

هفته

سال چهاردهم - پنجشنبه ۱۵ مهر ۱۴۰۰ - ۷ اکتبر ۲۰۲۱

بها: ۲,۵ دلار

۶۵۲

www.hafteh.ca

پایان تنهایی؟ دختران و
پسران مجرد بخوانند
گزارشی از وضعیت دختر و
پسرهای مجرد در تورنتو

هفته به تعطیلات می‌رود
شماره بعدی: پنجشنبه، ۲۱ اکتبر

چرا زندگی مجردی در
کانادا رو به گسترش است
آیا می‌توان در «تنهایی»
از زندگی لذت برد؟

چگونه در مونترال
دوست پیدا کنیم
راهنمای دوست‌یابی برای
دخترها و پسرهای مونترالی



We all want to know more about COVID-19 vaccination



WHY SHOULD I GET VACCINATED?

It protects against COVID-19 and helps you to avoid becoming sick. Even if many people recover without being treated, some may die from COVID-19 or suffer heart or lung problems like pneumonia. The nervous system can also be affected.

Let's continue to protect ourselves!

Over the coming months, as long as the great majority of the population is not yet vaccinated, COVID-19 will remain.



Keep your distance



Cover your face



Cough into your sleeve



Wash your hands

[Québec.ca/COVIDvaccine](https://quebec.ca/COVIDvaccine)

1 877 644-4545

20-279-3A

Votre gouvernement

Québec



دکتر شریف

دکتر البذل

دکتر دالیوال

دکتر لیندا عطار

Dr. Sharif
Dr. Albazzal
Dr. Dhaliwal
Dr. Linda Attar

تخفیف ویژه برای

دانشجویان ۲۰٪ الی ۳۰٪

بیماران جدید ۱۰٪

Montreal

Brossard

(514) 731 1443

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

Clinique.Dentaire.Soleil

www.cliniquedentairesoleil.com

info@cliniquedentairesoleil.com

(450) 926 2622

7801-2 Taschereau Blvd
Brossard QC, J4Y1A3

info@cliniquedentaire
soleil-brossard.com

B|L|V|D
BOULEVARD
REALTY INC. (REALTOR ASSOCIATE)

مشاور املاک در مونتreal بزرگ

سارا تاثیرى

مشاور املاک در مونتreal بزرگ

Sara Taassiri

Real Estate Broker

- همکاری با مشاوران دریافت وام مسکن
- شرایط استثنایی برای تازه واردین
- خدمات رایگان برای خریداران
- ارزیابی رایگان ملک شما
- مشاوره تلفنی و حضوری

514-929-8425

taassiris@blydimmobillier.com





ZAGROS
AMEUBLEMENT Inc

مبلمان زاگرس

انواع مبلمان ، میز غذاخوری
فرش های دستباف و ماشینی
لوازم برقی و کولر
سرویس خواب



We Design Your Home **More Beautiful**

(514) 559 6020
6476 Jean Talon E
info@zagrosmtl.ca





آرزو گتمیری

مشاور املاک



AREZOU GATTMIRI
Courtier Immobilier Résidentiel

agattmri@sutton.com

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

Cell: (514) 561-3-561

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



فیروز همتیان

مشاور املاک مسکونی و تجاری

با ۳۸ سال سابقه کسب و کار در کانادا و ۱۸ سال تخصص در مشاوره املاک

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



ارزیابی رایگان

Cell: (514) 827-6364

Bur: (514) 364-3315
fhemaatiyan@sutton.com
9515 Lasalle Boul. Lasalle, QC H8R2M9

Firouz Hemmatian
Courtier Immobilier Agréé
Certified Real Estate Broker

۱۶ پرونده هفته



الهام صفایی

گزارش

پایان تنهایی؟ دختران و پسران مجرد بخوانند

گزارشی از وضعیت دختر و پسرهای مجرد در تورنتو

مقاله کاربردی

چگونه در مونترال دوست پیدا کنیم

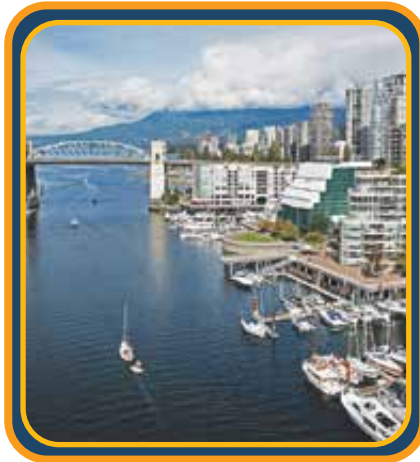
راهنمای دوست‌یابی برای دخترها و پسرهای مونترالی

تحلیل و بررسی

چرا زندگی مجردی در کانادا رو به گسترش است

آیا می‌توان در «تنهایی» از زندگی لذت برد؟

۲۵ مهاجرت



معصومه علیمحمدی

از این پس دارندگان سی‌اس‌کیو می‌توانند «اجازه کار باز» بگیرند

هفته

راهنمای آغاز زندگی در کانادا (۱)

سازوکار درخواست ویزای کانادا و مراحل قانونی آن

مقاله

جغرافیای کانادا (۲):

آشنایی با کانادای مرکزی

آشنایی با شهرهای اصلی کانادا (۲)

این هفته: ونکوور و تلخ و شیرین زندگی در آن

۳۱ ادبیات، فرهنگ و هنر



ادبیات: گفت‌وگو

مارال محمدی، نویسنده کتاب اعماق تنهایی: می‌خواهم ایده‌هایم را گسترش بدهم

معرفی کتاب:

«به چت مغز»، اثر ترجمه-تحریر از حمید شورکاری در مونترال منتشر شد

کتاب هفته: باسمن حسنی

تازه‌های کتاب در ایران و کانادا:

رمان «ایشان» و کتاب مستند Debout devant l'injustice

هفته به تعطیلات می‌رود
شماره بعدی: پنجشنبه، ۲۱ اکتبر

(5 1 4) 8 3 4 - 7 2 5 4
www.hafteh.ca
info@hafteh.ca
news@hafteh.ca
ad@hafteh.ca
ISSN1918-4379HafteH

تعطیلات هفته در سال ۲۰۲۱ میلادی:
پنجشنبه ۷ ژانویه، پنجشنبه ۲۵ مارچ
پنجشنبه ۸ جولای، پنجشنبه ۱۴ اکتبر

- هفته از همه علاقه‌مندان دعوت به همکاری می‌کند.
- برداشت مطلب با ذکر مأخذ آزاد است.
- لطفاً مطلب خود را زیر هزار واژه (برمبنای واژه شمار ورد) نگاه دارید.
- هفته در استفاده، ویرایش و کوتاه کردن مطلب‌های رسیده آزاد است.
- نوشته‌های فرستاده شده پس فرستاده نمی‌شوند.
- استفاده از طرح‌ها و آگهی‌های هفته نیاز به کسب اجازه دارد.
- درباره مضمون آگهی‌های منتشر شده، هیچ گونه مسئولیتی متوجه هفته نیست.

دانشجویی: ۶۰ دلار

حق اشتراک سالانه: ۱۲۰ دلار

هفته - سال چهاردهم - شماره ۶۵۲

پنجشنبه ۱۵ مهر ۱۴۰۰ / ۷ اکتبر ۲۰۲۱

بها: ۲/۵ دلار

ناشر: مجله‌ی هفته

صورت آواز مرغ است آن کلام
غافل است از حال مرغان مردغام



آریانا: نرگس هاشمی
یک قاضی زن در افغانستان: می ترسم طالبان
مرا پیدا کنند
گزارشی از وضعیت زنان قاضی در افغانستان

آریانا: پشتو
ورستگ دوه نیمې پیړۍ او د افغانستان
معماری

۵۶ جامعه

دانش
زندگی ابدی از لحاظ تنوری غیرممکن
نیست
حقوق: نیوشا ریاحی
فرایندهای پیشگیری و حل اختلاف: مذاکره
سلامت روان: الهام گرامی
روابط بین فردی سازگارانه چگونه ایجاد
می شود؟

۳۰ خانواده و سرگرمی

آشپزی: مهسا عباس پور
کوکی نرم شکلاتی
سرگرمی: خاطره تولیداری یکتا
سخن ستارگان، برای تفنن
طنز و حکایت و سرگرمی



سیاست: احمد زیدآبادی
ایران و اسرائیل در محاصره ی یکدیگر
گزارش: سیمین افشار
دادخواهی در پرونده پرواز PS۷۵۲ در
دولت جدید ترودو به کجا خواهد رسید؟
اقتصاد: آرمین آریانپور
رشد اقتصادی آهسته، مانعی در راه
سرمایه گذاری و نوآوری

یادداشت: خوانندگان
بیست سال اشغال افغانستان و نتیجه؟
دکتر رکسانا بهرامیتاش: پژوهشگر و نویسنده



فرتیس شکیبا
گفت و گو با نیلوفر گلکار، فعال حقوق بومیان
آگاهی از تبعیض علیه بومیان وظیفه ما
مهاجران است
سیمین افشار
نیما مشعوف در گفت و گو با «هفته» به مناسبت
روز ملی حقیقت و آشتی:
ما ایرانیان کانادا باید به مسائل بومیان حساس
باشیم

هفته به تعطیلات می رود
شماره بعدی: پنجشنبه، ۲۱ اکتبر

مهاجرت: معصومه علی محمدی و نویده احمدی
ادبیات: فرشید سادات شریفی و یاسمن حسنی
سلامتی: دکتر فائقه ابراهیمی و الهام گرامی
حقوق: نیوشا ریاحی

اقتصاد: آرمین آریانپور
بخش دانشجویی: عباس محرابیان
گروه ترجمه: فیروزه مسیحا، نگین پرورنده و نگاره
پرورنده
وبسایت: بهمن عسگری پور

سردبیر: خسرو شمیرانی
ویراستار: تیم ویراستاری هفته
طراح و صفحه آرا: نیکروز سلطان آبادی
کاریکاتورست: سیروس یحیی آبادی
عکاس: مهناز زنجیرزنی

مسئول پرونده: معصومه حاجی ابوالحسن
اخبار کانادا: گروه خبر هفته
اخبار با همستان: سیمین افشار مقدم
آریانا: نرگس هاشمی، حبیب عثمان و عبدالهادی تپاند

با سپاس ویژه از همکاران این شماره: یاسمن حسنی، کریم زبانی، جمیله هاشمی



هیچ کسی حق ندارد بکشد

روز جهانی مخالفت با اعدام و نگاه امیدبخش

کنشگران ایرانی

کردند، عده‌ای از نحوه‌ی مجازات و خشونت‌بار بودن آن و گروهی دیگر معتقد بودند که این مجازات سبب کاهش جرم و جنایت در جامعه نخواهد شد.

امسال جامعه‌ی ایرانیان خارج از کشور در حالی به استقبال این روز می‌رود که دادگاه «حمید نوری» در سوئد در حال برگزاری است. حمید نوری متهم است در جمهوری اسلامی ایران در دهه ۱۳۶۰ و به‌طور مشخص در سال ۱۳۶۷ یکی از اعضای هیئت مرگ بوده است. نگاه خانواده‌های قربانیان به این متهم و سایر متهمان این جنایت‌ها نوید آغاز تحولی گسترده در افکار ایرانیان را می‌دهد. این خانواده‌ها در بیانیه‌های مختلف اعلام کرده‌اند که اگر چه خواهان رسیدگی عادلانه به این جنایات هستند اما مجازات اعدام را عادلانه و انسانی نمی‌دانند و خواستار آن نیستند.

اینکه گروهی از انسان‌ها بعد از سه دهه حمل داغ عزیزان‌شان در قلب خود و تحمل ظلمی مضاعف، بر چنین نگاهی تاکید دارند بسیار امیدبخش است. در آستانه روز جهانی مبارزه با اعدام، در برابر این انسان‌های بزرگ کلاه از سر برمی‌گیرم و ادای احترام می‌کنم.

بی‌تردید مبارزه با اعدام منحصر به یک روز یا یک شعار نیست. این راه طولانی آگاهی است و ادامه خواهد داشت تا روزی که تک تک ما به این نتیجه برسیم که هیچ انسانی حق «کشتن» ندارد؛ پس قتل سازمان‌یافته انسان توسط حکومت عملی به شدت شرم‌آور است که باید در سراسر جهان متوقف شود.

نهاد مدافع حقوق بشر ۱۹ سال پیش تصمیم گرفتند دهم اکتبر را به عنوان «روز جهانی مبارزه با مجازات اعدام» نام‌گذاری کنند. و از آن روز به بعد اهمیت این روز نمادین بیشتر و تاثیرگذاری آن گسترده‌تر شده است.

گسترده‌ی صدور حکم اعدام برای طیف وسیعی از جرایم هنوز در بسیاری از کشورهای جهان، به‌خصوص در کشورهای اسلامی، دردناک و شرم‌آور است.

امروزه بخش زیادی از مردم در جوامع توسعه‌یافته به این بلوغ فکری رسیده‌اند که مجرم، قربانیان یک جامعه‌ی نابرابر و شرایط اجتماعی و اقتصادی هستند و نباید به راحتی در خصوص مرگ و زندگی آنها قضاوت کرد. ضمن این که مفهوم جرم نسبی است و نمی‌توان به صورت قطعی کسی را مجرم قطعی شناخت.

در کانادا نیز قانون لغو مجازات اعدام ۴۵ سال قبل در سال ۱۹۷۶، در مجلس عوام به تصویب رسید. محکومیت «استیون تروسکات»، نوجوان ۱۴ ساله در سال ۱۹۵۹ به دلیل قتل همکلاسی‌اش از دلایل اصلی لغو مجازات اعدام در کانادا بود. اگر چه مجازات او در نهایت به حبس ابد کاهش یافت اما افکار عمومی با این حادثه، نسبت به این مجازات حساس شد. استیون تروسکات نزدیک به نیم قرن پس از محکومیت‌اش در دادگاه عالی اناریو اعاده حیثیت شد. ماجرای دردناک استیون در دهه‌های ۱۹۶۰ و ۱۹۷۰ سبب آن شد که برخی از احتمال محکومیت بی‌گناهان احساس نگرانی



آیا قتل سازمان‌یافته انسان توسط حکومت کار درستی است؟ آیا این نوع از مجازات قابل قبول است؟ آیا تمامی انسان‌های بی‌گناهی که بعد از اعدام بی‌گناهی آنها ثابت شده دلیل کافی برای لغو چنین مجازاتی نیستند؟

تا یک قرن پیش کمتر کسی با صدای بلند به ایده لغو مجازات اعدام و مخالفت با روش غیرانسانی فکر می‌کرد اما در دهه‌های اخیر، بویژه در دو دهه گذشته صدای مبارزان علیه این نوع از توحش آدمی رساتر شده است.

درحالی که جوامع و روشنفکران غربی پرچمدار آغاز این مبارزه بودند امروز اما در خاورمیانه و به‌طور مشخص در ایران گروه بزرگی از طبقه متوسط به این حرکت پیوسته است. شکل‌گیری گروه «لگام» (لغو گام به گام اعدام) یکی از نمادهای برجسته بیداری ایرانیان در این زمینه بود. سالانه هزاران نفر در سراسر جهان با حکم اعدام جان خود را از دست می‌دهند. ده‌ها

اخبار گزارش ها



گروه خبر و ترجمه هفته

حمایت اکثریت کانادایی‌ها از پاسپورت واکسن

آلبرتا و اسکات مو نخست‌وزیر ساسکاچوان دادند. از هر هفت شهروند آلبرتایی پنج نفر ناراضی خود را از عملکرد جیسون کنی اعلام کردند. میزان ناراضی‌ها از اسکات مو در ساسکاچوان نیز به ۷۴ درصد می‌رسد. میزان رضایت از عملکرد نخست‌وزیر استان‌ها در مدیریت پاندمی کرونا در استان کبک ۷۴ درصد، در استان بریتیش کلمبیا ۶۱ درصد و در انتاریو ۵۲ درصد است. در سطح ملی نیز ۵۷ درصد کانادایی‌ها کارنامه دولت فدرال را در مدیریت بحران کرونا رضایت بخش دانستند. این نظرسنجی نشان داد که کانادایی‌ها درباره بحران پاندمی دیدگاه‌های متفاوتی دارند. ۳۹ درصد کانادایی‌ها معتقدند که کشور بدترین دوره پاندمی را پشت سر گذاشته است اما ۲۲ درصد معتقدند که کانادا در حال حاضر بدترین دوره پاندمی را سپری می‌کند و ۲۱ درصد نیز بر این عقیده‌اند که بدترین روزهای پاندمی هنوز از راه نرسیده است. میزان خوشبینی کبکی‌ها در خصوص پاندمی از همه استان‌ها بالاتر است. بیش از ۶۰ درصد ساکنان کبک معتقدند که کانادا وخیم‌ترین دوره پاندمی را پشت سر گذاشته است و شرایط روز به روز بهتر خواهد شد.

سوال‌شوندگان از این طرح حمایت کردند. حتی در استان آلبرتا نیز که دولت برای تصویب طرح پاسپورت واکسن تردیدهای زیادی داشت، ۸۱ درصد مردم از این تدبیر حمایت کردند. این نظرسنجی به صورت اینترنتی در روزهای ۲۴ تا ۲۶ سپتامبر در استان‌های مختلف کانادا انجام شد و ۱۵۳۷ کانادایی در آن شرکت کردند. این نظرسنجی در زمانی صورت گرفت که بخش بهداشت و درمان استان‌های آلبرتا و ساسکاچوان برای مقابله با موج چهارم بیماری دچار مشکل شده بودند. همچنین نظرسنجی لژه نشان داد که اکثر سوال‌شوندگان (۷۴ درصد) خواستار آن هستند که دولت‌ها محدودیت‌های مرتبط با پاندمی را لغو نکنند. تنها ۱۸ درصد افراد در این زمینه نظر متفاوتی داشتند و بقیه نظر خاصی در این باره نداشتند. میزان حمایت از محدودیت‌های ضدکروناپی در استان آلبرتا دو درصد از سطح ملی نیز بالاتر است. اما شمار طرفداران لغو محدودیت‌های بهداشتی در کبک بیشتر از دیگر استان‌های کانادا است و از هر چهار کبکی یک نفر لغو این محدودیت‌ها را خواستار است. در زمینه مدیریت بحران کرونا در استان‌های مختلف، شرکت‌کنندگان در این نظرسنجی بدترین نمره را به جیسون کنی نخست‌وزیر



حمایت از پاسپورت واکسن در استان‌های آتلانتیک نسبت به دیگر استان‌ها پائین‌تر و در استان بریتیش کلمبیا از همه بالاتر است

نتایج یک نظرسنجی جدید موسسه لژه که با همکاری انجمن مطالعات کانادا AEC صورت گرفته حاکی از آن است که اکثریت قاطع کانادایی‌ها از الزام ارائه پاسپورت واکسن برای ورود به مکان‌های عمومی مثل رستوران‌ها، بارها و سالن‌های بدن‌سازی حمایت می‌کنند. به گزارش هفته، به نقل از لاپرس، موسسه لژه اعلام کرد ۷۸ درصد شرکت‌کنندگان در این نظرسنجی طرح پاسپورت واکسن را برای مقابله با همه‌گیری کرونا ضروری و موثر دانستند و تنها ۲۲ درصد از آن‌ها با این تدبیر مخالفت کردند. این نظرسنجی نشان داد که کمترین میزان حمایت از پاسپورت واکسن مربوط به استان‌های آتلانتیک (۷۰ درصد) و بیشترین حمایت از این طرح مربوط به استان بریتیش کلمبیا (۸۶ درصد) است. در استان کبک نیز ۷۷ درصد

عضو کابینه کبک: دولت‌های خارجی در حملات سایبری به کبک نقش دارند

دلایل زیادی وجود دارد که یک سرمایه‌گذار چینی می‌تواند از کشورش سرمایه خارج کند اما شاید یکی از این دلایل تملک اراضی در کشورهای دیگر باشد. ممکن است در این جا نیز علاقه به دسترسی به اطلاعات مهم مرتبط با وضعیت اراضی در کبک مطرح باشد. گفتنی است تلاش سرمایه‌گذاران چینی برای تصاحب اراضی در کبک پیش از این نیز تردیدها و مشاجراتی برانگیخته بود. در سال ۲۰۱۶ یک شرکت چینی پروژه خود برای خرید اراضی در تمیسکامینگ را به حال تعلیق درآورد. شرکت‌های چینی در حال حاضر میلیاردها دلار در کبک به ویژه بخش منابع طبیعی سرمایه‌گذاری کرده‌اند.

در جهان هستند که از حمایت مالی برخی دولت‌ها برخوردار هستند و هر از گاهی ما را نیز هدف حملات خود قرار می‌دهند. اریک کلر که کاملاً مشخص بود تلاش می‌کند در صحبت‌های خود جانب احتیاط را حفظ کند، مشخص نکرد که از چه دولت‌ها یا کشورهای صحبت می‌کند. آقای کلر با اشاره به این که چینی‌ها در سال‌های اخیر تلاش‌های خود را برای تصاحب زمین‌ها در استان کبک افزایش داده‌اند، افزود برخی دولت‌ها می‌کوشند به بانک‌های اطلاعاتی کشورهای دیگر در زمینه‌های مختلف از جمله خدمات بهداشت و درمان و امور سرزمینی دسترسی داشته باشند. وزیر مشاور در امور دیجیتال کبک افزود



اریک کلر Éric Caire، وزیر مشاور امور دیجیتال کبک، روز جمعه اول اکتبر تأکید کرد سازماندهی و تأمین مالی حملات سایبری به نهادها و شرکت‌های کبکی در بسیاری از موارد کار دولت‌های خارجی است. به گزارش هفته، به نقل از لاپرس، در شرایطی که روابط میان کانادا و چین با تنش‌های زیادی همراه شده است، وزیر مشاور امور دیجیتال کبک تأکید کرد: «کاملاً مشخص است که گروه‌های هکر سازمان یافته‌ای

فشار اپوزیسیون به لوگو برای اذعان به نژادپرستی سیستماتیک در کبک



گسترده در استان اذعان نکنیم ریشه کن کردن آن امکان پذیر نخواهد بود. من فکر می کنم استان کبک به نخست وزیری نیاز دارد که گوش شنوا داشته باشد و در صورت ارتکاب اشتباه، شهادت اذعان به آن را داشته باشد. کبک به نخست وزیری نیاز دارد که فراتر از ملاحظات شخصی بیندیشد و عمل کند.» رهبر حزب همبستگی کبک با انتقاد از لوگو که حاضر نشده است روز ملی حقیقت و آشتی (۳۰ سپتامبر) را به نشانه همبستگی کانادا با بومیان تعطیل کند، تاکید کرد رهبر ائتلاف آینده کبک باید جوامع اولیه کانادا را بیشتر درک کند.

کمل Géhane Kamel درباره مرگ جویس اشاکوان که یک سال پیش اتفاق افتاد، به دولت کبک فشار آوردند به وجود نژادپرستی سیستماتیک در استان اذعان کند اما فرانسوا لوگو از چنین کاری خودداری می کند.

آقای نادو-دوبوآ روز جمعه در کنفرانسی مطبوعاتی خارج از مجمع ملی تاکید کرد اگر نخست وزیر کبک به حرفها خانواده اشاکوان گوش دهد، خواسته های اقوام اولیه را مد نظر قرار دهد و گزارش پزشک قانونی را درباره مرگ اشاکوان مطالعه کند، خواهد دید که همه یک چیز می گویند: اگر به وجود نژادپرستی

سران احزاب لیبرال و همبستگی کبک از دولت فرانسوا لوگو خواستند به وجود نژادپرستی سیستماتیک در استان اذعان کند. به گزارش هفته، به نقل از رادیو کانادا، گابریل نادو-دوبوآ، رئیس گروه پارلمانی حزب همبستگی کبک، و دومینیک آنگلا، رهبر حزب لیبرال کبک، در واکنش به گزارش اخیر پزشکی قانونی تحت سرپرستی ژان

وعده حمل و نقل عمومی رایگان به سالمندان مونترال



باید ۲۷ دلار هزینه کنند. تابستان گذشته بود که شهرداری مونترال این تخفیف را برای سالمندان به اجرا گذاشت. گفته می شود این تدبیر حدود ۹.۳ میلیون دلار برای شهرداری آب خورده است. ستاد انتخاباتی «پروژه مونترال» هزینه رایگان شدن کامل حمل و نقل عمومی شهر برای سالمندان را ۱۸ میلیون دلار برآورد کرده این در حالی است که ستاد انتخاباتی کوردر آن را بالغ بر ۴۰ میلیون دلار تخمین زده است. بر خلاف تیم انتخاباتی خانم پلانت، ستاد انتخاباتی آقای کوردر برای ارائه این رقم، تخفیف ۵۰ درصدی تابستان گذشته را لحاظ نکرده است.

برای همه افراد بالای ۶۵ سال رایگان کند. دنی کوردر هم برای این که از رقیب خود والری پلانت در این زمینه عقب نماند، تاکید کرد حمل و نقل عمومی همین حالا نیز برای سالمندان در لاوال رایگان است و لازم است که هر چه زودتر این تدبیر در کلانشهر مونترال به اجرا گذاشته شود من واقعا نمی دانم که چه دلیلی دارد که سالمندان مونترال برای برخورداری از چنین خدماتی باید تا سال ۲۰۲۳ منتظر بمانند.

در حال حاضر سالمندان ۶۵ سال به بالا در مونترال برای استفاده از حمل و نقل عمومی مونترال با برخورداری از یک تخفیف ۵۰ درصدی، ماهانه

والری پلانت و دنی کوردر، نامزدهای شهرداری مونترال، به مناسبت روز بین المللی سالمندان قول دادند حمل و نقل عمومی را برای سالمندان مونترال رایگان کنند.

به گزارش هفته، به نقل از ژورنال دو مونریال، والری پلانت تاکید کرد: «ما تلاش می کنیم که مونترال به شهری آرمانی برای سالمندان تبدیل شود.»

خانم پلانت تابستان گذشته نیز تعهد کرده بود که از سال ۲۰۲۳ حمل و نقل عمومی کلانشهر مونترال را

غرامت دهی به کودکان بومی: دیوان عالی شکایت اتاوا را رد کرد



شکلی نامناسب از خانواده هایشان جدا شده و تحت پوشش سیستم حمایت از کودکان قرار گرفتند، غرامت بدهد. اما طبق تشخیص دادگاه، آن دسته از خانواده های بومی که با کودکان خود بد رفتاری کرده بودند، شرایط لازم برای برخورداری از این غرامت ها را ندارند.

اما حکم دادگاه در رابطه با رسیدگی به این پرونده ها مطابق با اصل «جردن» ژوئیه سال ۲۰۲۰ صادر شد. مطابق با این اصل کودکان بومی باید به همان خدمات و امکاناتی که دیگر کودکان کانادایی استفاده می کنند، دسترسی داشته باشند. اصل جردن برای اولین بار در سال ۲۰۰۷ توسط دولت فدرال به منظور تضمین دسترسی کودکان بومی به خدمات عمومی مشابه با خدماتی که دیگر کودکان کانادایی از آن ها برخوردار هستند، به اجرا گذاشته شد. با این حال بسیاری از سازمان های حامی حقوق بشر از تفسیر دولت فدرال درباره این اصل انتقاد کرده و آن را غیر قانونی و ناعادلانه می دانند.

به گزارش هفته، به نقل از رادیو کانادا، مارک میلر Marc Miller وزیر خدمات به بومیان کانادا اعلام کرد مایل است حکم دادگاه را در این باره بررسی کند. اتاوا در حال حاضر امکان تقاضای تجدید نظر این پرونده را بررسی می کند. در عین حال آقای میلر تاکید کرد که دولت فدرال همواره خود را ملزم به پرداخت غرامت مناسب به کودکان بومی قربانی بی عدالتی دانسته و همچنان نیز به این موضوع پایبند است.

دولت فدرال در واقع دو تصمیم دادگاه حقوق بشر کانادا را در این پرونده غیر منطقی دانسته و به همین علت به آن ها اعتراض کرده است: یکی مربوط به غرامت دهی به کودکان و خانواده هایشان و دیگری در رابطه با رسیدگی به این پرونده مطابق با اصل «جردن».

تصمیم اول که مربوط به غرامت دهی به کودکان است سپتامبر سال ۲۰۱۹ صادر شد و به موجب آن دولت فدرال ملزم گشت ۴۰ هزار دلار (بالاترین مبلغ پیش بینی شده در قانون) به هر یک از کودکان اقوام اولیه که پس از سال ۲۰۰۵ به

دولت فدرال به تایید تصمیمات دادگاه حقوق بشر کانادا در رابطه با غرامت دهی به کودکان اقوام اولیه کانادا که به طور ناشایست و ناعادلانه از خانواده هایشان گرفته شده بودند، اعتراض دولت فدرال را فاقد مبنای قانونی دانست. دولت فدرال ضمن اعتراض به تصمیمات دادگاه حقوق بشر، لغو این تصمیمات را خواستار شده و ابراز امیدواری کرده بود که پرونده تعیین غرامت برای کودکان بومی برای بررسی مجدد به TCDP ارجاع داده شود.

بحث آزاد «میس» با موضوع اراده آزاد؛ یک واقعیت یا توهم؟



می‌گویند؟ در اولین جلسه بحث آزاد امسال، نگاهی می‌اندازیم از منظر علوم شناختی و مغزی به مفهوم آزادی اراده، سپس درباره این یافته‌ها به گپ و گفت می‌نشینیم. طبق این اطلاعیه «اگر دوست دارید بدانید که آزادی اراده دارید و خود آفریدگار زندگی‌تان هستید، یا برعکس، به قول بعضی‌ها، زندگی چیزی جز تعبیر سخن به‌غایت عمیق «پیشونی پیشونی، منو کجا می‌شونی» نیست، این جلسه را از دست ندهید!» برای دسترسی به راه‌های ارتباطی با این انجمن به کانال تلگرام هفته به نشانی hafte@hmontreal مراجعه کنید.

است. آزادی انتخاب و اراده یک واقعیت است یا یک توهم؟ آیا ما انسان‌ها در زندگی، بین گزینه‌هایی که پیش روی ماست، به‌واقع آزادانه انتخاب می‌کنیم یا محکوم به انتخاب گزینه‌ای از پیش تعیین شده‌ایم که خود پیش از انتخاب از آن بی‌خبریم و تنها پس از انتخاب از آن آگاه می‌شویم؟ در ادامه آمده است: «آیا ما بدون آنکه خود بدانیم، زندگی‌ای از پیش نوشته شده را زندگی می‌کنیم و تنها توهم انتخاب آزاد را داریم یا به‌واقع این خود ما هستیم که آزادانه زندگی خود را می‌آفرینیم؟ جدیدترین یافته‌های علوم شناختی و مغزی به ما درباره آزادی اراده چه

اگر دوست دارید بدانید که آیا آزادی اراده دارید و خود آفریدگار زندگی‌تان هستید نشست انجمن دانشجویان ایرانی دانشگاه مک‌گیل را از دست ندهید. این جلسه رایگان روز پنج‌شنبه هفتم اکتبر ۲۰۲۱، ساعت ۱۹ در دانشگاه مک‌گیل برگزار خواهد شد. در اطلاعیه این برنامه آمده است: «اراده آزاد؛ یک واقعیت یا توهم؟ نگرشی به آزادی اراده (free will) از منظر علوم شناختی و مغزی

وصف باغ سیب؛ دل نوشته‌ای از یک شهروند مونترالی

بیشتری در پر کردن کیسه‌ها دارند، دست‌های کاشت و داشت و برداشت در ذهنم تداعی می‌شدند؛ انگار سیب‌ها لبخند می‌زدند! با کیسه‌هایی پر از لبخند سیب‌های قرمز و زرد و سبز از کنج باغ به در باغ برگشتیم. چهره‌های گشاده‌ی زنان و مردان همچنان با خواستاران باغ گپ می‌زدند. در پایان هم نمایشگاه فرآورده‌های باغ را که شامل سرکه، شراب، شکلات و شیرینی و کیک بود را نگاه کردیم و مقداری هم از این محصولات خریداری کردیم. وقت غروب که فرارسید با لبخند و شادی و دست‌هایی سرشار از عطر خوش سیب باغ را ترک کردیم. علاقه‌مندان به نویسندگی می‌توانند تجربه‌های خود را از گردش و برنامه‌های شهری و طبیعت‌گردی به ایمیل هفته به نشانی news@hafteh.ca ارسال کنند.

نوه‌ها بودیم با دو اتومبیل، راهی سبزه‌زاران و باغ‌های سیب شدیم. از خوب روزگار آن روز هوا هم یاری کرد؛ آفتاب، ابرهای سفید و آسمان آبی زیبایی مناظر را دوچندان کرده بود. به باغ سیب رسیدیم. زنان و مردان در حال باغداری بودند، زنان در ورودی باغ با روی گشاده، ما را پذیرا شدند، هر نفر در برابر مبلغی دلار کیسه‌ای گرفت و به قلب باغ سیب قرمز راهی شد. هرکسی هرچقدر می‌خواست می‌توانست سیب بخورد و کیسه را هم پر کند. در این باغ، بیشتر درختان میزبان سیب‌های قرمز بودند، اندکی درخت سیب زرد و سبز هم وجود داشت. بچه‌ها بانشاط و خوشحالی از این درخت به آن درخت با نردبان و بدون آن بالا و پایین می‌رفتند و بهترین سیب‌ها را برای کیسه برمی‌گزیدند. همه ما با دست سیب‌ها را می‌چیدیم. دست‌های ظریف و کوچک سبزه‌زاران و سبزه‌زاران را می‌چیدیم.



حسین هرندی، شهروند اهل مونترال در بازدیدی از باغ سیب آنچه را که دیده بر روی کاغذ آورده تا حال و فضای آنجا را برای مخاطبان هفته به تصویر بکشد. او که عنوان دل نوشته خود را «وصف باغ سیب» گذاشته، نوشته است: «در حومه مونترال، دریاچه و رودخانه، درختان و سبزه‌زاران زیادی دیده می‌شود. با همسایه چینی روبروی خانه قرار گذاشتیم. با آن پدر و پسر و ما که شامل پدربزرگ و مادربزرگ و

پادکست مولاناخوانی اثر جدید سماک

آقای دکتر فرشید سادات شریفی است که پیش از این نیز دو اپیزود از جمال زاده و سیمین را در ماه‌های گذشته منتشر کرده و قرار است شماره‌های ۴۱ تا ۴۴ را تا پایان سال میلادی به بررسی اشعار دیگر شاعران همچون مهدی اخوان ثالث، فریدون مشیری، سهراب سپهری و منصور اوجی اختصاص دهد.

گروه علمی آموزشی سماک «پادکست مولاناخوانی» را به مناسبت روز ملی بزرگداشت این شاعر ایرانی منتشر کرد. علاقه‌مندان برای دسترسی به موسیقی اول، تماشای کلیپ کامل موسیقی دوم و سایر تولیدات این گروه به کانال تلگرام هفته به نشانی haftehmontreal@ مراجعه کنید. مجله شنیداری سماک مجموعه‌ای با مدیریت



اکران آنلاین «مهره سرخ» نمایشی تلفیقی از رقص و تاتر

اینترنت اول اکتبر ۲۰۲۱ رونمایی و تا پایان این ماه به صورت رایگان اکران شده است. طبق این اعلام «این اثر را شاهرخ یادگاری، آهنگساز و کارگردان با همکاری شاهرخ مشکین قلم، طراح رقص بر اساس شاهنامه فردوسی و آخرین اثر سیاوش کسرای، مهره سرخ، تهیه کرده است. این نمایش با تفسیری معاصر از اساطیر فردوسی و کسرای به بازتاب انقلاب ۱۳۵۷ می‌پردازد.»

