

# نژادپرستی یک ویروس است

چگونه با این بیماری روبرو شویم؟





MARCHÉ ARIYA

فروشگاه آریا

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

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

پایین ترین قیمت بالاترین کیفیت

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

رضایت شما اولویت ماست

از ۹ صبح تا ۹ شب، ۷ روز هفته

**Clinique Dentaire Soleil**

**دکتر شریف نائینی**

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

**Dr. Sharif Naeini**

(514) 731 1443

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

Clinique Dentaire Soleil

www.cliniquedentairesoleil.com

info@cliniquedentairesoleil.com

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

**مهاجرین عزیز**

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

**پیش فروش آپارتمان در بهترین نقطه Downtown**

West Island در خانه های اجاره ای

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

**تکین خاکسار - نادر خاکسار**

مشاور املاک

514 969 2492 هفت روز هفته مشاوره رایگان تلفنی



**رویاها تحقق پذیرند...**

**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

مشاوره و کسب اطلاعات رایگان املاک مسکونی با فویترین 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



**مهندس مهدی انصاری**  
مشاور املاک

کارشناسی ارشد مهندسی عمران  
از دانشگاه کنکوردیا

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

**Mahdi Ansari**  
Residential Real Estate Broker  
CANADA AWARDED  
BROKER  
2019 - 2020

📞 514-588-0609  
🌐 www.mahdiansari.com  
📱 medi.ans.mtlbroker

Agence immobilière  
GROUPE IMMOBILIER  
**LONDONO**  
REALTY GROUP INC



# آرزو گتمیری

## مشاور املاک



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

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

**Cell: (514) 561-3-561**

Arezou Gatmiri  
Courtier Immobilier Résidentiel  
arezougatmiri@gmail.com



# مشاور املاک

## Courtier immobilier agréé / Certified Real Estate Broker

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

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



## فیروز همتیان

ارزیابی رایگان - تهیه وام مسکن

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

۴۲ حقوق: لایحه ۶۱ دولت کبک چیست و چرا اعتراض‌ها را برانگیخته است؟ / نیوشا ریاحی  
 ۴۵ ادبیات شعر: نمونه‌هایی از نوشته‌های مهیار مظلومی  
 ۴۷ ادبیات شعر: سه سروده از راهی / کریم زبانی  
 ۴۸ سلامت تن و روان: رژیم نوترینارین، کنترل اشتها و بالاترین سطح سیستم ایمنی / ترانه ناظری  
 ۵۰ داستان: خواب مرکبار و نگاه روانسازانه به داستان «خواب مرکبار» / لاله رهبین  
 ۵۲ آریانا اخبار: آنجلینا جولی درباره فیلم صحرا کریمی: نمایشی از وقار، زیبایی و روح زنان افغانستان / گروه خبر هفته  
 ۵۴ آریانا: حیدری وجودی، شاعر و عارف نامدار افغانستان در کابل درگذشت / حبیب عثمان  
 ۵۶ آریانا: داستان کوتاه؛ مکتب فروشی (۲) / جمیله هاشمی  
 ۵۸ معرفی کتاب: نگاهی به کتاب شهر شیشه‌ای اثر پل استر / مهسا محبی  
 ۶۰ سرگرمی و خانواده / هفته  
 ۶۴ صفحه‌ای برای سرگرمی: سخن ستارگان / خاطره تحویل‌داری یکتا

۷ سخن هفته: اگر نه برای انسانیت، برای بقای خودتان..... / سردبیر  
 ۸ کانادا: گشایش بخش کنسولی سفارت ایران در کانادا بزودی؟ / گروه خبر هفته  
 ۱۲ اقتصاد: سقوط بهای سهام بمباردیه به زیر یک دلار / اخبار اقتصادی تا شنبه ۱۳ ژوئن / بهراد رنجبری  
 ۱۳ آریانا: کمی آب بیاور که سوختم / مرثیه‌ای بر مرگ مهاجران افغان در آتش / حبیب عثمان  
 ۱۴ آریانا: نگاهی به یک فاجعه: چرا و چگونه مهاجران افغان در آتش سوختند / نرگس هاشمی  
 ۲۰ مهاجرت: بررسی سریع‌تر درخواست ویزای کانادا برای دیدار اعضای درجه یک خانواده / معصومه علی محمدی  
 ۳۳ سیاست: مسابقه نفس گیر کانادا برای عضویت در شورای امنیت / آیا کانادا ناجی چندجانبه‌گرایی در شورای امنیت می‌شود؟ / گروه ترجمه هفته  
 ۳۸ آریانا: گزارشی به مناسبت روز جهانی مبارزه با کار کودک: پسر م کلاس اول است، حاضریم بپریم اما نمی‌گذارم او کار کند / نویده احمدی

## ۲۶ آریانا؛ گفت‌وگو

نویده احمدی

در کودکی آرزوی مرگ می‌کردیم تا بلکه یک بار سیر بخوایم  
 نثار ظریفی، هنرمند تحسین شده افغان در گفت‌وگو با هفته

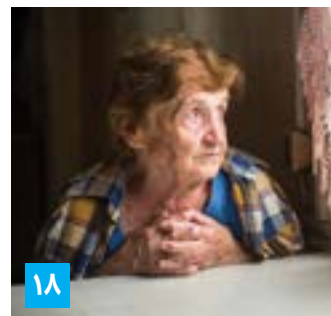


۲۶

## ۱۸ جامعه

گروه ترجمه هفته

ویروس کرونا و درد انزوا  
 شیوع تنهایی در مونترال؟



۱۸

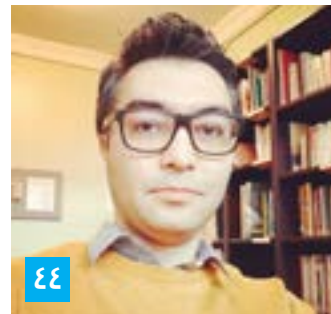


۲۲

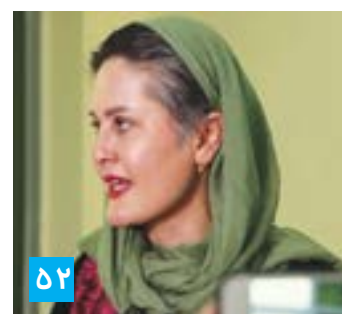
## ۲۲ مهاجرت

معصومه علی محمدی

بررسی سریع‌تر درخواست ویزای کانادا برای دیدار  
 اعضای درجه یک خانواده



۴۴



۵۲

## ۴۴ ادبیات؛ گفت‌وگو

فرشید سادات شریفی

هم کلام با مهیار مظلومی درباره ادبیات مهاجرت:  
 برای پایان راه تباهی کشورمان از آزادی در مهاجرت بهره ببریم

## ۵۲ آریانا اخبار

نویده احمدی

آنجلینا جولی درباره فیلم صحرا کریمی:  
 نمایشی از وقار، زیبایی و روح زنان افغانستان

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 ۵۸۸

پنجشنبه ۲۹ خرداد ۱۳۹۹ / ۱۸ 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



ساخته هفته

## اگر نه برای انسانیت، برای بقای خودتان....

شهری افغانستان در صفحه فیس‌بوک خود درباره فاجعه مرگ دلخراش افغان‌های جویای کار چنین نوشته است: «در این رابطه حرف‌های پراکنده‌ی در رسانه‌ها دست‌به‌دست می‌گردد. حقیقت این قضیه - می‌گویند - هنوز معلوم نیست و تحقیقات جریان دارد. تا آن زمان اما دل‌های درد رسیده را چه کار کنیم؟ اگر با وجدان‌های خود صادق باشیم، نتیجه‌ی کدام جنایت در حق این ملت بی‌صاحب تاکنون معلوم شده که این‌یکی معلوم شود؟ حق داریم پریشان باشیم؛ ما ملت مارگزیده هستیم.» شعله‌های برافروخته این آتش دیر یا زود دامن شما را خواهد گرفت. اگر نه برای انسانیت برای ادامه بقای خودتان از این ظلم بکاهید.

آقایان مسئولان عالی مملکت یا این اعمال با تایید شماست که در نتیجه مستقیماً در این جنایات سهیم هستید و مسئولیت اصلی را به عهده دارید. یا خبر دارید اما ناتوان از توقف این جنایات هستید و یا اینکه بی‌خبرید که در هر دو مورد اخیر هم شما مسئولید. آخر مگر می‌شود در یک مملکت اینچنین جنایتی پی‌درپی تکرار شود و آب از آب تکان نخورد؟

اگر هنوز ذره‌ای انسانیت در لایه‌های بالایی قدرت باقی‌ست با شفافیت کامل درباره این دو موضوع تحقیق کنید! اگر جنایتی صورت گرفته مسئولان آن را معرفی و محاکمه کنید و اگر قصوری وجود داشته مسئولان مربوطه را به پاسخ‌گویی بکشانید.

فرهاد دریا، هنرمند دردمند و انسان‌گرای

هنوز آتش درد خانواده‌های پناهجویان افغان غرق شده رودخانه مرزی خاموش نشده که خبر تیراندازی به خوردو حامل پناهجویان، شعله کشیدن آتش و جان باختن تنی چند، خون دل انسان را به خروش می‌آورد.

کاربران افغان در شبکه‌های اجتماعی خشمگین سوال می‌کنند: آخر چرا چنین می‌کنید؟ آقای پاسدار و پلیس و مرزبان مگر شما انسان نیستید مگر قلب ندارید مگر این پناهجویان کدام هیزم تر را به شما فروخته‌اند؟ آیا سرباز و پاسدار و پلیس مسئول این جنایات هستند؟ نقش عالی‌ترین سطوح تصمیم‌گیری سیاسی در این زمینه چیست؟ آیا چند مامور خرد می‌توانند بدون موافقت رسمی یا ضمنی سران مملکت هر چند روز یک بار چنین فاجعه‌ای بیافرینند؟

<ul style="list-style-type: none"> <li>■ هفته از همه علاقه‌مندان دعوت به همکاری می‌کند.</li> <li>■ برداشت مطلب با ذکر ماخذ آزاد است.</li> <li>■ لطفاً مطالب خود را زیر هزار واژه (برمبنای واژه‌شمار وارد) نگاه دارید.</li> <li>■ هفته در استفاده، ویرایش و کوتاه کردن مطالب‌های رسیده آزاد است.</li> <li>■ نوشته‌های فرستاده شده پس فرستاده نمی‌شوند.</li> <li>■ استفاده از طرح‌ها و آگهی‌های هفته نیاز به کسب اجازه دارد.</li> <li>■ درباره مضمون آگهی‌های منتشر شده، هیچ گونه مسئولیتی متوجه هفته نیست.</li> </ul>	<p>خبرهای محلی ادبیات: فرشید سادات شریفی اندیشه: رضا داودی جامعه و فرهنگ: سجاد صاحب‌زند اقتصاد: بهراد رنجبری پردیس گروه دانشجویی هفته: محمد کرم‌زاده، امیر مولایی، عباس محرابیان، شهرزاد طباطبایی با سپاس ویژه از همکاران این شماره: لاله رهبین، بهناز کاوندی، و مهسا محبی</p>	<p>سردبیر: خسرو شمیرانی ویراستار: تیم ویراستاری هفته عکاس: بهناز 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>
--	--	--



پرونده هفته ۳۰ | گروه ترجمه هفته

## نژادپرستی یک ویروس است چگونه با این بیماری روبرو شویم؟

گروه خبر و ترجمه هفته

مشروح خبرهای کبک و کانادا را به طور روزانه روی سایت هفته بخوانید [www.hafteh.ca](http://www.hafteh.ca)

## گزارش افشاگرانه: مونترال از مبارزه با نژادپرستی غافل مانده است

«هیچ یک از شهرداری‌ها نسبت به قبلی عملکرد واقعا بهتری نداشته است. از زمان ژان دوره Jean Doré تقریبا شرایط همواره یکسان بوده و از ده سال پیش به این طرف پیشرفت‌ها واقعا بسیار بسیار کند بوده است.» (دومینیک اولیویه رئیس OCPM)

OCPM در گزارش خود از این که برخی میان مهاجرت و «مسائل نژادپرستی» تمایز قائل نمی‌شوند و همچنین از این که برای تهیه یک طرح اقدام موثر در مقابله با نژادپرستی و ارزیابی نتایجی که در این زمینه حاصل می‌شود اطلاعات و داده‌های معتبری وجود ندارد، ابراز تاسف کرده است.

آگاهی از نظرات و دیدگاه‌های مردم و اطلاع از این که آیا در نهادهای وابسته به شهرداری مونترال تبعیض نژادی و نژادپرستی سیستماتیک وجود دارد، یک رشته ملاقات‌ها و مصاحبه‌ها تدارک دیده بود.

OCPM در گزارش شدیدالحن و افشاگرانه ۲۶۱ صفحه‌ای خود که روز دوشنبه ۱۵ ژوئن منتشر شد، برای مبارزه با نژادپرستی و تبعیض نژادی ۳۸ توصیه ارائه کرده است.

دومینیک اولیویه رئیس OCPM تاکید کرد: «باید قبول کنیم که نژادپرستی سیستماتیک وجود دارد و مقامات باید برای ریشه کن کردن این معضل، تدابیر محکم و اقداماتی شجاعانه انجام دهند.»



دومینیک اولیویه رئیس OCPM در گزارشی افشاگرانه و انتقادآمیز از وجود تبعیض نژادی سیستماتیک در نهادهای وابسته به شهرداری مونترال خبر داد

والری پلانت شهردار مونترال پیشتر قول داده بود استخدام افراد متعلق به اقلیت‌های نژادی را در شهرداری افزایش دهد و برای مقابله با «تبعیض نژادی سیستماتیک» تدابیری موثر بیندیشد اما ظاهرا در عمل به وعده‌های خود موفق نبوده است. به گزارش هفته، به نقل از رادیو کانادا، اداره مشاوره عمومی مونترال در ماه‌های اخیر برای

## کانادا در چالش تولید واکسن از دیگران عقب است؛ رئیس سابق پزشکان بدون مرز

کووید ۱۹ کشف و ساخته شد، احتمالا در تولید و عرضه این دارو که مسلمانا قیمتی بالایی نیز برای آن تعیین خواهد شد، یک حالت انحصار به وجود خواهد آمد آن هم در شرایطی که تقاضا برای تهیه واکسن کووید ۱۹ در جهان دست کم در ماه‌های اولیه ساخت این دارو، بسیار بالا خواهد بود.

دکتر لیو هفته پیش در نشست کمیته دائمی سلامت مجلس عوام کانادا حضور یافت. وی خطاب به نمایندگان پارلمان تاکید کرد کانادا باید از همین حالا برای تضمین تهیه واکسن کووید ۱۹ دست به کار شود و در روند اتخاذ راهبرد بین‌المللی واکسیناسیون این بیماری نیز مشارکت فعال داشته باشد.

منتظر تولید آن هستند، از همین حالا اقداماتی ملموس انجام دهد.

دکتر جوئن لیو که در گذشته رئیس سازمان پزشکان بدون مرز بوده است، همانند بسیاری از کارشناسان و مسئولان بخش بهداشت و درمان کانادا به دقت اخبار مربوط به تهیه واکسن کووید ۱۹ را که به یک مسابقه سرعت در عرصه جهانی تبدیل شده است، دنبال می‌کند. اما دکتر لیو معتقد است با تولید واکسن کووید ۱۹ چالش جدیدی فراروی کشورها قرار خواهد گرفت که تهیه سریع این دارو است.

دکتر لیو تاکید کرد به محض این که واکسن



دکتر جوئن لیو از کارشناسان برجسته بین‌المللی در زمینه مبارزه با بیماری‌های همهگیر است

کانادا که میلیون‌ها دلار در تحقیقات مربوط به تولید واکسن کووید ۱۹ سرمایه‌گذاری کرده است، قطعا تنها کشوری نیست که با بی‌صبری منتظر به ثمر نشستن سرمایه‌گذاری‌های خود در این زمینه است.

به گزارش هفته، به نقل از رادیو کانادا، در روزهای اخیر بارها از دولت کانادا خواسته شده است برای تضمین تهیه واکسن کووید ۱۹ که همه کشورها



**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](http://www.cilaw.ca)      [david.berger@cilaw.ca](mailto:david.berger@cilaw.ca)  
1980 Sherbrooke Street West, Suite 900-25, Montreal, Quebec H3H 1E8



## یک فرمانده پلیس فدرال کانادا نژادپرستی سیستماتیک در آر.سی.ام.پی را پذیرفت



سیستماتیک در ساختارهای نهادی جامعه ما وجود دارد. این پدیده در سیاست‌گذاری‌های، روندهای اداری و رویه‌های کاری بخش‌های مختلف نمایان می‌شود. این رفتارها و برخوردها شاید در نگاه اول خنثی به نظر برسد اما در واقع به زبان گروه‌هایی از جامعه تمام می‌شود. وی تاکید کرد که پلیس کانادا برای برطرف کردن این معضل با جدیت تلاش می‌کند. کمیسر لاکي هشدار داد آن دسته از ماموران پلیس فدرال که اصول و معیارهای بنیادین ژاندارمری سلطنتی را رعایت نمی‌کنند، باید مسئولیت اقدامات خود را برعهده بگیرند و پاسخ‌گو باشند.

آن صحبت می‌کنند، بیشتر «پیشداوری‌های ناآگاهانه» است. این اظهارنظر کمیسر لاکي واکنش جاستین ترودو را نیز برانگیخت. این مسئول بلندپایه پلیس کانادا روز جمعه در مصاحبه با رادیو کانادا گفت قبول دارم که در پلیس کانادا نیز همانند دیگر سازمان‌ها و نهادها نژادپرستی سیستماتیک وجود دارد. وی افزود در طول تاریخ کشورمان برخورد منصفانه و عادلانه‌ای با بومیان و قربانیان نژادپرستی نشده است و امروز نیز همین مشکل در کشور ما وجود دارد. کمیسر لاکي تصریح کرد نژادپرستی گسترده و

کمیسر براندا لاکي که پیشتر از اذعان به وجود نژادپرستی گسترده و فراگیر در ژاندارمری سلطنتی کانادا خودداری کرده بود، روز جمعه ۱۳ ژوئن به نژادپرستی سیستماتیک در پلیس کانادا که جاستین ترودو نیز به وجود آن اذعان کرده است، اذعان کرد. به گزارش هفته، به‌نقل از رادیو کانادا، کمیسر لاکي پیش از این در مصاحبه با سی بی سی تاکید کرده بود که نژادپرستی سیستماتیک در پلیس کانادا که برخی از

## حرکت جمعی خودروها در حمایت از کارگران مهاجر موقت در تورنتو



بر روی خودروها شعارهایی از این قبیل حک شده بود: «از کارگران مهاجر حمایت کنید.»

می‌کنند، برخی از آن‌ها از بچه‌های ما نگهداری می‌کنند و برخی در صنعت تبدیل و تولید محصولات غذایی ما کار می‌کنند، بنابراین برای این که بتوانند شرایط یک زندگی آبرومندانه را داشته باشند، لازم است که وضعیت اقامتی آن‌ها بهبود پیدا کند تا بتوانند مشکلات کاری و زندگی خود را منعکس کنند. هر ساله نزدیک به بیست هزار کارگر خارجی به عنوان نیروی کار موقت وارد استان انتاریو می‌شوند تا در مزارع و گلخانه‌های این استان کار کنند. بسیاری از این کارگران از کشورهای مکزیک، حوزه دریای کارائیب و گواتمالا هستند. این کارگران امسال به علت بحران کووید ۱۹ در کانادا مجبور شدند دو هفته در قرنطینه بمانند اما در این مدت بسیاری از آن‌ها هیچ حقوقی دریافت نکردند این در حالی است که دولت فدرال کارفرمایان و پیمانکارانی را که در شرایط بحران کرونا از کارگران خارجی استفاده می‌کنند، ملزم کرده است در مدت دو هفته قرنطینه بخشی از دستمزدشان را به آن‌ها بپردازند.

از هم‌لیتون و بیمسویل (واقع در لینکلن) با خودروهای دیگری همراهی شدند و تعدادشان بیشتر شد. مقصد این خودروها دفتر کریس بیتل نماینده لیبرال منطقه سنت کاترینز بود. سازمان دهندگان این حرکت تاکید کردند که دولت فدرال برای حمایت از کارگران مهاجر باید فکری بکند. به گفته دینا لاد، مدیر اجرایی مرکز «اقدام برای کارگران مهاجر» مستقر در تورنتو می‌گوید کارگران مهاجر بخش کشاورزی انتاریو در شرایط بسیار اسفناک و خطرناکی زندگی می‌کنند. شرایط اسکان آن‌ها به گونه‌ای است که امکان رعایت تدابیر پیشگیرانه ضد کرونا برایشان وجود ندارد و زمانی هم که به کووید ۱۹ مبتلا می‌شوند، به بیمارستان منتقل نمی‌شوند. وی تاکید کرد بسیار جای تاسف و شرمساری است که این کارگران از وضعیت اقامتی دایم برخوردار نیستند. آن‌ها در مزارع ما کار

نزدیک به چهل خودرو بعد از ظهر شنبه ۱۳ ژوئن از تورنتو به سمت سنت کاترینز حرکت کردند تا از مقامات بخواهند برای بهبود شرایط کاری کارگران مهاجر موقت در استان تدابیر موثری به کار گیرند. به گزارش هفته، به‌نقل از رادیو کانادا، بیشتر کارگران خارجی موقت در انتاریو در بخش کشاورزی استان مشغول کار هستند و در هفته‌های اخیر دو تن از آن‌ها به علت ابتلا به کووید ۱۹ جان باخته‌اند. کاروان خودروهای حامی حقوق کارگران مهاجر در انتاریو که روی آن‌ها شعارهایی در حمایت از کارگران خارجی نوشته یا تصاویری ترسیم شده بود، هنگام عبور



**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

## پیگیری جرم تعرض جنسی در کبک دیگر محدود به زمان نیست



کبک وجود ندارد. مهلت مرور زمان برای این جرایم تا سال ۲۰۱۳ تنها سه سال بود اما دولت آینده کبک در آن سال این مدت را به سی سال افزایش داد. سرعت قابل توجه تصویب لایحه ۵۵ در پارلمان کبک با توجه به تلاش گسترده و هماهنگی که این چهار زن برای به سرانجام رساندن این لایحه انجام دادند، اصلا عجیب و غریب نبود: سونیا لوبل وزیر دادگستری، الن داوید نماینده لیبرال و وزیر پیشین امور زنان، کریستین لابری نماینده حزب همبستگی کبک و ورونیک ایوون نماینده منطقه پولیتز از حزب کبکی.

قربانی امکان شکایت به دادگاه را دارد. لایحه ۵۵ که چهارم ژوئن به پارلمان استان کبک ارائه شده بود و از حمایت سونیا لوبل وزیر دادگستری استان نیز برخوردار بود، در مدت زمان بسیار کوتاهی در روز جمعه ۱۲ ژوئن به تصویب رسید. به این ترتیب مهلت سی ساله‌ای که به منظور توسل به مراجع قضایی برای قربانیان تعرضات جنسی وجود داشت، برداشته می‌شود و تاریخ وقوع تعرضات جنسی اگر از این مدت نیز فراتر برود، باز هم مشمول مرور زمان نخواهد شد و به عبارت صحیح‌تر دیگر هیچ محدودیت زمانی برای شکایت از عاملان تعرضات جنسی در استان

به موجب قانون جدید از این پس قربانیان تعرضات جنسی که در کودکی مورد آزار و اذیت قرار گرفته‌اند، صرف‌نظر از این که چند سال از آن واقعه یا وقایع گذشته است، می‌توانند برای اجرای عدالت و احقاق حقوق خود به دستگاه قضایی متوسل شوند. به گزارش هفته، به نقل از رادیو کانادا، بر خلاف آن چه تا کنون وجود داشت، طبق قانون جدید حتی اگر سی سال نیز از تاریخ وقوع تعرض جنسی گذشته باشد، فرد

## کووید ۱۹؛ کمک‌های مالی کانادا و سوءاستفاده‌های باندهای تبهکاری؛ لایحه قانون مجازات تصویب نشد

همکاری ژاندارمری سلطنتی کانادا عملیات مشترکی را برای پیگرد افراد یا گروه‌های دخیل در این تخلفات آغاز کرده است. تد گالیوان در عین حال تصریح کرد که اداره مالیات کانادا از دولت فدرال خواستار اختیاراتی شده است تا بتواند به طور مستقل عاملان سوءاستفاده و تقلب در کمک هزینه‌های اضطراری ویژه دوره همه‌گیری کرونا را تحت پیگرد قرار دهد. هفته گذشته لیبرال‌های کانادا تلاش کردند با جلب حمایت کلیه احزاب و تشکل‌های مخالف، به سرعت لایحه‌ای را در پارلمان به تصویب برسانند که در آن پیگرد قضایی، جریمه مالی و مجازات زندان برای عاملان تقلب و سوءاستفاده از کمک‌های اضطراری دولت فدرال پیش‌بینی شده بود اما تلاش آن‌ها در این زمینه راه به جایی نبرد. تد گالیوان تصریح کرد در این لایحه مجازات افرادی پیش‌بینی شده است که به منظور دریافت کمک‌های اضطراری دولت فدرال، با ارائه اطلاعات هویتی جعلی، صدها درخواست تقلب‌آمیز به اداره مالیات کانادا ارائه کرده‌اند.

هزینه‌های اضطراری ماهانه ویژه بحران کووید ۱۹ را به اجرا گذاشت، اداره مالیات کانادا درخواست‌های تقلبی متعددی در رابطه با این کمک‌ها دریافت کرده است. به گفته این منبع، عمده این درخواست‌ها از طرف افرادی ارائه شده است که در فعالیت‌های جنایی سازمان یافته دخیل بوده‌اند. تد گالیوان معاون کمیسر برنامه‌های نظارتی اداره مالیات کانادا اعلام کرد دست‌کم پنج نفر که پیش از این نیز به علت ارتکاب تخلفات مختلف موضوع تحقیقات مشترک پلیس کانادا و اداره مالیات کانادا بوده‌اند، در چارچوب مبارزه با سوءاستفاده از کمک هزینه‌های اضطراری فدرال زیر ذره بین قرار گرفته‌اند چرا که اسناد و شواهد اولیه حاکی از آن است که این افراد با ارائه اطلاعات هویتی جعلی، کمک‌های اضطراری ویژه دوره بحران کرونا از دولت فدرال درخواست کرده‌اند. اداره مالیات کانادا اطلاعات و گزارش‌هایی در خصوص تقلب‌های احتمالی دریافت کرده و در حال حاضر با



یکی از کارکنان اداره مالیات کانادا اعلام کرد برخی تقاضاهایی که برای دریافت کمک‌های اضطراری دولت فدرال ارائه شده، تقلبی بوده است

اعضای باندهای تبهکار سازمان یافته پشت درخواست‌های تقلبی کمک‌های اضطراری PCU دولت فدرال که برای کمک به شهروندان در دوره بحران کووید ۱۹ وضع شده است. به گزارش هفته، به نقل از پایگاه اینترنتی لودووار، کمیته داری مجلس عوام کانادا اعلام کرد مجازات‌های شدیدی که دولت برای درخواست‌های تقلبی کمک‌های اضطراری ویژه بحران کرونا در نظر گرفته است، برخی افراد دخیل در جنایات سازمان یافته و سارقان داده‌ها و اطلاعات هویتی را هدف قرار خواهد داد که از ابتدای بحران کووید ۱۹ با ارائه مدارک و اطلاعات جعلی کمک هزینه‌های اضطراری ماهانه دریافت کرده‌اند. یکی از کارکنان اداره مالیات کانادا اعلام کرد از زمانی که دولت جاستین ترو دو کمک





RE/MAX 3000  
بیرون ماکسز به فرد Tranquil-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

## اندازه‌گیری دمای بدن مسافران در فرودگاه اجباری می‌شود؛ ترودو خبر داد



مارک گارنو، وزیر حمل و نقل کانادا نیز در همین رابطه اعلام کرد اگر طی دو بار اندازه‌گیری دمای بدن یک مسافر به فاصله ده دقیقه، مشخص شود که وی تب دارد، این مسافر اجازه سوار شدن به هواپیما را نخواهد داشت و پس از یک دوره دست کم چهارده روز اجازه گرفتن بلیط هواپیما خواهد داشت. وزیر حمل و نقل کانادا تأکید کرد: «این تدبیر که برای جلوگیری از شیوع بیشتر ویروس کرونا به اجرا گذاشته می‌شود، هزینه‌های چندانی برای اداره ایمنی حمل و نقل هوایی کانادا نخواهد داشت.»

کلیه مسافرانی که وارد کانادا می‌شوند، از آخر ماه ژوئن در تمامی فرودگاه‌های کشور اجباری می‌شود.»

ترودو افزود: «اندازه‌گیری دمای مسافرانی که از فرودگاه‌های بین‌المللی مونترال، تورنتو، ونکوور و کلمگری به مقاصد داخلی یا خارجی پرواز می‌کنند، از آخر ماه ژوئیه اجباری خواهد شد.» نخست‌وزیر کانادا افزود: «یازده فرودگاه دیگر کشور نیز باید در پایان ماه سپتامبر این تدبیر پیشگیرانه را که به منظور مقابله با کووید ۱۹ در نظر گرفته شده است، به اجرا گذارند.»

جاستین ترودو، نخست‌وزیر کانادا روز جمعه ۱۲ ژوئن در کنفرانس مطبوعاتی خود اعلام کرد تشخیص درجه دمای بدن مسافران پروازها و همچنین پرسنل فرودگاه‌های کانادا به تدریج اجباری می‌شود تا از سوار شدن مسافر آلوده به ویروس کرونا به هواپیماها جلوگیری شود.

به گزارش هفته، به نقل از رادیو کانادا، نخست‌وزیر کانادا تصریح کرد: «اندازه‌گیری دمای بدن

## کشایش بخش کنسولی سفارت ایران در کانادا بزودی؟

طرف کانادایی بررسی این موضوع را به آینده موکول کرده است.

لازم به یادآوری است که فاصله سیاسی، دیپلماتیک و اقتصادی میان ایران و کانادا در دو دهه گذشته همواره بیشتر شده است. قتل زهرا کاظمی در زندان اوین در جولای ۲۰۰۳ و عدم رسیدگی شفاف و عادلانه به این پرونده از سوی ایران سبب تنش بزرگی میان ایران و کانادا شد. در سال ۲۰۱۲ در پی حمله به سفارت انگلستان در تهران، دولت محافظه کار استنفان هارپر در تصمیمی ناگهانی سفارت کانادا در تهران را تعطیل و تمامی دیپلمات‌های ایران را از کانادا اخراج کرد.

در حالی که با قدرت گرفتن حزب لیبرال در سال ۲۰۱۹ برخی ناظران گمان می‌کردند روابط حداقلی دوطرف دوباره برقرار شود این اتفاق نیفتاد و با ساقط کردن هواپیمای اوکراینی توسط سپاه پاسداران ایران در ژانویه ۲۰۲۰ و کشته شدن دهها شهروند کانادا در این فاجعه چشمانداز از سرگیری روابط نامعلوم‌تر از گذشته شد.

ویروس کرونا دو طرف مایل هستند حل و فصل مسائل مربوط به سقوط هواپیمای اوکراینی را با سرعت بیشتری دنبال کنند.

بر اساس این گزارش حاصل گفت‌وگوی محسن بهاروند و مارتا مورگان این توافق بود که روند تحقیقات و پایان پرونده هواپیمای اوکراینی ساقط شده در تهران سریع، شفاف و عادلانه حل و فصل شود.

معاون وزیر امور خارجه ایران در این گفت‌وگوی تلفنی با تأکید بر اینکه صدها هزار ایرانی ساکن کانادا هستند به مشکلات آنها در زمینه دریافت خدمات کنسولی اشاره کرد. او همچنین به حل مسائل حقوقی و نیاز خانواده‌های کشته‌شدگان هواپیمای اوکراینی به ارتباط با بستگانشان در ایران پرداخت و از نماینده دولت کانادا درخواست کرد تا موانع ارائه خدمات کنسولی به شهروندان ایرانی و کانادایی برطرف شود. او درخواست کرد تا اتباع مقیم دو کشور متقابلاً قادر به دریافت این خدمات باشند.

در گزارش هفته به نقل از ایسنا آمده است که



ایران از کانادا درخواست کرد موانع خدمات کنسولی به شهروندان ایرانی برداشته شوند.

به گزارش هفته، به نقل از خبرگزاری ایسنا، محسن بهاروند، معاون امور حقوقی و بین‌المللی وزارت امور خارجه ایران و مارتا مورگان، معاون وزیر امور خارجه کانادا پنجشنبه، ۱۱ ژوئن ۲۰۲۰ در یک گفت‌وگوی تلفنی درباره مسائل مورد علاقه دوطرف به بحث و تبادل نظر پرداختند.

