



سال دوم
شماره ۲۳
دسامبر ۲۰۱۸
مونتريال
رایگان



R
E
M
I

Agence immobilière
GROUPE IMMOBILIER
LONDONO
REALTY GROUP INC.



514 588 0609

مهدی انصاری

کارشناسی ارشد مهندس عمران
فرید، فروش، اجاره و تهیه وام

مشاور املاک



مشاوره رایگان



IDNC
DESIGN INTELLIGENT ET CONSTRUCTION INC.

Build Your Dreams With Us
Design Renovation Construction

WWW.IDNC.CA

514-932-6887

€EXPERTFX

Bureau de Change
Currency Exchange



(514) 844-4492

1405 Boul De Maisonneuve O,
Montreal QC, H3G 1M6

info@expertfx.ca
www.expertfx.ca

ارائه خدمات ارزی:

- سریعترین و مطمئن ترین روش انتقال ارز
- با استفاده از کارتهای بانکی ایران
- بهترین نرخ روز
- ارسال حواله جات ارزی مبالغ بالای \$40000
- کانادا طبق قوانین و مقررات بانکی کانادا

Sun
Life Financial

Financial Advisor at Sunlife Financial

راهنمای شما در:

- "حفظ سرمایه" و "مراقبت مالی" از خانواده در صورت وقوع حوادث پیش بینی نشده
- داشتن بازنشستگی مرفه
- بیمه های:
- مسافرتی (شما و والدین)
- عمر
- بیماری های خاص
- وام مسکن
- حساب های پس انداز و سرمایه گذاری
- برنامه های بازنشستگی
- حساب های سرمایه گذاری کودکان

MONEY
FOR LIFE™



Zari Jafari

438.877.5861

Zari.jafari@Sunlife.com

Arezou Gatmiri

Courtier Immobilier Résidentiel

(514) 561-3-561

arezougatmiri@gmail.com

• مشاوره تلفنی- حضوری و ارزیابی رایگان ملک شما

• خدمات ۱۰۰٪ رایگان برای خریداران

تا پایان پروسه خرید "حتی هزینه محضر"

• همکاری با مشاورین بانکها جهت دریافت وام مسکن

• شرایط مناسب برای تازه واردین

بدون درآمد



Groupe Sutton - Sur L'île

38, Place du Commerce # 280, île Des Soeurs (Verdun), QC H3E 1T8

Bureau: (514) 769-7010



فارکس الیت صرافی

انتقال فوری ارز به ایران و برعکس

و با تضمین بهترین نرخ روز

انتقال سریع ارز از طریق
خودپردازهای ایران

انتقال ارز

با مدیریت یحیی هاشمی پور



۲۳ سال سابقه خالصانه، بی دریغ در خدمات شماست؛

قبل از هر تصمیمی با ما مشورت کنید.

Tel: 514 989 - 2229

Tel: 514 289 - 9003

Toll Free: 1 - 866 989 2229

E-mail: GIT110@yahoo.ca



1449 St. Catherine W. Montreal, QC. H3G 1S6

Train with world champion & maximize your results!



Before After

{love}
WHAT YOU DO
ay humble.

**Montréal
Top
Trainer
Award**

Results 100% guaranteed or money back
Old School Iron Gym

**OPEN
24H**

BOXING DAY Promotion
rates starting December 1st, 2018
Improve your physique & lifestyle:

- \$286 for annual membership
- \$209 for 6 months
- \$99 for 3 months

Student price:

- \$200 for annual membership
- \$86 for 3 months

(Aerobic classes included)

 [ndgfitnesscentre
www.ndgfitnesscentre24h.com](https://www.ndgfitnesscentre24h.com)
438-494-9394

 **Vital Spa & Beauté**
 **VitalSpaBeauté**

CALL NOW: 514-379-4921



Gym Of Beauty & Transformation

**Certified Esthetician
11 years of experience**

- **Waxing**
- **Threading**
- **Manicure & Pedicure (Shellac)**
- **Organic Facial**
- **Eyelash & Eyebrow Tinting**

3285 Cavendish, 2nd floor, H4B 2L9



RE/MAX

RE/MAX بیمه منحصر به فرد Tranquilli-تتها با

هایک هارتونیان

Hayk Hartounian MBA

Residential Real Estate Broker

فروش خرید اجاره

\$349 000	Laval	• آپارتمان دو خوابه
\$ 429 000	CartierVille	• دوبلکس
\$ 399 000	Parc-Extention	• تریپلکس
\$ 749 000	Ahuntsic	• تریپلکس
\$ 1 350 000	Ahuntsic	• زمین ۲۴۱۷ مترمربع



پرداخت هزینه محضر، هدیه RE/MAX

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

Cell: (514) 574 6162

9280 Boul. de l'Acadie, Montréal, QC, H4N 3C5

www.remax3000.com

Bur: (514) 333 - 3000 / Fax: (514) 333 - 6376

E-mail: Haykhartounian@yahoo.com



متین تیره دست

Matin TirehDast

- Life Insurance بیمه عمر
- Travel Insurance بیمه مسافرتی
- Mortgage Insurance بیمه وام مسکن
- Critical Illness & Disability Insurance بیمه از کار افتادگی
- Saving & Investments (RRSP, TFSA, ...) حساب های پس انداز و سرمایه گذاری
- Retirement Income (RRIF, LIF & Annuities) برنامه های بازنشستگی
- Children's Education Plan (RESP) حساب های سرمایه گذاری کودکان

در صورت تماس با شماره (866) 650-4641 1
و با بیان کد M27709 از پروموشن بیمه خانه و ماشین بهره مند شوید.

مشاور امور مالی، فارغ التحصیل دانشگاه صنعتی شریف و ETS

Financial Advisor at Industrial Alliance

514.690.6181/ www.ia.ca

matin.tirehdast@agc.ia.ca





- تاریخچه موسیقی ۸
- تکنیک عکاسی: عکاسی سیاه و سفید ۱۰
- اشکائیان که بودند؟ ۱۶
- متد RCM ۲۰
- صورت‌های فلکی ۲۲



- ۱۰ نکته جالب روان‌شناختی از خودتان که احتمالاً نمی‌دانید (۱) ۵۸
- مشهورترین خودروهای ۶ چرخ جهان: از گذشته تا امروز ۶۲
- تاریخ سینما در ایران (بخش دوم) ۶۶
- ۱۱ کاراکتر مشهور سینمایی و انیمیشنی ۶۸
- فال ۷۰

- چشن کریسمس ۲۶
- موفقیت یک ایرانی ۳۰
- ۵۰ نکته در رابطه با استایل و مُد برای همه زمان‌ها (۲) ۳۴
- تعریف کیلوگرم تغییر می‌کند: اندازه‌گیری وزن با روشی جدید ۴۲
- بهترین کتاب‌های جهان در زمینه تکنولوژی (۱) ۴۴
- داریوش در گذر زمان ۴۶
- ماسکی که راز اصلی زیبایی پوست زنان کره‌ای است ۴۸
- ۱۰ سبک محبوب‌ترین نقاشی‌های مدرن ۵۰
- نگاهی تحلیلی تطبیقی به اشعار تعلیمی فردوسی و حافظ ۵۴
- زیباترین مکان‌های دنیا ۵۶



صاحب امتیاز و مدیر مسئول: علیرضا فخاریان
 سردبیران: مروارید معماریان و مرضیه گودرزی
 طراحی روی جلد، گرافیک و صفحه‌آرایی: مرضیه گودرزی، مروارید معماریان و فریبا فخاریان
 ویراستار: سوسن اسفاری
 عکاس: علیرضا فخاریان
 همکار این شماره: سهیلا کاتبی

۱. مسئولیت محتوای مطالب چاپ شده با نویسندگان است و چاپ آنها الزاماً به معنی تأیید از سوی ماهنامه رِ می نمی‌باشد.
۲. ماهنامه رِ می در ویرایش و اصلاح مطالب رسیده، آزاد است.
۳. مطالب فرستاده شده بازگردانده نمی‌شود.
۴. استفاده از مطالب، طراحی‌ها و تبلیغات مندرج در ماهنامه رِ می، نیاز به کسب اجازه دارد.
۵. هنرمندان و علاقمندانی که به همکاری با ما تمایل دارند، از طریق راه‌های ارتباطی زیر می‌توانند با ما در تماس باشند.



ISSN : 2561-8482

3333 Cavendish Blvd., Apt. 285 & 290. Postal code: H4B 2M5

Tel: (514) 996-1620

Email: journal.remi@gmail.com

JOYLAND
daycare

مهد کودک JOYLAND



مراقبت از خردسالان و کودکان هر روز هفته
خدمات ویژه نگهداری در **روزهای تعطیل** بصورت
ساعتی و روزانه

دارای **گواهینامه** مراقبت از کودکان
و **گواهینامه کمک های اولیه**

Certified childcare, First Aid (**CPR**), Homemade food

Open from **7:30 Am** to **5:30 Pm**, Full-time and

Part-time, Flexible time (**weekend**)

7529 Chemin Earle,

Côte Saint-Luc, QC, H4W 1N8

514-226-4490 514-577-3633



BUREAU DE CHANGE
APADANA

صرافی آپادانا

با مدیریت حمیدرضا خلیفی

انجام خدمات ارزی
کلیه مبادلات ارزی به ایران و برعکس
با دستگاه کارتخوان ایران

کلیه مبادلات با سریعترین راههای موجود با اعتبار و اطمینان بخشی بالا

1970 RUE STE-CATHERINE OUEST
MONTREAL, QC H3H 1M4

CELL: 514-839-7318
TEL: 514-933-1719



ناربخچه موسیقی

سبک کلاسیک (۱۸۲۰-۱۷۵۰)

چنان که در بررسی دوره باروک دیدیم، روش‌های علمی و دستاوردهای نوابغی چون گالیله و نیوتن در جهان‌بینی انسان دگرگونی‌هایی ژرف پدید آورد. در تاریخ موسیقی، دوران بینابینی‌گذر از سبک باروک تا شکوفایی کامل سبک کلاسیک، دوره پیش‌کلاسیک خوانده می‌شود، دوره‌ای که از حدود ۱۷۳۰ تا ۱۷۷۰ به درازا کشید.

ویژگی‌های سبک کلاسیک

نضاد حالت

ارائه تضاد و تنوع فراوان حالت، در موسیقی کلاسیک برجستگی تازه‌ای یافت. یک قطعه از موسیقی دوره پایانی باروک فقط حسی یکتا را منتقل می‌کند، اما یک اثر کلاسیک دربردارنده حالت‌هایی متلاطم و پیوسته دگرگون شونده است. در آثار کلاسیک، موسیقی دراماتیک و خروشان می‌تواند نغمه رقصی سبکبال را در پی داشته باشد. در این موسیقی، نه فقط در یک موومان تم‌هایی متضاد هست، بلکه یک تم به تنهایی نیز ممکن است در خود عواملی متضاد و متمایز داشته باشد. تغییر حالت در موسیقی کلاسیک ممکن است تدریجی یا ناگهانی بوده و به این ترتیب بیانگر کشاکش میان امواج خروشان هیجان، سکون و آرامش باشد. اما چنین کشاکشی در مهار کامل آهنگساز است. استادانی چون هایدن، موتسارت و بتهوون می‌توانستند اثری با حالت‌های بس متنوع را از انسجام و ساختاری منطقی برخوردار سازند.

رپنم

انعطاف ریتم نیز عامل دیگری است که موسیقی کلاسیک را متنوع می‌کند. اثر کلاسیک از غنای الگوهای ریتمیک برخوردار است، حال آنکه یک قطعه باروک الگوهای معدودی دارد که پیوسته و بارها تکرار می‌شوند. آثار

باروک دربردارنده حسی از پیوستگی و حرکت مداوم و بی‌وقفه هستند، چنان که شنونده پس از شنیدن چند میزان نخست آنها می‌تواند سرشت ریتمیک سراسر موومان را به خوبی پیش‌بینی کند. اما سبک کلاسیک، دربردارنده سکوت‌های غیرمنتظره، سنکوپ‌ها و گذرهای فراوان از نت‌های کشیده به نت‌های کوتاه است و دگرگونی یک الگوی ریتمیک به الگویی دیگر ممکن است ناگهانی یا تدریجی رخ دهد.

بافت

موسیقی کلاسیک، در تقابل با بافت پلی‌فونیک موسیقی دوره پایانی باروک، در اساس بافتی هوموفونیک دارد. با این همه، در موسیقی کلاسیک، بافت نیز به اندازه ریتم انعطاف‌پذیر است. در قطعه‌های کلاسیک، به تدریج یا ناگهان از یک بافت به بافت دیگر گریز زده می‌شود. یک قطعه کلاسیک می‌تواند با بافت هوموفونیک، که دارای یک ملودی و همراهی ساده آن است، آغاز شود و سپس به بافت پیچیده‌تر پلی‌فونیک راه برد که شاخص آن دو ملودی هم‌زمان یا تکه‌های ملودیکی هستند که میان سازهای گوناگون تقلید می‌شوند.