مرکز فرهنگی هنری ایرانی تیرگان از آغاز اکران آنلاین «مهره سرخ»، نمایشی چندرسانه‌ای از رقص و تئاتر، خبر داده است. در اطلاعیه این برنامه آمده است: «تیرگان با افتخار نمایش مجازی مهره سرخ را تقدیم می‌کند. مهره سرخ یک اثر چندرسانه‌ای متشکل از رقص، موسیقی و انیمیشن و آمیزه‌ای تلفیقی از سنت‌های ایران باستان و هنر نوین است. این نمایش به مدت یک ماه از طریق



ضبط فیلم در سالن «رویس هال»

مهره سرخ تدارک دیده شده است. کارگردان این اثر به اتفاق شاهرخ مشکین قلم و دکتر احمد کریمی حکاک، پژوهشگر ایرانی میزگردی هنری، ادبی با مدیریت و اجرای کارگردان سرشناس تئاتر، پیتیر سلرز، برگزار خواهند کرد.

هال «در «یو سی ال ای» ضبط شده است. تیزر این اجرا را هم می‌توانید با مراجعه به سایت تیرگان به نشانی www.tirgan.ca مشاهده فرمایید. با این توضیح که لینک فیلم از اول اکتبر در وبسایت تیرگان منتشر شده است.» بنابر اعلام تیرگان «در روز یکشنبه ۱۰ اکتبر ۲۰۲۱ برنامه ویژه‌ای برای بینندگان نمایش

در ادامه آمده است: «مهره سرخ شامل اجرای زیبای گردافرید، افشین مفید، آیدا ساکی، میریم پرتز و شاهرخ مشکین قلم در نقش سهراب است. این اثر ۸۰ دقیقه‌ای که دارای زیرنویس انگلیسی است در سن دیگو، تورنتو (جشنواره تیرگان) و لس آنجلس در سال ۲۰۱۵ اجرا شده است. فیلم این اجرا در سالن «رویس

میزگردی برای پرسش‌های علاقه‌مندان

می‌دانیم. مأموریت ما این است که به عنوان یک کاتالیزور در راستای ایجاد یک چارچوب فرهنگی منسجم عمل کنیم که از طریق هنر، جامعه‌ای پرونق را پرورش می‌دهد. در واقع، هدف ما ایجاد بستری از وحدت و فرصت برابر برای مشارکت هنرمندان، علاقه‌مندان به هنر، داوطلبان و به طور کلی جامعه است.»

میزگرد ۱۰ اکتبر به طور رایگان نیز ممکن است که به منظور کسب اطلاعات بیشتر به سایت مرکز تیرگان مراجعه کنید. تیرگان یک سازمان خیریه غیر حزبی، غیرمذهبی و ثبت شده در کانادا است. در بخش معرفی در سایت تیرگان آمده است: «ما خود را به ارتقای گفت‌وگوی بین فرهنگی میان ایرانی کانادایی‌ها و جامعه جهانی از طریق تولید برنامه‌های فرهنگی در طول سال متعهد

طبق این اطلاعیه «این میزگرد ۱۰ روز پس از اکران مهره سرخ برگزار می‌شود تا مخاطبان فرصت تماشای این نمایش را داشته باشند و بتوانند در جلسه پرسش و پاسخ شرکت کنند. بینندگان می‌توانند پرسش‌های خود را به اعضای میزگرد عنوان کنند و پاسخ آن‌ها را در این رابطه بشنوند. این میزگرد از ساعت ۱۴ به وقت لس آنجلس مطابق با ۱۷ به وقت تورنتو پخش خواهد شد. اکران یک‌ماهه و

پیام‌های جداگانه علی احساسی، مایکل پارسا و مجید جوهری درباره روز ملی حقیقت و آشتی



برای دریافت خدمات در زمان بحران‌های عاطفی و اطلاعات سایر حمایت‌های بهداشتی دولت کانادا با شماره تلفن ۱۹۲۵-۸۶۶-۱ تماس بگیرند.

آقای پارسا، نماینده ایرانی‌تبار حزب محافظه‌کار پارلمان در استان انتاریو نیز در صفحه اینستاگرام خود با استفاده از هشتگ OrangeShirtDay درباره این روز نوشت: بیایید لحظه‌ای درنگ کرده، به بازماندگان سیستم مدارس مسکونی و خانواده‌های آن‌ها فکر کنیم و به آن‌ها احترام بگذاریم. ما متعهد به همکاری با شرکای بومی، بازماندگان و این خانواده‌ها هستیم و به انجام کارهای لازم برای آشتی ادامه می‌دهیم.

درک و ترمیم روابط به‌منظور حرکت به سمت بهبود است.

آقای جوهری، دیگر نماینده حزب لیبرال پارلمان کانادا نیز در این روز در فیس‌بوک خود نوشته است: ما نخستین سال از روز ملی حقیقت و آشتی را جشن می‌گیریم. این روز برای ادای احترام به فرزندان ازدست‌رفته و همچنین بازماندگان مدارس مسکونی است. ما همچنین به خانواده‌ها و جوامع آن‌ها ادای احترام می‌کنیم که مجبور به تحمل این میراث دردناک و تأثیرات ناشی از مدارس مسکونی شده‌اند. ما همراه با یکدیگر بر تعهد خود برای پیمودن راه آشتی تأکید می‌کنیم. او در ادامه خطاب به دانش‌آموزان سابق مدارس مسکونی نوشت: این افراد می‌توانند

علی احساسی، مجید جوهری و مایکل پارسا، سه سیاستمدار ایرانی‌کانادایی در پیام‌هایی جداگانه روز ملی حقیقت و آشتی را گرمی داشتند.

به گزارش هفته، ۳۰ سپتامبر، به یاد قربانیان و بازماندگان مدارس شبانه‌روزی بومیان، «روز ملی حقیقت و آشتی» در کانادا نام‌گذاری شده است. بر این اساس، این سه سیاستمدار ایرانی‌کانادایی در صفحه‌های شخصی خود در شبکه‌های اجتماعی پیام‌هایی را به این مناسبت منتشر کردند.

آقای احساسی، نماینده حزب لیبرال پارلمان کانادا با انتشار یک عکس با همین موضوع، در فیس‌بوک نوشت: امروز اولین روز ملی حقیقت و آشتی است. مسیری به‌سوی آشتی در مورد

جشن مهرگان همراه با انجمن دوستداران زرتشت

در بیانیه مربوط به برگزاری این برنامه آمده است: «جشن مهرگان یکی از جشن‌های ایرانیان باستان بوده است که بعد از نوروز مهم‌ترین آن‌ها به شمار می‌رفت. این جشن هر ساله در ابتدای پاییز از ۱۶ تا ۲۱ مهر برگزار می‌شد. در ایران باستان جشن‌های متعددی به مناسبت‌های مختلف برپا می‌شد. در حال حاضر نیز جشن مهرگان در برخی نقاط ایران مانند یزد و کرمان، در بین پیروان زرتشت برگزار می‌شود.»

انجمن دوستداران زرتشت از سال ۱۹۹۰ پایه‌گذاری شد و در سال ۲۰۰۳ به‌طور رسمی به ثبت رسیده است. صیانت از سنن ملی، توجه به فرهنگ و آداب‌ورسوم ایرانی و بزرگداشت جشن‌ها از اهداف اصلی این انجمن است. این انجمن وابسته به هیچ گروه دینی و سیاسی نیست.

انجمن دوستداران زرتشت جشنی را به مناسبت فرارسیدن روزهای مهرگان برگزار می‌کند. در اطلاعیه این برنامه نوشته شده است: «این انجمن برای ۱۸ سال متوالی این بار هم بعد از گذشت دو سال دوری دوباره جشن‌های ایرانی را پاس می‌دارد. به همین مناسبت روز جمعه هشتم اکتبر ۲۰۲۱ ساعت ۱۸ و ۳۰ دقیقه دورهم جمع می‌شویم.»

مکان برگزاری جشن مهرگان Newman 7228 Blvd, Lasalle, Quebec H8N 1X2 است.

طبق این اعلام «این برنامه همراه با موسیقی، رقص و شام و هزینه آن ۴۰ دلار است. به دلیل محدودیت‌های کووید، مقابل در ورودی بلیت فروخته نمی‌شود. داشتن پاسپورت واکسن برای ورود اجباری است. برای رزرو لطفاً با آقای فروتن، دبیر انجمن با شماره تلفن ۵۱۴۳۲۵۳۰۱۲ تماس بگیرید.



Ali Samadian

Real Estate Broker

ROYAL LEPAGE
PARTENAIRE

438.504.5922

مشاور املاک مسکونی و تجاری در مونترال بزرگ



- متخصص در خرید و فروش واحد های آپارتمانی و منازل ویلایی
- برای مشورت با من تماس بگیرید، بدون تعهدی از سوی شما در خدمت تان هستیم

علی صمدیان
مشاور املاک
لیسانس رشته شهرسازی

حامد ملکی

Hamed Maleki

- ✓ خرید، فروش و اجاره املاک مسکونی
- ✓ مشاوره تخصصی جهت سرمایه گذاری
- ✓ تهیه و کمک به اخذ وام مسکن با کمترین نرخ
- ✓ ارزیابی رایگان ملک و آنالیز مناطق مختلف

hamedmaleki@realstate.ca
(514) 557-1929

مشاور رسمی مسکن در استان کبک



Vendirect.ca

بهار ایزدی

مشاور املاک مسکونی در مونترال بزرگ
خرید، فروش و پیش فروش

MIMMOBILIER
BAHAR IZADI
REAL ESTATE ADVISOR

BUY
SALE
PRESALE



514 651 48 26

برای انتخاب هنرمندانه با من تماس بگیرید
bahari@mimontreal.com

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 درآمدزا



Sahar Samadaei

Courtier immobilier résidentiel
sahar.samadaei@gmail.com

Tel: 514.625.2525

de l'Agence
L'AGENCE IMMOBILIERE INC.
Real Estate Agency

پرونده هفته





پایان تنهایی؟ دختران و پسران مجرد بخوانند

گزارشی از وضعیت دختر و پسرهای مجرد در تورنتو

برای تنهایی دارند. تنهایی می‌تواند به دو صورت تحمیلی یا انتخاب خود فرد باشد.

مهدی ۴۰ ساله مجرد از تورنتو که در رشته برق مشغول است می‌گوید: «من در خانواده مذهبی بزرگ شدم و در اینجا بعد از مهاجرت با مشکلات زیادی مواجه بودم و نمی‌توانم دوست دختر داشته باشم، چون خانواده من اعتقاد دارند که باید با یک دختر مذهبی ازدواج کنم»

فاطمه ۴۷ ساله که در آمازون کار می‌کند می‌گوید: «بعد از ۱۴ سال زندگی مشترک و تجربیات تلخ حاضر نیستم با کسی آشنا شوم»

نیما ۲۹ ساله و مجرد، دانشجوی دانشگاه یورک است و برای امرار معاش و تحصیل باید کار کند او می‌گوید: خیلی دوست دارم با دختری دوست شوم، ولی واقعاً تحت فشار کار و کمبود وقت هستم و هنوز موفق نشدم.»

رؤیا ۲۶ ساله و مجرد است و خودش را یک فرد خجالتی می‌داند و ترس از برخورد با دیگران دارد. کیانوش ۳۹ ساله و مجرد در شرکت بازرگانی مشغول است. نظر او در مورد دوست دختر داشتن این است که اکثر دخترها به مادیات بیشتر از رفتار یا حتی تحصیلات توجه دارند، برای همین ترجیح می‌دهد تنها باشد.

راحله ۳۰ ساله و دانشجو است در مورد اینکه چرا

آمارها نشان می‌دهد افراد زیادی در کانادا تنها هستند. در سال‌های اخیر تعداد افراد مجرد در کانادا روند صعودی داشته است تا جایی که در سی و پنج سال اخیر، تعداد افراد مجرد بیش از دوبرابر شده‌اند و خانواده‌های یک‌نفره روی به افزایش هستند. بر اساس گزارش‌ها، تعداد خانم‌های مجرد بیشتر از آقایان است. همچنین در چند دهه اخیر شاهد افزایش افراد مجرد در گروه‌های سنی بین سی و پنج تا شصت و چهار سال بوده‌ایم. از طرفی متخصصان و روان‌شناسان معتقد هستند تنهایی باعث افزایش بیماری‌های مختلف مانند افسردگی، اضطراب، مشکلات جسمی و جنسی، فشارخون بالا، بیماری‌های قلبی و... می‌شود. آن‌ها می‌گویند تنهایی برای مدت طولانی مضر است و بر روی عملکرد حافظه تأثیر می‌گذارد و آسیب‌های مغزی را در پی دارد.

دلایل تنهایی ... سنت همچنان پررنگ است ... ریشه‌های مذهبی و ...

در اینجا می‌خواهیم به بررسی و علت تنهایی‌ها در کانادا بپردازیم. برای ایرانیانی که امروز مقیم شهرهای مختلف کانادا از جمله تورنتو هستند، تنهایی و مهاجرت می‌توان ترکیب متفاوتی از سبک زندگی را ایجاد کند. آن‌ها دلایل متفاوتی

شازده کوچولو گفت: پی دوست می‌گردم، اهلی کردن یعنی چی؟

روباہ گفت: چیزی است که پاک فراموش شده، معنیش ایجاد علاقه کردنه.

تیک تاک، تیک تاک، تیک تاک، صدای عقربه‌های ساعت تمامی ندارد... وقتی تنهایی... وقتی فقط سکوت آواز می‌خواند... زمان نمی‌گذرد. تمام طول روز، فضای خانه پر می‌شود از تنهایی... گوشی تلفن را بر می‌دارید. با اولین شخصی که به ذهنتان می‌رسد، تماس می‌گیرید. صدایی از آن سمت به گوش می‌رسد و فریاد از زمانی که با این جمله روبرو می‌شوید... «بخشید من برای آخر هفته با دوست پسر / دوست دخترم قرار دارم» ... تنهایی بیشتر هجوم می‌آورد...

بیرون ولی هیاهو است. کافی است قدمی کوتاه در برج سی.ان تورنتو، موزه رویال اونتاریوم، های پارک، میدان دانداس و... بزنید... با فوج دختر و پسرهای روبرو می‌شوید که دست در دست هم برای تفریح آمده‌اند. تمام روز پر می‌شود از رنگ‌های تازه، صدای خنده، بلوبری‌های وحشی، نوشابه‌های طعم‌دار و ... میان آن‌ها همه هیاهو نگاه‌های پرحسرت گم می‌شود بر روی دست‌های دختر و پسر جوانی که به هم قفل شده‌اند... این شاید روایت بسیاری از جوانان در کانادا است.

دوست پسر ندارد می‌گوید: «من با پسری حدود ۲ سال دوست بودم، ولی رابطه ما بهم خورد به‌خاطر اینکه او به من خیانت کرد و اکنون با این ضربه روحی شدید حاضر نیستم، وارد رابطه شوم و ترجیحاً تنهایی را انتخاب کردم.»

فلش بک: با یک دگمه به سمت یار پرتاب می‌شوید

این روزها در کانادا هم سایت‌هایی دوست‌یابی و شبکه‌های مجازی مانند match quebecrencontres ca. pof روی بورس هستند، ولی آیا این راه پیدا کردن پارتنر درست است یا غلط؟ ... پشت میز نمی‌نشیند. لپ‌تاپ را روشن می‌کند با فشار اولین دگمه با سرعت از تیک تاک تنهایی ساعت، پرت می‌شود به دنیای پر از آدم با سن‌های مختلف، تحصیلات، قیافه‌های متفاوت از کشورهای دور و نزدیک که همه به دنبال یک نفر دیگری گردند...

این روزها آشنایی دختر و پسرها در سایت‌های دوست‌یابی و شبکه‌های مجازی بخشی از زندگی انسان عصر جدید شده است و می‌توان به جرات گفت شاید دیگر کمتر اتفاق می‌افتد که افراد به‌صورت طبیعی و ارتباط چهره‌به‌چهره یا به قول قدیمی‌ها با یک نگاه عاشق شوند و آشنایی پیدا کنند. فریباً ۵۵ ساله متأهل و خانه‌دار می‌گوید: «دوستم به‌خاطر تنهایی در سایت دوست‌یابی با آقای آشنا شد که خود را یک تاجر در آمریکا معرفی می‌کرد و در مدت کوتاهی به هم علاقه‌مند شدند و هر روز ساعت‌ها حرف می‌زدند. بعد از

حدود ۲ ماه دوستم به من گفت این آقا دچار مشکل شده و از من خواسته مبلغ ۵۰۰۰ دلار برایش بفرستم به او گفتم این کار را نکن چون تو او را کامل نمی‌شناسی ولی برخلاف نصیحت من پول را پرداخت کرد و بعد از یک هفته مطلع شدیم آقا شماره خود را بلاک کرده...» از طرفی بسیاری از افراد در همین سایت‌های دوست‌یابی می‌توانند به‌اصطلاح نیمه گمشده خود را پیدا کنند و اکنون سال‌ها است که با هم زندگی می‌کنند و خانواده تشکیل دادند.

این را نمی‌شود گفت که اکثریت افراد در این سایت‌ها و فضای مجازی آدم‌های کلاهبردار هستند، ولی باید با دقت و احتیاط بیشتری وارد دنیای مجازی شد. همان‌طور که از نام سایت دوست‌یابی مشخص است، این ارتباطات در اینترنت و فضای مجازی امکان‌پذیر است و دختران و پسران در هر شرایط و هر نقطه‌ای از دنیا می‌توانند دوستانی پیدا کنند، ولی باید خاطرنشان کرد که این‌گونه رابطه و دوستی برای شناخت کامل کافی نیست و نمی‌توان در تکنولوژی احساسات و عواطف را بیان کرد.

بنفشه حیرت نگاری، روان‌شناس برای اینکه تنها نمایم ابتدا خودمان را دوست داشته باشیم

تنهایی معانی گسترده‌ای دارد. تنهایی به حالات روانی انسان اطلاق می‌شود که نتیجه اضطراب، جدایی، فراق و عدم ارتباط با دیگران است، ولی درک آن در افراد مختلف متفاوت است. برخی

نداشتن همراه مناسب فکری و نظری را به‌عنوان تنهایی درک می‌کنند. برخی بی‌پناهی و بدون حامی و حمایتگر بودن را و... به‌علاوه ما ممکن است در جمع هم تنها باشیم. همان‌طور که بارها در خانواده‌ها شاهد بودیم زن و شوهر در طول یک هفته ۵۰ کلمه با هم صحبت نمی‌کنند. بهترین راه گریز از تنهایی، رویارویی با تنهایی است. ما ابتدا باید بپذیریم که تنها هستیم و بعد هم علل تنهایی شناخته شود. متوجه باشیم چند درصد از این تنهایی را خودمان انتخاب کردیم و چند درصد آن تحمیلی است. در آن بخشی که در کنترل ما نبوده نمی‌توانیم مؤثر واقع شویم و دلایل بیرونی و محیطی مؤثر هستند. ولی در بخشی که خودمان آن را انتخاب کرده‌ایم، بسیاری مواقع باید گفت ناشی از ناتوانی در برقراری ارتباط مناسب یا باورهای غلط است. در کمبود مهارت‌های ارتباطی فرد باید با روش‌های گوناگون آموزش ارتباط مؤثر را فرا بگیرد. در باورهای غلط هم، ریشه‌ها را شناسایی کند که این باورهای غلط آیا بر اساس دلایل واقعی است یا تجربیات فردی و دیده‌ها و شنیده‌ها... در این مواقع می‌توانیم از روان‌شناس بالینی کمک بگیریم. همچنین اگر آدم‌ها بتوانند به یک خودشناسی مناسب برسند، نیازها، تمایلات، کمبودها و توانایی‌های خودشان را بشناسند و مهم‌تر از آن به معنای واقعی خودشان را دوست داشته باشند، می‌توانند در ارتباطات خود انتخاب مناسب‌تری داشته باشند. دوستی‌ها و ارتباطات غنی‌تر و پایدارتری را رقم بزنند و بدین صورت خطر تنهایی کمتر خواهد شد.

گروه ترجمه هفته

زندگی مجردی در کانادا رو به گسترش است آیا می‌توان در «تنهایی» از زندگی لذت برد؟



تنها زندگی کرد؟

زندگی خوش در تنهایی

غالب اوقات انسان‌ها پس از روابط نامیدکننده

تنها زندگی کردن در همه جوامع از جمله کانادا روزبه‌روز شایع‌تر و فراگیرتر می‌شود. با این حال در جامعه‌ای که هنوز ازدواج، زندگی زناشویی و تشکیل خانواده توصیه می‌شود، چگونه می‌توان

امروز دیگر زندگی مجردی در جوامع یک پدیده انحطاط‌آمیز یا حتی غیرطبیعی محسوب نمی‌شود. نه تنها کسی انگشت اتهام یا ملامت به‌سوی افراد مجرد و تنها بلند نمی‌کند بلکه سبک

برای همیشه کنار بگذارند تا بتوانند خود را وقف شوهرانشان کنند. اما در دوره ما شرایط کاملاً عوض شده، افکار و اندیشه‌ها عمیقاً دگرگون شده و وضعیت کاملاً متفاوتی بر جوامع حکم فرما شده است به طوری که بسیاری از زنان ترجیح می‌دهند برای پیشرفت حرفه‌ای و تضمین آینده شغلی خود، به تنهایی زندگی کنند.

زندگی مجردی، ربطی به تنهایی حزن‌انگیز ندارد مردان و زنان مجردی که امروز در همسایگی من و شما زندگی می‌کنند، به رغم تصویر دردناک و غم‌انگیزی که جامعه از آن‌ها منعکس می‌کند، خودشان عمیقاً بر این باورند که از زمانی که زندگی انفرادی را انتخاب کرده‌اند هیچ‌گاه زندگی‌شان این اندازه کامل نبوده است. زندگی اجتماعی آن‌ها غنی است و هفته‌های آن‌ها سرشار از برنامه‌ها و فعالیت‌های متنوع سرگرم‌کننده و جالب است. در واقع زندگی آن‌ها در تنهایی منجر به انزوای آن‌ها در جامعه نشده است. همین چند وقت پیش از زبان یک خانم شنیدم که می‌گفت: «زندگی من آن قدر کامل و رضایت‌بخش است که واقعاً نمی‌دانم آیا جایی در زندگی‌ام برای یک نفر دیگر هم وجود دارد یا نه!». به نظر می‌رسد که ما انسان‌ها به سرعت به زندگی انفرادی علاقه‌مند و حتی وابسته می‌شویم؛ بنابراین تماس‌ها و دیدارهای این افراد با دیگران باید فوق‌العاده و استثنایی باشد تا بتواند آن‌ها را متقاعد کند برای لحظاتی هم که شده طعم رهایی و آزادی را کنار بگذارند.

توقع و انتظار کمتر، نومیدی و سرخوردگی کمتر. معادله کاملاً ساده و روشن است، اما آیا واقعاً در زندگی روزمره نیز می‌توان آن را به کار بست؟ یک زن دیگر یک روز به من گفت: «شب‌های سرد، گاهی غم‌انگیز است و دل را مچاله می‌کند؛ سکوت صبح‌ها هم گاهی آزاردهنده و اندوه‌بار است. باین حال ما کاملاً خود را با این شرایط سازگار می‌کنیم. گرچه گاهی اوقات هم از خودم می‌پرسم آیا واقعاً یک ملاقات و یک گفتگوی صبحگاهی اعصابم را خرد خواهد کرد یا خیر!»

آمار و ارقام

خانوارهای تک‌نفره در کانادا برای اولین بار در سال ۲۰۱۶ به رایج‌ترین شکل خانوار در کشور تبدیل شدند و شمار آن‌ها از خانوارهای دونفره یا دارای فرزند هم بالاتر رفت. در آن سال ۲۸ درصد خانوارها (معادل ۴ میلیون نفر) در کانادا تک‌نفره

زناشویی یا روابط عاشقانه پایان دهند، در حقیقت یکی از بهترین تصمیمات ممکن را در زندگی خود گرفته‌اند. بسیاری از آن‌ها در زندگی مشترک، ازدست‌رفته و در مسیر تبااهی قرار گرفته‌اند بنابراین به این نتیجه می‌رسند که وقتش رسیده که نه به خاطر خوشایند یا جلب رضایت دیگران، بلکه برای این که به روشنی هم به خودشان و هم به بقیه نشان دهند که واقعاً چه کسی هستند، به کارها و فعالیت‌هایی روی آورند که از آن‌ها لذت می‌برند و صرفاً خواسته قلبی آن‌هاست و بار دیگر به سرعت زندگی اجتماعی خود را که به راحتی تحت تأثیر دغدغه‌ها و قید و بندهای زندگی مشترک به کلی رنگ باخته و کنار گذاشته شده است، از سر بگیرند و برای غنای آن بکوشند.

وقتی در جستجوی کمال هستیم

اکثر مجردها فقط به این دلیل مجرد مانده‌اند که منتظر هستند مطابق با آمال و آرمان‌هایی که در ذهن خود می‌پروراند، کسی را در حد و اندازه‌های خود پیدا کنند که بتواند انتظارات و آرزوهای آن‌ها را برآورده کند. اما بخش غم‌انگیزتر ماجرا این است که بسیاری از این افراد هر چه بیشتر از عمرشان می‌گذرد، بیشتر متوقع می‌شوند و آن ساده‌لوحی حکایت دختر شاه پریون یا شاهزاده با اسب سفید را از دست می‌دهند. آن‌ها از یک ماجراجویی به ماجراجویی دیگر می‌پردازند و به محض این که کوچک‌ترین گره یا کمترین ناملایمت در روابط آن‌ها پیش بیاید، آن را تمام شده می‌دانند. همه افرادی که به صورت بالقوه ممکن است به آن‌ها علاقه نشان دهند یا این که توجه و علاقه آن‌ها را برانگیزند، به سرعت به تهدیدی جدی برای تنهایی آن‌ها که یک دنیای آرام و آسوده برایشان به ارمان آورده است، تبدیل می‌شوند. واقعیت این است که هیچ یک از آدم‌هایی عیب‌ونقص و کامل نیستند، اما آن‌هایی که در برج عاج تنهایی خود زندگی می‌کنند، در نهایت به کمتر از کمال راضی نمی‌شوند.

کار و اشتغال در صدر همه اولویت‌ها

مسئله اشتغال و استقلال مالی در زندگی مجردی امروز امری انکارناپذیر است. بسیاری از افراد ترجیح می‌دهند به جای صرف انرژی و هزینه و تمرکز بر زندگی زناشویی یا زندگی خانوادگی، منحصر بر فعالیت حرفه‌ای خود تمرکز کنند و برای ارتقای شغلی خود بکوشند. در گذشته‌ای نه چندان دور، زنان شاغل پس از ازدواج مجبور می‌شدند آینده حرفه‌ای و آرزوهای شغلی خود را

و پرفراز و نشیبی که تجربه کرده‌اند، به زندگی انفرادی روی می‌آورند. به عبارت دیگر مراثی‌های زندگی زناشویی یا روابط آشفته و بعضاً پرتنش که با دیگران داشته‌اند، موجب می‌شود برای دور شدن از ناملایمات و رسیدن به آرامش، در پيله زندگی مجردی فرو روند.

اغلب کسانی که چند سال در تنهایی زندگی کرده‌اند، در یک امر اتفاق نظر دارند: گرچه تنهایی در ابتدا سخت است اما پس از گذشت مدتی، همین تنهایی نزدیک‌ترین همدم و مونس انسان می‌شود. بسیاری زندگی انفرادی را فاصله و وقفه‌ای بین دو داستان عاشقانه می‌دانند. این وقفه در واقع همان لحظاتی است که ما با انتخاب و اختیار خود، زمان، توجه و تلاش خود را منحصر وقف خوشی و خوشبختی خود می‌کنیم و به این ترتیب به خود حق برخورداری از یک زندگی کامل می‌دهیم. این طور نیست که بخواهیم بگوییم زندگی زناشویی با خوشبختی در تضاد است و مانع از سعادت زن و مرد می‌شود، اما حداقل این است که در زندگی مجردی بسیاری از سوالات، تردیدها، تنش‌ها و اصطکاک‌ها که می‌تواند روح دو طرف رابطه را آزرده خاطر کند، پیش نمی‌آید. به عنوان مثال در زندگی مجردی، هر زمان که هوس کنید از خانه خارج شوید و تنهایی یا با دوستانتان لبی تر کنید، همه چیز از قبل مهیاست و همه چیز فقط و فقط به اراده خود شما بستگی دارد، دیگر نیازی به اجازه خواستن و توضیح دادن نیست و برای هرگونه تأخیر در بازگشت هم کمترین ملامت و اتهامی متوجه شما نخواهد بود.

آن‌هایی که زندگی انفرادی را انتخاب کرده‌اند، صرفاً خود مسئول شادی خودشان هستند و برای فراهم کردن اسباب این شادی از هرگونه قید و محدودیتی آزاد هستند. آن‌ها به دور از دخالت‌های دیگران، برای اوقات فراغت، تفریح و سرگرمی خود برنامه‌ریزی می‌کنند، کنترل ساعات شبانه‌روز خود را خودشان در دست دارند و خودشان انتخاب می‌کنند چه چیزی می‌خواهند و چه چیزی نمی‌خواهند. این آزادی عمل و این فراغ بال رشک برانگیز است. زندگی کردن با خود در واقع یک دوره یادگیری است. علاوه بر این، من معتقدم که حتی قبل از اینکه با کسی وارد رابطه شوید، باید راحتی زندگی مجردی را تجربه کرده باشید.

من معتقدم آن‌هایی که آگاهانه سختی‌ها و مشکلات زندگی مجردی را انتخاب کرده‌اند تا به یک رشته ناملایمات و ناکامی‌های زندگی

بودند. برای مقایسه باید گفت که یک ربع قرن پیش تنها ۱.۷ میلیون کانادایی (معادل ۹ درصد) تنها زندگی می‌کردند.

همچنین اطلاعاتی که اداره آمار کانادا در سال ۲۰۱۹ منتشر کرد، نشان داد که در آن سال حدود ۴۰ درصد از خانوارها در مونترال تک‌نفره بودند و این رقم برای شهر کبک حدود ۳۷ درصد بود.

کارشناسان اداره آمار دلایل متفاوتی را برای آمار بالای خانوارهای تک‌نفره در استان کبک مطرح کردند از جمله هزینه نسبتاً پایین مسکن در استان کبک نسبت به سایر نقاط کشور، اعتبارهای مالیاتی معتبر برای برخی افراد که تنها زندگی می‌کنند و همچنین پیامدهای انقلاب آرام که احتمالاً استان را به‌سوی یک جامعه فردگرا سوق داده است.

همچنین آمار نشان می‌دهد که نرخ افراد سالمند که در کانادا تنها زندگی می‌کنند طی سال‌های اخیر تقریباً ثابت مانده اما در این بین شمار مردان بیشتر شده است. کارشناسان اداره آمار علت این مسئله را افزایش امید به زندگی در مردان می‌دانند. در حال حاضر تعداد مجردها آن‌قدر زیاد است که یک نمایشگاه سالانه تحت عنوان «زندگی انفرادی» به آن‌ها اختصاص داده می‌شود. بسیاری از فعالیت‌ها و کنفرانس‌ها برای افراد مجرد ۲۵ سال به بالا در نظر گرفته می‌شود تا بتوانند در تنهایی خود زندگی مجردی خوبی داشته باشند. این ایده عالی و تحسین‌برانگیز در سال‌های اخیر جایگاه خود را محکم کرده است و هر پاییز به اجرا گذاشته می‌شود.

از آنجاکه این شیوه زندگی به‌مرورزمان در کانادا رواج یافته است، جمعیتی که امروزه در کانادا تنها زندگی می‌کنند، تنوع زیادی پیدا کرده است. افرادی که تنها زندگی می‌کنند، بسته به سن و سال و این که آیا این شیوه زندگی نتیجه اراده و انتخاب خودشان یا جبر شرایط بوده است، ویژگی‌های اجتماعی، اقتصادی و خانوادگی متفاوتی دارند و به همین ترتیب ویژگی‌های مسکن و اقامت آن‌ها نیز متفاوت است.

بررسی‌ها نشان می‌دهد از سال ۱۹۸۱ تا ۲۰۱۶ نسبت مردان کانادایی که تنها زندگی می‌کنند تقریباً در همه گروه‌های سنی افزایش یافته است. اکثر افرادی که تنها زندگی می‌کنند، تجربه زندگی مشترک را داشته‌اند. نزدیک به سه‌چهارم (۷۲ درصد) افراد ۲۰ سال به بالا که زندگی مجردی دارند، قبلاً به طور رسمی یا غیررسمی ازدواج کرده‌اند و بیش از نیمی از آن‌ها دست‌کم یک فرزند هم داشته‌اند.

سال‌مندان مهاجر و پناهنده بخش بزرگی از جمعیت کانادا را تشکیل می‌دهند که معادل تقریباً ۳۰ درصد افراد ۶۵ سال به بالا است. سال‌مندان مهاجر در مقایسه با افراد دیگر به دلایل مختلف مثل تفاوت‌های فرهنگی، موانع و محدودیت‌های زبانی، دوری از اعضای خانواده، خویشاوندان و بستگان، رفتارهای نژادپرستانه و تبعیض آمیز جامعه و شرایط آب‌وهوایی متفاوت، بیشتر از دیگران در معرض خطر انزوای اجتماعی و تنهایی قرار دارند. انزوای اجتماعی و تنهایی نیز بر سلامت افراد تأثیر می‌گذارد. مطالعات نشان می‌دهد افرادی که انزوای اجتماعی و تنهایی را تجربه می‌کنند، در برابر مشکلات جسمی مثل بیماری‌های قلبی و عروقی یا اختلالات روانی مثل، افسردگی و اضطراب و زوال عقل آسیب‌پذیرتر از دیگران هستند.

اما اگر زیستن در تنهایی برای کسی دشوار باشد

قطعاً زندگی مجردی می‌تواند بسیار رضایت‌بخش باشد، اما مسلماً کسانی که این سبک زندگی را انتخاب می‌کنند، باید بهای آن را هم بپردازند. زندگی در تنهایی به‌ویژه در سکوت و تاریکی شب‌های طولانی زمستان می‌تواند باعث افسردگی شود بنابراین اگر این شیوه زندگی را برای خود برگزیده‌ایم، بسیار مهم است که در اطراف خود دوستان و افراد قابل اعتمادی داشته باشیم که بتوانیم حتی برای لحظاتی هم که شده روی همراهی، همدلی و محبت آن‌ها حساب کنیم. دردسرها و مشکلات کوچک و بزرگ غالباً ناگهانی و به شکلی غافلگیرکننده از راه می‌رسند بنابراین چقدر خوب است که اطمینان داشته باشیم همیشه کسی هست که هر زمان بخواهیم یا احساس نیاز کنیم، می‌توانیم روی همراهی و کمک او حساب کنیم.

خروج از منطقه امن

افراد مجرد برای اینکه در عزلت و انزوای خودخواسته‌شان گم نشوند، لازم است که در برنامه‌های خود برای فعالیت‌های هفتگی جایگاه ویژه‌ای اختصاص دهند. حتماً نیاز نیست که هر هفته برای انجام این فعالیت‌ها، ده‌ها یا صدها بار دیوارهای عزلت خود را بشکنید بلکه فقط کافی است که برای غنی‌تر کردن هر چه بیشتر زندگی انفرادی خود هرازگاهی از منطقه آسایش و راحتی خود خارج شوید. شاید همین‌الان وقت آن است که برای مشارکت در فعالیت‌های محله

خود ثبت‌نام کنید! کلاس‌های آشپزی، یوگا، دوچرخه‌سواری و... همیشه چیزهای جدیدی برای تجربه‌کردن برای همه وجود دارد و یقین داشته باشید که شما نیز با افرادی برخورد خواهید کرد که علایق یکسان یا مشابهی با شما دارند.