گزارش مذکور حاکی از آن است از جمله موضوعات مورد گفت‌وگو احتمال برقراری پروازهای بین‌المللی در آینده نزدیک است. به نظر می‌آید از سرگیری پروازهای بین‌المللی پس از قطع آنها در زمان شیوع

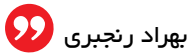
**Roxanne Sameem**  
Courtier Immobilier Résidentiel  
Residential Real Estate Broker

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 رایگان 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 ۱۳ ژوئن ۲۰۲۰

# سقوط بهای سهام بمباردیه به زیر یک دلار



▲ دلار کانادا: این هفته هم پر نوسان بود و ۱.۳ درصد کاهش داشت



▲ شاخص سهام داو جونز آمریکا: این هفته پر نوسان بود و ۵.۵ درصد کاهش داشت



▲ شاخص سهام تورنتو: این هفته پر نوسان بود و ۳.۸ درصد کاهش داشت

### مهم‌ترین اخبار اقتصادی کانادا

- قرار است تا عملیات خط لوله ترانس مانتین از سر گرفته شود.
- در پی نوسانات و ابهام‌های پیش روی شرکت هواپیماسازی بمباردیه، این شرکت از شاخص بورس تورنتو اخراج می‌شود. در حال حاضر قیمت سهم زیر ۱ دلار است که طی سال جاری بیش از ۷۰ درصد از ارزش خود را از دست داده است.

### روند تغییرات اقتصاد کانادا

- بازار سهام کانادا هفته پرتلاطمی را سپری کرد که کاهش قیمت‌ها در روز پنج‌شنبه به دلیل ترس از موج دوم ویروس کرونا شکل گرفت.
- با این وجود به نظر نمی‌رسد که موج دوم آثار منفی مانند موج اول داشته باشد چون هم ظرفیت پاسخ‌گویی افزایش یافته و هم فهم متخصصان از بیماری ارتقا یافته است.
- این هفته اطلاعاتی از بازار مسکن منتشر می‌شود که در روشن کردن اوضاع سهم بسزایی خواهد داشت از جمله آمار شروع به ساخت که انتظار می‌رود تقاضای ضعیف‌تر سیگنال خود را به سازندگان هم منتقل کرده باشد و به تدریج از سرعت ساخت و ساز کاسته شود.

### مهم‌ترین اخبار و روندهای تغییرات اقتصاد آمریکا و سایر کشورها

- بازار سهام آمریکا سرانجام از سرمستی باز ایستاد و با تصحیح قوی قیمتی خود در روزهای آخر هفته منطقی‌تر شد. امکان طولانی شدن بهبود اقتصادی جدی‌تر از قبل شده و به نظر می‌رسد که بازار در حال هضم تبعات اقتصادی بحران جاری است.
- پیش‌بینی اقتصادی فدرال رزرو نقش مهمی در ریزش اخیر بازارها داشت. اعضای فدرال رزرو انتظار دارند که اقتصاد در سال جاری ۶.۵ درصد کوچکتر شود و بیکاری به ۹.۵ درصد افزایش یابد.
- براساس پیش‌بینی چشم‌انداز ضعیف اقتصادی، فدرال رزرو انتظار دارد که نرخ بهره تا سال ۲۰۲۲ نزدیک به صفر درصد باقی بماند و چون فقط سیاست‌های پولی انبساطی کفایت نمی‌کند لازم

است تا سیاست‌های انبساطی مالی بیشتری نیز به کمک بیاید.

• قیمت برابری دلار آمریکا در مقابل پول ایران از ۱۸۰۰۰ تومان فراتر رفت. این در حالی است که قیمت حواله دلار حتی به ۱۸۲۰۰ هم رسیده است.

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

حبيب عثمان

مرثیه‌ای بر مرگ مهاجران افغان در آتش

## کمی آب بیار که سوختم



حیله‌ات را می‌شناسم و مردم مسکین من  
بهر فقر و یافتن نان، کردم برایت دست دراز  
قطع نمودی دست من از شانه و آستین من  
هم جوانان را کشاندی، سوی فساد و اعتیاد  
هم غلام حلقه به گوشت شد، ملای دین من  
ظلم نمودی بر سرم، من ظلم تو بر جان خرم  
تا دمی محفوظ بماند طفل اندوهگین من  
آب را از ما بودی آتشم روشن کردی  
آب بی آور سوختم همسایه بی ننگین من

زهره مهرجو روفیان

### انسانم آرزوست

تو می‌گفتی که هستی هم‌زبانم  
چسان آتش زدی بر جسم و جانم  
ندادی قطره آب به دستم  
به نامردی چنین بستی دهانم

نیما خاموش

عامل این همه بدبختی، ویرانی، فقر، دربه‌داری، زنده  
سوختن و زنده در آب غرق شدن این نسل کیست؟  
جنگ، نفاق، برادرکشی، خودخواهی، قدرت‌طلبی سلطه  
جویان است که باعث قتل، فرار، آواره و بیجا شدن مردم  
این سرزمین گردیده است.  
به امید اتفاق، اتحاد، قطع جنگ، خونریزی، صلح، آرامش  
و برگشت هم‌وطنان آواره ما به کشورشان.

در قریه‌جات هلمند، قندهار، زابل، خوست و لقمان  
سوختم.

در مراسم جنازه و عروسی سوختم، در شفاخانه سوختم.

در شهر سوختم و در قریه سوختم.

راه پایان این همه مشکلات، فقط داشتن دولت مسئول و

پاسخگو است.

آب بی آورید که من سوختم.

### مهاجر به شعله سوزد

تو ببین جوان افغان که به خون تپیده امشب  
تو ببین به شعله آتش که جگر دریده امشب  
به دو چشم خود بدیدم که مهاجران افغان  
که چنین به شعله سوزند که جهان ندیده امشب  
تو خیر بگو به تهران، تو مسوز جوان افغان  
که به کارد به استخوانم، به جگر رسیده امشب  
تو بگو نکاح نبندید که جوان تازه‌داماد  
تو ببین حنا به دستش، کی کفن بریده امشب  
تو رسان پیام افغان که رسد به گوش آخوند  
تو بخوان شعر نوری، ز قلم چکیده امشب  
بکناش نوری

### سوختم در آتشت

سوختم در آتشت، تو سوختی در نفرین من  
جور نمی‌آید به هم این کیش تو و دین من  
گاه مسلمان می‌کشی، گاه مرگ بر امریکا کنی

خبر فاجعه در شبکه‌های اجتماعی حاکی است که؛  
بعد از ظهر سوم جون سال ۲۰۲۰ میلادی، یک موتر پر از  
کارگران افغان که برای کارگیری به ایران رفته بودند در  
راه توسط سپاه پاسداران ایران گرفتار شده، موترشان به  
آتش کشیده شد؛ که در نتیجه افغان‌های که به کارگری  
برای پیدا کردن لقمه نان به شکل قاچاقی به ایران  
رفته بودند زنده در آتش سوختند. این ظلم و جنایت  
حکومت ایران، با افغان‌ها نابخشودنی است. چند روز  
پیش کارگران افغان را به دریا انداختند و امروز در آتش!  
پولیس ایران تأیید کرد که بالای موتر مهاجرین افغان در  
این کشور تیراندازی کرده که منتج به آتش گرفتن موتر  
شده است. این یک جنایت است که شنیدن و دیدنش  
انسان را به لرزه می‌آورد.

مردم افغانستان از جنایات پی در پی زمامداران ایران  
سخت متأثر و اندوهگین بوده، موج اعتراضاتشان را  
در صفحات اجتماعی، رسانه‌های صوتی، تصویری ابراز  
نموده با ارسال پیام‌ها، تصاویر و تظاهرات در مقابل  
سفارت ایران در کابل، اعمال ضد انسانی حکومت ایران  
را تقبیح نموده تا به گوش جهانیان نیز برسد.

گفته‌ها و درد دل هم‌وطنان درد دیده افغان ما حاوی  
رنج، غم، فقر، آوارگی و درماندگی ملت بیچاره است که  
شکار قدرت‌طلبان و خوداندیشان و بیگانان شده است.

### سوختم

آتش گرفتم آب را بر روی من بستند  
این کوفیان بار دگر هر وعده بشکستند  
در جام خود، با ادعا خون مرا ریزند  
در انتظار این کباب جان من مست‌اند  
دود تن من می‌رود تا آسمان امشب  
من سوختم آنها به جشن سور پیوستند  
هرگز حسین اینجا نمی‌آید تو باور کن  
اینجا یزید و شمر را دیدم که بنشستند  
آری علی، مولای من غمگین و در سوگست  
حیف علی که پیروانش این گروه هستند  
لینا روزبه حیدری

### کمی آب بیار که سوختم

در یزد ایران سوختم، در کراچی پاکستان سوختم، در  
مرز یونان سوختم،  
در داخل کانیتیر، در مرز آلمان و فرانسه سوختم.  
در خانه خودم سوختم.  
در دره قیاق غزنی سوختم، در جل ریز میدان وردک  
سوختم، در تاکستان‌های شمالی سوختم، در شهر مزار  
شریف سوختم.  
در میدان فوتبال، والیبال و مراسم جنازه در مشرقی  
سوختم.

ترگس هاشمی

## نگاهی به یک فاجعه:

# چرا و چگونه مهاجران افغان در آتش سوختند

سفیر افغانستان در تهران: مسئولان ایرانی پذیرفتند که به خودرو حامل مهاجران افغان 'شلیک کردند'

فیسبان

امکان پهن



هنوز نتیجه تحقیق چگونگی غرق شدن مهاجران افغان در ایران روشن نشده است که حادثه دیگری برای گروه دیگری از مهاجران افغان اتفاق افتاد.

پس از نشر گزارش‌ها درباره آتش گرفتن موتر حامل مهاجران افغان در شهر یزد، سفارت افغانستان تهران با تأیید این رویداد از آغاز بررسی‌های جدی در این باره خبر داد.

عبدالغفور لیوال، سفیر افغانستان در تهران همچنان پذیرفت که در نتیجه آتش گرفتن یک موتر حامل مهاجران افغان در شهر یزد شماری از آنها جان باخته‌اند و شماری هم زخمی شده‌اند. او در این باره گفت: «از مجرای دیپلماتیک مسئله را با مراجع مربوط ایران شریک ساخته‌ایم، ما جداً کار می‌کنیم تا حقیقت این موضوع را دریابیم، شخصاً خودم به یزد می‌روم و از نزدیک از محرومین دیدار می‌کنم.»

وزارت خارجه افغانستان با پخش اعلامیه‌ای به پیگیری و حقیقت‌یابی چگونگی کشته‌شدن مهاجران افغان در یک رویداد ترافیکی در شهر یزد ایران تأکید کرده است.

بر بنیاد اعلامیه وزارت امور خارجه در یک رویداد ترافیکی که برای ۱۳ تن از مهاجران افغان در شهر یزد ایران رخ داده است ۳ تن جان باخته‌اند و ۴ تن دیگر زخمی شده‌اند.

در بخشی از اعلامیه وزارت امور خارجه آمده است: وزارت خارجه در تماس با مراجع ذی‌ربط جمهوری اسلامی ایران، تلاش دارد تا معلومات دقیق و درست از چگونگی وقوع این حادثه دریافت نموده و در روشنایی آن اقدامات لازم و عملی اتخاذ نماید.

در برخی از خبرگزاری‌های دولتی ایران گفته شده است که این رویداد روز چهارشنبه رخ داده و سه سرنشین این موتر به کلی سوخته‌اند و وضعیت شماری از زخمیان این رویداد نیز وخیم گفته شده است. این خبرگزاری‌ها به نقل از مقام‌های ایرانی نگاشته‌اند که موتر حامل مهاجران با کتاره‌های آهنی کنار جاده برخورد کرده است.

در همین حال تصاویری که در رسانه‌های اجتماعی دست‌به‌دست می‌شوند، نشان می‌دهند که یک موتر آتش گرفته است و چند سرنشین آن در حال سوختن هستند. همچنان در تصاویر دیده می‌شود که دو تن از مهاجران افغان در کنار جاده فریاد و ناله می‌کنند.

برخی از کاربران شبکه‌های اجتماعی از زبان شماری از زخمیان این رویداد که در تصاویر دیده می‌شوند،

نگاشته‌اند که این حادثه پس از آن رخ داده است که راننده در پاسگاه پولیس توقف نکرده است و پولیس بر موتر حامل مهاجران شلیک کرده است که در نتیجه گلوله باری پولیس، موتر آتش گرفته است. ذبیح‌الله فرهنگ، مسئول رسانه‌های کمیسیون مستقل حقوق بشر افغانستان بیان داشت: همکاران ما در این رابطه بررسی‌هایشان را آغاز کرده‌اند و امیدوار هستیم در مورد قربانیان حادثه و تشخیص هویت عواملان قضیه نیز بتوانیم گزارش تهیه کنیم.

ستار حسینی، عضو مجلس نمایندگان گفت: من متأسفم و متأثر هستم که اینان هیچ نوع آگاهی از شهروندان افغانستان ندارند.

الرحمان پدرام، عضو دیگر مجلس نمایندگان نیز افزود: به آتش کشیدن موتر پناهجویان افغان از سوی پولیس ایران چیزی جز جنایت و وحشی‌گری، رفتار خلاف اخلاق انسانیت، قوانین بین‌المللی و عرف همسایه‌داری نیست.

کمیسیون مستقل حقوق بشر افغانستان نیز از آغاز بررسی‌ها درباره چگونگی این رویداد خبر می‌دهد.

نگرانی‌ها از چگونگی روشن نشدن و آتش گرفتن موتر پناهجویان افغان در یزد جوری بالا گرفته‌اند که وزارت خارجه افغانستان گفته است: ایران سندهای افغانستان را درباره شکنجه، بدرفتاری و به دریا انداختن پناهجویان افغان از سوی مرزبانان ایرانی نپذیرفته است.

فرهاد دریا، هنرمند پراوآزه افغانستان در صفحه فیس‌بوکش چنین به این حادثه واکنش نشان داد:

در این رابطه حرف‌های پراکنده‌ی در رسانه‌ها دست‌به‌دست می‌گردد. حقیقت این قضیه - می‌گویند - هنوز معلوم نیست و تحقیقات جریان دارد. تا آن زمان اما دل‌های درد رسیده را چه کار کنیم؟ اگر با وجدان‌های خود صادق باشیم، نتیجه‌ی کدام جنایت در حق این ملت بی‌صاحب تاکنون معلوم شده که این یکی معلوم شود؟ حق داریم پریشان باشیم؛ ما ملت مارگزیده هستیم.

همچنان کودکان افغان در صفحات اجتماعی شعر جان‌سوزی را از سهراب سیرت در مورد مهاجر افغان در ایران تحت عنوان یک قورت آب بیابور که سوخته‌ام را به نشر می‌رسانند و در شهر کابل تحت همین عنوان جوانان افغان کمپاینی را به راه انداخته و در عقب دروازه سفارت ایران به مظاهرات پرداخته‌اند؛ زیرا دیگر مردم افغانستان از این همه بی‌عدالتی و قس‌القلبی پولیس سرحدی ایران به ستوه آمده‌اند و تحمل و حوصله برایشان باقی نمانده است.

این رویداد در حالی رخ می‌دهد که تا هنوز تحقیق قضیه چگونگی غرق شدن مهاجران افغان در ایران نتیجه‌ای به دنبال نداشته است. رویدادی که ۴۶ کارگر افغان وارد خاک ایران شده بودند و ادعا کردند که از سوی مرزبانان ایرانی در رودخانه هریروند انداخته شده‌اند. بر بنیاد یافته‌های هیئت حقیقت‌یاب افغانستان جسد ۱۲ تن آنان پیدا شد، ۱۷ تن تا هنوز لا درک هستند و ۱۷ تن دیگر نجات داده شده‌اند. مقام‌های ایرانی این رویداد را رد کردند و کمیساران مرزی ایران مدارک جانب افغانستان را نپذیرفتند.

منابع: صفحات اجتماعی، تلویزیون‌های افغانستان و دویچه وله (صدای آلمان)

## 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 لطفا با شاهین قاسمی تماس بگیرید:

گروه خبر هفته



## امنیت فرزندان در فضای اینترنت نشست آموزشی برای والدین

دکتر امیر عباس بشارتی پزشکی عمومی خود را سال ۲۰۰۱ و تخصص بیماری‌های کودکان را در سال ۲۰۰۷ در ایران دریافت کرد. او 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. در ابتدای صحبت دکتر امیر عباس بشارتی تعریفی از آزار جنسی کودکان کرد.

سپس به میزان اهمیت موضوع آزار جنسی در این شرایط پرداخت و در انتها به توضیح راه‌های پیشگیری از آن پرداخت. متن کامل این سخنرانی آموزشی در مجله شماره ۵۸۹ ارائه می‌شود.

آموزش والدین برای تامین امنیت فرزندان در فضای اینترنت، موضوع برنامه‌ای است که مرکز فرهنگی خانه ایران آن را ترتیب داده بود. این برنامه با سخنرانی پزشک متخصص اطفال، دکتر امیر عباس بشارتی بصورت آنلاین ارائه شد.

موضوع صحبت این متخصص چگونگی محافظت از کودکان در فضای سایبری، بویژه در دوران کرونا بود که کودکان عملاً برای آموزش و تفریح زمان بیشتری را در برابر صفحه مانیتور صرف می‌کنند. برنامه روز دهم ژوئن ارائه شد.



**SHARIF EXCHANGE**  
**صرافی شریف**

**توجه: انتقال ارز به ایران و بر عکس نداریم**

**www.sharifexchange.ca**

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



گروه خبر هفته

# روز جهانی صنایع دستی با صنایع دستی ایرانی



پایه‌هایی به جنس‌های مسی، برنجی، نقره، ورشویی یا برنزی) ساخته می‌شود. بین قطعه‌های فیروزه نوعی لاک و چسب تیره‌رنگ قرار می‌گیرد و سپس پولیش داده می‌شود تا بر عمر و حالت اثر بیفزاید.

از دیگر دسته‌های صنایع دستی، سفال، سرامیک، پته، ترمه، قلم کار و ... را می‌توان نام برد که تعدد انواع و توضیح آنها از حوصله این بحث خارج است.

تنوع صنایع دستی و ژرفای هنری ایران ریشه در فرهنگ غنی و تاریخ کهن این مرز و بوم دارد. این تنوع و فراوانی، پتانسیل مناسبی برای ارائه کالاهای هنری به جهانیان و بخصوص مخاطب هندی دوست در اقصی نقاط جهان ایجاد می‌کند. از این رو گروه پرسیکا گرفت در راستای معرفی هنر و صنعت غنی ایرانی و همچنین حمایت از هنرمندان ایرانی بخصوص در شرایط سخت کنونی، اقدام به ارائه و فروش صنایع دستی در سراسر آمریکای شمالی به صورت آنلاین و حضوری کرده است. چنانچه شما نیز علاقمند به خرید این کالاهای چشم‌نواز برای ایجاد دکوراسیون متفاوت در منزل خود و یا هدیه‌ای متفاوت برای دوستان و عزیزانتان هستید، می‌توانید از طریق تلگرام، اینستاگرام و فیسبوک ما با ما در تماس باشید و یا به وبسایت ما مراجعه و خرید خود را به صورت آنلاین انجام دهید. همچنین چنانچه در مونترال و یا ونکوور سکونت دارید و علاقمند به مشاهده کالاهای قبل از خرید هستید، می‌توانید بطور حضوری به کرزنشاپ‌های ما مراجعه و خرید فرمایید. تیم پشتیبانی ما بطور ۲۴ ساعته پاسخگوی شما عزیزان می‌باشند.

با امید به اینکه بتوانیم با حمایت از توسعه و رشد این آثار، قدمی هر چند کوچک در کمک به هنرمندان و بقا و رشد این هنر اصیل برداریم.»

تفاوت این سه دست بافت از آنجایی است که گلیم از تار و پود تشکیل شده و بر دار بافته می‌شود. قالی از گره تشکیل شده و غالباً پرزدار و لطیفتر است. در بافت گلیم معمولاً از پشم حیوانات استفاده می‌شود در حالی که در بافت قالی نخ‌های پنبه و گاهی ابریشم به کار می‌رود. برخی طرح‌های ترسیمی نظیر نقش بزم و رزم در بافت فرش‌های قطاع کوچک به کار برده می‌شود که غالباً بعنوان تابلوفرش برای آذین به دیوار آویخته می‌شوند. قلم‌زنی از ایجاد نقوش متفاوت بر روی فلز توسط قلم و چکش ساخته می‌شود. فلزهای به کار رفته در قلم‌زنی غالباً مس، طلا، نقره و برنج هستند. قلم‌زنی هم در ساخت ظروف کاربردی و هم قاب‌های دیوار کوب به کار برده می‌شود.

میناکاری، میناگری یا میناسازی هنر ایرانی بسیار قدیمی و کهن است که طراحی و نقاشی با لعاب مینا روی سطوح است. مینا لعابی است که از مجاورت اکسیدهای فلزی در مجاورت برخی نمک‌ها و در حرارت بسیار بالا ایجاد می‌شود. میناکاری بر طلا، نقره و حتی سفال طراحی می‌شود ولی امروزه بیشتر بر مس طراحی می‌شود. فلز مس ابتدا با لعاب سفید پوشانده و در کوره قرار می‌گیرد و سپس با مینای باکیفیت‌تر طرح زده می‌شود و مجدد در کوره پخت می‌شود.

خاتم از قرار گرفتن چند ضلعی‌های منظم با تعداد اضلاع متفاوت (پنج، شش، هفت، هشت یا ده ضلعی) در کنار هم ساخته می‌شود. امروزه غالباً خاتم چوب شناخته شده است.

فیروزه کوب از دیگر انواع محبوب صنایع دستی است و از قرار گرفتن قطعه‌های کوچک سنگ فیروزه در کنار هم و بر سطح ظرف‌ها، زیورآلات و اشیای تزئینی (از

مجموعه پرسیکا گرفت که در زمینه آثار دستی ایرانی فعالیت می‌کند پیام تبریکی به مناسبت روز جهانی صنایع دستی، دهم ژوئن، منتشر کرده است.

در این پیام ضمن تبریک روز جهانی صنایع دستی به هنرمندان و دوستداران این آثار، به معرفی کوتاه هنرهای دستی و فعالیت‌های پرسیکا گرفت در این زمینه پرداخته شده است.

در پیام پرسیکا گرفت آمده است: «۱۰ ژوئن، روز جهانی صنایع دستی بر همه هندوستان و هنرمندان مبارک باد! این روز متعلق به دستان هنرمند و دنیای پررنگ و نقش دست‌بافته‌ها و دست‌سازهایی است که عاشقانه خلق شده‌اند و بی‌شک پرپها و بی‌قیمت هستند. می‌توان در ذره ذره این آثار عشق و معنا را یافت و در هر کدام از رنگ‌ها و نقش‌هایش، روایت عاشقانه خالق اثر را لمس کرد و داستانش را شنید. باشد که چشم دل و گوش جان داشته باشیم و به این روایت دل بسپاریم!»

روز جهانی صنایع دستی فرصت خوبیست تا نگاهی گذرا به دسته‌هایی از هنر و صنایع دستی ایرانی داشته باشیم. چند دسته از صنایع دستی شناخته شده ایرانی عبارتند از: فرش، گلیم و قالی، قلم زنی، میناکاری، خاتم‌کاری و فیروزه کوبی.

گلیم، قالی و فرش هر سه دست بافته‌های است که غالباً برای پوشش کف اتاق از آنها استفاده می‌شود و دارای طرح‌های متنوعی است که بر اساس اقلیم و فرهنگ هر منطقه متفاوت است.

## 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<sup>er</sup> pl. du Commerce  
île-des-Sœurs, Québec H3E 1A1

ca l'Agence



## گروه سلامت هفته



دوره پساکرونا افزایش موارد آلزایمر را در جوامع مختلف به دنبال داشته باشد. دکتر دنیلو بزدوک استاد موسسه عصب‌شناسی مونترال و موسسه هوش مصنوعی کبک و رابین دانبار استاد برجسته دانشکده روان‌شناسی تجربی دانشگاه آکسفورد انگلیس با انتشار مقاله‌ای مشترک در نشریه Trends in Cognitive Sciences درباره عوارض زبان‌بار متعددی که می‌تواند قرنطینه و انزوای اجتماعی ناشی از بحران کووید-۱۹ بر روی بهداشت روانی و همچنین سلامت جسمانی شهروندان داشته باشد، ابراز نگرانی کردند و از دولت‌ها خواستند به‌منظور جلوگیری از تشدید این مشکلات در جامعه تدابیر مناسبی اتخاذ کنند. نتایج مطالعات و تحقیقاتی که در این زمینه صورت گرفته است نشان می‌دهد آن دسته از افرادی که از تنهایی و انزوا رنج می‌برند

هشدار محققان و کارشناسان: در دوره پساکرونا و با پایان یافتن قرنطینه، برای مقابله با پیامدها و عوارض تنهایی و انزوا که هزینه‌های سنگینی را هم به نظام بهداشتی کشورها تحمیل خواهد کرد، باید به دنبال راه چاره باشیم.

یکی از محققان دانشگاه مک‌گیل می‌گوید: آثار و پیامدهای فرعی روانی و جسمانی ناشی از انزوای اجتماعی که محدودیت‌ها و به‌ویژه قرنطینه در دوره بحران کرونا به همه جوامع تحمیل کرد، ممکن است در مهروموم‌های آینده در بخش مراقبت‌های بهداشتی و درمانی هزینه‌های به‌مراتب بیشتر و سنگین‌تری نسبت به هزینه‌های همه‌گیری کووید-۱۹ روی دست دولت‌ها بگذارد. در این میان آثار زبان‌بار انزوا و تنهایی که اولین ثمره قرنطینه و فاصله‌گذاری فیزیکی است، می‌تواند در

## ویروس کرونا و درد انزوا

### شیوع تنهایی در مونترال؟

- 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 مستلکونی

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

## 514 290 2210

ShahrianRealtor.ca      ShahrianRealtor@gmail.com



با فاصله‌گذاری اجتماعی ناشی از یک بیماری همه‌گیر متوقف یا مختل شود، عوارض ناشی از این وضعیت می‌تواند سلامت جسم و روان وی را به‌طور جدی به خطر بیندازد.

دکتر بزدوک افزود مطالعاتی که در همین زمینه روی میمون‌ها، موش‌ها و همچنین انسان‌ها صورت گرفته است، نشان می‌دهد که مدارهای مغزی دخیل در واکنش‌های هشداردهنده در مواجهه با خطرات (مثل مدارهای مغزی مرتبط با استرس و اضطراب) در افرادی که تنها زندگی می‌کنند و از انزوا و طردشدگی رنج می‌برند، همواره فعال هستند.

فعالیت دائمی مدارهای مغزی مرتبط با استرس آثار و پیامدهای زیانباری بر روی دیگر بخش‌ها و سیستم‌های بدن از جمله حافظه، اعصاب و سازوکار خواب دارد.

تنهایی رنج می‌برند، به‌مراتب ضعیف‌تر از سیستم انعقاد خون افراد عادی است. لطماتی که انزوا و تنهایی به سلامت جسمی و روانی افراد وارد می‌کند، مراحلی را که در بدن منجر به انعقاد خون می‌شود، مختل می‌کند. نظم و عملکرد هورمون کورتیزول نیز که تحت تأثیر اضطراب و استرس ترشح می‌شود، غالباً در بدن این افراد به هم می‌ریزد.

به گفته دکتر بزدوک افرادی که همواره در انزوا و تنهایی زندگی می‌کنند، همیشه با فشارهای روانی مزمن روبرو هستند. به همین علت تعاملات اجتماعی برای انسان و سلامت جسم و روان وی از اهمیت زیادی برخوردار است. انسان در هر سن و سالی از کودکی گرفته تا سالمندی به تعاملات اجتماعی نیاز دارد و اگر تعامل وی با جامعه به هر علتی مثل قرنطینه

بیشتر از دیگران با خطر مشکلات، اختلالات و حملات مغزی روبرو هستند. این افراد به علت آسیب‌هایی که سیستم ایمنی بدن آنها تحت تأثیر عوارض تنهایی و انزوا دیده است، بیشتر از دیگران در معرض ابتلا به بیماری‌های عفونی هستند و از ابتلا به این بیماری‌ها لطمات جدی‌تری متحمل می‌شوند. به‌طور کلی انزوا و تنهایی امید به زندگی را در این افراد به طرز قابل توجهی کاهش می‌دهد.

دکتر بزدوک می‌گوید: آثار زبان‌بار انزوا و تنهایی سیستم‌های مختلف روانی و جسمانی بدن افراد از جمله سیستم انعقاد خون و سیستم هورمونی بدن آنها را که به اضطراب و فشارهای روانی واکنش نشان می‌دهند، به‌شدت تضعیف می‌کند. تحقیقات ثابت کرده است عملکرد سیستم انعقاد خون بدن افرادی که از انزوا و

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

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

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



## دارالترجمه رسمی

## فرهنگ



● ترجمه رسمی کلیه اسناد و مدارک

● گواهی امضا و کپی برابر اصل

● تکمیل فرم‌های مختلف

● اخذ ویزای توریستی

● ترجمه شفاهی در محاکم و ادارات

تأثیرگذار هستند. یک نفر که تنها زندگی می‌کند و روابط و تعاملات اجتماعی و ابزارهای آن مثل فیس‌بوک را دوست ندارد، بیشتر از دیگران در معرض آسیب‌ها و خطرات انزوا قرار دارد.

پلتفرم‌های ارتباطی مدرن به‌ویژه آنهایی که مثل زوم، فیس‌بوک و واتساپ امکانات و تجهیزات بصری دارند، می‌توانند جایگزین بسیاری از جنبه‌های زندگی اجتماعی عادی شوند. در یک دوره بحرانی و انزوای جمعی همانند شرایطی که بحران کووید ۱۹ برای همه ما به وجود آورده است، استفاده از این ابزارها به ما این امکان را خواهد داد تا سطحی سالم و قابل‌قبول از تعاملات اجتماعی را برای خود حفظ کنیم.

دکتر بزدوک خاطرنشان ساخت انزوای اجتماعی برای کودکان و سالمندان که دانش یا امکان استفاده از این امکانات را ندارند، به‌مراتب دشوارتر از دیگر گروه‌های اجتماعی است و به همین علت نسبت به دیگران در برابر تنهایی ناشی از قرنطینه اجتماعی آسیب‌پذیرتر هستند.

دکتر اوراسیو آرودا مدیر ملی بهداشت عمومی کبک تأکید کرده است که در صورت وقوع موج دوم شیوع کووید ۱۹ در استان کبک، اعمال «قرنطینه کامل» متغنی است.

به گفته دکتر آرودا، در صورت موج دوم شیوع کرونا و ویروس در کبک، کسب‌وکارها و خدمات اساسی به قوت خود برقرار خواهند ماند. وی درعین‌حال تصریح کرد که اگر موارد ابتلا به کووید ۱۹ در استان به‌سرعت افزایش یابد، بهداشت عمومی استان نیز بلافاصله تجمعات بزرگ را ممنوع خواهد کرد و آن دسته از کسب‌وکارها، خدمات و بخش‌هایی را که برای اقتصاد استان جنبه حیاتی ندارند، متوقف خواهد کرد.

مسئول بلندپایه بهداشت عمومی کبک نیز از آثار و پیامدهای زبان‌بار قرنطینه و به‌ویژه آسیب‌های آن بر روی سلامت روانی ساکنان استان ابراز نگرانی کرد باین‌حال احتمال «قرنطینه محلی و منطقه‌ای» را در صورت شکل‌گیری موج دوم کووید ۱۹، به‌منظور مقابله با شیوع و ویروس کرونا متغنی دانست.

آلزایمر را تسریع می‌کند. به‌طور متوسط نیمی از موارد آلزایمر یا همان فراموشی در میان افرادی که تنها زندگی می‌کنند دیده می‌شود و افرادی که دست‌کم با یک نفر دیگر زندگی می‌کنند، کمتر به این عارضه دچار می‌شوند. دکتر بزدوک با تأکید بر این‌که باید بین تنهایی و انزوای اجتماعی تفاوت قائل

شویم، افزود با توجه به اینکه تنهایی و انزوا در دوره قرنطینه ناشی از کووید ۱۹ بیشتر از حالت عادی بر روی افراد سالمند تأثیر گذاشته است، این احتمال وجود دارد که در دوره پساکرونا و شاید طی دوره بعد نسبت به دوره پیش از همه‌گیری کووید ۱۹، با موارد بیشتر ابتلا به آلزایمر و همچنین موارد متعدد آلزایمر زودرس مواجه شویم. به گفته وی، از همین حالا می‌توان پیش‌بینی کرد که آثار و پیامدهای فرعی ناشی از قرنطینه اجتماعی که برای مقابله با همه‌گیری کووید ۱۹ در جوامع به اجرا گذاشته شد، در سال‌های آینده هزینه‌های سنگینی برای سیستم بهداشت و درمان کشورها به بار خواهد آورد که اگر بیشتر از هزینه‌های مستقیم بحران کرونا نباشد، قطعاً کمتر از آن خواهد بود و در این میان عوارض و هزینه‌های ناشی از آلزایمر قابل‌توجه خواهد بود.

