داریم. بعدها در دیوان شمس تبریزی نمونه‌های درخشانی خواهیم دید.

بر رستم آمد پر از رنگ و بوی
بپرسید و بنشست نزدیک اوی

تشخیص راه از چاه در چنین موقعیتی بسیار دشوار است. تمناهای آدمی با ریسمانی از ابریشم به او بسته شده‌اند. فرد با تمنا به دنیا می‌آید و بزرگ می‌شود. «کندن از تعلق» مثل اهدای عضو با جراحی و احتمال پشیمانی همراه است.

آنچه به رهرو کمک می‌کند آرمان است، راندن نام «مهر» بر زبان رستم سحر جادو را باطل می‌کند:

یکی طاس می بر کفش بر نهاد
ز دادار نیکی دهش کرد یاد
چو آواز داد از خداوند مهر
دگر گونه تر گشت جادو به چهر

نقطه‌ماکزیم:

«رهایی رستم از خویش» او را آماده اعتماد به دیگران می‌کند، شگفتا که نام این دیگری در داستان هفت‌خوان «اولاد» است. اگرچه این نام احتمالاً بر وزن «پولاد» و اولاد عربی بر وزن «سوداء» و از نظر معنی و ریشه از یکدیگر جدا هستند اما کلمه اولاد به معنای فرزند در زمان فردوسی به‌ویژه نزد شیعیان بکار می‌رفته و هیچ بعید نیست که در این داستان رشته‌های نامرئی تداعی بین این دو برقرار بوده است. هرچه هست رستم به اولاد اعتماد می‌کند و به یاری او از عجیب‌ترین سرزمین‌ها می‌گذرد. جایی که مردمانی با گوش‌های برآمده، سرهایی مثل سگ و پاهایی همچون اختاپوس دارند. رستم دیگر آن‌قدر نیرومند شده که هیچ کوه و دره‌ای مانعش نمی‌شود و هیچ هیولایی در دلش ذره‌ای ترس ایجاد نمی‌کند. صدای شیبه اسبش شکوه طلوع خورشید را دارد و از فاصله دور دل شاه اسیر را به رهایی گرم می‌کند.

کی کاووس کور شده است و قادر به دیدن نیست، چاره این نابینایی دست یافتن به جگر سالار دیوان مازندران است. خوان هفتم رستم گذشتن از هفت کوه و دست یافتن به جگر این هیولاست:

گذر کرد باید بر این هفت کوه
از دیوان به هر جای بینی گروه
یکی غار پیش آیدت هول ناک
چنان چون شنیدم تلی بی مفاک

بینایی که از ابتدای این داستان نماد آگاهی بود اکنون نقطه‌نهایی مسی‌رست، وقتی که رستم خود را در غار دیو سپید می‌افکند خود نیز لحظه‌ای نابینا می‌شود:

زمانی همی بود در چنگ تیغ
نبد جای دیدار و جای گریغ

خوان چهارم اسفندیار هم تکرار شده است، غریبه جادو خود را به شکل یک زن زیبا درمی‌آورد تا قهرمان را بفریبد. باید توجه داشت که رستم تا این لحظه از سه مرحله پرمخاطره گذشته، خسته و ناآشناست. هنوز کسی را نیافته که از او مسیری را بپرسد و چیزی یاد بگیرد. ناآشنایی ورطه خطرناکی ست انسان را از طبیعت خود دور می‌کند و غم غریب را بر سر آدمی فرو می‌ریزند. «ناآشنایی» یعنی «بریدن از خود» و «نگاه کردن در آینه‌ای که خود را در آن همچون خار سرگردانی در بیابان می‌بینیم»، «من اون سرگشته خرام در بیابان / که هر بادی وزه پیشش دوونم». تنهایی باعث می‌شود ما بیندازیم که کسی بوده‌ایم، شخصیتی داریم، دیگران به ما شیفته بوده‌اند. رستم اکنون در چنین موقعیتی قرار دارد، ناگهان زیر درختی و در کنار چشمه‌ای غذایی می‌بیند که باسلیقه نهاده و برای خوردن آماده شده است. جام شرابی آنجاست و طنابوری که رستم را به سوی خود می‌کشد:

ابا می یکی نغز طنبور بود
بیابان چنان خانه سور بود
تهمتن مران را به بر برگرفت
بزد رود و آن گه ره اندر گرفت

«راهی می‌زد که آهی بر ساز آن توان زد» و غزلی می‌خواند که در میان یک شاهنامه ناچار ساختار مثنوی به خود می‌گرفت (۳):

که آواره و بدنشان رستم است
که از روز شادیش بهره کم است
همه‌جای جنگ است میدان اوی
بیابان و کوه است بستان اوی
همه رزم با شیر و با اژدها
ز دیو و بیابان نیابد رها
می و جام و بویا گل و میگسار
نکردست بخشش را کردگار
همیشه به جنگ نهنگ اندرست
و گر با پلنگان به جنگ اندرست

برای یک «مرد» چنین حس ناگزیر با وجود یک زن معنی پیدا می‌کند. زن است که مرد از بطن او زاده شده و از پستان او شیر مکیده و در آغوش او آرام گرفته است. در چنین حالی از تنهایی و «تیز به درد دل» همه‌چیز برای پیداشدن یک زن جادوگر فراهم است. برای کندن و وارستگی از تمنا، رهایی از زن جادوگر رمزی ست که ذهن را به گذشتن از تعلق راهنمایی می‌کند. ناچار صدای آوازخوانی رستم به گوش زن جادو می‌رسد:

به گوش زن جادو آمد سرود
همان چامه رستم و زخم رود
بیاراست خود را به سان بهار
و گر چند زیبا نبودش نگار



مینو اسلامی

مشاور املاک در مونترال بزرگ مسکونی و تجاری

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



Minoo Eslami Real estate broker
meslami@sutton.com

514 967 5743



دکتر فائقه ابراهیمی، پزشک عمومی
دکتر علی اصغر ابراهیمی، فوق تخصص روماتولوژی



بیماری خودایمنی لوپوس و ارتباط آن با استرس

این مقاله هدف ما فقط پرداختن به لوپوس اریتماتوز سیستمیک (SLE) است. لوپوس در اصل یک کلمه یونانی است که در لاتین به معنای گرگ است. زیرا که در زمان‌های بسیار قدیم وقتی زخم‌های صورت بیمار لوپوسی را می‌دیدند آن را به زخم‌های درندگی گرگ تشبیه می‌نمودند. البته با دیدگاه امروزی نیز می‌توان لوپوس را با توجه به پیچیدگی سیر بیماری و تعدد مشکلات برای بیماران مبتلا، همچون گرگ درنده‌ای دانست که در صورت عدم تشخیص به موقع و درمان لازم و کافی می‌تواند قربانی خود (بیمار) را از پای دریاورد. لوپوس یک بیماری خودایمنی است که در آن سیستم ایمنی بدن به بافت‌ها و ارگان‌های مختلف بدن حمله می‌کند. التهاب ناشی از لوپوس می‌تواند سیستم‌های مختلف بدن از جمله-مفاصل، پوست، کلیه‌ها، سلول‌های خونی، مغز، قلب و ریه‌ها را درگیر نماید.

برخی صاحب‌نظران، این بیماری را به Hydra تشبیه کرده‌اند. در زبان یونان قدیم Hydra به اژدهائی گفته می‌شد که معتقد بودند ۹ سر دارد که با بریدن یک سر، دو سر جدید می‌روید. از این جهت که لوپوس می‌تواند علائم بالینی بسیار زیادی داشته باشد و گاهی نیز چنین است که با بهبود یک علامت، پس از مدتی (به دلایلی از جمله استرس) ارگان‌های دیگر بدن درگیر می‌شود که در این حالت گفته می‌شود لوپوس شعله‌ور (Flare Up) شده است. پروفیسور Graham Hughes (پزشک روماتولوژیست و محقق صاحب نظر انگلیسی) سال‌ها پیش به بیماری لوپوس لقب دیابت (مرض قند) جدید داده است چرا که مشابه دیابت و یا حتی بدتر از آن می‌تواند فرد مبتلا را در صورت عدم کنترل بیماری با مشکلات جدید و متعددی روبرو سازد.

هر چند که گفته می‌شود لوپوس نمونه بارز یک بیماری مولتی سیستم (درگیری چندین سیستم بدن با همدیگر) است اما باید توجه داشته باشیم که در اغلب بیماران، انبوه علائم بالینی خوشبختانه بطور همزمان ایجاد نمی‌شود بلکه با گذشت

- آیا می‌دانید لوپوس چیست؟ و یا چگونه بیماری است؟
- کلمه لوپوس به چه معناست؟
- چه کسانی مستعد این بیماری هستند؟ و یا این بیماری در چه کسانی شایعتر است؟
- نقش استرس در لوپوس چیست؟ آیا این دو رابطه دو طرفه دارند؟
- سرانجام آیا لوپوس واقعا قابل درمان است؟

طی این مقاله سعی داریم به جواب سوالات فوق بپردازیم و شما را در وهله اول با کلیات این بیماری آشنا سازیم و سپس در قدم بعدی به تشریح نقش استرس بر سیر بالینی بیماری لوپوس بپردازیم و رابطه این دو را به عنوان علت یا معلول بطور روشن بیان کنیم.

لوپوس یک بیماری خود ایمنی-التهابی پیچیده است که ارگان‌های مختلف بدن را با طیف وسیعی از علائم درگیر می‌کند بگونه‌ای که از آن به عنوان «بیماری هزار چهره» (Multiface) یاد می‌شود. لوپوس انواع مختلفی دارد ولی در

صرافی الیت فارکس

انتقال ارز
با مدیریت یحیی هاشمی پور

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

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

1449 St.Catherine W. Guy, Montreal QC. H3G 1S6
E-mail:GIT110@yahoo.ca

514 989 2229 | 514 289 9003
Guy Toll Free: +1 866 989 2229

اختلال خلق و رفتار، استرس، اضطراب و افسردگی در بیماری لوپوس می‌تواند ناشی از خود بیماری یا به دلیل مزمن و طولانی شدن سیر بیماری و یا حتی به خاطر اختلالات ظاهری باشد. مطالعات انجام گرفته در چهار کشور کانادا، انگلستان، آمریکا و فنلاند، طیف وسیعی (بین ۳۷ تا ۹۵٪) از این علائم عصبی-روانی را در بیماران لوپوسی نشان داد.

حال سوال این است که نقش خود «استرس» و ارتباطش با بیماری «لوپوس» چگونه است؟ استرس ممکن است در آغاز لوپوس نقش «شروع کننده» داشته باشد و این موضوع مهم توسط برخی از تحقیقات و تجربیات مکرر پزشکان متخصص باتجربه و خود بیماران تایید شده است که در اغلب موارد قبل از شروع علائم لوپوس (یا حتی در موارد تشدید آن پس از تشخیص) یک اتفاق استرس‌آمیز مهم در زندگی خود بیمار یا نزدیکانش وجود داشته است.

هر کدام از این علائم می‌تواند سرخ دراز لوپوس باشد. گاهی اولین علامت این بیماری یک حملهٔ افسردگی (به ظاهر بی دلیل) است و گاهی نیز برای اولین بار خودش را با یک حملهٔ تشنج نشان می‌دهد. البته اگر پزشک معالج در معاینه و سوابق طبی بیمار دقت کافی به خرج دهد ممکن است به برخی دیگر از علائم مرتبط با لوپوس برخورد کند که قبلاً مورد توجه خود بیمار نبوده است (مثلاً راش‌های جلدی در ناحیهٔ صورت یا مناطق دیگر بدن یا زخم‌های بدون درد در معاینهٔ دهانی موجود در کام دهان یا مثلاً یک آزمایش خون مبین بر کاهش تعداد گلبول‌های سفید یا شمارش پلاکت‌ها و...) و با کنار هم چیدن این علائم به تشخیص زودرس لوپوس خیلی کمک می‌کند.

خوشبختانه امروزه با شناخت بیشتر اطباء از این بیماری پیچیده، هم تشخیص به موقع آن در بیشتر موارد میسر شده است و هم با وجود درمان‌های خوب و موثر از جمله استفاده از کورتیکواستروئیدها، هیدروکسی کلروکین و داروهای تنظیم کنندهٔ سیستم ایمنی، پیش آگهی (Prognosis) لوپوس بسیار بهتر شده است.

در پایان یک جملهٔ مهم از زبان صاحب نظران با تجربه در لوپوس:

Lupus can do anything, but not everything is lupus

ناحیهٔ کام (سقف دهان) توسط پزشک کشف می‌شود نه خود بیمار. ریزش موی سر یکی از علائم نسبتاً شایع لوپوس هم به شمار می‌رود.

لوپوس ایجاد تورم و درد مفاصل (Arthritis) نیز می‌کند اما تخریب در مفاصل تولید نمی‌کند و همین نکته تفاوت عمدهٔ آن با بیماری آرتریت روماتوئید (روماتیسم مفصلی) است. کم‌خونی در بیماران لوپوس شایع است و گاهی علت آن لیز شدن (پاره شدن) گلبول‌های قرمز خون است و خبر از شدت بیماری می‌دهد. گلبول‌های سفید خون و همچنین پلاکت‌ها در جریان این بیماری کاهش می‌یابد که در نتیجه بیمار را مستعد عفونت و خونریزی می‌کند.

راستی کدام یک از دستگاه‌های بدن از تیررس لوپوس در امان می‌ماند؟

باید گفت متأسفانه هیچ‌کدام. دستگاه تنفس، گوارش، قلب و عروق و کلیه‌ها نیز به صورت جدی و گاهی تهدیدآمیز گرفتار این بیماری خود ایمنی سیستمیک (لوپوس) می‌شوند. التهاب بافت کلیه (نفريت Nephritis) که در اینجا به اسم نفريت لوپوسی خوانده می‌شود، یکی از عوامل مرگ و میر بیماران مبتلا به شمار می‌رود. علائم آن عبارتند از افزایش فشار خون، باد کردن صورت یا پاها و احساس تنگی نفس و دفع پروتئین در آزمایش ادرار است.