آشپزی کردن

اگر تنها زندگی می‌کنید، به‌هیچ‌وجه اهمیت و ضرورت آشپزی را فراموش نکنید! شاید در نگاه اول این مسئله بی‌اهمیت به نظر برسد اما واقعیت این است که اغلب اوقات وقتی تنها هستیم، علاقه به آشپزی کردن را از دست می‌دهیم. من هم مثل شما قبول دارم که آشپزی برای دو نفر یا بیشتر بسیار جالب‌تر و دلنشین‌تر است. اما فراموش نکنید که تهیه و خوردن غذاهای خوب حتی وقتی که تنها هستید، برای سلامت جسمی و به‌ویژه روحی شما عالی است. غذاهای کنسرو شده و یخ‌زده را کنار بگذارید. حتی در تنهایی هم می‌توانید فهرستی از غذاهای خوب برای خود داشته باشید: یک استیک تارتار خوب، یک استیک کباب شده روی باربیکیو، سوشی و غذاهای سالم و مناسب دیگری از این‌قبیل. دلیلی وجود ندارد که در کنار این غذاهای خوب، خود را از نوشیدن یک لیوان کوچک شراب محروم کنید؟

گفتگو

اگر احساس می‌کنید تحت تأثیر تنهایی و انزوای خود کمی پریشان خاطر شده‌اید، از مراجعه به یک متخصص امور جنسی دریغ نکنید. بسیاری از افراد مجرد که پس از سال‌ها زندگی مشترک زندگی انفرادی را برای خود انتخاب می‌کنند، پس از مدتی احساس می‌کنند که همه چیزشان به طور کامل به‌هم‌ریخته است. این امر طبیعی است. وقتی برای مدتی طولانی زندگی خود را با یک نفر دیگر شریک می‌شویم، این شرایط موجب می‌شود که ما عادت کنیم برای دو نفر فکر کنیم، برای دو نفر تصمیم بگیریم و در کل برای دو نفر زندگی کنیم. غالب اوقات در این شرایط به‌کلی فراموش می‌کنیم که واقعاً خودمان چه کسی هستیم. چند جلسه مشاوره با یک متخصص می‌تواند به شما کمک کند تا همه چیز را بهتر و واضح‌تر ببینید و دوباره با خودتان ارتباط برقرار کنید.

در زندگی، برقراری، مدیریت و حفظ یک رابطه عاشقانه بدون شک از جمله دشوارترین کارهاست این در حالی است که ما می‌توانیم برای موفقیت در زندگی انفرادی خود بکوشیم.

منبع: وب‌سایت اجتماعی نوووموآ

چگونه در مونترال دوست پیدا کنیم

راهنمای دوست‌یابی برای دخترها و پسرهای مونترالی



با مردم در مونترال کانادا دیدار کنید تا تجربه کامل همه شگفتی‌های این شهر را به دست آورید. این مقاله هم برای ساکنان قدیمی‌تر و هم برای تازه‌واردان می‌تواند مثبت باشد.

شما خواه برای همیشه قصد ماندن در مونترال را داشته باشید و خواه با هدف تجاری یا تفریحی به این شهر آمده باشید مطمئناً این شهر را شگفت‌آور خواهید یافت. مونترال زمانی پایتخت تجاری کانادا بود ولی از آنجایی که پایتخت فرهنگی کانادا است باید تأثیر خود را روی هنر و فرهنگ این کشور نیز بگذارد. سازمان علمی فرهنگی ملل متحد (یونسکو) این شهر را «شهر طراحی» نامیده است.

مونترال یکی از شادترین جاهای کره زمین است. مردم این شهر مهربان هستند. مونترال لبریز از زندگی، هنر و معماری شگفت‌آور است و بر اساس اعلام سایت (Lovely Planet) دومین شهر مناسب زندگی در دنیا است. اگر شما مردم شهر را ببینید و با افراد بومی این شهر دوستی کنید تجربه به مراتب بهتری خواهید داشت.



۲) فرانسه بیاموزید و دوست پیدا کنید

زبان رسمی در مونترال بر خلاف بقیه جاهای کانادا، فرانسوی است نه انگلیسی. در واقع این شهر بعد از پاریس دومین شهر بزرگ فرانسوی‌زبان دنیا است. در نتیجه اگر شما به دنبال ماندن در این شهر هستید، منطقی است که این زبان را یاد بگیرید.

۳) سلامتی و دوست‌یابی را یک کاسه کنید

آیا همیشه به این می‌اندیشیده‌اید که سلامت جسمانی خود را ارتقا دهید؟ خوب اکنون زمان این کار فرا رسیده است. اگر می‌خواهید با افراد مختلف در مونترال دیدار کنید و در عین حال سلامتی و تناسب‌اندام نیز داشته باشید به مایلزفیت (Milesfit) بپیوندید.

مایلزفیت یک فروشگاه چندمنظوره مرتبط با سلامتی و تناسب‌اندام می‌باشد. شما در این فروشگاه بر اساس نوع بدن و شرایط جسمانی خود رژیم‌های تمریناتی مختلف گرفته و اطلاعاتی درباره مجموعه متنوعی از رژیم‌های سلامتی دریافت خواهید کرد. شما همچنین افرادی را ملاقات خواهید کرد که به دنبال بهبود شیوه زندگی سالم خود هستند. همواره بهتر است در مسیر این تلاش‌ها، یک دوست را کنار خود داشته باشید پس بهتر است در مایلزفیت با یکی دوست شوید.

چندین روش برای ملاقات با افراد و دوستی کردن

با آن‌ها در مونترال

۱) گروه‌هایی که می‌توانید در آنها عضو شوید و با مونترالی‌ها ارتباط برقرار کنید

● مونترال ادونچرز (Montreal Adventures)

● استودیو ۴۲ (۴۲ Studio)

● بنیان‌گذاران استارت‌آپ مونترال (Montreal Startup Founders)

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره گروه‌های خارق‌العاده مونترال سری به (Meetup) بزنید.

مختلف برای ورزش‌های گوناگون از قبیل بسکتبال، فوتبال و والیبال است. اگر می‌خواهید این بازی‌ها را انجام دهید به باشگاه بپیوندید. این کلوب افراد را به معاشرت کردن ترغیب می‌کند. هر زمان که روح فعالیت تیمی مورد نیاز باشد بهتر است به دنبال برقراری روابط دوستانه باشید.

۶) ورزش دو در مونتreal

کبک جاها و مسیرهای زیادی دارد که شما می‌توانید آنجا ورزش دو را انجام دهید. اگر می‌خواهید این مکان‌ها را خودتان ببینید و در این مسیر با افراد دیگری نیز آشنا شوید به (Coureurs Montreal) بپیوندید. باشگاه Coureurs Montreal باشگاهی از دوندگان است که در طول سال میزبان رویدادهای مختلف در زمینه دو است. شما بسیاری از جاهای زیبای مونتreal و کبک را دیده و این فرصت را خواهید داشت که با دوندگان دیگر نیز آشنا شوید.

۷- معاشرت از طریق رقص لاتین

رقص لاتین در مونتreal بسیار جدی‌تر از آن چیزی است که فکر می‌کنید. بسیاری از مردم محلی رقص لاتین را دوست دارند زیرا این رقص، رقصی پر جنب و جوش و فرهنگی است و از سوی دیگر به لحاظ جسمانی بسیار انرژی بر است. این رقص باعث می‌شود شما هم احساس خوبی داشته باشید و هم تناسب‌اندام. اگر علاقه دارید این مسئله را در مرکز رقص لاتین مونتreal بیازمایید.

۸) با افراد صاحب کسب‌وکار ملاقات کنید

اگر به دنبال افراد اهل کسب‌وکار در مونتreal هستید، این بخش برای شماست. به (CAM) بپیوندید و با سایر افراد اهل کسب‌وکار در این شهر دیدار کنید.

در اینجا شما می‌توانید چیزهای بیشتری درباره کسب‌وکارها یاد بگیرید و ارتباطات خود را در این شهر گسترش دهید. شما می‌توانید در کنار افزایش مهارت‌های تجاری، برای خودتان روابط شخصی و حرفه‌ای نیز ایجاد کنید. شما به‌عنوان فردی که در یک کسب‌وکار مشغول فعالیت هستید از اهمیت روابط و ارتباطات به‌خوبی آگاهی دارید. در مونتreal هیچ جایی برای این منظور بهتر از این محل نیست.

بهترین راه ملاقات با افراد در مونتreal؟ مهارت‌های اجتماعی‌تان را تقویت کنید

دانستن این مطلب که کجا می‌توان با افراد مختلف دیدار کرد مهم است ولی این فقط بخشی از پازل است. اگر واقعاً می‌خواهید با افراد در مونتreal دیدار کنید و با آن‌ها دوست باشید، مهارت‌های اجتماعی‌تان را تقویت کنید. و این البته بحث مستقلی است که در آینده در «هفته» به آن می‌پردازیم. شما هم اگر مایل هستید تجربیات و نظرات خود را به «هفته» ارسال کنید و آنها را با دیگران به اشتراک بگذارید.



۴) کلوب شبانه پاب کراول مونتreal (Pub Crawl Montreal)

زمانی که با افراد مختلف در مونتreal دیدار می‌کنید پیوستن به کلوب شبانه پاب کراول مونتreal یکی از لذت‌بخش‌ترین اقدامات می‌باشد. شما در جمع گروهی از افراد بومی و نیز گردشگر قرار خواهید گرفت و در کنار آن‌ها زندگی شبانه این شهر را کشف خواهید کرد. در همه آن مکان‌ها نیز با شما مثل یک فرد بسیار مهم رفتار خواهد شد.

اگر خودتان را فردی خوش مشرب می‌دانید و یا اینکه به دنبال تجربه کردن زندگی شبانه مونتreal هستید هیچ راه بهتری به جز پیوستن به این کلوب ندارید.



۵) کلوب ورزشی و اجتماعی مونتreal

این گزینه برای آن‌هایی که دوست دارند در فعالیت‌های ورزشی مشارکت کنند عالی است. این کلوب برگزارکننده بازی‌ها، مسابقات و رقابت‌های



Kazem Partow Tehrani
Real Estate Broker



کاظم تهرانی

مشاور رسمی املاک در کبک

خرید، فروش و اجاره املاک مسکونی و تجاری

هزینه محضر، ۱۵۰۰ دلار هدیه ما، برای خریدارن ملک

■ پیش فروش املاک در نقاط مختلف مونترال

■ مشاوره برای املاک در آمدزا

■ ارزیابی رایگان منزل شما

با ۴۵ سال سابقه زندگی در مونترال و ۱۵ سال سابقه در املاک

به همراه یک تیم حرفه ای

514 - 971-7407

عبدالله صفوی
مشاور مالی

بیمه و سرمایه گذاری

مشاوره رایگان

امروز تماس بگیرید:

(514) 467-8491



بیمه عمر، از کار افتادگی

بیماری های خاص و...

پس انداز تحصیلی

برنامه ریزی بازنشستگی و...

ABDOLLAH SAFAVI

Financial Security Advisor

Office:

(514) 931-4242 ext. 2567

abdollah.safavi@canadalife.com

www.safavifinancial.com

scan me for
free ebook!



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 قنی و تهیه
وام



Minoo Eslami Real estate broker
meslami@sutton.com

514 967 5743

مهاجرت مقاله مصاحبه



معصومه علیمحمدی - مشاور رسمی مهاجرت

به همراه گروه مجرب خود ارائه کننده کلیه خدمات مربوط به اخذ مجوزهای اقامت دائم و یا موقت کانادا برای کلیه برنامه های مهاجرتی فدرالی و استانی از طریق: سرمایه گذاری، استارت آپ، تخصصی، کار آفرینی، خویشاوندی، دانشجویی... و همچنین مشاوره و تایید رسمی مدارک، تهیه سوگند نامه و دعوتنامه رسمی می باشد.



WWW.ICPIMMIGRATION.COM

icpimmigrationtocanada
@ICPimmigrationTOCANADA



Montreal:

Office:
514-289-9011/514-289-9044
WhatsApp: 514-778-9011
Direct from Iran:
021-2878-8531
Email: info@icpimmigration.com
Address: 1117 Ste. Catherine
West,
#511, Montreal, Qc. H3B 1H9

Tehran:

Office: 021-2288-1684
Mobile: 0937-489-6676



از این پس متقاضیان دارای سی اس کیو می توانند «اجازه کار باز» بگیرند

• آنان معمولاً بیشتر از ۱۲ ماه طول نخواهد کشید. دریافت مجوز کار بریجینگ مزایای متعددی دارد. به عنوان مثال اجازه می دهد تا متقاضیان اقامت دائم در کانادا بمانند، در بازار کار مشارکت کنند، مالیات بپردازند و از لحاظ اقتصادی و اجتماعی در کانادا ادغام شوند. همچنین برای دولت فدرال و دولت استان کبک نیز مفید است زیرا متقاضیان می توانند در اقتصاد مشارکت داشته باشند، تأمین نیروی کار مورد نیاز کبک را نمایند. در گذشته دارندگان سی اس کیو در صورت انقضای اعتبار مجوز کار پس از تحصیل، مجبور به تغییر وضعیت از مجوز کار به وضعیت بازدیدکننده در طول دوره بررسی درخواست اقامت دائم خود بودند و یا اینکه از یکی از کارفرمایان کبک پیشنهاد کار دریافت می کردند و به واسطه آن موفق به اخذ مجوز کار بسته می شدند و یا اینکه تصمیم می گرفتند کشور را ترک کنند تا پس از دریافت تأییدیه دریافت اقامت دوباره به کانادا به عنوان مهاجر وارد شوند.

تماس با نویسنده: معصومه علی محمدی، مشاور رسمی مهاجرت. با او می توانید از طریق ایمیل - info@icpimmigration.com وبسایت - www.icpimmigration.com در تماس باشید.

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

• تأییدیه یا AOR از IRCC دریافت کرده باشند که نشان دهنده دریافت درخواست و تحت بررسی بودن درخواست این افراد می باشد. همسر متقاضی اصلی یا شریک زندگی عرفی وی نیز اگر به عنوان خانواده همراه و وابسته متقاضی در فایل درخواست اقامت دائم می باشند نیز واجد شرایط دریافت مجوز کار آزاد همانند متقاضی اصلی خواهد شد. هدف اصلی از این سیاست جدید این است که متخصصین ماهری که توسط استان کبک انتخاب شده اند، بتوانند در این استان نه تنها به کار خود ادامه دهند بلکه در دوران انتظار دریافت اقامت در این استان بمانند. اداره مهاجرت کانادا در وبسایت خود اشاره می کند که پردازش و تکمیل پروسه بررسی درخواست اقامت دائم متخصصین ماهر که توسط کبک برگزیده شده اند طولانی است و در برخی موارد به ۲۴ ماه و یا بیشتر تا دریافت اقامت دائم طول می کشد. به همین ترتیب، مدت زمان تمدید در نظر گرفته شده است. بدیهی است این ۲۴ ماه در صورتی به متقاضی تعلق می گیرد که پاسپورت وی هنگام درخواست حداقل دارای ۲۴ ماه اعتبار باشد. تمدید ۲۴ ماهه در فاز اول درخواست به جای ۱۲ ماه موجب خواهد شد تا ترافیک دریافت درخواست کاهش یابد. لازم به ذکر است که متقاضیان دیگر استان های کانادا که دارای شرایط مشابه و در انتظار تکمیل پروسه درخواست اقامت هستند تنها با هر بار درخواست ۱۲ ماه مجوز کار بریجینگ را دریافت کنند زیرا بررسی درخواست

دارندگان سی اس کیو نیز اکنون واجد شرایط مجوز کار باز (Bridging) هستند. متقاضیان برنامه متخصصین ماهر کبک که موفق به اخذ سی اس کیو (CSQ) شده و در کانادا حضور دارند اکنون قادر به تمدید مجوز کار در طول پروسه بررسی درخواست اقامت دائم و یا مجوز کار آزاد و یا همان Bridging open work permit برای مدت ۲۴ ماه هستند. این اجازه کار قبلاً به متخصصین ماهر که از طریق برنامه مهاجرتی کبک اقدام و موفق به اخذ سی اس کیو شده و دارای فایل درخواست اقامت دائم در حال بررسی بودند نبود و فقط برای متقاضیان خارج از کبک باز بود ولی از این پس دارندگان سی اس کیو که در کانادا حضور دارند نیز از آن بهره مند خواهند شد. این متقاضیان تحت شرایط خاصی واجد شرایط درخواست تمدید مجوز کار در طول پروسه بررسی درخواست خود هستند. افرادی که موفق به اخذ مجوز کار بریجینگ BOWP در زمان تکمیل پروسه درخواست اقامت دائم می شوند می توانند بدون محدودیت برای هر کارفرمایی کار دارندگان BOWP در حین اینکه منتظر اداره مهاجرت کانادا (IRCC) برای رسیدگی به درخواست اقامت دائم خود هستند می توانند بدون محدودیت به استخدام هر کارفرمایی در آیند. برای واجد شرایط بودن برای مجوز کار بریجینگ، کارگران موقت خارجی در کبک باید دارای موارد زیر باشند:

- دارای CSQ بوده و تقاضای اقامت دائم خود را به عنوان متقاضی اصلی به IRCC ارسال کرده باشند.



راهنمای آغاز زندگی در کانادا (۱) سازوکار درخواست ویزای کانادا و مراحل قانونی آن

اگر با درخواست روادید موافقت شود، ظرف ۳۰ روز، درخواست‌کننده باید دوباره راهی آن کشور شود تا برچسب روادید کانادا بر گذرنامه‌اش بخورد. البته برخی شرکت‌ها این خدمت را برای متقاضیان انجام می‌دهند و این گونه آنها نیازی به حضور دوباره در آن کشور واسط ندارند.

مدت زمان پاسخ سفارت کانادا

پس از آن که پرونده را تکمیل و هزینه را پرداخت کردید و نیز به کارگزاری رفتید، اکنون زمان پاسخ سفارت مبنی بر موافقت یا موافقت نکردن با درخواست شما است. این زمان، افزون بر این که به نوع روادید درخواستی شما و شلوغی یا خلوتی کارگزاری انتخاب‌شده بستگی دارد، به علت همه‌گیری کووید ۱۹، طولانی‌تر از حد معمول که میان یک تا هشت هفته‌ای کاری بود، شده است و به یکسال هم می‌تواند برسد.

درخواست‌کننده می‌تواند با شماره‌ی پیگیری (Tracking No) که هنگام ثبت نام دریافت کرده است از پاسخ سفارت مطلع شود.

است پرداخت کنید. این هزینه‌ی درخواست روادید و نیز انگشت‌نگاری و بیومتریک است. پس از این که آن را پرداخت کردید باید صبر کنید تا نامه‌ی سفارت بیاید.

در کوتاه‌زمان پاسخی از سفارتخانه مبنی بر انجام انگشت‌نگاری و بیومتریک می‌آید. همان‌گونه که گفتیم چون کانادا سفارتخانه در تهران ندارد، پس به ناچار باید ظرف ۳۰ روز کاری به یکی از کشورهای همسایه (مانند جمهوری آذربایجان، ارمنستان، گرجستان، ترکیه یا امارات) برای انجام این کار رفت. برای این امر، درخواست‌کننده باید وقتی برای انجام مرحله‌ی انگشت‌نگاری و بیومتریک از کارگزاری‌های رسمی سفارت کانادا در یکی از کشورهای همسایه رزرو کند.

سپس، درخواست‌کننده باید با گذرنامه، نامه‌ی ارسال‌شده از سفارت و ایمیل تأیید وقت به آن کارگزاری برود. در کارگزاری از درخواست‌کننده انگشت‌نگاری و همچنین عکسی بیومتریک گرفته می‌شود و گذرنامه‌ی متقاضی نیز به او پس داده می‌شود.

گرفتن روادید یا ویزای کانادا نخستین گامی است که هر کس به هر علتی که قصد سفر به کانادا دارد، باید آن را بردارد.

مهم‌ترین پرسش‌هایی که در این زمینه پیش می‌آید این است که چگونه می‌توان برای این روادید درخواست داد؟ انگشت‌نگاری چگونه انجام می‌شود؟ چه مدت طول می‌کشد تا پاسخ درخواست روادید کانادا داده شود؟ با ما باشد تا به دنباله به این پرسش‌ها پاسخ دهیم. از آن جا که کانادا سفارتخانه‌ای در جمهوری اسلامی ندارد، بهترین راهی که ایرانیان خواهان گرفتن روادید کانادا پیش رو دارند، دادن درخواست از راه تارنما یا وبسایت ثبت نام آنلاین روادید کانادا است.

در این شیوه شما به تارنمای canada.ca رفته و حساب کاربری‌ای برای خود می‌سازید، سپس نوع روادیدی را که مد نظر دارید انتخاب کرده، رونوشت یا کپی ترجمه شده از مدارک درخواستی را در آنجا بارگذاری یا آپلود می‌کنید. پس از این که این مرحله را پشت سر گذاشتید، باید هزینه‌ای که عموماً ۱۸۵ دلار

جغرافیای کانادا (۲): آشنایی با کانادای مرکزی



(از غرب به شرق: مینه سوتا، میشیگان، اوهایو، پنسیلوانیا و نیویورک) هم‌مرز است. انتاریو استان تولیدی پیشرو کانادا است که ۵۲ درصد از کل تولید ناخالص ملی کانادا در سال ۲۰۰۴ را به خود اختصاص داد. ایالت میشیگان آمریکا بزرگترین شریک تجاری انتاریو است. بسیاری از اهالی انتاریو در صنایع خدماتی یا تولیدی مشغول به کارند.

استان کبک

کبک بزرگترین استان از نظر مساحت و دومین استان بزرگ از نظر جمعیت است. بیشتر مردم در مناطق شهری در امتداد رودخانه سنت لورنس، بین پرجمعیت‌ترین شهر، مونترال، و مرکز استان، شهر کبک، زندگی می‌کنند.

کبک دارای مرزهای زمینی با انتاریو از غرب، نیوفاندلند و لابرادور از شمال شرقی، نیوبرانزویک از جنوب شرقی و مرز ساحلی با نوناووت است. در جنوب با ایالات متحده (با مین، نیوهمپشایر، ورمونت و نیویورک) هم‌مرز است.

کانادا به کبک یاری رسانده است تا صنایع مهم مانند انرژی، معدن و جنگلداری‌اش، به ویژه در تولید کاغذ و خمیر کاغذ، را گسترش دهد. کبک همچنین در صنایع داروسازی، هوانوردی و سرگرمی پیشرو است.

منابع: ویکی‌پدیای انگلیسی و canada.ca

بخش از کانادا اشاره داشت. جنوب انتاریو زمانی کانادای فرازین (علیا) و بعداً کانادای غربی و جنوب کبک کانادای فرودین (سفلی) و بعداً کانادای شرقی نامیده می‌شد.

به دلیل جمعیت زیاد، انتاریو و کبک به طور سنتی دارای قدرت سیاسی قابل توجهی در کانادا بوده‌اند که منجر به نارضایتی سایر مناطق این کشور شده است.

در مجموع، این دو استان تقریباً ۲۳ میلیون نفر جمعیت دارند که ۶۲ درصد از جمعیت کانادا را تشکیل می‌دهند. آنها در مجلس عوام کانادا ۱۹۹ کرسی (انتاریو: ۱۲۱، کبک: ۷۸) از مجموع ۳۳۸ کرسی مجلس را در اختیار دارند.

استان انتاریو

انتاریو پرجمعیت‌ترین استان کانادا با ۳۸.۳ درصد از جمعیت کشور و دومین استان بزرگ از نظر مساحت (پس از کبک) است.

برآوردها حاکی از آن است که بیش از ۱۰۰ هزار ایرانی در انتاریو، به ویژه در شمال شهر تورنتو (ریچموند هیل و یورک شمالی) زندگی می‌کنند. پایتخت کانادا، اتاوا، و پرجمعیت‌ترین شهر کانادا، تورنتو، در این استان جای دارند.

انتاریو از غرب با استان مانیتوبا، از شمال با خورهای هادسون و جیمز، و از شرق و شمال شرق با کبک و از جنوب با ایالات متحده آمریکا

کانادا، پس از روسیه، دومین کشور بزرگ جهان و وسعت آن نزدیک به ۱۰ میلیون کیلومتر مربع (۹ میلیون و ۹۸۴ هزار و ۶۷۰ کیلومتر مربع) است؛ یعنی بیش از ۶ برابر ایران مساحت دارد. کانادا که بزرگترین کشور انگلیسی‌زبان و هم‌زمان بزرگترین کشور فرانسوی‌زبان جهان است از سه سو محصور به اقیانوس است: اقیانوس اطلس در شرق، اقیانوس قطب شمال در شمال و اقیانوس آرام در غرب. کانادا از جنوب مرزی مهم و راهبردی با ایالت متحده آمریکا دارد و مرزی دیگر نیز با این کشور در شمال غربی‌اش.

در این سلسله نوشتار «هفته» شما را با استان‌ها و قلمروهای کانادا در چهار بخش: ۱. استان‌های شرقی، ۲. کانادای مرکزی، ۳. استان‌های جنوبی و ۴. استان غربی و قلمروهای شمال غربی آشنا می‌کند.

کانادای مرکزی

کانادای مرکزی که استان‌های مرکزی هم خوانده می‌شود، دربردارنده دو استان بزرگ و پرجمعیت «انتاریو» و «کبک» است.

این استان‌ها هر چند نامشان مرکزی است، ولی از نظر جغرافیایی در مرکز کانادا نیستند و جزء استان‌های شرقی به شمار می‌آیند. از اهمیت کانادای مرکزی همین بس که پیش از کنفدراسیون، واژه «کانادا» به طور خاص به این



آشنایی با شهرهای اصلی کانادا (۲)

این هفته: ونکوور و تلخ و شیرین زندگی در آن

ترانس لینک (Translink) نام سامانه‌ی حمل و نقل در ونکوور است که از قطارهای ترانزیت سریع‌السیر (SkyTrain)، راه‌آهن مسافری (West Coast Ex-press)، ناوگان اتوبوسرانی و کشتی دریایی (Sea-Bus) استفاده می‌کند.

ونکوور شهری دوستدار دوچرخه است. راه‌های دوچرخه‌رو در این شهر فراوان‌اند تا دوچرخه‌سواران بتوانند از رفت و آمد بدون ترافیک لذت ببرند. در کل، استفاده از دوچرخه به عنوان وسیله اصلی حمل و نقل بخشی از فرهنگ محلی است. بیشتر افراد در شهر ونکوور پیاده یا با دوچرخه به سر کار می‌روند.

مزایا و معایب ونکوور

بدی‌ها:

بازار مسکن بسیار گران، دارای بالاترین هزینه‌ی زندگی میان شهرهای آمریکای شمالی، میزان بالای جرم و جنایت، زمستان‌های بارانی و ابری.

خوبی‌ها:

بالاترین طول عمر در کانادا، اقتصاد متنوع با بازار کار بسیار فعال، زمستان سخت ندارد و بارش برف به ندرت اتفاق می‌افتد، تابستان‌های خشک و آفتابی با دمای معتدل، مناظر شگفت‌انگیز زیبا، کیفیت بالای هوا، معمولاً در میان ۱۰ شهر برتر جهان برای زندگی قرار دارد.

منبع داده‌ها: تارنمای «تنها برای کانادا»

هزینه‌های زندگی در ونکوور

زندگی در ونکوور به دلیل هزینه‌های نسبتاً بالای این شهر می‌تواند دشوار باشد. به نسبت دیگر شهرهای کانادا قیمت مسکن در ونکوور بالا است. هزینه‌ی یک کارت ماهانه‌ی حمل‌ونقل عمومی، بسته به تعداد مناطق مورد نیاز، بین ۹۰ تا ۱۷۰ دلار در ماه است. این رقم در شهری مثل مونترال فقط ۸۰ دلار است.

به طور کلی، هزینه‌های زندگی در ونکوور بالا است و حتی می‌تواند بیش از تورنتو باشد و در کل گفتنی است که هزینه‌های زندگی در این شهر بالاتر از میانگین ملی کانادا است، اما این می‌تواند با دستمزد کمی بالاتر و مالیات کمتر جبران شود.

آب و هوا در ونکوور

فصل تابستان ونکوور به طور کلی خشک است، با این حال درجه حرارت در حدود ۲۰ درجه سانتیگراد باقی می‌ماند و به ندرت از ۳۰ درجه سانتیگراد بالاتر می‌رود. در زمستان و پاییز ممکن است افسرده شوید، زیرا اغلب ابری و بارانی است. این یکی از محدود موارد منفی ونکوور به شمار می‌رود، اما در برابر در فصول بهار و تابستان هوای ونکوور بیشتر آفتابی است که می‌تواند ابری و بارانی بودن پاییز و زمستان این شهر را متعادل کند. علاوه بر این، ونکوور یکی از معتدل‌ترین زمستان‌ها را در کانادا دارد و به ندرت به زیر صفر درجه می‌رسد. با زمستان بیشتر بارانی و کوه‌هایی که ونکوور پیرامونش دارد، جایی دلخواه برای ورزش‌های زمستانی است.

حمل و نقل در ونکوور

حمل و نقل عمومی ونکوور بسیار توسعه‌یافته است.

در این سلسله‌نوشته‌ها درباره‌ی شهرهای کانادا هر آنچه را که باید درباره‌ی مونترال، تورنتو، ونکوور، اتاوا، کلگری و ادمونتون بدانید پیدا خواهید کرد. در بخش پیشین به اتاوا پرداختیم و در بخش پیش رو سراغ ونکوور خواهیم رفت تا ضمن معرفی این شهر، مزایا و معایب سکونت در ونکوور را نشان دهیم. اگر شما به کانادا مهاجرت کرده‌اید، اما هنوز به این نتیجه نرسیده‌اید که در کجا زندگی کنید این سلسله‌نوشته‌ها درباره‌ی شهرهای اصلی کانادا برای شماست.

در اینجا به این پرسش‌ها پاسخ خواهیم داد که شهر مورد بررسی: کجاست؟

هزینه‌ی زندگی چگونه است؟

آب و هوایش چگونه است؟

آیا سیستم حمل‌ونقل همگانی‌اش خوب است؟

و، مزایا و معایب آن شهر چیست؟

ونکوور در یک نگاه

استان: بریتیش کلمبیا

جمعیت شهری: ۶۰۰ هزار نفر، با پیرامون: ۲.۵ میلیون نفر (بر پایه‌ی آمار ۲۰۱۶)

آب و هوا: ساحل غربی دریایی یا اقیانوسی

منطقه‌ی زمانی: ساعت استاندارد غربی

کد تلفن منطقه: ۶۰۴ یا ۷۷۸ یا ۲۳۶ آغاز می‌شود
کد پستی: ۵۵K تا ۷۶Z، ۷۶T، ۷۶X یا ۷۷Y شروع می‌شود

موقعیت ونکوور

ونکوور در ساحل غربی کانادا واقع شده است و تنها ۵۰ کیلومتر با مرز آمریکا فاصله دارد.



استودیو عکاسی روز
STUDIO PHOTO ROSE

انواع خدمات
عکاسی حرفه ای

**PASSPORT
PORTRAIT
NEWBORN
BUSINESS**





(514) 488 7121

5301 Queen Mary
(Corner of Décarie),
H3X1T9, Montréal, QC.

ما را در اینستاگرام و
فیسبوک دنبال کنید:

studiophotorose




ELHAM JAMI
Courtier Immobilier Résidentiel
514-966-9681
eniamami@sutton.com

خرید و فروش املاک مسکونی
در مونترال، وست آیلند، ریوسود و لاوال

همکاری با تیم با تجربه در
تهیه وام مسکن و با کمترین نرخ سود بانکی

تسهیلات ویژه برای تازه واردین به کانادا



Agence immobilière
RE/MAX Haute Performance

شاهین سجادی
کارشناس و مشاور رسمی
املاک مسکونی



SHAHIN SAJADI
• Courtier immobilier
résidentiel

514-464-8220




f shahinsajadi | @ shahin.sajadi@remax-quebec.com
@ shahinsajadi.realtor

ارزیابی ملک و مشاوره رایگان
خدمات رایگان برای خریداران و مستأجران
مشاوره تخصصی به سرمایه گذاران در املاک در آمدزا
همراهی در تهیه وام با بهترین شرایط
هزینه محضر هدیه ما به خریداران گرامی

شهره شهریان
مشاور رسمی املاک مسکونی

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



514 290 2210

ShahrianRealtor@gmail.com



Immobilier Casa Bella
www.CasaBellaQuebec.com
4103, boul. Lévesque O.East,
QC H1W 2P4

ادبیات ہند فرہنگ





مارال محمدی، نویسنده کتاب عماق تنهایی: می‌خواهم ایده‌هایم را گسترش بدهم

هم خواهم کرده بودم به پدر و مادرم چیزی نگن! اما بالاخره بعد از دو سال ترسم رو کنار گذاشتم و به پدر و مادرم گفتم، و برعکس تصور حمایت و تشویقم کردن و حامی من شدن.

برای آینده چه چشم‌اندازی می‌بینی؟ دوست داری باز هم داستان نوشتن رو ادامه بدی؟

فعلاً قصد دارم وقتی بزرگ‌تر شدم ایده‌هایم رو گسترده‌تر کنم و متن‌های ادبی و زیباتری را ارائه بدهم و تمام سعی و تلاشم رو می‌کنم تا موفق بشم. در این کتاب اول هر قسمت از شعر استفاده کرده بودی. لطف می‌کنی برامون در مورد استفاده از شعر بگی؟

من سعی کردم یک سری شعرهایی رو پیدا کنم و بنویسم که با اون بخش داستان هم‌خوانی داشته باشه و مرتبط با موضوع باشه. ایده این داستان خیلی ناگهانی به ذهن من اومد و رفته‌رفته سعی کردم گسترش بدم و به داستانی رو بنویسم که درد بعضی از مردم جامعه رو بیان کنه.

خیلی‌خیلی از صحبت باهات لذت بردیم. ممنون که وقت گذاشتی و با صبر و حوصله سؤالات ما رو جواب دادی. من هم تشکر ویژه می‌کنم از شما و کارکنان عزیز مجله هفته. امیدوارم موفق و سلامت باشید ممنونم که وقت گرانبهاتون رو در اختیار من گذاشتین. سپاسگزارم از زحماتون.

مارال محمدی عزیز از شما سپاسگزاریم.

مارال عزیز! چه شد که دست به قلم شدی و داستان نوشتی؟ دوره خاصی رفته بودی؟ قبلاً هم نوشته بودی؟

بله. من از کودکی داستان‌های کوتاه می‌نوشتم به‌طوری‌که حتی برای برخی از نقاشی‌هایم هم داستان‌های چند خطی می‌نوشتم و قبل از چاپ اولین کتابم هم دو تارمان به‌عنوان تمرین و پیشرفت نوشتم. **لطفاً برای خوانندگان ما از این که چرا تصمیم به چاپ کتاب گرفتی بگو.**

حقیقتش من در فکر چاپ کتابم نبودم، با اصرار و حمایت یکی از خاله‌هایم کتابم به چاپ رسید و واقعاً ممنونشون هستم.

چقدر با داستان و رمان آشنایی داشتی؟

من وقتی خردسال بودم مادرم همیشه برام کتاب داستان می‌خوند و من به‌قدری به اون کتاب‌ها و داستان‌های کوتاهشون علاقه داشتم که اون‌هارو حفظ می‌کردم و اگر زمانی مادرم اشتباه لفظی داشت اون‌هارو از حفظ درست می‌کردم.

عزیزم اگر میشه برامون بگو خانواده‌ات چه برخوردی باهات داشتن؟ چقدر حمایت کردن؟

من به مدت دو سال پنهانی می‌نوشتم و پدر و مادرم از این قضیه خبر نداشتن، دلیل پنهان‌کاریم این بود که فکر می‌کردم با نوشتن مخالفت می‌کنن و مانع میشن فقط خاله‌هایم و زن داییم و مادر بزرگم خبر داشتن و توی این زمینه من رو خیلی حمایت کردن و واقعاً مدیونشونم که از آنها

کتاب عماق تنهایی، اثر مارال محمدی، نویسنده نوجوان فارسی‌زبان متولد ۱۳۸۶ است. این کتاب در سال ۱۳۹۹، در انتشارات اساطیر تهران به چاپ رسیده است. کتاب در ۲۶۶ صفحه و از زاویه روایت چند شخصیت با نام‌های تانیا سالاری، امیر صادقی، دیانا صیادی، رهام حیدری، سینا حامدی و تیم سالاری روایت می‌شود. ابتدای هر بخش یک عبارت یا یک شعر، قبل از اسم شخصیت بیانگر فضای درون آن است. در مجموع رمان از جذابیت، روانی و کشش خوبی برخوردار است که به‌راحتی می‌تواند با خواننده ارتباط برقرار کند. تشویق نویسندگان جوان و نوجوان یکی از ماموریت‌های بخش ادبیات «هفته» است و بر همین مبنا تصمیم گرفتیم گفت‌وگویی داشته باشیم مارال محمدی برای معرفی او از زبان خودش و همین‌طور آشنایی بیشتر با اولین رمان این نویسنده نوجوان.