به گفته دکتر بزدوک، تنهایی یک احساس ذهنی است. به‌عبارت‌دیگر حتی یک نفر که دور و برش شلوغ است و در جمع خانواده و دوستان زندگی می‌کند، ممکن است احساس تنهایی کند و برعکس، کسی که روابط و تماس‌های اجتماعی بسیار کمی دارد ممکن است از تنهایی رنج نبرد؛ اما انزوای اجتماعی بیشتر یک احساس عینی است به‌طوری‌که می‌توان آن را با توجه به نسبت تماس‌های اجتماعی که یک نفر با دیگر اعضای خانواده یا دوستان خود دارد، آن را اندازه‌گیری کرد. شرایطی که اکنون ما در آن قرار داریم در

شکل‌گیری و تشدید انزوای اجتماعی تأثیر مستقیم دارد؛ اما واقعیت این است که وقتی در انزوای اجتماعی قرار می‌گیریم، احتمال بیشتری وجود دارد که از تنهایی رنج ببریم هرچند این دو موضوع به‌طور خودکار به یکدیگر وابسته نیستند چراکه عوامل متعدد دیگری مثل ویژگی‌های شخصیتی در این قضیه



از آنجاکه خواب عمیق و راحت مرحله‌ای تعیین‌کننده و حیاتی در حفظ و تقویت حافظه است، حافظه افرادی که در تنهایی و انزوا زندگی می‌کنند به‌شدت آسیب می‌بیند. شاید این واقعیت نیز که افراد تنها و منزوی بیشتر از دیگران دخانیات یا مشروبات الکلی مصرف می‌کنند، به‌نوعی با فشارهای روانی که آنها متحمل می‌شوند، در ارتباط مستقیم باشد.

دکتر بزدوک تأکید کرد هیچ تردیدی نیست که تنهایی و عزلت روی هر انسانی آثار و عوارض منفی روانی دارد. مطالعات نشان داده است افرادی که احساس تنهایی و طردشدگی دارند، درک ضعیف، نادرست و حتی اشتباهی از واقعیت دارند. این افراد به‌طور ناخودآگاه بیشتر تمایل دارند از احساسات، ادراکات و یا اطلاعات اجتماعی که از چهره افراد در روبرویی یا ملاقات مستقیم با آنها در جامعه دریافت می‌کنند، بیشتر برداشت منفی داشته باشند و از آنجاکه چهره احتمالاً مستقیم‌ترین و مؤثرترین ابزار انتقال اطلاعات عاطفی و اجتماعی است، اگر درک یا تعبیر و تفسیر یک نفر از اطلاعات چهره فرد مقابل نادرست باشد، این سوءبرداشت می‌تواند پیامدهای منفی دیگری به دنبال داشته باشد.

در این صورت احساس طردشدگی و انزوای اجتماعی بیشتری به این افراد دست خواهد داد و این وضعیت می‌تواند به تعمیم هر چه بیشتر حس تنهایی و انزوای آنها منجر شود و متعاقباً به تشدید پیامدهای منفی ناشی از این پدیده بر روی جسم و روان آنها بینجامد.

این متخصص اعصاب و روان ادامه داد: انزوا و تنهایی با اختلالات روانی متعددی به‌ویژه افسردگی و اضطراب همراه است. باین‌حال هنوز هم کاملاً ثابت نشده است که آیا این احساس تنهایی است که یک نفر را دچار افسردگی می‌کند یا برعکس این افسردگی است که وی را به انزوا و تنهایی می‌کشاند.

به گفته دکتر بزدوک تحقیقات همچنین نشان داده است که انزوا و تنهایی روند ایجاد و توسعه بیماری‌های تحلیل برنده اعصاب به‌ویژه بیماری





## مینو اسلامی

مشاور املاک در مونترال بزرگ مسکونی و تجاری

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



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



## مشاور وام مسکن شیرین تیموری

با سالها تجربه در زمینه بانکی و وام مسکن در کانادا

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



ملاقات در نزدیکترین محل و مناسبترین زمان برای شما

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



## طعم خوش خاطره ها ...

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

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

پذیرش سفارش نان و شیرینی  
برای رستوران و مجالس شما

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

معصومه علی‌محمدی

## بررسی سریعتر درخواست ویزای کانادا برای دیدار اعضای درجه یک خانواده



- همسران عرفی و شرعی
- فرزندان وابسته
- نوه
- پدر و مادر و یا پدر و مادر ناخوانده
- قیم قانونی

تمامی افرادی که به کانادا وارد می‌شوند بدون استثناء ملزم به رعایت قوانین قرنطینه ۱۴ روزه از زمان ورود هستند. هنوز اداره مهاجرت دستورالعملی برای انجام پروسه انگشت‌نگاری افرادی که برای نخستین بار درخواست ویزای دیدار می‌کنند و نیاز به انجام آن دارند را ارائه نداده است. اخیراً اعلام شد که به منظور تسریع‌سازی، کارگران مورد نیاز در دوران پندمیک در کانادا، قادر خواهند بود پروسه انگشت‌نگاری را در مرز ورودی انجام دهند تا سریعتر بتوانند وارد کانادا شوند. در صورت باز نشدن سفارتخانه‌های کانادا و یا مراکز ویزا در خارج از کانادا احتمال انجام پروسه انگشت‌نگاری افراد خانواده درجه یک در مرزهای ورودی نیز میسر شود.

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.

از سفارتخانه‌های کانادا قبل از ۱۸ مارچ دریافت نموده‌اند، می‌توانند وارد مرزهای کانادا شوند. دولت اول جولای اعلام خواهد نمود که دوره محدودیت ورود مسافران به کانادا ادامه خواهد یافت یا به طور کلی برداشته خواهد شد. بدیهی است در هنگام ورود مسئولیت افسران مرزی بر این است که از لزوم ورود کارگران موقت جهت ارائه سرویس‌های مورد نیاز در دوران پندمیک و اطمینان از نیاز به اشتغال آنان پس از سپری نمودن دوران قرنطینه برای کارفرمایان کانادایی تامین گردد. افراد خانواده درجه یک درست است که دیگر همانند گذشته نیازی به توجیه دلیل و یا لزوم سفر به کانادا ندارند ولی کماکان ملزم به اعلام چگونگی اجرای برنامه قرنطینه ۱۴ روزه خود می‌باشند. داشتن ویزای معتبر و یا اجازه ورود معتبر برای ورود خانواده‌های درجه یک الزامی است. آنان که دارای ویزای توریستی هستند به راحتی می‌توانند وارد کانادا شوند و آنان که هنوز ویزای ورود ندارند، درخواستشان با سرعت بیشتری مورد بررسی قرار خواهد گرفت. بر اساس دستورالعمل وزیر مهاجرت پروسه بررسی درخواست ویزای توریستی اقوام درجه یک به میزان قابل توجهی در دوران پندمیک کاهش خواهد یافت. اجرای طرح سرعت بخشیدن به بررسی درخواست برای مسافرینی که هم اکنون در لیست اولویت بررسی قرار دارند موجب خواهد شد تا متقاضیان با سرعت ویزای ورود خود را دریافت کنند. لازم به تاکید است که افراد زیر از دید وزارت مهاجرت و شهروندی، خانواده درجه یک محسوب می‌گردند:

بر اساس دستورالعمل جدید وزیر مهاجرت کانادا علاوه بر برخی از افرادی که دارای معافیت از ممنوعیت سفر به کانادا هستند، خانواده‌های درجه یک مقیمان و شهروندان نیز می‌توانند در صورتی که دارای ویزای دیدار هستند، وارد کانادا شوند و اگر هنوز درخواست مجوز ورود نکرده‌اند، می‌توانند هم اکنون درخواست خود را سابمیت نمایند تا در اسرع وقت مورد بررسی قرار گیرد. بدین ترتیب درخواست ویزای دیدار افراد درجه یک شهروندان و مقیمان کانادا با سرعت بیشتری مورد بررسی قرار خواهد گرفت تا هر چه سریعتر امکان سفر آنان به کانادا مهیا گردد.

این در حالیست که بررسی درخواست ویزاهای موقت به جز درخواست ویزای کار برای کارگران مورد نیاز در دوران کووید ۱۹ از ماه مارچ تا کنون به علت تعطیلی سفارتخانه‌های کانادا متوقف بوده است. بر اساس دستورالعمل رسمی وزیر مهاجرت در حال حاضر علاوه بر بررسی درخواست ویزای کار برای کارگران و متخصصین مورد نیاز کانادا در دوران پندمیک درخواست ویزای اقوام درجه یک مقیمان و شهروندان کانادایی نیز بررسی خواهد شد. بدین ترتیب هم اکنون تا اول جولای که محدودیت سفر به کانادا معتبر است علاوه بر کارگران موقت مورد نیاز در دوران کووید ۱۹ و خانواده‌های درجه یک مقیمان و شهروندان کانادایی، دارندگان ویزای کاری و تحصیلی که تاییدیه صدور مجوز خود را قبل از ۱۶ مارچ ۲۰۲۰ دریافت نموده‌اند و یا افرادی که تاییدیه دریافت اقامت دائم خود را

### معصومه علی‌محمدی

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





## پناهندگان شاغل در بخش بهداشت و سالمندان اقامت دائم می گیرند

به گزارش هفته، به نقل از رادیو کانادا، دولت جاستین ترودو در حال تهیه برنامه‌ای ویژه برای قانونی کردن وضعیت مهاجرتی متقاضیان پناهندگی است که از ابتدای بحران کووید ۱۹ در بخش بهداشت و درمان کشور خدمت کرده‌اند.

طبق اطلاعاتی که رادیو کانادا به دست آورده است، این تدبیر موقت دولت که امکان اعطای اقامت دائم را به متقاضیان پناهندگی فعال در بخش‌های حساس و مهم کشور مثل بهداشت و درمان فراهم می‌کند، احتمالاً طی چند هفته آینده در سرتاسر کشور به اجرا گذاشته خواهد شد.

شمار افرادی که می‌توانند برای برخورداری از این برنامه استثنایی دولت فدرال برخوردار شوند، هنوز مشخص نیست اما گفته می‌شود چند صد و حتی چند هزار نفر از این امتیاز بهره‌مند خواهند شد. در عین حال آمار نشان می‌دهد که اکثر این متقاضیان پناهندگی در استان کبک مستقر هستند.

کمتر از یک‌هزار مهاجر با این وضعیت در استان کبک حضور دارند.

خانه‌هایی که از مهاجران در وضعیت شکننده حمایت می‌کند، اعلام کرد بین هشتصد تا یک‌هزار متقاضی پناهندگی در استان کبک در حال حاضر در مراکز بهداشت و درمان استان کار می‌کنند. مارژوری ویلفرانس رئیس خانه‌های پناهندگی می‌گوید شاید ارقام واقعی از این هم بالاتر باشد.

پرسنل خانه‌های سالمندان، کارگران بخش خانه‌داری، ماموران امنیتی و کارمندان بخش بهداشت و درمان کانادا که در انتظار موافقت اتاوا با تقاضای پناهندگی شان هستند، احتمالاً به زودی می‌توانند اقامت دائم بگیرند.

**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**



تظاهرات در حمایت از متقاضیان پناهندگی که در مراکز درمانی و خانه‌های سالمندان کار می‌کنند، شنبه گذشته در برابر دفتر نخست‌وزیری کانادا در مونتreal برگزار شد



تشخیص داده شده است، از این برنامه محروم خواهند بود.

در عین حال پیشنهاد وزیر مهاجرت کانادا در این زمینه باید برای اجرایی شدن توسط کل کابینه جاستین ترودو تایید شود.

معیارهای پذیرش در برنامه اعطای اقامت دائمی به پناهجویانی که در دوره بحران کرونا در بخش‌های اساسی کار کرده‌اند:

- آن‌هایی که تقاضای پناهندگی داده باشند؛ متقاضیان پناهندگی که با درخواستشان موافقت نشده یا درخواستشان هنوز بررسی نشده است.
- آن‌هایی که مجوز کار معتبر دارند.
- آن‌هایی که در بخش بهداشت و درمان کار کرده باشند.

• آن‌هایی که دست کم مدت چهار هفته (۱۲۰ ساعت) در بچه‌خانه بحران کووید-۱۹ (از ۲۵ ژانویه ۲۰۲۰ که اولین مورد کووید-۱۹ در کانادا ثبت شد تا زمان اعلام تدبیر استثنایی دولت فدرال برای اعطای اقامت دائم) کار کرده‌اند.

• آن‌هایی که پیش از اعلام برنامه استثنایی دولت فدرال تقاضای پناهندگی خود را ارائه کرده‌اند.

در هفته‌های اخیر چندین گروه و سازمان اجتماعی و بسیاری از فعالان حقوق مهاجران

کووید-۱۹ در کابینه دولت قرار داده، دسترسی پیدا کرده است. دسترسی به این برنامه که از آن به عنوان یک «سیاست عمومی به منظور اعطای اقامت دائم» یاد می‌شود، در حال حاضر گسترده است و فقط به کارگران خانه‌های سالمندان محدود نمی‌شود. همه کارگران خارجی با وضعیت اقامتی نامشخص که در مدت بحران همه‌گیری کرونا در بخش بهداشت و درمان مثل بیمارستان‌ها کار کرده‌اند، می‌توانند از امتیازات این برنامه بهره‌مند شوند. در این زمینه به ویژه از پرسنل خانه‌های سالمندان، پرسنل بخش خانه‌داری، ماموران امنیتی یا کارگران و کارمندان بخش درمان صحبت می‌شود.

یک منبع آگاه از این پرونده اعلام کرد دولت جاستین ترودو تلاش می‌کند در اجرای این برنامه استثنایی در سرتاسر کشور گشایش و انسجام کافی نشان دهد.

اما متقاضیان پناهندگی که در مدت بحران کرونا در بخش‌های دیگر کار کرده‌اند، حتی اگر این کارها در دوره بحران کرونا اساسی توصیف شده بودند، امکان استفاده از برنامه استثنایی دولت فدرال را ندارند. همچنین آن دسته از متقاضیان پناهندگی که درخواست آن‌ها غیرقابل پذیرش

این افراد یا منتظر حکم کمیسیون مهاجرت و وضعیت پناهندگان هستند یا این که تقاضای آن‌ها از طرف این دادگاه اداری که مسئولیت رسیدگی به پرونده‌هایی از این نوع را دارد، رد شده است اما این افراد به رغم مخالفت با درخواستشان، همچنان در استان کبک مانده‌اند به امید این که سرانجام یک روز بتوانند با انگیزه‌های بشردوستانه اقامت دائمی کانادا را بگیرند.

چارچوب این تدبیر استثنایی دولت فدرال اواخر روز سه‌شنبه توسط مارکو مندیسینو وزیر مهاجرت کانادا در اختیار کمیته مسئول رسیدگی به بحران کووید-۱۹ در کابینه قرار گرفت. اعضای این کمیته را اعضای دولت ترودو تشکیل می‌دهند.

طبق توضیحاتی که بیست و ششم می گذشته جاستین ترودو در این باره ارائه کرد، وزیر مهاجرت از طرف نخست‌وزیر کانادا مأموریت یافته است راهی برای به قدردانی از خدمات و تلاش‌های این گروه متقاضیان پناهندگی پیدا کند.

رادیو کانادا به نسخه‌ای از طرحی که مارکو مندیسینو به کمیته مسئول رسیدگی به بحران



## 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
- حساب‌های پس انداز و سرمایه گذاری
- برنامه‌های بازنشستگی
- حساب سرمایه گذاری کودکان





جاستین ترودو بیست و ششم می اعلام کرد: «به عقیده من مردم به این مسئله اذعان دارند که قهرمانانی که در شرایط استثنایی و دشوار بحران کووید ۱۹ در بخش‌های حساس کشور مثل بخش بهداشت و درمان کار می‌کنند، مستحق قدر دانی هستند.»



تظاهرات و تجمعاتی در هفته‌های اخیر در استان کبک برگزار شده و تظاهرکنندگان از مقامات خواسته‌اند به منظور قدر دانی از متقاضیان پناهندگی که در بخش بهداشت و درمان کار می‌کنند، به آن‌ها اقامت دائم اعطا کنند

ویژه معیارهایی که باید برای این کار مد نظر قرار گرفته شود، اختلافاتی دارند. اما واقعیت امر این است که دولت جاستین ترودو برای اجرای برنامه استثنایی اعطای اقامت دائم به این پناهجویان الزامات نیازی به موافقت دولت کبک ندارد. در عین حال میان دولت کبک و دولت فدرال در زمینه مهاجرت به ویژه مهاجرت اقتصادی یک تفاهم وجود دارد که به موجب آن دولت کبک می‌تواند بخشی از مهاجران مورد نیاز خود را در وهله اول از طریق ارائه گواهی انتخاب کبکی، گزینش کند. اما وزارت مهاجرت فدرال این حق را برای خود محفوظ می‌دارد که بر اساس انگیزه‌ها و اهداف بشردوستانه به برخی از مهاجران و پناهجویان اقامت دائمی اعطا کند. اما اگر فرد متقاضی در استان کبک زندگی می‌کند، دولت محلی کبک ابتدا باید مهر تایید بر درخواست وی بزند.

قبال آن دسته از متقاضیان پناهندگی که در دوره بحران کرونا در خانه‌های سالمندان کار کرده‌اند، رویکرد بازتری اتخاذ خواهد کرد. وزیر اول کبک از سیمون ژولن-بارت وزیر مهاجرت خود خواسته است برای اعطای گواهی انتخاب کبکی به این افراد، پرونده‌های مهاجرت آن‌ها را مورد به مورد بررسی کند. طبق اطلاعاتی که رادیو کانادا به دست آورده، در روزهای اخیر تماس‌ها و دیدارهایی در همین زمینه میان مسئولان دولت کبک و دولت فدرال صورت گرفته است اما دولت کبک و دولت فدرال هنوز بر سر این موضوع به اتفاق نظر نرسیده‌اند. آندره گوسلن سخنگوی سیمون ژولن-بارت وزیر مهاجرت کبک سه‌شنبه شب اعلام کرد: «ما در حال کار روی این موضوع هستیم. گفت‌وگوها میان دولت کبک و دولت فدرال در این زمینه ادامه دارد چرا که مسئله متقاضیان پناهندگی در حال حاضر در کانال دولت فدرال قرار دارد.» نه مسئولان دولت کبک و نه مقامات دولت فدرال کتمان نکرده‌اند که برای دستیابی به زمینه تفاهم در خصوص مسایل مربوط به اعطای اقامت دائم به متقاضیان پناهندگی و به

در استان کبک از مقامات خواسته‌اند وضعیت اقامت این گروه از متقاضیان پناهندگی را که غالباً از آن‌ها به عنوان «فرشته‌های نگهبان» یاد می‌شود، قانونی کنند. در همین راستا چندین تظاهرات نیز در حمایت از این پناهجویان در استان کبک برگزار شده است. حزب نیودموکرات و بلوک کبکوا حمایت خود را اعطای اقامت دائم به این گروه از پناهجویان اعلام کرده‌اند اما حزب محافظه کار اواخر ماه می با طرحی که در همین رابطه در مجلس عوام ارائه شده بود، مخالفت کرد. در استان کبک نیز حزب لیبرال، حزب همبستگی کبک، حزب کبکی و کاترین فورنیه نماینده مستقل از قانونی کردن وضعیت اقامت این مهاجران حمایت کرده‌اند. اگر طرح استثنایی که دولت فدرال در این زمینه ارائه کرده است در شکل و شمایل کنونی اش به تصویب برسد، به مراتب گسترده تر و فراگیرتر از طرحی است که فرانسوا لوگو وزیر اول کبک ارائه کرده است. وزیر اول کبک ابتدا با قانونی کردن وضعیت اقامت این گروه از پناهجویان مخالفت کرد اما چند روز بعد اعلام کرد که دولت کبک در

منبع خبر

<https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1710426/im-migration-asile-trudeau-anges-gardiens-chsld-quebec-legault-preposes>



**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



نویده احمدی

# در کودکی آرزوی مرگ می کردیم تا بلکه یک بار سیر بخوایم

## نثار ظریفی، هنرمند تحسین شده افغان در گفت و گو با هفته

نثار ظریفی از هنرمندان مهاجری است که هنرهای عکاسی، فیلم‌نامه‌نویسی و کارگردانی را تجربه کرده است. او چندین مجموعه عکس با محوریت مهاجرین جمع‌آوری کرده است.

«جیغ پریا» اولین اثر نمایشی از او است که با کودکان و نوجوانان افغانستانی به اجرا می‌برد. «مسیر» نام فیلم‌نامه او است که در بخش انتخابی جشنواره اینتر فیلم برلین مقام اول را کسب کرده است. نثار ظریفی حال وارد دنیای مستند شده است و پا به دنیای کودکان زباله گرد و کودکان مهاجر گذاشته است، کودکانی که از دل زباله جهان خودشان را می‌سازند. او اولین کارش را به خاطر مشکلات با ابزارهای ساده ساخته است و می‌خواهد که این مسیر را ادامه دهد.

**نثار ظریفی گرامی چسی شد که وارد عرصه هنری رفتی؟**

مثل کشف به دنیای جدید بود برام. سال ۱۳۸۵ وقتی استاد حمید پورآذری تصمیم به برگزاری یک اجرای کارگاهی با بچه‌های مهاجر رو گرفت خیلی خوش‌شانس بودم که یکی از افراد شرکت‌کننده تو این کارگاه بودم. حضور تو جمع ۸ نفره اون کارگاه برای من باب آشنایی با هنر بود و این اتفاق به‌مثابه کشف یک دنیای زیبا در دل یک واقعیت‌های زشت بود.

**ورود به دنیای هنر چه تأثیری روی زندگی تو داشته؟**

تأثیرات آن برای خودم خیلی جذاب و لذت‌بخش بود اما برای اطرافیانم خیلی عجیب و غریب! به‌رحال این تأثیرات هم از دیدگاه افراد به دنیای پیرامون قابل لمس و هم در ساده‌ترین رفتارهای اجتماعی. یه جاهایی از شنیدن افکارم مرا سرزنش می‌کردن و جای دیگه ظاهرم برایشان خنده‌دار بود.



مهاجرت کشف دنیای جدید است. دنیای حسی مهاجر بسیار متفاوت از کسی است که هجرت را تجربه نکرده است. گاهی فرصت‌هایی که در مهاجرت پیش رو می‌آید را باید قاپید و نردبانی درست کرد و بالا رفت.

در پروژه‌های بزرگ سینمایی هیچ‌وقت پیشنهادی نداشتم، البته که اشتیاقی هم در خودم می‌بینم تا در این زمینه فعال باشم، مستقل کار کردن رو ترجیح می‌دم.



**درباره نثار ظریفی، کارگردان مهاجر افغان**

نثار ظریفی سال ۱۳۶۹ در ولایت کاپیسا، ولسوالی کوهستان، قریه گل‌بهار به دنیا آمد. با به تصرف درآمدن کابل به دست طالبان و افزایش خشونت‌ها در سن ۷ سالگی به همراه خانواده‌اش به ایران مهاجرت کرد. از همان ابتدا در تهران ساکن بود و مثل تمام کودکان مهاجر ناچار به کار کردن شد.

در سن ۱۵ سالگی در کلاس‌های آموزش تئاتر استاد حمید پورآذری شرکت کرد. به گفته خودش این اتفاق نقطه عطفی در زندگی او شد. تو خود معتقد است که آشنایی با تئاتر کشف دنیای سرشار از رنگ و خیال در دل واقعیت‌های زشت بود.

اولین تجربه تئاتری نثار ظریفی، بازی در نمایش «حسین قلی مردی که لب نداشت» به کارگردانی حمید پورآذری بود. بعدازآن در اغلب فعالیت‌های نمایشی حمید پورآذری از عوامل اجرایی نمایش‌ها بود. عکاسی را تجربه کرد و سه مجموعه عکس با محوریت مهاجرین جمع‌آوری کرد.

نثار ظریفی در سال ۱۳۹۰ برگشتی به افغانستان داشت و به مدت یک سال آنجا ماند. این بازگشت را از اتفاق‌های بزرگ زندگی‌اش یاد می‌کند زیرا یک‌بار دیگر مهاجرت را انتخاب می‌کند و این بار با انگیزه‌ی بیشتر اولین اثر نمایشی خودش را به نام «جیغ پریا» با کودکان و نوجوانان مهاجر افغانستانی برای اجرا می‌برد. استقبال و بازخورد اولین اثر نثار ظریفی در مقام نویسنده و کارگردان باعث می‌شود تا از طرف موسسه پژوهشی کودکان دنیا پیشنهاد اجرای نمایشی مشترک با نوجوانان ایرانی و افغانستانی را به دست بیاورد. این نمایش در سال ۹۴ به نام «قصه دختری ننه دریا» در تماشاخانه نوفل‌لوشاتو به اجرا درآمد. او چندین پرفورمنس دیگر را نیز کارگردانی کرد. اکثراً به شکل خصوصی و به‌صورت تک اجرا نمایش داده شد.

گام بعدی نثار ظریفی آشنایی با سینما بود بعد از چند همکاری در فیلم‌های کوتاه، ابتدا فیلم‌نامه‌نویسی را به‌صورت عملی تجربه کرد که یکی از آثارش با نام «مسیر» در بخش انتخابی جشنواره اینتر فیلم برلین مقام اول را کسب کرد. او هم‌اینک مشغول تدوین اولین فیلم مستندش در مقام کارگردان است. در این تجربه «ماری موسا» نیز همکاری دارد و این دو به‌صورت مشترک این پروژه را کارگردانی می‌کنند.



جایگاهی در میان نیازهای جامعه نداشت. این احساس بی‌نیازی به هنر هم در دل جامعه لمس می‌شد و هم در برنامه‌های دولت و مسئولینی که سراپا غرق در شعار آبادانی کشور بودن. حتی در برنامه‌های حمایتی بنیادهای فرهنگی اروپایی هم جایگاهی برای هنر تعریف نشده بود. همه‌ی تلاش‌ها و رفت‌وآمدهایم به بنیادهای فرهنگی بی‌ثمر ماند. با این حال من یک سال آنجا ماندگار شدم و در این مدت تلاش کردم افغانستان و مردمش را بیشتر بشناسم. به‌رحال من در سن کمی مهاجرت کرده بودم و نیاز به شناخت مردمم در من موج می‌زد.

### ایده قصه‌ی دختران ننه دریا چگونه در ذهن شما شکل گرفت؟

اون پروژه به همت مونا جدیدی که از افراد فعال درزمینه آموزش است شروع شد. در این پروژه سه گروه نوجوان شرکت داشتن: نوجوان مهاجر، نوجوان موسسه‌ی کودکان دنیا و نوجوان محله ۱۳ آبان. همه‌ی عوامل اون کار نوجوان بودن، از طراح صحنه و لباس گرفته تا انتخاب موسیقی. رسیدن به اقتباس کردن از شعر قصه دخترای ننه دریا بخشی از مسیر گروه بود. ما از ابتدا با هیچ شروع کردیم و درست همون طوری که تجربه کار با استاد پوراآذری به من آموخته بود، آنچه می‌خواستیم بگوییم را در دل تمرین‌ها کشف کردیم.

### قصه‌ی دختران ننه دریا در کدام نقطه با مهاجرت پیوند می‌خورد؟

اون نمایش از دختران رنج‌کشیده این جهان نمایندگی می‌کرد. ما مجموعه‌ی از اتفاق‌های دردناکی که در واقعیت برای دختران سرزمین‌های مختلف اتفاق افتاده انتخاب کردیم و تمام اینها شدن دختران ننه دریا قصه‌ی ما.

می‌تونم بگم جستجو یکی از بارزترین نقاط اشتراک بین حسینقلی و یک فرد مهاجر است هردوی آنها به دنبال چیزی هستن، یکی به دنبال لیبی تا بتونه بخنده و دیگری به شکل کلی به دنبال حس امنیت.

خیلی از پسران خانواده‌های مهاجر از بدو ورود به ایران باید بخشی از بار اقتصادی خانه را روی شانه‌های کوچک خود حمل کنند؛ از این زاویه برای تو چگونه بود؟

به‌رحال کار کردن از زمان کودکی جزء جدایی‌ناپذیر از زندگی من و اطرافیانم بود. چیزی که باعث بدتر شدن اوضاع میشه، همینکه جبر کار کردن مقطعی نیست. یادمه در عالم کودکی با دوستانمون آرزوی مرگ می‌کردیم چون احساس می‌کردیم اون طوری به دل سیر می‌بخواییم.

مهاجران ساکن در ایران همواره با محدودیت مواجه هستند. چه انگیزه‌ای در تو باعث شد باوجود این محدودیت‌ها مسیر خودت را ترک نکنی؟

اینکه مهاجرین برای رشد با محدودیت روبرو هستند را با این صراحت قبول ندارم. فردی که خواهد رشد کند اتفاقاً تو محدودیت‌ها خلاقانه‌تر رفتار می‌کند. شاید درست‌ترش این باشه که شرایط موجود از نظر معیشتی مجال رشد افراد مهاجر رو به چالش بکشه.

مهاجرت هنرمند را مجبور می‌کند به نگاه تازه‌ای برسد؛ آیا برای تو هم اینطور بوده است؟

حتماً بی‌تأثیر نیست، به‌رحال هر اثر هنری در هر زمینه‌ای ثمره رویکرد خالقش به آن اثر است، رویکرد افراد هم رابطه نزدیکی با آنچه زیسته‌اند دارد. از همین رو تجربه مهاجرت ممکن است حتی به شکل ناخودآگاه در آثار یک مهاجر نمود پیدا کند من فکر می‌کنم هنر به معنی واقعی کلمه انسانی‌ترین کنش موجود در بشریت است.

کار تئاتر را از مردی که لب نداشت شروع کردی، این کار تا مرحله اجرا چقدر زمان برد و در این کار چه مسیرهایی را طی کردی؟

همون طوری که گفتم سال ۱۳۸۵ استاد حمید پوراآذری تصمیم به برگزاری یک کارگاه آموزشی زدن تا در نهایت به اجرا برسد. ما ابتدا با تئاتر آشنا شدیم و سپس با توجه به متد استاد پوراآذری جهانیش را کشف کردیم، حرفمان را برای زدن انتخاب کردیم و تمرین نمایش حسین قلی مردی که لب نداشت شروع شد. به گمونم آن روزها تصور اینکه عده‌ای از نوجوانان مهاجر افغانستانی تصمیم داشتن یک نمایش بر اساس شعر شاملو را در یک سالن حرفه‌ای اجرا کنن خیلی سخت بود؛ این چیزی بود که بعدها متوجه شدم. راستش استاد پوراآذری هیچ‌وقت نگذاشت

آب تو دل ما بچه‌ها تکون بخوره، به همین دلیل اصلاً نمی‌دونم چرا با اینکه آماده اجرا بودیم اما دو سال طول کشید تا برای اجرا برویم، اونم با شرایطی ویژه که بازم از جزئیاتش بی‌اطلاعم.

دوازده سال پیش که شما وارد هنر شدید محدودیت‌ها برای مهاجرین به نسبت امروز زیادتر بود اما امروز شرایط مهاجران بهتر شده است و هنرمندان مهاجر زیادی وارد این عرصه شدند. نظر شما چیست؟

با توجه به به وجود آمدن تماشاخانه‌های خصوصی درست است فضا بازتر شده و تعداد بیشتری از بچه‌های مهاجرین مشغول فعالیت درزمینه هنرهای نمایشی هستند. از نظر کمی باید بگم عالیه! همین‌که هفته‌ی یکبار آدم‌ها تو فضای متفاوت از آنچه قبلاً زیسته‌اند دورهم جمع میشن فوق‌العاده است، اما نظر کیفی خیلی جای کار داریم و باید بیشتر بخوانیم و بیشتر ببینیم.

چه وجه اشتراکی بین حسین قلی مردی که لب نداشت و یک فرد مهاجر وجود دارد؟

می‌تونم بگم جستجو یکی از بارزترین نقاط اشتراک بین حسینقلی و یک فرد مهاجر است. هردوی آنها به دنبال چیزی هستن؛ یکی به دنبال لب بتونه بخنده و دیگری به شکل کلی به دنبال حس امنیت، که میشه کلمه امنیت رو شکافت و یک عالمه مثال بیرون کشید.

چه شد که تصمیم گرفتی به افغانستان بروی؟

سال ۱۳۹۰ به افغانستان رفتم، به این امید که شاید بشود تمام آنچه آموخته بودم رو به مرحله اجرا دربیارم، اما خب هیچ چیز اون طوری که من تصور می‌کردم نشد. هنر هیچ



چه شد که این سوژه را برای اولین کار مستند انتخاب کردید؟

به قول معروف هر کی باید از یک جایی شروع کند، محوریت این مستند در مورد چالش کارگران مهاجری است که با وجود همه گیری بیماری کرونا ناچارند همچنان در دل زباله ها برای بقا تلاش کنند.