اما وقتی که پروانه‌های لوپوس روی سر بیمار بنشینند، مسأله جدی‌تر است. یعنی مغز و اعصاب دچار این بیماری شده‌اند. از قشر مغز و نیمکره‌های آن، مخچه و عروق مغزی تا ستون نخاع و حتی سلسله اعصاب محیطی (دست‌ها و پاها) و سرانجام سیستم اعصاب خودکار (سمپاتیک و پاراسمپاتیک) همه به صور مختلف در لوپوس درگیر می‌شوند و از لحاظ بالینی، این سیستم گسترده را دچار اختلال ارگانیک و یا اختلال عملکردی بسیار متنوع اساسی می‌کند:

سر درد نوع میگرنی (عروقی) تا انواع سکتته‌های مغزی و اختلالات حرکتی و انواع حملات تشنجی و اختلالات عملکردی مغز مثل اختلال حافظه و تمرکز فکری و اختلال جریان فکر و مشکل در برقراری ارتباط با دیگران و عصبانیت و عدم ثبات عاطفی و داشتن افکار خودکشی و ... همه در این لیست بلند هستند.

زمان و در سیر بیماری است که این امر اتفاق می‌افتد، آنهم معمولاً در صورت عدم درمان کافی و به موقع بیماری.

اما چه کسانی مستعدتر به لوپوس هستند؟

- زنان در سنین باروری (۹ تا ۱۰ برابر مردان)
- نژادهای رنگین‌پوست (رنگین‌پوستان در مقایسه با سفیدپوستان، بیشتر و شدیدتر لوپوس می‌گیرند)
- افراد سیگاری
- خانم‌های مصرف کنندهٔ قرص‌های ضد بارداری
- خانم‌های مصرف کنندهٔ هورمون درمانی در زمان یائسگی
- افراد با وضعیت اجتماعی و اقتصادی پایین
- آنها که از لحاظ شغلی در معرض ترکیبات کریستالی سیلیس (Silica) هستند

اما عوامل تشدیدکنندهٔ لوپوس کدامند؟

- اشعهٔ ماوراء بنفش خورشید (سبب ایجاد تب، راش‌های پوستی و برخی علائم سیستمیک دیگر لوپوس می‌گردد)
- عوامل عفونی مثل ویروس‌ها و باکتری‌ها
- استرس‌ها هم از استرس‌های فیزیکی (خستگی مفرط یا فشار کاری شدید روزمره و...) یا روحی-عصبی
- البته گفته می‌شود که عوامل محیطی فوق، عمدتاً در حضور زمینهٔ ژنتیک مستعدکننده، سبب بروز یا تشدید بیماری لوپوس می‌شوند و به تنهایی شاید اثبات ارتباط آنها با این بیماری مشکل باشد.

راستی لوپوس چه علائم بالینی ایجاد می‌کند؟

علائم اولیهٔ این بیماری معمولاً حالت عمومی و غیر اختصاصی دارد: تب، ضعف و بی‌حالی، بی‌اشتهایی، احساس خستگی زودرس و مفرط، دردهای عضلانی و مفصلی منتشر. علائم دیگری که گاهی خبر از شدت و جدی‌تر بودن بیماری می‌دهد عبارت است از انواع ضایعات پوستی و مخاطی که برخی از آنها شایع‌تر و اختصاصی‌تر هستند، از جمله راش (Rash) پوستی قرمز رنگ بر روی گونه‌ها و پل بینی که چون شکل پروانه‌ای بخود می‌گیرد به اسم راش بال پروانه‌ای مشهور است به همین سبب نیز نماد جهانی بیماری لوپوس را پروانه‌های رنگارنگ انتخاب کرده‌اند. راش‌های پوستی لوپوس معمولاً خارش کمتری دارند. ضایعات مخاطی دهان اکثراً فاقد درد هستند و اغلب در

صرافی پنج ستاره

Vinco Forex

INCO

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

New Location

4010 Saint Catherine 0, Suite 210 Montreal, QC H3Z 1P2

منوچهر قربانیان

514 585 2345 | 514 846 0221



” لاله رهیین



نگاه سرد

سوار تاکسی تلفنی که مقابل در بود شد و براه افتاد. منمهم پشت سر آنها حرکت کردم. نمی‌دانستم کجا می‌رود؟ ناگهان مقابل دفترخانه‌ای ایستاد و پیاده شد. تعجب کردم او آنجا چکار داشت؟ بعد از نیم ساعت از آنجا بیرون آمد و دوباره سوار همان تاکسی شد و حرکت کرد. این بار به طرف رستورانی که قرار گذاشته بودند رفت. وقتی رسید پیاده شد و داخل رستوران رفت. من که آماده بودم، به دنبالش رفتم و در گوشه‌ای نشستم. هنوز طرف نیامده بود. می‌خواستم او را در حال ارتکاب جرم دستگیر کنم و همانجا او را به سزای عملش برسانم. مدتی گذشت در این موقع ناگهان سیمین خواهر و مادر او، وارد رستوران شدند و به طرف میز مهناز رفتند. مهناز بلند شد و با آنها روبوسی کرد و نشستند. با دیدن آنها نفس راحتی کشیدم. با وجود این که مدتی بود سر تقسیم ارث و میراث پدر آنها با مهناز و شوهرش دعوا داشتیم و چند سالی بود که همدیگر را نمی‌دیدیم، اما از این که تصور اشتباه از آب در آمد خوشحال بودم. از جا برخاستم و به طرف آنها رفتم. مهناز تا من را دید با تعجب پرسید: تو اینجا چه می‌کنی؟ گفتم - داشتم از این طرف می‌گذشتم تو را دیدم و آدمم سلامی به خانم بزرگ هم بکنم. مهناز که حدس زده بود من او را تعقیب کرده‌ام پوز خندی زد و گفت - اتفاقاً چه خوب شد که آمدی من سهم خودم را به خواهرم دادم اینهم سندش و اینهم دادخواست طلاق من. همین روزا باید اسباب کشی کنی و از این خونه بری آقا، چون من هم قراره به خانه مادرم نقل مکان کنم. انگار آب سردی روی سرم ریخته باشند، قدرت حرکت نداشتم. خواستم حرفی بزنم اما احساس کردم فایده‌ای ندارد. بی‌اراده به طرف در براه افتادم. یک باره زندگیم از هم پاشیده شد. دیگر نه خانه‌ای و نه خانواده‌ای. فهمیدم که او هرگز از سر گناه من نگذشته. چون نه تنها فراموش نکرده بود، بلکه با کینه‌ای که از من به دل گرفت ضربه سختی بر من وارد نمود.

بازگشتم. نیم ساعت گذشت اما هنوز از آماده شدن غذا خبری نبود. دوباره به آشپزخانه رفتم کسی در آنجا نبود. به اتاق‌ها سر زدم از لای در مهناز را دیدم روی تخت دراز کشیده و با تلفن مشغول حرف زدن است. این بار کنجکاو شدم آنطرف چه کسی است که این همه صحبتشان مهم و طولانی شده. گوش ایستادم شنیدم موقع خداحافظی مهناز گفت: باشه فردا عصر رستوران ... می‌بینمت. دلم هُری ریخت یعنی او با مرد دیگری قرار گذاشته؟ به خود گفتم:

- نه، این فکرها را نکن این وصله‌ها به او نمی‌چسبه اما حالم بد شده و سوء ظن بجانم افتاد و نمی‌توانستم خشمم را کنترل کنم. در عین حال هم نمی‌توانستم روی حدس و گمان او را منمهم به کاری کنم که هنوز به من ثابت نشده بود، باید مطمئن می‌شدم. بله باید مطمئن می‌شدم و احتیاج به تنهایی داشتم. اما تا فردا که می‌فهمیدم او با چه کسی در رستوران قرار دارد چه می‌کردم؟ لباسم را پوشیدم از خانه بیرون رفتم و بی‌هدف در خیابان براه افتادم. نمی‌فهمیدم چه کسانی در خیابان راه می‌روند به آنها تنه می‌زدم و رد می‌شدم. یک جا هم نزدیک بود با جوانی که بر خورد کرده بودم و دست به یقه شدیم کارمان به کلانتری بکشد. چطور ممکن بود مهناز که اینهمه ادعای پاک دامنی و وفاداری می‌کرد به من خیانت کند؟ چطور چنین جرأتی کرده بود. (در همان حال فراموش کرده بودم زمانی خودم هم با او این کار را کرده بودم). هر طور فکر می‌کردم او محکوم بود چون زن بود و باید می‌پذیرفت که من بخاطر مرد بودنم حق داشتم، چون احساس من با او قابل مقایسه نبود! توجیهی برای خیانت به او، که بعدها فهمیدم به همان اندازه اشتباه بود. آخر شب به منزل برگشتم به بهانه تماشای تلویزیون پتوئی برداشتم و روی کاناپه خوابیدم. صبح به سرکار رفتم و یک ساعت قبل از وعده ملاقات مهناز با آن طرف، خود را به نزدیک منزل رساندم. همان موقع مهناز از خانه بیرون آمد و

مدتی بود مهناز دیگر آن آدم سابق نبود. نگاه بی‌تفاوت و رفتار سردش انگار پیامی داشت البته تعجب هم نمی‌کردم. با ماجرائی که پشت سر گذاشته بودیم عکس‌العمل او به نظرم طبیعی بود و من تصمیم گرفته بودم برای همیشه به او وفادار باشم و دست از شیطنت و خیانت بردارم. او هم کوتاه آمده بود و برای حفظ زندگی چند ساله حرفی از آن روزها نمی‌زد و من خوشحال از این که بحرانی را بدون دردسر پشت سر گذاشته و زندگی خانوادگی‌ام بهم نخورده بود، سعی می‌کردم مطیع و سر به فرمان او باشم و بیاد بیاورم که روزهای قبل از آن ماجرا چه روابطی داشتیم. اما هرچه می‌گذشت و زندگی به روال عادی خود برمی‌گشت، یکنواختی کسل‌کننده باز به سراغم می‌آمد. چون آن شور و علاقه‌ای که مهناز قبل از سر خوردنش از من داشت و با عث گرمی خانه می‌شد، مانند بخار محو شده سکوت سردی بجای آن نشسته بود. اصلاً کنار من نمی‌نشست و درباره هیچ موضوعی با من صحبت نمی‌کرد. انگار از هر پیشنهادی که به او می‌کردم خوشحال نمی‌شد:

- مهناز امشب بریم رستوران؟
- نه، مگه نمی‌بینی شهره امتحان داره؟ سامان هم باید خودش و برای امتحان المپیاد آماده کنه؟
- خب داشته باشن، اونا درسشون و بخونن ما هم پی کار خودمون باشیم.
- نه همیشه ما اگر نباشیم اونها درس نمی‌خونن. و من پکر می‌نشستم و ریموت تلویزیون را بدست می‌گرفتم و این کانال آن کانال را می‌گشتم. در این فاصله مهناز حتی به اتاق نمی‌آمد. و توجیهی به من نداشت. آنروز رفته بودم آشپزخانه چیزی از یخچال بردارم. که دیدم او آرام با کسی در حال حرف زدن است تا متوجه من شد صحبتش را قطع کرد و پرسید:
- چیزی می‌خوای؟ - آره گرسنه‌ام شده شام کی حاضر میشه؟ گفت: تو برو تو اتاق من تا یک ربع دیگه غذا را حاضر می‌کنم. من یک سیب برداشتم و به اتاق

نگاهی روانشناسانه

به داستان «نگاه سرد»

در هیچ فرهنگی خیانت، پذیرفته نیست. رفتاری که با هیچ توجیهی نمی‌توان بر آن سرپوش گذاشت و صدمه ناشی از آن هرگز التیام پذیر نخواهد بود. چون احساس عشق و محبت و اعتماد و اطمینان فرد مقابل به نحوی نبود می‌گردد که امکان بازیابی آن، اغلب نه تنها اندک بلکه غیرممکن بوده، بیشتر اوقات به جدائی زندگی منجر می‌گردد و در صورت بخشیدن و ماندن، چون یک طرف دچار بی‌اعتمادی شده و زندگی دچار خلأ صمیمیت و محبت گردیده، تا طول زمان به کمرنگ نمودن آن کمک نماید، مراحل دشواری باید طی شود. بخصوص که انتظار واکنش از زنان در مواجهه با چنین بحرانی با مردان متفاوت است. نمی‌توان به درستی پیش‌بینی نمود که زنان در چنین موردی چگونه پاسخی خواهند داد. چون در خیانت مردان، با وجود ضربه روحی به زن، جامعه آنرا کم اهمیت تلقی نموده از زن انتظار پذیرش و یا گذشت و فداکاری دارد در حالیکه در موارد مشابه، چنین رفتاری در مورد زنان قابل گذشت نبوده واکنش‌های خشونت‌آمیز و بی‌رحمانه‌ای نسبت به وی اعمال می‌گردد.

واقعیت اینست که عشق در یک کلام با قلب و روح انسان سروکار دارد، اگر قلبی بشکند چه مرد، چه زن، دنیای زیبای عشق تبدیل به جهنمی خواهد گشت که آتش آن اول از همه، شریک و همدم او و سپس خانواده را می‌گدازد. در این داستان سوء ظنی که شوهر به سیمین پیدا کرد، برای فر نشاندن سرخوردگی و آتش خشم خود، نقشه‌های شومی برای او در سر می‌پروراند. در حالی که وی فراموش نموده بود چگونه اطمینان سیمین را سلب و دنیای وی را ویران نموده است.