سلام مارال محمدی عزیز، خوشحالیم که فرصت شد تا با شما صحبتی داشته باشیم. بابت چاپ کتابتون صمیمانه تبریک می‌گوییم. لطفاً در ابتدا در مورد خودتون و همچنین داستانتون توضیح بدهید.

ضمن عرض سلام خدمت شما، مارال محمدی هستم ۱۵ ساله از کشور ایران، شهر تهران. من قبل از نوشتن چندین داستان مجازی خوندم و به رمان‌نویسی علاقه‌مند شدم، احساس کردم که من هم می‌تونم کاراکترها و داستان خودمو داشته باشم. سرانجام هم نویسنده‌گی رو از سه سال قبل شروع کردم.

«به چت مغز» اثر ترجمه - تحریر از حمید شورکایی در مونترال منتشر شد

بیست و نهم ماه اکتبر سال ۱۹۴۵ میلادی: ژان پل سارتر، پدر فرانسوی اگزیستانسیالیسم، درباره‌ی مکتب اگزیستانسیالیسم خود سخنرانی دلکش و زیبایی می‌کند. عنوان سخنرانی سارتر: «اگزیستانسیالیسم یک اومانیزم است». او از رسالت اخلاقی انسان پرتاب شده در این دنیا داد سخن سر می‌دهد. حضار به وجد می‌آیند و برایش کف و سوت می‌زنند! ژان پل سارتر، دو ماه پس از این سخنرانی معروف خود، یعنی در ماه دسامبر سال ۱۹۴۵ میلادی، مقاله‌ای تحت عنوان «سیمای یک یهودستیز» می‌نویسد و در مجله‌ی «تان مدرن» منتشر می‌کند. او در این مقاله سلین را متهم می‌کند که از نازی‌ها پول گرفته بود تا از تر آن‌ها دفاع کند. به گواه دوست و دشمن - حتی سرسخت‌ترین دشمنان سلین - اتهام سارتر علیه سلین سراسر بی‌اساس و کذب محض بوده است. اتهامی بی‌اساس آن هم زمانی که سلین در زندان به سر می‌برده و خطر تیرباران شدن بیخ گوشش بوده است. همان سلینی که سارتر از سبک زبانی و قلم رهایی‌بخش او تقلید می‌کرده و او را پدر معنوی خود می‌دانسته است. همان سلینی که در نخستین رمانش، «سفر به انتهای شب»، یکی از گوش‌خراش‌ترین و تحمل‌ناپذیرترین فریادها را بر سر موجودی به نام انسان کشید. همان سلین، زخم‌دیده‌ی جنگ جهانی اول و پزشک تهی‌دستان و نابغه‌ی ادبی مغروری که می‌گفت: «یا از من تقلید می‌کنید یا وجود ندارید!» و همان سلینی که آخرین کتابش، ریگودون، را به حیوانات تقدیم کرد.

سیزدهم ماه نوامبر سال ۱۹۴۷ میلادی: مقاله‌ی سارتر به دست سلین می‌رسد و او مقاله‌ی سارتر را می‌خواند و... آتش می‌گیرد. سلین، همان سفرکرده‌ی انتهای شب، شتابان دست به کار می‌شود و هجونه‌ای به سبک معروف خود (شلاقی، چکشی و پتکی) می‌نویسد و سارتر را به لجن می‌کشد... برنانوس راست می‌گفت: «خدا ساین را آفرید تا رسوایی به پا کند».

قیمت کتاب «به چت مغز» ده دلار کانادا است و می‌توان آن را از سایت آمازون کانادا خریداری کرد:

www.amazon.ca/dp/2982021609?ref=myi_title_dp

همچنین علاقه‌مندان ساکن مونترال می‌توانند این کتاب را از «کافه اونجا» تهیه کنند:

Café Aunja, 1448 rue Sherbrooke O, Montreal, QC, Canada H3G 1K4

شما می‌توانید برای تهیه کتاب از طریق تلفن ۴۳۸۸۷۶۴۸۲۲ یا ای‌میل bikasshourkaei@gmail.com با مترجم تماس بگیرید.



درباره‌ی مترجم، حمید شورکایی

حمید شورکایی در مونترال زندگی می‌کند و دارای دکترای تاریخ جهان باستان از دانشگاه نانتر پاریس است. پیش از این کتاب «گفتاری درباره‌ی بردگی خودخواسته» را از زبان فرانسوی به فارسی ترجمه و در ایران و همچنین در مونترال منتشر کرده است. حمید شورکایی همچنین به عنوان مترجم رسمی در مونترال مشغول به کار است.

درباره‌ی کتاب «به چت مغز»:

کتاب «به چت مغز» یک ترجمه‌ی صرف نیست. مترجم چندین سال است که درباره‌ی سلین و سبک نوشتاری‌اش پژوهش می‌کند و سی صفحه نخست این کتاب پژوهش‌های او درباره‌ی دعوی بین سلین و سارتر است. کتاب به خاطر سبک سلین و خشونت کلامی‌اش هرگز در ایران بدون سانسور چاپ نمی‌شود. مترجم هدف خود از انتشار این کتاب را شناساندن سلین واقعی با سبک و خشونت کلامی به خوانندگان ایرانی عنوان کرده است. در قسمت دوم کتاب نظرات و حرف‌های سلین درباره ادبیات و سبک خاص نوشتاری‌اش با عنوان «سلین با شما صحبت می‌کند»، آورده شده است.

معرفی «به چت مغز» به قلم حمید شورکایی

هفدهم ماه دسامبر سال ۱۹۴۵ میلادی: لویی فردینان سلین در کپنهاگ دستگیر و زندانی می‌شود. دولت فرانسه مصرانه از دولت دانمارک خواستار استرداد سلین به فرانسه می‌شود تا او را تیرباران کند. به چه جرمی؟ همکاری با دشمن خارجی و یهودستیزی! دولت دانمارک از استرداد سلین طفره می‌رود و اسناد و مدارک علیه او را کافی نمی‌داند. سلین چهارده ماه در زندان اعدامی‌ها می‌ماند و در ماه فوریه سال ۱۹۴۷ میلادی آزاد می‌شود، اما حق بازگشت به خاک میهن خود را ندارد. سلین در تبعید دیگر آن سلین سابق نیست؛ پیرمردی تکیده و دل‌آزده از عالم و آدم! «آهای آدم‌ها، مرا در قفس کرده‌اید، شرم و لعنت بر شما!»

تازه‌های کتاب ایران:



باورهای عامیانه‌ای هستند که در این رمان به آن‌ها پرداخته شده است. راوی داستان سینا جوانی ۳۵ ساله است که آغاز روایت از سن ۹ سالگی آغاز می‌شود.

احمد ابوالفتحی عضو شورای سردبیری مجله همشهری داستان و دبیر بخش داستان ایرانی در نشر نیماژ است. پیش از این مجموعه داستان «پل‌ها» و «رمان» سال سی «توسط نشر چشمه از این نویسنده منتشر شده است.

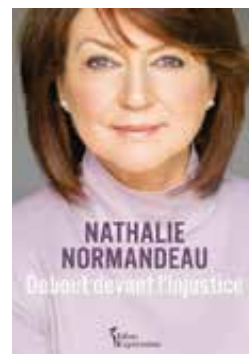
در بخشی از این رمان می‌خوانیم:

یکی از کاغذهای کتاب را کندم و بردم آشپزخانه. شعله‌ی گاز را روشن کردم و کاغذ را روی شعله گرفتم. چیزهایی نرم نرم معلوم شد اما خبری از کلمه نبود. از پایین کاغذ یک خط کج آرام آرام معلوم شد و رفت و رسید به انتهای کاغذ. بعد دو خط هلالی افقی که نوکشان به هم چسبیده بود، وسط کاغذ پیدا شدند و بعد، کمی بالاتر از آن دو خط، کاغذ آتش گرفت. نه همه‌اش. فقط دوجای کاغذ. دو جا که می‌توانستند جای چشم‌ها باشند. از دیدن آن چشم‌های آتشی جا خوردم و خواستم کاغذ را ول کنم که چشمم به دهان افتاد. دهان حالا یک حفره‌ی خیلی عمیق سیاه بود. به من لبخند می‌زد و صدایی فشفشه مانند از خودش بیرون می‌داد.

رمان «ایشان» در ۲۵۴ صفحه به مبلغ ۶۹ هزار تومان توسط نشر نیماژ وارد بازار کتاب شد.

نشر نیماژ تازه‌ترین اثر احمد ابوالفتحی با عنوان «ایشان» را منتشر کرد. در این رمان، نویسنده روایت‌هایی از فرهنگ و باور عامه را در مردمان شهر نهاوند به تصویر می‌کشد. از ویژگی خاص نشر این رمان، لهجه‌ی نهاوندی است که در گفتگوها با ظرافت ساخته و پرداخته شده است. همه این‌ها در کنار آشنایی با تاریخچه‌ی شهر و افشای معمای مرموز اعضای خانواده‌ی روای منجر به خلق ماجرای خواندنی شده است. این رمان پر قصه، دایم در میان تاریخ، باورها و خیالات در رفت و آمد است. احمد ابوالفتحی در جلسه‌ی داستان خوانی و گفتگو با مسعود بوربور گفت که از سال ۹۵ تا ۹۹ درگیر نوشتن این رمان بوده است. رمان «ایشان» چهار فصل دارد: سنگین بانو، پانزده سالگی، بهره‌مند، مظاهر. مفاهیمی مانند مردآزما و از ما بهتران از جمله

تازه‌های کتاب کانادا:



کناره گرفت. البته این تمام ماجرا نبود. او در تاریخ ۱۷ مارس ۲۰۱۶ ساعت ۶ صبح در خانه‌اش دستگیر شد. اتهامات وارده به او از این قرار بود: توطئه، فساد، رشوه و جرایم مالیاتی. البته دادگاه او و دیگر اعضای که همزمان با او دستگیر شدند، پس از فراز و نشیب فراوان و ماراتنی پنج‌ساله در نهایت خاتمه یافت و پرونده بسته شد. او که فعالیت‌هایش در رادیو با موفقیت روبرو شده بود، اعلام کرد که قصد دارد کتابی درباره آنچه بر او گذشته و کمیسری که برای او پرونده‌سازی کرد، بنویسد. حالا او این کتاب را نوشته و خود را قربانی بی‌عدالتی قضایی می‌داند. از نظر ناتالی نورماندو، کمیسر روبرت لافرئیر، او و سایر سیاستمداران را بی‌دلیل و تنها در جهت اثبات و به رخ کشیدن قدرت خود در UPAC بازداشت کرده است. او انگیزه خود را از نوشتن کتاب این گونه عنوان کرده که دانستن حقیقت را حق مردم می‌داند.

کتاب مستند Debout devant l'injustice در ۳۸۴ صفحه به مبلغ ۲۹.۹۴ دلار منتشر شد و در دسترس علاقمندان به پشت‌پرده بازی‌های سیاسی قرار گرفت.

ناشر کانادایی Edition groupe librex کتاب مستندی از روایت‌های ناتالی نورماندو Nathalie Normandeau فعال سیاسی اهل کبک را منتشر کرد. او از سال ۲۰۰۷ تا ۲۰۱۱ معاون نخست وزیر کبک بود و از سال ۲۰۱۵ تا کنون مجری و برگزار کننده برنامه رادیویی بوده است. او فارغ‌التحصیل رشته علوم سیاسی از دانشگاه لاول در کبک کانادا است. او از سال ۲۰۰۳ در جبهه لیبرال کبک فعالیت داشته است. در سال ۲۰۱۱ بنا به دلایل شخصی از فعالیت سیاسی

نویسنده: شهره جبلی
طراح: سیروس یحیی‌آبادی

قصه‌های مهاجرت: «نیمه گمشده»

بالاخره تصمیم گرفتم با او ملاقات کنم. سی
و پنج روز مداوم رأس ساعت نه
صبح برایم صبح بخیر
و ساعت ده

شب، شب بخیر می‌گفت. لابه‌لایش هم گاهی
ترانه‌های زیبایی می‌فرستاد. البته پرواضح
است که من جواب نمی‌دادم. پروفایلش عکس
یکی از شخصیت‌های دیزنی بود، ولی اسم و
فامیلش کامل بود و این تمام چیزی بود که از
او می‌دانستم.

روز سی و ششم بعد از صبح بخیرش برایش
پیام دادم که اگر مایلیم با او
قهوه‌ای



شهره جبلی

هم گوشی را برداشتم. احتمالاً می‌خواست به من پیام بدهد. همین کار را هم کرد. نوشته بود: کجایی؟

واقعاً که چقدر بی‌ادب و بی‌ملاحظه! فقط چهل و پنج دقیقه تأخیر! یعنی برای یافتن نیمه گمشده نباید کمی صبور باشیم؟ جوابش را ندادم.

نباید فکر کند من از این دست دخترهایی هستم که دنبال پسرها می‌دوند؛ آن هم حالا که پای یک عمر زندگی در میان است. فکرش را بکنید مرد رویایی شما این قدر بی‌ملاحظه و عجول باشد. شرم‌آور است!

همان‌طور که در حال تصحیح لیستم بودم متوجه شدم گارسون را صدا کرده و بعد از چند دقیقه او را در حال نوشیدن قهوه دیدم. وای خدای من! لعنت بر شیطان، این دیگر قابل بخشش نبود.

باید به او بگویم اگر بخواهد بدون من به منزل خانواده‌اش برود و آنجا تنهایی غذا بخورد، باید دور من را تا آخر عمر خط بکشد. این نامش عشق نیست. مگر نه اینکه در تمام رمان‌ها و فیلم‌ها، زنان و مردان دست در دست، درحالی‌که به افق‌های دور خیره شده‌اند، غذا می‌خورند و شراب می‌نوشند.

به هم‌کلاسی دبیرستانم زنگ زدم. دوست مهربانی بود گرچه من مدت‌ها می‌شد خبری از او نداشتم. سال‌های اول ازدواج، طبقه بالای مادرشوهرش زندگی می‌کردند و همیشه از اینکه شوهرش بعد از کار اول به مادرش سر می‌زند و جای و عصrane را با او می‌نوشد، می‌نالید. از او سوال کردم، ولی گفت بعداً زنگ می‌زند؛ چون قرار است تا ساعاتی دیگر برای دخترشان خواستگار بیاید و حسابی مشغول است.

کلافه و مستأصل شده با خود گفتم می‌روم و همه این‌ها را رودرو با خودش در میان می‌گذارم. اصلاً هیچ چیزی بهتر از صداقت و شفاف‌سازی نیست. در تمام کتاب‌های روان‌شناسی و کلاس‌های مثبت‌اندیشی هم همین‌ها را یادمان می‌دهند؛ بله چشم در چشم!

با گام‌هایی محکم، برف را زیر پاهایم لگدمال کرده و داخل کافه شدم و یگراست به سراغ میز کنار پنجره رفتم. گارسون در حال تمیز کردن میز بود.

برایش پیام دادم که کجایی، ولی دیدم مرا مسدود کرده است.

یک مرد دروغگوی دیگر! اصلاً همان بهتر که مرد رویاهای من برای همیشه رفته بود. / پایان



مورد را خط زده و سه مورد دیگر اضافه کردم و مجدداً داخل کیفم گذاشتم.

تمامی دوستانم ازدواج کرده بودند و بیشترشان بچه داشتند، ولی تفاوت من با آن‌ها در این بود که بالاخره پس از سال‌ها انتظار مرد رویاهایم را پیدا کرده بودم.

از داخل ماشین به دختری که به‌تازگی هم‌خانه‌ام شده بود زنگ زدم، چون از قبل به من سفارش کرده بود اگر خواستم عروسی کنم نیاز دارد زودتر بداند تا بتواند لباس بدوزد. به او گفتم که دارم ازدواج می‌کنم و بهتر است برای لباس عجله کند.

او پرسید مرد رؤیاهایم چه شکلی است و من برایش با ذکر جزئیات توضیح دادم. او دختر حسودی است و طبیعتاً توی ذوقم زد. اینها نمی‌دانند آدم‌هایی که زیادی زیبا هستند، چیزی برای کشف کردن ندارند، ولی مرد عزیز من با آن دندان مضحک حتماً کلی مایه خنده و نشاط‌مان در عصرهای دلگیر پاییز خواهد شد.

برف ملایمی که از صبح شروع به باریدن کرده بود، داشت شدت می‌گرفت.

همان‌طور که از دور زیر نظر داشتمش، نگاهی به ساعتش انداخته و از پنجره به بیرون نگاه کرد. من هم ساعت را چک کردم. فقط نیم ساعت از موعد قرار گذشته و او هیچی نشده داشت مرتب ساعتش را چک می‌کرد.

عجب! پس مرد رویایی من از آن آدم‌های وسواسی است که برای جنگ و جدل دنبال بهانه می‌گردند. چرا دیر آمدی، چرا زود رفتی و از این حرف‌ها.

هیچ ازین رفتارش خوشم نیامد. لیستم را برداشتم و سه مورد به آن اضافه کرده و یک مورد را هم از اولویت دو به هفت منتقل کردم.

در افکار خود غوطه‌ور بودم که متوجه شدم گوشیش را برداشته و به آن نگاه می‌کند. من

بنوشم. بدون هیچ توضیح اضافی آدرس یک کافی‌شاپ دنج و خلوت در مرکز شهر را برایم فرستاد.

در اولین لحظه دیدنش متوجه شدم مرد رویاهایم را یافته‌ام. همان نیمه گمشده‌ای که زئوس سالیان قبل ما را دو نیمه کرده بود.

قدش متوسط و چهارشانه بود. کم مو، بینی‌اش کمی انحراف داشت و چشمان افتاده روشنش هیچ حس خاصی را منتقل نمی‌کرد. یکی از دندان‌های نیشش موقع لبخند زدن به‌صورت اغراق‌آمیزی خودنمایی می‌کرد. این را زمانی که یک میز خالی کنار پنجره پیدا کرد، متوجه شدم. یک پالتوی سیاه کوتاه و یک کلاه لبه‌دار به سر داشت.

همان‌طور که از داخل ماشین زیر نظر داشتمش با خودم فکر می‌کردم کاش بچه‌هایمان شبیه او نشوند ولی از طرفی مرد خوشگل مال مردم است و همین‌طوری بهتر است.

سه‌شنبه بود. اگر صحبت‌هایمان خوب پیش رفت، فردا با هم شام می‌خوریم. می‌توانم از او بخواهم پنجشنبه در جشن تولد دختر دوستم همراهیم کند و حتی آخر هفته را با هم بگذرانیم.

لیست سوال‌هایم را از کیفم درآورده و برای چندمین بار نگاهش کردم. دو

عارف محمدی،
نویسنده سینمایی



تیتان؛ برنده نخل طلای جشنواره کن ۲۰۲۱

نام فیلم: تیتان Titane
کارگردان: جولیا دوکورنو
فیلمنامه نویس و
بازیگران: آگاتا روسل، وینسنت
لیندون، گارانس مارلیه
محصول: فرانسه، بلژیک ۲۰۲۱
ژانر: سینمای وحشت، درام

الکسیا دختر جوانیست که در کودکی بر اثر یک سانحه اتومبیل جراحی شدیدی بر داشته و طی یک عمل جراحی ورقه‌ای از تیتانیوم در جمجمه راست سرش قرار داده شده است. او که اکنون مدل و رقصنده اروتیک یک نمایشگاه بزرگ اتومبیل است، یکبار پس از تمام کار و در عزیمت به خانه‌اش با مزاحمت مرد جوانی از طرفدارانش میشود که به درگیری می‌انجامد و منجر به قتل مرد جوان میشود و از اینجا مسیر زندگی‌اش با حوادث عجیبی گره می‌خورد...

مضمونی نیز فیلم شباهت‌هایی به فیلم تتسو (مرد آهنی) ساخته فیلمساز ژاپنی شینیا سوکاموتو دارد. تیتان را میتوان به لحاظ مضمون و ساختار در قالب جریان سینمایی موسوم به سینمای افراط گرای نوین فرانسوی New French Extremity قرار داد. این اصطلاح را جیمز کواند منتقد و نظریه‌پرداز و از برنامه‌ریزان ارشد سینماتک جشنواره تورنتو در ارتباط با فیلم‌ها و فیلمسازانی رایج کرد که خشونت عریان، اختلالات روانی و روابط جنسی نامتعارف و افراطی از ویژگی‌های این فیلم‌ها و فیلمسازان می‌باشد. الکسیا در تیتان به واسطه ورقه فلزی تیتانیوم در سرش گویا به نیرویی برتر و فوق‌عادی دست یافته که او را در انجام قتل‌های زنجیره‌ای‌اش یاری میکند. اما به راستی اهدای نخل طلا به چنین فیلمی آنهم از طرف

میشود و پس از مدتی متوجه میشود که به یک گوشتخوار تبدیل شده است. حالا پس از پنج سال خانم دوکورنایو با دومین فیلم بلند خود «تیتان» داستان غیرمتعارف دیگری را به تصویر کشیده است. تیتان دو خط داستانی و دو شخصیت اصلی را در میانه فیلم به هم مرتبط میکند. یکی دختر جوانی که بر اثر یک قتل متواری میشود و دیگری مرد آتش‌نشانی که در جستجوی پسرش میباشد که در کودکی مفقود شده است. اما عجیب‌ترین و نامتعارف‌ترین بخش داستان جایست که الکسیا با اتومبیلی در واقع آمیزش جنسی میکند و بعد هم حامله میشود! قبلاً نیز ارتباط جنسی یک زن با اتومبیل در فیلم تصادف Crash ساخته دیوید کروئنبرگ کانادایی دیده شده بود و حتی از لحاظ

آمیزش انسان و ماشین
تیتان با کسب جایزه مهم نخل طلای جشنواره کن ۲۰۲۱ با واکنش‌های مثبت و منفی در میان بسیاری از منتقدان و سینماورهای حرفه‌ای روبرو شد. مطابق معمول تعدادی فیلم را ستودند و بسیاری با نقد منفی بر فیلم این اثر را شایسته دریافت نخل طلا ندانستند. جولیا دوکورنایو که در سال ۲۰۱۶ با فیلمی به نام خام به شهرت رسید با قصه همان فیلم گرایش خود را به سینمای ژانر وحشت و به نوعی از جریان سینمایی هنجارشکن نشان داد. در فیلم خام با داستان دختر گیاهخواری روبرو هستیم که به اصرار خانواده وارد کالج دامپزشکی میشود و در همان آغاز در یک مراسم عجیب مجبور به خوردن گوشت خام خرگوش



یک جشنواره با پرستیژ هنری چون کن فرانسه با چه هدفی میتواند باشد. چرا منتقدان مطرح سینمایی نسبیت به این فیلم و جایزه علیرغم اشتراکات فراوان در شناخت بصری و ساختاری از سینما نظرات متضادی دارند؟ آیا عناصری چون حضور یک کارگردان زن آنهم فرانسوی از تبار خود فستیوال و استقبال عامه از چنین ژانری آنهم از نوع افراط گرای نوین فرانسوی که قبلا هم از جانب فیلمساز مهم فرانسه در این ژانر چون گاسپار نویه، برومون دومون و کاترین بریا ساخته شده عوامل قابل قبولی برای اهدای این جایزه نمی باشد.

تیتان را از لحاظ مضمونی جدای از صحنه های خشن و جنون آمیز و گاهی تهوع آور میتوان از زاویه فلسفی نیز بررسی کرد. فیلم با رابطه جنسی و اروتیک یک زن با اتومبیل به نوعی میتواند آمیزش انسان و ماشین را در جامعه پست مدرن امروز به تصویر بکشد و تولد نوزاد از جنین الکسیا در اواخر فیلم نیز استعاره ای از این باشد که حاصل این آمیزش و فرزندگی که متولد میشود چه سرنوشتی در نسل های بعدی در جهان ماشینی خواهد داشت. ! فیلمی از یک کارگردان زن فرانسوی که در فیلم قبلی اش (خام) نگاه فمینیستی اش کاملا متبلور بود اما در فیلم تیتان اگرچه قرار است از هما نزایه فمینیستی به اثر پرداخته شود اما رفته رفته گویا این حضور فمینیستی به واسطه روند داستان و حضور شخصیت های مردانه پررنگ تضعیف می شود. تیتان از اواخر ماه سپتامبر در سینماهای کانادا به روی پرده خواهد بود و سینما دوستان با تماشای فیلم می توانند با پیش زمینه ای در این مطلب به سراغ فیلم بروند.

درباره کارگردان

جولیا دوکورتو متولد ۱۹۸۳ در فرانسه میباشد. او پس از تحصیل در رشته فیلمنامه نویسی به تجربه فیلمسازی پرداخت. با همان اولین فیلم کوتاهش Junior از همان ابتدا مولفه ها و عناصری را در این فیلم به کار برد که در فیلم های بلند خام و تیتان بعدها ادامه داد. فیلم در جشنواره کن ۲۰۱۱ نمایش داده شد و مورد توجه قرار گرفت. در ژانویه سال ۲۰۱۲ یک فیلم تلویزیونی به نام Mange را با تم انتقام ساخت و چهار سال بعد با فیلم بلند خام در جشنواره های جهانی مورد توجه قرار گرفت. آخرین ساخته او تیتان در سال ۲۰۲۱ میباشد که تا کنون در فستیوال های زیادی چون کن و تورنتو شرکت کرده و موفق به کسب نخل طلای هیئت داوران در کن و جایزه تماشاگران در جشنواره تورنتو شده است.



به خاطر کرونا یک سال سفرها و ترددها کم شد و این گونه شد که کار را با یک صفحه اینستاگرام شروع کردیم و اتفاقاً مورد استقبال قرار گرفت، در ادامه سایت کتابفروشی را هم راه اندازی کردیم و همین طور پیش رفتیم تا به برنامه ریزی برای برگزاری نمایشگاه رسیدیم. او بابیان هدف خود از برگزاری این نمایشگاه، می گوید: «قصد ما این است تا با همکاری دیگر کتابفروشی ها فرهنگ کتابخوانی را در میان ایرانیان خارج از کشور ترویج دهیم و البته رویدادهای فرهنگی بیشتری برگزار کنیم.»



برگزاری نخستین دوره نمایشگاه «کتاب فارسی کانادا» در تورنتو همراه با برنامه های معرفی کتاب و اجرای نمایش

هم معرفی خودمان هم دوره های فرهنگی به گفته این کتابفروش «با این نگاه، با مدرسه آنلاین دنا که یک مدرسه جدید آموزش زبان فارسی است و همچنین کتابفروشی سرای بامداد به فکر برگزاری این نمایشگاه افتادیم تا ضمن معرفی خودمان، هم زمان برنامه ای باشد تا پس از سختی های همه گیری کرونا دورهم جمع شویم.» خانم عزیزی با اشاره به استقبال بسیار خوب مردم، می افزاید: «حضور مردم فراتر از تصور ما بود چراکه ما هیچ تبلیغاتی انجام ندادیم.»

او توضیح می دهد: «در این نمایشگاه من ۴۰۰ عنوان کتاب عرضه کردم و همکاران نیز عناوین زیادی از کتابها را برای فروش معرفی کردند. ما از ناشران داخل ایران و خارج تازه ترین کتابها را ارائه کردیم مثل نشرهای ملی و نوگام که در اروپا هستند. با این توضیح که کتابفروشی سرای بامداد با ناشران خارجی بیشتری کار می کند.» این کتابفروش اظهار امیدواری می کند: «این نمایشگاه تبدیل به یک نمایشگاه سالانه در تورنتو شود. البته طبق هدف گذاری تلاش ما این است تا این نمایشگاه در محله های بزرگتر و با همکاران بیشتر، سالی حداقل یکبار برگزار شود.»

مثل هالیفاکس زندگی کردم. دسترسی به کتاب و محصولات فرهنگی در این گونه شهرها بسیار سخت است. فقط در تورنتو، مونترال و ونکوور همه چیز پیدا می شود درحالی که ایرانیان زیادی در شهرهای کوچک کانادا زندگی می کنند.»

از ایده کار آنلاین تا برپایی نمایشگاه
خانم عزیزی با اشاره به اینکه «فکر دایر کردن یک کتابفروشی آنلاین از همین قضیه به ذهن من رسید» اضافه می کند: «با این ایده، فکر کردم که چقدر خوب می شود اگر بتوانیم کتابها را به راحتی به جاهای مختلف ارسال کنیم؛ به همه شهرها چه در کانادا و چه در آمریکا، از طرفی،

به همت کتابفروشی های «پرستوک» و «سرای بامداد» و با همکاری «مدرسه دنا» نمایشگاهی با عنوان «کتاب فارسی کانادا» با صدها عنوان کتاب از ناشران داخل و خارج ایران در تورنتو برگزار شد. پرستو عزیزی، مدیر کتابفروشی پرستوک (Par-astook) با اشاره به برپایی مراسم معرفی کتاب در این نمایشگاه به هفته می گوید: «در این روز، کتاب خانم میترا قوامیان بانام سال های گمشده رونمایی و بخشی از یکی از نمایشنامه های شهرام گوهردی هم توسط گروه «بی جا» اجرا شد.» او بابیان اینکه حدود هشت ماه پیش با همکاران اقدام به راه اندازی کتابفروشی کردیم، توضیح می دهد: «به مدت چهار سال در شهرهای کوچکی

مناسب است. این کتاب اصلاً تاریخی نیست و تمام شخصیت‌های آن ساخته و پرداخته ذهن من است. آن زمان رضاشاه کشف حجاب کرده بود و به مردان گفته بود کلاه محلی نگذارند و یکسری اجبارها در نظر گرفته بود و یک بیماری‌هایی نیز بوده است.»

خانم قوامیان درباره اینکه پیام این کتاب برای ایرانیان مهاجر در آمریکای شمالی چیست؟، توضیح می‌دهد: «به نظرم هرکسی باید خودش را پیدا کند، همه ما مهاجران نیازمند گذر زمان هستیم تا با جامعه جدید تطبیق و به‌مرور خود را پیدا کنیم. دوستانی که اینجا آمده‌اند اصلاً نباید ناامید باشند همه از سطوح پایین شروع کرده‌ایم و همه باید پله‌ها را یکی‌یکی طی کنیم.»

او که سال ۱۹۹۸ به کانادا مهاجرت کرده و فارغ‌التحصیل رشته تئاتر است، می‌گوید: «مدتی پس از پایان دوره تحصیلی در سینما و تلویزیون مشغول به کار شدم. از کارهای تئاتری می‌توانم ضحاک را نام ببرم. از کارهای تلویزیونی سریال امیرکبیر را کار کردم. از فیلم‌های سینمایی هم می‌توانم به فیلم‌های نار و نی، نقش عشق و آخرین فیلمم با آقای ایرج قادری با عنوان «می‌خواهم زنده بمانم» بود. حالا هم طرح یک فیلم‌نامه برای سینما را در ذهن دارم تا این فیلم‌نامه را بسازم.»

از کار در زمینه Age Old تا رنگری پارچه به گفته این نویسنده «از فیلم‌های معروفی که کار کردم فیلم X man بوده، کارم Age Old دادن لباس بود یعنی به‌عنوان مثال کاپشن نو را شبیه به لباسی که پنج سال کار کرده درمی‌آوردم که البته در این کار بسیار موفق بودم. در فیلم رزیدنت اوایل و فیلم‌های زیاد دیگری هم کار کرده‌ام. در سال ۲۰۰۹ وارد فشن شدم. یک فشن انتقادی بود به این صورت که رنگری پارچه‌ها باعث آلودگی آب‌ها و محیط‌زیست می‌شود. گروهی بودیم که این ایده را عنوان می‌کردیم.»

خانم قوامیان درباره فعالیت‌های خود در زمینه نقاشی و طراحی لباس، می‌گوید: «در ایران نقاشی هم می‌کردم و چند نمایشگاه هم شرکت کردم. البته به مدت پنج شش سال در زمینه نقاشی قهوه‌خانه‌ای هم تحقیق می‌کردم، چندین بار به ایران سفر کردم و با نقاش‌های قهوه‌خانه‌ای مصاحبه کردم، این تحقیقات موجب به شکل‌گیری دو مجموعه هنری در همین زمینه شد.»



میترا قوامیان در گفت‌وگو با هفته مطرح کرد؛ پیام رمان سال‌های گمشده برای ایرانیان کانادا چیست؟

نوشته‌ام و همان سال چاپ‌شده»، به هفته می‌گوید: «در کتاب سال‌های گمشده من به‌عنوان طراح، نویسنده و نقاش دغدغه‌هایم را در قالب کتاب بیان کردم. حرف این کتاب این است که اتفاقات کوچکی در زندگی می‌افتند که ممکن است تا آخر عمر بر انسان تأثیرات بسیار بزرگی بگذارند.»

نویسنده‌گی با الهام از اجبارهای دوره رضاشاه

میترا قوامیان می‌گوید: «دوره‌ی زمانی که برای بیان این عقیده انتخاب کردم اواخر دوره رضاشاه است چون به نظرم آن دوره برای بیان این فکر

«سال‌های گمشده» عنوان کتاب میترا قوامیان، نویسنده و هنرمند ایرانی‌کانادایی است که طی مراسمی در یک نمایشگاه کتاب در تورنتو به حضاران معرفی شد.

به گزارش هفته، به همت کتاب‌فروشی‌های «پرستوک» و «سرای بامداد» و با همکاری «مدرسه دنا» نمایشگاهی با عنوان «کتاب فارسی کانادا» با صدها عنوان کتاب از ناشران داخل و خارج ایران در تورنتو برگزار و در این نمایشگاه، از جمله، کتاب خانم قوامیان به بازدیدکنندگان معرفی شد.

این نویسنده بابیان اینکه «این اولین کتاب من است که آن را به زبان فارسی در سال ۲۰۱۹



چند سروده از مرجان شاهوران

بسته زبان...

این گربه افتاده ز پا در خفقان است
این حجم مصیبت به سرش بار گران است
افتاده به یک گوشه نقشه تک و تنها
حسرت به دل و سینه پر از آه و فغان است
از ظلم و ستم هر شب و روزش شده سختی
لب تشنه آب و طلبش لقمه نان است
دنیای مشقت به سرش ریخته مزدور
گوئی که در او غده‌ای از یک سرطان است
پشتش که خمیده نگهش تیره و تار است
پیری شده مغلوب به او گرچه جوان است
از بار فلاکت کمرش خرد و خمیر است
گویند چرا گربه به این حد نگران است
بر صورت او خنده شده مثل غریبه
غم چیره شده در نفسش بسته زبان است ...

لب تشنه...