مستند بچه های زباله گرد افغان چه می خواهد بگوید؟

این مستند روایتگر زندگی بچه هایی است که در دل سخت های موجود در کارشان، در دل خطرات موجود در فضای کاری شان همچنان در تلاش اند لقمه نانی به دست بیاورند برای خودشان و خانواده شان که در افغانستان هستند. اما در عین حال زندگی برایشان در جریان است، ما می بینیم که چطور این بچه ها در دل زباله جهان خودشان را می سازند؛ جهانی که هنوز طعم و رنگ کودکی و سرزندگی در آن بیداد می کند.

با توجه به اینکه شما یک بار به افغانستان رفتید اما نتوانستید کاری انجام دهید حالا با گذشت ۹ سال تصمیم دارید که در افغانستان کار کنید؟

دائم به این فکر می کنم. از ۹ سال پیش بهش فکر می کردم و همون طوری که گفتم سال ۱۳۹۰ رفتم تا برای کار کردن در اونجا تلاش کنم اما خب اولویت جامعه و دولت چیز دیگری ست.

چه برنامه هایی برای آینده دارید؟

در حال حاضر در مرحله تدوین مستند هستم، این مستند با نام موقت «زلمی، حمزه، بسماله و دیگران...» فعلاً مهم ترین کارم است. اما می دانم که برای آینده برنامه ام ادامه دادن به همین مسیر خواهد بود؛ و در این مسیر کار برای انجام بسیار است.

نثار ظریفی عزیز از شما سپاسگزارم

مستند بچه های زباله گرد افغان اولین تجربه کار مستندسازی شما است. از دشواری های این کار برای ما بگویید؟

بله همینطور است، ورود به عرصه فیلم سازی رو با این مستند شروع کردم و بزرگ ترین دشواری هم همین اولین بودنش است. چون به دلیل نداشتن تجربه، فیلم ساختن سخت بود تا بتونیم تهیه کننده و یا حمایت مالی داشته باشیم. از همین رو تماماً با خرج خودمون ینی فقط من و همکارم ماری موسا ساخته شد. راستش من و ماری وضع مالی خوبی نداریم، پس ناچار از ابتدایی ترین ابزارهای موجود برای ساخت این فیلم استفاده کردیم و همین طور مجبور بودیم خودمون دوتا کار همه ی عوامل یک فیلم مستند را انجام بدیم.

اینکه مهاجرین برای رشد با محدودیت روبرو هستند را با این صراحت قبول ندارم. فردی که بخواهد رشد کند اتفاقاً تو محدودیت ها خلاقانه تر رفتار می کند.

”

میزان استقبال مخاطب ایرانی از کار شما چگونه بود؟

همان طوری که گفتم نمایش قصه دخترای ننه دریا یک داستان مشترک بین نوجوان های ایرانی و افغانستانی بود؛ در نتیجه با استقبال خوبی روبرو شد به طوری که ۱۱ شب اجرا و فروش خوبی داشتیم.

پلاتوها چقدر با گروه هنرمندان مهاجر همکاری می کنند؟

فضاهای تمرینی خصوصی موجود در تهران به هدف درآمدزایی ایجاد شدن. هر پلاتوی هم نرخ خودش رو داره، هر گروهی هم که هزینه تمرینش رو بده می تونه از اونجا استفاده کنه. طبیعتاً استثنا قائل نمی شوند اما از ورودشان هم جلوگیری نمیشه. اما در مورد فضاهای تمرینی سالن های دولتی بحث فرق می کنه، چون آنجا گروهی تمرین می کند که در همانجا اجرا خواهد داشت.

با توجه به تجربه کاری که دارید چقدر از سوی سینماگران ایرانی دعوت به کار شدید؟

در پروژه های بزرگ سینمای هیچ وقت پیشنهادی نداشتم، البته که اشتیاقی هم در خودم نمی بینم تا در این زمینه فعال باشم، مستقل کار کردن رو ترجیح میدم.

شما در زمینه عکاسی تجربه کار کردن دارید چه کارهایی در این حوزه انجام دادید؟

تا قبل از سال نود در این زمینه فعال تر بودم. در اون زمان تونستم سه مجموعه عکس با محوریت زندگی مهاجرین جمع آوری کنم. همچنین شرکت در سه نمایشگاه گروهی عکس.

رابطه مهاجرت و عکاسی را چگونه می بینید؟

عکاسی یک هنر است و مهاجرت یک جبر، خیلی به هم ربطی ندارن. تنها نقطه اشتراک موجود در رویکرد هنرمند است که قبلاً در مورد تأثیرش حرف زدیم.



**عبداله صفوی**  
**Abdollah SAFAVI**  
Financial Security Advisor  
Investment Representative

مشاور امنیت مالی  
نماینده سرمایه گذاری

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

مشاوره رایگان

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

[mqsf.ca](https://www.mqsf.ca) [mqsf.ca](https://www.mqsf.ca) [mqsf.ca](https://www.mqsf.ca)

canada life Freedom 55 Financial QUADRUS



عطر بود  
سوز بود

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





## پرونده

Histoire de couverture

گروه ترجمه هفته

# نژادپرستی یک ویروس است

## چگونه با این بیماری روبرو شویم؟

بباید با هم روراست باشیم! نژادپرستی یک روز متولد می‌شود، زندگی می‌کند و ممکن است یک روز هم بمیرد. نژادپرستی مسری است و از یک انسان به انسان دیگر قابل انتقال است با این حال سرعت انتقال و شیوع آن بین افراد و در جامعه بسته به شرایط محیطی و اجتماعی که در آن متولد شده، متفاوت است. وانگهی افزون بر شرایط محیطی و اجتماعی، می‌توان وضعیتی به وجود آورد که سرعت و قدرت شیوع ویروس نژادپرستی را تشدید کند یا برعکس از سرعت و قدرت آن بکاهد.

گاهی اوقات امواج جدیدی در افق پدیدار می‌شوند که خبر از برخی تغییر و تحولات می‌دهند. خیلی‌ها از مشاهده این امواج تعجب می‌کنند این در حالی است که از پیش علایم و نشانه‌هایی زنگ هشدار را در خصوص ظهور قریبالوقوع خطر یا خطرات به صدا درآورده‌اند.

بیکاری، فقر و فلاکت، گسترش حاشیه‌نشینی، محرومیت‌ها و خشونت‌های حاشیه‌نشینی از جمله عواملی هستند که می‌توانند نژادپرستی را در یک محیط یا یک اجتماع از حالت جنینی خارج کنند و به گسترش و شیوع آن دامن بزنند.

” برای مدت‌ها تصور بر این بود که نژادپرست‌ها نقاب‌های نوک تیزی به صورت و قبا‌های سفید بلند دارند و شب هنگام با مشعل‌های روشن در یک دست و صلیب در دست دیگر سخنان تنفرانگیزی بیان کنند. بعدها تصور این شد که نژادپرستان جوانان سرتراشیده هستند که مثل نازی‌ها سلام می‌کنند. اما امروز می‌دانیم که ویروس نژادپرستی همه را آلوده کرده است.



### درباره نویسنده: دنی لافریر

دنی لافریر **Dany Laferrière** روزنامه‌نگار و رمان‌نویس هائیتی تبار کانادایی است. او در سال ۱۹۵۳ در هائیتی به دنیا آمد و در ۲۳ سالگی (۱۹۷۶) به کانادا مهاجرت کرد. معروف‌ترین رمان او با عنوان «چگونه بی آنکه خسته شویم با یک سیاه عشق بازی کنیم» در سال ۱۹۸۵ منتشر شد و همین کتاب برای فیلم نامه تنظیم شد و فیلم آن در سال ۱۹۹۰ جایزه جینی را از آن خود ساخت. دنی لافریر ساکن مونترال است و تا به حال برای نوشته‌هایش جوایز متعددی را از آن خود ساخته است.

درباره رفتار ویروس نژادپرستی وجود دارد. تنها چیزی که کاملاً مشهود هست درد و رنجی است که بر روی یک گروه خاص ایجاد می‌کند: سیاهپوستان. در عین حال تنوع و گستردگی مطالعاتی که بر روی رفتار این ویروس صورت گرفته، حیرت‌انگیز است.

به عنوان مثال هنوز معلوم نیست که آیا ویروس می‌تواند از انسان به حیوان منتقل شود؟ می‌توان چنین چیزی را تصور کرد چرا که در روزگاری نه چندان دور در جنوب آمریکا در برخی مکان‌های عمومی یک آگهی با این مضمون به چشم می‌خورد: «ورود برای سیاهپوستان و سگ‌ها ممنوع است». شاید تصور شود که همه این‌ها ساخته و پرداخته ذهن یک پژوهشگر در چهاردیواری آزمایشگاهش است اما در واقع این بخشی از یک روند تحقیر و انسانیت‌زدایی است.

### انسانیت‌زدایی

برای این که برده شرایط حیوانی خود را بپذیرد، لازم است که همه اصناف و مشاغل که به نوعی روی جامعه نفوذ دارند دست به دست هم بدهند. برای این کار نخبگان سیاسی، روشنفکران و مذهب‌یون تلاش کردند تا برده را متقاعد سازند که در ساختار جامعه استعماری جایگاه و موقعیتش دقیقاً همانی است که در آن قرار دارد. در این میان روحانیون کلیسا همه تلاش خود را به کار گرفتند تا برده را متقاعد کنند که به پاداش درد و رنج‌هایی که در موقعیت کنونی‌اش در زمین متحمل می‌شود، جایگاهی رفیع در بهشت به او بخشیده خواهد شد.

در یکی از بندهای قانون‌نامه سیاهان که به همه جنبه‌های زندگی بردگان پرداخته، به صراحت آمده است که برده یک کالا است. نکته جالب این که چنین قانونی در «عصر روشنفکری» تدوین شده است.

اما ویژگی خاص نژادپرستی این است که هرگز در محیط یا مکانی که دیده می‌شود، متولد نمی‌شود بلکه همواره از جای دیگری می‌آید و از جای دیگری سرچشمه می‌گیرد. به عنوان مثال اگر نرخ بیکاری در یک جامعه به یکباره به طرز قابل توجهی افزایش یابد، به سرعت انگشت اتهام به سمت تازه‌واردان بلند می‌شود چرا که به نظر می‌رسد که تازه‌واردان فلابکت و بدبختی را که می‌تواند به پیدایش و گسترش نژادپرستی منجر شود، در خود داشته و با خود آورده‌اند.

با مشاهده و معاینه یک بیمار است که می‌توان به وجود ویروس پی برد و گرنه ویروس کاملاً نامرئی است. این اندیشه که بیمار عامل و مسئول بیماری است، از همین جا نشأت می‌گیرد.

اگر سفیدپوست فکر می‌کند که این ویروس با یک سیاهپوست وارد خاک آمریکا شده است، سیاهپوست نیز تصور می‌کند که طمع‌ورزی سفیدپوست برای بهره‌برداری از انرژی او بوده که ویروس را همچنان زنده نگه داشته است. بنابراین سیاهپوست بدون سفیدپوست وجود ندارد همان‌گونه که سفیدپوست بدون سیاهپوست هم وجود ندارد و هر یک وجود خود را بسته به دیگری می‌بیند.

### لحظه تاریخی

از خود می‌پرسیم که کل این داستان چه زمانی در آمریکا شروع شد. چهارصد سال پیش با تجارت بردگان. اولین کشتی‌های حامل بردگان در آن زمان در سواحل آمریکا پهلو گرفتند. شاید این زمان بسیار به نظر دور بیاید اما در عرصه تاریخی انگار همه این اتفاقات دیروز رخ داده است.

در روزگار ما، نسل‌هایی که نوادگان بردگان آن دوران هستند همه تلاش خود را به کار می‌گیرند تا آن «قرن‌های خونین» هرگز در تاریخ فراموش نشود این در حالی است که نسل‌های فعلی استعمارگران دیروز تلاش می‌کنند تا آن دوران سیاه برای همیشه به فراموشخانه تاریخ سپرده شود.

شاید باید مبدا شکل‌گیری ویروس برده‌داری را در دوره‌ای از تاریخ جستجو کرد که طمع‌کاری و خیالپردازی‌های اروپاییان برای بهره‌کشی هر چه بیشتر از نیروی رایگان و تمام نشدنی بردگان آغاز گشت.

قطعا در این رهگذر هدف چیزی جز پول نبود. بهره‌کشی از بردگان بدون این که حق و حقوقی به آنها داده شود و به دست گرفتن حق زندگی یا مرگ آنها تنها هدفی بود که استثمارگران و استعمارگران از همان ابتدا دنبال می‌کردند. هنوز هم در آمریکا کسانی هستند که با حسرت از آن دوره یاد می‌کنند و آرزوی بازگشت آن دوره را دارند.

من در این جا به این علت به آمریکا اشاره می‌کنم که آخرین تحولات مربوط به برده‌داری در این منطقه صورت گرفت اما از این که می‌بینم برخی اروپایی‌ها از خشونت نژادپرستانه آمریکا ابراز تعجب می‌کنند، واقعا خنده‌ام می‌گیرد چرا که اروپایی‌ها ظاهراً فراموش کرده‌اند اروپا خود عامل اصلی و سرمنشاء داستان برده‌داری بوده است. این اولین همه‌گیری یک ویروس بود چرا که دست کم سه قاره اروپا، آفریقا و آمریکا درگیر آن شدند.

### رمز و راز

یک مسئله همچنان اسرارآمیز است: نژادپرستی قابلیت آن را دارد که در دورافتاده‌ترین نقاط جهان و حتی در جایی که از فلابکت، بدبختی، بیکاری و حتی از سیاهپوستان اثری نیست، ظاهر شود. با این همه نحوه عملکرد آن شناخته‌شده است.

آیا محدودیت جغرافیایی و زمانی ندارد؟ هنوز ابهامات و مسایل ناشناخته زیادی

سیاهپوستان جدا می‌کرد. در این سیستم دیگر شایسته نبود که سیاهپوستان و سفیدپوستان همزمان در یک اتاق حضور داشته باشند یا برای ورود به یک مکان عمومی یا حتی خصوصی از یک در عبور کنند بلکه لازم بود که سیاهپوستان از در پشتی و سفیدپوستان از در جلویی وارد شوند. در سیستم جدید دیگر سیاهپوستان مجاز به ورود به بارها و رستوران‌هایی نبودند که محل تردد سفیدپوستان است مگر این که چنین اماکنی دو در جداگانه و دو سالن جداگانه داشته باشد تا مبادا وجود سیاهپوستان در چنین مکان‌هایی خلوت سفیدپوستان را آشفته کند و مایه رنجش خاطر آنها شود. سیاهپوستان در خانه‌های اربابان خود اجازه خوردن، خوابیدن یا رقصیدن را نداشتند. در آن دوران این قوانین و مقررات با دقت و با جدیت به اجرا گذاشته می‌شد و مجازات سنگینی در انتظار ناقضان این مقررات بود.

این وظیفه سیاه پوستان بود که از سفیدپوستان فاصله بگیرند و مراقب آن باشند که قوانین را زیر پا نگذارند. سفیدپوستان اما می‌توانستند بدون اجازه هر جا که بخواهند و حتی کلبه‌های سیاهپوستان وارد شوند در حالی که سیاهان حتی اگر سفیدپوستی را با نشان می‌دیدند، اجازه نداشتند که سر راه او سبز شوند.

### یک ویروس خاص

برای من این استدلال بسیار عجیب است که می‌گویند ویروس نژادپرستی در وجود سفیدپوست نبوده بلکه سیاهپوست آن را داشته است؛ که در وجود ارباب نبوده و برده آن را داشته است. این همان استدلالی است که می‌گویند زن قربانی تجاوز، در واقع خودش عامل جنایتی است که روی او اتفاق افتاده است. درست بر مبنای همین استدلال بود که به پلیس مأموریت داده شد تا از سفیدپوست در برابر سیاهپوست حفاظت کند. چرا که اگر سفیدپوست نژادپرست است، مقصر کسی جز خود سیاهپوست نیست در حالی که بر سیاه پوست جز داشتن پوست سیاه خرده‌ای نمی‌توان گرفت. اندیشمندان می‌گویند هر کسی می‌تواند نژادپرست باشد، هر کسی می‌تواند یک موجود خبیث، یک جنایتکار یا یک قاتل باشد اما نژادپرستی یک ویروس خاص است. لازمه نژادپرستی این است که یک فرد ناقل این ویروس وجود داشته باشد که خود را از هر فرد دیگری که با او متفاوت است، فراتر و برتر بداند و باور داشته باشد که سیاهپوست در نازل‌ترین سطح هرم اجتماعی قرار دارد. در عین حال لازم است که چنین فردی به یک گروه قدرتمند و غالب تعلق داشته باشد و همچنین باور داشته باشد که برتری او به روزگاران بسیار دور باز می‌گردد.

از طرف دیگر سیستم نیز باید به گونه‌ای عمل کند که فرد سیاهپوست مجموعه برتری‌هایی را که سفیدپوست به خود نسبت داده است، به عنوان یک امر بدیهی قبول کند. نتیجه این می‌شود که اگر حتی در آمریکا یک فرد سفیدپوست با یک سیاهپوست روبرو می‌شود، عمیقاً بر این باور است که این آدم سیاهپوست از قرن‌ها پیش بخشی از دارایی و مایملک اجدادش بوده است.

### ناقلان سالم

برای مدت‌ها تصور بر این بود که نژادپرست شبیه افرادی است که نقاب‌های نوک تیزی به صورت زده‌اند، قبا‌های سفید بلند پوشیده‌اند و شب هنگام در حالی که مشعل‌های روشن و صلیب در دست دارند، زیر درختان گرد هم می‌آیند تا سخنان تنفرانگیزی که نشان‌دهنده برتری سفیدپوستان است، بیان کنند.

بعدها خیلی‌ها تصور می‌کردند که نژادپرستان فقط جوانان سرتراشیده‌ای هستند که برق‌نگاهشان مثل خنجرشان تیز است و به سبک و سیاق نازی‌ها سلام می‌کنند. اما امروز با گذشت چهار قرن می‌دانیم که ویروس نژادپرستی همه را آلوده کرده است. با این حال اکثر ناقلان این ویروس سالم هستند. به عبارت دیگر ناقلان سالم ویروس نژادپرستی، عامل بیماری را در وجود خود نهفته دارند بدون این که هیچ آثار و علائمی که نشان‌دهنده بیماری آنها باشد، از خود بروز نمی‌دهند. اما بدترین قسمت ماجرا این است که این افراد قابلیت انتقال ویروس به دیگران را دارند.

بردگی و برده‌داری در این دوره که با رشد و توسعه فلسفه و پیشرفت‌های علمی قابل توجه همراه بود، رونق گرفت و شکوفا شد. کار به جایی رسید که حتی برخی این سوال را مطرح کردند که آیا برده‌های سیاه هم روح دارند. در این دوره ویروس برده‌داری به حدی قدرت پیدا کرد که اندیشه بیرون کردن آن از بدن امری دور از تصور شد. در این میان برخی هم برای از بین بردن ویروس در تلاش بودند یا وانمود می‌کردند که می‌کوشند واکسنی برای آن پیدا کنند.

این واکسن در واقع همان قرن روشنفکری است که راه حل مشکل را پیشرفت در همه زمینه‌ها معرفی کرد. انقلاب فرانسه برای مقطعی هر چند کوتاه تلاش کرد تا برده‌داری را مهار کند اما همه در فکر ثروت‌اندوزی از طریق برده‌داری و تجارت برده بودند. حتی فلاسفه روزگار و در راس آنها ولتر معروف نیز در کمپانی‌هایی که به امور مربوط به سرزمین‌های استعماری رسیدگی می‌کرد، سهام داشتند.

### پول

در واقع این پول بود که به ویروس نژادپرستی اجازه شیوع و توسعه داد. منبع تغذیه این ویروس هم چیزی جز طمع و آزمندی سیری‌ناپذیر انسان برای جمع کردن هر چه بیشتر مال و سرمایه با کمترین هزینه ممکن نبود و تحقق این امر فقط با بهره‌کشی از کارگرانی امکان‌پذیر بود که هیچکس حق و حقوق و دستمزدی برای آنها قائل نبود.

در آمریکا ابراهام لینکلن بر این عقیده بود که برده‌داری با پروژه او برای خلق یک آمریکای نوین جور در نمی‌آید. جنگ استقلال در گرفت و شمال به پیروزی دست یافت. انبوه سیاهان عازم مناطق شمالی شدند تا در ازای کار حقوق بگیرند اما خیلی زود مستاصل و سرخورده شدند. بردگان سابق که اکنون حقوق‌بگیر شده بودند، تقریباً به همان اندازه و به همان شدت قبل مجبور بودند کارهای سخت و طاقت فرسا انجام دهند و در استراحت‌گاه‌هایی زندگی کنند که بیشتر به سوراخ موش شبیه بود اما بابت همان‌ها نیز پول زیادی پرداخت می‌کردند. در واقع سیاهان پس از دهه‌ها بردگی اکنون به این نتیجه رسیده بودند که کارگران نیز همان بردگانی هستند که خودشان هزینه‌هایشان را پرداخت می‌کنند اما شرایط کار و زندگی شان تفاوت چندانی با قبل ندارد. بنابراین در ماهیت مشکل تغییری ایجاد نشده بود و بردگی در یک شکل جدید همچنان به حیات خود ادامه داد.

مسلم‌ها بردگی سخت و دشوار است اما سرمایه‌داری نیز یک شوخی نیست. شرایط ظاهراً تغییر کرده بود اما در واقع از نظر بردگی، تفاوت سرزمین‌های شمالی و جنوبی در این بود که در شمال از محکومیت خبری نبود. ویروس نژادپرستی خیلی زود خود را با شرایط جدید وفق داد. برای این که بتوانیم مشکل را لمس کنیم، باید سفیدپوست استثمارگر (شمالی و جنوبی) را از دیدگاه دکتر فروید مورد تجزیه و تحلیل قرار دهیم چرا که ویروس چنان در زوایای پنهان پیکره اجتماع جا خوش کرده است که خارج کردن آن امکان‌پذیر نیست به حدی که حتی فرد نژادپرست از خود می‌پرسد برای چه و به چه حقی او را متهم می‌کنند، درست مثل فرد متجاوز که به یک دختر بچه کوچک تجاوز کرده اما به خود تلقین می‌کند که این دخترک بوده که او را تحریک کرده و موجب خطای او شده است.

### فاصله‌گذاری اجتماعی

درست است که آفریقای جنوبی با آپارتاید فاصله‌گذاری و شکاف اجتماعی را به اوج رساند، اما آمریکا خیلی پیش از آن دریافته بود که در قضیه نژادپرستی فاصله‌گذاری اجتماعی لازم است. نکته عجیب این که این بار، فاصله‌گذاری اجتماعی به ویروس این امکان را می‌دهد که نه تنها قدرت خود را حفظ کند بلکه سریع‌تر گسترش یابد.

دولت‌های جنوبی با آگاهی از این موضوع، خیلی زود یک سیستم بهداشت و درمان ایجاد کردند که در همه جنبه‌های زندگی روزمره سفیدپوستان را از



# مسابقه نفس گیر کانادا برای عضویت در شورای امنیت

## آیا کانادا ناجی چندجانبه‌گرایی در شورای امنیت می‌شود؟



مشترک‌المنافع کامن ولث. در واقع مزیت کانادا این است که عضو فقط یک خانواده نیست. کشور ما به واسطه داشتن سیاستهای منطقی و رویکردهای موثر در همه این خانواده‌ها شهرت پیدا کرده است. در دوره‌ای که اعضای جامعه جهانی در مسیر یافتن راه حل‌های مناسب و پایدار برای چالش‌های بهداشتی و مشکلات اقتصادی و اجتماعی فراروی جهان با کوهی از تردیدها، ابهامات و عدم قطعیت‌ها روبرو هستند، قطعا شهرتی که کانادا از آن برخوردار است می‌تواند به تقویت جایگاه ما در رقابت بر سر کرسی غیردائم شورای امنیت کمک کند.»

جان کلارک و ژان شاره در نامه سرگشاده‌ای که در پایگاه اینترنتی لودووار منتشر شد، به اتفاق تاکید کردند: «مسلماً در بحران بهداشتی فعلی که بخش‌های گسترده‌ای از فعالیتهای اقتصادی و اجتماعی جهان را فلج کرده است، ما بیش از هر زمان دیگری در زمینه‌های مختلف از جمله بازگرداندن شهروندان کانادایی از کشورهای خارجی، کمک به تلاش‌های جهانی برای تهیه واکسن کووید ۱۹ و یا تضمین زنجیره‌های تامین به همکاری و هماهنگی دیگر اعضای جامعه جهانی نیازمندیم.»

ما عمیقاً اطمینان داریم که کانادا در تلاش‌های جمعی جامعه جهانی برای مرتفع کردن چالش‌های دشواری که جامعه بشری در عرصه صلح و امنیت با آنها روبرو است، می‌تواند و باید موثر واقع شود.»

نخست‌وزیر پیشین کبک همچنین در این رهگذر از این مسئله ابراز تاسف کرد که برخی ابرقدرت‌های جهانی با سیاستها و اقدامات خود اصل چندجانبه‌گرایی بین‌المللی را زیر سوال برده‌اند. در این زمینه کشور ما از تجربه‌ای برخوردار است که می‌تواند در مدیریت و هدایت صحیح تغییراتی که امروزه با آنها روبرو هستیم، مفید واقع شود. اگر قرار بر آن باشد که تعریف نوینی از چندجانبه‌گرایی در جهان ارائه شود، کانادا از تجربه و اعتبار خوبی در این زمینه برخوردار است.

ژان شاره و جو کلارک دو فرستاده دولت کانادا در این پرونده در گفت‌وگو با لودووار به اتفاق بر این مسئله تاکید کردند که بحران بهداشتی فعلی که جامعه جهانی را به شدت تحت تاثیر قرار داده است، در نهایت می‌تواند به استدلال کانادا به عنوان حامی قاطع اصلاح نظام چندجانبه‌گرایی در جهان مهر تایید بزند.

جو کلارک که در گذشته از اعضای کابینه دولت فدرال کانادا بوده است، در مصاحبه تلفنی با لودووار اعلام کرد که به عقیده او همه‌گیری کووید ۱۹، مشکلات و چالش‌هایی که این بحران بهداشتی برای تمامی اعضای جامعه بین‌المللی به وجود آورد، دلیل دیگری است بر اهمیت و ضرورت همکاری چندجانبه بین‌المللی. مسئله‌ای که اکنون باید مشخص شود این است که آیا دیگر کشورهای جهان نیز به این مسئله حساس هستند یا به آن اهمیتی نخواهند داد. با این همه، مسئله‌ای که در آن نمی‌توان تردید داشت این است که جهان امروز با طیف گسترده‌ای از مشکلات و چالش‌ها روبرو است که هیچ کشوری به تنهایی قادر به برطرف کردن آنها نخواهد بود.

کانادا امیدوار است بتواند این هفته یکی از دو کرسی خالی غیردائم شورای امنیت سازمان ملل متحد را که رسماً به «گروه کشورهای اروپای غربی و دیگر کشورها» اختصاص یافته است، به دست آورد. اما در این عرصه کانادا تنها نیست و باید برای رسیدن به یکی از این دو کرسی با کشورهای ایرلند و نروژ که از اعتبار و احترام زیادی هم نزد اعضای جامعه بین‌المللی برخوردار هستند، رقابت کند.

آقای کلارک تصریح کرد با این که این دو کشور اروپایی از شهرت و آوازه خوبی در جامعه بین‌المللی برخوردار هستند، کانادا نسبت به آنها از دو امتیاز ویژه برخوردار است: «برخورداری از شهرت و اعتبار مناسب به عنوان مذاکره کننده بین‌المللی و داشتن روابط نزدیک و محکم با بسیاری از کشورها به واسطه عضویت در گروه هفت، گروه بیست، سازمان کشورهای فرانکوفونی و همچنین جامعه کشورهای

برای کانادا، دولتمردان و شهروندان این کشور این هفته مشخص خواهد شد که آیا این کشور می‌تواند به جمع اعضای غیردائم شورای امنیت سازمان ملل متحد ملحق شود یا این که تلاش‌هایش برای تصاحب این کرسی راه به جایی نبرده است. به رغم همه‌گیری کووید ۱۹ و محدودیت‌های ناشی از آن، دولت جاستین ترودو نخست‌وزیر کانادا که یکی از وعده‌های انتخاباتی‌اش کسب کرسی غیردائم شورای امنیت برای کانادا بوده است، همچنان به تلاش‌های پشت پرده خود ادامه داد تا به یکی از مهم‌ترین وعده‌های تبلیغاتی‌اش جامه عمل بپوشاند.



حمایت هر چه کشورهای جهان در این رقابت آغاز کند، این دو کشور وارد گود شده بودند. در سال ۲۰۱۰ رای گیری مخفی در سازمان ملل متحد برای تعیین دو عضو غیردائم جدید شورای امنیت با ناکامی و شکست دور از انتظار کانادا همراه شد و آلمان و پرتغال برنده شدند. از سال ۱۹۴۵ که سازمان ملل متحد تاسیس شد، این اولین بار بود که کانادا در چنین رقابتی شکست خورد.

اما اگر بر حسب اتفاق همین سناریو بار دیگر این هفته نیز برای کانادا رقم بخورد، اتاوا چه درسی باید از آن بگیرد؟ نه ژان شاره و نه جان کلارک جرات آن را ندارند که خیلی درباره این فرضیه صحبت کنند.

ژان شاره گفت: «اگر چنین اتفاقی بیفتد، باید برای شناسایی علل و عواملش، آن را کالبدشکافی کنیم. اما من معتقدم که کانادا با تجدید روابط و مناسبات خود با بسیاری از کشورها در این زمینه به نتایج خوبی هم دست یافته است و همین مسئله (صرف نظر از این که نتیجه رقابت بر سر کرسی شورای امنیت چه خواهد شد) به کانادا کمک خواهد کرد تا در روابط دوجانبه خود با شرکایش در عرصه جهانی هماهنگی و انسجام بیشتری داشته باشد.» رای گیری درباره کرسی غیردائم شورای امنیت سازمان ملل متحد چهارشنبه آینده در نیویورک برگزار خواهد شد. این رای گیری چند ساعت طول خواهد کشید چرا که به منظور رعایت فاصله گذاری فیزیکی که از الزامات مبارزه با بحران کووید ۱۹ است، نمایندگان کشورهای عضو نوبتی رای خواهند داد.

نتایج اولین دور رای گیری بعد از ظهر روز چهارشنبه اعلام خواهد شد اما دور دوم یا حتی دور سوم رای گیری نیز برگزار خواهد شد تا در نهایت دو نامزد از سه نامزد تصدی کرسی شورای امنیت حمایت دو سوم از مجموع یکصد و نود و سه کشور عضو را به دست آورند. این رای گیریها در روزهای بعد انجام خواهد شد.

شرایط استفاده بیشتر از زنان در ماموریت‌های صلحی در جهان نیز «ابتکار السی» را مطرح کرد. عملکرد و کارنامه زیست‌محیطی کانادا نیز در روزهای اخیر مورد انتقاد قرار گرفته است. گر تا تونبرگ فعال زیست‌محیطی جوان سوئدی که در سال‌های اخیر به خاطر تلاش‌ها و ابتکارهای خود در حمایت از محیط زیست کره زمین شهرت پیدا کرده است، نامه‌ای را امضا کرده که در آن از کشورهای جزیرهای خواسته شده است از فرصتی که انتخاب دو عضو غیردائم شورای امنیت به وجود آورده است، برای اعمال فشار بر کانادا و نیروژ استفاده کنند و این کشورها را که از جمله تولیدکنندگان گاز و نفت هستند وادار نمایند در جهت مبارزه با تغییرات آب و هوایی بیشتر تلاش کنند.

جان کلارک که در گذشته وزیر امور خارجه کانادا هم بوده است، در این باره می‌گوید: «همه کشورها نقاط ضعف و قوتی دارند. در گذشته نیز وقتی که کشور ما به عنوان عضو غیردائم شورای امنیت انتخاب شد، درست مثل همین حالا نقاط ضعف و قوتی داشتیم. همیشه وضعیت همین گونه بوده است. آیا این نقطه ضعفها در رقابت کنونی برای رسیدن کانادا به کرسی شورای امنیت یک مولفه تعیین کننده است؟ قطعاً همین طور است. با این حال نباید فراموش کنیم که کانادا در کنار این ضعفها، نقاط قوت بسیار بزرگی هم دارد که در برهه کنونی از اهمیت بالایی برخوردار است.»

در حالی که کمتر از یک هفته دیگر به رای گیری درباره سرنوشت کرسی غیردائم شورای امنیت باقی مانده است، جان کلارک و ژان شاره می‌گویند اطمینان دارند که کانادا برنده این رقابت خواهد شد. در عین حال هم کلارک و هم شاره اذعان دارند که رقبای کانادا در این عرصه یعنی ایرلند و نیروژ هم از اعتبار و احترام زیادی نزد اعضای جامعه بین‌المللی برخوردار هستند و حتی خیلی زودتر از آن که اتاوا تلاش‌ها و تبلیغات خود را برای جلب

ژان شاره و جان کلارک به عنوان فرستادگان دولت کانادا به منظور متقاعد کردن کشورهای عضو سازمان ملل متحد به حمایت از کانادا در رقابت بر سر کرسی غیردائم شورای امنیت، با رهبران و مسئولان بلندپایه کشورهای مختلف دیدار کرده و تلاش‌های گذشته و حال کانادا را برای تقویت صلح و ثبات در عرصه بین‌المللی به آنها یادآوری کرده‌اند.