در هر صورت همیشه موضوع خیانت بسیار دردناک بوده، برای زوجین ساده نیست بعد از خیانت کنار هم بمانند. اگر سری به دادگاه‌های خانواده زده باشید متوجه خواهید شد که آسیب خیانت تا چه حد گسترده است. همه ما با امیدواری و داشتن یک زندگی عاشقانه در آینده ازدواج می‌کنیم. اما وقتی پی به خیانتکاری همسرمان می‌بریم نمی‌توانیم آن را تحمل نموده ترجیح می‌دهیم ساده‌ترین راه ممکن یعنی جدائی را انتخاب کنیم. گاهی برخی از زوجها ترجیح می‌دهند به جای جدا شدن از هم بعد از خیانت زندگی خود را مجدداً بسازند و حتی روابطشان را قوی‌تر از قبل کنند.

اگر حس می‌کنید می‌توانید از خیانت همسرتان بگذرید باید بدانید چگونه با همسرتان رفتار کنید.

۱- هنگامی که با خیانت همسرتان مواجه شدید دنبال مقصر نگردید، این کار سبب می‌شود فقط وقت خود را تلف کنید و در اصل ماجرا تغییری ایجاد نمی‌کند.

۲- اگر احساساتی مانند عصبانیت شدید، عکس‌العمل‌های فیزیکی، داد و فریاد بر سر مسائل کوچک از خود بروز می‌دهید باید بدانید وضعیت روحی شما آشفته شده و باید به پزشک مراجعه کنید.

۳- ضربه روحی وارد شده به خود را از فرزندان مخفی نکنید اما برای آنها جزئیات خیانت همسرتان را شرح ندهید. به آنها بگوئید حالتان به مرور خوب خواهد شد.

۴- درست بیاندیشید و واقع‌بین باشید اگر جدائی تصمیم آخرتان است باید درآمد، سرمایه اولیه برای رفع نیازهای مالی و وضعیت مسکنی که می‌خواهید به آنجا بروید را در نظر بگیرید و سپس به جدائی اقدام کنید.

۵- در مورد این مسئله با همسرتان صحبت کنید و تمام سوالاتی که دارید از او بپرسید تا بفهمید آیا هنگام ارتکاب این کار اصلاً فکر می‌کرده که این خیانت چه ضربه‌ای به شما وارد می‌کند؟

۶- به تنهایی مشکل خود را حل نکنید برای مشورت

حتماً پیش یک مشاور خوب بروید و با کمک او برای زندگی‌تان تصمیم بگیرید.

۷- اگر همسرتان را بخشیدید و خواستید با او بمانید بهتر است تست بیماری‌های آمیزشی را بدهید.

۸- بعد از این که متوجه خیانت همسرتان شدید عجلانه تصمیم نگیرید حداقل یک روز به خود زمان بدهید.

۹- حتی بعد از بخشش خیانت همسر، حس آشفتگی بی‌اعتمادی و عصبانیت شما از بین نمی‌رود و رهائی از این احساسات منفی نیازمند زمان است.

۱۰- برای وارد کردن خانواده‌ها به این مسئله فکر کنید، زیرا در بسیاری از موارد دانستن خانواده‌ها مشکل را دو چندان می‌کند زیرا آنها می‌توانند کینه‌ها را برای مدت زمان بیشتری نگه دارند.

۱۱- باید بدانید وضعیت زندگیتان بعد از خیانت با گذشته فرق کرده و باید در صدد بهبود وضع زندگی خود برآید.

۱۲- باید بدانید زندگی هنوز ادامه دارد و به مرور زمان زندگی شما نیز از این آشفتگی در می‌آید و این گونه باقی نمی‌ماند. پس خشم، عصبانیت، کشمکش و افسردگی گذرا است و باید با آن کنار بیایید.

۱۳- دلیل واضحی برای بی‌وفائی یک فرد نمی‌توان در نظر گرفت. ممکن است بی‌وفائی به علت تربیت نادرست، مشکلات زناشویی و... باشد

۱۴- دانستن نوع خیانت به درک مفهوم آن کمک می‌کند. برای فهمیدن نوع خیانت رسیدن به پاسخ این سوالات ضروری است. سوالاتی مانند این که آیا خیانت به یک شب ختم می‌شود و یا اعتیاد به برقراری رابطه جنسی بوده است؟ آیا خیانت به دلیل مشکلات زندگی بروز کرده؟ آیا خیانت صرفاً برای خاتمه دادن به زندگی مشترک بوده؟

در هر صورت هر تصمیمی به تحمل و امکانات شما بستگی دارد، باید عاقلانه رفتار نمائید تا آینده خود و فرزندان دستخوش حوادث و ناهنجاری‌ها نشده حداقل آسیب را تحمل نمایند.

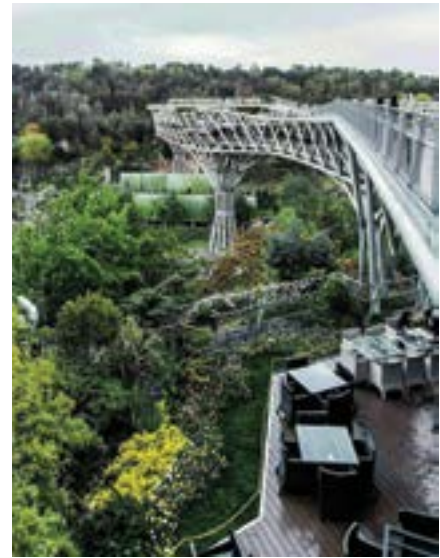
بهناز کاوندی

عکس‌ها: سایت اصلی شهرداری و پل طبیعت

قسمت پانزدهم

بازدید از پل طبیعت

بازدید از محلات قدیمی تهران قسمت (۱۵)



تجربه‌ای بسیار شیرین که هم در روز می‌توان داشت و هم در شب، قدم زنان از یک پارک زیبا به سمت بوستانی خاص حرکت کنید و طعم شیرین‌اش را بخاطر بسپارید.

نام‌گذاری شده، دو پارک معروف به نام آب و آتش که در منطقه ۲ قرار دارد را به بوستان طالقانی که در منطقه ۶ شهرداری قرار دارد، متصل کرده است. پل طبیعت در دو طبقه پیاده رو ساخته شده است. مشخصات پل را می‌توانید در اینترنت جستجو کنید که طول آن در حدود ۳۰۰ متر است و بزرگترین پل دو طبقه غیر خودرویی در تهران و ایران شناخته شده است. البته در بخش‌هایی کوچکی از این پل ارتفاع طبقات به ۳ می‌رسد که امکان حضور افراد بیشتری را جهت تماشای مناظر زیبا فراهم می‌کند.

با توجه به طولانی بودن این بنا به منظور رفاه بیشتر و استفاده از مناظر خاصی که از روی پل قابل مشاهده است، فضاهایی برای نشستن، فضای سبز و پوشش گیاهی و همچنین کافی شاپ و رستوران در سطوح مختلف آن طراحی و ساخته شده است. علاوه بر رویکردهای عادی پل که محل عبور است این پل فضایی است که می‌توانید در آن زمانی مکث کنید و از زیبایی‌های اطرافتان نهایت لذت را ببرید. که نتیجه آن را می‌توان از زمان افتتاح پل مشاهده کرد. تا جایی که این پل تبدیل به نماد گردشگری شهر تهران شده است.

اگر بیشتر در ارتباط با این پل تحقیق کنید متوجه می‌شوید که این پل بر اساس ۵ ایده اصلی طراحی و پیشنهاد شده است:

- ۱) پل، فضای برای ماندن نه فقط عبور
- ۲) پل و اتصال چندین نقطه (برخلاف باور عادی)
- ۳) طراحی پل بصورت ترکیبی از چند منحنی
- ۴) حفاظت از محیط زیست و درختان
- ۵) فضای معماری انسانگرا

از نمای پل‌ها در روز می‌توان بسیار صحبت کرد؛ اما یک نکته بسیار جذاب از پل طبیعت هنرنمایی خاص آن در شب است. طراحی آن بسیار منحصر بفرد است و با مهارت خاصی نیز نورافشانی شده است، ایندو زیبایی‌اش در شب را چندین برابر کرده است. چه بر روی آن قدم بزنید و چه از دور نظاره‌گر آن باشید.

در روزهایی که همه مردم کره زمین درگیر ویروس کرونا شده‌اند و مدت‌ها مجبور به ماندن در خانه بودند. وقتی وارد طبیعت و جامعه می‌شوید انگار دنیا را با زیبایی جدیدی تجربه می‌کنید. قدر دیدن درخت‌ها، راه رفتن روی سنگ‌فرش ولیعصر، سوار شدن به اتوبوس‌های شلوغ، پیاده روی تو بازار تجریش، خرید از بازار بزرگ تهران همه و همه برایمان لذت‌بخش‌تر است.

بعد از مدت‌ها که توانستیم با احتیاط بیرون برویم، اولین جایی که سر راهم از دیدنش لذت بردم، پل طبیعت بود. وقتی از جنوب به شمال و یا برعکس در اتوبان مدرس در حرکت باشید. حوالی تپه‌های عباس آباد یک پلی قد علم کرده که زیبایی‌اش از اتوبان دیدنی است. این پل جزئی از طبیعت سبز این منطقه شده، دیدنش انرژی خوبی برای ادامه مسیر در بزرگراه را می‌دهد.

اما داستان این پل از کجا شروع شد؟

این پل نتیجه نهایی مسابقه‌ای دو مرحله‌ای بود که توسط شرکت نوسازی عباس‌آباد برای افتتاح پلی به عنوان پل طبیعت ما بین اراضی عباس‌آباد جهت ارتباط فضای سبز منطقه ۳ و ۶ برگزار شد. طرح فعلی که برنده نهایی مسابقه شد، از شرکت سازه‌های پارچه‌ای دیبا وارد این مسابقه شد و طراح اصلی این سازه خانم لیلا عراقیان و با همکاری آقای علیرضا بهزادی هستند.

هدف اصلی برای طراحی این پل بدین جهت از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است که پژوهش‌های اولیه صورت گرفته و اهدافی که در این طرح بر روی آن بسیار تاکید شده: «اهمیت به مسایل محیط زیست و موقعیت ویژه مورد نظر که از روی آن بتوان شاهراه‌های اصلی پایتخت مانند بزرگراه مدرس، همت، حقانی و رسالت را به خوبی دید».

خانم عراقیان و همکارانش در سال ۱۳۸۷ در مسابقه طراحی پل طبیعت شرکت کردند و در سال ۱۳۸۸ طرحشان برگزیده شد. سپس این طرح به مرحله اجرا رسید و در سال ۱۳۹۳ به بهره‌برداری رسید و برای عموم مردم بازگشایی شد. این پل که به همین نام «پل طبیعت»



اتوسرویس شمیران
تعمیر و خدمات انواع خودرو

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

سرویس و خدمات
در کوتاه‌ترین زمان
کیفیت مطلوب و قیمت مناسب



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



تخفیف ویژه برای هموطنان عزیز در نظر گرفته خواهد شد

خدمات انبارداری پنتون و الیمپیا

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

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

PhotoMahnaz





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

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





فاروق روشنا

بعد از شکست و ریخت گذشته بالاخره احمدخان درانی که شخصیت با درایت و باتدبیری بود در قرن هجده، سلطنت مستقلی را بنیاد نهاد و با تلاش‌های خود توانست کشور را به حدود طبیعی آن برساند. به این ترتیب فصل و باب تازه‌ای در حیات سیاسی و جیوپولیتیک افغانستان و منطقه بازگردید.

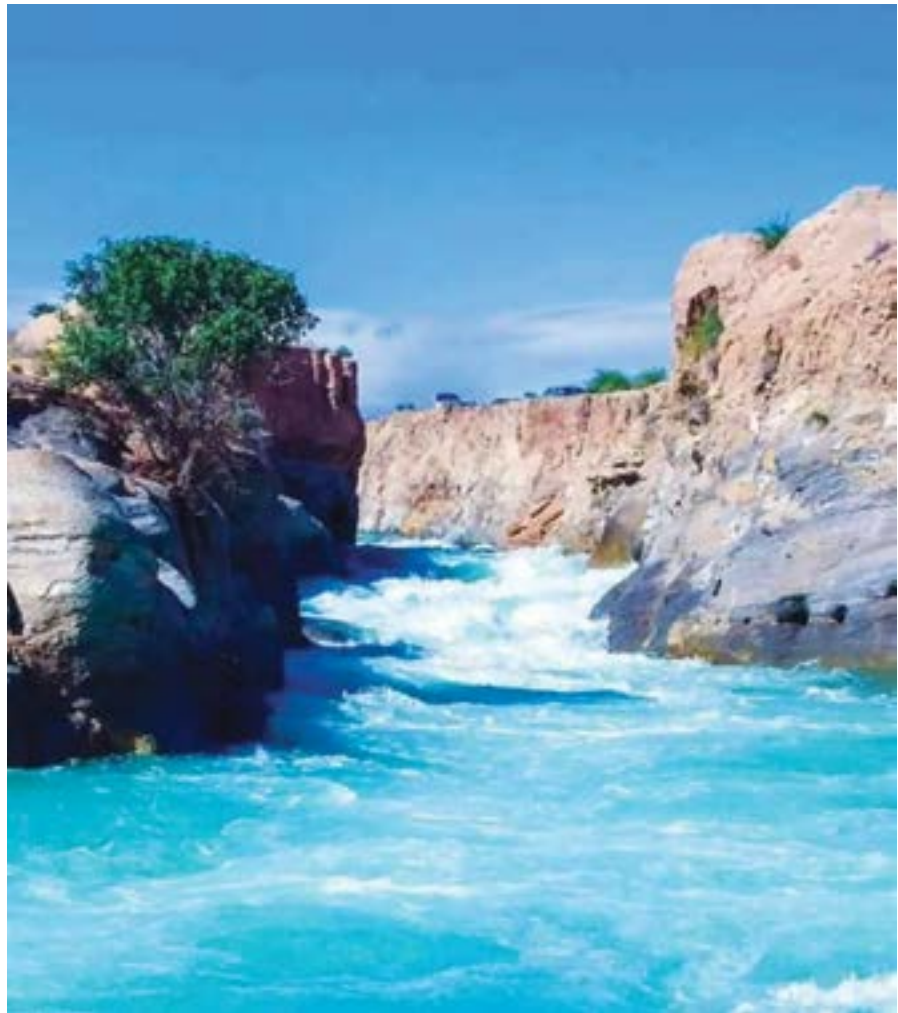
افغانستان در عصر زمان شاه از طرف شمال به ماورای آمودریا و از جنوب به بحیره عرب و خلیج عمان و از جانب شرق تا دهلی امتداد داشت. این دوره به نام قوام جیوپولیتیک افغانستان معاصر نامیده می‌شود. سرزمین آریانا (باکتریان) و خراسان بعداً به افغانستان معاصر مبدل گردید.