زیر پا نفت و زنی در فقر و پروا مشکل است
از درون تنها و بیرون پر ز غوغا مشکل است
زندگی در دست مزدوران و باشی بی پناه
آرزوهایت فقط باشد چو رویا مشکل است
بچه هایت پا برهنه، رد غم بر چهره‌ها
دیده پر امید و لب تشنه به دریا مشکل است
وصل باشی بر نهایت ثروتی اما دریغ
سهم تو باشد فقط حسرت به دنیا مشکل است
دادها باشد به سینه، بغض‌ها در حصر نای
اعتراض حکم خون، رفتن به فردا مشکل است

ایرانیم

رهگذاری در شب پاییز بس بارانیم
تیشه بر جانم مزین در معرض ویرانیم
در نگاه سرد من دیگر نباشد هیچ امید
خسته از وضع زمان لبریز از حیرانیم
پر زده آرامش از دریای بس خاکستری
جزر و مدی در وجودم گشته و طوفانیم
گشته‌ام همچون اسیری خسته و نالان ز درد
من به چنگال مصیبت بد رقم زندانیم
این نباشد حق من این روزگار و سهم من
گریه بر حالم، من ایرانیم ایرانیم

وکیل رسمی دادگستری کبک
Niousha Riahi LL.B., J.D., LL.M



نیوشا ریاحی
WWW.RIAHILEGAL.COM



مشاوره آن لاین و یا حضوری در دفتر ما
در مرکز شهر مونتreal

514-953-3570

RIAHI@RIAHILEGAL.COM

2001 Blvd. Robert Bourassa #1700 Montréal, Quebec H3A 2A6

+989912535922 تماس از تهران

- ✓ حقوق تجاری
- ✓ حقوق خانواده در کبک
- ✓ طرح دعاوی و دفاع در
- ✓ دادگاه های کبک
- ✓ مهاجرت به کانادا

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

@AssurancesNadimi

1955 Ch. de la Côte-de-Liesse,

suite 201

Saint-Laurent, QC, H4N 3A8

EXPERTFX

Bureau de Change
Currency Exchange



ارائه خدمات ارزی:

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

1405 Boul DE Maisonneuve O, Montréal H3G 1M6

info@expertfx.ca www.expertfx.ca

(514) 844 - 4492

Mortgage Broker

- تازه واردین
- تصدید وام
- خود اشتغالی
- سرمایه گذاری
- دستبرسی به وام دهندگان خصوصی
- پرداخت پدهی
- ترمیم کردیت بد

خدمات وام مسکن در زمان و مکان مورد نظر شما
ارائه بهترین نرخ بهره و وام
مطابق شرایط منحصر به فرد شما در کوتاه ترین زمان ممکن

Multi-Prêts
HYPOTHÈQUES

CABINET EN COURTAGE HYPOTHÉCAIRE

MARYAM RAMEZANLOO

مریم رمضانلو

کارشناس وام مسکن



mramezanloo@multi-prets.ca

438-926 5626

boulevard Taschereau, suite 212, Brossard, Québec, J4Z 1A6 .6185

تفتوتو





گفت‌وگو با نیلوفر گلکار، فعال محیط زیست آگاهی از تبعیض علیه بومیان وظیفه ما مهاجران است

ادامه‌ی سیاست مدارس مذهبی می‌دانند که می‌خواست نسل‌های آینده‌ی بومیان دسترسی به زمین فرهنگ و زبان و نوع زندگی پدر و مادرهایشان نداشته باشند. سیاست‌هایی که از دست رفتن هویت و سبک زندگی را سبب می‌شد و قرار بود باعث شود که نسل بعدی به نوع زندگی که دولت کانادا برای آن‌ها مناسب می‌دید وابسته شود؛ یک زندگی وابسته به بازار با تسلط زبان انگلیسی و فرانسه با نام «پروژه‌ی متمدن‌سازی». هم‌اکنون با روشن شدن واقعیت وحشتناک آن مدارس و این که چه بلایی سر کودکان می‌آمد، می‌دانیم آن فرایند چیزی جز نابودی به بار نیاورد.

باتوجه‌به یک دهه فعالیت شما در زمینه‌ی حقوق بومیان، تبعیض علیه بومیان سیستماتیک است؟

بله. کاملاً تبعیض سیستماتیک وجود دارد؛ هم از نظر تبعیض نژادی، هم از نظر تبعیض جغرافیایی و هم از نظر تبعیض محیط‌زیستی. چون بسیاری از قوانین تبعیض‌آمیز هنوز پابرجاست. الان در کانادا بیش از دویست جامعه‌ی بومی از آب آشامیدنی سالم محروم هستند و دولت کانادا می‌تواند با تخصیص بودجه این مشکل را حل کند اما اقدامی در این زمینه صورت نمی‌گیرد. درصد بچه‌هایی که از خانواده جدا می‌شوند و به دولت سپرده می‌شوند یا سهم زندانیان در بین بومیان بیشتر است و این حاصل یک نظام تبعیض‌آمیز و با خشونت تاریخی است.

از نظر شما چرا آشنایی با واقعیت

انتاریو)، در دو حوزه‌ی آلودگی از طریق نفت و فرآورده‌های نفتی و آلودگی جیوه در رودخانه و مسمومیت حاصل از آن همکاری کردم. هر دوی این اقوام دچار مشکلات شدید سلامتی هستند که نتیجه‌ی فعالیت کارخانه‌ها و صنایع در نزدیکی آن‌هاست و یا اجازه‌ی دفن زباله‌های صنعتی در محل زیست آن‌هاست. به این مشکل سیستماتیک، با نام «نژادپرستی محیط‌زیستی» شناخته می‌شود. ممکن است فکر کنیم که سازوکار خیلی از این صنایع از قدیم در این مکان‌ها بوده و مقصر این آلودگی‌ها، دولت کنونی نیست ولی با نگاهی به عدم رسیدگی برای پاک‌سازی جیوه یا عدم تلاش برای جابه‌جایی صنایع، متوجه می‌شویم که هر دولتی که در هر دوره بر سر کار آمده به این موضوعات اهمیتی نداده است.

به نظر شما آیا برخورد دولت کانادا با صاحبان اصلی این سرزمین عادلانه است؟

عادلانه نیست. همین دو سال پیش وقتی یک قوم بومی دیگر در غرب کانادا در منطقه‌ای به نام اونیستوتون ((۳)) اجازه‌ی توسعه‌ی پروژه‌ی توسعه‌ی لوله‌ی نفت را که از یکی از رودخانه‌های اصلی (که سرمنشأ زندگی بسیاری از جوامع بومی غرب کانادا و محل مهمی برای حیات‌وحش است) را ندادند، دولت کانادا ارتش و نیروهای ویژه‌ی سرتاپا مسلح را به منطقه فرستاد و درحالی‌که اجازه‌ی ورود به خبرنگاران رسانه‌های مختلف را نمی‌داد، با خشونت، بسیاری را بازداشت کرد. رهبران این جنبش‌ها، این‌گونه رفتارها را به‌نوعی

نیلوفر گلکار متولد سال ۱۳۶۲ در تهران و تحصیل‌کرده‌ی مدیریت در مقطع کارشناسی از دانشگاه تهران است. به گفته‌ی خودش در زمان دانشجویی، فعالیت‌های اجتماعی و مدنی خود را با پیوستن به کمپین «یک میلیون امضا» (در حمایت از حقوق زنان) آغاز کرده است. خانم گلکار از همان زمان با کمیته‌ی گزارشگران حقوق بشر همکاری کرده تا در تابستان سال ۲۰۰۸ زمانی که به کانادا مهاجرت کرد. با وقوع حوادث پس از انتخابات ریاست‌جمهوری سال ۱۳۸۸ در ایران (۲۰۰۹) همکاری خود را با این کمیته قطع نکرد و از کانادا به فعالیت‌های حقوق بشری خود ادامه داد. او از سال ۲۰۱۲ روی مسائل کانادا به‌ویژه مسائل محیط‌زیستی و همبستگی با بومیان کانادا تمرکز بیشتری پیدا کرده است. خانم نیلوفر گلکار هم‌اکنون در تورنتو زندگی می‌کند و در مقطع دکترای علوم سیاسی دانشگاه یورک مشغول به تحصیل است و هم‌زمان در رشته‌ی قانون کار تدریس می‌کند. او که خود با یکی از بومیان کانادا زندگی می‌کند از تجربیات، پژوهش‌ها و پیشنهادهايش برای بهبود وضعیت بومیان کانادا سخن گفته است که در ادامه از نظراتان می‌گذرد.

خانم نیلوفر گلکار گرامی چطور با زندگی و مشکلات بومیان کانادا آشنا شدید؟

هشت سالی است که در حوزه‌ی محیط‌زیست و در همبستگی با بومیان کانادا کار کرده‌ام. در انتاریو با دو جمعیت (یکی امجینانگ ((۱)) که کنار سارنیا هست و یکی هم با گرسی نروز ((۲)) در شمال



زندگی بومیان برای جامعه‌ی مهاجر و خصوصاً مهاجران فارسی‌زبان دارای اهمیت است؟

به‌عنوان یک مهاجر، بسیاری از ما مجبور به ترک ایران شدیم. خیلی از اقوامی که در ایران زندگی می‌کنند، از حق صحبت و تحصیل به زبان مادری محروم هستند. بسیاری از هم‌وطنان بهایی، از ابراز نظر آزادانه و انجام علنی مراسم خود محروم هستند. همه‌ی اینها می‌تواند نکات مشترکی برای فکر کردن به اوضاع مردمان بومی کانادا باشد و این که چرا استاندارد دوگانه در جوامع وجود دارد. ما وظیفه داریم که با مسائل و مشکلات جامعه‌ای که در آن زندگی می‌کنیم آگاه باشیم و اگر می‌خواهیم وضعیت زندگی خودمان و دیگران را بهبود بخشیم، قطعاً این مسئله جدا از مشکلات تبعیض نژادی، فرهنگی و جنسیتی که در جامعه وجود دارد نیست. حداقل این آگاهی منجر می‌شود که ما به بازتولید کلیشه‌های نژادپرستانه و رفتارهای غیرمنصفانه در مقابل بومیان کانادا کمک نکنیم.

خیلی از ایرانی‌ها شاید حاضر نباشند قبول کنند که اینجا تبعیض وجود دارد و ریشه‌اش در تاریخ استعماری کاناداست، چون در مقام مقایسه، جمهوری اسلامی و دولت کانادا اصلاً قابل‌مقایسه نیستند ولی این که دولت و ساختار دموکراتیک اینجا به‌عنوان یک مهاجر، از حکومت مطلقه‌ی مذهبی به ما آزادی بیشتری می‌دهد، ناقض حقیقت تبعیض‌آمیز جامعه‌ی کانادایی نیست. درواقع آگاهی و فعالیت ما در این حوزه می‌تواند جلوی سوءاستفاده سیاسی رژیم‌های خودکامه‌ای چون حکومت ایران را هم از موضوع تبعیض علیه بومیان کانادا بگیرد.

رفتار جامعه‌ی کانادا را با بومیان چگونه ارزیابی می‌کنید؟ آیا به نظر شما باتوجه‌به فعالیت‌های روشنگرانه طی سال‌های اخیر، این رفتار تغییر کرده است؟

متأسفانه رفتار جامعه‌ی کانادا چندان خوب نیست در بسیاری از شهرهای کوچک‌تر رابطه‌ی تبعیض‌آمیز و گاهی خشونت‌بار مشاهده می‌شود. جنبشی به اسم «زن و دختران بومی گم‌شده و کشته‌شده» وجود دارد که تعداد بسیار زیادی را شامل می‌شود اما متأسفانه پلیس کانادا پیگیری خاصی در رابطه با این افراد انجام نمی‌دهد و بسیاری از ما اهالی رسانه هم شاید از این موارد

ندارند و بسیاری از ریزروها آب آشامیدنی مناسب ندارند. خیلی از سرویس‌های معمول شهری در این شهرک‌ها وجود ندارد حتی اگر چسبیده به شهر دیگری باشند. ممکن است نتوانید با تلفن تاکسی بگیرید یا غذا دلیوری کنید و غیره.

چقدر به آینده‌ی بهبود شرایط بومیان در نتیجه‌ی فشار افکار عمومی خوش‌بین هستید؟

به نظرم فشار افکار عمومی خیلی مهم است و خوشبختانه در چند سال اخیر توجه بسیاری از کانادایی‌ها به این موضوع جلب شده و آگاهی زیادی در عقب راندن بخش نژادپرست جامعه ایجاد شده است. علاوه بر این، این آگاهی‌ها بر بهبود سیاست‌های دولت تأثیر داشته است اما به نظرم هنوز جا برای کار روی این موضوع وجود دارد. امیدوارم جامعه‌ی ایرانی هم بتواند نقش مهمی در این روند از خودش نشان بدهد.

و کلام آخر؟

یکی از پروژه‌هایی که به بازسازی فرهنگ و زبان از دست‌رفته بومیان کمک زیادی خواهد کرد، در منطقه «چیواو اف د تیمز» قرار است انجام شود، پروژه‌ی «ساخت خانه گنبدی» ((۵)) است که لینک آن برای کسانی که می‌خواهند بیشتر با این موضوع آشنا شوند و یا حتی کمک مالی کنند در وبسایت هفته به نشانی www.hafteh.ca آمده است.

خانم نیلوفر گلکار عزیز از شما سپاسگزاریم.

برای منابع ارجاع شده در این گفت‌وگو به سایت هفته مراجعه کنید.

آگاهی نداشته باشیم. یکی از این موارد خواهر دوستم ((۴)) بود که در تورنتو مشغول به تحصیل در رشته‌ی مد لباس بود. در یک مهمانی از بالای برج به پایین پرت شد. پلیس تا متوجه شد مقتول از بومیان کاناداست، مورد را خودکشی اعلام کرد و تنها پس از پیگیری دوستم و خانواده‌اش و استخدام یک کارآگاه خصوصی بود که پرونده به جریان افتاد و خیلی حقایق آن شب که پلیس از خانواده مخفی نگه داشته بود، فاش شد.

بخش زیادی از این حقایق برای ما که در شهرهای بزرگ زندگی می‌کنیم مخفی است و شاید اصلاً ندانیم هم‌کلاسی یا همکارمان، از جامعه‌ی بومیان است. بسیاری اوقات شاید تصور ما از بومیان، بی‌خانمانی باشد که در خیابان می‌بینیم یا تصویری غیرواقعی که در رسانه‌ها وجود دارد و شاید به ذهنمان نرسد که بومی بی‌خانمانی که در خیابان دیده‌ایم، شاید از بازماندگان مدارس مذهبی باشد و با خشونت که از سنین کودکی دیده است، دور از خانواده و اقوام خود، هرگونه شانس ساختن زندگی از او دریغ شده است.

به‌عنوان یک ایرانی که با یکی از بومیان کانادا زندگی می‌کند، آیا با مسائل و مشکلاتی در این زمینه مواجه شده‌اید؟

هم‌خانه‌ی من که از بومیان میتی است در این زمینه بسیار فعال است و شدیداً دست‌اندرکار ساختن یک خانه گنبدی است که محل گردهمایی گروه‌های بومی انیشتاب خواهد بود. به همراه او و دیگر دوستان بومی‌ام، به مناطق مخصوص زندگی بومیان که اینجا به آن‌ها «ریزرو» می‌گویند رفتیم. در آنجا متوجه شدم اکثر خانه‌ها استاندارد ساخت



نیما مشعوف در گفت‌وگو با «هفته» به مناسبت روز ملی حقیقت و آشتی: ما ایرانیان کانادا باید به مسائل بومیان حساس باشیم

میلیون دلار از جیب مردم، برای شانه خالی کردن، از زیر پرداخت غرامت به خانواده‌های بازماندگان، هزینه وکیل کرده است»، اضافه می‌کند: «اتفاقاً هفته پیش، دادگاه کانادا درخواست دولت برای تجدیدنظر در حکم پرداخت غرامت به خانواده‌ها را رد کرد. قاضی پال فاول، مسئول رسیدگی به این پرونده، گفت دولت نتوانست ادعای غیرمنطقی بودن مبلغ غرامت تعیین‌شده در حکم دادگاه را ثابت کند.»

مردم باید اقدام عملی دولت را ببینند

به اعتقاد این فعال سیاسی «دولت باید در این راه قدم بردارد و غرامت را بپردازد تا مردم ببینند که اقدام عملی هم برای احقاق حقوق از دست‌رفته بومیان انجام می‌شود و در این راستا دولت به حرف و شعار اکتفا نکرده است،

برای ترمیم جراحات روحی و روانی واردشده به بومیان انجام یابد. فاجعه‌ای که با قصد از بین بردن بومیان کانادا طراحی شده بود و حالا کانادا با تصویب لایحه‌ای در مجلس عوام، ویژه بومیان، درصدد است تا حقوق آنان را به رسمیت بشناسد.»

دولت سال‌هاست بومیان را به دادگاه می‌کشانند

به گفته خانم مشعوف «این در حالی است که اعضای خانواده قربانیان بومیانی که به‌منظور حذف فرهنگی به پرورشگاه‌های اجباری برده شدند و بعضاً مورد تجاوز و خشونت قرار گرفتند برای احقاق حقوق خود و گرفتن غرامت چندین سال است که شکایت کرده‌اند و دولت در همه این سال‌ها، آن‌ها را به دادگاه می‌کشانند.»

او بایان اینکه «در این ماجرا دولت صداها

روز ۳۰ سپتامبر، به یاد قربانیان و بازماندگان مدارس شبانه‌روزی بومیان، «روز ملی حقیقت و آشتی» در کانادا نام‌گذاری شده است. نیما مشعوف، فعال سیاسی ایرانی‌تبار و از کاندیداهای حزب نیودموکرات کانادا در این باره می‌گوید: «دولت کانادا در این قضیه نباید به حرف و شعار اکتفا کند بلکه باید قدم هم بردارد؛ وقتی پس از چندین سال از طرح شکایت خانواده قربانیان بومیان در دادگاه عالی، دولت حاضر به پرداخت غرامت به آنان نیست این یعنی تاکنون اقدام‌ها برای به رسمیت شناختن اجحافی که دولت و کلیسا به بومیان روا داشته، سطحی بوده است.»

این عضو ایرانی‌تبار حزب نیودموکرات کانادا به هفته توضیح می‌دهد: «این مناسبت بسیار مهمی در سالنامه ملی است چراکه درواقع، کانادا با در نظر گرفتن این روز قصد دارد عذر تقصیر را به‌جا آورد بنابراین باید کارهایی

بلکه قدم هم برمی‌دارد.»

خانم مشعوف با اشاره مختصر به تاریخچه بومیان و آنچه بر آن‌ها گذشته است، توضیح می‌دهد: «صدها سال پیش اروپایی‌ها با ورود به کانادا رفتار مناسبی با بومیان نداشتند به این بهانه که ما این سرزمین را کشف کردیم و حالا متعلق به ماست. اروپایی‌ها بر آن‌ها سلطه‌گری کردند در صورتی که بومیان در حال زندگی خود بودند و به این سرزمین تعلق داشتند.»

این فعال اجتماعی و حوزه زنان اضافه می‌کند: «اروپایی‌ها حقوق بومیان را زیر پا گذاشتند، فرهنگ آنان را به رسمیت نشناختند و به نوعی نسل‌کشی کردند. در واقع، در همه این سال‌ها افراد درصدد حل بومیان در جامعه خود بودند تا به‌زعم خود «افراد وحشی را متمدن کنند». البته این قضیه در ۳۰ سال گذشته هم دیده‌شده و همچنان کودکان را از خانواده‌هایشان جدا و وادار می‌کردند تا به مدارس شبانه‌روزی بروند، به عبارت دیگر، با این اقدام قصد داشتند آنان را از خانواده و زبان‌شان جدا کنند و فرهنگ و ملیت آنان را از بین ببرند. بنابراین در نظر گرفتن این روز و به رسمیت شناختن حقوق بومیان، اهمیت زیادی دارد.»

او با تأکید بر اینکه «جامعه کانادا باید به این موضوع توجه ویژه داشته باشد»، معتقد است: «تاریخ کانادا در کتاب‌های آموزشی هم نادرست بیان شده است. با این توضیح که تاریخ همیشه جهت‌دار است؛ در اینجا اینکه چه کسی تاریخ‌نویس است هم اهمیت پیدا می‌کند چراکه به‌طور معمول تاریخ از طرف اشغالگران و در این قضیه از سوی اروپایی‌ها یا سفیدپوستان نوشته شده است.»

پیشنهاد خانم مشعوف این است که «تمام این موارد و آموزش‌هایی که ارائه شده باید مورد بازبینی قرار گیرد تا مردم، درباره کانادا و حقوق بومیان و وضعیت زندگی آنان اطلاعات دقیق و درستی کسب کنند.»

تبعیض تحمیل‌شده از سیستم نشات می‌گیرد

او بایان اینکه «ما هم به‌عنوان کسانی که در جامعه کانادا زندگی می‌کنیم باید نسبت به تاریخ این ملت و وضعیت بومیان در کانادا آگاه شویم»، می‌گوید: «بومیان به‌عنوان شهروندان

درجه‌دو شناخته شده‌اند و ریشه بسیاری از مشکلاتشان از حس ناشی از تبعیض تحمیل‌شده به آنان است که البته از سیستم نشات گرفته است.»

این فعال سیاسی در این باره به ذکر مثالی می‌پردازد و می‌افزاید: «کسی اگر بومی اینجا باشد امکانات برابری با فردی که در مناطق شهری زندگی می‌کند، دریافت نمی‌کند؛ این‌ها اهمیت قضیه و تأمل بر آن را نشان می‌دهد. در این میان، ما ایرانی‌ها هم باید نسبت به همه این موارد آگاه و حساس باشیم.»

خانم مشعوف با اشاره به «اهمیت وفاق ملی و اتحاد هر جامعه» توضیح می‌دهد: «ایرانیان هم باید به «دیگری» فارغ از اختلافات و مشکلات گذشته یا فعلی، بیندیشند و به دنبال راه‌حلی برای همیستی باشند.»

نیما مشعوف:

«برخورد دولت با بومیان باید با توجه به برنامه‌های

تدوین‌شده و مصوبات

کمیسیون‌ها ضمانت اجرایی

پیدا کند. تاکنون قدم‌هایی

که دولت در این مورد برای

بومیان برداشته سطحی بوده؛

اینکه به‌عنوان مثال فقط

برای فجایع رخ داده در مورد

بومیان، پرچم‌ها نیمه‌افراشته

شود یا روز ویژه برای آنان

تعیین شود، کافی نیست.»

واقف نیستند. یا تأکید کبیکی‌ها به استفاده از زبان فرانسه را معمولاً ایرانی‌ها تعصب برداشت می‌کنند در حالی که درباره تاریخ و مطالبات حقوقی و فرهنگی آنان اطلاعات کاملی ندارند. چنین مناسبتی هم برای بومیان این پیام را در خود دارد که ما در چه جامعه و دنیایی زندگی می‌کنیم. به این فکر کنیم که اطرافیان ما چه می‌خواهند و برای چه آن را می‌خواهند؟ چرا اختلافات اجتماعی وجود دارد و چطور می‌توان آن‌ها را ترمیم کرد؟ این مناسبت‌ها می‌تواند برای جامعه ایرانیان هم از این نقطه‌نظر مهم باشد که عمیق‌تر به مسائل فکر و درباره تاریخ، اطلاعات بیشتری کسب کنند و هم‌زمان انتقادآمیز به تاریخ بنگرند. این‌ها همگی می‌تواند برای جامعه ما ایرانی‌ها آموزنده باشد.»

نکته مهم پایان دادن به تبعیض است

این عضو ایرانی‌تبار حزب نیودموکرات کانادا تأکید می‌کند: «روز ملی حقیقت و آشتی برای تغییر نگاه و رفتار درست با بومیان کافی نیست؛ در واقع، این مناسبت ابتدای یک حرکت است چراکه در این میان، نکته مهم عمل کردن و پایان دادن به تبعیض است.»

به اعتقاد خانم مشعوف «مردم نسبت به فجایع گذشته بومیان، اطلاعات خیلی بیشتری به دست آورده‌اند. از سوی دیگر، با توجه به تشکیل کمیسیون‌های مختلف در این زمینه و شرح خشونت‌هایی که به بومیان شده، حالا دولت وظیفه دارد در این قضیه دست به عمل بزند به این معنا که در نظر گرفتن یک روز ملی برای حقیقت و آشتی با بومیان خوب است، اما کافی نیست. فراموش نکنیم که در قرن بیست و یکم، در کانادای پیشرفته، چندین منطقه بومی‌نشین هنوز دسترسی به آب آشامیدنی ندارند!»

او تأکید می‌کند: «برخورد دولت با بومیان باید با توجه به برنامه‌های تدوین‌شده و مصوبات کمیسیون‌ها ضمانت اجرایی پیدا کند. تاکنون قدم‌هایی که دولت در این مورد برای بومیان برداشته سطحی بوده؛ اینکه به‌عنوان مثال فقط برای فجایع رخ داده در مورد بومیان، پرچم‌ها نیمه‌افراشته شود یا روزی ویژه آنان تعیین شود، کافی نیست.»

او اضافه می‌کند: «وقتی با ایرانیان صحبت می‌کنیم معمولاً افراد درباره بومیان و حقوق آنان اطلاعات کمی دارند برای اینکه در جریان این ماجرا قرار نگرفته‌اند یا علاقه‌مند به دانستن درباره آن نبوده‌اند. به‌عنوان مثال، در کبک حس غریبی و تمایل به جدایی در این استان وجود دارد؛ ایرانی‌ها به کنه این قضیه

صرافی رویال
پا مدیریت فرخ سرشت

خرید و فروش ارز را با ما تجربه کنید

امکان استفاده از کارت های بانکی ایران
جهت فروش ارز

**ارسال ارز
به ایران و بالعکس**
در سریع ترین زمان ممکن با بهترین نرخ

6162 SHERBROOKE W.
MONTREAL H4B 1L8
جنوب فروشگاه اخوان

(514) 836-7090

هایک هارتونیان
Hayk Hartounian MBA
Residential Real Estate Broker

مشاور و متخصص املاک مسکونی در مونترال بزرگ

ارزیابی و مشاوره رایگان
تهیه وام مسکن با بهترین امکانات
هدیه ما به شما: هزینه محضر

فروش خرید اجاره

(514) 574 6162
Haykhartounian@yahoo.com
9280 Boul. de l'Acadie, Montréal, QC, H4N 3C5

دفتر ترجمه رسمی
فیروزه مسیحا

ترجمه و تایید اسناد
بدون نیاز به
مراجعه حضوری

عضو رسمی انجمن مترجمان
کبک (OTTIAQ) و انتاریو (ATIO)
کارشناس ارشد مترجمی زبان
و دانشجوی دکتری زبانشناسی

ATIO

ترجمه شفاهی در جلسات رسمی اداری و دادگاهی
تایید امضا اشخاص و کپی برابر اصل
تهیه و تنظیم صورت نامه و انگیزه نامه
انجام کلیه امور مربوط به دریافت و کالنت نامه از واشنگتن
تهیه و تنظیم مدارک جهت ارائه برای معارف سازی
(همه کپی برابر اصل از دفترخانه رسمی)

دفتر تهران: ضلع جنوب شرقی سید خندان
دار ترجمه رسمی مسیحا
+98 912 723 2544

+98 912 322 0524
438-920-9305
firoozehmasiha@yahoo.com

دارالترجمه رسمی فرهنگ
BUREAU DE TRADUCTION FARHANG
FARHANG TRANSLATION OFFICE

2000, MCGILL COLLEGE
6TH FLOOR, MONTREAL
QUEBEC, CANADA, H3A 3H3

001 514 691 4383
B.DAVOUDI@FARHANG.CA

001 514 6642 1511
6694 8154
B.DAVOUDI@FARHANG.CA

تهران: کاکر شمالی، لاهاج
بلوار کشاورز، پش کوچه گیتی
پلاک 576، طبقه 3، واحد 7

شعبه
کانادا

شعبه
ایران

سياست
اقتصاد جامعه





ایران و اسرائیل در محاصره‌ی یکدیگر



به‌عنوان سیاست رسمی جمهوری اسلامی تأکید می‌کنند و حتی می‌توان گفت این بحث از ادبیات سیاسی مقام‌های بانفوذتر تقریباً حذف شده است. در مقابل، آن‌ها نابودی اسرائیل را به ضرورت‌های ناشی از تضادهای داخلی جامعه نسبت می‌دهند. این بدین معناست که آن‌ها موضع خود را در این باره از مقام تجویز به مقام توصیف تقلیل داده‌اند. این موضوع نشان می‌دهد که جمهوری اسلامی از یک‌طرف نمی‌خواهد بحث «نابودی اسرائیل» را از اذهان هواداران خود پاک کند و از طرف دیگر، شرایط اقتصادی کشور را برای تحمل هزینه‌های بین‌المللی مربوط به این موضوع مناسب نمی‌بیند.

اسرائیلی‌ها اما در حملات لفظی‌ای خود علیه جمهوری اسلامی در جهت عکس مقام‌های ایرانی حرکت کرده‌اند. آن‌ها که تاکنون نیت و اقدامات خود را علیه جمهوری اسلامی در لفاظیه و هاله‌ای از ابهام مطرح می‌کردند اخیراً به‌صراحت از لزوم سرنگونی جمهوری اسلامی سخن می‌گویند و حتی نقش خود را در ترور قاسم سلیمانی بسیار پررنگ نشان می‌دهند.

واقعیت این است که ایران و اسرائیل هر دو از مناقشه بین خود به‌عنوان اهرمی در سیاست داخلی‌شان بهره می‌برند. جناح اصول‌گرا در ایران، مواضع ضد اسرائیلی خود را به‌عنوان دلیل «حقانیت» این جناح در برابر رقبای داخلی، به حامیان مذهبی‌اش عرضه می‌کند و در مقابل، احزاب اسرائیلی بخصوص گروه‌های راست‌گرای آن نیز از «تهدید ایران» به‌عنوان حربه‌ای در جهت ادامه‌ی اشغال کرانه‌ی باختری و گریز از فشارهای بین‌المللی استفاده می‌کنند. به‌عبارت‌دیگر، دو طرف با آنکه نسبت به هم دشمنی ابدی نشان می‌دهند، درعین حال از یکدیگر سود نیز می‌برند.

در واقع همین وضعیت، مناقشه بین دو طرف را کش‌دار کرده و مانع ورودشان به مرحله ترک مخاصمه یا جنگ شده است.

به‌رغم این، حضور دو طرف در نزدیک مرزهای طرف دیگر وضعیت را بسیار شکننده کرده است. قاعدتاً اگر ایران در مذاکرات وین حضور یابد و در مورد برنامه اتمی با قدرت‌های جهانی به توافق دست یابد، اوضاع ممکن است جهت تازه‌ای پیدا کند، اما اگر این اتفاق رخ ندهد، چه‌بسا وضع از کنترل خارج شود و حتی به‌رغم خواست طرفین به رویارویی فیزیکی بیانجامد.

پس از ظهور جنبش موسوم به بهار عربی، جمهوری اسلامی به‌منظور حفظ بقای رژیم بشار اسد در برابر شورش عمومی، در سوریه نیز حضور نظامی پیدا کرد. با پیدایش داعش به‌عنوان یک تهدید تروریستی بین‌المللی در منطقه، حضور نظامی ایران افزون بر سوریه به عراق نیز گسترش یافت و سبب تشکیل گروه‌های مسلح نیابتی در هر دو کشور از سوی نیروی قدس سپاه پاسداران شد. اسرائیل این نیروها را که از طرف مقام‌های ایران بخشی از «محور مقاومت» نام گرفته‌اند، تهدیدی علیه خود می‌داند و بخصوص پایگاه‌های آن‌ها در سوریه را هدف حمله قرار می‌دهد. علاوه بر موارد فوق، ایران در یمن نیز به حمایت از حوثی‌ها برخاسته و آنان را به‌عنوان جنبشی ضد اسرائیلی در کنار دیگر گروه‌های متحد خود در خاورمیانه معرفی می‌کند. بدین ترتیب، ایران و اسرائیل که به اندازه مساحت سه کشور از هم فاصله دارند، به‌طوری در نزدیکی مرزهای یکدیگر نفوذ کرده‌اند که گویی یکدیگر را به محاصره‌ی هم درآورده‌اند.

این در حالی است که هر دو کشور اقدامات خود را علیه دیگری، نه حرکتی تهاجمی بلکه تلاش مشروع برای دفاع از خود می‌دانند و بر ادامه‌ی آن اصرار می‌ورزند.

واقعیت این است که جمهوری اسلامی برای سال‌های طولانی، حمایت مالی و تسلیحاتی خود را از گروه‌های ضداسرائیلی در منطقه، به طور رسمی آشکار نمی‌کرد اما از دوره‌ای به بعد، رهبر جمهوری اسلامی، به مقام‌های دولتی دستور داد که به طور علنی و شفاف از مواضع ضداسرائیلی و حمایت از گروه‌های همسو در منطقه دفاع کنند و نگران پیامدهای دیپلماتیک آن نباشند. بعدازاین دستور بود که سید حسن نصرالله رهبر حزب‌الله لبنان در برابر دوربین تلویزیون به‌صراحت اعلام کرد که تمامی مایحتاج مالی و نظامی حزب‌الله از طرف جمهوری اسلامی تأمین می‌شود.

احتمالاً همین صراحت، اسرائیلی‌ها را ترغیب کرده است که در پی پنهان‌سازی حضور خود در کشورهای همسایه ایران پر نیابند و ابعاد حضور خود در این کشورها را تعداً به رخ تهران بکشند.

باین‌همه، در سال‌های اخیر بخصوص از زمان ریاست‌جمهوری سید ابراهیم رئیسی، مقام‌های ایرانی بسیار کمتر از گذشته، بر ضرورت «نابودی اسرائیل»

نفوذ اسرائیل در جغرافیای پیرامون مرزهای ایران روز به روز گسترده‌تر و علنی‌تر می‌شود. این نفوذ را می‌توان به طور رسمی در امارات متحده عربی و بحرین در جنوب خلیج فارس و در کشورهای منطقه‌ی قفقاز بخصوص جمهوری آذربایجان در شمال غربی ایران مشاهده کرد. این در حالی است که روابط غیررسمی یا پنهان و محرمانه‌ی اسرائیل با شماری دیگر از همسایگان ایران از جمله عمان و عربستان و قطر در جنوب و اقلیم کردستان عراق در غرب کشور نیز امری قابل کتمان نیست.

تا چندی پیش اسرائیلی‌ها به علنی کردن فعالیت‌های خود در کشورهای اطراف ایران علاقه‌ای نشان نمی‌دادند اما برگزاری کنفرانسی به منظور حمایت از عادی‌سازی رابطه عراق با اسرائیل در شهر اربیل، از تمایل دولت اسرائیل برای به‌رخ‌کشیدن حضورش در محیط پیرامونی ایران پرده برداشت.

ظاهراً اسرائیل نوعی محاصره‌ی علنی ایران را در دستور کار سیاست منطقه‌ای خود قرار داده است و این عمل را به‌عنوان ضدحمله‌ای علیه حضور سپاه پاسداران و نیروهای نیابتی جمهوری اسلامی در اطراف مرزهای خود به شمار می‌آورد.

ایران از زمان حمله‌ی ارتش اسرائیل به لبنان و محاصره‌ی بیروت در اوایل دهه ۱۹۸۰ جای پای محکمی در جنوب آن کشور برای خود پیدا کرده است. در واقع حمله‌ی گسترده ارتش اسرائیل به لبنان این فرصت را در اختیار جمهوری اسلامی قرار داد تا شیعیان ساکن جنوب لبنان را در قالب تشکیلات حزب‌الله بسیج و مسلح کند و آن‌ها را حتی پس از عقب‌نشینی ارتش اسرائیل از مناطق اشغالی جنوب لبنان، در خدمت اهداف فرامرزی خود علیه اسرائیل به کار گیرد.

جمهوری اسلامی درعین حال برای نفوذ در مناطق فلسطینی نوار غزه و کرانه‌ی باختری رود اردن تلاش بسیاری کرده است. گرچه تلاش برای نفوذ به کرانه‌ی باختری به دلیل تسلط دولت خودگردان به رهبری محمود عباس بر این منطقه، قرین موفقیت نبوده است، اما جمهوری اسلامی توانسته است گروه جهاد اسلامی فلسطین را در نوار غزه در راستای سیاست خود مسلح کند و با ارسال انواع کمک‌های مالی و تسلیحاتی به گروه حماس، آن را نیز به‌صورت متحدی دواره‌ی برای خود در آورد.