جاستین ترودو نخست‌وزیر لیبرال کانادا دو هفته پیش ریاست مشترک کنفرانسی را که با موضوع خسارات و زیانهای اقتصادی بحران کووید ۱۹ در کشورهای در حال توسعه برگزار شده بود، بر عهده داشت. ژان شاره با اشاره به این موضوع تاکید کرد: «کانادا از اولین کشورهایی است که مسئله امنیت اقتصادی را به عنوان عنصری کلیدی و تعیین کننده برای توسعه، حل و فصل مناقشات و برقراری صلح و ثبات در جهان معرفی کرده است.»

ژان شاره افزود کانادا همچنین در مسیر اصلاح قوانین و مقررات سازمان جهانی تجارت تلاش می‌کند. به گفته شاره، در شرایطی که تنش‌های تجاری میان آمریکا و چین به شدت افزایش یافته و پیامدهای آن بر رشد اقتصادی جهان نیز سایه انداخته است، تلاش‌ها و نقش آفرینی اتاوا برای اصلاح سازمان جهانی تجارت می‌تواند بسیار موثر واقع شود.

با این حال کانادا باید در برابر برخی اتهامات و انتقادات مبنی بر این که این کشور برای برقراری و حفظ صلح در جهان به اندازه کافی تلاش نمی‌کند، از خود دفاع کند. زیرا به رغم این که جاستین ترودو قول داده است کلاه آبی‌های کانادایی بازگشتی بزرگ و قدرتمند به عرصه صلحی بین‌المللی خواهند داشت، اما در ماه آوریل تنها سی و پنج کلاه آبی کانادایی برای کمک به برقراری و حفظ صلح در جهان مستقر شدند (در ماه فوریه پیش از بحران کووید ۱۹، چهل و شش سرباز صلحان کانادایی ماموریت خود را آغاز کردند) این در حالی است که ایرلند همین حالا نیز چهارصد و هفتاد و چهار کلاه آبی در حال ماموریت در نقاط مختلف جهان دارد و شصت و پنج سرباز صلحان نیروی نیز برای حفظ صلح در جهان تلاش می‌کنند.

اما ژان شاره در دفاع از کانادا در این زمینه می‌گوید فقط مسئله تعداد نیروهای صلحان کانادایی که در عملیات پاسداری صلح در جهان مشغول خدمت هستند مطرح نیست بلکه در این جا باید ابتکارها و طرحهای نوآورانه‌ای را که دولت کانادا در همین عرصه در سال‌های اخیر مطرح کرده است، مدنظر قرار داد. وی در تایید ادعای خود تاکید کرد اتاوا برای مقابله با پدیده شوم کودک سربازی در جهان «اصول ونکوور» را ارائه کرد و برای فراهم کردن

**BOULANGERIE AZER**  
PAINS ET PATISSERIES IRANIEN

# نانوایی سنگی 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 سنگ 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](mailto: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.

نویسنده احمدی

گزارشی به مناسبت روز جهانی مبارزه با کار کودک

# پسرم کلاس اول است

## حاضرم بمیرم، ولی نمی گذارم او کار کند



کودکان همیشه قربانیان بزرگ جنگ‌ها هستند. کودکانی که در تصمیم‌گیری برای سرنوشت خود نقشی ندارند. از آغاز جنگ‌های افغانستان تا به امروز، کودکان زیادی همراه خانواده‌هایشان راه مهاجرت را پیش گرفتند. کسانی که مرزهای اروپا را پیموندند خوش شانس بودند و حالا هر کدام از آنها حداقل برای خود جایگاهی اجتماعی و شغلی دارند که به راحتی امرارمعاش می‌کنند و بیمه می‌شوند و در زمان کهن‌سالی از خدمات بازنشستگی برخوردار می‌شوند. آنها به راحتی فرایند رشد را طی کردند و از دنیای کودکی لذت بردند و امروز دیگر ترسی برای آینده فرزندان‌شان ندارند. کودکانی که خانواده‌یشان راه ایران را پیش گرفتند سرنوشت دیگری نصیب‌شان شد. کودکان مهاجر مجبور شدند که به دلیل فقر اقتصادی شدید وارد کار شوند. این کودکان مهاجر در کارهای مختلفی مشغول به کار هستند. عده‌ای در خیابان‌ها فال می‌فروشند و عده‌ای در خارج از تهران مشغول آجرپزی هستند و عده‌ای دیگر در کارگاه‌های خیاطی کار می‌کنند. ایران پیمان‌نامه حقوق کودکان را امضا کرده است اما به آن عمل نمی‌کند. متن زیر گزارشی از کودکان کار مهاجر افغان تبار در ایران است.

زمانی که جنگ طالبان در افغانستان شدت گرفت بسیاری از افغانستان به سوی ایران روان شدند. نسل اول کودکان کار مهاجر افغان در دهه هفتاد وارد بازارهای کار ایران شدند. در آن زمان امکانات بسیار کم بود و شرایط آموزش رسمی بسیار سخت بود. این کودکانی که در این دهه مشغول به کار بودند اکثراً رنگ مدرسه را ندیدند و تنها حسرت مدرسه رفتن را به دوش کشیدند. ویس یکی از کودکانی است که حالا از مرز سی سالگی گذشته است او می‌گوید: «خانواده‌ام وقتی شش ساله بودم به ایران آمدند. من چهار خواهر و سه برادر دارم. در آن زمان همه آنها کوچک بودند. وقتی به ایران آمدم هیچی نداشتیم. چند روزی در خانه فامیل‌هایمان بودیم و بعد پدرم از همه آشناهای ما پول قرض گرفت. چند وقت بعد من و برادرانم که آنها هم کوچک بودند در کارگاه خیاطی مشغول به کار شدیم. هر وقت هم سن و سال‌های خودم را می‌دیدم که به مدرسه می‌روند حسرت می‌خوردم. برام آرزو شده بود که کیف مدرسه داشته باشم و روی دوشم بندام و به مدرسه بروم. حالا همه چیز فرق کرده است و همه کودکان می‌توانند به مدرسه بروند و نیازی به داشتن شناسنامه و کارت آمایش نیست.

پسرم کلاس اول است و من حاضرم بمیرم ولی نگذارم او کار کند.» رسول از کودکی دستفروش بوده است و حالا که دو فرزند دارد همچنان دست فروشی می‌کند. وقتی کودک بود در مغازه‌ها کارتون مورد علاقش را می‌دید او حالا از آن دوران عبور کرده است می‌گوید: «به نظر من بدترین اتفاق ممکن این است که آدم کودک کار باشه، وقتی بچه بودم همه چیز را می‌دیدم. چیزهایی که مناسب سن من نبود. حرف‌هایی می‌شنیدم که مرا آزار می‌داد. صبح‌ها وقتی تو خواب نازم بودم پدرم منو به زور از خواب بیدار می‌کرد. شرایط اقتصادی خوبی نداشتیم. اون روزها مدرسه‌های خودگردان زیاد بود و دوستانم از طرف صبح به مدرسه می‌رفتند و بعدظهرها سرکار می‌آمدند. الان که بزرگ شدم و هر وقت بچه‌ای را می‌بینم که کار می‌کند ناراحت می‌شوم و با خود می‌گم چرا با این که این همه سال گذشته هنوز چیزی تغییر نکرده، فکر این که قراره اتفاقی‌هایی که برای من افتاده برای یه بچه دیگه تکرار بشه منو عذاب میده.»

رازق هفتاد سال سن دارد و سی سال پیش به ایران آمده است. او در افغانستان دبیر بوده است او پنج دختر و دو پسر دارد. هر دو پسرش از کودکی در کارگاه خیاطی کار می‌کردند. او در مورد کارکردن پسرهایش می‌گوید: «جبر زندگی بسیار سخت است. وقتی فشار اقتصادی زیاد باشد آدم هر کاری انجام میده. درست است که من در افغانستان دبیر بودم و نباید اجازه می‌دادم در خردسالی کار می‌کردند ولی مجبور بودم. الان پسرهایم مدرسه نرفتند و سواد ندارند. همیشه عذاب وجدان دارم که نتوانستم آنها را به مدرسه بفرستم. حالا پسرانم بزرگ شدند به من اعتراض می‌کنند که چه جور معلمی بودی که هیچ‌گاه ما را به مدرسه نفرستادی. به آنها حق می‌دهم و واقعا شرمندم هستیم.»

از چهل سال گذشته تا کنون کودکان مهاجر افغان با مشکلات بسیاری مواجه هستند. از بحث آموزش گرفته تا افتادن به دست ماموران شهرداری از نمونه‌های



صبحها وقتی تو خواب نازم بدم پدرم منو به زور از خواب بیدار می‌کرد. شرایط اقتصادی خوبی نداشتیم. اون روزها مدرسه‌های خودگردان زیاد بود و دوستانم از طرف صبح به مدرسه می‌رفتند و بعدظهرها سرکار می‌آمدند.

عارف در بازار جوراب می‌فروشد او می‌گوید: «یک بار مرا بهزیستی گرفته بود و من خیلی ترسیده بودم. مرا به بهزیستی بردند و بعد پدر و مادرم به دنبالم آمدن. ماموران به پدرم گفتند که خجالت نمی‌کشی این بچه را سرکار می‌فرستی من خیلی اذیت شدم و تا جایی که تونستم گریه کردم.»

سمن‌ها سازمان‌های مردم‌نهادی هستند که در چند دهه اخیر در حوزه کودکان کار فعالیت می‌کنند. تلاش‌ها و فعالیت این سازمان‌ها منجر به روشنگری و آگاه شدن جامعه ایران نسبت به مسائل کودکان به خصوص کودکان کار شده است. فشارهایی که این سازمان‌ها به دولت و دستگاه زیربند دولتی وارد کردند باعث شد که در سال ۹۴ رهبر ایران دستور بدهد که همه کودکان افغان که مدرک شناسایی ندارند را در مدرسه ثبت نام کنند، این اتفاق بزرگی برای کودکان افغان به خصوص کودکان کار بود. از چند سال گذشته تعدادی از کودکان کار افغان صبح‌ها به مدرسه می‌روند و بعد از مدرسه ساعت کاری خود را شروع می‌کنند. کیفیت درس خواندن این کودکان به دلیل خستگی ناشی از کار بسیار پایین است. فاطمه زن افغان است که سه سال پیش به همراه همسر و چهار فرزند به ایران آمده است دو دختر خرد سال او به مدرسه می‌روند. این زن افغان می‌گوید: «خوشحال هستم که دخترانم به مدرسه می‌روند و درس می‌خوانند. اگر چه ما مدرک شناسایی نداریم اما خدا رو شکر کودکانم با سواد می‌شوند. تنها غصه‌ام این است که دخترانم بعد از رفتن به مدرسه مجبور هستند که سرکار بروند. کرایه خانه‌یمان زیاد است و همسرم به تنهایی نمی‌تواند مخارج زندگی ما را بدهد. دخترهایم شب‌ها وقتی به خانه برمی‌گردند خسته هستند و به سختی مشق‌هایشان را می‌نویسند و این برایم غم بسیار می‌آورد»

فاطمه موسوی‌زاده یکی از معلم‌هایی است که در حوزه کودکان کار فعالیت دارد. او در مورد سیستم آموزشی کودکان کار می‌گوید: «سیستم آموزش برای کودکان سیستمی پیچیده است که طراحی آن نیاز به درک تمام جوانب کودکان دارد. کودکان کار از این قاعده مستثنی نیستند و این آموزش تنها از طریق شناخت دقیق آنها میسر می‌شود. من این شناخت را با گذراندن زمان زیادی در کنارشان چه در زندگی روزمره و چه در سر کلاس‌ها به دست آوردم و متوجه شدم کودکان کار به نوعی کودکان استثنایی هستند که در جامعه از قالب کودکی خود خارج شده و مجبور به بروز رفتارهای بزرگسالی هستند که این تضادها در ذهن و روان کودکان کار و حتی در نوع شخصیت آنها تاثیر بسزایی دارد. معمولاً ما با شخصیتی با پیش‌نویس ق «وی باش» رو به رو هستیم که سعی دارند در هر لحظه در رفتار این پیش‌نویس «قوی باش» را بروز داده و قوی عمل کنند ولی باید یادآور باشیم که کودکان کار آسیب‌های زیادی را متحمل شده و عقده‌های فراوانی به آنها تزریق شده است که روند آموزش را کند و حتی گاهی متوقف می‌کند. تنها نیاز واقعی کودکان کار برای ادامه دادن به تحصیل و یادگیری در هر زمینه‌ای تشویق مداوم و حمایت و دیده شدن است تا به خودباوری رسیده و دست از تلاش نکشند. گویی آنها به طناب‌های مختلفی که در زندگی به طور اجباری به آنها بسته شده است به این طرف و آن طرف کشیده می‌شوند و مدام سردرگم هستند و برای نجات کودکان کار کافی است فرصت کودکی کردن را به آنها بدهیم.»

رازق: الان پسرانم بزرگ شده‌اند به من اعتراض می‌کنند که چه جور معلمی بودی که هیچ‌گاه ما را به مدرسه نفرستادی. به آنها حق می‌دهم و واقعا شرمنده هستم



مهم این مشکلات هستند. احمد کودک کار است. روزها در خیابان‌ها گل می‌فروشد. او در مورد برخورد شهرداری می‌گوید: «مامورهای شهرداری هیچ‌گاه با کودکان کار رفتار خوبی ندارند و همیشه من و دوستانم را اذیت می‌کنند. بارها شده که گل‌هایمان را گرفته‌اند و دیگر پس ندادند. اگر به بعضی از شهرداری‌ها پول بدهیم کاری به ما ندارند و با خیال راحت می‌توانیم کار کنیم.» سازمان‌های بهزیستی طرح‌های مختلفی را برای جمع‌آوری کودکان کار در چند دهه گذشته به اجرا گذاشتند. اخیراً تعدادی از این کودکان را به افغانستان رد مرز کردند. کودکان کار خاطره خوشی از بهزیستی ندارند.



# امیر ندیمی

**Amir Nadimi**

**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](http://www.AmirNadimi.com)

📱 @AssurancesNadimi

📍 1955 Ch. de la Cote-de-Liesse,  
suite 201

Saint-Laurent, QC, H4N 3A8







**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 مک گیل

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

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

نیوشا ریاحی  
وکیل دادگستری کبک



# لایحه ۶۱ دولت کبک چیست و چرا اعتراض‌ها را برانگیخته است؟



انتخابات کبک نیز ۲ سال دیگر انجام می‌شود و قسمت قابل توجهی از این پروژه‌ها نیز در مناطقی از کبک راه‌اندازی خواهند شد که بیشتر طرفدار حزب دولت کنونی هستند. گفته می‌شود، به اسم فوریت‌های پزشکی، اختیارات فوق‌العاده‌ای به دولت می‌دهیم تا اقتصاد خود را احیا کنیم. در مواقع بحران، تنها شکل واقعی کنترل از طریق مجلس نمایندگان است، زیرا تاریخ نشان می‌دهد که یک قاضی هیچگاه تصمیم

دولت را برای اعلام وجود وضعیت بحرانی زیر سوال نمی‌برد. قضاوت مشروعیت لازم برای سرنگونی چنین تصمیم برجسته سیاسی را ندارند. مشکل بزرگ لایحه ۶۱، تقریباً حذف کنترل پارلمان بر اختیارات اجرایی دولت است. این قانون لزوم وجود هرگونه نظارت پارلمانی برای تصویب احکام دولت را که منجر به هدف قرار دادن ۲۰۲ پروژه ذکر شده در برنامه شود) مگر در طول بحث مختصر در مورد خود لایحه (رد می‌کند) در مورد مصوبات مربوط به پروژه‌های زیربنایی که در ضمیمه ذکر نشده‌اند، آنها حداکثر یک ساعت موضوع مطالعه خواهند بود. از این پس، طبق لایحه ۶۱، آیین‌نامه‌های ساده‌ای که توسط کابینه یا وزیر انجام شده است ممکن است مواردی را در قوانین تصویب شده پیشین تغییر دهد که پیش از این خواستار مداخله مجلس ملی بودند. در واقع کابینه با تنظیم ساده آیین‌نامه می‌تواند قوانین عادی را اصلاح کند.

بند ۵۰ لایحه ۶۱ نیز بسیار بحث‌برانگیز است زیرا که اجازه می‌دهد تا با تنظیم مقررات، دولت شرایط عقد قرارداد توسط نهادهای عمومی اصلاح کند. به صورت معمول دولت و ارگان‌های دولتی و شهرداری برای بستن قراردادهای عمرانی می‌بایست از قوانین مناقصه برای کاهش هزینه‌ها پیروی کنند. این نگرانی وارد است که لایحه ۶۱ برای دور زدن قوانینی که اکنون یکی از ستون‌ها در برابر فساد و تبانی تشکیل شده استناد شود. لازم به یادآوری است که به موجب کمیسیون Charbonneau (در مورد فساد عمرانی در شهرداری‌ها) تعدادی از اصول قانون قراردادهای عمومی به تصویب رسید که اکنون لایحه ۶۱ قصد برکناری قسمتی از این قانون را دارد. کمیته عمومی برای پیگیری توصیه‌های کمیسیون Charbonneau به دولت در مورد سوءاستفاده‌هایی که ممکن است در صورت

برای تقویت اقتصاد، دولت کبک لایحه ۶۱ را معرفی کرده است که هدف آن تسریع ۲۰۲ پروژه زیرساختی و اقتصادی است. این لایحه نه تنها نگرانی احزاب مخالف، بلکه حقوقدانان، کانون وکلا و ارگان‌های دفاع حقوق شهروندان را برانگیخته است. مقاله امروز در مقایسه با مقالات پیشین کمی متفاوت است. اگر به خاطر داشته باشید ما قبلاً در مورد قانون اساسی، حقوق شهروندی کانادا و کبک و الزام تفکیک سه قوه مقننه، مجریه و قضایی پرداختیم. از چندی پیش در راستای همه‌گیری ویروس کرونا به قوانین و تسهیلات دولتی اخیر برای کمک به صاحبان بیزنس پرداختیم. حال با لایحه جدید دولت کبک به نام توسعه اقتصادی پس از کرونا این سوال پیش می‌آید که از لحاظ قانونی دولت تا کجا می‌تواند به نام مدیریت شرایط اضطراری قدرت‌های خود را برای تصویب پروژه‌هایش گسترش دهد؟ آیا محدودیتی در گسترش قدرت دولت وجود دارد و یا اینکه شرایط اقتصادی می‌تواند اصول دموکراسی کبک را قربانی سرعت در عمل کند؟

این لایحه تقویت گسترده اقتصادی با هدف تسریع ۲۰۲ پروژه زیرساختی در سراسر کبک -خانه سالمندان، CHSLD ها، بیمارستان‌ها، مدارس ابتدایی یا متوسطه، تعمیرات جاده‌ای و پروژه‌های حمل و نقل عمومی- را در نظر دارد. دولت می‌خواهد آن را تا پایان کار مجلس در روز جمعه، یک هفته و نیم پس از طرح ریزی، تصویب کند. با استفاده از این لایحه دولت شرایط اضطراری پس از کرونا را ۲ سال تمدید خواهد کرد که بتواند با سرعت بیشتر یعنی بدون دخالت مجلس طرح‌های اقتصادی خود را تصویب و اجرا کند. در حال حاضر قانون بهداشت عمومی مشخص می‌کند که دولت می‌تواند وضعیت اضطراری را فقط در هر دوره ۱۰ روزه اعلام کند. ناگفته نماند که

پیشبرد لایحه رخ دهد هشدار داد. اگر این لایحه را با قانون اقدامات فوریت‌های فدرال مقایسه کنیم، تفاوت‌های زیادی می‌بینیم. این قانون فدرال نظارت دقیق پارلمان را در مورد اجرای کابینه فدرال در اختیار خود قرار می‌دهد. بنابراین، در مدت هفت روز از اعلام وضعیت بحران توسط دولت، از مجلس خواسته می‌شود این تصمیم را تصویب یا رد کند. بنابراین مجلس می‌تواند ادعای وجود اورژانس را کنترل کند. تعداد کمی از نمایندگان یا سناتورها نیز مجاز به ارائه درخواست برای ابطال بیانیه وضعیت بحران در حال حاضر به رئیس مجلس سنا یا مجلس عوام هستند. هیچ مکانیسمی شبیه به این در پروژه کبک نیست. علاوه بر این، آیین‌نامه‌ها و آیین‌نامه‌های تصویب شده توسط کابینه فدرال تحت این قانون باید در طی دو روز جلسه از تاریخ تصویب آنها توسط مجلس به رای گذاشته شود. گروهی از نمایندگان مجلس یا سناتورها نیز می‌توانند روند لغو یا اصلاح این مصوبات و آیین‌نامه‌ها را آغاز کنند.

در نهایت نگفته نماند که قسمتی از لایحه ۶۱ خوشنودی شهروندان را نیز جلب کرده است. اگر به یاد داشته باشید در مقالات پیشین در مورد پروگرام تسهیلاتی فدرال برای پرداخت اجاره تجاری صاحبان بیزنس صحبت کردیم. این پروگرام که توسط مالکین ملک تجاری به دلخواه قابل اجرا بود در لایحه ۶۱ تقویت می‌شود تا صاحبین املاک بیشتری را تشویق به استفاده از این تسهیلات به سود مستاجرین تجاری کند. در ضمن ذکر شده است که مالکینی که از این تسهیلات استفاده نکنند نمی‌توانند در این دوره مستاجرین تجاری یا صاحب بیزینس را بیرون کنند. با بازتاب این لایحه جنجال برانگیز به نظر می‌رسد دولت بر سر یک سری از بندهای لایحه جدید عقب‌نشینی کند ولی همچنان راه تا به رسیدن به یک قانون قابل قبول برای تمام احزاب طولانی به نظر می‌رسد.

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.riahilegal.com](http://www.riahilegal.com)



**نیوشا ریاحی**  
Niousha Riahi  
وکیل رسمی دادگستری کبک

**Riahi Legal**

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

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

514-953-3570  
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  
AssurancesNadimi  
1955 Ch. de la Cote-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  
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

هم کلام با مهیار مظلومی درباره ادبیات مهاجرت:

# برای پایان راه تباهی کشورمان از آزادی در مهاجرت بهره ببریم

گروه ادبیات هفته، فرشید سادات شریفی: همان‌طور که شما خوانندگان عزیز صفحات ادبی هفته می‌دانید، نزدیک به دو یک سال قبل، باب مطلب دنباله‌داری را گشودیم زیر عنوان «ادبیات و مهاجرت» که هم به ادبیات فارسی‌زبان و ادبای فارسی‌زبان در کانادا می‌پردازد و هم به آثار ادبی و داستانی مرتبط با مهاجرت در ایران. و از دیگر سو شعر و ترجمه هم برای ما مهم بوده و به فراخور تا توانسته‌ایم در پرداختن به آن کوشیده‌ایم. بر این زمینه، آنچه در این شماره می‌خوانید، حاصل هم‌سخنی ما با فعال فرهنگی شهر اتاوا مهیار مظلومی درباره شعر و ترجمه‌اش و زندگی فرهنگی اوست. که امیدوارم فرهنگ‌دوستان بیشتری را با او و کارهایش آشنا کند و سبب شود پی‌اش بگیرند.

لطفاً در جایگاه کسی که به‌نوعی مروج نگاه فعالیت ادبی است، به نظرت چرا «شعر و ترجمه» و انجمن‌های ادبی هنوز و حتی در دوران پس از مهاجرت مهم و مقبول و اثربخش است؟

به نظرم چند دلیل می‌تواند داشته باشد. ما در دنیای آزاد زندگی می‌کنیم و ترجمه متون بدون سانسور حداقل کاری است که می‌توانیم برای نجات ادبیات آفت‌زده‌مان بکنیم. شعر هم از این قضیه مستثنا نیست. بعلاوه شعر در مهاجرت (خواسته یا ناخواسته) می‌تواند ابزاری باشد نه تنها برای تسکین فردی بلکه برای گفتن از یک واقع اجتماعی که گریبان‌خیزی‌ها را گرفته است. ما برای رهایی از تباهی کشورمان را تسخیر کرده است باید از ابزاری که در دنیای آزاد در اختیار داریم بهره ببریم تا این فرهنگ زنده بماند. در نهایت این بحث را با یکی از شعرهایم تمام می‌کنم:

نورهای بیخ‌زده،

صداهای در گلو ماسیده،

و عشق‌های در آغوش خشک‌شده،

توشه‌های قبیله‌ای است،

که پایش در جایی مانده،

و دلش در جای دیگری.

لطفاً از راه‌های مختلف ارتباط با خودت و دنبال کردن آثار و فعالیت‌هایت نیز برای ما بگو.

صفحاتی که من در اینستاگرام اداره می‌کنم عبارت‌اند از: mahyarmaz@ که صفحه اصلی و شخصی من برای انتشار شعر، عکس و مطالب است؛

charles\_bukowski\_poetry@ که صفحه‌ای است که من در آن ادبیات بدون سانسور از نویسندگان نسل بیت آمریکا و ژانر واقع‌گرایی پلشت، به‌خصوص چارلز بوکفسکی را منتشر می‌کنم. این صفحه در ایران طرفداران زیادی دارد؛

joseangelvalente@ که ترجمه اشعار شاعر اسپانیایی، خوزه آنخل بالنته را می‌گذارد؛

poetryiran@ که صفحه ایست که به‌تازگی راه انداخته‌ام برای انتشار شعر از شاعران معاصر ایران به انگلیسی.

بارقه‌های کار فرهنگی از کجا به سراغت آمد؟

خانواده ما یک خانواده فرهنگی ست و هرکدام از ما دنبال علاقه خود رفته است. من هم به خیلی از شاخه‌های هنری علاقه دارم اما هیچ‌گاه به‌صورت حرفه‌ای دنبال کاری نرفتم. همه را نصف‌نیمه رها کردم، غیر از شعر. شعر از وقتی که در هفده‌هجده سالگی شروع به نوشتن کردم، همواره همراه من بوده است و گاهی تنها پناهم. کارم را با نوشتن مثنوی و غزل شروع کردم و بسیار فضای آن کارها عرفانی بود. بعد کم‌کم به شعر نیمایی و شعر سپید گرایش پیدا کردم و شعر سپید مرا از خودم رها کرد. ذهن من توسط شعر از قالب‌های زیادی رها شده است و هنوز هم برایم بسیار آموزنده است. شعر برای من یک تجربه آموزشی و محلی برای رشد است. غیر از شعر سپید، گاهی نقاشی می‌کنم و عکاسی و البته ترجمه و اندکی ترانه‌سرایی.

در این همه شاخه‌های مختلف کار و کوشش چه شد که این مسیر به سمت کار شعر و ترجمه رفت؟

همان‌طور که عرض کردم شعر همدم زندگی من بوده و هست و خواهد بود.

ترجمه را اما اول به‌عنوان کار پاره‌وقت در ایران انجام می‌دادم. البته نه ترجمه متون ادبی. بعد از مهاجرت به کانادا ترجمه بعد دیگری هم برایم پیدا کرد. اول اینکه دوست داشتم خودم بیشتر با ادبیات جهان آشنا شوم. دوم اینکه حسرت می‌خوردم که چرا ادبیات ایران آن قدر از بقیه دنیا جدا افتاده است و دچار سانسور است. بنابراین به ترجمه بدون سانسور شعر و رمان رو آوردم. تاکنون از آثار چارلز بوکفسکی، خوزه آنخل بالنته، جان فانت، ریموند کارور و تک‌وتوک از شعرهای دیگری که شعری را مثلاً جایی خوانده‌ام و پسندیده‌ام، ترجمه کرده‌ام. البته یک مجموعه شعر از منتخب اشعار خودم هم به انگلیسی ترجمه کردم و حدوداً دو سال پیش با نام (Climate Change) از طریق آمازون منتشر شد. اخیراً هم تلاش جدیدی را شروع کرده‌ام برای ترجمه و معرفی شعر و شاعران معاصر ایران مخصوصاً نسل جدید به انگلیسی.



با سلام و سپاس از وقتی که در اختیار «هفته» می‌گذاری. برای شروع لطفاً خود را برای مخاطبان ما معرفی بفرما.

من مهیار مظلومی هستم. متولد ۱۳۵۹ در مشهد. حدوداً پنج‌ساله بودم که همراه خانواده به کرج مهاجرت کردیم و زندگی من در مهاجرت کلاً از همان کودکی آغاز شد.

مهیار جان چه شد که برای زندگی و کار به این‌سوی جهان آمدی؟

من از کودکی به دنیای تکنولوژی و علم علاقه‌مند بودم و یکی از تفریحاتم خواندن مجلات علمی بود. وقتی دانشگاه شریف در رشته مهندسی مواد قبول شدم بیشتر و جدی‌تر به مهاجرت فکر کردم و در نهایت برای ادامه تحصیل در مقطع دکترای نانو تکنولوژی به کانادا آمدم. اما تحصیل تنها دلیل مهاجرت من نبود. من با سیستم سیاسی و اجتماعی ایران هم بسیار مشکل داشتم و البته هنوز دارم.

## و کتاب شعر چطور؟

من در ایران خوشبختانه (با از بعضی جهات متأسفانه) رسماً کتابی چاپ نکرده‌ام. مجموعه شعرم را به فارسی (که منتخبی از اشعار بیست سال گذشته است) در کتابی به نام «تغییرات اقلیمی» به فارسی و انگلیسی در کانادا منتشر کرده‌ام که در خارج از ایران قابل دسترسی است.

## برنامه‌ها و کارهای پیش رویت چیست؟

در حال حاضر مجموعه شعر دیگری از خودم ترجمه می‌کنم که به زودی احتمالاً به صورت دوزبانه فارسی و انگلیسی منتشر خواهد شد.

قصد دارم مجموعه شعر کاملی از حوزه آنخل بالنته را از اسپانیایی ترجمه کنم.

یک مجموعه شعر دیگر از چارلز بوکفسکی هم در دست ترجمه دارم.

حدود یک سال پیش کارزاری اینترنتی راه انداختم برای درخواست از آمازون برای افزودن زبان فارسی به کیندل.

حدود ۲۵ هزار نفر این کارزار را تاکنون امضا کرده‌اند. متأسفانه هنوز نتیجه‌ای حاصل نشده اما من باز پیگیری می‌کنم و امیدوارم در آینده نزدیک این اتفاق بیفتد. به

نظرم این یکی از راههای مهم برای انتشار بدون سانسور کتاب به فارسی است.

## و سخن پایانی ناگفته...

برای سخن پایانی شما را به شعری دیگر مهمان می‌کنم:

ماقومی کوچ‌نشین‌ایم

با توشه‌ای از صدای پاییز،

که مژمن

در نفس‌هامان خش‌خش می‌کند.

از کوچ ما

چند پرستو نگذشته بود،

که دیگر بهار نیامد.

از شاخه‌ها

قندیل‌های سرخ آویخته شدند،

و از دل‌ها

مهربانی.

صدا،

پژواکی نداشت

و نور بر پیاده‌رو خوابید.

از کوچ ما

چند رایحه نگذشته بود،

که باغ خشکید

و بوی باروت از حفره‌های زمین بیرون زد.

ماقومی کوچ‌نشین‌ایم،

از غمی به غم دیگر.

از کوچ ما

چند آب نگذشته بود،

که اندوه از آسمان بارید،

و زمین

هرآنچه رویش بود را بلعید.

ماقومی کوچ‌نشین‌ایم،

که قدم‌هایمان هنوز بوی باران می‌دهد.

مهیار گرامی، ممنون از وقتی که به «هفته» دادی.

سپاسگزارم.



## نمونه‌هایی از

## نوشته‌های مهیار مظلومی

## مهیار مظلومی

آیا زندگی ب حسرت،

ممکن است؟

کفِ آبجو سر می‌رود.

(ماساجو سوزوکی)

خرمالو که می‌خورم،

به کسی می‌اندیشم،

که عاشقش بود.

(میتسو سوزوکی)

## ۲. ترانه‌رهایی

منو رها کن به خودم می‌خواهم احساسمو بشناسم

خاطره هامون رو ببر تا به غصه از یادم

دل‌مو پنهون می‌کنم تا نشه کسی هم‌رازم

دیگه نگرد دنبال من من بدون تو هم شادم

دل‌مو میدم به سفر جاده رو دوست دارم تنهایی

باد میره لای موهام سهم دستامه آزادی

این آسمون منه با خنده هام میشن آفتابی

من عاشق این حسم این حس رهایی

راهمون از اینجا جداست پیش روم وسعت دریاست

آرزوه هام رو می‌برم دل من دلخوش فرداست

حاشا بردباری،

که طلوع یا غروب،

لباس‌های کهنه را لمس کنند.