ملودی

ملودی‌های کلاسیک از خوش‌آهنگ‌ترین و به یادماندنی‌ترین ملودی‌ها هستند. حتی تم‌های آثاری بسیار پیچیده نیز ممکن است رنگ و بویی از ملودی‌های عامیانه و مردم‌پسند داشته باشند و آهنگسازان کلاسیک گاه حتی نغمه‌های عامیانه را نیز در آثارشان به کار گرفته‌اند. (موتسارت در واریاسیون‌هایش بر ترانه فرانسوی *Ah, vous dirai-je, maman*، که در میان انگلیسی‌زبانان با نام *Twinkle, Twinkle, Little Star* شهرت دارد، چنین کاری را انجام داده‌است). آهنگسازان کلاسیک، خود اغلب تم‌هایی را به نگارش درمی‌آوردند که سرشتی مردم‌پسند داشت. ملودی‌های کلاسیک اغلب کیفیتی متوازن و متقارن دارند، زیرا بیشتر از دو عبارت هم‌اندازه تشکیل شده‌اند. در این ملودی‌ها، عبارت دوم ممکن است آغازی مانند عبارت اول داشته باشد اما پایانی قاطع‌تر دارد. سرایش این ملودی‌ها، که می‌توانند با طرح *a a'* نمایانده شوند، آسان است (چنین ملودی‌هایی را اغلب می‌توان در ترانه‌های کودکانه مانند *Mary Had a Little Lamb* یافت). از سوی دیگر، ملودی‌های باروک کمتر متقارن، پُرتزین‌تر و از نظر سرایش دشوارترند.

دپنامیک و پپانو

علاقه آهنگسازان کلاسیک به بیان «سایه-روشن»‌های احساس، آنها



استفاده از آن بیشتر در اپرا و موسیقی کلیسایی بود تا در آثارسازی محض.

شمار نوازندگان ارکستر کلاسیک، در قیاس با گروه نوازندگان باروک، بیشتر بود اما از مکانی به مکان دیگر تغییر چشمگیر می‌یافت. هایدن از ۱۷۶۱ تا ۱۷۹۰، ارکستری خصوصی را که فقط بیست و پنج نوازنده داشت رهبری می‌کرد، اما به سال ۱۷۹۵ در لندن و هنگام کنسرت‌های عمومی رهبر ارکستری بزرگ با شصت نوازنده بود.

آهنگساز، حامی و مخاطبشان در دوره کلاسیک

هایدن، موتسارت و بتهوون -سه تن از بزرگ‌ترین آهنگسازان جهان- در روزگاری به‌کار پرداختند که دوران تحول‌های شدید سیاسی و اجتماعی بود، دورانی هفتادساله از ۱۷۵۰ تا ۱۸۲۰ که دچار آشوب انقلاب فرانسه، جنگ‌های ناپلئون و انقلاب امریکا بود. در این دوران، اقتدار سیاسی و اقتصادی از اشرافیت و کلیسا سلب و به طبقه متوسط واگذار شد. تحول اجتماعی چنان شدت یافت که ناپلئون نه بنا به حق موروثی، که تنها و فقط به مدد نبوغ و توانایی خود توانست امپراتور فرانسه شود. شعارهایی «واژگون‌کننده» و تازه، همچون آزادی، برابری، برادری! ورد زبان مردم بود. باورهای مستقر و مورد قبول، از جمله ایمان به وجود خدا، در بوته آزمونی دوباره گذاشته شد.

ادامه دارد ...

درک و دریافت موسیقی نوشته راجر کیمی ین

را به استفاده گسترده از دگرگونی‌های تدریجی دینامیک - کرشندو و دی‌کرشندو- سوق داد. آنها دیگر خود را به دینامیک پله‌ای (گذرِ آنی به ضعیف) که ویژه موسیقی باروک بود محدود نمی‌کردند. کرشندو و دی‌کرشندو، هر دو بدعت‌هایی هیجان‌انگیز بودند، گاه شنوندگان با شنیدن آنها هیجان‌زده از جا می‌پریدند.

در دوره کلاسیک، اشتیاق به تغییرهای تدریجی دینامیک سبب شد تا پیانو جایگزین کلاوسن شود. پیانیست می‌تواند با تغییر فشار انگشت بر شستی، قوی‌تر یا ملایم‌تر بنوازد. گرچه پیانو حدود سال ۱۷۰۰ اختراع شده بود اما فقط از حدود ۱۷۷۵ بود که به تدریج جایگزین کلاوسن شد. کم‌وبیش تمام آثار متعالی و در خور توجه هایدن، موتسارت و بتهوون برای ساز شستی‌دار، ویژه پیانو و نه برای کلاوسن، کلاویکورد، و ارگ- ساز شستی‌دار باروک- به نگارش درآمده‌اند.

ارکستر کلاسیک

در دوره کلاسیک ارکستری تازه تکامل یافت. ارکستر کلاسیک، به‌رغم ارکستر باروک که ساختار آن می‌توانست از قطعه‌ای به قطعه دیگر تغییر یابد، گروهی معین و مقرر از نوازندگان داشت که شامل چهارگروه بود: زهی‌ها، بادی‌های چوبی، بادی‌های برنجی و کوبه‌ای‌ها. در واپسین آثار موتسارت و هایدن، ارکستر می‌توانست دارای چنین سازهای باشد: زهی‌ها: ویولن‌های اول، ویولن‌های دوم، ویولاها، ویولنسل‌ها، کنترباس‌ها بادی‌های چوبی: ۲ فلوت، ۲ ابوا، ۲ کلارینت، ۲ باسون بادی‌های برنجی: ۲ هورن، ۲ ترومپت کوبه‌ای‌ها: ۲ تیمپانی

توجه کنید که در این ساختار تازه ارکستر، سازهای بادی چوبی و بادی برنجی به‌صورت جفت به‌کار رفته و کلارینت‌ها برآن افزوده شده‌اند. ترومبون نیز توسط هایدن و موتسارت در ارکستر به‌کار گرفته شد، اما



تکنیک عکاسی: عکاسی سیاه و سفید



سامه گل زاده

عکاسی سیاه و سفید یک حوزه پر چالش و ارزشمند از عکاسی هنرمندانه است. حتی کسانی که زیاد به عکاسی تمایلی نشان نمی‌دهند در مورد عکس‌های سیاه و سفید بسیاری نظر داده‌اند و توجه بسیاری به آنها معطوف داشته‌اند. عکاسی سیاه و سفید به عکاس این امکان را می‌دهد تا یک سوژه آشنا را با کاراکتری کاملاً تازه نمایش دهد.

تبدیل یک عکس رنگی به سیاه و سفید کار دشواری نیست، اما اگر می‌خواهید عکسی که ثبت می‌کنید به واقع تاثیرگذار باشد، باید بدانید از چه چیزی و چطور عکاسی کنید و چطور با استفاده از ابزارهای ویرایش عکس، از آن بیشترین نتیجه را به دست آورید.

در روزهای ابتدایی عکاسی، عکاس‌ها چاره‌ای نداشتند مگر ثبت تصاویر سیاه و سفید. سپس در سال ۱۹۳۶ با اختراع Kodachrome توسط شرکت کداک، به دنیای عکاسی رنگ بخشیده شد. اما این موضوع نه تنها منجر به مرگ عکاسی سیاه و سفید نشد، بلکه آن را شکوفاتر کرد. عکاسی سیاه و سفید مدرن هنری ست که بسیاری از عکاس‌ها آن را خالص‌ترین شکل عکاسی می‌دانند.

چطور سیاه و سفید ببینیم؟

برای آنکه بتوانیم عکس سیاه و سفید خوبی ثبت کنیم لازم است که ابتدا یاد بگیریم که دنیا را تک‌رنگ ببینیم. مهم است بدانیم که همه سوژه‌ها برای عکاسی سیاه و سفید مناسب نیستند. بسیاری از عکس‌ها با رنگ مفهوم پیدا می‌کنند. مثلاً به پرتره‌ای که استیو مک‌کوری از دختر افغان ثبت کرد فکر کنید. رنگ‌ها بخشی از قدرت جذب آن عکس به شمار می‌رفتند.

برای آنکه بتوانید عکس سیاه و سفید بگیرید باید بتوانید از ورای رنگ‌ها تصاویر را ببینید و سعی کنید تا شکل‌ها، بافت و رنگ‌ها را در حالت سیاه و سفید برای خود بازسازی کنید.



موفقیت عکس سیاه و سفید به فاکتورهای زیادی بستگی دارد، اما مهم‌ترین چیز این است که به دنبال سوژه اصلی باشید. سوژه‌ای که با پس‌زمینه، اختلاف سایه زیادی داشته باشد. سپس به بافت و تنالیت توجه کنید که این عوامل به تصویر شما عمق می‌بخشند.

نکته مهمی که دارندگان دوربین‌های DSLR لازم است، رعایت کنند عکاسی با فرمت خام یا RAW است. این نکته تنها برای عکس‌های سیاه و سفید صدق نمی‌کند، بلکه باید همیشه رعایت شود. مزیت آن برای عکاسی سیاه و سفید این است که با تنظیم دوربین برای عکاسی مونوکروم، می‌توانید پس از عکاسی آن را بر روی صفحه نمایش LCD دوربین ببینید و در عین حال همه اطلاعات مربوط به رنگ در فایل RAW ذخیره می‌شود.

بافت

دیوار یک ساختمان قدیمی یا یک آهن زنگ‌زده و یا چوب ورآمده به دلیل رطوبت را در نظر بگیرید. به طور کلی هر چیز پیری بافت غنی دارد که برای عکاسی سیاه و سفید بسیار مناسب است.

بافت تحت تاثیر شرایط نوری قرار می‌گیرد. نور کم مربوط به ساعات طلایی هنگام طلوع و غروب آفتاب، منجر به برجسته‌تر شدن بافت می‌شود. نور لطیف یک روز ابری نیز می‌تواند برای بهتر نشان دادن بافت





عکس سیاه و سفید توجه بیننده را به سمت سایه‌ها و خطوط تصویر معطوف می‌کند. استفاده از نور می‌تواند در نمایش سه بعدی تصویر شما موثر واقع شود. نور از روبه‌رو و یا از کنار، سایه‌های متفاوت و اثرات مختلفی در تصویر ایجاد می‌کند.

نور

عکاسی همان‌طور که واژه فوتوگرافی نشان می‌دهد، نقاشی با نور است. کیفیت نور تعیین کننده کیفیت عکس است. عکاسی سیاه و سفید به عکاس این آزادی را می‌دهد که در هر شرایط نوری که تمایل داشت عکاسی کند. هرچند که همان‌طور که پیشتر هم اشاره شد بهترین نور، زمانی است که خورشید در نقاط پایین آسمان قرار داشته باشد. اما با این وجود با عکاسی سیاه و سفید همچنان می‌توان در نور روز و یا در روزهای ابری که سخت‌ترین شرایط عکاسی رنگی هستند، عکس‌های خوبی ثبت کرد.



راز عکاسی خوب این است که از مناسب‌بودن نور با توجه به نوع عکاسی که می‌کنید اطمینان پیدا کنید. نور نیمروزی برای عکاسی از بناها و معماری خوب است و برای عکاسی پرتره اصلاً گزینه مناسبی به شمار نمی‌رود. به همین ترتیب هوای ابری برای عکاسی پرتره خوب است و

خوب باشد اما به کمی ویرایش و زیاد کردن کنتراست نیاز خواهد داشت. بدترین نور برای نشان‌دادن بافت، نور شدید نیمروزی است. یکنواختی این نور بافت را از نظر پنهان می‌کند.



کنتراست تنالیت

وقتی رنگ‌ها به سیاه و سفید تبدیل می‌شوند، در واقع سایه‌هایی از رنگ خاکستری می‌شوند. رنگ‌های روشن، هایلایت و رنگ‌های تیره‌رنگ، سایه تیره می‌شوند. تفاوت بین این سایه‌ها را کنتراست تنالیت می‌نامند. عکاسان از این کنتراست تنالیت برای بهتر کردن عکس‌هایشان بسیار بهره می‌برند.



شکل و فرم

شکل و فرم دو تا از عناصر مهم المان‌های بصری هستند. هر سوژه‌ای هر دو المان شکل و فرم را داراست. شکل نحوه دیده‌شدن سوژه در دو بعد است. مثلاً یک عکس ضدنور، نمونه‌ای از تعریف شکل در عکس است. فرم نحوه نمایش سوژه در سه بعد است. عکس‌ها دارای دو بعد هستند و عکاس‌ها نیز مانند نقاش‌ها با چالش نمایش بعدهای سوژه‌هایشان در یک تصویر دو بعدی مواجه هستند.

عکاسی سیاه و سفید از منظره، یک راه خوب برای نشان دادن شکل و فرم سوژه‌های موجود در تصویر است.