دادخواهی در پرونده پرواز PS752 در دولت جدید ترودو به کجا خواهد رسید؟

«اقدام قاطع‌تر دولت کانادا در برابر جمهوری اسلامی و سپاه پاسداران» شد. این سخنان درحالی بود که ۶۰۰ روز بعد از سرنگونی هواپیما دادرسی نظامی تهران در ابلاغیه‌ای برای شورای عالی امنیت ملی، سپاه پاسداران انقلاب اسلامی، شبکه یکپارچه پدافند، سیستم پدافند غیرعامل، نیروی هوافضای سپاه، سازمان هواپیمایی کشوری «قرار منع تعقیب» صادر کرد. موضوعی که واکنش انجمن خانواده‌های جان‌باختگان پرواز پی‌اس ۷۵۲ را به دنبال داشت. این انجمن با انتشار یک بیانیه‌ای و با اعتراض به قرار منع تعقیب برای «مقصرین و عاملان اصلی سرنگونی این پرواز»، اعلام کرد که تنها «یک دادگاه بی‌طرف بین‌المللی» صلاحیت رسیدگی به این «کشتار دسته‌جمعی» را داراست. این انجمن نوشت: «گزارش مزبور عدم توجه رژیم جمهوری اسلامی را نسبت به جان انسان‌ها، قصور در بیان واقعیت‌ها، ناتوانی در اجرای عدالت و سرکوب خانواده‌های جان‌باختگان آشکار می‌کند.»

دلگرمی خانواده‌ها از تعهد دولت کانادا

در بخشی از این بیانیه، اعضای آن از «تعهد کانادا در پیگیری حقایق و عدالت اظهار دلگرمی کرده بودند»؛ از جمله امکان ارجاع پرونده به دیوان بین‌المللی دادگستری و فراخوان بین‌المللی برای پیگرد جمهوری اسلامی نسبت به رفتاری که به

جمهوری اسلامی و «ایفای نقش جدی‌تر دولت کانادا در سازمان ایکائو و اعلام محکومیت اعمال جمهوری اسلامی در این کشتار دسته‌جمعی توسط اعضای شورای ایکائو» از جمله پیام‌هایی بود که حدود دو ماه پیش جمعی از ایرانی‌ها آن‌ها را روی پلاکاردهای خود نوشته بودند. در این میان، رضا میریدی، نماینده سابق پارلمان استانی و از مقام‌های سابق دولت انتاریو هم در این برنامه گفت: «این اعتراض‌ها و پیگیری پرونده جان‌باختگان هواپیما اوکراینی در مجامع بین‌المللی تا برپایی عدالت ادامه خواهد داشت.» مایکل پارسا، نماینده ریچموند هیل در انتاریو نیز در سخنرانی کوتاهی از عملکرد جمهوری اسلامی انتقاد کرد و گفت: «ما در پرونده هواپیما اوکراینی تقاضای عدالت و راستی داریم و در این مسیر کنار خانواده جان‌باختگان قرار داریم.»

دولت کانادا قاطع‌تر عمل کند

سخنگوی انجمن خانواده جان‌باختگان پرواز، که همسر و دخترش را در پرواز پی‌اس ۷۵۲ از دست داده است، نیز در این راهپیمایی، فهرستی از مقام‌های جمهوری اسلامی از جمله روحانی، رئیسی ظریف، سلامی، شمخانی، علوی، باقری را اعلام کرد که «باید در این پرونده پاسخگو باشند و از سوی مجامع بین‌المللی مورد پیگرد قرار گیرند.» آقای اسماعیلیون همچنین خواستار

با گذشت بیش از دو ماه از راهپیمایی اعتراضی تعداد زیادی از ایرانیان تورنتو برای ورود جدی دولت کانادا به پرونده هواپیمایی اوکراینی و پیگیری آن در عرصه بین‌المللی، حالا با بسته شدن پرونده انتخابات پارلمان و با وجود وعده‌ها و امیدبخشی‌ها، خانواده‌های قربانیان پرواز PS752 منتظرند تا ببینند جاستین ترودو و همکارانش، در دوره جدید دولت، آیا برای پیگیری این پرونده در مجامع بین‌المللی، اقدامی جدی در نظر دارند یا خیر.

یکی از آخرین اظهارنظرها در این باره مربوط به سخنان سخنگوی انجمن خانواده‌های جانبختگان پرواز PS752 است. حامد اسماعیلیون حدود دو هفته پیش و در آستانه انتخابات پارلمان کانادا به روزنامه Ottawa Citizen گفت: «از اینکه در این انتخابات از PS752 هیچ نامی برده نشد، ناامید هستیم.» او چند روز پیش نیز با اشاره به آزادی دو تبعه کانادایی از زندان چین، در صفحه فیس‌بوکی خود نوشت: «پرونده پرواز PS752 حالا از مهم‌ترین پرونده‌های سیاست خارجی در کانادا است.»

خواسته راهپیمایان از کانادا

«باز شدن پرونده جنایی در مورد جنایت جمهوری اسلامی توسط پلیس فدرال کانادا»، «درخواست از دولت کانادا برای ایفای نقش رهبری در بین پنج کشور و به پایان بردن هرچه زودتر مذاکرات با



جنایتکار است و ما در جایگاه قربانی هستیم. نباید بیش از این منتظر بود و شکایت از این پرونده باید در اولین فرصت در سازمان ایکائو ثبت شود.»

اعمال قانون مگنیتسکی علیه مقام‌های ایرانی

سخنان او درحالی است که هفته پیش، انجمن خانواده‌های قربانیان پرواز بار دیگر از دولت فدرال کانادا خواست تا قانون مگنیتسکی را علیه مقامات ایرانی که در سقوط هواپیما نقش داشته‌اند، وضع کند.

«تحریم‌های هدفمند مگنیتسکی» اشاره به قانونی دارد که سال ۱۹۹۲ توسط دولت آمریکا تصویب شد و به یاد سرگئی مگنیتسکی وکیل ضد فساد روس نام‌گذاری شده است و ناقضان حقوق بشر را هدف تحریم قرار می‌دهد.

همه این‌ها درحالی است که به نظر می‌رسید با صدور حکم دادگاه جمهوری اسلامی برای پرونده سرنگونی پرواز PS752 و چگونگی آن، روند دادخواهی خانواده قربانیان از طریق مجاری بین‌المللی مشخص و هموار شود اما تا لحظه تنظیم این گزارش، اظهارنظر درباره این پرونده از سوی مقام‌های کانادایی مسکوت مانده است.

با این توضیح که در ماه‌های گذشته دولت کانادا نسبت به پیگیری حقایق و تحقق عدالت ازجمله امکان ارجاع پرونده به دیوان بین‌المللی دادگستری و فراخوان بین‌المللی وعده داد و اعضای انجمن خانواده‌های قربانیان پرواز اوکراینی نسبت به نگاه دولتمردان کانادایی امیدوار شدند.

حالا باوجود این وعده‌ها و امیدبخشی‌ها، باید منتظر ماند و دید آقای تروود و همکارانش، در دوره جدید دولت، آیا برای پیگیری این پرونده در مجامع بین‌المللی، اقدامی جدی در نظر دارند یا خیر.

«مایوس‌کننده است که در انتخابات کانادا هیچ اشاره‌ای به پرواز پی‌اس ۷۵۲ نشد. احساس می‌کنم ما را به حال خود رها کرده‌اند. این قضیه برای جامعه ایرانی‌کانادایی بسیار مهم است؛ صدها نفر از اعضای خانواده هنوز در تازیکی زندگی می‌کنند.»

رهبران احزاب کانادا پاسخی ندادند

به گفته او، انجمن خانواده‌های قربانیان این پرواز در طول مبارزات انتخاباتی کانادا «به تمام رهبران احزاب سیاسی نامه نوشت، اما هیچ پاسخ معناداری دریافت نکرد.»

چندی پیش نیز جواد سلیمانی، همسر الناز نبیئی، یکی از جان‌باختگان هواپیمای اوکراینی در همین رابطه به صدای آمریکا گفت: «اوایل خردادماه سال جاری، کشورهای مختلف ازجمله کانادا، اوکراین، و پنج کشور دیگری که شهروندان خود را در سقوط این هواپیما از دست داده بودند، به جمهوری اسلامی هشدار دادند که باید در مدت دو ماه مسائل را شفاف‌سازی کند و آن فرصت به پایان رسیده است.»

حالا با برگزاری انتخابات پارلمان کانادا و روی کار آمدن دوباره دولت جاستین تروود، تازه‌ترین اظهارنظر درباره پرونده هواپیمای اوکراینی مربوط به پست اخیر آقای اسماعیلیون است. سخنگوی انجمن خانواده‌های جان‌باختگان پرواز PS752 سه روز پیش با اشاره به بازگشت دو تبعه کانادایی از گروگان چین، در فیس‌بوک شخصی خود نوشت: «دو گروگان کانادایی بالاخره از چنگ حکومت چین رهایی یافتند و حال، پرونده پرواز از مهم‌ترین پرونده‌های سیاست خارجی در کاناداست.»

به گفته آقای اسماعیلیون «جمهوری اسلامی

قتل عامدانه عزیزان آن‌ها منجر شده است. پس از آن، سخنگوی این انجمن نیز در واکنش به این رای به «هفته» گفت: «ما امیدی نداریم عدالتی در جمهوری اسلامی محقق شود برای همین هم در راهپیمایی‌ها و برنامه‌های خود بر موضع برگزاری دادگاه عادلانه، منصف و بین‌المللی تأکید می‌کنیم.»

دیگر عضو این انجمن نیز در گفت‌وگو با «هفته» تأکید کرد که «لازم بود تا این پیگیری از داخل ایران انجام گیرد تا به کشورهای دخیل در این ماجرا و مجامع بین‌المللی نشان داده شود که حکم قضایی جمهوری اسلامی درباره این پرونده به نتیجه نخواهد رسید.»

پس از رای ایران، روند دادخواهی هموار می‌شود

آرمین مرتب که آروین، برادر و آیدا فرزانه، همسر برادرش را در این پرواز از دست داده است، افزود: «لازمه رسیدگی به این پرونده در مراجع بین‌المللی این بود که بررسی آن در داخل ایران به نتیجه نرسیده باشد که این اتفاق هم افتاده است از این بابت روند دادخواهی برای ما تا حدی هموارتر شده و حالا می‌توان به‌طور مستقل پیگیری کرد.» چندی پس از این اظهارنظرها و در آستانه برگزاری انتخابات پارلمان کانادا، روزنامه Ottawa Citizen به سراغ آقای اسماعیلیون رفت و در ابتدای گزارش به این قضیه اشاره کرد که «خانواده‌های کشته‌شدگان در پرواز PS752 از رهبران سیاسی کانادا می‌خواهند برای جان‌باختگان بر فراز تهران توسط نیروهای نظامی جمهوری اسلامی به حقیقت و عدالت پایبند باشند.»

آقای اسماعیلیون نیز به اتاوا سیتیزن گفت:



رشد اقتصادی آهسته، مانعی در راه سرمایه‌گذاری و نوآوری

شده است. در واقع نوآوری در بخش‌های اقتصادی کانادا از دهه نود میلادی رو به افول گذاشت و این در حالی بود که در همین دوران کشورهای بسیاری از جمله ایالات متحده و بریتانیا طبق معیار نوآوری با شش و چهار درصد در حال رشد بودند. به نظر فیلیپ کراس، اگر دستاوردهای اقتصادی کانادا را با هر معیاری بسنجیم خواهیم دید این کشور برای سال‌های متمادی کمتر از ظرفیت‌هایش رشد کرده و عواقب مخرب آن به طور مستقیم بر زندگی شهروندان کانادایی سایه افکنده است. این رکود طولانی‌مدت را نمی‌توان تنها با وضع قوانین و تدوین سیاست‌های کنونی برای پیشرفت در بخش فن آوری و محیط‌زیست یا تشویق و ترغیب به انجام مطالعه و تحقیق برای پیشرفت موفقیت در این زمینه‌ها جبران کرد. در مقایسه با ایالات متحده، آن عواملی که می‌توانند موجب رشد و نوآوری در صنایع و اقتصاد کانادا شوند از ارزش اجتماعی کمتری برخوردار هستند.

طول دهه گذشته از دهه سی میلادی تا به امروز کندترین بوده و به دلیل کاهش شدید بهره‌وری و رقابت در سطح بازار به شکل چشم‌گیری از جذابیت سرمایه‌گذاری کاسته است. همچنین در این تحقیق مشخص شد که کسب‌وکارهای کانادایی به‌جای اینکه در محیطی رقابتی رشد کنند به دلیل وجود قوانین و مقررات دست‌وپاگیر دولتی از تحرک کافی بازمانده‌اند و این مقررات بیشتر از اینکه به رشد شرکت‌ها کمک کند موجب کاهش سطح رقابت اقتصادی

رشد اقتصادی و سرمایه‌گذاری در بخش‌های اقتصادی کانادا به‌طور کلی در سال‌های گذشته و به‌ویژه در دهه اخیر کاهش یافته و باعث شده کانادا مانند گذشته در تشویق و ترغیب نوآوری و راه اندازی کسب‌وکارهایی جدید موفق نباشد. در آخرین مطالعات مؤسسه مستقل و غیرانتفاعی فریزر که اتاق فکری در مورد سیاست‌های اجتماعی کانادا است آمده است که نرخ رشد اقتصادی کانادا از دهه سی میلادی تا امروز چنین کند و ضعیف نبوده است. فیلیپ کراس، عضو ارشد انستیتو فریزر و نویسنده کتابی با عنوان «شرکت‌های کانادایی، سست در پویایی و عقب‌مانده در نوآوری» معتقد است رشد اقتصادی در سال‌های منتهی به بحران همه‌گیری کرونا آهسته شده است و این منعکس‌کننده کاهش نوآوری و کند شدن روند بهره‌وری است. در این مطالعه، رشد اقتصادی کانادا بر حسب تولید ناخالص ملی - که تأثیر نرخ تورم در آن در نظر گرفته شده است - در

“
مداخله‌های دولتی در
اقتصاد تاسیس شرکت‌هایی
وابسته و ضعیف را به دنبال خواهد
داشت که پویایی لازم برای رقابت و
رشد در سطح جهانی را ندارند.”

شرکت کوچک یا متوسط - که به SME معروفاند - به دلیل کمبود نیروی انسانی مورد نیاز لاجرم فرصت‌های تجاری بالقوه را از دست داده‌اند. با وجود اینکه این مشکل در استان کبک و به‌ویژه در مناطق روستایی بیشتر مشاهده شده است ولی مسئله‌ای فرااستانی و ملی است. شرکت‌های شاغل در بخش هنر، سرگرمی و کشاورزی بیشتر با مسئله حفظ نیروی انسانی مواجه بوده‌اند.

پیر کلرو قائم مقام و اقتصاددان ارشد بانک توسعه تجارت کانادا معتقد است با ورود به دوران بازایی و احیای اقتصادی از اثرات منفی همه‌گیری کرونا، کمبود نیروی انسانی موجب نگرانی است و باعث کاهش رشد و قدرت رقابت شرکت‌های کانادایی شده است. اما راه‌های موثری برای گذر از این مرحله در درازمدت در اختیار کارفرمایان قرار دارد که یکی از آن‌ها روی آوردن به اتوماسیون است. تحقیقات نشان داده است که شرکت‌هایی که بخش‌هایی از فعالیتشان را خودکار یا اتوماتیک کرده‌اند دوبرابر بیشتر توانسته‌اند در جذب نیروی انسانی موفق‌تر باشند. به علاوه احتمال می‌رود حدود یک و نه دهم برابر نیز بیشتر از میانگین صنعت موردنظر بتوانند در فروش رشد کنند. تا کنون طبق آمار تنها یک‌چهارم شرکت‌های کوچک و متوسط کانادایی از اتوماسیون بهره برده‌اند. راه‌های مؤثر دیگری نیز در جذب و حفظ نیروی انسانی وجود دارند، از جمله ایجاد فرایند رسمی برای جذب نیرو، تطبیق با فن آوری‌های جدید و ایجاد بسته‌های تشویقی برای حفظ کارکنان فعلی.

در حال حاضر بازار کار در مرحله‌ای است که تعداد آگهی استخدام بیشتر از تعداد داوطلبان استخدام است. طبق تحقیق انجام شده بر روی کارفرمایان، حدود نیمی از چالش‌های استخدام مربوط به نبود متقاضی برای پست موردنظر و نیمی دیگر مربوط به کمبود مهارت و دانش کافی از سوی متقاضیان بوده است. اگر به‌طرف دیگر مسئله یعنی کارمندان نگاهی بیندازیم خواهیم دید که حدود پنجاه و هفت درصد کارکنان به دلایل مربوط به افزایش دستمزد کارشان را رها کرده‌اند. نتایج دیگری نیز در این تحقیق به دست آمده است که دارای اهمیت هستند. از جمله اینکه حدود بیست درصد از بیکار شدگان در دوران کرونا به کل پیشه و حرفه‌شان را تغییر داده‌اند.

برای منابع این نوشتار به سایت هفته مراجعه کنید.

به حرکت درآورد. کمالینکه سستی و کندی در پیشرفت و نوآوری نتیجه همین تفکر غلط است.

کمبود نیروی کار، مشکل بزرگ کارفرمایان

کمبود نیروی انسانی در کانادا مسئله‌ای است که بیش از یک دهه گریبان‌گیر شرکت‌ها بوده است ولی با به وقوع پیوستن بحران همه‌گیری این مسئله به مشکلی جدی تبدیل شده است. به در تازه‌ترین گزارشی که توسط بانک توسعه تجارت کانادا BDC منتشر شد کمبود نیروی کار عاملی مهم در کاهش رشد حدود شصت و چهار درصد شرکت‌های کوچک و متوسط کانادایی بوده

حدود نیمی از کارفرمایان و کارآفرینان کانادایی با مشکل استخدام نیروی انسانی مواجه‌اند.

از هر سه شرکت کوچک یا متوسط دو شرکت به دلیل کمبود نیروی انسانی مورد نیاز فرصت‌های تجاری بالقوه را از دست داده‌اند.

به‌طوری‌که شرکت‌ها باید هزینه و وقت بیشتر از معمول صرف پیاده‌سازی استراتژی‌های جذب نیرو کنند. با وجود اینکه راه‌حل‌های عملی و مؤثری برای کمک به کارفرمایان و کارآفرینان زمینه استخدام و نگهداری نیروی انسانی وجود دارند اما ظاهراً به طور مداوم مورد استفاده قرار نمی‌گیرند. طبق این گزارش حدود پنجاه و پنج درصد از کارفرمایان و کارآفرینان با مشکل استخدام نیروی انسانی مواجه بوده‌اند و این مشکل باعث شده حدود شصت و یک درصد از شرکت‌ها از نیروی کار موجودشان بیشتر از معمول کار بکشند یا در برخی موارد - حدود چهل و چهار درصد - مجبور به رد تقاضای مشتری برای تولید محصول یا ارائه خدمات شوند. بر اساس این تحقیق که بر روی حدود هزار و دویست شرکت و سه هزار کارمند صورت گرفت مشخص شد حدود دو شرکت از سه

حال آنکه این عوامل موتور محرک اقتصاد به سمت شکوفایی هستند؛ بنابراین، نبود چنین ارزش‌هایی موجب می‌شود شرکت‌ها بیشتر و بیشتر به دولت‌ها وابسته شوند و به آن‌ها برای حمایت در برابر رقبا و حفظ عدالت دل ببندند. بر خلاف ایالات متحده که هدفش رشد شرکت‌های قوی‌تر است و حفظ همه شرکت‌ها اولویت ندارد. درست است که این محیط کمی به قانون بقا شباهت دارد ولی موجب شده غول‌هایی از اقتصاد آمریکا سر برآورند که بر اقتصاد جهانی سایه‌ای سنگین بیفکنند. مدل‌های کسب‌وکار بسیاری در کانادا بر اساس حمایت، کنترل قیمت، مداخله در رقابت و تکیه بر مقررات دولتی پایه‌گذاری می‌شوند. حال آنکه نتیجه چنین مداخله‌هایی ایجاد شرکت‌هایی وابسته و ضعیف است که پویایی لازم برای رقابت و رشد در سطح جهانی را نخواهند داشت. مدل توسعه اقتصادی که کانادا برای شرکت‌ها در نظر گرفته است در نهایت نتیجه‌ای عکس به دنبال خواهد داشت و در نتیجه این مدل توسعه، اعتماد مردم نسبت به شرکت‌های کانادایی سلب خواهد شد و در چشم جامعه موفقیت شرکت‌ها نه به‌خاطر نبوغ و نوآوری بلکه به دلیل کمک‌های سیستماتیک دولتی است که به آن‌ها اعطا شده است.

به‌علاوه به نظر نویسندگان این گزارش، با تن‌دردان دولت به درخواست‌های بی‌پایان گروه‌ها و بخش‌های مختلف برای کمک در زمینه ایجاد شغل و بالابردن دستمزدها این وضعیت حتی بدتر نیز می‌شود. نویسندگان معتقد است دولت باید به‌جای تلاش در توزیع عادلانه حقوق و دستمزد به شرایطی دامن زند که به رونق تولید و ایجاد دستمزدهای بالاتر منجر شود.

به‌طور کلی دیدگاه این گزارش بر این نکته معطوف است که راه حل برون‌رفت از این وضعیت طبق تحلیل انستیتو فریزر در دست دولت است و دولت باید از مواضع عدالت‌خواهانه و کمی سوسیالیستی فاصله بگیرد و مانند کشورهای پیشرو در اقتصاد جهانی کمی بیشتر به سمت سیاست‌های خشن سرمایه‌داری سوق پیدا کند. بدین صورت که دولت با بازنگری در خط‌مشی و سیاست‌هایی که به این ناکارآمدی اقتصادی منجر شده است خواهد توانست محیطی فراهم کند که در آن کارآفرینی، نوآوری و سرمایه‌گذاری دوباره شکوفا شود. به نظر نویسندگان و با مقایسه وضعیت کانادا با ایالات متحده، دولت کانادا فکر می‌کند با بالاتر بردن سطح تحصیلات، پیشرفت علم، تحقیق و توسعه و همچنین یارانه‌های سخاوتمندانه دولتی می‌تواند موتور رشد و نوآوری را در بخش خصوصی کشور

“
دکتر رکسانا بهرامیتاش؛
پژوهشگر و نویسنده
”



بیست سال اشغال افغانستان و نتیجه؟



صبح از خانه بیرون می‌رفتیم و می‌دانستیم شب به خانه بر می‌گردیم. الان وقتی از صبح بیرون می‌رویم نمی‌دانیم بر می‌گردیم یا نه. خیلی از زنان و دختران دزدیده می‌شوند ما خواستار امنیت هستیم.»

راست می‌گفت شنیده بودم که در خیابان دخترها را می‌دزدند. بعضی‌ها کودکان را برای فروش کلیه می‌دزدند.

چند سال طول کشید (۲۰۰۹) که بعد از آن سفر توانستم با دست‌های پر به افغانستان برگردم این بار از طریق سازمان مردم‌نهاد آلترناتیو اینترنشنال و با همکاری یک سازمان مردم‌نهاد محلی قرار شد یک پروژه برای توانمندی اقتصاد زنان کار کنم.

داشتن حمایت یک سازمان کانادایی و یک سازمان محلی و همکاری دولت افغانستان پشت‌گرمی برای من بود. حقیقتاً توانسته بودم یک قدم مؤثر برای مردم افغانستان بردارم. با لبخندی شب به خواب رفتم تا صبح برای ادامه بخش دوم مستندم بیدار شوم اما صبح بعد از اذان صبح دو انفجار، رگبار گلوله و پرواز هلیکوپترها مرا از خواب بیدار کرد. دو حمله انتحاری در هتل دیواربه‌دیوار صورت گرفته بود و من حق خروج از هتل را نداشتم.

از سازمان مردم‌نهاد محلی درخواست کردم بلیتم را جلو بیندازد. خیال ماندن در کابل و ساختن بخش دوم فیلم در کابوس وحشتناک دفن شد و از آن روز به بعد هرگز برنگشتم.

امروز که شاهد وقایع اخیر و شکست آمریکا توسط طالبان هستیم با خود می‌اندیشم شاید علت این‌که مردم افغانستان در خیابان‌ها بر علیه طالبان برنخاستند و دولت دست‌نشانده آمریکایی یک‌شنبه فرو ریخت را باید در صحبت‌های آن دختر ۱۴ ساله جستجو کرد. شاید بسیاری از مردم افغانستان به دنبال آن چیزی هستند که همه ما خواهان آن هستیم. «امنیت!»

۲۷ سپتامبر ۲۰۲۱

شرایط مردم بهتر شده باشد اما مصاحبه‌هایی که با فعالین اجتماعی زن در افغانستان کردم مانند شوک الکتریکی مرا به دنیای واقعی آورد.

چند تا از مصاحبه‌ها واقعاً تکان‌دهنده بود. یکی از مصاحبه‌شوندگان به من گفت که عده‌ای از «فمینیست‌ها» (احتمالاً) تحت رهبری لارا بوش و لیز چینی که هر دو در عراق و افغانستان سازمان داشتند و خودشان را فمینیست می‌نامیدند آمده بودند به کمک زنان افغان که برنامه آموزش پختن پنیر و ماکارونی گذاشته بودند.

او عصبانی بود و می‌گفت که ما در زمان طالبان مدارس زیرزمینی برای آموزش دختران داشتیم حالا این‌ها به ما آشپزی غذای آمریکایی یاد میدن واقعاً خیلی اسفناک و باورنکردنی است.

در یک مصاحبه دیگر با یک وکیل زن که در سازمان ملل کار می‌کرد و مرا به حیاط ساختمان برد و گفت: «بین چند تا ماشین شاسی‌بلند اینجاست!» حق با او بود دفتر سازمان ملل پر از ماشین‌های شاسی‌بلند بود بعد گفت: «می‌خوان بازهم ماشین بخرن این‌همه زن و بچه‌های گرسنه در خیابان داریم که از گرسنگی غش می‌کنند.»

این صحنه را خودم وقتی برای خرید به بازار رفته بودم دیدم. بچه‌ها با دست‌های کوچکشان دور پاهای من حلقه می‌زدند و ملتسمانه می‌گفتند: «خانم ایرانی کمک کن! مامان ایرانی کمک کن!» وقتی این‌ها را می‌شنیدم پشتم می‌لرزید پول‌های کیفم را خالی کرده و میوه‌ها را تقسیم می‌کردم.

اما شاید تکان‌دهنده‌ترین مصاحبه‌ها با یک دختر ۱۴ ساله بود دختری که انگلیسی را در اردوگاه پناهندگان در پیشاور پاکستان یاد گرفته بود و به‌عنوان داوطلب در مرکز نگهداری کودکان زنان زندانی کار می‌کرد.

او به من گفت: «من طالبان را ترجیح می‌دادم.» جواب او مرا مثل آدمی که برق گرفته از جا پراند: «چرا؟»

پاسخ داد: «زمانی که طالبان بود ما امنیت داشتیم

آنچه در هفته‌های گذشته در افغانستان شاهد بودیم پشت جهانیان را لرزاند و مرا به یاد دو دهه پیش انداخت.

زمانی که در مؤسسه سیمون دوبوار تدریس می‌کردم با شبکه‌ای از طرفداران صلح، دفاع از حقوق زنان، دفاع از عدالت اجتماعی و حفاظت از محیط‌زیست در ارتباط بودم، تظاهرات، طومارنویسی‌های فراوان و ایجاد کمپین‌های متعدد بخش لاینفک زندگی من بود.

آن روزها با یارانم تظاهراتی در مونترال ترتیب می‌دادیم. تظاهراتی با شعار: بمباران کنید افغانستان را! بمباران کنید با غذا! بمباران کنید با کمک‌های اولیه!

دولت بوش برای به اجرا گذاشتن طرح خاورمیانه بزرگ وارد صحنه شده بود و در پی تغییر نقشه غرب آسیا بود (غرب آسیا در غرب به خاورمیانه موسوم است) من هم‌صدا بودم با فعالان ضدجنگ و مخالفان سلطه‌جویی آمریکا بر غرب آسیا و آنرا سناریوی شکست‌خورده می‌دیدم.

به دلیل ایرانی بودنم در مجامع مختلف دعوت می‌شدم تا در مورد جنگ افغانستان صحبت کنم و بارها بارها اشاره می‌کردم که این جنگ بیهوده است و آمریکا باید از شکستش در ویتنام درس می‌گرفت. آنچه از همه بیشتر آزارم می‌داد این بود که بوش در سخنرانی‌هایش ادعا می‌کرد که این جنگ برای آزادی زنان افغان است و با وجود اعتراضات گسترده آمریکا وارد جنگ با طالبان شد، طالبانی که خودش آموزش داده و مسلح کرده بود.

در سال ۲۰۰۴ بعد از «پیروزی» آمریکا به کابل رفتم و از طریق دوستانم با شبکه افغان زنان Af-ghan women network در صدد تهیه یک مستند بر اساس مصاحبه با زنان فعال اجتماعی بودم. مصاحبه‌های زیادی انجام دادم و مستند کوتاهی تهیه کردم. قبل از این مستند امیدوار بودم که نتیجه جنگ آمریکا مخالف آنچه من پیش‌بینی می‌کردم باشد و از صمیم قلب می‌خواستم که

SHEMIRAN
Auto Services

اتوسرویس شمیران
تعمیر و خدمات انواع خودرو

- فروش انواع لاستیک تا ۸۰ دلار تخفیف
- جلوگیری از زنگ زدگی Rust Proofing
- تعمیرات ترمز و جلوبندی

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



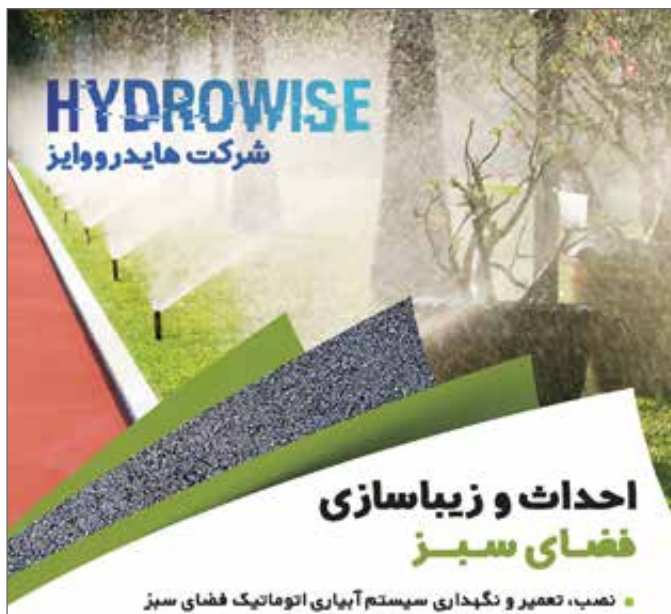

HYDROWISE
شرکت هایدرووایز

**احداث و زیباسازی
فضای سبز**

- نصب، تعمیر و نگهداری سیستم آبیاری اتوماتیک فضای سبز
- آسفالت ورودی گاراژ و سنگ کاری پیاده‌روهای حیاط و باغچه
- نصب، تعمیر و نگهداری سیستم نورپردازی فضای سبز
- کاشت چمن
- تنها تامین‌کننده کود طبیعی چمن (بایوزیست Biofertilizer) در کانادا

(514) 707 4767
INFO@HYDROWISE.CA
WWW.HYDROWISE.CA

ارزیابی رایگان



Pharmacie
Golnasim Riahi

داروخانه دکتر گل نسیم ریاحی
اولین داروخانه آنلاین فارسی زبان در کانادا
برای رفاه و سلامت شما در شرایط کرونا
www.riahipharma.com
Tel: (514) 519-3060

واکسیناسیون
تعداد محدود باقیمانده

درمانت نسخه
انطباق دارو و نسخه و نظارت

مشاوره رایگان
مشاوره دارو / مشاوره تخصصی / تشخیصی یا بهداشتی

دسترس آنلاین
در دسترس ۲۴ ساعته در هر روز و شب
تخصصی و عمومی در هر دو

نوشتن نسخه
نویسندگان ترخیص دارو و حق
تأیید پزشک در صورت لزوم

مالیات حضوری
اطلاع‌رسانی رسمی و
دریافت واکسیناسیون

انتقال پرونده
تأیید از پزشک داروخانه

ارسال رایگان دارو
در صورت درخواست

دسترس به پزشک
در صورت نیاز

1111 Blvd. Dr. Frederik-Philips, suite 600, St-Laurent.
Postal Code: H4M 2X6
514 519 3060 438 300 5895
www.riahipharma.com info@riahipharma.com



دانش جامعه حقوق سلامتی



» حداکثر طول عمر انسان و امکان افزایش آن همواره از موضوعات مورد علاقه دانشمندان بوده است.



زندگی ابدی از لحاظ تئوری غیر ممکن نیست

یک در میلیون است. بنابراین باید گفت این مسئله غیرممکن نیست اما احتمال آن بسیار کم است. دیویسون و همکارانش معتقدند که بشر در قرن حاضر در نهایت شاهد چنین اتفاق فوق‌العاده‌ای خواهد بود؛ چراکه با توجه به شمار فزاینده افراد بالای یکصد سال، احتمال این که یکی از این سالمندان در نهایت به ۱۳۰ سالگی برسد، افزایش خواهد یافت.

با این حال آقای دیویسون اذعان کرد که اگر پیشرفت‌های پزشکی و اجتماعی قابل توجهی حاصل نشود، شانس بشر برای رسیدن به سنی بالاتر از این هم پائین‌تر خواهد بود. افزایش طول عمر انسان فراتر از محدوده ۱۲۵ سال، مستلزم پیشرفت‌های پزشکی و درمانی قابل توجهی است که قادر به کنترل بسیاری از جهش‌های ژنتیکی تعیین کننده طول عمر باشند.

پیش از این محققان آمریکایی در مطالعات خود به این نتیجه رسیده بودند که حداکثر طول عمر انسان ثابت و متأثر از محدودیت‌های طبیعی است. محققان کالج پزشکی آلبرت اینشتین نیویورک معتقدند که پوسته بیولوژیکی بشر به گونه‌ای است که عمر او را محدود می‌کند. آنها با تجزیه و تحلیل اطلاعات جمع‌آوری شده از دهه ۱۹۲۰ در پایگاه داده‌های مرگ و میر انسانی مربوط به ۳۸ کشور به این نتیجه رسیدند.

تا کنون پیرترین فردی که در جهان نامش ثبت شده یک خانم فرانسوی به نام ژان کلمان است که در سال ۱۹۹۷ در سن ۱۲۲ سالگی درگذشت. برخی کارشناسان ابتدا درباره این رقم ابراز تردید کرده و عده‌ای آن را رد کردند اما در نهایت بسیاری از کارشناسان آن را در سال ۲۰۱۹ تأیید کردند. اما مسن‌ترین فرد زنده که سنش هم تأیید شده، یک زن ژاپنی ۱۱۸ ساله به نام کانه تاناکا است.

منبع: رادیو کانادا

(نوعی تخمین فرای محدوده مشاهدات اصلی برای مقدار یک متغیر بر اساس روابط آن با متغیر دیگر) این اطلاعات می‌توان این گونه نتیجه‌گیری کرد که طول عمر انسان محدودیت ندارد.

آقای دیویسون تصریح کرد نتایج این مطالعه با تجزیه و تحلیل‌های آماری مشابه انجام شده بر روی داده‌های مربوط به افراد بسیار سالخورده نه تنها مطابقت دارد بلکه نتایج تحقیقات پیشین را تقویت و روشن می‌کند.

تیم تحقیقاتی تحت سرپرستی آقای دیویسون اطلاعات جدیدی را در پایگاه بین‌المللی طول عمر (IDL) که مربوط به بیش از ۱۱۰۰ فرد سالخورده بالای یکصد سال از ۱۳ کشور جهان بود، مورد مطالعه قرار داده‌اند.

این گروه تحقیقاتی همچنین اطلاعات مربوط به گروهی از سالمندان ایتالیایی را که همگی در فاصله ژانویه سال ۲۰۰۹ و دسامبر سال ۲۰۱۵ دستکم ۱۰۵ سال از عمرشان گذشته‌بود، مورد بررسی قرار دادند.

آقای دیویسون از روش مطالعاتی خود که بر مبنای برون‌یابی داده‌های موجود است نه بر پایه معیارهای پزشکی، دفاع می‌کند و می‌گوید هر گونه مطالعه و تحقیق درباره حداکثر سن انسان خواه بر اساس اصول آماری باشد خواه بر پایه معیارهای پزشکی، مستلزم برون‌یابی داده‌های موجود است.