اما این وضعیت دیر دوام نمی‌آورد. با روی کار آمدن شاه محمود اوج‌گیری نفاق داخلی برادران و سرداران از یکجانب و رقابت‌های قومی بار کزائی، سدوزائی و قبیله اچکزائی از جانب دیگر، بر علاوه حرص و آز زمین‌داران بزرگ، به زودی کشور را دچار بحران عمیق داخلی می‌ساخت. «فردریک انگلس» در اوت ۱۸۵۷ میلادی در مقاله‌ای به نام افغانستان تصویری تاریخی ذیل را ارائه می‌دارد:

افغانستان کشور پهناوری در شمال غرب هند، بین هند و ایران و بحر هند و هندوکش (آمودریا) افتاده است. در قدیم خراسان ایران، کوهستان‌ها با هرات و بلوچستان و کشمیر و سند و قسمت عمده پنجاب شامل افغانستان بوده و افغان‌ها مردم شجاع و بالترژی و آزادی دوست‌اند. افغان‌ها بزرگواریند. چنانچه اگر دشمن خونی مهمان او شود، دشمن را با جان و مال خود در برابر خطرهای دیگر حفظ می‌کنند. «انگلس» راجع به احمدشاه ابدالی می‌گوید: «از خراسان تا دهلی زیر فرمان او بود، مع‌هذا از روش صلح‌آمیز عاری نبود، او یک شاعر و مورخ هم بود».

احمدشاه درانی علاقه خاصی به فتوحات و کشورگشایی داشت. قوای نظامی او از نگاه شکل و اکمالات علی‌رغم ماهیت قومی و قبایلی آن دارای مزایای بیشتری بود. همان‌گونه جیواستراتیژی فتوحات احمدشاه درانی چشم‌گیر و غیرقابل‌انکار است. سیاست‌های اجتماعی اقتصادی و فرهنگی یعنی جیوپولیتیک دوره ابدالی‌ها فاقد تحرک و سازندگی است.

جیوپولیتیک درانی‌ها به اهرم سرچپه شبیه بود که تنها به رأس خود اتکا داشت. پس به سرعت تعادل سیاست‌های خارجی و داخلی آن برهم می‌خورد؛ یعنی وقتی به تقاضاهای زمین‌داران بزرگ برای به دست آوردن اراضی بیشتر پاسخ داده نشد و همچنان سران اقوام که در جریان فتوحات مصروف به دست آوردن غنیمت بودند با قطع جنگ از این عواید محروم شدند سر به شورش می‌زدند. سیاست‌های جیوپولیتیک خراجیان هم عاری از اشتباهات نبوده است.



معاهده اتحاد مثلث، فصل جدید استعمار در افغانستان

آشنایی با تاریخ افغانستان

در شماره‌های قبل مجله هفته کتاب «بحران کنونی و جیوپولیتیک افغانستان» معرفی و راجع به تاریخ باستان افغانستان مضمونی تحت عنوان «آریانا، از زرتشت تا فرهنگ یونانی و اسلام، سفری به ژرفای تاریخ افغانستان» منتشر شد و چندی قبل؛ «داستان بوتاسنگ، مردی که شهید عشق شد» از جناب فاروق روشنا نویسنده جامعه افغان موترال به نشر رسید. اینک مضمونی دیگری از نوشته‌هایش را برگزیده و تقدیم است به خوانندگان مجله «هفته» / حبیب عثمان

که برای زندگی در آنجا یافت و مورد استفاده قرار گرفته بتواند است.

الف: خاک و سرزمین عبارت از وسعت سرزمین که پایه مادی سیاست‌ها را ساخته و زیادی و کمی وسعت آن بزرگی و کوچکی کشور را از نگاه جغرافیایی نشان می‌دهد.

ب: ساختارهای فیزیکی و استفاده از منابع طبیعی و تکنیکی مانند موجودیت سیستم آبیاری؛ استخراج معادن و غیره که اهمیت جیوپولیتیک کشور را بلند می‌برد.

پ: موقعیت کشور، دفاع از سرحدات، دفاع معابر استراتژیک که به یک کشور دائماً تشویش آور است و می‌تواند هستی یک کشور را به خطر بیندازد.

ج: وضعیت: زیر این عنوان تأمین امنیت راه‌های مواصلاتی داخلی و حفظ خطوط ارتباطی از شهرهای مواصلاتی از طریق خشکه، هوا و بحر مطرح بوده و عناصر فوق در چو کات جیوپولیتیک کشور دارای اهمیت حیاتی است و هم چنان قوی و سالم بودن مرکز سیاسی کشور که دولت از آنجا به تمام سرزمین کشور اعمال قدرت می‌نمایند چیز مهم است.

۲- عوامل متحول

الف: نفوس: تعداد نفوس به نسبت وسعت خاک، مقدار تولیدات و مواد غذایی نسبت به نفوس، تعداد تولیدات و وفیات در سال و غیره موضوعات دیموگرافی.

ب: منابع طبیعی و غیره: ارزش یک کشور نظر به فراوانی و مشخصات منابع طبیعی آن سنجیده می‌شود.

پ: منابع انرژی و طرق استفاده از آنها.

۳- ساختارهای اجتماعی اقتصادی هم یکی از فکتورهای مهم جیوپولیتیک است. فکتورهای ثابت و متغیر جیوپولیتیک رابطه دیالکتیکی داشته، یعنی یکی سبب استحکام دیگری می‌شود.

چنانچه در آغاز ارزیابی جیوپولیتیک افغانستان اشاره شد، حکومت‌های پیشدادیان، کیانی‌ها، اسیه‌ها در بلخ در محدوده جغرافیایی معین فرمانروایی کردند و اساسات مدنیت‌های مستقل را گذاشتند. تا این وقت روند جیواستراتژیک دولت اداره و دفاع سرزمین به شمار می‌رفت.

چون کشور با مدنیت‌های بزرگی چین، هند، مدیترانه، مصر و روم آشنا بود و توسط شاهراه ابریشم دوره‌های درخشان تبادل مال‌التجاره و کلتوری داشته و مرکز مدنیت‌های بزرگ چون یونان و باختری، کوشانی‌ها و اسلامی بوده است. البته وسعت خاک آن نظر به قوی و ضعیف بودن مرکز انقباض و انبساط کرده است.

ویرانی‌ها و قتل و قتل‌های زیادی را در اثر حملات سکندر، چنگیز، تیمور لنگ، استعمار انگلیس و روس متحمل شده است.

تحت حمایتی که بتواند نقش حائل را بازی نماید. فردریک انگلس در مقاله‌ای راجع به تجاوز انگلیس در افغانستان می‌نگارد: پس از جنگ زیاد در جنوری ۱۸۴۲ انگلیس معاهده تسلیم را با افغان‌ها امضاء کرد به اساس این معاهده تمام پول و توپ‌خانه خود را به افغان‌ها تحویل داد، مشکلات اردوی انگلیس در کابل شبیه مشکلات ناپلئون در مسکو بود. انگلیس‌ها برای پیاده کردن مرحله سوم جیو استراتژی خود (با فرستیت) در جستجوی امیری بودند تا بتوانند سلامت از افغانستان خارج‌شده و اهداف جیوپولیتیکشان عملی گردد بدین منظور به عبدالرحمن توسل جسته و مذاکرات را آغاز کردند.

عبدالرحمن مانند شاه شجاع، امیر دوست محمدخان بدون توجه به روحیه وطن‌دوستی و جانبازی مردم راضی به تعهدات ضد منافع جیوپولیتیک این کشور گردید و برای بقای امارت و سلطنت قومی و خاندانی خود به ضرر جیوپولیتیک این کشور معامله کرد.

مارکس درباره مردم افغانستان می‌گوید «افغانستان کشوری است کوهستانی، مردم آن شجاع و نهایت وطن‌دوست‌اند. هیچ‌گاهی تجاوز خارجی را به وطن خود قبول نمی‌کنند. مردم افغانستان علیه تهاجم قیام کرده از مرگ هراسی ندارند.» مگر شاهان و امیران برای حفظ قدرت و موقف خود در مقابل پالیسی‌های زورگویان دشمن تسلیم‌شده در موقع بحران جیوپولیتیک فرار کرده‌اند. به قول مورخ شهیر وطن فقید غبار «وقتی افغانستان مورد حمله انگلیس قرار گرفت افغان‌ها، با روحیه ملی جنگیدند. دشمن را مواجه به شکست ساختند و به شهادت تاریخ هنگامی که پادشاهان و امرا در مقابل دشمن خارجی شمشیر به زمین‌مانده، مردم شمشیر از نیم کشیده دشمن وطن را شکست داده‌اند.» اما در میدان دیپلماسی رؤسای قبایل و فئودال‌ها منافع ملی را فدای منافع شخصی و قومی ساخته تمام فداکاری‌های مردم و خون‌های ریخته شده را به هدر داده‌اند. در اینجا پرسشی پیش خواهد آمد که آیا برای آزادی و استقلال کشور تنها سلحشوری و فداکاری کافی است؟ البته پاسخ منفی است زیرا برای آزادی و ترقی کشور به آگاهی سیاسی ضرورت است. بدون شعور سیاسی و آگاهی‌های لازم جیوپولیتیک تنها به قیل‌و قال و جنگ و جدال چیزی حاصل نمی‌گردد.

برای انداختن روشنی بیشتر به این مطلب نظر گذرایی به عوامل، جیوپولیتیک جغرافیای فیزیکی سیاسی و عوامل متغیر، ساختارهای اجتماعی اقتصادی انداخته می‌شود. هم چنان دیده می‌شود جیوپولیتیک در درازنای تاریخ مواجه به چه دگرگونی‌های شده است.

فکتورهای عینی جیوپولیتیک:

۱- فکتورهای ثابت جیوپولیتیک مانند آب، فضا، زمین و جاهایی که انسان در آنجا زندگی کرده و چیزهایی

این هر دو عامل دست‌به‌هم داده اوضاع را به‌سوی بحران کشاند. این در حالی بود که اروپا انقلاب صنعتی و انقلاب اجتماعی را پشت سر گذاشته و برای به دست آوردن مواد برای فابریکات خود شروع به مستعمره‌سازی آسیا و افریقا کرده بودند؛ اما افغانستان بی‌خبر از انکشاف جدید جیوپولیتیک جاری و دست آورده‌ای علمی صنعتی جهان غرق در مناسبات قرون‌وسطایی - قبیله سالاری و سنت‌گرایی بود. بناً استعمار انگلیس در هند به پیشروی خود ادامه داده متصرفات احمدشاه درانی را یکی بعد از دیگری از دست حکمرانان دولت مرکزی خارج گردانید. در آغاز قرن نوزده روسیه تزاری با سیاست‌های پرخوارگی زمین، خود را به سرحدات شمال و انگلیس حدود مستعمرات خود را به سرحدات شرقی و جنوب افغانستان نزدیک می‌ساخت. قرار مقوله امیر دوست محمدخان این دیگ گلی بین دو دیگ فولادی گیر افتاد و جبراً افغانستان داخل سیاست اروپائی و جیوپولیتیک جهانی گردید.

افغانستان میدان رقابت و مجادله سیاسی و سوق‌الجیشی دولت‌های بزرگ استعماری آن زمان گردید. انگلیس‌ها غرض پیشبرد جیوپولیتیک استعماری خود رنجیت سنگ، این مأمور سابقه دولت ابدالی را با تحایف و وعده وعیدها به‌سوی خود کشانید تا بالاخره در سال ۱۸۳۸ میلادی معاهده اتحاد مثلث بین شاه شجاع، رنجیت سنگ و انگلیس انعقاد یافت. این معاهده غرض پیشبرد اهداف جیوپولیتیک انگلیس برای اشغال و پارچه‌پارچه ساختن افغانستان وسیله خوبی در دست استعمار انگلیس داد. به بهانه اینکه گویا امیر دوست محمدخان نامه به تزار روس نوشته و در استخلاص اراضی از دست‌رفته طالب کمک شده است. حال آنکه هرگز امیر چنین نامه‌ای را ننوشته بود. با جیوپولیتیک فارورد پالیسی قوای اتحاد مثلث از طریق بلوچستان بعد از عبور معبر بولان داخل قندهار شدند و در سال‌های ۱۸۲۶-۱۸۶۳ میلادی جنگ اول افغان و انگلیس درحالی‌که افغانستان دچار بحران شدید داخلی بود، تحمیل گردید.