(چی یونی)

بر روی میز آرایش،

حلقه‌ای که بیرون آوردم،

بارانِ شکوفه‌های گیلاس.

(ماساجو سوزوکی)

\*\*\*

اندک کلماتی به زبان آمده‌اند،

زن و شوهر جدا می‌شوند،

در شب پاییزی.

(هیساجو سوگیتا)

\*\*\*

کشتزار پاییزی،

بعضی علفها گل می‌دهند،

بعضی نه.

(چی یونی)

\*\*\*

## ۱. ترجمه چند هایکوی ژاپنی

زنجره صبحگاهان،

تمامی عشق و نفرت،

به من بازمی‌گردد.

(هاکیو ایشیدا)

\*\*\*

رفتن برای من،

ماندن از آن تو،

دو پاییز.

(شیکی ماسانوکو)

میگم این تقدیر ماست سهم ما بیشتر از این‌هاست  
همینه فرق من و تو واسه زندگی زیباست  
دل‌مو میدم به سفر جاده رو دوست تنهایی  
باد میره لای موهام سهم دستامه آزادی  
این آسمون منه با خنده هام میشن آفتابی  
من عاشق این حسم این حس رهایی  
پی‌نوشت: آهنگ «رهایی» را می‌توانید با صدای سارا نائینی و  
آهنگی ساخته رافی شهبازیان رادیو جوان بشنوید:  
<https://www.radiojavan.com/mp3s/mp3/Sara-Naeini-Rahae>

### ۳. برای رومینا

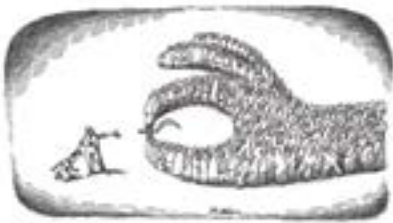
قوی‌ترین حس بشر به نظر من حس مالکیت است. این حس که چیزی از آن توست و به آن تعلق خاطر، و با آن آرامش پیدا کنی. آدم‌ها از نظر من بر اساس این حس از هم متمایز می‌شوند.  
این‌که تا چه حد حاضرند برای کسب مالکیت چیزی تلاش کنند و چه کارهایی حاضرند بکنند تا مالکیت چیزی را که متعلق به آنان نیست به دست آورند.  
مثال‌های زیادی می‌توانم بنویسم و طبق این قاعده باشد. مثل دزدی، مثل دروغ، مثل حسادت و ... اما چیزی که این‌روزها ذهنم را مشغول کرده، همین بحث #قتل-ناموسی و مالکیت انسان بر بدن و روح خودش است.  
این‌که افرادی هستند که هر کاری می‌کنند تا مالکیت بدن و روح فرد دیگر را (که متعلق به آنها نیست) به دست

بیاورند و با این کار احساسی بودن کنند.  
اگر شما به خودی خود و در وجود خود چیزی نداشته باشید، اگر شما آنقدر حقیر باشید که گرفتن چیزی که متعلق به شما نیست حس خوبی به شما می‌دهد، آنگاه شما می‌توانید در هر مقام و سواد که باشید دزدی کنید. شما می‌توانید دروغ بگوئید تا چیزی را به دست بیاورید. شما می‌توانید کسی را بکشید. شما می‌توانید پشت سر کسی غیبت کنید. شما می‌توانید به برادر، خواهر، همسر یا هر فرد دیگری در خیابان بگوئید حجاب را رعایت کن، درست لباس بپوش، عاشق نشو، بمیر.

به دندان بگیر،  
غرق در قروچیدن.  
به سر بزن،  
سنگین از سکوتیدن.  
به دل فرو کن،  
تیز از تیزابیدن سگانِ نر.  
دور گلو بتاب،  
چون طنابیدن تار،  
بر تارک فریادی،  
که چه زیر چه بالا،  
روزی می‌جوید،  
که کرور کرور،  
درد بریزد بر سر سگانِ نر.  
از میان تلاطم گذشتن،

دست بر سر،  
تیزی در گلو،  
و دندان بر جگر.  
از میان آتش گذشتن  
سیاوش‌وار،  
که سپاه‌سیاه  
بر زردی گونه‌ها،  
انگار که اشک‌اشک،  
چون مروارید سیاه.  
از میان دود غلیظ گذشتن،  
غیظ‌آلود،

قروچه‌کنان بر سپاهی انبوه سنگین ساکت،  
از سگانِ نر.



طرحی از مانا نیستانی

نوشته‌ها و سروده‌های دکتر مهباز مظلومی را می‌توانید  
از طریق تلگرام زیر دنبال کنید:

<https://t.me/mahyarmaz>

## کافه‌ترینج و سماک از سر می‌گیرند:

پس از وقفه‌ای اجباری و ناخواسته  
و در ادامه کوشش مشترک پیشینمان  
(جمعه‌های داستان)

این بار به داستان‌خوانی آنلاین با حضور و اجرای

مؤلف می‌نشینیم

## مهمان این نشست:

### وحیدگیری

داستان‌نویس ساکن ونکوور

و نویسنده

مجموعه داستان

خیزران خاموش

شنبه ۲۷ ژوئن ۲۰۲۰: ۱۴ به وقت مونترآل؛

۱۱ به وقت ونکوور و ۲۲:۳۰ به وقت تهران

[facebook.com/events/181827629898254/](https://facebook.com/events/181827629898254/)

## به وقت داستان



با حمایت انجمن  
دانشجویان ایرانی مک‌گیل

MISA

کریم زینانی



## چهار سروده از «راهی»

کریم زینانی شاعر ساکن تورنتو، متخلص به راهی

نگفتی؟

نگفتی چه کنم با خم ابروت...!  
نگفتی به چه کارست دلم در خم گیسوت...!

نگفتم که، «به هر گل نگرم روی تو بینم...؟»  
نگفتی که، «منم باغ تو، بر گل چه نیازت...؟»

چرا در نگشایی که به باغ تو درآیم؟

چه سازم؟!؟

تو سلطان سرایی و  
من، آواره به دنبال سرایت...!  
نگاه تو شراب است و...  
من افسون زده چشم خرابت...  
چه سازم به شرابی و خرابی؟!؟

آوریل ۲۰۲۰

حیرانی

با ظهوری چشمها را خیره سویت کرده‌ای  
با حضوری خلق را مسحور رویت کرده‌ای

با کلامی تا قیامت خلق را حیرت زده  
شادمانه، پای بستِ های و هویت کرده‌ای

چشمه سار عشقی و ما قطره‌های ناتوان  
قطره‌های تشنه را پویای جویت کرده‌ای

جرعه‌ای نوشاندی و ما مست و مخمور آمدیم  
تشنه تر ما را به صهبای سویت کرده‌ای

تا که رخ بی پرده کردی، باغ و گل بی رنگ شد  
خلق را مسحور و مست رنگ و بویت کرده‌ای

گر که خاموشی چراغ راه «راهی» ساختی  
پس چرا او را اسیر گفت و گویت کرده‌ای؟!؟

شهریور ۱۳۹۲

خاطره خاطره‌ها

تا دیدمش، دلم گفت، «بس آشناست بویت،  
تاریکی از دلم رفت با آفتابِ رویت!»

گفتا که، «از کجایی؟»، گفتم، «ز ناکجاها»  
گفتا، «چرا پریشی؟»، «گفتم ز تاب مویت»

گفتا که، «لنگ و لوکی، چون آمدی به اینجا؟»  
گفتم، «به شوق دیدار، بر بال آرزویت»

گفتا، «کز و مژی تو، مستی؟ چه باده خوردی؟»  
گفتم، «نمی‌شناسم جز باده سویت»

گفتا، «گرت برانم، جای کجاست؟»، گفتم:  
«صد بار اگر برانی، آیم دوباره سویت»

گفتا که، «سختگیرم، گه تند و گاه شورم»  
گفتم «مباد خالی کامم ز شهید جویت»

گفتا، «ز من بهره‌یز، من تیز و تندخویم»  
گفتم، «چه جای بهره‌یز از صحبت نکویت»

گفتا که «ره خطیر است، پر رعد و برق و توفان»  
گفتم، «دلم به رقص است از ذوق‌های و هویت»

گفتا که «تو غریبی، ره پر بلا و تاریک!»  
گفتم، «ببخش نوری از چلچراغ رویت»

گفتا، «در آ، بنشین، نام و نشان چه داری؟»  
گفتم، «گدای «راهی»، مشتاق گفت و گویت»

آوریل ۲۰۱۹



ترانه نظری

## رژیم نوتریتارین کنترل اشتها و بالاترین سطح سیستم ایمنی

خواص ضدسرطانی قارچ از این جهت قابل توجه است که قارچ‌ها مکانیسم‌های زیادی برای پیشگیری از سرطان دارند. آن‌ها می‌توانند به سیستم ایمنی انسان کمک کنند تا سلول‌هایی را که در اثر انباشته شدن از مواد سمی و زائد در حال تغییر شکل هستند شناسایی و نابود کند.

رژیمی که براساس مقدار مواد مغذی موجود در غذا و با هدف کاهش وزن، کنترل اشتها و بدست آوردن بالاترین سطح ممکن سیستم ایمنی تنظیم می‌شود نوتریتارین نام دارد. دکتر جول فارمن<sup>(۱)</sup> که تحقیقات گسترده‌ای در زمینه پیشگیری از بیماری‌ها، افزایش طول عمر و کاهش سرعت روند پیری دارد رژیم نوتریتارین را بر پایه حداکثر مقدار مواد مغذی در هر کالری تعریف می‌کند و معتقد است که این رژیم علاوه بر تقویت سیستم ایمنی متضمن کاهش وزن مداوم و بدون بازگشت است. عدم موفقیت رژیم‌هایی که بر شمارش کالری‌های روزانه متکی هستند نشان می‌دهند که کیفیت کالری‌ها بیشتر از تعداد آن‌ها در غذای روزانه اهمیت دارد، چون رژیمی که سطح ریزمغذی‌های آن کم باشد منتهی به عدم سیری، احساس گرسنگی مداوم، افراط در خوردن و اعتیاد به غذا می‌شود. سه گروه اصلی پروتئین، کربوهیدرات و چربی منبع تامین کالری‌های روزانه هستند حال آنکه ریزمغذی‌ها که پشتوانه اصلی سلامتی و سیستم ایمنی می‌باشند و قدرت درمان بیماری‌های قلبی، دیابت و در برخی از موارد سرطان را دارند در تعداد کالری‌ها تاثیر ندارند. بنابراین ارزش غذایی باید بر مبنای وجود هر چه بیشتر ریزمغذی‌ها در مقدار ثابتی از کالری سنجیده شود.

ریزمغذی‌ها یا مواد شیمیایی گیاهی موجود در هر کالری از سبزیجات سبز بیست تا سی برابر منابع دیگر غذایی است. اگر سبزیجات سبز و سبزیجات غیر نشاسته‌ای مانند قارچ، پیاز، گوجه‌فرنگی، بادنجان و فلفل که غذاهای کم کالری سرشار از مواد مغذی با خواص ضد سرطانی هستند بیشترین حجم غذای روزانه را تشکیل بدهند و گیاهان نشاسته‌ای مثل برنج، سیب‌زمینی و ذرت کاهش یابند در عین افزایش ریزمغذی‌ها کالری مصرفی کم می‌شود و خاصیت ضد سرطانی رژیم غذایی نیز افزایش می‌یابد. خواص ضدسرطانی قارچ از این جهت قابل توجه است که قارچ‌ها مکانیسم‌های زیادی برای پیشگیری از سرطان دارند. آن‌ها می‌توانند به سیستم ایمنی انسان کمک کنند تا سلول‌هایی را که در اثر انباشته شدن از مواد سمی و زائد در حال تغییر شکل هستند شناسایی و نابود کند. علاوه بر کاهش سطح استروژن مانع از رشد سلول‌های سرطان سینه در زنان می‌شوند. مطالعات نشان داده است که مصرف روزانه مقدار کمی قارچ ریسک سرطان سینه را تا ۴۶٪ در زنان کاهش می‌دهد و زمانی که با مصرف سبزیجاتی مانند اسفناج و جای سبز همراه باشد این رقم به ۸۹٪ می‌رسد.

قارچ‌ها از رشد و تکثیر مویرگ‌های خونی در بدن جلوگیری می‌کنند. رشد مویرگ‌های خونی همانطور که سلول‌های چربی را در بدن افراد چاق تغذیه می‌کنند با گذارسانی به سلول‌های سرطانی موجب رشد و تکثیر آن‌ها می‌شوند. بنابراین قارچ‌ها با مهار کردن رگ‌های خونی مانع از تغذیه و رشد سلول‌های چربی و سلول‌های سرطانی می‌شوند. چربی‌های بدن عامل تولید هورمون‌هایی هستند که خاصیت سرطان‌زایی دارند، بنابراین احتمال ابتلا به سرطان‌های هورمونی مانند سرطان سینه در افراد چاق بیشتر است.

# 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



چربی‌های بدن عامل تولید هورمون‌هایی هستند که خاصیت سرطان‌زایی دارند، بنابراین احتمال ابتلا به سرطان‌های هورمونی مانند سرطان سینه در افراد چاق بیشتر است.



مثلاً گوجه‌فرنگی پخته در پیشگیری از سرطان پروستات و سرطان سینه خواص بهتری از خود نشان می‌دهد، به همین جهت توصیه می‌شود که در هر دو حالت خام و پخته مصرف شود.

در بسیاری از کشورهای جهان خوردن شیر، قند، الکل، انواع محرک‌ها و محصولات حیوانی به مقدار زیاد را عامل افزایش سرطان تشخیص داده‌اند. هم‌چنین برخی از مراقبت‌های پزشکی و داروها باعث استفاده از مواد سرطان‌زا در پروسه تولید ممکن است که سرطان‌زا باشند. بنابراین به مردم توصیه می‌شود که با کاشت و پرورش سبزیجات بخشی از غذای خود را با هزینه کمتر و در شرایط سالم تولید کنند.

به عقیده دکتر فارمن هورمون رشد شبه انسولین<sup>(۱)</sup> که در نتیجه مصرف محصولات حیوانی و رژیم‌های پرکالری افزایش می‌یابد عامل سرعت گرفتن روند پیری و بالا رفتن ریسک سرطان است، بطوری‌که با پائین بودن سطح این هورمون در افراد گیاهخوار ریسک سرطان کاهش می‌یابد. به گفته او افزایش متابولیسم سرعت روند پیری را شدت می‌بخشد، به همین جهت افرادی که از محصولات حیوانی استفاده می‌کنند باید مصرف آن را به کمتر از ده درصد کالری‌های روزانه کاهش دهند، بعلاوه با رعایت یک رژیم کاملاً مغذی و کم‌کالری، در عین پائین نگاه داشتن متابولیسم، نیروی بدنی، عضلات قوی، وزن و سایز ثابت خود را حفظ کنند.

پانویس:

- (1) Dr.Joel Fuhrman
- (2) Insulin Like Growth Factor



افرادی که قند زیاد، غذاهای بی‌ارزش و نوشیدنی‌های شیرین مصرف می‌کنند از طرفی چربی‌هایی را تغذیه می‌کنند که عامل تولید هورمون‌های سرطان‌زا هستند و از طرف دیگر با افزایش هورمون انسولین مویرگ‌های خونی بیشتری برای تغذیه سلول‌های چربی و سلول‌های سرطانی می‌سازند.

از میان گیاهانی که توانایی مهار کردن مویرگ‌های خونی را دارند باید پیاز، سیر، دارچین، انواع لوبیا، انواع توت، و سبزیجات سبز را نام برد. مصرف زیاد پیاز ریسک سرطان‌های مختلف را تا ۵۵ درصد کاهش می‌دهد و در کاهش سطح کلسترول و فشار خون به ما کمک می‌کند. بعضی از عناصر پیاز در مقابل حرارت بسیار حساس می‌باشند اما در حین خوردن جذب بدن می‌شوند. برخی از مواد سبزیجات زرد، نارنجی و سبز بعد از پخته شدن و برخی دیگر از مواد همین سبزیجات در شرایط خام‌خواری بهتر جذب می‌شوند.

# Vinco Forex INCO

## صرافی پنج ستاره

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

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

منوچهر قربانیان

## لاله رهبین



# خواب مرگبار

مدرسه نمی‌رفت و از بابت تهیه مواد خیلی نگران بود. دو بسته محض احتیاط برای خودش زاپاس داشت اما اگر آنها را مصرف می‌کرد دیگر از کجا می‌آورد که خود را بسازد؟ چون دیگر پدر و مادر به او پول توجیبی نمی‌دادند. روز سوم مهران بدجوری احتیاج به مواد داشت و بدتر اینکه پولی هم نداشت که آن را از ساسان بگیرد. از طرف دیگر مادر هم از شدت ناراحتی نمی‌توانست سر کار برود و در خانه بود. شاید هم مرخصی گرفته و می‌خواست مواظب او باشد. هر چه بود مهران در تنگنای شدیدی قرار داشت. چیز باارزشی هم نداشت که بفروشد و آن را خرج کند. ناگهان به یاد آورد که زنجیری به مناسبت تولدش مادر به او هدیه داده بود. نمی‌دانست آن را کجا گذاشته؟ بلند شد و دنبال آن گشت بعد از چند ساعت در لابه‌لای خرده‌ریزهای کشو آن را پیدا کرد و در جیب خود گذاشت. بعد به ساسان زنگ زد و از خانه بیرون رفت. ساسان مواد را برای وی آورد و پول خود را گرفت و رفت. دور روز بعد دوباره مهران به خود می‌پیچید این بار به ساسان زنگ زد اما او نسیه کار نمی‌کرد و حتماً پول می‌خواست. برای همین در فرصتی سراغ طلاهای مادر رفت و یکی دو قطعه برداشت و مواد موردنیازش را از ساسان خرید. پدر مادر بی‌خبر از درون مهران، امید داشتند که این اتهامی بیشتر نباشد اما چند روز بعد با رسیدن جواب آزمایشگاه امیدشان از بین رفت و متوجه شدند که چه بلایی بر سرشان نازل شده. پدر با ناراحتی به سراغ مهران رفت و او را که در حال چرت زدن بود به یاد کتک گرفت و گفت:

- تو چه کم داشتی که به این راه کشیده شدی؟ برای تو چه کم گذاشتیم؟

و مادر فریاد می‌زد: چرا آبروی ما رو می‌بری چقدر برای تو زحمت کشیدم که برای خودت کسی بشی حالا این ننگ رو کجا ببرم؟

و مهران در آن حال با خود می‌اندیشید هریک از آنها به دلیل دیگری جز صدمه‌ای که او خورده از او بازخواست می‌کنند؛ یعنی او را برای آن به دنیا آورده بودند که آبروی آنها را حفظ کند، انگار آنها برای حفظ آبروی خودشان وظیفه‌ای نداشتند. بعد از آن او را به مرکز ترک اعتیادی بردند و بستری نمودند. ولی بعد از بهبودی و مرخص شدن او، دوباره سروکله ساسان پیدا شد و مهران را در چنگ خود گرفت. این بار که دیگر پرده اسرار و شرم و ملاحظه او فروافتاده و علناً مواد را مصرف می‌کرد، پدر تصمیم گرفت وجود او را انکار و او را از خانه بیرون کند. مادر باوجود اینکه راضی به این کار نبود، اما چون نمی‌توانست این وضع او را تحمل کند به اخراج او از خانه رضایت داد؛ و مهران درحالی‌که در بین معتادان رها شده و زندگی نکبت باری را آغاز نمود، به‌سوی سرنوشت نامعلومی سوق پیدا کرد.

۱۳۹۷.۱۲.۵

بود دروغ می‌گوید و چیزی را پنهان می‌کند از جا بلند شد و از داخل کشو، پرونده او را بیرون آورد و شماره تلفن پدر او را گرفت:

- آقای رحیمی من از مدرسه پسترون زنگ می‌زنم لطفاً تا یک ساعت دیگه به مدرسه بیاید.

- چی شده آقا برای پسرم اتفاقی افتاده؟ - نمی‌دانم، شاید، ولی نگران نباشید او الآن در دفتر منه. - بسیار خوب الآن خودم و می‌رسونم آقا. آقای رحیمی با نگرانی خود را به مدرسه رساند وارد راهرو که شد مهران را که با رنگ‌پریده بیرون دفتر ایستاده بود دید. پرسید: چی شده پسرم چرا اینجا ایستادی؟ مهران با ترس شانه‌هایش را بالا انداخت و گفت: آقای ناظم با شما کار داره. در این موقع ناظم در راه باز کرد و او را به داخل برد و پرسید: آقای رحیمی شما هیچ تغییری در رفتار مهران مشاهده نکردید؟ رحیمی که اصلاً فرصت و یا حوصله کل‌کل کردن با بچه‌ها را نداشت گفت: نه آقا چه تغییری شبها تو اتاق سر درش می‌نشینه و روزها هم که در مدرسه است. - آقا من به پسر شما مشکوکم این نامه رو بگیرد و او رو ببرید به آزمایشگاه...

اونها جوابشو برای ما می‌فرستند و یک نسخه‌اش رو هم به شما می‌دهند. - ولی آقای ناظم به چی شک کردید دارید من و نگران می‌کنید. ناظم سری تکان داد و گفت: تا جواب آزمایش را نگرفتید نمی‌تونم چیزی بگم بفرمائید. رحیمی با نگرانی از دفتر بیرون رفت و مهران را که پشت در روی زمین نشسته و چرت می‌زد با عصبانیت صدا کرد و درحالی‌که دندان قروچه می‌کرد گفت: پسر، این آقای ناظم چی داره میگه نکنه ... وای ... پاشو، پاشو بریم ببینم چی به سر خودت آوردی؟ مهران را از جا بلند کرد و به آزمایشگاهی که آدرس داشت برد. نمی‌خواست فکری که ناظم کرده درباره پرسش بکند؛ اما با وضعیتی که او داشت خودش هم نگران شده بود و وقتی موضوع را به همسرش سهیلا گفت او به قدری شوکه شد که نزدیک بود سگته کند.

آنها نمی‌دانستند چرا او به این راه کشیده شده مادر و پدر دانائی که برای هر کس چنین موردی پیش می‌آمد کلی در سهل‌انگاری پدر و مادر سخنرانی می‌کردند. حالا خودشان مشکوک به اعتیاد پسرشان بودند. چند روزی که منتظر جواب آزمایشگاه بودند، انگار چند ماه گذشت... مهران به

- بچه‌ها به‌صفا! احمدی بچه‌های کلاستون رو مرتب کن. مهران که پشت سر ساسان ایستاده بود گفت:

- ساسان آوردی؟ ساسان سرش را آرام برگرداند و با چشمان بی‌حال خود اشاره کرد و گفت: آره و انگشت سبابه‌اش را گرد کرد، یعنی جنسی که آورده‌ام اعلاست.

مهران نای ایستادن نداشت و مرتب این پا اون پا می‌شد اما هنوز بنا بود بایستند چون آقای مدیر در حال سخنرانی بود. خود را پشت سر یکی از بچه‌های قبل‌بند قایم کرد و آرام زمین نشست و سرش را روی زانویش خم کرد. نیما هم کلاسی‌اش با پا آرام به پهلوی مهران زد: پسر پاشو اگر الآن آقای ناظم رو تو ببینه دمار تو در میاره نزدیک امتحانات هستیم پاشو؛ اما او نمی‌توانست از جای خود بلند

شود. انگار خواب‌رفته و از محیط مدرسه بی‌خبر بود. در این موقع ناظم که جنب‌وجوش آن صف را دید آرام به آنها نزدیک شد وقتی جلوتر رفت و مهران را دید که روی زمین نشسته دیگر تلاش نیما برای خبر کردن مهران فایده‌ای نداشت چون او در حال چرت زدن بود و آقای ناظم هم بالای سر او ایستاده و با عصبانیت او را نگاه می‌کرد. بعد با خط‌کشی که در دست داشت آرام به پشت او زد. مهران سرش را بلند کرد و تا چشمان نیمه‌بازش به آقای ناظم که بالای سرش ایستاده بود افتاد، حرکتی به خود داد و از جا بلند شد. ناظم سر او را به‌طرف خود چرخاند و آرام گفت: دنبال من بیا. مهران دستپاچه شد و گفت: آقا ما کاری نکردیم. آقا ما کاری نکردیم... اما ناظم بدون اینکه حرفی بزند و یا اعتنائی بکند، جلو می‌رفت و مهران هم به دنبال او. از کنار پله‌ها بالا رفتند و به دفتر رسیدند. ناظم در را بست و نشست روی صندلی و پرسید: خب تعریف کن ببینم! - آقا چی تعریف کنم آقا ... - بگو ببینم چرا چرت می‌زنی؟ آقا ما چرت نمی‌زدیم خسته بودیم نتونستیم وایسیم نشستیم. - دروغ نگو پسر بگو چرا چرت می‌زدی؟

- آقا ما دیشب نخوابیده بودیم واسه همین خوابمون گرفت. - که دیشب نخوابیده بودی؟ میری همین الآن پدرت رو ور می‌داری میاری مدرسه. مهران که دید اوضاع لحظه‌به‌لحظه خراب‌تر می‌شود با التماس گفت: آقا ما راستشو به شما می‌گیم خب دیشب داشتیم فیلم نگاه می‌کردیم واسه همین دیر خوابیدیم. ناظم که از صحبت‌های ضدونقیض او فهمیده

99 لاله رهبین

## نگاه روانشناسانه به داستان «خواب مرگبار»



در اختیارش بگذارید. او را مطمئن کنید که قصد دارید به‌عنوان ولی کمکش کنید و این وظیفه شماست که آنچه را می‌دانید با او در میان بگذارید همان‌گونه که محبت و ثروت خود را با او سهیم می‌شوید. اجازه دهید بداند که در قطع هر عاملی که بر حیات او تأثیر سوء دارد از حمایت و مساعدت شما برخوردار است؛ و به او بگوئید که مخالفتی با تفریح و سرگرمی او ندارید بلکه با هر آنچه ممکن است به او آسیبی برساند مخالفت کنید.

به او توضیح دهید ترکیبات شیمیایی همیشه وجود داشته‌اند و افرادی آنها را مصرف می‌کرده‌اند؛ مانند الکل که به شخص احساس آرامش خوشایندی می‌دهد اما در مقابل بهایی نیز باید در مقابل آن پرداخته شود؛ زیرا این مواد روی مغز عمل می‌کند و به‌محض تمام شدن تأثیر آن، شخص خود را در وضعیت احساسی حتی پایین‌تر از قبل می‌یابد؛ که ناگزیر است کم‌کم برای اینکه از حالت بد خارج شود به‌دفعات بیشتر و مقادیر زیادتری الکل مصرف نماید. همین قضیه در مورد مواد مخدر نیز صادق است که عاقبت عامل کنترل‌کننده مرکزی حیات معتاد می‌شود و نسوج مغز و ریه‌ها را برای همیشه مصدوم می‌نماید که حتی در بعضی موارد به مرگ منتهی می‌گردد. به او بگوئید به‌جای استفاده از مواد شیمیایی، راه‌های سالم‌تری برای احساس شادی و ایجاد آرامش وجود دارد، از جمله ورزش‌ها، موسیقی، هنرها، گردش‌ها و تماشای زیبایی‌های طبیعت است از او بپرسید چه کارهایی هست که دوست دارد انجام دهد؟ و راه‌هایی پیدا کنید که انجام دادن آنها را برای او میسر کند.

همان‌گونه که از این مثال برمی‌آید، روش غیر تقابلی نسبت به نوع تقابلی آن مستلزم صبر و شکیبایی، تفاهم و همدلی و باور داشتن وی است و این فرایندی است که توان و توشه فراوان از شخصی که به کار می‌برد طلب می‌کند. چون مقادیر زیادی احتیاج به شفقت و همدردی و قوه تصور کافی برای اینکه خود را به‌جای وی قرار دهد داشته، تهدید نکند و یا باخشم و غضب وی را متهم نسازد. در این صورت نتیجه کار برای همه بسیار رضایت‌بخش‌تر از رویکرد تحکم‌آمیز خواهد بود.

وقت نموده زندگی و شغل و مشغولیت بیرونی خود را تحت‌الشعاع تربیت وی قرار داده زندگی وی را به‌سوی هدف‌هایی جهت دهند تا او را به محیط‌های پر بار و از لحاظ اخلاقی سالم و سودمندی وارد نمایند. نه اینکه از زندگی فرزند خود غافل شده او را به هوای خود رها نموده بعد از بروز اشتباهات گاه جبران‌ناپذیر، آن را به مقدرات و شانس بد حواله کرده از خود سلب مسئولیت نمایند.

یکی دیگر از رفتارهای اشتباه پدر و مادر این است که وقتی با وضعیت غیرعادی فرزند خویش مواجه می‌گردند بجای حل مسئله، خشونت و برخورد شدید نموده آن را به بحرانی بزرگ و انفجار آمیز تبدیل می‌نمایند. دلایل آلودگی فرزند به مواد مخدر گرچه بارها گوشزد گردیده اما نیاز به تکرار و نحوه برخورد با آن ضروری است؛ زیرا وقتی اتفاق ناخوشایندی افتاد واکنش مناسب و یا نامناسب می‌تواند وضعیت را بهتر و یا بدتر کرده پیامدهای مطلوب و یا نامطلوبی در پی داشته باشد.

### چند راهکار از کتاب «خانواده موفق»

اجازه دهید فرض کنیم شما متوجه شدید که فرزند نوجوان شما شروع به آزمایش سیگار و یا مشروب و یا مواد مخدر نموده است. چند راه در پیش روی شما قرار دارد: یکی اینکه او را به اتاقی ببرید در را قفل کنید و مانند پدر مهران درحالی که فریاد می‌زنید از الکلی‌ها و موادی‌ها و سیگاری‌ها بیزارید آن‌قدر او را کتک بزنید که از حال برود و تهدید می‌کنید که اگر این عادت‌ها را ترک نکنند گوشش را می‌گیرید و از خانه بیرونش می‌اندازید و دیگر هیچ کاری به کار او ندارید و یا از نوجوان دعوت می‌کنید بنشیند تا باهم حرف بزنید و مراقبت می‌کنید که به خاطر او و خودتان جوی خصومت‌آمیز به وجود نیارود. در چنین مواقعی نصیحت را کنار بگذارید و حالت تهدیدآمیز به خود نگیرید. او باید مطمئن شود که قصد سرزنش و یا شرم‌نامه کردن او را ندارید و می‌خواهید مسئله را عاقلانه بررسی نمایید. بدون عجله و دست‌پاچگی و قضاوت درباره رفتارهای او، اطلاعات موثق و واقعی از الکل و مواد مخدر و سیگار

چرا فرزندتان به دام مواد مخدر افتاده باوجود رنجی که در این راه می‌کشند همچنان به اعتیاد خود ادامه داده، با سیه‌روزی روزگار خود را می‌گذرانند؟ روزگاری اعتیاد به مواد مخدر در بعضی از افرادی که در سنین کهولت بسر می‌بردند دیده می‌شد. اما در سال‌های اخیر این عادت به‌طور عجیبی به سنین پائین‌تر سرایت نموده تا به جوانی و نوجوانی رسیده است. چه چیز باعث گرایش بعضی از فرزندان به مواد مخدر می‌گردد؟ سؤالی که می‌تواند دلایل بی‌شماری داشته به سقوط آنان منجر گردد؛ مانند مشغولیت والدین، بی‌توجهی به فرزندان، سرد و خشک بودن محیط خانواده، داشتن دوستان و الگوهای بد، آزادی بیش‌ازاندازه و بدون کنترل و بی‌خبری از نیازهای سنی و عاطفی ... و دلایل بسیاری دیگر، بعلاوه حضور عوامل خطرناک پخش مواد مخدر که محیط نامنی برای افراد بخصوص جوانان و نوجوانان ایجاد کرده، با نزدیک نمودن افراد فرصت‌طلب به آنان، منظور خود را عملی نمایند. این عوامل در کمین کودکان و نوجوانان پاک و بی‌آلایش نشسته، در مدارس و یا مکان‌های حضور آنان می‌پلکند تا با ایشان طرح دوستی ریخته ایشان را آلوده سازند. جای تعجب است که در چنین شرایطی بعضی از والدین کنترل کمتری روی زندگی فرزندانشان خود اعمال می‌نمایند. البته منظور از کنترل، گرفتن آزادی و جلوگیری از تفریح و شادی کودکان که لازمه شرایط سنی آنان است نیست. بلکه فراهم نمودن شرایطی مناسب برای شادی و تخلیه هیجانات روحی ایشان و برنامه‌ریزی برای اوقات فراغت او است که مستلزم توجه پدر و مادر نسبت به نیازهای سنی و علائق وی است. معاشرت و ورود به اجتماع همسالان یکی دیگر از مسائل مهمی است که حتماً باید موردتوجه قرار گرفته نسبت به جمع‌ها و مهمانی‌های ناشناخته حساسیت نشان داده شود و به‌طور حکیمانه‌ای از حضور آنان در چنان مجالسی جلوگیری به عمل آید. وظیفه پدری و مادری ایجاب می‌نماید به خاطر پیش‌گیری از وقوع هر خطری، همان‌گونه که شرایط تغذیه و سلامت جسمانی وی موردتوجه قرار گرفته و برای مدرسه و لوازم تحصیل او هزینه می‌نمایند، صرف

گروه خبر هفته

## آنجلینا جولی درباره فیلم صحرا کریمی: نمایشی از وقار، زیبایی و روح زنان افغانستان

افغانستان را نشان می‌دهد؛ در حالی که راهشان را میان عشق، دوستی و خانواده، ازدواج و دوستی می‌یابند.»