معماری

شهرهای ما پر شده است از ساختمان‌ها و بناهایی که با معماری مدرن و از چوب و آهن ساخته شده‌اند. به شکل‌هایی که این ساختمان‌ها در برابر آسمان تشکیل می‌دهند توجه کنید.



سفر و عکاسی خیابانی

هدف از عکاسی در سفر، ثبت خاطره‌ها و احساساتی است که در هنگام سفر و بازدید از محل‌های دیدنی داشته‌اید. عکس‌های سیاه و سفید مزیتی دارند که آنها را برای سفر مناسب می‌کند و آن در قید زمان نبودن آنهاست. مثلاً عکس زیر چند سال پیش در آرژانتین ثبت شده اما می‌توانست عکسی باشد که ۱۰۰ سال قبل گرفته شده باشد.



اجسام بی‌جان

برای ثبت موجوداتی که جان و تحرک ندارند و بیشتر تاکید روی شکل و فرم سوژه‌ها و کیفیت نور آنهاست، بسیار مناسب است.

برای عکاسی از منظره، ایده‌آل محسوب نمی‌شود.

ترکیب‌بندی مناسب

در عکس‌های سیاه و سفید، ترکیب‌بندی، نقش بسیار مهمی در انتقال پیام عکس به بیننده ایفا می‌کند. حواستان به خطوط درون قاب تصویر که در هدایت چشم نقش مهمی ایفا می‌کنند، باشد.

سوژه‌های مناسب برای عکاسی سیاه و سفید

پرتره

بدون رنگ، تمام توجه به چشم‌ها و صورت و بافت لباس‌های سوژه معطوف خواهد شد. عکس‌هایی که تهرنگ قرمز قهوه‌ای (Sepia) دارند در استودیوهای تجاری بسیار مورد استفاده قرار می‌گیرند.



افراد مسن و چروک‌ها و خط‌های کنار چشم و لب‌هایشان نیز سوژه بسیار خوبی برای عکاسی پرتره سیاه و سفید است.

منظره



۲. حالت سیاه و سفید

اگر دوربین شما مانند دوربین‌های DSLR امکان عکاسی مونوکروم یا سیاه و سفید را دارد، حتماً از آن بهره بگیرید. پیش‌نمایش LCD می‌تواند در ترکیب‌بندی و انتخاب محل مناسب سوژه‌ها و همچنین تنظیم نور مفید واقع شود. توجه کنید که اگر با فرمت JPEG عکاسی می‌کنید، بهتر است تا دوربین را در حالت عکاسی سیاه و سفید قرار ندهید. زیرا کیفیت عکس شما کاهش یافته و قابلیت‌های کمتری برای ویرایش آن خواهید داشت.

۳. تنظیمات ایزو

متأسفانه تأثیر نویز حاصل از ایزوی بالا در عکاسی سیاه و سفید نیز همچنان مشهود است. بهتر است که تا حد امکان ایزو را کم و در حدود ۱۰۰ یا ۲۰۰ نگه دارید.

۴. وایت بالانس

سایه‌های رنگی می‌تواند روی عکس‌های سیاه و سفید تأثیرات ناخوشایندی داشته باشد زیرا منجر به تغییر تنالیت رنگ خاکستری می‌شود. برای همین بسیار مهم است که از درست‌بودن تعادل رنگ سفید اطمینان پیدا کنید. البته با عکاسی خام می‌توانید وایت بالانس را آن‌طور که باید تغییر دهید اما اگر با فرمت RAW عکاسی نمی‌کنید دقت به این نکته را فراموش نکنید.

<https://1001boom.com/>



بهترین تنظیمات دوربین برای عکاسی سیاه و سفید

۱. فرمت فایل

همان‌طور که پیشتر هم اشاره شد، بهترین کیفیت عکس را فقط هنگامی به دست می‌آورید که با فرمت RAW عکاسی کنید. عکس خام نه تنها جزئیات بیشتری را در مقایسه با عکس RAW در خود نگه می‌دارد، بلکه برای ویرایش عکس مونوکروم هم قابلیت‌های بیشتری خواهد داشت.

علی خاقانی
CONSTRUCTION MKD INC.
RESIDENTIAL & COMMERCIAL
888-216-0966-01

مدیریت و اجرای پروژه‌های ساخت و ساز
با گارانتی ۵ ساله خانه‌های نوساز



- نوسازی و تعمیر داخلی و خارجی ساختمان‌های مسکونی و تجاری (آشپزخانه، حمام، پله، بالکن)
- تعمیر و نوسازی خرابی‌های ناشی از نفوذ آب همراه با فاکتور جهت گزارش به بیمه
- طراحی و تغییر نقشه داخلی ساختمان

Ali Khaghani
Entrepreneur General

mkd.inc@gmail.com
Cell: (514) 574-5743

Sutton **مینو اسلامی**

مشاور املاک در مونترال بزرگ
مسکونی و تجاری

- تهیه وام مسکن برای دانشجویان و تازه‌واردان
- گام به گام با شما تا پایان قرارداد
- ارزیابی رایگان

Minoos Eslami
Real Estate Broker



meslami@sutton.com
9515 Lasalle Boul. Lasalle

Cell: (514) 967 - 5743
Office: (514) 364-3315



آموزشگاه موسیقی رمی
آموزش کلیه سازهای ایرانی و کلاسیک
توسط اساتید مجرب ایرانی و غیرایرانی

RCM METHODS

دوره‌های تخصصی آموزش متد RCM

برای پیانو، گیتار و ویلون

با ارائه مدرک بین‌المللی توسط رویال کنسررواتواری

برای بزرگسالان و کودکان

پیانو، ویلون، گیتار، آواز، تار و سه‌تار، دف، تنبک، سنتور و ...

کلاس‌های نقاشی و طراحی

کلاس‌های گروهی موسیقی کودکان

به روش ارف برای کودکان ۲ تا ۷ ساله



514 996 1620

WWW.REMIACADEMY.COM



3333 Cavendish Blvd. Suite #285 2nd floor, Montreal, QC., H4B 2M5

اشکانیان که بودند؟

اشکانیان سلسله‌ای بودند که توسط پارت‌ها و با بیرون‌راندن سلوکیان به‌وجود آمدند. اشکانیان با ۴۷۶ سال حکومت، طولانی‌ترین حکومت را در ایران داشتند. مهم‌ترین وقایع دوره اشکانی جنگ حران بود که در آن سورنا سردار اشکانی، کراسوس سردار رومی را شکست داد. اسامی بعضی از شاهان اشکانی عبارتند از: ارشک (اشک یکم)، تیرداد یکم (اشک دوم)، فرهاد یکم (اشک پنجم)، فرهاد پنجم (اشک پانزدهم)، اردوان پنجم (اشک بیست و نهم و آخرین پادشاه اشکانی).

سلسله اشکانیان (پارت‌ها) (۲۵۰ ق. م تا ۲۲۰ پ. م (۴۷۰ سال))

پارت در برگرفته خراسان امروزی است و در کتیبه داریوش (بیستون)، یکی از ایالات ایران می‌باشد. در اینجا به‌طور خلاصه به پادشاهانی که در زمان آنها اتفاق‌های بزرگی افتاده، اشاره می‌شود.

سومین گروه از اقوام آریایی که به ایران آمدند و در شرق مستقر شدند، پارتیان بودند. نژاد آنها آریایی، زبانشان ایرانی و آیین‌شان مزدآپرستی رایج در ایران شرقی بود. فرهنگ اجتماعی آنان آمیزه‌ای از آداب و عقاید مذهبی و فرهنگ پهلوانی بود؛ که بر حسن سلوک، رفتار، شجاعت، مردانگی، جوانمردی و نیروی بدنی تأکید می‌ورزید. یکی از مهم‌ترین دلایل پیوستن شهرنشینان شرق کشور به پارتیان در قیام بر ضد حکومت سلوکی -جدا از پیوندهای خویشاوندی بین آنان- حسن سلوک آنها با مردم نواحی اطراف و ناخرسندی آنان از شیوه حکومتی سلوکیان بود که تأکید بر تبعیض قومی و نژادی داشت.

چادرنشینی و صحراگردی از پارت‌ها مردمانی چابک، شجاع و پرتحرک ساخته بود؛ که در سوارکاری و تیراندازی ماهرانه در هنگام سواری نظیر نداشتند.

شجاع‌ترین و قوی‌ترین فرد قبیله پهلوان نام داشت. هر شخصی که به این مقام نایل می‌شد، مشخصاً علاوه بر قدرت بدنی ملزم به داشتن صفات و خصایل اخلاقی نیکو نیز می‌بود.

اشکانیان که به طور کلی اطلاعات کمی از آنها در دست می‌باشد؛ در سال ۲۵۰ ق. م توسط ارشک (اشک نخست) بر پا شد؛ و بیست و نه اشک (پادشاه) در این سلسله فرمانروایی کردند.

اشک و نخستین اندیشه استقلال

نخستین بار اندیشه استقلال در برابر بیگانگان سلوکی را

پهلوانی پارتی به‌نام اشک جامه عمل پوشانید، در حالی که سلوکیان هفتاد سال از سلطنت بر ایران را پشت سرگذاشته بودند، قیام اشک، سلوکیان را به نشان دادن عکس‌العمل واداشت؛ و علی‌رغم تصور، سپاه سلوکی با شکست مواجه شد و این اولین پیروزی رسمی پارتیان و متحدانشان در برابر قوم حکومتگر بود. پس از اشک برادر و جانشین وی تیرداد بر قدرت پارتیان و توسعه متصرفات افزود و بدین ترتیب پیشروی آنان از شرق به سمت غرب آغاز گردید؛ و روز به روز بر قدرت پارتیان و تثبیت حکومتشان افزوده شد؛ و با اقدامات مهرداد، شاه دیگر پارتی، قلمرو پارتیان که به افتخار نام احیاگر استقلال ایران (ارشک یا اشک)، اشکانی خوانده شد، به وسیع‌ترین حد خود رسید. مهم‌ترین رمز موفقیت‌ها و پیروزی‌های مهرداد اول همگی در سایه شفقت و انسانیت نهفته در سرشت وی بود، آن‌چنان که محققان وی را از نظر بزرگ‌منشی، بلندنظری، متانت و نجابت اخلاقی در دودمان اشکانی، همتای کوروش بزرگ در دودمان هخامنشی دانسته‌اند. نام اشک توسط همه شاهان اشکانی حفظ شد به طوری که فرعون توسط فرمانروایان مصر، قیصر یا سزار توسط رومیان کسری یا خسرو توسط ساسانیان به کار می‌رفت.

حکومت مهرداد دوران توسعه قلمرو و تثبیت قدرت

مهرداد با تسخیر ایلام، پارس و سپس بابل و به دنبال آن شکست پادشاه سلوکی و تصرف شهر سلوکیه، ایران را تا دورترین مرزهای غربی امتداد داد. (عنوان شاه شاهان) که اشک ششم یعنی مهرداد با اقتباس از شاهان هخامنشی برخورد نهاده بود به دلیل اقداماتی که وی در زمان حیاتش انجام داد، به‌عنوان برانزده‌ترین لقب حتی پس از مرگش نیز وی را شایسته منحصر به فرد این عنوان در خاندان اشکانی گرداند. وقتی که مهرداد در سنین پیری چشم از جهان فروبست، او را به مانند بنیانگذار واقعی سلسله پارت با تشریفات بسیار به خاک سپردند. پارت او را همچون قانونگذاری خردمند تجلیل کرد، چرا که او در تمام قلمرو وسیع خویش نزد هر قومی که رسم و بنیادی پسندیده یافت، آن را در سرزمین خویش رایج کرد. قلمرو او از بین‌النهرین و بابل تا سرزمین سغد و هند امتداد داشت؛ و اقوام بسیار با آداب و رسوم گوناگون در این قلمرو وسیع تحت حکم او می‌زیستند.

پس از مهرداد اول پدیدارشدن ناامنی که توسط برخی اقوام در شرق و نیز سکاها و کوشانیان به‌وجود آمده بود، در زمان چند اشک دیگر ادامه یافت. تا سرانجام با روی کارآمدن اشک نهم که مهرداد دوم نام داشت، توفیق قابل‌ملاحظه‌ای در غلبه بر هرج‌ومرج حاصل شد. وی پایه‌های حکومت و ارکان داخلی آن را چنان مستحکم نمود که حتی پس از مرگ وی نیز با وجود مدعیان سلطنت و پاره‌ای اختلافات داخلی امپراتوری اشکانی از هم متلاشی نشد؛ و قدرت خود را حفظ نمود. تدابیری که وی در زمینه داخلی و حکومتی اندیشید سبب شد، که محققان وی را یادآور داریوش بزرگ خوانده به وی لقب مهرداد کبیر دهند.