آقای دیویسون می‌گوید ما توانستیم ثابت کنیم که اگر برای زیر یکصد و سی سال محدودیتی وجود داشته باشد، ما می‌بایست با استفاده از داده‌های موجود آن را پیدا می‌کردیم.

گرچه محدودیتی در این زمینه وجود ندارد اما شانس رسیدن یا گذشتن از ۱۳۰ سال بسیار کم است.

آقای دیویسون تصریح کرد طبق تجزیه و تحلیل‌ها و محاسبات آماری صورت گرفته، شانس این که یک انسان ۱۱۰ ساله بتواند ۱۳۰ سال عمر کند، تقریباً

بر اساس نتایج مطالعاتی که هفته پیش منتشر شد، انسان‌ها احتمالاً می‌توانند تا ۱۳۰ سال یا حتی بیشتر عمر کنند هر چند امکان چنین اتفاقی بسیار ناچیز است. درست مثل روزگاران دور، در دوره ما نیز مسئله حداکثر طول عمر انسان یک موضوع بحث بسیار جالب است. در مطالعاتی که اخیراً در این باره صورت گرفته حداکثر عمر انسان را تا ۱۵۰ سال تعیین کرده‌اند اما برخی مطالعات گامی جلوتر رفته و اساساً محدودیت سن بشر را منتفی می‌دانند.

مطالعه جدیدی که نتایج آن به تازگی در نشریه Royal Society Open Science منتشر شده، بر پایه تجزیه و تحلیل داده‌های مربوط به افراد بسیار سالخورده، یعنی آنهایی که ۱۱۰ سال یا بیشتر عمر کرده‌اند صورت گرفته است. محققانی که این مطالعه را انجام داده‌اند می‌گویند گرچه خطر مرگ به طور طبیعی با بالا رفتن سن افزایش می‌یابد، اما تجزیه و تحلیل اطلاعات مرتبط با افراد بالای یکصد سال نشان می‌دهد که منحنی خطر مرگ انسان بر اثر سالخوردگی در سنین‌های بسیار بالا به احتمال پنجاه درصد که می‌رسد صاف می‌شود و به اصطلاح به یک فلات می‌رسد.

آنتونی دیویسون، استاد علم آمار در مدرسه پلی‌تکنیک فدرال لوزان، که در این تحقیق مشارکت داشته است، می‌گوید پس از یکصد سالگی، این احتمال را که شما بتوانید یک سال بیشتر زنده بمانید می‌توان با پرتاب کردن یک سکه به هوا مقایسه کرد. اگر سکه به رو بیفتد، شما یک بار دیگر می‌توانید تولد خود را جشن بگیرید و اگر به پشت بیفتد، همان سال خواهید مرد.

آقای دیویسون و همکارانش در مطالعات خود به این نتیجه رسیدند که با توجه به داده‌های موجود انسان می‌تواند ۱۳۰ سال عمر کند اما با برون‌یابی



فرایندهای پیشگیری و حل اختلاف: مذاکره

کنید. با این حال، هنگامی که یک تفاهم‌نامه را امضا کردید، همان تأثیر قرارداد را دارد. در برخی موارد، مذاکرات ممکن است به توافق خارج از دادگاه منجر شود. اگر چنین است، اطمینان حاصل کنید که همه جزئیات و همه شرایط قرارداد یا توافق‌نامه در یک سند مکتوب که توسط تمامی طرفین امضا شده است، گنجانده شده است.

انواع اختلافات مناسب برای مذاکره:
مذاکره می‌تواند در زمینه‌های مختلف زندگی روزمره شما استفاده شود، از جمله: روابط بین‌فردی؛ روابط با همسایگان؛ روابط تجاری؛ روابط کاری؛ روابط با سازمان‌های عمومی.

مذاکره مشارکتی:
مذاکرات مشارکتی به همکاری طرفین درگیر اتکا دارند؛ به همین دلیل به‌طور کلی منجر به یک راه‌حل برد - برد می‌شوند. این مذاکرات بر مبنای مسائل زیر استوار هستند: تعیین نیازها و منافع هریک از طرفین به‌جای

نیز از تکنیک مذاکره استفاده می‌نماید. اغلب افراد زمانی که با مشکل قانونی مواجه می‌شوند، اولین واکنش آن‌ها به دادگاه بردن طرف مقابل است اما مراجعه به دادگاه تنها راه‌حل مشکل نیست و گزینه‌های دیگری همچون مذاکره وجود دارد که ممکن است به نفع هر دوی طرفین باشد.

مذاکرات، اساس همه فرایندهای حل اختلاف هستند و شامل تلاش برای دستیابی به توافق با طرف مقابل از طریق بحث و گفتگو و توافق برای سازش‌های خاص هستند. برخی درگیری‌ها پیچیده هستند و ممکن است صحبت با شخصی که با او به مشکل برخوردیده‌اید دشوار باشد. در این چنین موارد می‌توانید وکیل را برای حل مشکلات حقوقی در خارج از دادگاه استخدام کنید که از جانب شما مذاکره کند یا هنگام مذاکره در کنار شما باشد.

این مسئله قابل‌ذکر است که یک تفاهم‌نامه‌ی مذاکره شده ارزش یکسان با قرارداد را دارد و هیچ قانون رسمی یا فرایند اجباری برای مذاکره وجود ندارد. شما و طرف مقابل می‌توانید قوانین خود برای مذاکره و شرایط قراردادتان را تعیین

در سلسله مقالات پیشین به سه راه‌حل از راه‌حل‌های چگونگی حل اختلاف از طریق فرایندهای پیشگیری و حل اختلاف شامل: مصالحه، داوری و میانجیگری (Conciliation, arbitration and mediation) به طور مفصل پرداخته شد. همان گونه که بیان شد، هر سه مورد ذکر شده راه‌حل‌های ساده و کارآمد برای حل و فصل پرونده بدون نیاز به گذراندن جلسه استماع هستند. در مقاله هفته پیشین به مصالحه پرداخته شد و بیان کردیم که مصالحه یک فرایند غیررسمی و محرمانه است که طی آن شخص بی‌طرف، مصالحه‌کننده، به شما و طرف مقابل کمک می‌کند تا راه‌حل رضایت‌بخشی برای اختلاف خود بیابید. لیکن، یکی از رویکردهای اساسی مورد استفاده در کلیه فرایندهای پیشگیری و حل اختلاف، مذاکره است. در این مقاله به مذاکره و فرایند آن می‌پردازیم.

بخش بزرگی از زندگی روزمره شما با همسران، کارفرمای شما، فرزندان شما و ... با مذاکره صورت می‌گیرد و در اکثر موارد به توافق می‌رسید. براین اساس است که سیستم قضایی



آنکه بر دفاع از یک موضع‌گیری ثابت استوار باشند؛

مذاکره، همکاری و تبادل تمامی اطلاعات مربوطه، روابط خوب بین افراد، جستجوی راه‌حل‌های اصلی و سفارشی که برای تمامی طرفین مزایایی ارائه می‌دهد. مذاکره مشارکتی به‌عنوان مذاکره مستدل و مذاکره مبتنی بر منافع شناخته می‌شود.

مثال: دو همسایه نمی‌توانند در مورد حصار شکسته به توافق برسند. Simon و Julie هریک ادعا می‌کنند که دیگری مسئول وضعیت بد حصار است که دو ملک آن‌ها را در ۱۵ سال گذشته از هم جدا کرده است. هیچ یک از آن‌ها حصار نساختند و وقتی ۱۴ سال پیش خانه را خریداری کردند، حصار آنجا بود.

این دو نفر هریک ادعا می‌کنند که دیگری مسئول نگهداری آن است. علی‌رغم اختلاف‌نظر آن‌ها، علایق و نیازهای آن‌ها بسیار فراتر از حصار است، چون به‌عنوان همسایه مرتباً به یکدیگر کمک می‌کنند. هر دوی آن‌ها می‌خواهند راه حلی بلندمدت بیابند تا رابطه خوب خود را حفظ کنند.

این دو نفر پس از چند بحث غیررسمی در مورد نیازها و انتظارات مربوطه، درباره قوانین خاص مرتبط با همزیستی آن‌ها و اقداماتی که هر دو برای حفظ حصار در آینده انجام خواهند داد، مذاکره می‌کنند.

از این پس، هر دوی آن‌ها مسئول گزارش هرگونه مشکل در حصار در اسرع وقت خواهند بود. سپس آن‌ها می‌توانند راه حلی را قبل از بروز هرگونه آسیب دائمی پیدا کنند. علاوه بر این، Julie هر سه سال یک‌بار، حصار را با رنگ و برس‌هایی که Simon ارائه می‌دهد، نقاشی می‌کند.

از آنجاکه حصار موجود آسیب‌ناپذیر است، این دو نفر با هم حصار جدیدی را خریداری می‌کنند که نیازهای آن‌ها را برآورده می‌کند و هزینه نصب آن را تقسیم می‌کنند. در نهایت، آن‌ها تفاهم‌نامه خود را به‌صورت مکتوب خلاصه می‌کنند تا سوابق و تعهدات هریک از طرفین ثبت شود.

بنابراین، مذاکره بر مبنای ارتباط داوطلبانه و مباحثه میان دو یا چند نفر با هدف حل اختلاف می‌باشد. شما در تمامی مراحل قانونی ممکن است با طرف مقابل مذاکره کنید و حتی ممکن است قبل از اقدام قانونی، مذاکره را آغاز کنید. توجه داشته باشید که شما می‌توانید

به‌تنهایی یا از طریق یک نماینده همچون وکیل و یا مذاکره‌کننده حرفه‌ای این فرایند را پیش ببرید.

نکات حقوقی که در مذاکرات باید بدانید

اول اینکه مذاکرات معمولاً می‌بایست محرمانه باشند تا افراد بتوانند آزادانه گفت‌وگو کنند بدون آنکه از عواقب استفاده از صحبت‌هایشان در دادگاه بیمی داشته باشند. از این رو می‌توانید از وکیل یا میانجیگر بهره ببرید که طبق قوانین مدنی کبک مذاکرات را محرمانه تشکیل دهند و یا به‌صورت مکتوب یا شفاهی ذکر کنید که جلسه مذاکره محرمانه و با حفظ حقوق شماست اگر که به توافق نرسید.

در صورت توافق می‌بایست مطمئن باشید که صحبت‌ها و اطلاعات شما صحیح و شفاف است. همچنین مذاکرات می‌بایست عاری از فشار، تهدید و با در نظر گرفتن وقت مناسب برای طرفین برای گرفتن مشاوره حقوقی باشد. وگرنه رضایت به توافق تحت شرایطی باطل خواهد شد. پس عجله نکنید و از حقوق خود آگاهی داشته باشید. مذاکره بدون مشاوره حقوقی از نقاط قوی و ضعف پرونده همانند

رانندگی بدون نقشه است. در نهایت یک سری از توافقات مانند توافق به طلاق می‌بایست توسط دادگاه تأیید شود تا شکل قانونی به خود گیرد. همچنین ممکن است متن توافق شما همیشه قانون نباشد و نیاز باشد که یک مشاور حقوقی متن توافق شما را تصحیح کند که به آن شکل قانونی دهد. لطفاً توجه داشته باشید که راهنمایی‌های وکیل می‌تواند به شما در مذاکرات کمک کند و پیشنهاد می‌شود اطلاعات مربوطه را از مشاور حقوقی خود جویا شوید.

توضیح: متن فوق، اطلاعات عمومی در خصوص موضوع مقاله است و در صورت بروز مشکل حقوقی، می‌توانید از وکیل خود، مشاوره حقوقی دریافت نمایید. 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 Riahi Legal مراجعه و سؤالات خویش را از وکیل دادگستری کبک، خانم نیوشا ریاحی بپرسید.



روان درمانی چیست و چرا ضرورت دارد؟



و شامل توصیه و پیشنهاداتی برای حل مشکل می‌شود، اما روان درمانی، درمان بلندمدت‌تری است که به رسیدن به دیدگاه‌های بهتر و سالم‌تر نسبت به مشکل عاطفی و روحی مزمن توجه می‌کند. تمرکز روان درمانی بیشتر بر روند فکری بیمار است و نه فقط مشکل خاص او.

افراد گاهی ممکن است از برخورد مستقیم با درمانگر هراس داشته باشند و یا بیان احساسات و عواطف به صورت چهره‌به‌چهره برایشان سخت باشد. هم چنین گاهی ممکن است وقت کافی برای رفت‌وآمد نداشته و یا نوع مشکلشان طوری باشد که بیرون آمدن از منزل برایشان دشوار باشد، در این صورت گزینه آنلاین و یا تلفنی موارد خوبی هستند که بتوان به انواع مشاوره‌ها دسترسی آسان‌تری پیدا کرد.

یکی از بزرگ‌ترین مزیت‌های صحبت کردن با روان درمانگر این است که می‌توانید تقریباً در مورد همه چیز با او صحبت کنید، بدون این که خود را سانسور کرده و یا ترس از قضاوت شدن داشته باشید. روان درمانگر هنگام گوش کردن به حرف‌های شما همیشه شما را تأیید نمی‌کند، بلکه گاهی نظرات، افکار و احساسات شما را به چالش می‌کشد تا بتوانید به واقعیت نزدیک‌تر شوید. شما در روان درمانی هزینه می‌پردازید، پس نیازی نیست که بابت وقت و حمایتی که از درمانگر می‌گیرید معذب باشید و در نهایت و از همه مهم‌تر یک متخصص روان درمانی به دلیل آموزش‌هایی که در این زمینه دیده، این توانایی را دارد که از رفتار، گفتار و احساسات شما بینشی به شما بدهد که به رشدتان در مسیری که به‌تنهایی از پس آن بر نمی‌آید کمک کند.

درباره نویسنده

الهام گرامی دکترای روانشناسی، مشاور و مدرس مهارت‌های زندگی در حوزه کودک، نوجوان و خانواده است.

خوب می‌باشد. مراجع می‌تواند از هر سن و جنسیتی باشد، بنابراین برای کودکان و بزرگسالان قابل اجراست. جلسات درمانی به صورت فردی، گروهی، زوج درمانی و یا خانواده درمانی برگزار می‌شوند. تعداد دفعات مراجعه به روان درمانگر معمولاً هفته‌ای یک‌بار و هر جلسه نیز ۴۵ تا ۶۰ دقیقه طول می‌کشد. زوج درمانی می‌تواند تا یک ساعت و نیم هم ادامه یابد.

در انواع روان درمانی، روان درمانگر می‌کوشد و فرد را تشویق می‌کند تا از احساسات و افکارش بگوید و از چیزی که آزارش می‌دهد صحبت کند. در روان درمانی به دلیل اینکه فرد با افکار و احساسات و مسائل ناخوشایندش مواجه می‌شود، کاملاً طبیعی است که متلاطم شود، گاهی گریه کند، مضطرب و یا حتی عصبانی شود. گاهی روان درمانگر بر اساس موضوعات و محتوای هر جلسه، تمریناتی برای فرد در نظر می‌گیرد و یا راهکارهایی به او می‌دهد و همیشه در شرایط دشوار در کنار درمان‌جو می‌ماند و به او کمک می‌کند با گذشته و احساسات و افکارش کنار آمده، مهارت‌های لازم را به دست آورده و در مواجهه و حل مشکلات توانا تر عمل کند. روان درمانی به جز موارد نادری که خطری درمان‌جو و یا اطرافیانش را تهدید می‌کند، همیشه محرمانه باقی می‌ماند. رازداری یک اصل مهم در ایجاد اعتماد بین درمانگر و درمان‌جو می‌باشد.

روان درمانی نمی‌تواند به‌طور کلی مشکل افراد را درمان و ریشه‌کن کند، اما می‌تواند به افراد کمک کند تا شیوه رویارویی با مشکلات را به صورتی صحیح و سالم بیاموزند و احساس بهتر و واقع‌بینانه‌تری نسبت به خود، اطرافیان و زندگی‌شان داشته باشند.

فرق مشاوره و روان درمانی در این است که مشاوره به درمان کوتاه‌مدتی اطلاق می‌شود که بیشتر روی رفتار، علائم و یا موقعیت مشکل‌زا تمرکز می‌کند

روان درمانی اصطلاحی کلی برای درمان مشکلات مرتبط با سلامت روح و روان است. در روان درمانی بیمار با روان درمانگران، روان‌شناسان یا مشاوران در حوزه‌های مختلف گفت‌وگو می‌کند. در این‌گونه درمان‌ها افراد می‌توانند نسبت به خلق‌وخوی خود، وضعیتی که در آن قرار دارند و احساسات و رفتارشان بیشتر بدانند و شیوه کنترل و مدیریت اوضاع مختلف و رویارویی با چالش‌ها را به‌درستی آموزش ببینند.

انواع گوناگونی از روان درمانی همچون روان‌کاوی، درمان‌های وجودی، درمان‌های شناختی - رفتاری و واقعیت درمانی وجود دارد که هر یک رویکرد و شیوه‌های خاصی در تغییر و درمان افراد دارند. رویکرد درمانی مناسب هر شخص باتوجه به وضعیت او انتخاب می‌شود.

انواع اختلالات اضطرابی مانند انواع وسواس‌ها، انواع فوبیها، حملات پنیک، اختلال استرس پس از حادثه، همچنین انواع اعتیادها همچون اعتیاد به مواد مخدر، الکل، اعتیاد به اینترنت و بازی‌های کامپیوتری و یا اختلالات خلقی مثل افسردگی و دوقطبی و نیز انواع اختلالات شخصیت با انواع مختلف رویکردهای روان درمانی قابل تغییر، کنترل و درمان می‌باشند. مراجعه و اقدام برای روان درمانی یا مشاوره لزوماً به معنای این نیست که فرد دچار بیماری یا اختلال خاصی باشد، بلکه گاهی انواع استرس‌ها، مشکلات شغلی و یا تعارضات بین فردی و زناشویی باعث می‌شود لزوم به رفتن نزد یک مشاور یا روان درمانگر ایجاد شود.

یافتن روان درمانگر مناسب و حرفه‌ای، برنامه‌ریزی مالی برای هزینه‌های روان درمانی، بررسی مشکلات و مسائلی که لازم است با روان درمانگر و مشاور در میان بگذارید، داشتن تمایل و انرژی و گذاشتن وقت و زمان مناسب برای یک دوره درمان و صداقت داشتن از الزامات شروع یک روان درمانی

RE/MAX HAUTE PERFORMANCE
agence immobilière

محمود رحیمزاده
مشاور رسمی املاک در مونتreal و حومه

هدیه ما به خریداران عزیز: هزینه محضر برای خریداران عزیز رایگان خواهد بود

- خرید، فروش و اجاره املاک
- ارزش گذاری رایگان ملک شما و مشاوره رایگان
- همراهی در تهیه بهترین وام بانکی و بازرسی فنی ساختمان

 **cell.514.677.3900**
m.zadeh@remax-quebec.com
Courtier immobilier résidentiel



Mahmoud Rahimzadeh

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 بیزنس 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 بیزنس




Mojdeh Miri
(514-562-3493)
CPA Candidate


Iraj Mohammadi
(514-625-6292)
CPA Candidate



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

استاد شیدا قره چه داغی
اهنگساز پیانیست

چند شاگرد پیشرفته پیانو می پذیرد
جهت آماده شدن برای امتحان های
دانشکده ها 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**

آريانا مقاله گزارش





یک قاضی زن در افغانستان: می ترسم طالبان مرا پیدا کنند گزارشی از وضعیت زنان قاضی در افغانستان

افغانستان به مقام قضاوت رسیدند و در این جایگاه کارهای مثمیری را انجام داده و تا جایی هم با پشتکار و مبارزاتشان قانون منع خشونت را نهادینه ساختند. آن‌ها به عنوان شماری از قدرتمندترین و برجسته‌ترین زنان کشور، از چهره‌های شناخته شده در جامعه هستند که اکنون با ترک منزل در جاهای نامعلوم مخفی‌اند که نه از حق خود دفاع می‌توانند و نه از حق زنان دیگر.

در شهر کابل مشکل شده است. اکنون بیشتر قضات، بخصوص قضات زن که صدها دوسیه را پیگیری کرده و برای مجرمان حکم صادر کرده بودند در ترس و هراس به سر می‌برند. اگرچه بیشتر آن‌ها خانه‌هایشان را ترک کرده‌اند و عده‌ای هم به خارج از کشور انتقال یافته‌اند اما اکثریت‌شان در افغانستان و در شرایطی سخت بسر می‌برند. در ۲۰ سال گذشته بیشتر از ۲۰۰ زن در

با شکست حکومت جمهوری اسلامی افغانستان و آمدن طالبان و باز شدن دروازه‌های زندان و دروازه‌های زندان به وسیله خود زندانیان باز شد. به گفته یک شاعر عینی، زندانیان پس از آگاهی از وارد شدن طالبان به کابل خودشان را مسلح کرده و با اسلحه به در و بام زندان هویدا شده و دروازه‌ها را گشودند و همه آنها، چه مجرمان جنایی و چه سیاسی آزاد شدند. در نتیجه امروز تفکیک افراد مجرم از بی‌گناه

سارنپوه راحله شمس (اسم مستعار) که تاکنون از هیچ کشوری برای اخذ ویزه جواب مثبت دریافت نکرده به هفته گفت: «اعضای طالبان به خانها سر زده‌اند. البته خانهای که در نخستین روز آمدن طالبان ترکش کردم.» او از همسایگان و دوستانشان شنیده است که طالبان درمورد محل سکونتش سؤال کرده‌اند. او گفت: «به چندین سفارتخانه درخواست پناهندگی دادم اما از هیچ کشوری جواب مثبت دریافت نکرده‌ام. ترسم این‌ست که در اینجا بمانم و روزی طالبان بدانند که من قاضی بودم و بر علیه‌شان حکم صادر کرده‌ام.» از زمان تسلط طالبان تاکنون که بیش از صدهزار نفر از کشور خارج شده‌اند؛ بیشتر کسانی بودند که در آن‌جی.اوها و یا سفارتخانه‌ها کار می‌کردند. ولی زنان قاضی که بیشترشان در دوائر دولتی و قضایی مصروف کار بودند؛ نتوانستند ویزه از کشورهای خارجی دریافت کرده و افغانستان را ترک کنند. آن‌ها اکنون در شهر کابل و یا در ولایات کشور در جاهای نامعلوم مخفی‌اند و حتی دور از خانواده در خانه یکی از اقارب و نزدیکانشان زندگی می‌کنند.

قاضی مرضیه صدیقی (اسم مستعار) کسی که دوسیه قتل یکی از زنان قاضی به او سپرده شد؛ به هفته گفت: «قاضی فهمیده را زمانی که شش سال قبل شوهرش به قتل رساند و دوسیه قتل او به من سپرده شد. بعد از اینکه تمام ثبوت‌های موثق بر علیه شوهرش وجود داشت. شوهرش به حبس بیست‌ساله راهی زندان پلچرخ گردید. پس از باز شدن دروازه‌های زندان این مجرم هم بدون شک از بند رها گردید. بعد از اینکه شنیدم کسی در تلاش پیدا نمودن محل سکونت است فرار را برقرار ترجیح دادم و در یکی از روستاهای دوردست فرار کردم. اکنون که شوهر و اولادم در کابل استند و خودم در بی‌سرنوشتی بسر می‌برم بی‌نهایت خسته شده‌ام. اگر حکومت طالبان مانند دوره قبل پنج یا شش سال را در بر بگیرد و بالای سینه‌های مردم به زور حکومت کنند و از طرف دیگر جامعه جهانی خاموشی اختیار کرده و اقدامی ننمایند، قادر به این نخواهم بود تا از حق خود و حق زنان مظلوم کشورم دفاع کنم.»

در حال حاضر که بیشتر این زنان در پی راهی

برای خروج از افغانستان هستند. ولی آن‌ها می‌گویند نه تنها دسترسی به حساب بانکی ندارند، بلکه هیچ یک از اعضای درجه اول خانواده‌شان پاسپورت ندارند و از طرف دیگر اگر از امارت اسلامی پاسپورت اخذ کنند واجد شرایط برای اخذ ویزه هیچ کشوری نخواهند بود و پاسپورت امارت اسلامی مدار اعتبار کشورهای خارجی نیست.

سارنوال روبینا احمدی (اسم مستعار) می‌گوید: «در دادگاه خانوادگی، به دوسیه‌های طلاق زنان رسیدگی می‌کردم و بیشتر با زنانی در ارتباط بودم که در خانه‌های امن بسر می‌برند

بعد از اینکه شنیدم کسی در
تلاش پیدا نمودن محل سکونت
است فرار را برقرار ترجیح دادم و
در یکی از روستاهای دوردست
فرار کردم. اکنون که شوهر و
اولادم در کابل هستند و خودم در
بی‌سرنوشتی بسر می‌برم بی‌نهایت
خسته شده‌ام.

و فعالیت داشتیم. شوربختانه اکنون که ما به اصطلاح هزار دوست و دشمن داریم نمی‌توانیم بالای هیچ‌کس اعتبار کنیم و محل سکونت خود را نمایان سازیم. با آنکه می‌دانیم روزی توسط طالبان شناسایی خواهیم شد چون طالبان لست اسامی تمام قضات را در اختیار دارند. اما هیچ راه بیرون رفت از افغانستان را نمی‌یابیم. آینده ما آینده نامعلوم است یا محکوم و ترور خواهیم شد و یا هم در اسارت چهار دیوار خانه و چادری جان خواهیم داد. همه درهای امید بسته‌اند. نه خود ما و نه هم اعضای فامیل ما پاسپورت داریم و نه هم راهی را می‌یابیم تا از کشور خارج گردیم.»

چندین کشور از جمله نیوزیلند، بریتانیا و آلمان اعلام کرده‌اند که حمایت‌هایی را برای زنان قاضی ارائه خواهند کرد. اما اینکه این کمک‌ها چه زمانی می‌رسند و چند قاضی را شامل خواهد بود، هنوز مشخص نیست.

قاضی ظریفه می‌گوید می‌ترسد چنین وعده‌ها به موقع به آن‌ها نرسد. او به هفته گفت: «هرقدر که فکر می‌کنم جرمم را نمی‌یابم که ما به کدام جرم زندانی شده‌ایم و مشخصاً چی اشتباه را مرتکب شده‌ایم. بر علاوه اینکه یک زندانی هستیم. بی پول هم می‌باشیم و هیچ‌گونه دسترسی به حساب بانکی خود نداریم.» او می‌افزاید: «وقتی به دختر کوچکم نگاه می‌کنم و نمی‌دانم چگونه به او توضیح دهم که چرا نمی‌تواند با دوستانش صحبت کند و یا در بیرون از خانه بازی کند. این مساله روح و روانم را می‌آزارد و روانم را آسیب می‌زند.»

قاضی ظریفه می‌گوید: «با آنکه سخنگوی طالبان گفت که خانواده‌های زنان قضات باید مانند هر خانواده دیگری بدون ترس زندگی کنند و هیچ‌کس نباید آن‌ها را تهدید کند. ولی بالای سخنان آن‌ها باور ندارم. چون آن‌ها برای اینکه خود را در اذهان عامه خوب جلوه دهند و پشتیبانی جامعه جهانی را بدست بیاورند گفته‌ها و اعمال‌شان هم‌خوانی ندارد با آنکه از همان روزی نخست عفو عمومی را اعلان کردند ولی صدها کارمند دولت را ترور کرده و جستجوی خانه به خانه را آغاز کردند و خراب‌تر این‌که یک گروه‌شان تهدید می‌کنند و گروه دیگر آن را نفی کرده و این اعمال را تقبیح می‌کند واقعاً این تکتیک عوام فریبانه‌شان گیج‌کننده است.»



ورستی دوه نیمې پیړۍ او د افغانستان معماري



بابا مقبره، د خرقې مبارکي جامع مسجد، د شاه جامع مسجد، د مير هزار جامع مسجد، د سردار مدد خان جامع مسجد او د زرغونې انا د زيارت تعمير يي ښکاره نښي دي. نوموړې معماري په ډير مهارت جوړ سوې لوړ لوړ پوښښونه، ښايسته کښتۍ او په گچو ميناتورۍ سوې، ښکلې محرابونه دي. د ښار په منځ کې يوه لويه څلور لارې يا چارسو چه په لوره گڼده پوښلې وو او پر سر يي يو مسجد او څو کوټې موجودې وې رغول سوې وه. نوموړي معماران پر مهندسي چارو سر بيره په نقاشۍ، ميناتورۍ او پر ديوالونو او محرابونو د گچو په

وسيله ښکلې منبت کارې تر سره کولې. همدغه ډول د پل جوړولو، پلچکونو، د اوبو د سيفونو او بندونو د بڼ او تفريح ځايونو او عصري کروڼو په جوړولو کې پوره لاس درلود. د کمان، طاق او گڼتې په جوړولو

کې د دوي استعداد د قدر وړ دی اکثراً پخوانۍ معماري په يوه لوړ او غټ طاق او گڼتې شکل پوښل سوې دي. د کندهار هوايي ډگر چه په کال ۱۳۴۲ کې امريکايانو جوړاوه د کندهار معماري څخه په الهام اخستلو يي نقشه کړې دیک چه ډيره ښايسته او ځانگړې نما لرې. د ياد او يادگار څلي هم داسې بيلگي دي، په کندهار کې

کوڅه هم زما د زېږېدلو ټاټوبي دي). د کابل د بالاحصار د بيا رغونې د پاره ځنۍ کندهارۍ بنيان د احمدشاه بابا د لوري کابل ته وليږدول سول چه د دغه بالاحصار شاهي ماڼۍ، چه په خپل وخت کې د ختيځې معماري ښه بيلگه وه ورغوي.

د اميرعبدالرحمن خان د سلطنت په وخت کې د کابل په ده افغانانو کې د شاهي ارگ ماڼۍ د کندهارۍ بنيانو د لاس نښي دي. دغه ډول د جهان نما د بڼ تعمير د بلخ د خلم په ولسوالۍ کې هم د کندهارۍ معمارانو د کارونو بيلگي دي. پاته دي نه وي چه لوی احمدشاه بابا په ۱۱۶۹ ه س کال د کندهار ښار د نوې پلا زمينې د جوړېدو دپاره په ۶۰۰ جريبه مځکه کې د يوه نوي او عصري ښار ډيره کښيښوول. د ښار پر شا او خوا يي لويه کلا چه شپږ لوی دروازې درلودې را وگرځول او د کلا په دننه کې د ارگ دربار، د حکومتۍ چارو جلا جلا څانگي بازارونه او د هستوگنۍ کورونه اعمار کړل چه د هغه وخت مختلفې قبيلې او قومونه پکښې مېشت وه.

د نوموړو کندهارۍ معمارانو يو هم استاد ياسين وو چه د خپلو دوو زامنو استاد پاينده او استاد عبدالرحمن په ملتيا د شاه په امر د کندهار د ښار د آبادۍ چارې پرمخ بوتلې چه د هغه وخت د معمارۍ ډيرې بيلگي اوس هم موجودې دي لکه: په خپله د احمدشاه

د معمارۍ هنر په لومړيو کې د پخسې يا (دای)، خامو خښتو، خټۍ، پرور او لرگيو څخه په کار اخستلو

رواج درلود. ورسته د پخو خښتو، گچ، اهاک، ريگ، ډبرو، سمنټ، لرگيو او سينو و کارولو ته مخه

سوه. نن ورځ د وخت له اړتيا له مخې د گاډر، اوسپنيز سيخونو، سمنټو، پخو خښتو او سينې څخه

کورونه او لوی ساختمانونه جوړوي.

د معمارۍ هنر په رښتيا چه د ټولنې د مدنيت څراغ دی. زموږ په هيواد کې د نوموړي هنر ډيرې نښي تر

سترگو کيږي. د بيلگي په توگه د گوهر شاد، بالاحصار، د اختيارالدين کلا، د هرات جامع مسجد، د غور د جام منار چه د (معماري او افغاني بنيای يو شاهکار دی). د غزني منارونه، د هېډې تاريخي آثار، د لرغونې بلخ تاريخي ځايونه، د هلمند د بښت کمان او داسې نور. چه په غور، باميان، کندهار، هرات او ځينو نورو ښارونو کې د يادولو وړ دي.

اوسنۍ عصري معماري د لوی احمدشاه بابا په وخت کې را شروع سوې ده او د دې هنر بنسټ ايښوونکي کندهارۍ معماران وه. اوس هم په کندهار کې د ښار يوه کوڅه د (بنيانو کوڅه) په نامه يادېږي او اوسيدونکي يي د احمد شاه بابا د وخته تر ډيره پورې د نوموړو معمارانو د هستوگنۍ کورونه وه (دغه

د ميا صاحب مناره او نور.

د دغو کندهاري نومياليو معمارانو لاس د (تاج محل) په آبادۍ کې هم ور غځېدلې دي؛ استاد احمدخان او

زوی يې د يادولو وړ دی دغه د هند او افغانستان معمارۍ يو ډبل سره نژدې رنگ اخستې دی. د بنايي چارو دپاره د مصالحې جوړول او ترکيب کې يې لوی لاس درلود د نوموړي فورمول څخه په دواړو هيوادونو کې استفاده کېدل.

د نوموړو معمارانو دسلسلې ورستنی او زموږ د عصر اوسيدونکي معماران استاد ياران، استاد نصرالله خان

استاد نعيم خان معمار باشی، استاد لعل محمد خان معمار باشی او هم دغه رنگه د استاد ياران زامن هر يو؛ حبيب خان معمار باشی، غلام محمد معمار باشی، او مهندس تاج محمد خان وه. د نعيم خان زوی محمد حسن چه څه وخت د کندهار ښاروال وو. د لعل محمد خان زامن دوست محمد خان او کشر زوی انجنير علی احمد معمارزی او لمسی يې خيرمحمد معمار باشی دی.

د نوموړو استادانو د معمارۍ بيلگي د ميرويس خان مقبره چه د احمد شاه بابا د زيارت طرح په نسبتاً کوچنۍ سايز کې، د کندهار د عيدگاه جامع مسجد دروازه سره، په نوې ښار کې، په هرات دروازه کې د شهيدانو ياد د ميوند په ولسوالۍ کې د شهيدانو منار، د عيدگاه لويه جاده او اکثراً سوداگرو ماڼۍ او شخصي کورونه دي.

د يادولو وړ ده چه ووايو ښاغلی نعيم خان معمار باشی د احمد شاه بابا گنبد چه تخریب سو يوه په ډير مهارت بيرته په پخوانۍ بڼه ورغول.

د کندهار د منزل باغ ماڼۍ، د احمد ميوندی مزار، د کډنۍ جامع مسجد او نور داسې ډيرې بيلگي دي.

که لږ شا ته نظر وکړو کله چه تيمورشاه پلازمونښی کابل ته کډه وکړه د کندهار څخه يې استاد ياسين

او زامن يې د استاد مراد خان په مرسته د کابل بالاخصار او پخوانی کابل ښار په رغونه کې وگمارل.

د دوی د کار بيلگي د عاشقان او عارفان زيارت، د تميم انصار زيارت، د نور الاسلام مسجد، پخپله

د تيمورشاه مقبره، د تيمور شاه د پاره د تفريح ځايونه او د درباريانو د پاره ښاسيته بنگلې آبادی کړيدي.

اميرعبدالرحمن خان څرنگه چه په تعميراتی چارو کې مينه درلودل نو د ده په امرڅلوپښت کسه معماران

کابل ته راوستل سول تر څو ځنی بنايي چاری تر سره او شاگردان و روزي. نوم ورو معمارانو د باغ بالا ماڼۍ، د شهرآرا برج، اعمالات خانه، د ميلمه خونی ماڼۍ (د کابل ولايت)، د جلال آباد د شاهي بڼ، د ژمنۍ پلازمينی د پاره با شکوه بڼ ورغول. د اميرحبيب الله خان او اميرامان الله خان په وختونو کې نوموړو معمارانود هيواد د معمارۍ په چارو کې ډيره برخه واخستل. استاد جلال او استاد ولی محمد و. لغمان ته وليړل سول او هلته يې د سراج کلا آباده کړه، استاد يعقوب خان د جلال آباد په ښار کې د حبيبيې بڼ او سپين غرهوټل، سراج العماره، د شهزاده غلام حيدر بڼ، شيشم باغ، حمامونه، پلونه او پلچکونه او د سلطان پور ماڼۍ چه هر کال هندوان او سيکان پکښی کلنی مېلې کوي اعمار کړل.