هدف تجاوز انگلیس به افغانستان، محافظت «پرنده طلایی» یعنی هندوستان بوده و جیواستراتژی آن عبارت بود از:

اول- پارچه‌پارچه ساختن امپراتوری ابدالی‌ها.

دوم- تضعیف هر چه بیشتر جیوپولیتیک افغانستان.

سوم- برقراری حکومت‌های ضعیف تحت حمایت انگلیس.

بحران داخلی و جنگ‌های قدرت‌طلبی قومی و قبایلی زمینه پارچه‌پارچه شدن افغانستان را قبل از حمله انگلیس چیده بود. با دو جنگ که در بالا از آن تذکر داده شد افغانستان به‌اندازه کافی تضعیف گردید. در مرحله سوم جیواستراتژی انگلیس برقراری حکومتی



تیم رباتیک دختران افغانستان دستگاه تنفس مصنوعی می سازد

مرحله اول تکمیل، دو روز پیش در یک بیمارستان آزمایش شده است. این تیم در دو مرحله کار می کنند و هر کدام زودتر تکمیل شد روانه بازار می شود.

این دختران نوجوان امیدوارند پروژه آنها الهام بخش دیگران باشد و نگاه به زنان در صنعت مهندسی را در کشوری که میزان باسوادی زنان کمتر از ۳۰ درصد است تغییر دهد. الهام منصوری، ۱۶ ساله عضو دیگر تیم می گوید: «توانایی ساختن دستگاه های تنفس مصنوعی اهمیت آموزش دختران در سنین خردسالی و نقش زنان را به عنوان شهروندان فعال در جامعه ما نشان می دهد.» ابتکار تیم رباتیک توسط دولت افغانستان مورد استقبال قرار گرفته است.

خانم محبوب می گوید: «خوشحالم که رئیس جمهور اشرف غنی شخصاً به مقامات دستور داده تا از پروژه ما دیدن کرده و از هر راه ممکن به ما کمک کنند.» وزارت صحت افغانستان هم از این پروژه حمایت می کند.

وحید مایار سخنگوی وزارت صحت گفته است: «ما از ابتکار عمل آنها قدردانی می کنیم اما مانند هر تحقیق علمی دیگر، مراحل مختلفی از قبیل یافتن ایده و توسعه و تحقیق پیش از آزمایش وجود دارد و زمانی روانه بازار می شود که بررسی و مورد تأیید قرار گرفته باشد.»

ایمنی بیمار اولویت ما است، بنابراین باید اطمینان حاصل کنیم که این دستگاه قبل از اینکه مورد استفاده بیماران مبتلا به کرونا قرار بگیرد، بر روی حیوانات آزمایش شده است. قابل یادآوری است که تیم رباتیک دختران افغانستان در سال ۲۰۱۷ در مسابقات رباتیک آمریکا شرکت کردند و مدال نقره شجاعت را به دست آوردند.

تیم افغانستان از جمله سه تیمی بود که در میان شرکت کنندگان به آن مدال نقره شجاعت داده شد.

منابع: بی بی سی و تلویزیون طلوع و ملی

این دختران که بین ۱۴ تا ۱۷ ساله هستند، نمونه اولیه دستگاه تنفسی را از یک انجین (موتور) دست دوم ماشین تویوتا کرولا و یک زنجیر موتورسیکلت هوندا ساخته اند.

آنها می گویند دستگاه تنفس مصنوعی که ساخته اند به طور موقتی، برای بیمارانی مفید است که دچار مشکل اورژانسی تنفسی هستند و دستگاه تنفس معیاری (استاندارد) در دسترس نباشد.

سمیه فاروقی، کپتان تیم ربات ساز می گوید: «افتخار می کنم در تیمی هستم که با تلاش کاری ارزشمند برای حمایت از دخترها و پرستاران که قهرمانان ما در این زمان هستند، می کند.»

کمبود دستگاه های تنفس مصنوعی یک مشکل جهانی است و قیمت بالای این دستگاه ها، از ۳۰ تا ۵۰ هزار دلار در بازارهای جهانی به این معنی است که بسیاری از کشورهای فقیر نمی توانند آن خرید آن برآیند.

این دختران می گویند دستگاهی را که بسیار مورد نیاز است را با هزینه کمتر از ۶ هزار دلار برای هر دستگاه می سازند.

در هرات، شهر در قرنطینه است، فروشگاه ها بسته اند و این دختران برای تهیه قطعات، نیاز به سفر بیرون از شهر دارند که چالش است.

رؤیا محبوب، بنیان گذار این گروه، یک کار آفرین است که در میان ۱۰۰ چهره پرفود جهانی مجله تایمز انتخاب شد. او می گوید تیمش هنوز امیدوار است که تا پایان ماه می بتواند دستگاه های تنفس مصنوعی را تحویل بدهد.

تقریباً ۷۰ درصد کار ساخت تکمیل شده، تنها چیزی که ما کم داریم حس گر هوا است که در تلاشیم تا به جای ساختش، آن را تهیه کنیم.



تیم رباتیک دختران افغانستان، روی ساخت دستگاه تنفس مصنوعی با امکانات بسیار کم که در دسترس داشتند البته از پروژه های موثر (ماشین) برای بیماران مبتلا به کرونا تمرکز کرده اند.

این دختران نوجوان افغان، در سال ۲۰۱۷ با بردن جایزه ویژه رقابت های بین المللی در آمریکا در سرخط خبرها قرار گرفته بودند.

حالا آنها در زمان کم درصدد ساخت دستگاه های تنفس مصنوعی تا پایان ماه می هستند. افغانستان که با مهر و مومها جنگ روبرو شده است، حداکثر فقط ۴۰۰ دستگاه تنفس مصنوعی برای جمعیت ۳۸.۹ میلیون نفری در اختیار دارد.

ناهید رحیمی، دختر ۱۷ ساله عضو تیم رباتیک بی بی سی گفت: «حتی اگر در نتیجه تلاش هایمان بتوانیم جان یک نفر را نجات دهیم، برای ما مهم است.»

این دختران که به عنوان «رؤیاهای افغان» معروف شده اند، از ولایت هرات در غرب افغانستان هستند؛ جایی که اولین مورد ابتلا به کرونا از آنجا گزارش شده بود. هرات، مرکز شیوع اپیدمی کرونا در کشور به دلیل نزدیکی با ایران است.



نویسنده
احمدی

هزینه‌های سرسام آور مسکن، باری مضاعف بر شانه مهاجران افغان در ایران

قوانین ایران در خصوص مهاجران به‌روز نیستند و با وجود این که سه میلیون مهاجر افغانستانی در ایران زندگی می‌کنند این قوانین بسیار محدود کننده هستند. قشر مرفه مهاجرین با داشتن توان اقتصادی زیاد همواره مستاجر هستند و اگر هم برخی از آنها خانه خریدند به ناچار سند آن را به نام فرد ایرانی زده‌اند. در برخی موارد شهروند ایرانی خانه را برای خود دانسته است. حمید که خانه خود را به نام دوستش زده است می‌گوید: «من از نوجوانی دوستان ایرانی زیادی دارم که با آنها رفت و آمد خانوادگی دارم. چهارسال پیش خانه خریدم و آن را به نام یکی از دوستانم زدم و خوشبختانه آدم مطمئنی است. چندین نفر از همشهری‌های ما خانه خریدند اما فردی که سند را به نامش زدند ادعای مالکیت کرد و این جور چیزها در بین مهاجرین بسیار رخ داده است. مهاجری که یک عمر با کلی سختی کار کرده و با هزار امید خانه خریده و در آخر صاحب خانه شخص دیگری شده است.»

گرانی خانه فقط مختص تهران نیست بلکه تورم در دیگر شهرهای تهران تاثیر زیادی گذاشته است. شهر قم یکی از شهرهایی است که مهاجرین افغانستانی زیادی ساکن هستند و جزء طبقه مستاجرنشین قم هستند. حسین یکی از مهاجرین ساکن در قم است و می‌گوید: «اجاره‌خانه‌ها در قم به نسبت سال‌های قبل زیاد شده است. درخواست صاحبان خانه برای پیش‌پرداخت زیاد شده است. متأسفانه حقوق‌بگیرها با مشکل نخواندن دخل با خرج دست و پنجه نرم می‌کنند. تورم در ایران روی همه تاثیر گذاشته است و روی قشر مهاجر فشار بیشتری وارد کرده است.»

مهاجرین ساکن در تهران در این بحران اقتصادی به سمت حاشیه‌نشینی می‌روند جایی که امکانات کم‌تر و دسترسی به رفاه شهری در حد بسیار نازلی است. احمد به تازگی خانه‌پیشان را از تهران به ورامین انتقال داده است و می‌گوید: «روزبه‌روز اوضاع اقتصادی ایران بدتر می‌شود و هزینه‌های زندگی به شدت در حال افزایش است. ما مجبور شدیم که نقل مکان کنیم اما در همین ورامین قیمت‌ها به نسبت سال‌های قبل دوچندان شده است ولی باز کم‌تر از تهران است و امیدواریم که شرایط بدتر از این نشود و در آینده ثبات قیمت برقرار شود.»

بیشتر مهاجرین افغانستانی در نواحی حاشیه‌ای تهران زندگی می‌کنند. در این مناطق تا چند سال قبل نرخ اجاره بها نسبت به دیگر مناطق تهران خیلی کم‌تر بود و از این زاویه محلی مناسب برای قشر کم درآمد تهران حساب می‌شد. اما حالا هزینه‌های اجاره مسکن در این مناطق هم هر روز در حال افزایش است.

آقای محمد رحیمی در این منطقه بنگاهی دارد. او می‌گوید: «جنوب تهران یکی از مناطقی است که قشر کم‌درآمد در آن زندگی می‌کنند و تا چند سال قبل اجاره‌ها و کرایه‌ها با درآمد مستاجرنشین همخوانی داشت اما حالا همه چیز عوض شده است و روزبه‌روز قیمت‌ها در حال افزایش است. بیشتر مشتری‌های من از مهاجرین افغانستان هستند و می‌بینیم که هزینه‌ها در حاضر بسیار برایشان سنگین است. متأسفانه صاحب‌خانه‌ها بدون در نظر گرفتن شرایط حال مستاجرنشین و به دلخواه روی خانه خود قیمت می‌گذارند و اجاره آن را هر چقدر بخواهند بالا می‌برند و زمانی که یک صاحب‌خانه‌ای قیمت را بالا می‌برد، روی بقیه خانه‌ها هم تاثیر می‌گذارد و از طرف دولت هیچ نظارتی وجود ندارد. در این اواخر شاهد هستیم که افرادی که نمی‌توانند خانه اجاره کنند به مناطق حاشیه تهران می‌روند. در بین مهاجرین کسانی هستند که قدرت خرید خانه را دارند اما متأسفانه نمی‌توانند سند خانه را به نام خود بزنند و این موضوع باعث می‌شود که مهاجرین همواره مستاجر بمانند.»

مهاجرین افغان همواره از ابتدایی‌ترین حقوق خود در ایران محروم هستند و داشتن خانه ابتدایی‌ترین نیاز هر انسانی است نیازی که در ایران از هر غیرایرانی گرفته می‌شود. فاطمه زنی است که در کودکی به ایران آمده و حالا دو نوه دارد و می‌گوید: «درسال‌های اولیه که به ایران آمدم دولت به مهاجرین خانه داده بود. ما در سیزده آبان خانهای داشتیم که از طرف دولت برای خودمان داده بود. در آن زمان به دستور امام به مهاجرین کمک می‌شد اما حالا همه چیز فرق کرده است. همسرم در بازار مغازه دارد و ما وضع مالی خیلی خوبی داریم اما قادر نیستیم که خانه بخریم چون به مهاجرین سند نمی‌دهند و اگر بخواهیم خانه بخریم باید سند خانه را به نام یک فرد ایرانی بزنیم.»

از زمان اعمال تحریم‌های اقتصادی آمریکا علیه ایران قیمت ملک و املاک و مسکن در ایران چند برابر شده است. این افزایش قیمت سبب شده تا هزینه اجاره هم از این تغییرات مستثنی نباشد. مهاجران افغانستانی در ایران جزء طبقه اجاره‌نشین هستند. اگر هم تعداد اندکی از مهاجران بخواهند صاحب‌خانه شوند قوانین موجود در ایران به مهاجرین حق خرید خانه را نمی‌دهد. مطابق قانون سندی هیچ ملکی به نام فرد غیرایرانی زده نمی‌شود. اگر هم فردی پنجاه سال در ایران زندگی کند باید تا آخر عمر خانه به دوش باشد. متن زیر به بررسی مشکلات مسکن مهاجران پرداخته است.

مهاجران افغانستانی در ایران اقتصاد کارگری دارند. تعداد زیادی از مهاجران با دستمزد کارگری امرار معاش می‌کنند و بخشی از حقوق خود را به مسکن اختصاص می‌دهند. عبدالله درمولوی بارکشی می‌کند او در خصوص اجاره مسکن می‌گوید: «این روزها همه چیز گران شده است و گران‌ترین چیز اجاره خانه است. من نصف درآمد خود را خرج اجاره خانه می‌کنم و این باعث می‌شود که به سختی زندگی کنیم. کرایه خانه‌ها خیلی زیاد شده و طبیعتاً صاحب‌خانه‌ها اول ماه به دنبال گرفتن کرایه هستند. من چهار فرزند دارم و دو دخترم درس می‌خوانند، به سختی خرج خورد و خوراکشان را درمی‌آورم.»