دوران حکومت اشک‌های دهم تا سیزدهم دوران درگیری و هرج‌ومرج



داخلی بود. تا اینکه با روی کار آمدن اشک سیزدهم، آرد اول فصل تازه‌ای از روابط خارجی ایران با دولت‌های همسایه که مهم‌ترین آنها روم بود، آغاز گردید. در آن زمان ایران در شرق و روم در غرب دو قدرت بلامنازع بودند و هر دو در پی گسترش و توسعه قلمرو و بسط قدرت خویش؛ و همین مسئله گاه‌وبیگاه سبب ایجاد تعارضاتی از سوی طرفین به خاک یکدیگر می‌شد؛ ولی مشکل اصلی را رومیان آغاز کردند و بدین ترتیب روابطی که می‌توانست بهترین شکل و سیاق را داشته باشد و سبب تبادل فرهنگ و تمدن باشد و در نهایت به شکوفایی و پیشرفت دو امپراتوری که دنیا را عملاً در ید قدرت خود داشتند، منجر شود. تبدیل به جنگ‌هایی شد که تا پایان امپراتوری پارت و پس از آن تا پایان امپراتوری روم ادامه یافت. در واقع این جنگ‌ها به‌طور رسمی و جدی از زمان سلطنت آرد (اشک سیزدهم) و به دلیل بلند پروازی‌های برخی سرداران (رومی) از جمله کراسوس آغاز شد؛ و مهم‌ترین انگیزه وی، عشق به طلاهای سلوکیه و نفایس و خزاین ماد بود؛ ولی مهم‌ترین مساله را نیز نباید از نظر دور داشت و آن مسئله همدستی ایالت بزرگ ارمنستان با رومیان بود که اطاعت و تبعیت از ایران برایشان قابل تحمل نبود. آنان خواهان استقلال تمام‌وکمال بودند؛ که این مسئله نیز در قوانین این امپراتوری که آنان در آن قرار گرفته بودند یعنی اشکانیان، مفهومی جز عصیان و سرکشی نداشت؛ بنابراین شاهان ارمنستان هر از چندگاه با تحریک رومیان و اتحاد با آنان سبب ایجاد منازعاتی بین ایران و روم می‌شدند. نوع حکومت اشکانیان نیز دست آنان را در این امر بازتر می‌کرد. اشکانیان از هنگامی که روی کار آمدند و تشکیل حکومت دادند، شیوه ملوک‌الطوایفی را به جای ایجاد یک حکومت مرکزی که همه در سایه نظارت همه‌جانبه آن باشند ترجیح دادند. بدین شکل که برخی ایالت‌ها نظیر پارس، آذربایجان و ارمنستان از استقلال داخلی برخوردار بودند؛ و در عوض انقیاد و تابعیت اشکانیان را می‌پذیرفتند و در هنگام جنگ نیز به منظور کمک به پادشاه و نشان دادن وفاداری و اتحاد با او سپاه خود را به سمت مرکز حکومت گسیل می‌داشتند. شاهان ارمنستان نیز از این موقعیت برای کسب استقلال و تجزیه از قلمرو اشکانیان استفاده می‌نمودند.

شرح حال مختصری از برخی پادشاهان اشکانی

اشک اول (ارشک): ارشک یکی از افراد خاندان آریایی و از تیره پارت‌ها بود. وی به نشان کاردانی و شجاعت توانست سلوکی‌ها را (جانشینان اسکندر مقدونی) از خاک ایران بیرون کند. بقیه شاهان به احترام مؤسس سلسله اشکانی نام خود را اشک گذاشتند.

اشک نهم (مهرداد بزرگ): وی قبایل وحشی را عقب نشاند و بخشی از سیستان و بلوچستان را نیز تحت فرمان خود درآورد و تا حدود هندوستان پیش رفت؛ و سپس به ارمنستان لشکر کشید؛ و آنجا را تصاحب کرد. از آن پس ایران و روم بر سر سرزمین‌های ارمنستان جنگ‌های فراوان کردند. همان‌گونه که گفتیم مهرداد بزرگ در هندوستان پیروزی‌هایی را به دست آورد و حتی تا کوه‌های هیمالایا پیش رفت. این موضوع از سکه‌هایی که به تازگی در آن نواحی پیدا شده‌است ثابت گردیده، مهرداد بزرگ پس از ۴۸ سال پادشاهی در سال ۷۶ ق. م درگذشت.

اشک چهاردهم (فرهاد چهارم): در سال ۳۷ ق. م بر اورنگ شاهنشاهی نشست. وی جنگ‌هایی با رومیان داشت و آنان را چنان شکست داد که تا صد سال توان مقابله و حمله به ایرانیان را در خود ندیدند. وی پرچم رومیان را از آنان گرفته بود و پس از چند سال به آنان بازگرداند؛ که این

مسئله باعث خوشحالی بسیار مردم ایتالیا شد؛ و یکی از شاعران آن دوره (هوراس) این رویداد را که برای آنان بسیار مهم بود به نظم درآورد.

اشک پانزدهم (فرهاد پنجم): فرزند اشک چهاردهم، در زمان او بود که عیسی مسیح متولد شد.

اشک بیست و نهم (اردوان پنجم): اردوان جنگ‌هایی با رومیان داشت. رومیان در این جنگ گورستان‌های پادشاهان اشکانی را ویران کردند و استخوان‌های آنان را درآوردند. این کار موجب خشم دربار ایران شد؛ و شرایطی را برای صلح قرار داد که رومیان نپذیرفتند و جنگی سخت در گرفت و ایرانیان پیروز شدند. لکن جنگ‌های پی‌درپی ادامه یافت تا اینکه هر دو سو خسته شدند. در آن هنگام قیصر روم شرایط صلح را پذیرفت؛ و حاضر شد ۵۰ میلیون دینار رومی به ایران به‌عنوان خسارت بپردازد.

در زمان اردوان بود که اردشیر پسر بابک علیه دولت اشکانی به پاخاست؛ و سرانجام اردوان را در کنار رود جراحی شکست داد. پس از چند سال اردشیر بابکان همه ایران را گرفت و بدین‌ترتیب دولت اشکانی پس از ۴۷۰ سال فرمانروایی سقوط کرد.

پایتخت‌های اشکانیان را شهرهای مختلفی نوشته‌اند. اما شهرهای تیسفون و صدرروازه (دامغان کنونی) معروف‌ترین آنهاست.

روش حکومتی پارت‌ها به گونه‌ای بود که مجلس مهستان، شاه را از نسل ارشک تعیین می‌کرد. این مجلس خود از دو انجمن تشکیل شده بود. ۱: مجلس شاهزادگان ۲: مجلس بزرگان و روحانیون.

اشکانیان با اسیران به مهربانی رفتار می‌کردند و کشتن آنها را روا نمی‌داشتند. پیمان‌شکن نبودند. جنگ و شکار را دوست داشتند. از آنجایی که به دین زرتشت دلبسته و پایبند بودند دروغ‌گفتن را گناه شمرده، دشمن سرسخت سحر و جادو بودند.

هنر اشکانی

ویژگی‌های بازار هنر اشکانی عبارتند از روبرو نگری.

بار روحی مذهبی.

استفاده از خطوط مستقیم موازی.

صراحت در نقاشی.

در اغلب آثار هنری این دوره، هدف، انتقال یک گزارش یا خبر به بیننده است. در این دوره، هنر به جای توجه‌داشتن به زیبایی‌های بدن، به جنبه روحانی و مذهبی اثر توجه دارد و این باعث شده هنر دوره اشکانی سرد و بی‌حرکت باشد. بیشتر طرح‌ها دارای مرزهای مشخصی هستند، به این شکل که هنرمند مرزهای عناصر و اندام‌های خلق‌شده را بسیار واضح می‌کشد.

در سده‌های پیش از میلاد دوره اشکانی، هنر آمیخته‌ای از سبک‌های کهن شرقی و سبک معاصر یونانی بود. از این



سفال

سفال دوره اشکانی را می‌توان بر اساس منطقه جغرافیایی به ۹ دوره تقسیم کرد که عبارتند از: منطقه جنوب غرب، منطقه غرب ایران، منطقه آذربایجان، شمال ایران، شرق ایران، جنوب شرق و جنوب ایران. سفال هر منطقه خصوصیات ظاهری و فنی خود را دارد. سنت‌های محلی در ساخت سفال نقش اصلی را داشتند. در ابتدا سفال‌ها ساده بودند و پس از آن سفال‌های نقش‌دار بیشتری تولید شدند و با ظهور سفال لعابدار در سده دوم پیش از میلاد، به مرور نقوش، جای خود را به لعاب دادند.



نقاشی

از نقاشی در این زمان در طراحی نمای خانه استفاده می‌شد به این نحو که نگارگران، نمای خانه‌ها را با طرح‌هایی مانند شکار و نبرد، مراسم مذهبی و عبور بزرگ‌زادگان نقاشی می‌کردند.

آلیاژ و فلزکاری

فلزکاری در دوره اشکانی رواج داشت. تولیدات فلزی عبارت بودند از: جنگ‌افزار، آثار فلزی تدفینی مانند سنجاق و دستبند، ظروف فلزی، مجسمه‌های فلزی و سکه.

طلا، جواهرات و تزیینات

استفاده از جواهر تزیینی همیشه مورد توجه بشر بود. استفاده گسترده از جواهرات در دوره اشکانی را می‌توان از روی مجسمه‌های به یادگار مانده از این دوره شناخت. ظاهراً مردان و زنان در استفاده از جواهرات افراط می‌کردند. این اجناس از ترکیب طلا و سنگ‌های قیمتی ساخته می‌شدند.

مجسمه

مجسمه‌ها در دوره اشکانیان بدون حرکت و ساکن بودند و احتمالاً از آنها در تزیین معماری استفاده می‌کردند. در این دوره از پیکرک‌های کوچک استخوانی تا مجسمه بزرگ فلزی و مجسمه بانوان نیز ساخته می‌شد، در حالی‌که پیش از این تنها مردان در مجسمه‌ها نمود پیدا می‌کردند. همچنین در دوره اشکانی افراد عادی نیز از خود مجسمه می‌ساختند، حال آنکه در دوره‌های پیش از آن در ایران تنها مجسمه شاهان یا صحنه‌های اسطوره‌ای ساخته می‌شد.

آمیزش، در سده اول میلادی هنر اشکانی زاده شد و با آغاز سده سوم میلادی، هنر سلطنتی رو به انحطاط رفت و هر یک از مناطق امپراتوری، سبک هنری خویش را پیش گرفتند.

بهترین مظهر هنر اشکانی، سنگ‌نگاره‌های آنان است. سنگ‌نگاره برخلاف دوره ساسانی، پدیده‌ای مخصوص شاهان نبوده و بسیاری از سنگ‌نگاره‌های دوره اشکانی متعلق به حکمرانان محلی هستند.

معماری

معماری اشکانی نخست برگرفته از اردوگاه‌های اشکانی بود که بر گرد دایره‌ای، ساختمان‌ها را بنا می‌کردند و در تزیینات از هنر یونانی استفاده می‌کردند، ولی در همان آغاز، هنر سنتی ایرانی را جایگزین هنر یونانی کردند. بناهایی با حیاط‌های چهارگوش مرکزی با ایوان‌های چهار طرف آن مشخصه معماری اشکانی شد. آنها به نمای ساختمان بسیار اهمیت دادند و برای آن از ترکیب نقاشی و گچکاری استفاده می‌کردند و از تاق گهواره‌ای، قوس و رگچین با سنگ و قلو، برجسته‌کاری تزیینی و گاهی ستون‌های داخلی استفاده می‌کردند. نمای ساختمان‌ها توسط گچکاری تزیین می‌شدند. در این شیوه ابتدا گچ به دیوار یا سقف مالیده می‌شد و سپس آن را شکل می‌دادند.



مهرسازی

مهرهای دوره اشکانی دارای طرح‌های مختلفی بودند. بیشتر طرح‌های مهرها دارای عقاب و عقاب هستند. مهرها دارای نقوش ساده هندسی یا طرح‌های اسطوره‌ای بودند.

شیشه‌گری

شیشه‌گری در دوره اشکانی رونق داشته‌است. در این دوره از دو شیوه دمیدن درون قالب، برای تولید شیشه ضخیم و دمیدن آزاد، برای تولید شیشه نازک استفاده می‌کردند. نقوش روی شیشه به سه روش تراش، استامپ یا افزودن پدید می‌آمدند. یکی از مراکز تولید شیشه، سوریه بود.

ریتون

ریتون‌ها را می‌توان یکی از شاخص‌های هنر اشکانی دانست. ریتون یا تکوک، ظرفی است که قسمتی از آن به شکل حیوان طراحی شده باشد. ریتون‌ها از اجناس مختلف مانند فلز، عاج فیل، چوب، سفال و غیره ساخته می‌شدند و روی آنها دارای طرح‌های اسطوره‌ای بود.