همدغه ډول د استاد يعقوب خان کندهاري تل پاتی کارونو څخه د کابل دشاهی ارگ د دلکشا ماڼۍ،

قصر عليا يا د صدارت ماڼۍ ستور ماڼۍ، د جبل السراج د برېښنا د بند بناوی، د غازي بند او نور دي.

د برېښنا د بند اړوند د تعمير په چارو کې د کابل نور معماران لکه استاد عبدالغياث خان او استاد بسم الله

خان گډون درلود. نور د يادولو وړ معماران لکه استاد پاينده، خليفه عبدالقيوم، باز محمد، استاد باقی، استاد جليل، خليفه

حيدر، اکبر او فقير جان، استاد ولی، خليفه عبدالوهاب کابلی او خليفه خوشدل وه.

د اميرامان الله خان د دورې استاد غلام الحيدین د هرات ښار ته وليړل سو څو هم د معمارۍ چاری

تر سره کړی او هم شاگردان وروزی.

په کابل کې استاد بسم الله خان، تاج الدين خان او استاد کریم خان د علم جهل او استقلال د منار په

جوړولو مؤظف سوی وه. په دغه عصر کې د جرمنی مهندسين د کندهاري او کابلی معمارانو په

ملگرتيا د پغمان د قصرونو، د دارالامان او تاج بيگ د ماڼيو په جوړولو کې برخه واخسته.

فقير محمدخان، محمد حيدر او محمد اکبر د امانی دورې معماران وه او د نادرشاه تر وخته يې

فعاليت درلود. د جنگی کلا، د دفاع د وزارت ماڼۍ او د بالاخصار ځنی برخی په آبادۍ کې معمار

بسم الله خان برخه اخستې وه.

د دغی ځلانده دورې کندهاري معماران شير محمد خان او اختر جان وروڼه، استاد دلاور، استاد

علی او مشر حاجی پير محمد د يادولو وړ دي. همدغه ډول د ظاهر شاه د دورې کندهاري نامور

معماران؛ خليفه نعيم جان معمار باشی چه د استاد ياسين په کورنۍ پوری اړه لری او ورسره د ده

ورور لعل محمد خان معمار باشی تل پاتی کارونه تر سره کړی دي.

کندهار ملکی روغتون، کندهار هوټل، ميرويس نيکه ليسه، باغ پل ماڼۍ، په فراه او چخانسور کی ځنی ساختمانونه او د احمد شاه بابا د ليسې تعمير چه په خپله داودخان د مفکورې په اساس اعمار سويدي.

هغه چه زموږ څخه تللی دی روح دې ښاد او ياد دې هميشه تازه وي.

لنډيز او ژباړه : د عبدالباری جمال کتاب څخه




(438) 494-5580
 uniqueinspectioninc@gmail.com

فرزام اندلیب
 FARZAM ANDALIB
 HOME INSPECTOR
 Civil Engineer

مهندس
 بازرس فنی ساختمان

InterNACHI Certified Professional Inspector (CPI)
 InterNACHI Quebec membership number # 19111203

خرید خانه شاید مهم‌ترین سرمایه‌گذاری زندگی شما باشد
 پس ارزش آن را دارد که قبل از خرید مورد بهترین بازرسی قرار گیرد


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

 **514 995 3041**
 atosa.tfar@gmail.com
 8250 boul. De'carie, Suite 150, Montreal, QC H4P 2P5


خاطره تحویل‌داری 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

الهام گرامی
 دکترای روانشناسی
 از دانشگاه آتلانتیک


 • مشاور در زمینه مشکلات فردی، کودک و نوجوان
 • مشاوره خانواده و زوج
 • مدرس مهارت‌های زندگی، مهارت‌های فرزند پروری
 • مدرس مهارت‌های زنانه‌سویی

 **(514) 431 2826**
 Consultant & Life Coach

عضو انجمن مشاورین و روانشناسان کانادا
 دارای مجوز رسمی از سازمان نظام روانشناسی ایران
 (نمونه نظام روانشناسی ۱۳۷۷)



استخدام

در بروسارد، کاناواکی و مرسیه

شرکت ما با شعبات متعدد تیم هورتن در
 بروسارد، کاناواکی و مرسیه به همکار در
 بخش‌های مختلف نیاز دارد.

با ما تماس بگیرید:

HR@empirecore.ca

خانواده سرگرمی آشپزی





آشپزی هفته

RECIPE OF THE WEEK

کوکي نرم شکلاتي

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

▲ نرمال

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

▲ متوسط

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

▲ سخت

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

▲ خیلی سخت



«کوکي‌ها» بیسکویت‌های خوشمزه‌ای هستند که در انواع طعم‌ها و با مغزی‌های متنوع درست می‌شوند. در ظاهر شاید فکر کنید که کوکی یک شیرینی خشک و سفت است؛ درحالی‌که اگر نکات اساسی در طبخ این شیرینی رعایت شود، در نهایت به ترکیبی از بافت ترد و نرم دست خواهید یافت.

طرز تهیه:

کره را از یک ساعت قبل، از یخچال خارج کنید تا به دمای محیط برسد.
آرد و بیکینگ پودر را با هم مخلوط و سپس الک کنید و کنار بگذارید.
شکر قهوه‌ای و کره نرم شده را به خوبی با دور متوسط همزن بزنید تا رنگ آن روشن شود. تخم‌مرغ را به مواد اضافه کرده و مجدد هم بزنید تا مواد کاملاً یکدست شود. مخلوط آرد و بیکینگ پودر را طی ۲ یا ۳ مرحله به مواد اضافه کرده و به کمک همزن دستی مخلوط کنید. شکلات‌ها را بصورت نامنظم خرد کنید و در انتها به مواد کوکی اضافه و مخلوط کنید.
فر را با دمای ۱۷۵ درجه سانتیگراد روشن کنید تا گرم شود. کف سینی فر را کاعذ روغنی بیندازید. از مواد کوکی به اندازه یک قاشق غذاخوری برداشته و در سینی با فاصله از هم بچینید. توجه داشته باشید که در حین پخت کوکی‌ها در سینی پهن می‌شوند. سینی را به مدت ۱۲ دقیقه در فر گرم شده قرار دهید تا دور آن کمی طلایی شود. بعد از خارج کردن سینی از فر، اجازه دهید کوکی‌ها کاملاً خنک شوند و سپس آنها را از سینی جدا کرده و به ظرف سرو منتقل کنید. نوش جان؛

توضیح: خانه‌های جداول روبه‌رو را با عددی 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.

مواد لازم:

مواد لازم:

۱. آرد سفید
 ۲. شکر قهوه‌ای
 ۳. کره گیاهی
 ۴. تخم‌مرغ
 ۵. بیکینگ پودر
 ۶. شکلات
- ۱۶۵ گرم
۱۲۵ گرم
۱۲۰ گرم
۱ عدد
۱ قاشق چایخوری
۱۵۰ گرم

جدول سودوکو

SUDOKU TABLE

سخن ستارگان (برای تفنن و سرگرمی)

فال شما برای ۷ تا ۱۳ اکتبر / ۱۵ تا ۲۱ مهر

ترجمه:
خاطره تحویل داری یکتا

متولدین تیر (۲۲ ژوئن - ۲۲ ژوئیه)



سرعت شما همچنان بالاست! نه تنها می‌خواهید مطالبی را یاد بگیرید، بلکه دیگران را هم به آنچه می‌دانید، آگاه می‌کنید. در مورد چیزی هیجان‌زده هستید. باید بدانید که ممکن است با نوعی شک یا سردرگمی مواجه شوید. شرایط در خانه مثبت است و شما به پروژه‌هایی که بتوانید خودتان انجام دهید، تعمیرات و تغییر دکوراسیون علاقه دارید. اگر حتی بحثی در خانه پیش آید کسی از شما حمایت می‌کند، زیرا این روابط خانوادگی به نفع دو طرف است.

متولدین مرداد (۲۳ ژوئیه - ۲۲ اوت)



پول، درآمد، جریان نقد و دارایی‌ها همچنان در مرکز توجه شماست. مراقب باشید که در نیمه هفته در مورد پیزی سردرگم می‌شوید. اگر چنین اتفاقی افتاد، اقدامی نکنید که شرایط مالی‌تان را به خطر بیندازد. ارتباط با خواهر و برادر، اقوام، همسایه‌ها و دوستان خوب است و همین شرایط شما را به خواندن، نوشتن و اطلاع‌رسانی بیشتر ترغیب می‌کند. سعی کنید از کلامتان پول بسازید!

متولدین شهریور (۲۳ اوت - ۲۲ سپتامبر)



زمان همچنان برای شما زمان قدرت است، زیرا خورشید و مریخ هر دو در موقعیت شما هستند. این حضور به شما انرژی می‌دهد! اگر در مورد چیزی شک می‌کنید، بهتر است عمل نکنید. در عین حال عطارد و ونوس در خانه پول شما حضور دارند. این خبر بسیار خوبی است. باید به ایده‌های پول‌ساز خود اعتماد کرده و در مذاکرات مالی با دیگران مصمم باشید. تمایل به کسب درآمد دارید و به همین جهت اکنون زمان خوبی برای مذاکره و پول‌دارتر شدن است.

متولدین فروردین (۲۱ مارس - ۱۹ آوریل)



این هفته برای شما زمان بسیار پرثمری است، زیرا حضور خورشید و حاکم شما مریخ باعث می‌شود کارهای بسیاری را انجام داده و در حقیقت تکمیل کنید. در نیمه هفته ممکن است به مدت ۴۸ ساعت انرژی کمتری داشته باشید یا انگیزه خود را از دست بدهید. به هر جهت نگران نباشید؛ این حالت موقتی است. به دلیل حضور عطارد و ونوس در مقابل موقعیت شما، احساسات گرم و صمیمی فوران می‌کنند. اکنون زمان سخت‌کوشی و پارتی است.

متولدین اردیبهشت (۲۰ آوریل - ۲۰ مه)



خوش به حال شما! این هفته به شادی و بازی مشغول بوده و از هر فرصتی برای گردهمایی‌های اجتماعی با بچه‌ها استفاده می‌کنید. اگر به رقابت‌های ورزشی مشغولید، باید بدانید که در نیمه هفته از انرژی کمتری برخوردارید. البته این بدان معنا نیست که فقط تفریح است و نه کار. در مورد کار انرژی لازم را به کار می‌گیرید. این بدان دلیل است که برخی از همکاران از شما حمایت می‌کنند. در عین حال خوش‌نامی شما همچنان در نظر همگان بهتر می‌شود.

متولدین خرداد (۲۱ مه - ۲۱ ژوئن)



به دلیل نوعی آشفتگی در خانه باید توجه خود را به شرایط معطوف کنید. مراقب همه چیز باشید که ممکن است در نیمه هفته با سردرگمی مواجه شوید. سعی کنید به آنچه که توان انجامش را دارید، بپردازید. حضور عطارد و ونوس فرصت‌هایی برای روابط اجتماعی، فعالیت‌های ورزشی و شاد با بچه‌ها و لذت بردن از دنیای هنر و تفریح برایتان به ارمغان می‌آورد. به دنبال فرصت‌هایی برای سفر و گشت‌وگذار در کوچه‌های تحصیل و آموزش باشید.



PhotoMahnaz



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

www.PhotoMahnaz.com

PhotoMahnaz: ۰۱۴-۶۶۰-۸۲۶۰



متولدین دی (۲۲ دسامبر - ۱۹ ژانویه)



زمان همچنان برای مطالعه و گسترش دانش در زمینه مسائل اجتماعی بسیار خوب است. اشتیاق شما برای وسعت دادن افق‌هایتان در این هفته بسیار زیاد است؛ بنابراین بهتر است از هر فرصت برای سفر و یادگیری مطالب جدید استفاده کنید. صحبت با رؤسا و والدین موفقیت‌آمیز خواهد بود، زیرا عطارد و ونوس هر دو در بالای موقعیت شما هستند. در مطرح کردن نظرات خود بسیار مصمم هستید و دیگران هم به خوبی به شما گوش می‌دهند.

متولدین بهمن (۲۰ ژانویه - ۱۸ فوریه)



این هفته از نظر مسائل مالی برای شما کمی گیج‌کننده است. از طرفی با اعتماد و اطمینان هستید و از طرف دیگر در نیمه هفته احساس می‌کنید در مورد برخی مسائل دچار سردرگمی شده‌اید. در این صورت بهتر است عمل نکنید تا همه چیز برایتان واضح و شفاف شود. خواهان سفر هستید، بخصوص سفرهای تفریحی. ممکن است به کسی با فرهنگ مختلف و از یک کشور دیگر نزدیک شوید. با حضور ژوپیتر در موقعیت شما، همه چیز به نفعتان خواهد بود.

متولدین اسفند (۱۹ فوریه - ۲۰ مارس)



فراموش نکنید که در این زمان با حضور خورشید در مقابل موقعیت شما، بیش از همیشه به استراحت نیاز دارید. روابط و شراکت‌ها اکنون برای شما مهم هستند. در حقیقت موقعیت خورشید باعث نزدیکی ارتباطات شما می‌شود. بهتر است جیب‌هایتان را باز نگه دارید، زیرا حضور عطارد و ونوس پول، هدایا و لطف دیگران را به سمت شما هدایت می‌کند. اکنون زمان بسیار خوبی برای درخواست وام و مزایای مالی است.

متولدین مهر (۲۳ سپتامبر - ۲۲ اکتبر)



این هفته پیام‌هایی به سمت شما در جریان هستند. خورشید و مریخ شما را تشویق به سر به زیر بودن و پشت‌صحنه کار کردن تشویق می‌کنند. با این وجود عطارد با حضور در موقعیت شما، باعث اشتیاق‌تان به صحبت کردن با دیگران می‌شود. حرف‌هایی برای گفتن دارید. از طرفی، با حضور ونوس در موقعیت شما، حس ارتباطات اجتماعی و دوستی با دیگران در شما بیشتر می‌شود. این هفته زمان خوبی برای صلح و آشتی است.

متولدین آبان (۲۳ اکتبر - ۲۱ نوامبر)



این هفته همچنان زمان محبوبیت شماست و به همین دلیل دیگران خواستار ارتباط و نزدیکی با شما هستند. شاید کسی به نصایح شما نیاز داشته باشد. قطعاً در این زمان رهبری گروه یا مدیریت سازمانی به شما محول می‌شود. شاید هم درگیر رقابت با کسی شوید. در این صورت فراموش نکنید که ممکن است انرژی شما در نیمه هفته به چالش کشیده شود. ماه با موقعیت خود زمان بسیار خوبی را جهت تعیین اهداف آینده برایتان ایجاد می‌کند.

متولدین آذر (۲۲ نوامبر - ۲۱ دسامبر)



این هفته خورشید در بالاترین مکان در موقعیت شما و به حالت ظهیر قرار دارد. این شرایط برایتان بسیار خوب است و باید بدانید به دلیل این مزیت می‌توانید از آن به نفع خود و برای بهتر کردن برنامه‌هایتان در ارتباط با رؤسا والدین، معلمین و افراد مهم استفاده کنید. ارتباط با افراد جوان، خلاق و با استعداد شما و زندگی‌تان را به نوعی غنی‌تر می‌کند. این هفته به دلیل شور و شوق و کلام مثبت‌تان، دیگران را به خود جذب کرده و دوستی‌ها وسعت می‌یابند.

آرش شکور

کارشناس رسمی املاک مسکونی شما

برای ارزیابی رایگان ملک خود جهت فروش
روی "توانایی ما" حساب کنید



۰۵۱۴-۷۳۰ ۳۹۰۹ Instagram/Shakourz

شعر هفته

کل اوغلان

ما به گریه «پیشیک» می گوئیم
به «تنو» هم «بشیک» می گوئیم
سیلی آبدار را «شاپلاق»
به لگد هم «تپیک» می گوئیم
چون که جیب تو می شود «سوراخ»
همه به هم «دلیک» می گوئیم
پشم ها را چو می زند حلاج
ما به آن ها «دیدیک» می گوئیم
در عروسی به وقت رقصیدن
«کف زدن» را «چه پیک» می گوئیم
آب را «سو»، به گاو نر «جؤنگه»
کوزه را هم «تیلیک» می گوئیم
چون که در دشت سایبان دیدیم
شادمان «کولگه لیک» می گوئیم
قله های بلند را «زبروه»
گردنه را «گدیک» می گوئیم
هر کجا مغز «استخوان دیدی»
ما به آن هم «ایلیک» می گوئیم
قرص و محکم به اندرون «ایچری»
و به بیرون «اشیک» می گوئیم
چون بریدند گوش هایی را
به بریده «کسیک» می گوئیم
میوه ای را که هست «زردآلو»
ما به ترکی «اریک» می گوئیم
روزنامه اگر که می خوانی
ما به آن «گونه لیک» می گوئیم
منبع: (سنگ پای قزوین، گردآورنده: مهران حسینی. تهران: شرکت انتشارات سوره مهر، ۱۳۹۶. قسمتی از شعر «کل اوغلان»)

ترکی نیم پز

حکایت هفته

معروف دور-مشهور دور که اساساً سیاسته پدر مادر یو خودور!... به همین مناسبت ایله من مدت هاست می خواهم سیاست باز بشوم که یاخچی شغل است. یکی کفتار باز، یکی قمار باز، یکی حقه باز می شود. مگر عیبی وار؟!... خوب دیگر... بنده هم اولارام سیاست باز!!

پیشب هوا چخ گرم بود. پشه مشه ها مثل مأمور مالیاتی کمین اذیت می کردند. پس بالا و پایینم را خاراند. بیلیمیرم چطور شد که دیدم در برابر حضرت پروردگار چهارزانو نشسته ام!!... اول منه یاخچی از بالا تا پایین ورنانداز کرد، با متانت منه فرمود: نه کاره سن کیشی؟!... عرض ایله دیدم می خواهم تازه تازه دن سیاست باز لیخ کنم. فرمود نیه سیاست را انتخاب کرده ای؟! عرض ایله دیدم باید بالاخره با یک چیزی بازی کنم!!

خداوند عالم منه خنده اش گرفت، گفت: سنین برنامه چه چیزی است، منه شرح بده. گفتم: منیم برنامه این است که روزی که چوخ چوخ گردن کلفت بشوم، پدر هر کس که منه دشمنی کرده است درآورده کنم... بعد به مردم دستور ویره دم تابستان میوه پیوه خورده نکنند. خودم سنه قرارداد مقاوله نامه امضا ایله رم از بهشت میوه صادر کنی که ارزان تر تمام اولاجاخ... بعد دستور می دهم هیچ کس آشامیدنی سو استعمال نکند، بلکه آب حوض استفاده ایله سون ثوابش بیشتر است... بعد امر می دهم اتوبوس موتوبوس تعطیل!!... سواری مواری فقط ایله با اولاخ... برای اینکه نجیب حیوان است جفتک پرانی یو خودور!!... با بیر کیلو طلا تفاوت متفاوتی نباشد... بعد برای خودم هر نه دلم بخواد آماده ایله رم... بعد هم می روم...

بوردا، داشتم سخترانی را ادامه می دادم، دیدم بیر هیولا نازل شد، منه بیر سیخ فرو کرد، غضبناک گفت: «پاشو برو پدریامرز، البته سن دنیا را به هم بریزی!!...»

منه محکم پس گردنی چالدی، انداخت از آن بالا پایین افتادم زمین پخش اولدوم، بتر عرق سرد همه جایم خیس کرد، چشم هایم لاپ گشاد!!... بویاندا نگاه کردم، دیدم بی کتاب بویوک پشه نشسته نوک دماغم ابو عطا چالیر!!...

بیرایکی اوچ دفعه پشت سر هم عرض ایله دیدم: استغفرالله!... استغفرالله!... استغفرالله!

منبع: (یک لب و هزار خنده، عمران صلاحی و بیژن اسدی پور. تهران: مروارید، ۱۳۸۳)

نکته هفته

بهترین چیزی که در زندگی می توان نگه داشت، یکدیگر است...

نقل قول هفته

دلایی لا ما: به خاطر داشته باش دست نیافتن به آنچه می جویی، گاه اقبالی بزرگ است.

ضرب المثل هفته

پارسی: جیحون اثری ز اشک آلوده ماست، دوزخ شرری ز رنج بیهوده ماست. (خیام)
تاجیکی: هر آن کس که شهنامه خوانی کند، اگر زن بود پهلوانی کند.

لطیفه های هفته

www.hafteh.ca

تنها ملایی که تاکنون آسیبی به ایران و ایرانی نرسونده و ملت هم دوستش دارن ... همون ملانصرالدین خدا بیامرز!

تو ایران مهمه که طرف عروسیش حتماً باید مختلط باشه ... قبل از شام مشروب سرو بشه، دی جی هم داشته باشه، لباس مهمونا هرچه بازتر بهتر ... اما ... اما ... اما ... باید تاریخ عروسی حتماً تو نیمه شعبان یا ولادت یکی از اماما باشه! ... خدایا این ایمان رو از ملت ما نگیر!

مسافرت سه چهار روز طول میکشه ... ولی جابه جا کردن ساک و چمدونا و برگردوندن لباسا سر جاش دو هفته، اصلاً عادلانه نیست!

یه پیشگوی هندی گفته که پیک های کرونا تا ۱۳ تا ادامه داره ... بعد از اون نوبت خشت های کرونا، گیشنیزهای کرونا و دل های کرونا هستش ... اگر کسی باقی موند دو تا جوکر آخری حسابشون رو خواهند رسید!

یارو توی جنگ بیسیم چی بوده. بیسیم می زنه می گه: من ۵۰۰۰ نفر رو اسیر کردم، بیایید ببریدشون. بهش می گن: خوب خودت بیارشون. می گه: آخه اینا نمی دارن من بیام!

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

★★★★★
Five Star I.P.M Inc.
صرافی پنج ستاره
 متوجه تر بهانیان
 تبدیل و انتقال سریع ارز به ایران و
 بالعکس با کمترین هزینه
 514 585 2345 | 514 846 0221
 4010 Saint-Catherine St West, H3Z 1P2

صرافی آشنا
 خرید و فروش ارزهای رایج و حوالجات ارزی
 خرید و فروش ارزهای رایج و حوالجات ارزی
ASINA
 EXCHANGE
 Office: 514 - 560 - 7085
 Cell: 514 - 462 - 5185
 4055 Ste Catherine O # 194 H3Z 3J8

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

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

ترجمه رسمی و دعوت نامه توسط شهریار بخشی

514-624-5609 - 514-655-5609

bakhshibakhshi@gmail.com

مشاوره: درمانی، تحصیلی و مهاجرت

حسین ترکپور، مددکار اجتماعی

www.psynaquebec.com 514-846-8872

جای آگهی شماست

استخدام

استخدام در

بروسارد، کاناواکی و مرسیه

شرکت ما با شعبات متعدد تیم هورتن در بروسارد،
 کاناواکی و مرسیه به همکار در بخش های مختلف
 نیاز دارد.

لطفا با ای میل زیر تماس بگیرید:

hr@empirecore.ca

استخدام در مونتreal

رستوران کبابسرا برای تکمیل کادر در شعبه جدید
 خود نیازمند تعدادی نیروی کار با تجربه است.

شماره تماس: 514-933-0933

جای آگهی شما

Shabby Nabipour
مشاور املاک

کمیسیونر و ارزیابی و امکان به صورت آنلاین و حضوری
کمیسیونر ۱۰۰٪ امکان برای خریداران تا پایان پروسه خرید
کمیسیونر وام بانکی با بهترین نرخ و کمترین بیش پرداخت حتی برای تازه واردان

613-709-9070

OFFICE: 613-366-1713
WWW.SHABBYNABIPOUR.COM
E-MAIL: SHABBY@IDEALPROPERTIESREALTY.COM

Shabby Nabipour
Sales Representative

MEHDI FALLAHI
REALTOR

تمام مشتریان من
تبدیل به دوستان
صمیمی من شده اند.

اجازه بدهید به شما
نیز خدمت کنم.
613-889-4700

yes@RealOttawa.ca

محل های پخش هفته در اتاوا

سوپرمارکت آریا
508 Gladstone Ave
613-594-3636

فروشگاه شیراز
725 Somerset St W . K1R 6P7
613-563-1207

فروشگاه کابل
355 Montreal Rd, Vanier, ON K1L 6B1
613-897-6666

رستوران دونرما
129a Bank St. Ottawa, ON K1P 5N7
613-695-2221

محل جدید پخش هفته در اتاوا

افغان کباب اکسپرس
249 Bank St. Ottawa, ON K2P 1X2
613-593-8880

(514) 834-7254
www.hafteh.ca info@hafteh.ca

RAVADID
IMMIGRATION SERVICE

www.ravadid.ca
info@ravadid.ca

موسسه مهاجرتی روادید:

استارت آپ ویزای کانادا با شرایط بسیار مناسب
اخذ پذیرش و خدمات ویزای دانشجویی در کلیه مقاطع تحصیلی
سرمایه گذاری و کار آفرینی
خرید بیزینس و دریافت مجوز کار
اکسپرس انتری
ویزای توریستی
تمدید مجوز تحصیل و مجوز کار در کانادا
اسپانسرشیپ همسر والدین
خدمات اسکان اولیه
و...

تماس رایگان در آمریکای شمالی:
Free Tell & fax:
1-833-RAVADID (728-2343)
تماس در واتس آپ با هماهنگی قبلی
+1(514) 797-6850 (Ottawa head office)
+1(514) 638-8258 (Montreal office)

ALIREZA MANSOURI
RCIC, R533715

مد و لباس	فریدون هرنیدیان	دکتر رضا یاوریان	اتومبیل (فروش)
HPadar ۸۴۲-۵۶۰۸	رسانه های گروهی	بیمه عمر و سرمایه گذاری	Auto Highlander ۹۹۰-۲۵۰۰
مراکز مذهبی	بازار	مریم طالبی	www.autohighlander.com
انجمن بهایی	پوشه	علی پاکنژاد	1080 Victoria Avenue, Saint-Lambert, QC J4R 1P7
موسسه خویی	هفته	عبدالله صفوی	اتو کاسپین ۵۷۵-۷۹۴۰
کلیسای ایرانی	پرنیان	مهدی امانی	www.autocaspien.com
کلیسای فارسی- کشیش	پیوند	بیمه (خودرو و خانه و سفر)	اتومبیل (تعمیرگاه)
مشاور املاک	رستوران-پیتزا - کیتترینگ	مشاور فارسی زبان بیمه	اطلس
مهدی انصاری	فاروس	مهرداد ملکچشمیدی	۴۸۴-۴۴۸۱
آتوسا تنگستانی فر	رستوران غذاهای دریایی	بیمه دانشجویی و سوپر ویزا	6000 saint jaque H4A 2E9
مینو اسلامی	362-Ave.-Fairmount W. / 514-270-8437	مریم طالبی	شمیران ۴۸۷-۶۲۶۲
نادر خاکسار	پوشاپ (هندی)	ترجمه و دعوتنامه رسمی	آرایشگاه - زیبایی - اسپا
شهره شهریان	آریا	رضا داودی	آمنه ۹۳۳-۰۷۶۳
سحر صمدایی	کباب سرا	شهریار بخشی	3545 Côte-des-Neiges, H3H 1V1
فیروز همتیان	755 Ave. Atwater / 514-933-0933	خاطره تحویل‌داری یکتا	www.Amybeautysalon.com
آرزو گتمیری	ساخت و ساز Builders	سارا کیانی	سوزان ۸۱۳-۴۹۴۷
کاظم پروتوهرانی	علی خاقانی	چاپ و کپی	رویا ۹۳۴-۳۳۷۴
آرش شکور	سی.دی. ویدئو	فتوکپی ان دی جی	فریبا ۴۸۷-۰۸۰۰
محمد اجزای	تپش دیجیتال	حسابداری	آرز
شاهین سجادی	فروش و موکت	اردشیر معین افشاری	آپادانا ۷۳۱۸-۸۳۹
مشاور خانواده	لاله رهبین	حسین خردبین	پرسپولیس ۴۳۸-۳۵۷-۷۰۰۰
۴۳۷-۹۷۴-۲۹۹۴		حجت رستمی	پنج ستاره ۸۴۶-۰۲۲۱
مشاور تحصیلی		سرور صدر	صرافی الیت ۹۸۹-۲۲۲۹
		مهدیه سلیمی	شریف ۲۲۳-۶۴۰۸
مشاور مهاجرت		حمل و نقل	صرافی رویال ۸۳۶-۷۰۹۰
معصومه علی محمدی		المپیک	پاسیفیک ۲۸۹-۹۰۱۱
علی مختاری		قربان	ExpertFX ۸۴۴-۴۴۹۲
سهیل ملاحمادی		Loadex Transport	الکتربکی - برق کار
گنجی www.GanjiCo.com		خدمات ویزای توریستی	آراز الکترونیک ۳۵۲-۶۸۸۳
نان و شیرینی		خیاطی	آژانس های مسافرتی
کندم ۸۳۶-۵۵۵۳		Tailleur Bijan	سلطان تراول ۴۸۴-۴۰۰۰
نان سنگ آذر ۶۳۴-۶۳۶۳		2121 Rue Crescent #102, H3G 2C1	فرناز معتمدی ۸۴۲-۸۰۰۰ EXT: ۲۹۶
نوسازی و تعمیرات ساختمان		خدمات در ایران	مهری صدوقی ۹۴۰-۱۶۴۲/۴۳
شرکت بن		دارالترجمه فرهنگ	سعید هاشمی ۲۷۲-۹۹۹۹
شرکت آماج		دارو خانه	آموزش
لوله کشی پتانسیل		کل نسیم ریاحی	پروین عبائی- فارسی ۶۷۵-۴۴۰۵
لوله کشی پارس		فارماپری لاوال	مدرسه فردوسی ۵۰۲-۴۳۷۸
بهنام ۴۴۱-۴۲۹۵		فارماپری لاوال	مدرسه وست آلیند ۶۲۶-۵۵۲۰
وام مسکن		دندان پزشکی	مدرسه دهخدا ۲۵۸-۸۱۸۶
بهرز باباخانی		راضیه رضوی	آموزشگاه (رانندگی)
آتوسا تنگستانی فر		شریف نائینی	
شیرین تیموری		علی شفیعی	آموزش (موسیقی)
مهرداد مرادخانی			پیانو / فخاریان ۹۹۶-۱۶۲۰
مهد کودک			استاد بیانست فرچه داغی ۴۸۴-۸۷۴۸
سیم (دولتی)			آموزش (زبان)
وکیل /مهاجرت			آکادمی آریا ۸۳۹۴۴۴۴
دیوید برگر			

16. Histoire de couverture

Augmenter la solitude au Canada

Comment trouver une petite amie ou un petit ami

par Elham Safaei



Cover
NO.652

- 43 Interview :** Farangis Shakiba
Une entrevue avec Niloufar Golkar, un militant en Colombie-Britannique
Être conscient de la discrimination contre les indigènes est notre responsabilité

- 54 Avis de nos lecteurs:** Roksana Bahramitash
Avis Vingt ans d'occupation de l'Afghanistan et le résultat? Roksana Bahramitash (PhD); Chercheur et auteur

- 35 Présentation du livre:** Yassaman Hassani
Debout devant l'injustice par Nathalie Normandeau

- 52 Economie:** Armin Aryanpour
Croissance économique lente : un frein à l'investissement et à l'innovation

- 63 Afghanistan:** Nargis Hashimi
Une femme juge en Afghanistan : j'ai peur que les talibans me trouvent
Un rapport sur la situation des femmes juges en Afghanistan



Publication: Journal Hafte / 4479777 Canada Inc

Un magazine hebdomadaire pour la communauté Afghane/iranienne de Montréal

A weekly Magazine for the Afghan/Iranian Community in Montreal

7 Oct 2021, numéro 652

(514) 834-7254

• www.hafte.ca
• info@hafte.ca
• news@hafte.ca
• ad@hafte.ca
• ISSN 1918-4379 HafteH

Hafte will not be published on the following dates during 2021:

January 7th
March 25th
July 8th
October 14th

Rédacteur en chef: Khosro Shemiranie

Photographe: Mahnaz Zangirzani

Dessinateur: Siros Yahyaabadi

Histoire de couverture: Masoumeh Hajjibolhassan

Littérature: Farshid Sadatsharifi (PhD)

Psychologie: Dr Elham Gerami

Economie: Armin Aryanpour

Immigration: Masoumeh Alimohammadi

Cinema: Mostafa Azizi

Medicine: Dr. Faegheh Ebrahimi

Droit: Me Niousha Riahi

Communauté afghane: Nargis Karimi Hashimi,

Habib Osman et Abdolhadi Tapand

Actualité Communauté: Negin Parvarandeh

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

Canada

le prix: \$2.50

Les frais de l'abonnement annuel: 120 dollars





PERMONT

Entrepreneurs généraux - General contractors Inc.

تیم مهندسی 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
5575 boul. de la Verendrye, Montreal, H4E 3R6
RBQ # 5639-5874-01

Proxim

بیست سال تمام در خدمت جامعه ایرانی

داروخانه پروکسیم شادی کبک

در خیابان سن لوران



PROXIM PHARMACIE CHADI KABAK



دلیوری رایگان به منزل شما

در سراسر منطقه مونترال بزرگ، لاول و ساوت شور

دسترسى شما به دارو همه روزه

و شبانه روزی توسط صندوق های هوشمند ما

Tel: (514) 288-4864

Fax: (514) 288-4682

4084 Saint-Laurent Blv, Montreal, Qc H2W 1Y8

kabakc@groupeproxim.org

آرش و شیرین شکور

کارشناسان رسمی املاک مسکونی و تجاری شما
در مونترال و حومه

مشاوره تخصصی املاک درآمدزا جهت سرمایه گذاری
همراه شما در خرید خانه های ویلایی ، کاندو و تانهاوس
فروش ملک شما به بالاترین قیمت
دسترسی به پیش فروش VIP
دریافت وام تضمینی



Instagram/Shakourz

(514)441-4189

(514)730-3909

We all want to know more about COVID-19 vaccination



WHY SHOULD I GET VACCINATED?

It protects against COVID-19 and helps you to avoid becoming sick. Even if many people recover without being treated, some may die from COVID-19 or suffer heart or lung problems like pneumonia. The nervous system can also be affected.

Let's continue to protect ourselves!

Over the coming months, as long as the great majority of the population is not yet vaccinated, COVID-19 will remain.



Keep your distance



Cover your face



Cough into your sleeve



Wash your hands

[Québec.ca/COVIDvaccine](https://quebec.ca/COVIDvaccine)

📞 1 877 644-4545

Votre
gouvernement

Québec

20-279-33A



**INSTITUT TECHNIQUE
AVIRON
TECHNICAL INSTITUTE
DE MONTRÉAL**

80 années écoulées pour le bon service

روایهای خود را واقعیت بخشید

les cours en ligne sont disponibles en français et en anglais

دوره های آنلاین اویرون آغاز شد

Programmes D.E.P 1800 heures:

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

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

• تئوری: به صورت آنلاین
• عملی: در موسسه و حضوری
• امتحانات: حضوری یا در صورت امکان به صورت آنلاین






5460 Royalmount, Ville Mont-Royal ☎ De La Savane

www.avirontech.com

514-739-3010

مهندس مهدی انصاری

مشاور املاک

کارشناسی ارشد مهندسی عمران از دانشگاه کنکوردیا

خرید و فروش تخصصی ملک
دسترسى ویژه به پیش خرید
در سراسر مونترال

دسترسى تضمینی به بهترین
مبلغ وام با کمترین سود بانکی

514-588-0609 ☎

MEDI.ANS.MTLBROKER f @

www.mahdiansari.com



بسته خرید ویژه
فقط برای
پرستاران و
پزشکان عزیز

MAHDI ANSARI - CANADA AWARDED BROKER 2019-2020