فرهاد از دسته مهاجرانی است که به تازگی به ایران آمده، او دست‌فروش است و در یکی از معابر تهران لوازم موبایل می‌فروشد. یکی از مشغله‌های بزرگ او پرداخت کرایه خانه است او می‌گوید: «من در ایران متولد شدم و زمانی که نوجوان بودم با خانواده‌ام به افغانستان برگشتم. حالا با همسر و فرزندم مجدد به ایران آمدم. به یاد دارم که در آن زمان همه چیز ارزان بود و پدرم به اندازه من در کرایه دادن مشکل نداشت. متأسفانه همه چیز در ایران گران شده است و دیگر مثل سابق نیست. کرایه‌ها چندین برابر شده و پول پیش خانه هم به شدت زیاد شده است و آینده بسیار نگران‌کننده‌ای داریم. از ترس حملات انتحاری و شرایط بد اقتصادی با پشت سر گذاشتن کلی خطر از راه قاچاق به ایران آمدم اما در ایران فشار هزینه‌های زندگی به شدت بالا است.»

کتابخانه نوروز زمین

مهسا محبی

**NOWRUZLAND
LIBRARY
FOUNDATION**

Email: Nowruzland@gmail.com

Tel: 514-787-8840

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

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

نگاهی به «اپرای شناور»

معرفی کتاب



عنوان: اپرای شناور
نویسنده: جان بارت
مترجم: سبیل سمی
انتشارات: ققنوس
نوبت چاپ: سوم
تعداد صفحات: ۳۲۰

مرشد و شکنجه‌گر راوی است که او را در طول برزخ‌ها و جهنم‌های زندگی در یک سفر پیچ واپس به سوی بهشت زمینی تحریک و هدایت می‌کند، جایی که هر چند با نتایج شگفت‌انگیز، نهایتاً بغاتریس ظاهر می‌شود.

حسین پاینده، نویسنده و منتقد ادبی سرشناس، در مقاله «رمان پسامدرن چیست؟» می‌گوید: «از نظر بارت رمان نویسانی که همچنان به شیوه نویسندگان دوسه‌دهه اول قرن بیستم بازی‌های زبانی و نوآوری‌های غریب در شکل روایتگری را وظیفه اول و آخر خود می‌دانستند از درک این حقیقت عاجز بودند که این قبیل بدعت‌گذاری‌ها برای گسستن از سنت رمان پیشامدرن (عمدتاً رئالیسم) در برهه‌ای از زمان، لازم بود، اما تداوم آن دیگر جذابیت سابق را نداشت. از سوی دیگر آن نویسندگانی هم که هیچ تغییر چشمگیری در نحوه روایتگری در رمان‌هایشان ایجاد نمی‌کردند و همچنان داستان‌هایی با تکنیک‌هایی آشنا یا شخصیت‌های مألوف یا پیرنگ‌های دارای فرجام قطعی می‌نوشتند، نوعی رکود و ایستایی را به ادبیات تحمیل می‌کردند. اینان هم به طریق اولی از این حقیقت غفلت می‌ورزیدند که ادبیات نمی‌تواند به تحولاتی که در دنیای واقعی صورت می‌گیرد بی‌اعتنا بماند. وقتی دیدگاه‌های غالب در یک فرهنگ تغییر می‌کند شیوه‌ها و ساخت‌مایه‌های هنری هم دچار تغییر می‌شوند.»

بخشی از متن کتاب:

تقریباً همیشه در مورد خودم درست پیشگویی می‌کنم، چون این‌جا در کمبریج، برخلاف دیگر جاها، تصور همه این است که من رفتاری کاملاً منطقی و صحیح دارم. اگر دیگران (مثلاً، دوستم هریسون مک‌کیا همسرش، جین فکر می‌کنند من آدم عجیب و غریب و غیرقابل پیش‌بینی‌ای هستم، دلیلش این است که اعمال و باورهای من با اصول آن‌ها (به فرض این که اصولی داشته باشند) سازگاری ندارند؛ اما به شما اطمینان می‌دهم با اصول خود من کاملاً سازگارند. گرچه اصولم هر از گاه تغییر می‌کنند...

«اپرای شناور» عنوان کتابی از «جان بارت» نویسنده، و رمان‌نویس اهل ایالات متحده آمریکا است. در «اپرای شناور» اولین رمان از ۹ رمان نویسنده، راوی و شخصیت اصلی داستان آرزو دارد قایقی بسازد و از آنچه به نظرش «هستی بی‌معنا» می‌آید به سوی یک زندگی کاملاً شخصی سفر کند؛ اما نه ساختن قایق را تمام می‌کند و نه سفرش را به انجام می‌رساند.

به نظر می‌رسد آقای بارت برای جبران اولین شکست راوی‌اش و برای اینکه خود را از شک و دودلی که به آن کاراکتر سرایت کرد، دور نگه دارد، سه مرتبه بعد از آن قایق‌هایی درخور دریا از کلمات ساخت و بادبان بر فراز خلیج چسپایک به سوی دریای آزاد بر افراشت. او ابتدا در جایگاه یک مامور سابق سازمان سیا «فتویک کی ترنر» در کتاب «مربوط به شنبه (ساباتیکان)» به سال ۱۹۸۲ دست به جسارت زد بعد به عنوان یک نویسنده ممنوع القلم (پیتر ساکامو) در «یک داستان: قصه‌های خط ساحلی» به سال ۱۹۸۷ ظاهر شد و این دفعه در دوازدهمین کتابش «روزی روزگاری؛ یک اپرای شناور» او به دریای درون شخص جان بارت (نویسنده‌ای موفق که به ۸۰ سالگی رسیده و متقاعد شده که مشغول نوشتن کتابی است که نمی‌توانسته و نمی‌تواند به عنوان آخرین کتابش به آن فکر کند) بادبان می‌کشد.

آقای بارت می‌گوید: «این کتاب داستان زندگی من است ولی بیشتر، مطمئناً داستانی متعلق به آن است.» یقیناً بی‌باک‌ترین ابزار این کتاب سراسر ابداعی، خلق یک شخصیت خیالی است جرومه (جری) اشرایبر، یا جی وردز اسکربرز (خودشمار آقای بارت)؛ شخصیتی که کامل درک شده و خیلی واضح ترسیم شده است. کاراکتری که همزمان یک فیگور خیالی است، طرح داستان را هم پیش می‌برد و راوی را به سوی حرفه‌اش به عنوان یک نویسنده به جلو می‌راند. اسامی این کاراکتر نیز همگی بر مجازی بودنش دلالت دارند و او همان طور که ویرژیل در خدمت دانته دانته بود در اختیار بارت بارت است. شرایبر یا اسکربرز،



We Make Your Dreamy Building a Reality

CONSTRUCTION AMAJ INC

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

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

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




طراحی، بازدید و برآورد رایگان

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

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

جدول سودوکو

SUDOKU TABLE

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

◀ نرمال

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

◀ متوسط

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

◀ سخت

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

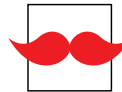
◀ خیلی سخت

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.

مه‌ساعیاسپور



نان کشمش یکی از نان‌های خوشمزه با بافتی نرم و پفکی است که به راحتی در خانه تهیه می‌شود. اگر طرفدار کشمش باشید؛ بدون شک از طعم نانی که پر از کشمش است لذت خواهید برد.



آشپزی هفته

COOKING WEEK

نان کشمش

مواد لازم یک

۱. آرد سفید ۳۵۰ گرم
 ۲. کره هم‌دمای محیط ۵۰ گرم
 ۳. شیر ۱۵۰ میلی لیتر
 ۴. تخم‌مرغ ۱ عدد
 ۵. شکر ۵۰ گرم
 ۶. خمیرمایه ۴ گرم
 ۷. وانیل نصف قاشق چایخوری
 ۸. نمک ربع قاشق چایخوری
 ۹. کشمش ۵۰ گرم
 ۱۰. کره ذوب شده ۳۰ گرم
 ۱۱. تخم‌مرغ جهت روم ۱ عدد
 ۱۲. پودر قند ۱۰ گرم
- شیر را گرم کنید تا به دمای ۴۵ درجه برسد (گرم شود ولی دست را نسوزاند) یک قاشق چایخوری شکر را در آن حل کرده و سپس خمیرمایه را اضافه کنید. ۱۰ دقیقه صبر کنید تا خمیرمایه عمل آید. کره هم‌دمای محیط، شکر، تخم‌مرغ و وانیل را با یکدیگر مخلوط کرده، خمیرمایه عمل‌آمده را اضافه کنید. آرد و نمک را مخلوط کرده و کم‌کم به مواد اضافه کنید تا زمانی که خمیر به دست نجسبد (بسته به نوع آرد ممکن است کمتر یا بیشتر از این مقدار استفاده گردد). خمیر را ۱۰ دقیقه ورز داده، در ظرفی گذاشته و اجازه دهید تا ۱/۵ ساعت استراحت کند. خمیر را مجدد ۲ دقیقه ورز دهید و به ۶ قسمت مساوی تقسیم کنید. خمیر را به شکل مستطیل پهن کرده و از کره ذوب شده روی آن زده و سپس کمی کشمش روی آن بپاشید. خمیر را از درازا رول کنید. خمیر رول شده را شکل دایره به دور خود بپیچید. نان‌ها را ۱۵ دقیقه استراحت داده سپس با مخلوط تخم‌مرغ و پودر قند رومال کرده و در فر ۱۸۰ درجه بمدت ۲۵ تا ۳۰ دقیقه اجازه پخت دهید. نوش جان

نکته مثبت هفته

هم برای خودتان حق اشتباه کردن قائل باشید و هم برای بقیه، این طوری زندگی بسیار ساده‌تر می‌شود.



شعر طنز هفته

«پهلوان شلوار داشت»

در گذشته آدمی از صبح تا شب کار داشت
هر که سالم بود از بیکار ماندن عار داشت
مردمانی کاری و فعال بودند آن زمان
در گذشته جامعه کی این همه بیکار داشت؟
شغل‌ها طبق تخصص بود و نظمی داشت کار
کی کسی در احتکار پست‌ها اصرار داشت؟
باغ‌ها و خانه‌ها پرچینی از گل داشتند
باغ‌ها و خانه‌ها کی این همه دیوار داشت
دکه صنعت‌گران در شهرها بسیار بود
این همه کی شهرها مان دکه سیگار داشت؟
جای گل‌های دروغین و پلاستیکی، قدیم
گل طبیعی بود و رنگ و بو و عطر و خار داشت
آن زمان حتی طبیعی بود یار گل‌گذار
هیچ مصنوعی نبود آن گل که روی یار داشت
در قدیم این ارتباط و عشق از اسرار بود
کی کسی اصرار در افشای این اسرار داشت؟
نه خبرچین و خبرساز و خبرخدا داشتیم
نه کسی از صبح تا شب کار با اخبار داشت
آن زمان حتی لباس ورزشی پوشیده بود
توی گود زورخانه پهلوان شلوار داشت

منبع: (دکتر بازی، اسماعیل امینی، مشهد: سپیده باوران، ۱۳۹۴). قسمتی از شعر پهلوان شلوار داشت

«شازده»

حکایت هفته

ای تخس و ناقلائی جنوب شهر بش می‌گفتن شازده. البته ترونیا این اسمو نوعی متلک می‌دونستن، به هر کی می‌گفتن بش برمی‌خورد و آکوره در می‌رف، چون به آدمای بی‌عرضه و تن‌پرور و پیزی فراخ می‌گفتن، اما خلیبا اونو منجرخانم صدا می‌کردن؛ البته این عنوان بدتر از شازده بود.

زمان، زمان جنگ بود و شرب الیهود، روسا و اینگلیسا مت قوم اجوج مجوج ریخته بودن تو ایرون و برادروار مملکتو بین خودشون تقسیم کرده بودن. انگاری سر ارث پدرشون نشستن، همه‌جا پلاس بودن و سگ دو می‌زدن. شازده با اونا قاطی بود و خیلی خوب باهاشون حرف می‌زد، یه خورده‌م مشکوک می‌زد، اما وختی واسه ما یه چیزایی بلغور می‌کرد یک کلمشو که نمی‌فهمیدیم هیچ، خیال می‌کردیم مارو سر کار گذوخته، اون وخ بود که مام سر قوز می‌افتادیم و سیا بازمون شرو می‌شد و سر طاس می‌شوندیمش. خیلی‌ام خودشو صاف و ساده نشون می‌داد. شایدم خودشو به خریت می‌زد، نمی‌دونستیم. اون خوش قد و قامت و شیک‌پوش بود. تموم لباساش آپارچه‌های انگلیسی بود. روزیم یه دست می‌پوشید، اونم اطوزده و شق‌ورق. فکلی بود و ادکلن زده و اصلاح کرده.

تو چارگوشه ترون پرسه می‌زد و قدم میرپنجی ور می‌داش؛ آپامنا گرفته تا میدون پاقایق، آدروازه قزبین تا دروازه دولت و جاهای دیگه. آخرشم ملوم نشد بچه کجاس، چیکارس، درومدش چقذه و آکجا می‌آره که انقذه خرج اتینا می‌کونه. بیخود نبود شک داشتیم.

عده‌ای می‌گفتن مال بابا بش رسیده، بعضیام اونو مأمور خفیه می‌دونستن و گروهیم اعتقاد داشتن جاسوس روساس. آدمای بدبین می‌گفتن مواجب‌گیر سفارت اینگلیسه. مُشتیم اونو معلوم‌الحال می‌دونستن. خلاصه هر کی یه چیزی می‌پروند و یه مزخرفی واسش کوک می‌کرد.

صب تا غروب تو دس و بال مردوم می‌پلیکید و سر صوبتو باهاشون وامی‌کرد؛ آدولت، آوزیر وزرا، آوکیل وکلا، آشاه و گدا می‌گفت تا روس و اینگلیس و چین و ما چین. با زبون چرب و نرمش می‌خواست یه شکلی از شون حرف بکشه، البته بر و بچه‌ها خنگ بازی در نمی‌آوردن و مفت کل بند و آب نمی‌دادن.