Ali Mahban
Soheil Saeb
Shahin Zand
Iman Etminan
Peyman Baha
Yalda Bassirian

Arsam Anvari
Nasir Ayam
Ahmad Zia Sufizada
Manoel Vieira

یادی از بزرگان موسیقی ایران

کنسرت گروه
دِلنواز
en Concert
DELNAVAZ
Musique Classique Iranienne

Samedi 19h
8 Décembre 2018

Salle Marie-Stéphane
628 Ch. de la Côte Ste. Catherine
Outremont, QC, H2V 2C5
P  Édouard Montpetit

Billet

www.eventbrite.ca
Tapesh Digital: (514)223-3336

 Delnavazensemble
 Delnavaz_ensemble



RCM methods

برنامه درسی و رشته‌ها

برنامه آمادگی برای اخذ مدرک رویال کنسرواتواری، مجموعه‌ای از استانداردهای شناخته شده موسیقی را برای موفقیت شما از طریق دوره‌های متوالی از سطوح ابتدایی تا پیشرفته فراهم می‌نماید. این برنامه برای بهترین‌ها الهام‌بخش است که از طریق امتحانات دانشجویی می‌توانند موفقیت خود را پیگیری کرده و جشن بگیرند. این برنامه همچنین معلمان را با منابع با کیفیت و نوآورانه پشتیبانی می‌کند. برنامه درسی جامع موسیقی شامل:

رپرتواری

- هر سطح شامل انتخاب گسترده‌ای از قطعات است که نشان‌دهنده انواع سبک‌ها و دوره‌ها می‌باشد.
- انتخاب سطوح رپرتوار بر اساس میزان دشواری تعیین شده‌است.
- بازیگری‌های دوره‌ای رپرتوار، انتخاب برنامه‌ها و سطوح را همچنان نوآورانه و خلاقانه نگه می‌دارد.

معلمان و دانش‌آموزان می‌توانند قطعات محبوبشان را با انتخاب معلم یا خود نیز در برنامه داشته باشند.

تکنیک

هر سطح از تکنیک برای پشتیبانی و حمایت نیازهای رپرتوار برای آن سطح طراحی شده‌است. تکنیک شامل میزان‌ها، آکوردها، آریجی‌ها، الگوها و اتودها می‌باشد.

نوازندگی

نوازندگی از طریق یک رویکرد متفکرانه و سازگار با توسعه مهارت‌های خواندنی و شنیداری توسعه یافته‌است. مهارت‌های نوازندگی در ارتباط با اهداف و الزامات رپرتوار توسعه یافته‌است.

مهارت‌های نوازندگی، دانش‌آموزان را با پایه‌ای اساسی و محکم برای اکتشافات موسیقی خلاقانه به‌طور مستقل آماده می‌نماید.

ادبیات موسیقایی

موضوعات آکادمیک برنامه مدرک RCM، دانش‌آموزان را در دستیابی به دانش ضروری تاریخی و تئوری ادبیات موسیقی پشتیبانی می‌کند. سطوح تئوری و سطوح عملی (اجرایی) با یکدیگر مرتبط هستند و مفاهیم موجود در رپرتوار، تکنیک و مطالعات موسیقی را نیرو می‌بخشند. امتحانات هارمونی و نوازندگی، برای دانش‌آموزان این امکان را فراهم می‌نماید تا مهارت‌های خود را در بداهه‌نوازی و کمپوزیسیون توسعه دهند.

موارد امتحانی

امتحانات عملی

دانش‌آموزان در این امتحانات بر روی اجرای رپرتوار، مطالعه و تکنیک آزموده می‌شوند. نیازهای گوش موسیقی و نت‌خوانی به توسعه و تقویت مهارت‌های موسیقی کمک می‌کند.

آزمون‌های عملی در سازهایی که در ادامه می‌آیند ارائه می‌شوند:

آکاردئون/باسون/چلو/کلارینت/دابل‌باس/اوفونیم/فلوت/گیتار/هارپ/هارپسیکورد/اوبو/ارگان/کوبه‌ای/پیانو/ریکورد/ساکسیفون/هنر سخنرانی و نمایشنامه/ترومبون/ترومپت/توباخ/ویولا/ویلن/آواز

آزمون‌های تئوری

آزمون‌های تئوری که برای تکمیل مطالعات عملی طراحی شده‌است، در سطح ۵ عملی شروع می‌شوند و برای کلاس‌های رسمی نوشته شده‌است.

کلیه حقوق ترجمه سری مطالب RCM متعلق به آکادمی رمی و ماهنامه رمی می‌باشد.



RCM

methods

AT REMI ACADEMY OF MUSIC

PIANO

VIOLIN

GUITAR

The Royal Conservatory of Music offers examinations at all levels.

This is because examinations:

- provide students with a challenge to prepare for and overcome
- help students to set goals and round out their musical knowledge.
- are a great way for them to show off student progression and achievements and a wonderful way to celebrate student success along their music journey

روئال کنسرواتوری موسیقی امتحاناتی برای تمامی سطوح برگزار می‌کند.
هدف از برگزاری امتحانات:

- هنرجویان برای رویارویی با چالشی جدید آماده می‌شوند.
- به هنرجویان کمک می‌کند تا اهداف خود را برای دانش موسیقی برنامه‌ریزی کنند.
- مراحل پیشرفت و موفقیت هنرجویان در طول دوره سفر موسیقی آن‌ها را به نمایش می‌گذارد.

صورت‌های فلکی

(قسمت پابانی)

صورت فلکی ذات‌الکرسی



ذات‌الکرسی (Cassiopeia) یا ملکه، نام یک صورت فلکی مشهور در نیمکره شمالی آسمان است و مجموعه‌ای از ستارگان درخشان و زیبا به شکل W یا M است که در بخش روشن راه شیری جا دارد. زمان رسیدن به نصف‌النهار ۲۹ آبان و مساحتش ۵۹۸ درجه مربع می‌باشد. ذات‌الکرسی و صورت فلکی واقع در آن یعنی قیفاووس هر دو والدین شاهزاده آندرومدا محسوب می‌شوند.

ستاره‌ها

آلفای این صورت فلکی یعنی صدر ذات‌الکرسی (در عربی به نام حیوان چهار پا) یک ستاره تقریباً متغیر است. طیف آن از نوع KO II III قدرش ۲/۲ و تا زمین ۱۲۰ سال نوری فاصله دارد. گامای ذات‌الکرسی یا Cih (در زبان چینی تازیانه می‌باشد) که یک ستاره خرده غول، در فاصله ۷۳۰ سال نوری از زمین می‌باشد. قدر آن از ۱/۶ تا ۳ بدون امکان پیش‌بینی، تغییر می‌کند. ستاره اتا که گاهی Achird نامیده می‌شود، در کنار خط واصل بین صدر ذات‌الکرسی (α Cas) و گامای ذات‌الکرسی قرار دارد. طیف آن از نوع Go V، قدرش ۳/۴ و به فاصله ۱۹ سال نوری است. اتای (η) این صورت فلکی ستاره‌ای جفتی و جذاب از نوع K با همدمی با قدر هفتم است.

اجرام عمقی آسمان

در این صورت فلکی تعدادی خوشه و سحابی قابل مشاهده با دوربین دوچشمی یا تلسکوپ وجود دارد. M52 یک نمونه خوب از خوشه‌های باز شامل بیش از ۱۰۰ ستاره است که درخشان‌ترین آنها در حدود قدر هفتم در سطحی به درازای ۱۲ دقیقه قوسی قرار دارد. M103 خوشه باز و کوچک‌تر با تعدادی ستارگان کمتر می‌باشد. همچنین سحابی قلب هم در این صورت فلکی قرار دارد.

در افسانه‌ها

یکی از زیباترین افسانه‌های ستارگان آسمان به طور حتم افسانه ذات‌الکرسی و امراه‌المسلله (آندرومدا) است. "کفوس" پادشاه اتیوپی و همسر خودپسندش "کاسیوپیا"، دختر بسیار زیبایی به نام "آندرومدا" داشتند. روزی ملکه خدایان را از خود رنجاند و آنها را آزرده‌خاطر کرد، به این ترتیب که ادعا کرد، دخترش زیباتر از نریدین دختر نرویس خداوند دریاها است. آنها نزد "پوزیدون" حکمران دریاها، که ما امروزه اغلب او را نپتون می‌نامیم، شکایت و ادعای خود را مطرح کردند. پوزایدون از این امر بسیار خشمگین شد و هیولای دریایی ترسناکی را به اتیوپی فرستاد، که امروزه به شکل صورت فلکی نهنگ در آسمان قرار دارد. این هیولای وحشتناک از دهانش آتش می‌بارید تمام آن سرزمین را ویران کرد. مردم که از این امر مایوس و ناامید شده بودند بالاخره به پادشاه خود روی کردند.

"کفوس" از غیبگویان راه چاره خواست و آنها راه حل وحشتناکی را به او گفتند. او دریافت که هیولای بی‌رحم تنها در صورتی از سرزمین او دست خواهد برداشت که او یگانه دخترش "آندرومدا" را به هیولا تحویل دهد. شاه ابتدا این کار را به تاخیر انداخت، ولی هیولای دریایی هر روز خشمگین‌تر می‌شد و سرزمین او را بدتر ویران می‌کرد. بالاخره شاه دستور داد شاهزاده خانم را در غل و زنجیر کنند و بر صخره‌ای در دریا محکم ببندند.

هیولای دریایی به زودی پدیدار شد و می‌خواست "آندرومدا" را در چنبره بگیرد، ولی درست در همان لحظه "برساوش" (پسر زئوس) پهلوان، که او نیز به شکل صورت فلکی در آسمان قرار دارد، از راه رسید. برساوش، که صندلی‌های بالدار در پا داشت و می‌توانست با آنها پرواز کند، دختر بیچاره را که برای کمک فریاد می‌کشید، دید. او بی‌درنگ به هیولا حمله‌ور شد، اما نتوانست با شمشیر خود بر هیولا غلبه کند. خوشبختانه او در ماجرای دیگری، سر "گورگون" را به دست آورده بود، سری که هر موجودی به آن نگاه می‌کرد، بلافاصله تبدیل به سنگ می‌شد. او این سر

گرفته‌است.

در افسانه

دلو یکی از قدیمی‌ترین صورت‌های فلکی است. برابر افسانه‌ها، او در بابل قدیم بر منطقه وسیعی از آسمان که آن را "دریا" می‌خواندند فرمانروایی می‌کرد. در این منطقه از آسمان، بسیاری از صورت‌های فلکی که با آب این ماده حیاتی، برای ما آدمیان ارتباط داده می‌شوند از قبیل حوت جنوبی، دلفین، مارآبی، جدی، قیطس (cetus) و رودخانه یا اریدانوس جمع هستند. مردم این صورت‌های فلکی را سرچشمه تمام زیست می‌پندارند، که خورشید در دوران نزول باران از میان آنها عبور می‌کند. بسیاری از اقوام باستانی گزارش‌هایی درباره طوفان نوح در تاریخ خود دارند، یونانیان باستان نیز بر این باور بودند که این طوفان، مجازات خدایان برای بشریت گناهکار و فاسد بوده‌است. بنابر افسانه‌های یونان، تنها دو انسان از این بلای طبیعی جان سالم به در بردند. این زوج "دویکالیون" (deucalion) و "پیورها" (pyrrha) نام داشتند. آنها نیز مانند نوح با استفاده از کشتی خود را نجات دادند و چون طوفان فرو نشست و آب‌ها فروکش کردند، آنها در برابر خود زمین را ویران و خالی از انسان یافتند. آنها برای اینکه دوباره زمین را مسکونی کنند، از سوی زئوس ماموریت یافتند که سنگ‌هایی را از پشت خود پرتاب کنند، که از این سنگ‌ها انسان‌هایی جدید از زمین بر می‌خواستند. می‌گویند پس از آن "دویکالیون" از سوی خدایان به‌صورت فلکی "دلو" تبدیل شد. در بسیاری از نقشه‌های ستارگان آسمان "دلو" به صورت "گانیمد" (ganymed) جوان نشان داده می‌شود، که می‌بایست به‌عنوان ساقی خداوندان المپ انجام وظیفه می‌کرد و به این لحاظ سبویی در دستان خود نگاه می‌دارد.

صورت فلکی "دلفین"



صورت فلکی دلفین (Delphinus) از کوچک‌ترین صورت‌های فلکی آسمان است که به لحاظ شکل مشخص آن، از دیر زمان مورد شناسایی قرار گرفته‌است. زمان رسیدنش به نصف‌النهار ۲۴ شهریور و مساحتش ۱۸۹ درجه مربع می‌باشد. در اساطیر خیلی کهن حیوانات، دلفین به‌عنوان دوست و نجات‌دهنده

را در برابر صورت هیولا گرفت، به‌نحوی که هیولای دریایی در یک چشم برهم‌زدن به سنگ تبدیل شد. برساوش، شاهزاده خانم را که بعدها همسر او شد، نجات داد. بر ساوش، سر گورگون را از بدن "مدوز" یکی از سه خواهر خدایان افسانه‌ای یونانی "گوگون‌ها" جدا کرده بود. مدوز زیبایی خیره کننده و گیسوان جذابی داشت. "آتنا" "دختر زئوس" رب‌النوع هنر و دانش و صنعت که از او رنجیده بود، گیسوان او را تبدیل به مار کرد و بر دیدگانش نیرویی داد که به هر کس می‌نگریست سنگ می‌شد. "پرسه" یا برساوش پسر زئوس سر او را با خود در جنگ‌ها و لشکرهایش همراه می‌برد و دشمنانش را به سنگ تبدیل می‌کرد، هیولای ترسناکی که "پگاسوس"، اسب بالدار، از پهلوی او به‌وجود آمده‌بود.