این اثر سینمایی تاکنون در بیش از ۲۷ جشنواره بین‌المللی از جمله فیلم ونیز، بوسان، میل وله، گوا شرکت کرده است و نیز در جشنواره فیلم داکا جایزه بهترین بازیگر زن برای هر سه بازیگر فیلم؛ آرزو آریاپور، فرشته افشار و حسیبا ابراهیمی را به دست آورده است.

صحرا کریمی از نسل دوم مهاجران افغان در ایران است. او تحصیلات خود را تا صنف دوازده در ایران به پایان رسانده است. این فیلم‌ساز نخستین دختر از نسل مهاجرین بوده است که با بازی در فیلم دختران خورشید موفق شد وارد سینمایی ایران شود.

«زنان پشت فرمان رانندگی» و «تسیمه، خاطرات روزانه دختر مهاجر» از جمله کارهای این هنرمند مهاجر افغان هستند.

به گزارش هفته به نقل از ایرنا، «حوا، مریم، عایشه» در سه اپیزود فیلمبرداری شده است. در اپیزود اول حوا زنی خانه‌دار است که حامله است. او با این که حامله است و تنها هم‌صحبتش کودک است که در درونش شکل گرفته، مجبور است که کارهای رومزه خانه را که طاقت‌فرسا است را به تنهایی انجام دهد. در اپیزود دوم دغدغه‌های مریم که زنی تحصیل کرده است و در رسانه‌های گوینده خبر است. او برای انتخاب همسرش با خانواده‌اش جنگیده است اما شوهرش به او خیانت کرده و او تلاش می‌کند که از همسرش طلاق بگیرد.

در اپیزود سوم داستان عایشه روایت می‌شود. عایشه دختری است که از دوست پسرش حامله شده و تلاش می‌کند که جنین خود را سقط کند تا به یکی از اقوامش ازدواج کند.

آنجلینا جولی در مورد این فیلم گفته است: «فیلم «حوا، مریم، عایشه» وقار، زیبایی و روح زنان



فیلم «حوا، مریم، عایشه» به زودی در شبکه نمایش خانودگی ارائه می‌شود. فیلم‌های این شبکه از طریق سامانه فیلمو و نماوا در دسترس مخاطبان ایرانی و افغان قرار می‌گیرد. این اثر را صحرا کریمی کارگردانی کرده است و کتابیون شهابی تهیه‌کننده آن است.

## آیا کار کودکان در بخش زباله و بازیافت در ایران متوقف می‌شود؟

از همشهریان تهرانی هم تقاضا می‌کنم هر مورد تخلفی را به ۱۳۷ اطلاع دهند.

ابلاغیه شهردار در پایان اعلام می‌کند: در این مسیر باید سنجیده عمل شود و از همه نهادهای حاکمیتی، فعالان مدنی و دلسوزان حقوق کودک خواستاریم به ما کمک کنند تا الگویی جدید از مقابله با بکارگیری کودکان را در کشور بکار بگیریم.

سازمان‌های مدنی و گروه‌های مدافع حقوق کودکان در ایران می‌گویند که بیشتر کودکان زباله‌گرد فرزندان مهاجران افغان هستند که توسط پیمانکاران شهرداری‌ها به کار گماشته می‌شوند.

آنها کم‌ترین دستمزد را می‌گیرند و از طرف نهادهای دولتی ایران و افغانستان حمایت نمی‌شوند. این کودکان در معرض آسیب‌های شدید روحی و جسمی قرار دارند. فعالان حقوق کودک می‌گویند کودکان زباله‌گرد بیش از ۱۰ و گاهی ۲۰ ساعت در روز برای پیمانکاران که با شهرداری طرف قرارداد هستند، کار می‌کنند.

در بخش بازیافت خبر داد. او در ابلاغیه‌ای بیان کرد: شهرداری تهران آمادگی دارد با تشدید نظارت خود بر پیمانکاران مانع کار کودکان در این بخش شود و مسئولیت قانونی خود را انجام دهد.

به گزارش هفته، به نقل از اقتصاد آنلاین، از آنجایی که کار کودکان در جمع‌آوری زباله مثالی از کار کودک در شرایط سخت و زبان‌بار است مدیریت شهری در این حوزه ناکافی و عملکرد شهرداری در این زمینه قابل‌نقد؛ و در نتیجه فضای سوء استفاده از کودکان فراهم بوده است.

ابلاغیه شهردار تهران راه حل نهایی را اصلاح الگوی جمع‌آوری پسماند شهر تهران دانسته و تاکید می‌کند که برای از بین بردن زباله‌گردی برنامه‌ریزی‌های انجام شده است تا این معضل به طور ریشه‌ای از بین برود اما تا آن زمان نیاز است که اقدامات جدی در منع به کارگیری کودکان در فرایند جمع‌آوری و تفکیک زباله انجام گیرد.

به گفته پیروز حناچی: در این طرح مسئول برخورد با پیمانکاران، شهرداران مناطق هستند و



گروه بزرگی از کودکان، غالباً فرزندان مهاجران در تهران و دیگر شهرهای بزرگ در بخش زباله و بازیافت فعال هستند. این کودکان برای مبلغ ناچیزی هر روز درگیر کار دشوار جداسازی زباله هستند. امری که مورد انتقاد گسترده گروه‌های مدنی است.

سرانجام در روز ۲۲ خرداد (۱۲ ژوئن ۲۰۲۰) پیروز حناچی، شهردار تهران، از ممنوع شدن کار کودکان

## طرح حمایت اجتماعی از کودکان کار از اواخر خرداد در تهران



را وارد می‌کنند که این اطلاعات در اختیار اورژانس اجتماعی قرار می‌گیرد و از طریق خودروهایی که در محل حاضر هستند این کودکان به نزدیک‌ترین پایگاه مربوطه منتقل شده و مورد غربالگری و آزمایش‌های متعدد جسمانی و روحی قرار می‌گیرند. چهار مرکز اسکان موقت برای این کودکان در نظر گرفته شده که دو مرکز برای فرزندان مهاجران (غالباً افغان) و دو مرکز برای کودکان ایرانی است. پس از شناسایی این کودکان قرار است تیم‌های تخصصی نسبت به شناسایی خانواده‌های آنان و توانمندسازی‌شان اقدام می‌کنند. طبق گزارش خبرگزاری‌ها از سه هفته قبل توانمندسازی خانواده‌های ۶۰۰ کودک آغاز شده است.

آنچه «طرح حمایت اجتماعی از کودکان کار» نامیده شده است از اواخر خرداد ماه در سطح شهر تهران اجرایی خواهد شد. طرح‌های بهزیستی در زمینه کودکان کار تا به حال معمولاً طرح‌های «ضربتی» متکی به زور برای «جمع آوری» آنها از سطح شهر بوده است. به نظر می‌آید برای اولین بار طرحی ارائه شده که می‌تواند حمایتی باشد. این طرح قرار بود از اسفند ۱۳۹۸ اجرا شود اما به دلیل شیوع ویروس کرونا به تاخیر افتاد. به گزارش هفته، به نقل از خبرگزاری‌های رسمی ایران، براساس برنامه‌ریزی‌های انجام شده از سوی بهزیستی گروه‌های داوطلب به سر چهارراه‌ها و اماکنی که معمولاً کودکان کار در آنجا حضور دارند، می‌روند و با استفاده از یک اپلیکیشن اطلاعات آنان

## کارگردانان افغان و ایرانی در جشنواره فیلم مهاجرت در ترکیه



تصویربرداری شده است. این فیلم در جشنواره‌های معتبری همچون سندس، برلینانه، ادفا، شفیلد، نمایش داده شده و جایزه‌های بسیاری را نیز به دست آورده است. حسن فاضلی در گفتگو با مهاجر نیوز گفت: «می‌خواستیم که زندگی در فیلم ما حضور داشته باشد. تصویر واقعی از یک خانواده مهاجر باشد. نمی‌خواستیم که فیلم موضوع و یا زمان خاصی داشته. ما همه این فیلم را ساختیم. من کارگردان فیلم هستم، اما همه از یک دیگر فیلمبرداری کردیم. فکر می‌کردیم در وضعیتی که ما هستیم میلیون‌ها آدم دیگر هم در همان وضعیت هستند، انسان‌هایی که به خاطر جنگ خانه خود را ترک کرده بودند اما سازمان‌های جهانی تصمیم گرفته بودند صدای آن‌ها را نشنوند و آنها را انسان‌هایی نیازمند و گرسنه نشان دهند. ما می‌خواستیم فیلمی بسازیم که صدای همین آدم‌ها باشد و در فیلم‌مان مشکلات جنگ و مهاجرت را بازگو نکنیم.»

فیلم «اسکار و لیلی» اثر آرش ریاحی، کارگردان و فیلم‌نامه‌نویس ایرانی تبار که به تلاش دولت اتریش برای اخراج خواهر و برادر پناهجوی چچنی به همراه مادرشان پرداخته به همراه فیلم‌های بلندی مانند «رهگذر نیمه شب» اثر حسن فاضلی کارگردان افغانستانی که روند دشوار مهاجرت وی به همراه خانواده‌اش از افغانستان به دلیل تهدید به مرگ از سوی طالبان را با استفاده از گوشی تلفن همراه به تصویر کشیده است، در بخش فیلم‌های بلند این جشنواره به رقابت خواهند پرداخت. این جشنواره که قرار بود در تاریخ ۱۸ تا ۲۲ آوریل در شهر غازی آنتپ ترکیه برگزار شود، به دنبال همه‌گیری جهانی ویروس کرونا زمان برگزاری آن به ماه ژوئن موکول شد. حسن فاضلی، سینماگر اهل افغانستان است. او اکنون در آلمان زندگی می‌کند. آنها برای رسیدن به آلمان از هفت خان رستم عبور کردند. این فیلم با سه موبایل گرفته شده است و از تمام اعضای خانواده این فیلم ساز

جشنواره بین‌المللی فیلم مهاجرت قرار است از ۱۴ ژوئن به مدت یک هفته با اکران بیش از ۵۰ فیلم داخلی و خارجی برگزار شود. به گزارش هفته، به نقل از خبرگزاری اناطولی، محور فیلم‌های این جشنواره، همانطور که از نامش پیداست، موضوع مهاجرت است. این فستیوال به همت اداره مهاجرت وزارت کشور ترکیه و به صورت آنلاین برگزار خواهد شد.

حبيب عثمان

## حیدری وجودی

## شاعر و عارف نامدار افغانستان در کابل در گذشت

میقات تغزل، ارغنون عشق، رباعیات و دوبیتی، شکوه قامت مقاومت، غربت مهتاب، لحظه‌های در آب و آتش و آوای کبود، از جمله این آثار هستند. او از سال‌ها پیش با برپایی محافل مثنوی‌خوانی، جوانان علاقه‌مند به ادبیات عرفانی را در کابل آموزش می‌داد. او هم‌چنین معاون کانون دوستداران مولانا جلال‌الدین محمد بلخی، عضو مؤسسات بنیاد فرهنگ افغانستان، عضو رهبری انجمن نویسندگان افغانستان و رئیس بنیاد غزالی بود.

خانه ادبیات افغانستان در اطلاعیه‌ای با اعلام این خبر نوشت: «حیدری وجودی، شاعر خوش‌ذوق، مولانا شناس و بیدل شناس برجسته افغانستان از جمع ما پرواز کرده است. حیدری وجودی، این دوستدار راستین کتاب، همیشه برای آشنایی جوانان با معارف کهن ادبی می‌کوشید و غیبتش در این دوره، زبانی بزرگ است برای میهنی که زخم دار آسیب‌های فرهنگی بی‌شمار است.»



## «خوشم می‌آید»

گردش چشم سیاه تو خوشم می‌آید  
موج دریای نگاه تو خوشم می‌آید  
همچو مهتاب که بر ابر حریری تابد  
تن و تن‌پوش سیاه تو خوشم می‌آید  
چون چراغی که دل شب به مزاری سوزد  
سوختن در سر راه تو خوشم می‌آید  
در سپهر نگهم نور فشانند شب‌ها  
مهر من، جلوه ماه تو خوشم می‌آید  
جلوه گلشن اندام که دیدی ای دست  
که خس و خار و گیاه تو خوشم می‌آید  
بسکه در آتش هجران کسی سوخته‌ای  
اشک جان‌پرور و آه تو خوشم می‌آید  
رفتی از خویش و کف پای کرا بوسیدی  
ای دل پاک، گناه تو خوشم می‌آید

روحش شاد و یادش گرامی باد.

افغانستان کار کرد، آن انجمن که چهارده عضو، هفت پشتوزبان و هفت فارسی‌زبان داشت، در مدت کوتاهی به دلیل اختلاف‌نظرهای عمیق اعضا فروپاشید. حیدری وجودی در همان سال به‌عنوان مسئول بخش مجلات و روزنامه‌ها در کتابخانه عامه کابل به‌کارگماشته شد. شغلی که تا پایان عمر آن را رها نکرد.

در افغانستان مأموران حکومت در ۶۵ سالگی به تقاعد سوق می‌گردند. وقتی از کار تقاعد کرد، نامه‌ی به حامدکرزی رئیس‌جمهور پیشین افغانستان نوشت و در آن نامه از انس و الفت پنجاه ساله با در و دیوار محل کار خود حکایت کرد و نوشت که حتی حاضر است بدون دریافت حقوق و امتیازی به کار در کتابخانه ادامه بدهد. آقای کرزی این پیشنهاد را پذیرفت و با صدور حکمی، پرداخت حقوق مقرر و ابقا در کار را برای او دائمی ساخت.

## خلوت‌گزینی در کودکی

حیدری وجودی در سال ۱۳۱۸ خورشیدی در ولسوالی رخه در ولایت پنجشیر زاده شد. در آن سال‌ها در پنجشیر و ولایات اطراف آن درس در مدارس دولتی تنها تا صنف ششم تدریس می‌شد و شاگردانی که مایل به ادامه درس بودند می‌بایست به کابل بروند؛ اما حیدری وجودی که پس‌از آن رؤیا، برای ادامه درس را در خود نمی‌دید، برای مدتی نزدیک به چهار سال عزلت و خاموشی اختیار کرد. به قول خودش در تمام این مدت ساعات اولیه روزها را بر فراز بلندترین تپه روستا که در برابر منزلشان واقع شده بود به‌تنهایی می‌گذرانید. او از آنجا خاموشانه به چشم‌اندازهای دور نظر می‌دوخت. خلوت‌نشینی و خاموشی او را به‌سوی سخن‌موزون کشانید و از او غزل‌سرایی ساخت که تا پایان عمر دست از قلم نگرفت.

از حیدری وجودی در بیش‌تر از شصت سال خلاقیت ادبی‌اش ۱۵ عنوان کتاب شعر به همراه چندین اثر پژوهشی منتشر شده که برخی از آثارش دو تا شش بار هم چاپ‌شده‌اند. مرجع چاپ تمامی این کتاب‌ها کابل بوده است.

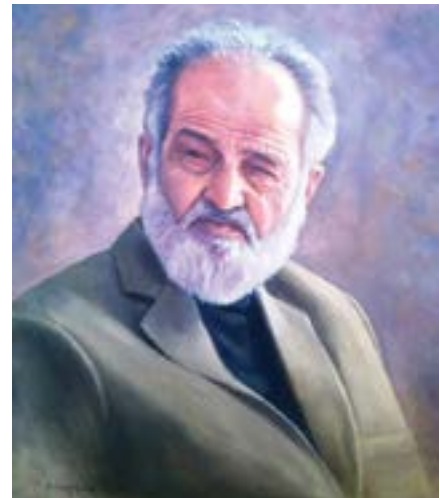
حیدری وجودی، شاعر، عارف، مولانا شناس و بیدل شناس نامدار افغانستان، صبح چهارشنبه ۲۱ جوزا مطابق ۱۰ جون ۲۰۲۰ دیده بر جهان فروبست. او چندی پیش به ویروس جدید کرونا مبتلا شده بود و بر اثر این بیماری در سن ۸۱ سالگی در کابل درگذشت. حیدری وجودی بیشتر غزل می‌سرود و از او ۱۴ مجموعه شعر و ده‌ها مقاله بجا مانده است.

## آثار مرحوم حیدری وجودی

عشق و جوانی، رهنمای پنجشیر، نقش امید، با لحظه‌های سبز بهار، سالی در مدار نور، سایه معرفت، صور سبز صدا،

منبع:

شبکه خبری فارسی بی‌بی‌سی و سایر شبکه‌های اجتماعی.



غلام حیدر متخلص به حیدری وجودی، از چند روز به این‌سو در بستر بیماری بود و خبر احتمال مبتلا شدن او به ویروس کرونا در شبکه‌های اجتماعی دست‌به‌دست می‌شد.

حیدری وجودی، مخاطبان زیادی در میان اهل تصوف و حتی اهل سیاست افغانستان داشت و غزل‌هایش در میان گروهی که خود را مریدان او می‌دانند، دارای مقبولیت و محبوبیت ویژه است.

حیدری وجودی خود را از پیروان عارفان بزرگ پیشین می‌دانست و زندگی خود را وقف سلوک عارفانه کرده بود. او گفته بود، در ۱۲ سالگی با مشاهده چیزی در رؤیا که آن را «یک شی که همه‌چیز را در برمی‌گرفت» تعریف می‌کند، احوالش دگرگون شد و این مصراع بر زبانش جاری گشت:

چه بودی، رو نمودی، دل ربودی، بیدلم کردی  
پس‌از آن رؤیا، او خود را میان هوشیاری و جنون معلق یافت چنانکه قادر نبود بیش‌تر از صنف ششم درس بخواند.

## ملاقات با عشق

چهار سال بعد در شانزده سالگی زادگاه خود پنجشیر را ترک گفت و به کابل آمد، شهری که تا پایان عمر در آن ماند. در این شهر با صوفی غلام نبی عشق‌ری آشنا شد، با شایق جمال، استاد عبدالحق بیتاب و مولانا خسته نشست و برخاست کرد؛ شعرهایش در روزنامه‌ها منتشر شدند. در قالب کتاب چاپ شدند و او رفته‌رفته عنوان نجم‌العرفا یافت و تا بود از حلقه اخلاص‌مندان و مجذوبان بیرون نرفت.

او از تأثیری که صحبت صوفی عشق‌ری بر او داشته همواره سخن می‌گفت. در ابتدای شاعری اشعار خود را به عشق‌ری می‌خوانده اما آن صوفی تارک‌دنیا میلی به دیدن عیب در کار شاعران نداشته است.

## یک عمر در یک شغل

حیدری وجودی، پس از پایان دوره سربازی که شش سال را در برگرفت، در سال ۱۳۴۳ وارد کار اداری برای دولت شد. کمتر از شش ماه به‌عنوان محرر در انجمن شعرای

**SHEMIRAN Auto Services**

**اتوسرویس شمیران**  
تعمیر و خدمات انواع خودرو

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

سرویس و خدمات  
در کوتاه‌ترین زمان  
کیفیت مطلوب و قیمت مناسب



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

**Panneton & Panneton**  
Moving & Storage

تخفیف ویژه برای هموطنان عزیز در نظر گرفته خواهد شد

**خدمات انبارداری پنتون و الیمپیا**

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

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

**PhotoMahnaz**





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

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







## داستان کوتاه

## مکتب فروشی

نادیده دختر خورد که کورس تافل می‌خواند و تازه در موسسه‌ای درخواست داده بود، گفت: مادر جان! برو همراه معلمین دیگرت مشوره کن که آنها با تو هستند یا نه راست بگویم من شاید در موسسه قبول شوم، همراه شما همکاری نمی‌توانم.

جمیله که با معلمین مشوره نمود همه فوزیه و ثریا را به سهل‌انگاری در وظیفه متهم نمودند و از بی‌اعتمادی‌شان متعجب گردیده گفتند:

ما با شما هستیم. جمیله جزء به پراگنده شدن شاگردان و معلمین محتاج به هیچ چیز دیگر فکر نمی‌توانست. افکارش سرنوشت بعدی هر شاگردی را تعقیب نموده و خونش را به جوش می‌آورد. سید پسر جمیله که تازه از صنف دوازدهم فارغ شده بود گفت:

مادر جان! من احساس شما را درک می‌کنم ولی با این نوکیسه‌ها به جنجال می‌مانی. پول ایشان را بده و... نرگس میان حرفش دویده گفت:

من هم همین را می‌گویم مگر ولی اینکه آنها پول خویش را با سوداش می‌خواهند دردناک‌تر است یعنی حاضرند سود بخورند؟ درحالی‌که مکتب به نقص روان است. سید گفت:

من برادران ثریا و شوهر فوزیه را می‌شناسم که خیلی ماجراجو و پول‌پرست هستند. پس بهتر است از خیر همین مکتب بگذرید. نادیده گفت:

راست می‌گویید. ما و شما تجارب کافی از تدریس داریم. همه‌ای ما را مکاتب دیگر استخدام می‌نمایند و بی‌کار نمی‌مانیم. جمیله گفت:

این حرف‌های شما صدها بار در فکر من حلاجی شده مگر... سید گفت:

مادر جان اگر مگر ندارد. اولاً پول نداریم و اگر قرض هم پیدا کنیم، پدرم هرگز راضی نمی‌شود. به یاد دارید که وقتی از کابل آمد... چشمان جمیله راه کشید و صدای توییخ آمیز شوهرش در گوش‌هایش تکرار شد:

بدیخت‌ها نه تنها پولتان را در آب انداختید، بلکه برای خود جنجال اضافی کشیدید. سید که دلسوزتر از همه برای مادر و خواهرانش بود، کنار مادر نشست گفت:

پس صبر کن که همین قالبین ما پائین شود... جمیله سر جنباند و با خود گفت:

دیگر حوصله‌ای پرخاش را ندارم و نمی‌خواهم پول دسترنج شما را هدر بدهم. وها آنها برایم وقت تعیین کرده‌اند. سه روز باید تصمیم را اعلان کنم.

فردا می‌روم و مکتب را تحویل آنها می‌دهم. شب به‌کندی می‌گذشت. جمیله با هر سه اولاد مددگارش پهللو بدل می‌کردند و به هیچ نتیجه‌ای نمی‌رسیدند. سنگینی فکر و اندیشه‌ای که به بن‌بست می‌انجامید همه را خسته ساخت و دم‌های صبح خواب مژه‌هایشان را پر بار ساخته به خواب رفتند. جمیله به منازل خویشان و آشنایان پی پول می‌گشت که سرانجام دوباره به‌جای اولش برگشت.

آوازه به گوش شاگردان رسید. جمیله دهن دروازه‌های منزل خود چوکیداری کرد تا به همه جواب بدهد. جمشید که متضرر سالیان گذشته بود وعده داد که از پدرش پول می‌گیرد که آن‌هم در قید وعده ماند و. جمیله تنها و با دست‌خالی به مجلس فیصله کند و مشترک جنجالی خود نشست. بها والدین عجول‌تر از دیگران حرف را شروع کرد و فوزیه و ثریا حق‌طلب و با اطمینان خاطر چنه می‌زدند. مجلس بار بار طرف گله‌گذاری‌های معمول رفت و دوباره حرف خرید و فروش مکتب به میان آمد. کلمه‌ای فروش خون جمیله را به جوش می‌آورد. سرش داغ می‌شد و زبانش به‌شدت می‌لرزید که کلامی دریابد و مشترکین بی‌انصافش را قانع سازد ولی هدفمند دور مقصد خود می‌چرخید و. بها والدین بار دیگر گفت:

استاد جمیله جان! قسمی که من خبر دارم خودت پول نداری، بهتر است مکتب را به اینها واگذار نمایی. اینها بالای مکتب سه هزار کلدار قیمت گذاشته‌اند... جمیله که ضربان قلبش را به مشکل سپری کرده و از لرزش دست‌هایش جلوگیری می‌نمود. حلقش خشک شد و گرمای بدنش بلند گردید. از جایش برخاسته از اداره بیرون رفت. صدای هیاهویی شاگردان به گوش‌هایش



معصومانه شما مانع شود که اصلاً به شکست نه اندیشیم. فقط تمنا دارم شما عزیزان دلبندم به یک انگیزه‌ای خوب و مثبت درس بخوانید و بهتر زیستن را بیاموزید.

به نظر من همه انسان‌ها تا دیدن کابوس مرگ زنده هستند ولی هرگاه انگیزه بهتر زندگی کردن نداشته باشند و برای زنده ماندنشان معنایی ندهند، زنده‌های متحرک می‌باشند. شما انگیزه داشته باشید که بیاموزید و به دیگران بیاموزانید... همه با کف زدن‌های ممتد به پا ایستادند و وعده‌های همکاری دادند.

معلمین که کنار جمیله ایستاده بودند مقابل صف شاگردان قرار گرفته منظم به صفوف خود رفتند. مکتب با تمامی ضوابط و مقررات یک ارگان تعلیمی به پیش می‌رفت و شاگردان روزافزون شده می‌رفت. جمیله با اعضای فامیل و معلمین دیگر همه تدریس می‌کردند و مشغول خدمتگزاری بودند. فیس شاگردان با مصارف مکتب سرونوک می‌شد که برای جمیله قابل تشویش بود به خصوص که یک ملازم داشتند و بعد از ظهرها خود جمیله در صفایی مکتب وقت صرف می‌کرد و نمی‌توانست کسی دیگر را استخدام نماید.

وی ضمن اداره‌ای مکتب و تهیه اسناد شاگردان دو مضمون را نیز تدریس می‌نمود که جای یک معلم را پر می‌کرد. آموختن متدهای درسی برای معلمین تازه‌وارد نیز سرباری کارهای وی شده بود. نرگس ضمن تدریس دو تایم و چار مضمون، کانتین مکتب را نیز اداره می‌نمود تا پسمان نشوند. روزهایی هم می‌آمدند و می‌رفتند. جمیله متوجه شد که روزبه‌روز شاگردانش کم شده می‌روند. در مجلس معلمین که هر پنجشنبه بعد از ختم دروس شاگردان دایر می‌گردید گفت:

«عمریست که می‌بازم و یک برد ندارم - اما چی کنم عاشق این کهنه خمارم» استادان گران قدر و خواهران عزیز با وجود مخالفت دلم ناگزیر هستم موضوعی را در میان بگذارم که شما هم مستحضر باشید. آیا خبر شده‌اید که فوزیه و ثریا از تلاش‌های مذبوحانه‌ای خویش خسته نشده مار زخمی شده‌اند؟ معلم تفسیر که زن باتجربه‌ای بود متبسم شده...  
ادامه دارد

رخصتی‌ها گذشت و زنگ آغاز مکاتب زده شد. شاگردان با معصومانه‌ترین احساساتشان خنده بر لب داشتند و همچو پروانه‌های رنگین ته و بالا می‌دویدند. مکتب نو، معلمین نو و سال تعلیمی نو... بی‌خبر از اینکه جمیله از انتقال وسایل چون میز و چوکی، مبل و فرنیچر دوازده صنف و اداره‌ای مکتب چی کشید و چطور عرق ریخت تا آنها را از حویلی مکتب به بام خانه‌ای کرایبی خویش انتقال داد و سه ماه رخصتی نگه داشت. یاد آن ایامی که یک‌صد و چهل چوکی‌باز و دار شاگردان و اثاث‌های مکتب چطور به بام بلند سه منزله‌ای حویلی کرایبی جمیله چیده شده بود مو را بر اندام آدم بلند می‌کرد. سال تعلیمی با تلاوت قرآن عظیم‌الشان آغاز شد. بعد از سردادن سرود ملی افغانستان همه به پا ایستادند و جمیله با هیجان کامل خطاب به شاگردان گفت:

درد و سلام بر استادان و شاگردان مکتب جدیدی که به قیمت جان انسان‌ها تهیه و تدارک دیده شد. این مکتب‌خانه‌ای هریک ما و شما است که در سه منزل با وسایل تدریسی؛ میز و چوکی و تخته‌ای سیاه تنظیم گردیده است. منزل اول برای دختران بزرگ، منزل دوم و سوم برای پسران و دختران خردسال تعیین شده است که امیدوارم بچه‌ها خواهران خویش را احترام نموده دخترها نیز برادران خود را هم سفر تعلیمی خود به حساب ببرند. مکتب در دو تایم جریان خواهد داشت و شبها کورس‌های انگلیسی برای شما هم‌وطنان گلم در نظر گرفته شده است.

من از گذشته گله ندارم فقط همین قدر می‌گویم که نیت صاف دار و توکل به حق کن. یک سلسله مشکلات سد راه ما قرار گرفت و مکتب مثل دکان عطاری به فروش رسید. من با قبول همه مشکلات و مشقت‌های ناگفتنی پول فوزیه جان و ثریا جان را با سوداوش پرداختم و دل به دریا زدم تا دل شما را بخرم. اینکه با دست‌خالی در چی شرایط بد و بسیار ذیق قرار گرفتم گفتنش شاید آسان‌تر از سپری کردنش باشد. وقتی دیده‌های معصوم شما را که در رنگ کتاب خواندن مجسم کردم همه مشقات از یادم رفت. برای من و خانواده‌ام کافی است که چهره‌های بشاش و لبخند

طنین‌انداز شد. تصور کرد هریکشان چشمان مملو از تمنا او را نگاه می‌کنند. ربیع، هارون، جمشید، حمیرا، زلشت... دلش خون شده دوباره به اداره آمد. سارنوال گفت: مثلی که قصد فیصله‌ای نهایی را ندارد. فوزیه گفت:

راست می‌گویی سارنوال صاحب... باید فیصله شود... چشمان همه به دهن جمیله دوخته شده بود. جمیله در درون خود صدای شکستن شیشه‌ای دلش را می‌شنید و رگ رگش تکان می‌خورد. بها والدین گفت:

استاد... نیرویی عظیمی بازوهای جمیله را تکان داد که بی‌محایا از دهنش برآمد، این مکتب روی کشتی طوفان‌زده‌ای احساس نونهبان وطنم بناشده است. خودم پولش را می‌دهم... چشم‌های که به دهن جمیله‌ای تنها دوخته شده بود. گشادتر شده و دهن‌ها با همان حیرت و ناباوری گفتند:

چی... تو...؟! لحظات در تبوتاب عجیبی می‌گذشت. باورها یکی‌یکی به زمین می‌غلطیدند و زبان‌ها به کام‌ها می‌چسبید. جمیله حرفش را تکرار نموده گفت:

لطفاً تمام وسایل مکتب را تسلیم نموده از اینجا بروید. هنوز که هنوز بود کسی از شوک بیرون نبر آمده بودند. بها والدین با منافقت تمام تمسخر نموده گفت:

پس پول اینها را بده که بروند. جمیله با متانت یک قهرمان گفت:

فردا همین وقت وسایل مکتب را که این دو نفر به گروگان برده‌اند بیاورند و پولشان را بگیرند. جمیله فقط سرشکستگی مشترکین خویش را به چشم سر می‌دید و قوت می‌گرفت. زمانی که هریکشان را با دست خود به بیرون از در آهنی مکتب بیرون می‌نمود ضربان قلبش فرومی‌نشست. کلید را به سرعت به قفل چرخاند و دید که دو پهلوان پرزور چطور سر به گریبان برده و از نظرش دور می‌شوند. این برد برای جمیله دروازه‌ای قمار بزرگی را باز کرد. بها والدین نامردی نموده صاحب‌خانه را تحریک کرد که تعمیر مکتب را از ایشان بگیرد. وای به آن روزی که دچار نامردان عقده‌ای شوی. جمیله با هجوم مشکلات بزرگ‌تری به سوی دمه و غبار سنگین‌تر رفت.

# کتابخانه نوروز زمین

مهسا محبی

**NOWRUZLAND  
LIBRARY  
FOUNDATION**

Email: Nowruzland@gmail.com

Tel: 514-787-8840

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

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

## معرفی کتاب

## نگاهی به کتاب شهر شیشه‌ای

و دست انداختن فرد پشت خط، خود را به جای استر جای زند. از این قسمت داستان است که هویتی دیگر بر وی افزوده می‌شود و او مجبور می‌شود نقش یک کارآگاه خصوصی را بازی کند.