یه هف هف ده روزی شازده گم‌وگور شد. یواش‌یواش تو مردوم چو پیچید که سرشو خوردن. هر کی یه چیزی می‌پروند. دس آخر تَفش دراومد و دهن به دهن گش که تو یکی آباغای فرح‌زاد جنازشو پیدا کردن که با چن ضربه چاقو کشته‌شده، تابشون سال ۱۳۲۴.

بچه‌همن: (پرسه در احوالات ترون و ترونیا، مرتضی احمدی. تهران: انتشارات هیلا، ۱۳۹۶)

لطیفه‌های هفته

www.hafteh.ca

FUN
HAFTEH

نکته هفته

زندگی و زمان معلم‌های شگفت‌انگیزی هستند. زندگی به ما می‌آموزد از زمان درست استفاده کنیم و زمان به ما ارزش زندگی را می‌آموزد.

نقل قول هفته

دلای لا ما: خوشبختی چیزی ساخته و آماده نیست بلکه از اقدامات شما به دست می‌آید.

ضرب‌المثل هفته

پارسی: طمع را نباید که چندان کنی که صاحب کرم را پیشیمان کنی! روسی: بدون باختن برنده نخواهی شد.

- * توی خانه ما همه از یک شیشه بدون لیوان آب می‌خوریم ... ولی موقع دست دادن هنوز از مشت استفاده می‌کنیم!
- * او مدم کار امروزمو بندازم برا فردا... بلند انداختم افتاد پس فردا... آنقد خوشحالم الان...
- * رسیدم خونه بابام گفت باز چی مصرف کردی؟ گفتم ببین: بهونه می‌خوای بگیری بحثش جداست. ولی من نه دیر اومدم، نه لباسم بو میده، نه چشمم قرمز، پاک پاکم... گفت حرفت درست ولی موتور رو وسط هال پارک نمی‌کنن...
- * آنقد استوری گذاشتین از شمال، به منم خوش گذشت شماره کارت بدید منم دنگمو بدم...
- * به راننده می‌گم: هزاری از این بهتر نداری؟ ... میگه: چشه؟ عکس امام خوشگل نیفتاده؟! ... ملت اعصاب ندارن!
- * به مامانم میگم نونوایی قیامت بود، میگه: یعنی شلوغ بود؟ ... گفتم: نه گناه کارا رو می‌نداختن تو تنور به نیکو کارا هم نون مجانی می‌دادن ... بالاینکه سنش بالاس ولی ضربات سنگینی وارد می‌کنه!
- * حالا الان می‌بینید هوا چقدر زیباست؟ ... قرنطینه تموم شه پامونو از در که بزاریم بیرون کویر میشه ... گرم، شتر رد میشه، خس و خاشاک قل می‌خورن رو زمین!
- * با توجه به کاهش چشمگیر آمار جرم و جنایت و دزدی در ماه مبارک رمضان به این نتیجه می‌رسیم ... مجرمین همان مؤمنین هستند!

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

VANTAGE
514 995 3041

آتوسا تنگستانی فر

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

سرویس رایگان و خدمات ویژه برای:

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

هدیه به شما پرداخت اولین اقساط دو هفته کانه وام بانکی شما

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

SOROOR SADR **سرور صدر**

خدمات حسابداری و دقتداری

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

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

514.777.3604 loyale.accounting@gmail.com

NCS CONSTRUCTION
HOME INSPECTION

کارشناس و بازرس فنی ساختمان
سهیل گلپور

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

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

• IPTV Service **Internet + phone**

اینترنت

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

برای اطلاعات بیشتر لطفا با شاخص فاسمی تماس بگیرید: **514-561-2071**

ELAN ACCOUNTING SERVICES INC.

انجام امور مالیاتی به صورت Online یا حضوری
با توجه به انتخاب شما
(514) 225 3500

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

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

Mojdeh Miri (514-562-3493) CPA Candidate
Iraj Mohammadi (514-625-6292) CPA Candidate

360-3285 Cavendish Blvd. Montreal, QC H4B 2L9
http://elanaccounting.ca
info@elanaccounting.ca

Artistic Men Haircut by Sirous

متخصص
مدلهای هنری
برای آقایان

514-240 1493

IC ACCOUNTING

خدمات حسابداری و دقتداری
ACCOUNTING AND BOOKKEEPING SERVICES


آموزش نرم افزارهای حسابداری
ACCOUNTING SOFTWARE TRAINING

تنظیم اظهارنامه های مالیاتی
INDIVIDUAL AND CORPORATION TAX RETURN

3333 Boul Cavendish suite 315, Montreal, QC H4B 2M5
acc.mli_acc@gmail.com (514) 458-7599

اردشیر معین الشاری
Ardehsir Molinafshari

سخن ستارگان (برای تقن)

ترجمه: 
خاطره تحویل‌داری یکتا

فال شما برای ۴ تا ۱۱ ژوئن / ۱۵ تا ۲۱ خرداد

متولدین فروردین (۲۱ مارس - ۱۹ آوریل)



این هفته بر پول و جریان نقد تمرکز داشته و به دنبال مسیر جدیدی برای درآمد یا حتی شغل جدید هستید. به این کار ادامه دهید. از سال ۲۰۱۰ توجه شما بر کار و موفقیت معطوف شده بود. بین سال‌های ۲۰۱۰ تا ۲۰۱۴ زمان خوبی برای مشارکت نبود و بعد از آن هم تا سال ۲۰۱۸ سخت تلاش کرده‌اید. از آن زمان به بعد زمان درخشش شما بوده است! اکنون پنجره موفقیت‌ها به روی شما باز شده. با هر آنچه در کف دارید تلاش کنید.

متولدین اردیبهشت (۲۰ آوریل - ۲۰ مه)



با حضور خورشید و عطارد در موقعیت شما، زمان همچنان برایتان زمان قدرت است. شاید بخواهید در این ماه چهره خود را در تحصیل و دانش بیشتر نشان دهید. این کار خوبی است حتی اگر بین سال‌های ۲۰۱۰ تا ۲۰۱۳ با انرژی بسیار تلاش کرده‌اید. پس از آن بین سال‌های ۲۰۱۵ تا ۲۰۱۸ زمان برای شما چالش برانگیز بوده اما در سال ۲۰۱۸ بازی تغییر کرده است. از آن زمان برای زمان بزرگ خود در سال ۲۰۲۱ آماده شده‌اید. آماده عمل باشید!

متولدین خرداد (۲۱ مه - ۲۱ ژوئن)



با حضور ونوس و موقعیت شما، جذاب و باسیاست هستید و از ارتباط با دیگران لذت می‌برید. باین‌وجود خورشید و عطارد هم در موقعیت شما پنهان بوده و باعث می‌شوند در پشت‌صحنه عمل کنید. بین سال‌های ۲۰۰۸ تا ۲۰۱۱ تلاش کرده‌اید اساس کار را بسازید. سپس حدود سال‌های ۲۰۱۲ تا ۲۰۱۵ با انرژی بسیار کار کرده‌اید. نتیجه آن است که آموخته‌اید چطور مستقل بوده و روی پای خود بایستید. خوشبختانه امسال درهای برکت به رویتان باز می‌شود!

متولدین تیر (۲۲ ژوئن - ۲۲ ژوئیه)



در چند سال گذشته شرکات‌ها و دوستی‌های نزدیک برایتان چالش برانگیز بوده است. خوشبختانه از زمان ورود سیاره مشتری به موقعیت متولدین دی‌ماه شرایط آرام‌تر می‌شود. پیش از آن بین سال‌های ۲۰۱۵ تا ۲۰۱۸ با انرژی بسیار تلاش کرده و کارهای بسیاری را به انجام رسانده‌اید. بسیاری از شما در سال ۲۰۱۹ شغل بهتری داشته‌اید. باید بدانید که در سال ۲۰۲۱ همه‌چیز برای شما به راحتی انجام می‌شود، خصوصاً از نظر مادی. لذت ببرید.

متولدین مرداد (۲۳ ژوئیه - ۲۲ اوت)



خورشید همچنان به همراه عطارد در موقعیت شما است و این حالت باعث می‌شود در نظر همگان عالی به نظر بیایید، خصوصاً رؤسا و افراد مهم. در ابراز نظراتتان شک نکنید، زیرا دیگران به شما گوش می‌دهند. خبر نه‌چندان خوب آنکه مریخ همچنان در مقابل موقعیت شما بوده و باعث می‌شود از همسر یا دوستان نزدیک آزرده شوید. باید صبور باشید. خوشبختانه امسال فرصت خواهید داشت شرایط کار و شغل‌تان را بهتر کنید.

متولدین شهریور (۲۳ اوت - ۲۲ سپتامبر)



از انرژی بسیاری برای انجام کارها برخوردارید. حضور ونوس در بالای موقعیت شما روابط آرامی را با والدین و رؤسا تضمین می‌کند. استراحت برایتان معنی ندارد. خواهان تغییر و انگیزه هستید! بسیاری از شما بین سال‌های ۲۰۱۲ تا ۲۰۱۵ تغییری در محل سکونت یا محل کار داشته‌اید. پس از آن تلاش بسیاری برای محکم کردن شرایط در مورد محل زندگی کرده‌اید. در سال آینده سخت کار کرده و موقعیت شغلی خود را پیشرفت می‌دهید.

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

اولین تعاونی چاپ در کانادا

کارکنان و کارمندان شایسته در چاپخانه صاحبان آن می‌باشند!

printing.coop
Printing co-operative

همه کارهای چاپی
طراحی و ساخت تابلو
در زیر یک سقف

با ۲۵ سال تجربه چاپ و تبلیغات
و مدیریت مهندس مهدی افشاری

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

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

imprimeur.coop
Impression Co-operative

Pushap Restaurant

شکلهای خوشمزه گیاهی
شیرینی های هندی

فست‌فای مایه‌رقیب هستند

514-737-4527

5195 Pare St,
Montreal, QC H4P 2B1



آموزش خط تحریری و تعلق
با درک ممتاز مهری انصاری

۵۱۴۵۵۴۴۸۹۲

متولدین دی (۲۲ دسامبر - ۱۹ ژانویه)

علیرغم سختی‌هایی که اکنون پشت سر می‌گذارید، زمان خوبی را در پیش رو خواهید داشت. در بعدی وسیع‌تر باید بگویم امسال به دلیل حضور سیاره خوش‌یمن مشتری از حمایت الهی برخوردارید. این نعمت به شما انرژی مثبت بیشتری می‌دهد و شما هم منبع انرژی دیگران خواهید بود. نگران نباشید، در سال ۲۰۲۱ دارایی شما افزایش یافته و پول‌دارتر می‌شوید. در حال حاضر از سلامتی برخوردارید اما باید شیرینی کمتر بخورید.

متولدین مهر (۲۳ سپتامبر - ۲۲ اکتبر)

این هفته احساس شادی می‌کنید. بین سال‌های ۲۰۰۸ تا ۲۰۱۰ کارهای خود را کم کردید تا در سال ۲۰۱۰ چرخه جدیدی را در زندگی آغاز کنید. بسیاری از شما بین سال‌های ۲۰۱۵ تا ۲۰۱۸، زمانی که شرایط نامشخص بود، محل زندگی خود را تغییر داده یا تغییر شغل داشته‌اید. در چند سال اخیر تلاش شما بر بهبود شرایط خانه برای خود و خانواده بوده است. امسال برای تغییر محل زندگی زمان خوبی است. از آن استفاده کنید.

متولدین بهمن (۲۰ ژانویه - ۱۸ فوریه)

خانه، خانواده و زندگی شخصی اکنون مهم‌ترین فکر شماست. بحث‌های خانوادگی اتفاق می‌افتند اما با حضور مریخ پرشور در موقعیت شما از توانایی حل کردن آن برخوردارید. امسال سال کنار گذاشتن و رها کردن افراد، مکان‌ها و دارایی‌ها است. عرشه را خالی می‌کنید، زیرا سال آینده مسیر حرکت جدیدی خواهید داشت. قطعاً همه چیز مثبت خواهد بود، زیرا سیاره خوش‌یمن مشتری برای اولین بار پس از ۱۲ سال در موقعیت شماست.

متولدین آبان (۲۳ اکتبر - ۲۱ نوامبر)

باید بیشتر خوابیده و استراحت کنید، زیرا این هفته انرژی‌تان کم می‌شود. با این وجود زمانی که خورشید در مقابل موقعیت شماست، از فرصتی برای درک عینی رفتارتان نسبت به نزدیکان برخوردارید. در عین حال جایگزینی عطارد در موقعیت شما در این زمان امیدتان را بیشتر کرده و مثبت‌نگری را برایتان آسان‌تر می‌کند. سال آینده فرصت خوبی برای تغییر و بهبود محل زندگی خواهید داشت.

متولدین اسفند (۱۹ فوریه - ۲۰ مارس)

علیرغم محدودیت‌های فعلی اکنون بسیار درگیر هستید. بسیاری از شما به سفرهای کوتاه می‌روید یا با اقوام و خواهر و برادر در ارتباط هستید. به همین جهت احساس می‌کنید ذهن و جسمتان درگیر است. خوشبختانه به دلیل حضور ونوس همه‌چیز در خانه به خوبی پیش می‌رود. چیزی ذهن شما را به خود مشغول کرده است اما نباید اجازه دهید بر شما غلبه کند. اکنون برای شما زمان محبوبیت است.

متولدین آذر (۲۲ نوامبر - ۲۱ دسامبر)

حال و هوای کار کردن دارید و به همین دلیل کارهای بسیاری انجام می‌دهید! ایده‌های پول‌سازی هم در ذهن دارید. روابط با همسر و دوستان نزدیک خوب است، زیرا ونوس خوش‌یمن در مقابل موقعیت شما قرار دارد. باید بگویم حضور مریخ ارتباطات شما را با دیگران قوی می‌کند. اکنون زمان خوبی است برای افزایش درآمد و دارایی. در چند سال آینده به دنبال جابجایی محل زندگی یا تغییر شغل خواهید بود.