صورت فلکی دلو



صورت فلکی دلو (Aquarius) یکی از صور فلکی دایره‌البروج، می‌باشد که شکلی باستانی در آسمان دارد و تحت نام‌های گوناگون شناخته می‌شود. زمان رسیدنش به نصف‌النهار ۱۸ مهر و مساحتش ۹۸۰ درجه مربع می‌باشد.

این صورت فلکی نمایشگر مرد یا پسری است که از کوزه‌ای آب می‌ریزد که شکلی است باستانی در آسمان و تحت نام‌های گوناگون شناخته می‌شود. در بسیاری از اسطوره‌ها و افسانه‌ها، از جمله اسطوره سومری، این چهره گویای سیل و طوفانی جهانی، پیش از داستان سیل کتاب مقدس بوده‌است.

ستاره‌ها

ستاره آلفای این صورت فلکی به‌نام سعدالملک (به معنای عربی سلطان سعادت‌مند) نامیده شده و دقیقاً بر روی استوای سماوی قرار می‌گیرد. این ستاره قدر سوم، درخشان‌ترین ستاره از این صورت فلکی کم‌فروغ است. نوع طیف آن G2 Ib و در فاصله ۶۸۰ سال نوری از ما قرار دارد.

اجرام عمقی آسمان

یک خوشه ستاره‌ای قابل توجه به‌نام M2 با قدر ۷ در چند درجه‌ای شمال ستاره بتا، در این صورت فلکی وجود دارد. در همان نزدیکی دو سحابی سیاره‌ای مستقرند. سحابی بزرگ‌تر به شماره NGC7293، که به‌نام سحابی حلزونی معروف است در جنوب غربی ستاره ساقی دلتای دلو قرار دارد. سحابی NGC7009 از قدر هشتم که به لحاظ ظاهرش به‌نام سحابی زحل معروف شده، در جنوب شرقی ستاره سعد بالغ قرار

از زمین قرار گرفته است. برای مشاهده آن نیاز به تلسکوپ کوچک است.

در افسانه

صورت فلکی عقاب به پرنده‌ای با بال‌های پهن و گردنی کوتاه شباهت دارد. قدما شمایل یک عقاب را در آن دیده بودند. آکیلا، پرنده محبوب زئوس بود. در افسانه‌های یونانی آمده‌است که خدایان همه پرندگان آسمانی مثل: قو، کلاغ، توکان، ... را در میان آسمان جای داده‌اند اما عقاب خود بر آسمان‌ها پرواز می‌کرد. بر طبق اسطوره‌های کلاسیک یونانی، او عقابی بود که صاعقه‌های زئوس را حمل می‌کرد و زئوس، بزرگ ایزدان، او را مامور کرد تا گانیمد را برای او به کوه المپ بیاورد. گانیمد از قهرمانان متعلق به سرزمین تروا ناحیه‌ای باستانی در شمال غربی آنتالیا بود. این شاهزاده زیبای تراوایی آنتالیایی پسر تروس بود. زئوس، بزرگ ایزدان، عاشق او شد و این عشق آغاز لواط در اساطیر به‌شمار می‌آمد. او به عقاب ماموریت داد تا گانیمد را از کوهی که معروف به کوه ایزدان واقع در مکانی به‌نام فریجیا که بخشی از ترکیه امروز است بود بدزد و به نزد او در کوه المپ بیاورد، تا وی را ساقی ایزدان گرداند. این توضیحی است بر اینکه چرا نام بزرگ‌ترین ماه سیاره ژوپیتر سیاره مشتری – گانیمد است. (رومی‌ها به زئوس، ژوپیتر می‌گویند) در روم این صورت فلکی، کرکسی شناخته شده بود که به سمت روم پرواز می‌کرد، اما نباید با آهنگ کرکس که نام رومی برای صورت فلکی شلیاق – چنگ رومی است اشتباه گرفته‌شود.



خدایان و انسان‌ها معرفی شده‌است. برای یافتن صورت فلکی دلفین در آسمان، می‌توان ابتدا ستاره آلفای دجاجة (دنب) را پیدا کرد و سپس در ۳۰ درجه‌ای جنوب آن و بین ستاره‌های آلفای عقاب (طایر) و چهارگوش بزرگ اسب بالدار آن را یافت. با کمی تأمل می‌توان بدن کمانی‌شکل دلفین را با بخش بادبادکی ریز و همچنین دم آن را به سادگی تشخیص داد.

ستاره‌ها

از ستاره آلفا به‌نام ذنب‌الدلفین و بتا به اسم ثانی‌الدلفین در کاتالوگ منتشره در سال ۱۸۱۴ در رصدخانه پالمو (Palermo Observatory) نام برده شده‌است. طیف ستاره آلفا از نوع B9 V، قدر ۳/۸ و به فاصله ۱۷۰ سال نوری از ما قرار گرفته‌است. ستاره بتا دارای طیف F5 III، قدر ۳/۸ و فاصله ۱۱۰ سال نوری می‌باشد.

اجرام عمقی آسمان

NGC6934 یک خوشه کروی با قدر ۹ در پهنه‌ای به قطر ۱/۵ دقیقه قوسی و فاصله ۵۴۰۰۰ سال نوری است.

صورت فلکی عقاب (Aquila)



صورت فلکی عقاب را در جهان غرب از ۱۲۰۰ سال قبل از میلاد به‌عنوان یک پرنده می‌شناختند که در امتداد راه شیری تابستانه قرار گرفته و منطقه‌ای بسیار غنی جهت مطالعات ستاره‌شناسی با تلسکوپ زاویه‌باز است. زمان رسیدنش به نصف‌النهار ۸ شهریور و مساحتش ۶۵۲ درجه مربع می‌باشد.

ستاره آلفای عقاب از جمله ستارگان درخشان آسمان است و در وسط سه ستاره تشکیل‌دهنده بال عقاب قرار گرفته، این ستاره جزء مثلث تابستانی است. دو راس دیگر این مثلث ستاره‌های دنب و کرکس نشسته هستند. نوع طیف آلفای عقاب IV-V A۷، قدرش ۰/۸ و فاصله آن تا زمین ۱۷ سال نوری است.

اجرام عمقی آسمان

NGC6709 یک خوشه باز با قدر ۸ شامل حدود ۴۰ ستاره است که در چند درجه‌ای جنوب غربی ستاره زتای عقاب در فاصله ۳۱۰۰ سال نوری



آموزش موسیقی کودکان در آکادمی رِمی
برای گروه سنی ۲ تا ۷ سال

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

(514) 703 - 4020
www.remiacademy.com



جشن کریسمس

آداب و رسوم و تاریخچه



تاریخچه جشن کریسمس

تاریخ به وجود آمدن جشن کریسمس با داستان‌های گوناگونی در هم آمیخته که همین موضوع تمیز دادن حقیقت و افسانه را از یکدیگر دشوار می‌کند. کهن‌ترین تاریخی که در این رابطه وجود دارد به سال ۳۳۶ میلادی و دوران پادشاهی رومی‌ها باز می‌گردد؛ بیشتر پژوهشگران بر این عقیده‌اند که کریسمس در راستای جشنی است که برای بزرگداشت میترا برگزار می‌شد. میترا، ایزدی باستانی بود که با لقب خداوندگار خورشید هم از او یاد می‌شود. ایرانیان باستان و رومی‌ها به این ایزد اعتقاد داشتند و همه ساله زادروز میترا را در تاریخ ۲۵ دسامبر گرامی می‌داشتند. گفته می‌شود که مناسک مربوط به جشن میترا تا اوایل ژانویه و آغاز سال نو ادامه می‌یافت. به عبارت دیگر می‌توان گفت که کریسمس نسخه مسیحی شده همین جشن باستانی است.

تا آنجایی که می‌دانیم این جشن از سال ۱۶۶۰ میلادی به عنوان یک تعطیلی رسمی در تقویم به ثبت رسید. چارلز جان هوفام دیکنز (Charles John Huffam Dickens) رمان‌نویس معروف انگلیسی، کریسمس را زمانی برای پرداختن به خانواده، دین، هدیه دادن و بخشش و صلح اجتماعی بیان کرده است.

به دلیل تاریخچه طولانی جشن کریسمس از ذکر همه داستان‌ها و روایت‌های آن صرف‌نظر می‌کنیم؛ اما در ادامه نگاهی کلی داریم به چهره و آداب این جشن در قرن‌های مختلف.

کریسمس در قرون وسطی

در قرون وسطی جشن کریسمس تا حدود زیادی تحت تأثیر جشن خاج‌شوین بود. خاج‌شوین یکی از مهم‌ترین تاریخ‌های مذهبی مسیحیان است که آن را در روز ۶ ژانویه (۱۷ دی) به مناسبت تغییر شکل خداوند و تبدیل او به حضرت عیسی جشن می‌گرفتند. برخی دیگر هم معتقدند که کریسمس گسترش یافته جشن سنت مارتین بوده است، مراسم سنت مارتین چیزی شبیه به هالووین بود که برای زنده نگه داشتن نام آدم و حوا برپا می‌شد البته درباره سنت مارتین روایت‌های بسیار متعددی وجود دارد.

اسناد تاریخی حاکی از آن هستند که از سال ۸۵۵

میلادی، کریسمس کمی برجسته شد و در حقیقت به وجود آمد و این موضوع هم مدیون حمایت‌های ادموند (همان ادموند انگلیای شرقی) بود، او از اسقف‌های برجسته انگلیایی به حساب می‌آمد. پس از تلاش‌های ادموند، در سال ۱۰۶۶ پادشاه ویلیام اول که حاکم وقت انگلستان بود کریسمس را گسترش داد.

گفته می‌شود که بعدها شارلمانی امپراتور معروف روم نیز از کریسمس حمایت کرد. در سال ۱۲۷۷ پادشاه ریچارد دوم، حاکم انگلستان کریسمس را جشن گرفت و در افسانه‌ها آمده که در این مراسم ۲۸ گاو را کشتند و غذا درست کردند. در هر صورت در نوشته‌های تاریخی که مربوط به دوران قرون وسطی می‌شود از جشن کریسمس نام برده شده است.

کریسمس در قرن هفدهم و هجدهم

در قرن ۱۷ میلادی افراد زیادی با کریسمس و ریشه آن به مخالفت برخاستند و همین موضوع سبب شد تا در قرن هجدهم کریسمس غیرقانونی اعلام شود؛ اما باز هم پیروان برخی مکاتب مانند آنجلیکان و لوترانیسم کریسمس را قبول داشتند و آن را جشن می‌گرفتند؛ بد نیست بدانید که این دو مکتب خواهان اصلاحاتی در مسیحیت بودند و هنوز هم پیروان خاص خودشان را دارند.

همین دودستگی باعث شد تا کاتولیک‌ها پیشنهاد دهند که کریسمس برپا شود؛ اما جلوه مذهبی تری داشته باشد. بزرگان کاتولیک در این راستا تلاش‌های بسیاری انجام دادند، برای مثال از چارلز اول (King Charles I) پادشاه انگلستان خواستند تا کریسمس را در زمستان جشن بگیرد تا دیگران هم از او الگوبرداری کنند. برپایی دوباره کریسمس خیلی طول نکشید و به دلیل جنگ‌های داخلی انگلستان و اختلاف نظرهای بزرگان بار دیگر در سال ۱۶۴۷ ممنوع شد. در همین سال شورش‌هایی از جانب طرفداران این جشن در گرفت؛ آنها شهر را تزیین می‌کردند و شعارهایی مذهبی و سلطنتی سر می‌دادند. سرانجام پادشاه چارلز دوم در سال ۱۶۶۰ کریسمس را قانونی اعلام کرد، ولی باز هم بسیاری از بزرگان دینی از برپایی این جشن دل خوشی نداشتند. ماجرای ممنوعیت و برپایی این جشن بارها در قرن هجدهم رخ داد و نهایتاً هم دودستگی از بین نرفت.

قرن نوزدهم

در قرن نوزدهم و در حدود سال ۱۸۷۱ روز باکسینگ (Boxing day) هم به کریسمس اضافه شد. باکسینگ دی یا روز جعبه‌ای، یک روز بعد از آغاز کریسمس است و در آن افراد مختلف به فقرا و کودکان کادوهای رنگارنگی اهدا می‌کنند، این رسم هنوز هم اجرا می‌شود.