پل استر در رمان شهر شیشه‌ای، جست‌وجو برای حل معما را به کندوکاوی عمیق‌تر برای یافتن هویت واقعی انسان مدرن تبدیل می‌کند. او از امکانات داستان جنایی استفاده می‌کند تا به کشف‌های بزرگ‌تری از روان پیچیده‌ی انسان معاصر برسد. استر ابعاد تازه‌ای به ادبیات مدرن و حتی از آن مهم‌تر به برداشت ما از انسان اضافه کرده است. او در ابتدای کتاب می‌گوید: کلمات عوض نمی‌شوند، اما کتاب‌ها همیشه در حال تغییرند. عوامل مختلف پیوسته تغییر می‌کند، افراد عوض می‌شوند، کتابی را در وقت مناسب پیدا می‌کنند و آن کتاب جوابگوی چیزی است؛ نیازی، آرزویی.

پل استر، نویسنده‌ی آمریکایی زاده‌ی ۳ فوریه‌ی ۱۹۴۷ است. استر پس از فارغ‌التحصیلی از دانشگاه کلمبیا در سال ۱۹۷۰ به پاریس رفت و به ترجمه‌ی آثار ادبی فرانسوی روی آورد. او از زمان بازگشت خود به آمریکا در سال ۱۹۷۴ کتاب‌های شعر، مقاله و رمان‌های متعددی را به چاپ رسانده است. آثار پل استر به بیش از چهل زبان ترجمه‌شده‌اند.

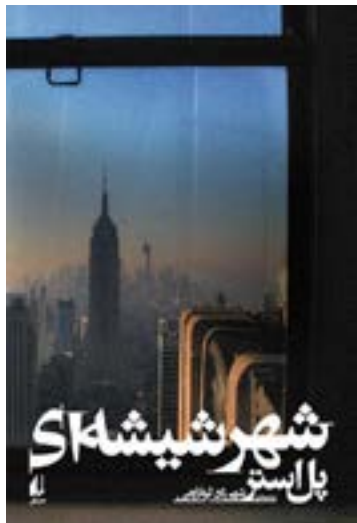
### بخشی از متن کتاب:

شب بود. روی تخت دراز کشیده بود، به صدای باران بر پنجره گوش می‌داد و سیگار می‌کشید، در فکر بود که باران کی بند می‌آید و صبح به پیاده‌روی طولانی خواهد رفت. کتاب باز شده‌ی سفرهای مارکوپولو روی بالش کنارش بود. از وقتی که دو هفته پیش آخرین رمان ویلیام ویلسون را تمام کرده بود، وقت‌گذرانی می‌کرد. راوی و کارآگاه داستان، «ماکس ورک» معمای جنایات مفصلی را حل کرده، بارها کتک‌خورده و در لحظه‌ی آخر جان سالم به در برده بود و انگار کوئین هم از تلاش‌های او حسابی خسته شده بود...

«شهر شیشه‌ای» اثر «پل استر» نویسنده معاصر آمریکایی است که اکثر دوستداران ادبیات مدرن جهان، آثار این نویسنده را مطالعه کرده‌اند اما برخی از کتاب‌های «پل استر»، از مهم‌ترین آثار داستانی امروز به شمار می‌روند. رمان «شهر شیشه‌ای» که در واقع آغازی است بر مجموعه «سه‌گانه نیویورک» یکی از این آثار است. دو کتاب دیگر با عناوین «ارواح» و «اتاق در بسته»، این سه‌گانه را تکمیل می‌کنند.

ویژگی عمده نوشته‌های استر، فضای جست‌وجوگرانه و کارآگاهی رمان‌های اوست که به‌طور معمول، داستان‌هایش را در فضایی ضد معما روایت می‌کند و از این طریق، به کشف و شناخت هویت انسان می‌رسد. «شهر شیشه‌ای» خاصیتی فراداستانی و اندیشه‌پست‌مدرنی دارد. اسطوره‌شناسی و از همه مهم‌تر زبان‌شناسی و وضعیت انسان مدرن به‌طور کلی در این رمان کم‌حجم گرد هم آمدند. چیزی که مشخص است نگاه ابزار گونه نویسنده به مسائل ذکر شده است. اصل برای او بیان اندیشه یا بهتر بگوییم خبر بزرگی است که از آینده به ما می‌دهد؛ و انتخاب ژانر کارگاهی و شهر بزرگی مثل نیویورک برای کشف این حقیقت بزرگ به‌طور کاملاً زیرکانه صورت گرفته است.

شخصیت اصلی رمان «شهر شیشه‌ای»، «دانیل کوئین» نام دارد. وی نویسنده‌ای است که با اسم مستعار «ویلیام ویلسون» داستان‌های پلیسی و کارآگاهی می‌نویسد. کوئین به‌واسطه کارگزار خود، داستان‌هایش را به چاپ می‌رساند، در نتیجه کسی از هویت واقعی وی (نام کوئین) آگاهی ندارد. شخصیت اصلی رمان‌های کوئین «ورک» نام دارد. در حقیقت دانیل کوئین فردی با سه هویت (کوئین، ویلسون و ورک) شده بود و هرکدام از این سه شخصیت بخشی از هویت وی را تشکیل می‌دادند. روزی یک تلفن اشتباه با خانه کوئین تماس می‌گیرد و به دنبال کارآگاه خصوصی با نام استر می‌گردد. کوئین تصمیم می‌گیرد، برای مسخره کردن



عنوان: شهر شیشه‌ای  
نویسنده: پل استر  
مترجم: شهرزاد لولاچی  
انتشارات: افق  
نوبت چاپ: چهارم  
تعداد صفحات: ۲۰۳



**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 ضمانت ۴۰ ساله
- طراحی و اجرای محوطه و نورپردازی مدرن
- هوشمند سازی ساختمان و سیستم کنترل ساختمان از راه دور
- طراحی و اجرای دکوراسیون کامل فروشگاهها متناسب با نوع فعالیت

## جدول سودوکو

SUDOKU TABLE

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

نرمال

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

متوسط

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

سخت

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

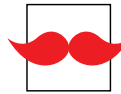
خیلی سخت

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

## مه‌ساعباسپور



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

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 نجسید (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

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 ۱/۴ قاشق چایخوری
۹. کشمش ۵۰ گرم
۱۰. کره ذوب شده ۳۰ گرم
۱۱. تخم‌مرغ جهت رومال ۱ عدد
۱۲. پودر قند ۱۰ گرم

## نکته مثبت هفته

دو اصل مهم زندگی: اول اینکه بپذیر زندگی سخت است. دوم اینکه بدان اگر این سختی را بپذیری زندگی آسان می‌شود.



## حکایت هفته

### «جوگیر»

### «هجو محمد علیشاه»

افسوس که من دانش و فرهنگ ندارم  
جز خاطر محزون و دل تنگ ندارم  
یک‌ذره از آثار وطن‌خواهی اجداد  
از خسرو و از بهمن و هوشنگ ندارم  
آن‌کس که مرا تربیت و علم نیاموخت  
با اوست که جز دشمنی و جنگ ندارم  
محتاج‌تر از من به مربی رؤسایند  
یعنی پدر یکدل و یکرنگ ندارم  
دیروز چو شاهین همه بودند شکارم  
خاکم به سر امروز دگر چنگ ندارم  
علم است که از آینه قلب برد زنگ  
در آینه قلب به‌جز زنگ ندارم  
یاران همه رفتند از این وادی پرخوف  
جز راه زیادی و خر لنگ ندارم  
اجداد نکونام برفتند و من اکنون  
جز خفت و جز خجالت و جز ننگ ندارم  
الحق سر بی‌فکر من آماده سنگ است  
ازبهر سر خویش چرا سنگ ندارم  
صادق مدد از علم و عمل خواه از این بعد  
افسوس که من دانش و فرهنگ ندارم

منبع: (کهنه‌های همیشه نو، مرتضی احمدی.  
تهران: ققنوس، ۱۳۹۴)

می‌گویند ما مردم احساساتی، مهمان‌نواز، عاطفی‌ای و ... هستیم؛ اما باور کنید ما، بیشتر از تمام این‌ها مردم جوگیری هستیم! یعنی یک بازیگری می‌رود خارج از کشور ساکن می‌شود. آنجا در فلان فیلم به بهمان منظور بخشی از ابعاد بدنش را رونمایی می‌کند! بعد ما معلوم نیست چرا، یک عده‌مان عکس فیس‌بوکمان را عوض می‌کنیم، عکس آن بازیگر را می‌گذاریم! آقای نزه‌خر عزیز! تو الان دقیقاً در چه مرحله‌ای و به چه شکلی با آن خانم بازیگر همزادپنداری کرده‌ای؟! فرقی نمی‌کند ماجرا چیست! کلاً جوگیری را دوست داریم، کافی‌ست اتفاقی بیفتد. میزان پوشش آن خانم یا یک زلزله‌ی ویرانگر برایمان چندان فرقی نمی‌کند.

برفرض در زلزله‌ی بم که بزرگ‌ترین مشارکت جمعی ما در پانزده سال اخیر بوده X مقدار پول جمع شده. در همان زمان (چند روز بعدتر) مخابرات برای سیم‌کارت تلفن همراه ثبت‌نام می‌کند (اگر یادتان باشد مردم آن موقع از این راه کاسبی می‌کردند. مثلاً پنجاه‌تا سیم‌کارت اسم می‌نوشتند، تحویل می‌گرفتند و به سه برابر قیمت می‌فروختند) مبلغی که مردم برای خرید سیم‌کارت و این کاسبی دلال‌مابانه می‌پردازند تقریباً ۴X است!!  
این چالش آب یخ را یادتان می‌آید؟ من کار ندارم چقدرش به ما، فرهنگ ما و نوع رفتارمان و ... ربط داشت فقط می‌خواستیم یادآوری کنیم در آن ایام آدم واهمه داشت از هرجایی که چهارتا اینترنت باز جمع شده بودند بگذرد مبادا در خشک ما هم آب یخ فروکنند!

تیم فوتبال کشورمان با آرژانتین هم‌گروه شد. آرژانتین هم از بد ماجرا صاحب بهترین بازیکن جهان بود (و هست) لیونل مسی. تا اینجا کار در ظاهر مشکل خاصی نیست؛ اما عرض کردم که در ظاهر، در باطن ما (همه‌ی ما) یک روح جمعی به‌شدت جوگیر وجود دارد که به شکل نامربوطی گاهی دچار احساس و وظیفه‌ی ملی می‌شویم.  
به هر روی جوگیری در این احساس باعث شد مردم همیشه در صحنه‌ی ما عقل‌ها را روی هم بگذارند و به یک نتیجه معقول برسند: برویم در پیج مسی و به او فحش‌خواهر مادر بدهیم! طنز نمی‌نویسم‌ها، دارم واقعیت را روایت می‌کنم. همه هم یادشان هست الکی خودتان را به کوچه علی‌چپ نزنید. پیش‌تر در مسابقات لیگ جهانی با والیبالیست غول‌پیکر روسی هم چنان کاری کردیم که صفحه‌اش را بست و به ظن قوی تا حالا دیگر حتی برای چک‌میل هم از اینترنت استفاده نکرده. با وزیر امور خارجه‌ی فرانسه هم طی مذاکرات ایران با ۱+۵ دقیقاً همین کار را کردیم!  
اینکه چرا وقتی ما را جو می‌گیرد فکر می‌کنیم فحش‌خواهر مادر اثرگذارترین راه‌حل است حتماً ریشه در یک درد و مرض دیگر ما دارد.  
مثال برای موارد عده‌ی جوگیری ما از بام‌خانه تا به ثریاست، باشد برای مجالی دیگر.

منبع: (چقدر خوبیم ما! ابراهیم رها. تهران: مروارید، ۱۳۹۴. قسمتی از داستان جوگیر)

## لطیفه‌های هفته

www.hafteh.ca

FUN  
HAFTEH

### نکته هفته

اگر در اولین قدم موفقیت نصیب ما می‌شد، سعی و عمل دیگر معنایی نداشت.

### نقل قول هفته

چارلی چاپلین: نه موطلاپی‌ها، نه موخرمایی‌ها و نه مومشکی‌ها؛ بلکه موسفیدها وفادارترین زنان و مردان‌اند.

### ضرب‌المثل هفته

پارسی: چنین است رسم سرای درشت، گهی پشت به زین و گهی زین به پشت! ارمنی: هرچه میوه‌های درختی بیشتر باشد آن درخت بیشتر فروتن و سرش به پایین است.

\* صدای جیغ و داد همسایه بالایی می‌آمد ... پدرم گفت: مسائل خانوادگی به ما ربطی نداره ... داداشم گفت: فشار اقتصادی اعصاب نزاشته ... مادرم داشت از سرد شدن روابط زوجین می‌گفت که ... همسایه بالایی آمد جلو در گفت: آگه مزاحم برنامه تحلیلیتون نمی‌شم بی‌زحمت به آتش‌نشانی زنگ بزنید نصف خونه سوخت!  
\* ما ایرانی‌ها عروسی همیشه چهارراه رو می‌بندیم، می‌رقصیم ... میلاد همیشه چهارراه رو می‌بندیم، شربت می‌دیم ... دعوا همیشه چهارراه رو می‌بندیم ... کلاً کاری نداریم ماجرا چیه باید چهارراه بسته بشه!  
\* همین کرونا اولش فقط یک سرماخوردگی ساده بود، ولی با تلاش و کوشش تونست پوست هفت میلیارد آدم رو بکنه ... پس امیدت رو از دست نده!  
\* یه شاخه از درخت توت همسایه تو حیاط خونمونه، آقای همسایه اومد گفت: توت‌های اون شاخه سه‌م شماسه ... بابام انقدر اون شاخه رو کشید که الان همش تو خونه ماست و فقط ریشش تو خونه همسایه ست!  
\* پراید شده معیار وضعیت اقتصادی کشور ... یک کیلو پیاز هم بخوای بخری به فروشنده بگی چرا این قدر گرونه؟ ... میگه حاجی پراید شده نود میلیون کجای کاری؟!  
\* این قدر به لوستر خونه نگاه کردم ... بهش حس پیدا کردم!

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

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

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

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

**مرکز آموزش زبان انگلیسی رگسنا**  
 حضوری (مونترال)، آنلاین (سرتیسر کانادا 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**

**سرید آسان قابل اطمینان**  
**514-225-3455 & 438-357-7000**  
**@PersepolisSaraf | 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 انحصاس  
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, Montréal, QC H4B 2M5  
acc.mli\_acc@gmail.com (514) 458-7599

اردشیر معین الشاری  
Ardehsir Molinafshari

## سخن ستارگان (برای تفنن)

فال شما برای ۱۸ تا ۲۴ ژوئن / ۲۹ خرداد تا ۳ تیر

۹۹

ترجمه:

خاطره تحویل‌داری یکتا

## متولدین تیر (۲۲ ژوئن - ۲۲ ژوئیه)



مدت زیادی تا تولد شما باقی نمانده و این بدان معناست که سال شخصی‌تان پایان می‌پذیرد. به نفع شماست که در چهار هفته آینده به گوشه دنجی رفته و با خود ببیندیشید که می‌خواهید سال جدید چگونه بوده و چه تفاوتی با سال قبل داشته باشد. چهار مورد را که می‌خواهید برایتان اتفاق بیفتند کدامند؟ حضور مریخ انرژی بسیاری برای کارهای خلاقانه و هوشمندانه به شما می‌دهد. شما با نظرات خوب خود به دیگران شناسانده می‌شوید.

## متولدین مرداد (۲۳ ژوئیه - ۲۲ اوت)



این هفته تغییری برای متولدین مرداد اتفاق می‌افتد. به یک‌باره محبوب دیگران می‌شوید. می‌خواهید در کنار دیگران باشید و آنان مشتاقانه جویای هم‌نشینی شما هستند. از مصاحبت با افراد خلاق و جوان لذت برده و در گروه‌ها، کلوپ‌ها و کلاس‌ها شرکت می‌کنید. با ماندن در خانه فرصت تفکر در مورد نقش دوستی‌ها را داشته‌اید. چهار هفته پیش رو برای تعیین اهداف آینده زمان خوبی است. شاید با کسی برخورد کنید که تأثیر بسیاری بر شما داشته باشد.

## متولدین شهریور (۲۳ اوت - ۲۲ سپتامبر)



هرسال یک‌بار و به مدت چهار هفته خورشید در بالای موقعیت شما بوده و باعث درخشش شما می‌شود. در این زمان دیگران شما را می‌ستایند، خصوصاً رؤسا، والدین و افراد مهم. این زمان برای شما فرارسیده است و به عبارتی چهار هفته آینده بهترین زمان برای انجام کارهایی است که شرایط شما را ایدئال می‌کند، زیرا درب‌ها به روی شما باز می‌شوند. با حضور مریخ در مقابل موقعیت شما، صبر و تحملتان کمتر می‌شود.

## متولدین فروردین (۲۱ مارس - ۱۹ آوریل)



سرعت زندگی روزمره شما افزایش می‌یابد! علاوه بر آن علاقه شما به جهان اطراف بیشتر و بیشتر می‌شود. می‌خواهید با دیگران گپ بزنید و اگر بتوانید به سفرهای کوتاه بروید. از تعامل با همسایه‌ها، خواهر و برادر و اقوام و خصوصاً افرادی که مدت‌ها آنها را ندیده‌اید لذت می‌برید. مطالعه حس کنجکاوی شما را برآورده می‌کند. صداقت و راست‌گویی در گفتار شما، احترام دیگران را برمی‌انگیزد.

## متولدین اردیبهشت (۲۰ آوریل - ۲۰ مه)



متولدین اردیبهشت در متون ستاره‌شناسی به‌عنوان «ساحر مالی برج‌های دوازده‌گانه» نامیده می‌شوند. شما می‌دانید چطور به‌راحتی کسب درآمد کنید. تعجبی نیست که در چهار هفته آینده هم به دلیل حضور خورشید، عطارد و عقرب‌نشینی ونوس در خانه پول، شما بر پول و جریان نقد تمرکز دارید. به همین دلیل نیت‌ها به دارایی خود بلکه به چیزهای ارزشمند در زندگی می‌اندیشید. بدین ترتیب می‌توانید تصمیمات عاقلانه‌تری بگیرید.

## متولدین خرداد (۲۱ مه - ۲۱ ژوئن)



خورشید برای اولین بار در یک سال گذشته به موقعیت شما آمده و به مدت چهار هفته همان‌جا می‌ماند. این خبر خوبی است، زیرا انرژی و شوق شما برای زندگی بیشتر می‌شود! به جهان اطراف خود بیشتر علاقه‌مند بوده و افراد و شرایط خوب را جذب خود می‌کنید. در حقیقت حضور ونوس و خورشید افراد را جذب شما می‌کند. مریخ هم با جایگزینی در بالاترین نقطه موقعیت شما، حس بلندپروازی‌تان را بالا می‌برد.

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

**اولین تعاونی چاپ در کانادا**

کارکنان و کارمندان شاهان در چاپخانه صاحبان آن می‌باشند!

**printing.coop**  
Printing co-operative

همه کارهای چاپی  
طراحی و ساخت تابلو  
در زیر یک سقف

با ۲۵ سال تجربه چاپ و تبلیغات  
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 • Reprographie • Enseigns

**Pushap Restaurant**

شکلهای خوشمزه گیاهی  
شیرینی های سنتی

فست‌فای مایه‌رقیب هستند

**514-737-4527**

5195 Pare St,  
Montreal, QC H4P 2B1

آموزش خط تحریری و تملیق  
با درک ممتاز مهری انصاری

۵۱۴۵۵۴۴۸۹۲



### متولدین دی (۲۲ دسامبر - ۱۹ ژانویه)



در چند هفته آینده سخت کار می‌کنید. در حقیقت می‌خواهید چالش مدیریت بهتر زندگی خود را محک بزنید. می‌خواهید بدانید کدام وظائف و مسئولیت‌ها در اولویت قرار دارند؟ اتفاق دیگری هم در چند هفته آینده خواهد افتاد: کار می‌کنید تا فرد دیگری نفع ببرد. باین‌وجود به دلیل موقعیت ونوس، همکاران شما را می‌ستایند و روابط شما با آنان آرام و هماهنگ است. علاوه بر آن به‌خوبی نظرات خود را ابراز می‌کنید.

### متولدین مهر (۲۳ سپتامبر - ۲۲ اکتبر)



در چهار هفته آینده به نظرات هوشمندانه، مطبوعات، افراد با فرهنگ‌های مختلف و کشف فرصت‌هایی در زمینه‌های چاپ، حقوق و پزشکی جذب می‌شوید. به ناگهان می‌خواهید به کشف دنیای ایده‌ها و امکانات پردازید! اگر در این چهار هفته سفر نکنید، در رؤیاهای خود به آن اندیشیده و برای آینده برنامه‌ریزی خواهید داشت. حضور مریخ پرشور باعث می‌شود با تلاش بیشتر، سازمان‌دهی بهتر داشته و در زمینه شغل خود هم سخت کار کنید.

### متولدین بهمن (۲۰ ژانویه - ۱۸ فوریه)



در چند هفته آینده بر ابراز نظرات خود و انجام کارهایتان تأکید دارید. این بدان معنا نیست که بخواهید بر دیگران ریاست کنید، بلکه می‌خواهید آزادانه کسی باشید که می‌خواهید. موقعیت جدید خورشید باعث می‌شود احساس سبکی و شادی بیشتر کنید. آیا این تنها زمان در سال است که می‌توانید واقعا خودتان باشید؟ نسبت به زندگی هیجان‌زده هستید و متوجه می‌شوید نیازی نیست خود را آنچه نیستید وانمود کنید.

### متولدین آبان (۲۳ اکتبر - ۲۱ نوامبر)



شما پراحساس هستید و اکنون یک ماه پرشور و احساس را در پیش رو دارید! عواطف شما به شکل‌های مختلف خود را نشان می‌دهند، اما در مورد تازه‌کارها باید گفت به شناخت حقایق روان‌شناختی در مورد خود می‌پردازید. در مورد خود فراوان موشکافی می‌کنید و با این عمل به‌گونه‌ای بر فرد دیگر هم تأثیر می‌گذارید. حضور مریخ حس قوی به آرزوهایتان می‌دهد و در عین حال با آزادی کامل به هر شکل ممکن نظرات خود را ابراز می‌کنید.

### متولدین اسفند (۱۹ فوریه - ۲۰ مارس)



با حضور مریخ در موقعیت شما تا ماه ژوئیه از انرژی، شجاعت و اعتمادبه‌نفس بسیار برخوردارید! به عبارتی بیش از همیشه از حقوق خود دفاع می‌کنید. علاوه بر آن، به دلیل انرژی بیشتر، فعالیت‌های بیشتری هم خواهید داشت. بسیاری از شما در چند هفته آینده به تغییر دکوراسیون و جذاب‌تر کردن محل زندگی خود می‌پردازید. علیرغم همه این موارد از صرف زمان برای خود و تفکر در مورد زندگی‌تان هم استقبال می‌کنید.

### متولدین آذر (۲۲ نوامبر - ۲۱ دسامبر)



در چهار هفته آینده خورشید در مقابل موقعیت شما خواهد بود. خورشید منبع انرژی است و دور بودن آن از شما به‌اندازه‌ای است که گویی یک سال از آن بهره‌مند نشده‌اید. به همین دلیل انرژی چندانی نداشته و به خواب بیشتر نیاز دارید. در عین حال عطارد هم در مقابل موقعیت شما بوده و ونوس در همان‌جا عقب‌نشینی می‌کند؛ بنابراین به‌سادگی می‌توانید محبت خود را به دیگران ابراز کنید و آنان هم در مقابل، شما را دوست داشته باشند.

## آرش شکور

### مشاور رسمی املاک مسکونی

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

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

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

اجاره
فروش
خرید

HIGH ROLLER  
2018  
2019  
2020

Broker of The YEAR  
2019

GLOBAL FRANCHISE  
LONDONO REALTY GROUP INC.

با بهای خردن هر تراکتس  
خرید یا فروش  
از حرفه DANG LARUE  
حمایت موافق کوبه

**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 / آکادمی 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	بازار	۸۴۸-۹۵۹۹	نیره امداد	۴۷۳۵۳۹۵	۹۹۰-۲۵۰۰
مراکز مذهبی		پوشه	۵۷۵-۸۴۵۱	علی پاکنژاد	۲۹۶-۹۰۷۱	www.autohighlander.com
۸۴۹-۰۷۵۳	انجمن بهایی	هفته	۷۸۷-۸۸۴۸	عبدالله صفوی	۴۶۷-۸۴۹۱	1080 Victoria Avenue, Saint-Lambert, QC J4R 1P7
۳۴۱-۲۲۳۵	موسسه خویی	پرنیان	۹۰۳-۴۷۲۶	متین تیره دست	۶۹۰-۶۱۸۱	اتو کاسپین
۲۶۱-۶۸۸۶	کلیسای ایرانی	پیوند	۹۹۶-۹۶۹۲	بیمه (خودرو و خانه و سفر)		www.autocaspien.com
۹۹۹-۵۱۶۸	کلیسای فارسی- کشیش	رستوران- پیتزا - کیتزینگ				
مشاور املاک		فارس		مشاور فارسی زبان بیمه Allstate		اتومبیل (تعمیرگاه)
۵۸۸۰۶۰۹	مهدی انصاری	رسنوران غذاهای دریایی		مهرداد ملکچمشیدی	۶۵۲۷۶۷۷	اطلس
۹۹۵-۳۰۴۱	آنوسا تنگستانی فر	362-Ave.-Fairmount W. / 514-270-8437				۴۸۴-۴۴۸۱
۹۶۷-۵۷۴۳	مینو اسلامی			پزشکی جایگزین		6000 saint jaque H4A 2E9
۹۶۹-۲۴۹۲	نادر خاکسار	پوشاپ (هندی)	۷۳۷-۴۵۲۷			شمیران
۲۹۰۲۲۱۰	شهره شهریان	آریا	۴۵۰-۸۱۲-۷۳۶۹	ترجمه و دعوتنامه رسمی		آرایشگاه - زیبایی - اسپا
۶۲۵۲۵۲۵	سحر صمدایی	کباب سرا		رضا داودی	۶۹۱-۴۳۸۳	آمنه
۸۲۷-۶۳۶۴	فیروز همتیان	820 Ave. Atwater / 514-933-0933		شهریار بخشی	۶۲۴-۵۶۰۹	3545 Côte-des-Neiges, H3H 1V1
۵۶۱-۳۵۶۱	آرزو گتمیری	ساخت و ساز Builders		خاطره تحویل داری یکتا	۴۳۸-۳۹۰۰-۶۹۴	www.Amybeautysalon.com
۹۷۱۷۴۰۷	کاظم پرتو نهرانی	علی خاقانی	۵۷۴-۵۷۴۳	نوشادجمال	۵۷۵-۷۰۸۰	سوزان
۷۳۰۳۹۰۹	آرش شکور	سی.دی - ویدئو		چاپ و کپی		رویا
مشاور خانواده		تپش دیجیتال	۲۲۳-۳۳۳۶	فتوکیکی ان دی جی	۴۸۸-۵۳۳۳	فریبا
		فرش و موکت		حسابداری		ارز
		قالی شویی و رفو	۷۳۹-۴۸۸۸	اردشیر معین افشاری	۴۵۸۷۵۹۹	آپادانا
مشاور تحصیلی		عکاسی و فیلمبرداری		حسین خردبین	۲۴۲-۶۰۳۴	پرسپولیس
		استودیو فتوبوک	۹۸۴-۸۹۴۴	حجت رستمی	۵۴۹-۱۳۴۴	پنج ستاره
مشاور مهاجرت		فتو شاپ	۸۴۶-۰۲۲۱	سرور صدر	۷۷۷-۳۶۰۴	صرافی الیت
				مهدیه سلیمی	۸۸۶۷۴۷۱	شریف
		فروشگاه ها		حمل و نقل		پاسیفیک
				المپیک	۹۳۵-۳۳۰۰	ExpertFX
				قربان	۸۸۷-۰۴۳۲	الکتريکی - برق کار
				خدمات ویزای توریستی	۲۳۴-۳۳۹۹	آراز الکتريک
				خیاطی		آژانس های مسافرتی
				Tailleur Bijan	419-1039	سلطان تراول
				خدمات در ایران	2121 Rue Crescent #102, H3G 2C1	فرناز معتمدی
				دارالترجمه فرهنگ	۶۹۱-۴۳۸۳	مهری صدوقی
				دارو خانه		سعید هاشمی
				لونیژ داداش زاده	۲۸۸-۴۸۶۴	آموزش
				فارماپری لاوال	۴۵۰-۶۲۸-۸۱۰۰	پروین عبائی - فارسی
				فارماپری لاوال	۴۵۰-۶۲۸-۴۰۰۷	مدرسه فردوسی
				دندان پزشک		مدرسه وست آیلند
				راضیه رضوی	۶۳۴-۷۲۸۱	مدرسه دهخدا
				شریف نائینی	۷۳۱-۱۴۴۳	آموزشگاه (راندگی)
				علی شفیعی	۶۸۵-۶۲۲۲	آموزش (موسیقی)
						پیانو / فخریان
						استاد بیانست فرجه دانی
						آموزش (زبان)

**30: Histoire de couverture****Le racisme est un virus: un texte de Dany Laferrière**

■ Dany Laferrière

Cover  
NO.588

- 26 Interview:** Navideh Ahmadi  
**Enfant, nous voulions mourir pour dormir suffisamment une fois**  
Entretien avec Nesar Zarifi, réfugiée afghane et artiste en Iran

- 18 Montréal:** Pauline Gravel  
**L'après-confinement: malades de solitude**

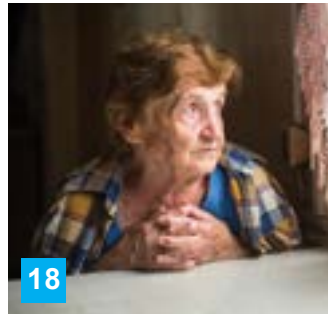
- 44 Littérature:** Farshid Sadatsharifi  
Pour mettre un terme à la destruction de notre pays, utilisons la liberté dans les migrations  
**Entretien avec mahyar Mazloomi sur l'écriture en tant qu'immigrant**

- 33 Politique :** Marie Vastel  
**Le Canada dans une course contre la montre pour un siège au Conseil de sécurité**

- 22 Immigration:** M. Alimohammadi  
**Suivi rapide des demandes de visa pour visiter les membres de la famille au Canada**



26



18



44



33



22

Un magazine hebdomadaire pour la communauté Afghane/iranienne de Montréal  
A weekly Magazine for the Afghan/Iranian Community in Montreal  
18 June 2020, numéro 588  
18 June 2020, issue Nr. 588

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  
Price : \$2.50  
Annual subscription: \$120

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.

Les frais de l'abonnement annuel: 120 dollars





**NISSAN Nissan St. Jacques Gabriel**

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

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

همین امروز  
با ما  
تماس بگیرید:

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



**Persepolis Exchange**  
پرسپولیس  
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

**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: ۱۰ تا ۸:۳۰  
 پنجشنبه: ۸:۳۰ تا ۶:۰۰  
 جمعه: ۱۰:۰۰ تا ۶:۰۰  
 شنبه و یکشنبه: ۱۰:۰۰ تا ۶:۰۰  
 (دوشنبه و سه شنبه 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: ۱۰:۳۰ تا ۹:۳۰  
 پنجشنبه: ۱۰:۳۰ تا ۷:۰۰ - جمعه: ۱۰:۰۰ تا ۶:۰۰  
 شنبه و یکشنبه: ۱۰:۳۰ تا ۹:۳۰ - سه شنبه: تعطیل  
**St. Laurent (514) 856-1333**  
 1320 boul. Jules-poiltras, H4N  
 چهارشنبه: ۱۰:۳۰ تا ۹:۳۰ - پنجشنبه: ۱۰:۳۰ تا ۷:۰۰  
 جمعه: ۱۰:۳۰ تا ۶:۰۰ - شنبه: ۱۰:۳۰ تا ۶:۰۰  
 یکشنبه: ۱۰:۳۰ تا ۹:۰۰ - دو و سه شنبه: تعطیل

**Laval (450) 978-1333**  
 1550 Blvd Daniel Johnson  
 دوشنبه و چهارشنبه: ۱۰:۳۰ تا ۹:۳۰  
 پنجشنبه: شنبه و یکشنبه: ۱۰:۳۰ تا ۷:۰۰  
 جمعه: ۱۰:۰۰ تا ۶:۰۰ - سه شنبه: تعطیل  
**Lasalle (514) 368-1333**  
 400 ave Lafleu, H8R 3H6  
 چهارشنبه: ۱۰:۳۰ تا ۹:۳۰  
 پنجشنبه: ۱۰:۳۰ تا ۷:۰۰ - جمعه: ۱۰:۰۰ تا ۶:۰۰  
 شنبه و یکشنبه: ۱۰:۳۰ تا ۹:۰۰ - دو و سه شنبه: تعطیل

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

# 588 HAFTEH

Un hebdomadaire pour la communauté Afghane/iranienne de Montréal  
A weekly Magazine for the Afghan/Iranian Community in Montreal  
Vol.12 - No.588 Jeudi / Thursday, juin / June. 18. 2020

www.hafteh.ca ISSN 1918-4379 hafteh

Convention du service Poste-Publications NO 41740020

## Le racisme est un virus