آرش شاکر
مشاور رسمی املاک مسکونی

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

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

514 730 3909 • برای مشاوره رایگان با ما تماس حاصل نمایید

اجاره | فروش | خرید

با بهمان بدون هر تراکشی
خرید یا فروش
از هزینه DANG LARUE
حمایت موافق کرده

HIGH ROLLER 2018 2019 2020
Broker of The YEAR 2019
LONDONO REALTY GROUP INC.

ترجمه رسمی دعوت نامه

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

مشاوره: درمانی، تحصیلی، مهاجرت

حسین ترکپور، مددکار اجتماعی
www.psynaquebec.com ۵۱۴۸۴۶۸۸۷۲

تدریس خصوصی زبان انگلیسی

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

حسابداری

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

فروش رستوران

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

آموزش زبان فارسی

آموزگار با ۳ دهه سابقه تدریس و ۲۰ سال سابقه تدریس در پایه اول
mehrkids.com مهرنوش معانی ۵۱۴۹۸۴۱۳۶۱

تدریس زبان فرانسه

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

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

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

استاد شیدا قره‌چه داغی
اهنگساز پیانیست

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

514 484 8748
sheida.g@hotmail.com

صابر جلیل زاده

آموزش سنتور

ابتدایی
مقدماتی
ردیف

saberjalilzadeh@yahoo.ca 514-549-4697

پیش شماره‌های
نوشته نشده ۵۱۴ هستند.

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

۹۰۳-۸۵۶۰	مونا صالحی	۹۳۳-۶۸۰۰	فریدون هرنیدیان	۶۵۳-۳۰۵۰	دکتر رضا یاوریان	اتومبیل (فروش)
	مد و لباس		رسانه های گروهی		بیمه عمر و سرمایه گذاری	Auto Highlander
۸۴۲-۵۶۰۸	HPadar	۸۴۸-۹۵۹۹	بازار	۴۷۳۵۳۹۵	نیره امداد	۹۹۰-۲۵۰۰
	مراکز مذهبی	۵۷۵-۸۴۵۱	پوشه	۲۹۶-۹۰۷۱	علی پاکنژاد	www.autohighlander.com
۸۴۹-۰۷۵۳	انجمن بهایی	۷۸۷-۸۸۴۸	هفته	۴۶۷-۸۴۹۱	عبدالله صفوی	1080 Victoria Avenue, Saint-Lambert, QC J4R 1P7
۳۴۱-۲۲۳۵	موسسه خویی	۹۰۳-۴۷۲۶	پرنیان	۶۹۰-۶۱۸۱	متین تیره دست	اتو کاسپین
۲۶۱-۶۸۸۶	کلیسای ایرانی	۹۹۶-۹۶۹۲	پیوند		بیمه (خودرو و خانه و سفر)	۵۷۵-۷۹۴۰
۹۹۹-۵۱۶۸	کلیسای فارسی- کشیش		رستوران- پیتزا - کیتزینگ			www.autocaspien.com
	مشاور املاک		فارس		مشاور فارسی زبان بیمه Allstate	اتومبیل (تعمیرگاه)
۵۸۸۰۶۰۹	مهدی انصاری		رسنوران غذاهای دریایی	۶۵۲۷۶۷۷	مهرداد ملکچمشیدی	اطلس
۹۹۵-۳۰۴۱	آنوسا تنگستانی فر	362-Ave.-Fairmount W. / 514-270-8437				۴۸۴-۴۴۸۱
۹۶۷-۵۷۴۳	مینو اسلامی		پوشاپ (هندی)		پزشکی جایگزین	6000 saint jaque H4A 2E9
۹۶۹-۲۴۹۲	نادر خاکسار	۷۳۷-۴۵۲۷	آریا		ترجمه و دعوتنامه رسمی	شمیران
۲۹۰۲۲۱۰	شهره شهریان	۴۵۰-۸۱۲-۷۳۶۹	کباب سرا	۶۹۱-۴۳۸۳	رضا داودی	۴۸۷-۶۲۶۲
۶۲۵۲۵۲۵	سحر صمدایی		820 Ave. Atwater / 514-933-0933	۶۲۴-۵۶۰۹	شهریار بخشی	آرایشگاه - زیبایی - اسپا
۸۲۷-۶۳۶۴	فیروز همتیان		ساخت و ساز Builders	۴۳۸-۳۹۰۰-۶۹۴	خاطره تحویل داری یکتا	آمنه
۵۶۱-۳۵۶۱	آرزو گتمیری		علی خاقانی	۵۷۵-۷۰۸۰	نوشادجمال	۹۳۳-۰۷۶۳
۹۷۱۷۴۰۷	کاظم پرتو نهرانی		تی‌ش دیجیتال		چاپ و کپی	3545 Côte-des-Neiges, H3H 1V1
۷۳۰۳۹۰۹	آرش شکور		فرش و موکت	۴۸۸-۵۳۳۳	فتوکی ان دی جی	www.Amybeautysalon.com
	مشاور خانواده		قالی شویی و رفو		حسابداری	سوزان
	مشاور تحصیلی		عکاسی و فیلمبرداری	۴۵۸۷۵۹۹	اردشیر معین افشاری	رویا
	مشاور مهاجرت		استودیو فتوبوک	۲۴۲-۶۰۳۴	حسین خردبین	فریبا
۲۸۹-۹۰۴۴	معصومه علی محمدی	۹۸۴-۸۹۴۴	فتو شاپ	۵۴۹-۱۳۴۴	حجت رستمی	آپادانا
۹۰۳-۴۷۲۶	علی مختاری	۸۴۶-۰۲۲۱		۷۷۷-۳۶۰۴	سرور صدر	پرسپولیس
۷۴۸-۰۹۴۹	سهیل ملاحمدی		فروشگاه ها	۸۸۶۷۴۷۱	مهدیه سلیمی	پنج ستاره
	گنجی		سن لوران		حمل و نقل	صرافی الیت
	نان و شیرینی		بازار		المپیک	شریف
۴۳۸-۴۰۱-۸۵۴۶	کافه قنادی شیراز	۳۶۹-۳۴۷۴	EXO Fruits	۹۳۵-۳۳۰۰	قربان	پاسیفیک
۸۳۶-۵۵۵۳	گندم	۸۴۶۱۶۱۷	متروپولیس (تعاونی رز)	۸۸۷-۰۴۳۲	خدمات ویزای توریستی	ExpertFX
۶۳۴-۶۳۶۳	نان سنگک آذر	۷۳۸-۱۳۸۴	کامپیوتر و خدمات	۲۳۴-۳۳۹۹	Loadex Transport	الکتریکی - برق کار
	نوسازی و تعمیرات ساختمان	۸۴۹-۴۲۴۲	بیژن جلالی		خدمات در ایران	آراز الکتریک
۸۳۵-۶۲۴۳	تی.ام.ان		کتاب فروشی / کتابخانه		خیاطی	آژانس های مسافرتی
۲۹۰-۲۹۵۹	لوله کشی پارس	۵۱۴۶۴۹۹۳۶۶	کتابخانه نیما		419-1039 Tailleur Bijan	سلطان تراول
۴۴۱-۴۲۹۵	بهنام	۴۸۵-۳۶۵۲	نوروززمین		2121 Rue Crescent #102, H3G 2C1	فرناز معتمدی
	وام مسکن	۷۸۷-۸۸۴۰	طراحی و گرافیک		خدمات در ایران	مهری صدوقی
۶۰۶-۵۶۲۶	بهرز باباخانی		لباس: فروش / تعمیرات		دارالترجمه فرهنگ	سعید هاشمی
۹۹۵-۳۰۴۱	آنوسا تنگستانی فر		محضر رسمی		419-1039 Tailleur Bijan	آموزش
۹۷۹۹۸۰۹	شیرین تیموری				2121 Rue Crescent #102, H3G 2C1	پروین عبائی - فارسی
۸۳۴۸۰۵۳	مهرداد مرادخانی				خدمات در ایران	مدرسه فردوسی
	مهد کودک				دارالترجمه فرهنگ	مدرسه وست آیلند
۶۹۹-۸۳۷۳	سیمیا (دولتی)				دارالترجمه فرهنگ	مدرسه دهخدا
	وکیل/مهاجرت				دارالترجمه فرهنگ	آموزشگاه (راندگی)
۹۶۱-۸۷۴۶	دیوید برگر				دارالترجمه فرهنگ	آموزش (موسیقی)
					دارالترجمه فرهنگ	پیانو / فزاریان
					دارالترجمه فرهنگ	استاد پیانیست فرجه داغی
					دارالترجمه فرهنگ	آموزش (زبان)

30: Histoire de couverture

Des médecins formés à l'étranger pour lutter contre la COVID-19

Une entrevue avec le Dr Amir A. Besharati

■ Hafteh



Cover
NO.586

- 26 Ariyana:** Navideh Ahmadi
L'art est ma façon d'exprimer mes sentiments sur l'immigration
Entretien avec Nazila Ahmadi, réfugiée afghane et directrice de théâtre à Téhéran



- 13 Economie:** Hafteh
Ottawa cherche de « grandes idées » pour la relance économique



- 42 Page légale:** Me Niousha Riahi
Covid-19: soutien du gouvernement provincial aux entreprises



- 40 Santé :** Dr. Elham Gerami
Pourquoi devrions-nous apprendre la pensée critique et l'enseigner à nos enfants?



- 22 Immigration:** M. Alimohammadi
Changements au programme d'immigration du PEQ et oppositions



Un magazine hebdomadaire pour la communauté Afghane/iranienne de Montréal
A weekly Magazine for the Afghan/Iranian Community in Montreal
04 June 2020, numéro 586
04 June 2020, issue Nr. 586

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

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

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

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

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

Canada



Les frais de l'abonnement annuel: 120 dollars



NISSAN Nissan St. Jacques Gabriel

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

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

همین امروز
با ما
تماس بگیرید:

Cell: **438-402-0429**
+1438-402-0429



Persepolis Exchange
پرسپولیس مرنجی

صرافی پرسپولیس

سریع آسان قابل اطمینان

514-225-3455 & 438-357-7000

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

PERMONT
Entrepreneurs généraux - General contractors Inc.

تیم متخصصی با بیش از ۲۰ سال سابقه اجرا در کانادا

سازنده سازه های شما با اعتماد و دوستی

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

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

علیرضا عزت پور اقدم
مشاور املاک

با بیش از ۱۵ سال تجربه تخصصی

خدمات ما برای خریداران گرامی رایگان است

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

Sutton

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

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

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



SAMI FRUITS

میوه تره بار سامی

کیفیت: خوب قیمت ها: غیر قابل رقابت

با شش شعبه بزرگ در خدمت شما

D.D.O. (514) 421-6333
 3000 Rue du Marche, H9B 2Y3
 چهارشنبه: ۱۹:۳۰ تا ۱۸:۳۰
 پنجشنبه: ۲۰:۰۰ تا ۱۸:۳۰
 جمعه: ۲۰:۰۰ تا ۱۸:۰۰
 شنبه و یکشنبه: ۱۹:۰۰ تا ۱۸:۰۰
 (دوشنبه و سهشنبه تعطیل)
Head Office
 1505 rue Legendre Ouest
 Montreal, QC H4N 1H6
 (514) 858-6363

Nord-est (514) 593-1333
 8200 19E Avenue, H1Z 4J8
 دو و چهارشنبه: ۱۹:۳۰ تا ۱۸:۳۰
 پنجشنبه: ۲۰:۰۰ تا ۱۸:۳۰ - جمعه: ۲۰:۰۰ تا ۱۸:۰۰
 شنبه و یکشنبه: ۱۹:۳۰ تا ۱۸:۰۰ - سهشنبه: تعطیل
St. Laurent (514) 856-1333
 1320 boul. Jules-poltras, H4N
 چهارشنبه: ۱۹:۳۰ تا ۱۸:۳۰ - پنجشنبه: ۲۰:۰۰ تا ۱۸:۳۰
 جمعه: ۲۰:۰۰ تا ۱۸:۳۰ - شنبه: ۱۹:۳۰ تا ۱۸:۰۰
 یکشنبه: ۱۹:۰۰ تا ۱۸:۳۰ - دو و سهشنبه: تعطیل

Laval (450) 978-1333
 1550 Blvd Daniel Johnson
 دوشنبه و چهارشنبه: ۱۹:۳۰ تا ۱۸:۳۰
 پنجشنبه: شنبه و یکشنبه: ۱۹:۳۰ تا ۱۸:۰۰
 جمعه: ۲۰:۰۰ تا ۱۸:۳۰ - سهشنبه: تعطیل
Lasalle (514) 368-1333
 400 ave Lafleur, H8R 3H6
 چهارشنبه: ۱۹:۳۰ تا ۱۸:۳۰
 پنجشنبه: ۲۰:۰۰ تا ۱۸:۳۰ - جمعه: ۲۰:۰۰ تا ۱۸:۰۰
 شنبه و یکشنبه: ۱۹:۳۰ تا ۱۸:۰۰ - دو و سهشنبه: تعطیل

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

586 HAFTEH

Un hebdomadaire pour la communauté Afghane/iranienne de Montréal
A weekly Magazine for the Afghan/Iranian Community in Montreal
Vol.12 - No.586 Jeudi / Thursday, june / June.04.2020

www.hafteh.ca ISSN 1918-4379 hafteh

Convention du service Poste-Publications NO 41740020



Des médecins formés à l'étranger pour lutter contre la COVID-19

Une entrevue avec le Dr Amir A. Besharati