در سال ۱۸۴۳ برای اولین بار کارت تبریک کریسمس به صورت عمده تولید شد و فرستادن کارت تبریک هم جزئی از رسوم این جشن به شمار

آمد. همچنین در قرن نوزدهم بود که برای اولین بار به تزئین درخت سرو و کاج برای کریسمس پرداختند و ملکه انگلستان هم در سال ۱۸۳۲ اعلام کرد که از داشتن یک درخت کریسمس در کاخ خود لذت می‌برد. با حمایت ملکه الیزابت از درخت کریسمس این رسم به تدریج در کشورهای دیگر اروپا و به خصوص آلمان نیز گسترش یافت.

جدا از جدال‌ها و رسم‌هایی که در اروپا بر سر برپاشدن یا نشدن کریسمس رخ می‌داد، در آمریکا هم در حدود سال ۱۸۲۰ یک‌باره این جشن از نو احیا شد. علت توجه به این جشن را داستان کوتاهی می‌دانند که واشینگتن اروینگ (Washington Irving) نویسنده و سیاستمدار آمریکایی نوشت، وی در این رمان از کریسمس و کمک به فقیران گفته بود. جالب است بدانید که واشینگتن برای جذاب‌تر کردن داستانش از اسطوره‌ها و روایت‌های کهن انگلیسی نیز بهره برده بود.

در ابتدا مخالفان مانع برپایی کریسمس در آمریکا می‌شدند؛ اما به مرور با این موضوع کنار آمدند و کلیساها هم از این جشن بزرگ استقبال کردند. از سال ۱۸۶۴ کریسمس به صورت رسمی در آمریکا هم برگزار شد.

قرن بیستم

تا حدود سال ۱۹۵۰ کریسمس در اروپا جشنی لوکس و مخصوص ثروتمندان به‌شمار می‌آمد و عموم مردم از آن لذتی نمی‌بردند؛ اما از اواسط قرن بیستم رفته‌رفته به جشنی برای شادی همه اقشار جامعه بدل شد. تا چندین سال همه نمی‌توانستند درخت کریسمس تهیه کنند یا شامی پر از گوشت بخورند؛ اما تلاش‌شان را برای شادی و شرکت در جشن ادامه می‌دادند.

بد نیست بدانید که در سال ۱۹۱۷ سران اتحاد جماهیر شوروی برپایی این مراسم را در کشورشان ممنوع کردند و آن را تعطیلاتی مخصوص به مسیحیان دانستند. در همین راستا دانش‌آموزان و دانشجویان هم از ابتدا به گونه‌ای تربیت می‌شدند که ضد کریسمس باشند. حتی در سال ۱۹۲۹ کودکان را تشویق می‌کردند که هرجایی صلیب دیدند روی آن تَف بیندازند. طرفداران کریسمس و مسیحیان ساکن در روسیه آن قدر زیاد بودند که توانستند بر این آزارها فائق بیایند و پس از چند سال کریسمس را دوباره در فهرست تعطیلات رسمی کشور قرار دهند. از اوایل قرن بیست و یکم کریسمس در همه کشورهای که دین رسمی‌شان مسیحیت بود برگزار شد و هنوز هم به بهترین شکل گرامی داشته می‌شود. درباره تاریخ دقیق کریسمس هم حرف‌های زیادی گفته

می‌شود، حتی برخی می‌گویند که ماه دسامبر به این دلیل انتخاب شد، که در زمان‌های قدیم و در سرزمین‌های اروپایی تعداد گاوها زیاد بود و سیرکردن شکم آنها برای مردم دشوار. به همین دلیل تصمیم گرفتند تا جشنی برپا شود و گاوها را بخورند تا از شر غذا دادن به آنها در زمستان راحت شوند. یا بعضی‌ها می‌گویند که ۲۵ دسامبر تولد میترا خداوند خورشید و دوستی بود و رفته‌رفته همین موضوع به کریسمس بدل شد. در آخر بد نیست بدانید که ماجرای تزئین درخت کریسمس و تاریخیچه آن کمی با جشن کریسمس متفاوت است و دلیل رواج این سمبل را ملکه ویکتوریا، ملکه انگلستان می‌دانند و این موضوع را به سال ۱۸۳۲ نسبت می‌دهند.

زمان دقیق کریسمس

شک و شبهاتی درباره زمان دقیق جشن کریسمس وجود دارد و مسئله اصلی هم این است که کسی از تاریخ تولد حضرت مسیح اطلاع ندارد. تیتوس فلاویوس کلمنز (Titus Flavius Clemens) فیلسوف یونانی، در رابطه با زمان کریسمس چنین نوشته‌است:

کسانی هستند که نه تنها برای پروردگار ما زمان تولد معین کرده‌اند بلکه یک روز را هم برای این موضوع در نظر دارند. آنها می‌گویند این اتفاق در بیست و هشتمین سال از امپراتوری آگوستوس رخ داد و روز آن را ۲۵ پاشون (مصادف با ۲۵ ماه می معادل ۴ خرداد) تعیین کردند.

با توجه به همه حرف و حدیث‌هایی که در رابطه با زمان دقیق کریسمس ذکر می‌شود، هنوز هم افرادی وجود دارند که معتقدند زمان اصلی یکی از این تاریخ‌هاست: ۲۰ می (۳۰ اردیبهشت)، ۱۸ آوریل یا ۱۹ آوریل (۲۹ و ۳۰ فروردین)، ۲۵ مارس (۵ فروردین)، ۲ ژانویه (۱۳ دی)، ۱۷ نوامبر و ۲۰ نوامبر (۲۶ و ۲۹ آبان).

بزرگان دین مسیحیت عوامل متعددی را در نظر گرفتند تا ۲۵ دسامبر (۴ دی) به‌عنوان کریسمس انتخاب شود. آنها می‌گویند که در تقویم رومی از دیرباز، این تاریخ مصادف با انقلاب زمستانی بوده‌است. در این میان باز هم برخی گفته‌اند که ۹ ماه پس از این تاریخ یعنی درست در زمان اعتدال بهاری مسیح متولد شد و تاریخ ۲۵ دسامبر اشتباه است. با همه این تفاسیل در حال حاضر بزرگان این دین توافق کردند که ۲۵ دسامبر (۴ دی) به‌عنوان آغاز کریسمس در نظر گرفته شود.

بعضی‌ها معتقدند که مسیح کوتاه‌ترین روز از سال را برای تولد انتخاب کرد تا پس از زادروزش آرام‌آرام روزها طولانی شوند برای مثال آگوستوس



امپراتور روم درباره زمان تولد مسیح گفته‌است:

او کوتاه‌ترین روز را در کره زمین انتخاب کرد و از آن زمان روزها طولانی می‌شوند. نور وجود این والا مقام از همین روز بیشتر و بیشتر شد. در سخن آگوستوس وجود حضرت عیسی به نور و خورشید پیوند داده شده‌است و این موضوع در کتاب مقدس هم آمده‌است و از وی به‌عنوان خورشید عدالت «Sun of righteousness» یاد کرده‌اند. سر آیزاک نیوتن دانشمند مشهور انگلیسی هم اعتقاد داشت که روز تولد مسیح با خورشید و انقلاب زمستانی در ارتباط بوده‌است. در همین راستا بزرگان، نظرات مختلفی ارائه کرده‌اند در اینجا امکان بیان همه آنها وجود ندارد.

رسوم جشن کریسمس

جشن کریسمس در کشورهای گوناگونی برپا می‌شود و وجود فرهنگ‌های مختلف مردمان این سرزمین‌ها، باعث شده که این جشن در هر کشوری شکل و شمایل مخصوص به خود را داشته باشد و تفاوت‌هایی در میان آداب و رسوم کریسمس به چشم آید. در این میان رسم‌های مشترکی هم میان همه شرکت‌کننده‌ها دیده می‌شود که ما به این رسوم خواهیم پرداخت.

از مهم‌ترین رسم‌های این جشن می‌توان به تبادل هدایا، صرف یک وعده غذا به همراه خانواده، دیدن بابا نوئل و... اشاره کرد.

درخت کریسمس

یکی از نمادهای مهم کریسمس، درخت کاج و سرو چراغانی‌شده آن است. در ابتدا ایده وجود چنین درختی را ملکه انگلستان داد و کم‌کم در سراسر دنیا هم طرفدار پیدا کرد.

سرود و موسیقی کریسمس

سرودهای متعددی درباره کریسمس وجود دارد که کهن‌ترین آنها به رومی‌ها و قرن چهارم میلادی باز می‌گردد. در حال حاضر ترانه‌های مدرنی هم برای این جشن می‌سرایند؛ اما سرودهای کهن را اسقفان اعظم نوشته‌اند و هنوز هم خوانده می‌شود. از جمله محبوب‌ترین سرودهای این جشن می‌توان به ونی ردemptor gentium) و کود ناتوس اکس پرننتیس یا عشق به پدر (Corde natus ex Parentis) اشاره کرد که به زبان لاتین هستند. با گسترش سرزمین‌های مسیحی‌نشین سرودهای محلی مختلفی به‌عنوان شعر کریسمس مطرح شدند و حالا هم در کشورهای گوناگون به زبان‌های متعددی خوانده می‌شوند. سرودهای مختلفی به زبان فرانسوی، آلمان و ایتالیایی وجود دارند که از محبوبیت بسیاری برخوردارند.

بابا نوئل Santa Claus

بابا نوئل، پاپا نوئل یا سنتا کلوز یک شخصیت معروف تاریخی است که سرنوشتش با داستان‌ها و افسانه‌های متعددی گره‌خورده و هنوز هم طرفداران بسیاری دارد. گفته می‌شود که بابا نوئل شخصیتی واقعی با نام نیکلاس قدیس بوده‌است. او با همه و به‌خصوص کودکان با مهربانی رفتار می‌کرد. این کشیش در منطقه آسیای صغیر (محدوده ترکیه کنونی) می‌زیست و برای شاد کردن کودکان به آنها هدیه می‌داد. نیکلاس در دوران کودکی پدر و مادر خود را از دست داد و ارث گزافی برایش باقی ماند، وی با همان سرمایه به کمک کودکان شتافت. این فرد حالا یکی از قدیسان مسیحیت به‌شمار می‌رود و جسدش در کشور ترکیه و منطقه مسکونی و باستانی میرا (Myra) دفن شده‌است.



در سال ۱۸۲۲ میلادی در آمریکا داستانی مخصوص کودکان نوشته شد و به چاپ رسید که در آن بابا نوئل به شکل امروزی خلق شده بود، در این داستان فردی کوچک‌اندام و فربه با ریش‌های بلند و سفید رنگ، ناجی کودکان بود و به آنها هدایای رنگارنگی می‌بخشید. این ناجی مهربان به وسیله سورتمه مخصوص خود سراسر اروپا و آسیا را زیر پا می‌گذاشت و به کودکان هدیه می‌داد. در این داستان سورتمه او به وسیله گوزن‌هایی پرنده با شاخ‌های بلند و زیبا کشیده می‌شد.

این روزها در طول کریسمس افراد مختلفی لباس قرمز رنگ به تن کرده و با ریش سفید و بلند خود نقش بابا نوئل را بر عهده می‌گیرند. در داستان‌ها آمده که بابا نوئل بچه‌ها را به دو دسته خوب و بد تقسیم کرده، به آنهایی که خوب و خوش رفتار هستند هدیه می‌دهد و بقیه از نعمت کادو محروم می‌شوند؛ به همین دلیل در میان مسیحیان رایج است که اگر کودکی هدیه دریافت نکند، خوش رفتار نبوده و آینده خوبی نخواهد داشت که البته این موضوعات در اندازه داستان و تخیل هستند و همه کودکان کادو می‌گیرند.

نامگذاری ریشه واژه کریسمس

کریسمس (Christmas) مخفف شده واژه کریستس مس (Christ's mass) است و از حدود سال ۱۰۳۸ استفاده می‌شد. در حدود سال ۱۱۳۱ عبارت کریستس مس (Cristes-messe) را هم به کار بردند.

شاید نمی‌دانستید اما این جشن در طول تاریخ با نام‌های گوناگونی شناخته شده‌است برای مثال آنگلو ساکسون‌ها (The Anglo-Saxons) (۱) از واژه میدوینتر (midwinter) به معنای میانه زمستان برای اشاره به کریسمس استفاده می‌کردند. در برخی سندهای تاریخی هم واژه نئیویتی (Nativity) را برای این جشن به کار برده‌اند. از دیگر کلمات مترادف کریسمس می‌توان به جیولا یا گوئولا (Geola) به معنای دوره‌ای از زمستان، نوئل (Noel) یا ناتالیس (nātālis) به معنای روز تولد نام برد.

در بیشتر منابع آمده که کلمه کریسمس از سال ۱۰۵۰ استفاده شده و از همان زمان به معنای روز مسیح به کار می‌رفت. گاهی در نگارش دیده می‌شود که از واژه مخفف اکس مس (Xmas) استفاده می‌کنند، این کلمه هم از قرن سیزدهم رواج یافت و پیش از آن در دایره واژگان انگلیسی هیچ‌جایی نداشت. در آخر بد نیست بدانید که در زبان آلمانی از کریسمس با نام ویناختن (Weihnachten) نیز یاد می‌شود.

داستان و افسانه‌های کریسمس

درباره چگونگی به وجود آمدن جشن کریسمس عقاید متعددی وجود دارد که اغلب آنها با افسانه‌ها در هم آمیخته شده‌است، در اینجا به یکی از این داستان‌ها می‌پردازیم.

حدود ۲۰۰۰ سال پیش دختری به نام مری با جوانی به نام جوزف ازدواج کرد. هنگامی که آن دو پیوند زناشویی بستند جبرئیل بر آنها نازل شد و گفت: خداوند به شما برکت داده‌است و می‌خواهد شما را خشنود کند. خداوند بسیار مهربان است. تو توسط روح القدس باردار خواهی شد و یک پسر خواهی زایید. او، پسر خدای خود خواهد بود و پادشاهی او روی زمین هیچ‌گاه به پایان نخواهد رسید. تو باید نزد زکریا، پسرعمویت بروی.

مری کمی ترسید اما به خداوند و فرشته‌اش اعتماد داشت به همین خاطر به سوی زکریا و همسرش الیزابت رهسپار شد. الیزابت از آمدن مری بسیار خشنود بود زیرا می‌دانست که او از طرف خدا انتخاب شده‌است. مری چند ماه در خانه آنها ماند و این زوج از وی پذیرایی کردند. زکریا می‌گفت که فرزند مری مقدس است. در همین حین جوزف نگران می‌شود که مری چگونه پیش از ازدواج صاحب فرزند شده که فرشته‌ای به رویای او می‌آید و به او چنین می‌گوید: نترس که مریم را به عنوان همسر خود ببینی.

پس از این خواب جوزف با کمال میل ازدواجش را با مری ادامه داد.

مری و جوزف در شهر ناصره می‌زیستند که در آن زمان جزئی از امپراتوری روم بود. این امپراتوری مالیات زیادی را از مردم می‌گرفت و همین موضوع باعث شد که مری و همسرش به بیت لحم کوچ کنند تا در کنار خانواده جوزف باشند. آنها همه وساییشان را بار یک الاغ کردند و به بیت لحم رفتند. وقتی به این شهر رسیدند نتوانستند جایی برای خواب پیدا کنند و مجبور شدند در طویله بخوابند در آن دوران اغلب مردم یک طبقه طویله داشتند و خودشان در طبقه بالای آن زندگی می‌کردند.

مری همان شب در طویله نوزاد خود را به دنیا آورد. چند روزی از این ماجرا گذشت، تا فرشته بر اهالی بیت لحم ظاهر شد و به مردم هراسان گفت:

نترسید، من برای شما خبر خوبی دارم، ناجی شهر به دنیا آمده‌است.

آرام آرام تعداد فرشته‌ها زیادتر شد و همه با هم شروع به خواندن آواز کردند. همین جا بود که ستاره‌ای در آسمان روشن شد (در داستان‌های کهن عقیده بر آن بوده که با تولد هر پادشاه در آسمان یک ستاره روشن می‌شود) این ستاره دنباله‌دار بود و به سوی اورشلیم می‌رفت به همین خاطر صبح روز بعد همه در جستجوی پادشاه یهودیان بودند که قرار است در اورشلیم به حکومت برسد. با زیاد شدن این حرف‌ها، پادشاه وقت، عصبانی شد و دستور داد که همه نوزادان را بکشند تا کسی جای او را نگیرد. اما پیش از اینکه دست پادشاه به نوزاد برسد، مردم مری و فرزندش را یافتند و شروع به پرستش نوزاد کردند و هدایایی از جمله طلا و سیر برای آنها بردند.

در همین گیرودار، فرشته وحی به جوزف نازل شد و گفت: بلند شو و فرزندت را به مصر ببر و جانش را نجات بده.

جوزف هم همین کار را کرد و به سوی مصر رفت. پس از مرگ هرودت، آن پادشاه ظالم، جوزف و نوزادش دوباره به بیت لحم برگشتند اما پسر هرودت پادشاه شده بود و آنها هنوز از او نیز می‌ترسیدند به همین خاطر به ناصره رفتند و آنجا ساکن شدند.

حالا پس از گذشت هزاران سال از وقوع این اتفاق‌ها، مسیحیان روز تولد مسیح را به عنوان کریسمس جشن می‌گیرند و به پایکوبی می‌پردازند. توجه داشته باشید که این تنها یکی از داستان‌هایی بود که درباره تولد عیسی روایت می‌شود و چندین داستان و روایت دیگر هم در همین زمینه وجود دارند.

موفقت پک ابرانی در سطح ملی و جهانی از دانشگاه مک گیل کانادا



From left to right: Associate Vice-Principal – Facilities Management and Ancillary Services – Robert Couvrette; Innovation – Sylvain & Sustainable Labs Award winner Eby Noroozi; Associate Vice-Principal – Research Coulombe; and Vice-Principal – Administration and Finance – Yves Beauchamp

محمد راد

دانشگاه مک گیل روز چهاردهم سپتامبر گذشته، با اهداء اولین جایزه ابتکاری در سطح ملی و جهانی در رشته علم پایداری را به آقای مهندس ابراهیم نوروزی مدیر آزمایشگاه‌های بخش صنایع غذایی و علوم محیط زیست تقدیم نمود.

دانشمند علوم و مهندسی مواد غذایی سال (تندیس دکتر هدایت) از انجمن علوم و صنایع غذایی ایران برای سال ۲۰۱۹ لازم به توضیح است که علم پایداری مربوط به پایداری محیط زیست جهت بقا و ادامه تعادل طبیعت در کره زمین می‌باشد. گفتنی است که مهندس ابراهیم نوروزی چهره موفق و سرشناس جامعه ایرانی و یکی از پیشگامان جامعه ایرانی در شرق کانادا با بیش از ۴۳ سال سابقه تحقیقی، آموزشی و صنعتی موفق به دریافت این لوح تقدیر شد.

ایشان با سال‌ها تجربه و فعالیت داوطلبانه با اهداف انسانی، اجتماعی، اقتصادی و محیط زیستی با نزدیک و با سوابقی بسیار طولانی در زمینه آزمایشگاهی، تحقیقی و آموزشی موفق به دریافت این لوح تقدیر شد.

این موضوع بهانه‌ای شد تا گفتگویی با مهندس ابراهیم نوروزی داشته باشیم:

لطفا خودتان را معرفی کنید؟

ابراهیم نوروزی هستم. از سال ۱۹۷۵ در مونترال اقامت دارم و از دانشگاه مک گیل فارغ‌التحصیل شده‌ام.

آقای ابراهیم نوروزی لطفا کمی از تجارب تحصیلی و حرفه‌ای خودتان بفرمایید؟

فارغ التحصیل مقطع کارشناسی ارشد مهندسی صنایع غذایی از دانشگاه مک‌گیل هستم و چهل سال است که سابقه فعالیت در صنایع غذایی، دارویی، لوازم آرایشی و محیط زیستی دارم.

از سال ۱۹۸۷ به‌عنوان مشاور ارشد OHS و آزمایشگاه‌های آموزشی مشغول فعالیت شده‌ام. علاوه بر این من جزء اعضای هیئت مدیره و تیم اجرایی مراکز علمی و سازمانی هستم از جمله در سازمان Charing Quebec Board of Canadian Registered Safety Professional Organization حدود ۲۵ سال سابقه همکاری دارم.

بیشتر درباره مهندس ابراهیم نوروزی بدانید:

کسب رتبه اول فارغ‌التحصیلان دبیرستان رهنمای تهران و کل منطقه در سال ۱۳۴۷ و توفیق در چندین رشته تحصیلی از جمله اقتصاد، دندانپزشکی، مهندسی شیمی و زبان انگلیسی، نشان از توانمندی بالای ایشان در کسب رتبه‌ها و مسئولیت‌هایی دارد که در ادامه به آن اشاره خواهیم کرد.

علاقه وافر به صنایع غذایی موجب شد که در رشته مهندسی صنایع غذایی مشغول به تحصیل شده‌است.

ابراهیم نوروزی در سال ۱۳۵۱ با کسب رتبه اول از دانشگاه علوم صنایع غذایی ایران (شهید بهشتی) در مقطع کارشناسی فارغ‌التحصیل شده و پس از پایان خدمت نظام وظیفه با درجه افسری جهت ادامه تحصیل از بین چندین کشور و دانشگاه، کشور کانادا را انتخاب و در سال ۱۳۵۷ با درجه فوق‌لیسانس در رشته مهندسی شیمی و صنایع غذایی از دانشگاه مک‌گیل با درجه ممتاز فارغ‌التحصیل شد.

پس از چند سال فعالیت در صنعت، اقدام به تأسیس یک شرکت مهندسی مشاور نموده و بعد از چندین سال فعالیت در این شرکت، در سال ۱۳۶۵ به کادر علمی و فنی دانشکده کشاورزی و محیط زیست دانشگاه مک‌گیل ملحق شد.

و هم اکنون به عنوان مدیر آزمایشگاه‌های آموزشی بخش صنایع غذایی و مشاور امور بهداشت و ایمنی مشغول به کار هستند.

از دیگر افتخارات ابراهیم نوروزی می‌توان به عضویت در بیش از دوازده انجمن ملی و بین‌المللی علمی و چندین نظام علمی از قبیل سازمان شیمی‌دانان کبک، نظام بهداشت و ایمنی کانادا اشاره کرد.

بیش از بیست سال است که ریاست بخش استان کبک نظام بهداشت و ایمنی کانادا را بر عهده دارند.

همچنین ایشان به عنوان اولین عضو رسمی ایرانی در نظام بین‌المللی دانشمندان علوم غذایی آمریکا حضور دارند. در سال ۱۳۹۲ پس از هفتادمین سال تأسیس این سازمان، بزرگداشت افتتاح این نظام در شیکاگو از طرف دانشگاه مک‌گیل شرکت داشتند.

از فعالیت‌های تحقیقاتی و علمی ایشان می‌توان به نگارش بیش از یکصد مقاله و گزارشات علمی و صنعتی اشاره کرد، و هم اکنون در حال تدوین کتابی در زمینه مدیریت و مهندسی بهداشت و ایمنی محیط زیست و کار می‌باشند.

ابراهیم نوروزی در ایران، کانادا و سایر صحنه‌های بین‌المللی موفق به دریافت جوایز مهمی شده‌اند که می‌توان فقط به ۱۰ مورد زیر اشاره کرد:

۱. جایزه ملی نظام بهداشت و ایمنی کانادا، ۲۰۰۵ کانادا

۲. جایزه ملی نخبگان خارج از کشور ۲۰۱۰ و ۲۰۱۱ ایران

۳. جایزه اولین سفیر ایمنی دانشگاه ۲۰۱۲ مک‌گیل

۴. اولین ایرانی دریافت‌کننده گواهی تبریک کادر فنی از ریاست دانشگاه ۲۰۱۴ مک‌گیل

۵. دریافت گواهی مخصوص از طرف نخست وزیر کانادا جناب جاستین ترودو ۲۰۱۶

۶. Merit Award "Food Defense, Adulteration & Biosafety Workshop" Azad University, Food & Drug Organization, Veterinary Organization, Esfahan, Iran, June 2015.

۷. European Occupational Health & Safety Award. All Global Media. UK. 2017

۸. McGill University staff candidate nominee for Public Service Alliance of Canada Health & Safety Competition, 2017.

۹. Inaugural Sustainable Labs Award. McGill University, Canada September 2018. The 1st of its kind in Canada & internationally with competition among 1,000 labs in 40 department & faculties

۱۰. Iranian Food Science & Technology Association (IFSTA), Dr. Hedayat "Food Scientist of the Year Award" for 2019.

ایشان تجربه مشاور اولین هیئت اعزامی در زمینه کشاورزی و مواد غذایی از کانادا به ایران و بالعکس را بین سال‌های ۱۳۸۲-۸۵ در کارنامه خود دارند، همچنین به‌عنوان یکی از پیشگامان جامعه ایرانی و کانادایی همواره در ترویج و گسترش مسائل اجتماعی و فرهنگی سهیم بوده و تاکنون عضویت در هیئت مدیره چندین نهاد فعال در خدمات داوطلبانه و انسان دوستانه را داشته‌اند.

تجربیات نزدیک به سه دهه ایشان خصوصا در زمینه جلب دانشجو و راهنمایی محیط کار شرایطی را فراهم آورده‌است که می‌تواند نه تنها برای دانشجویان این رشته بلکه سایر افراد مورد توجه قرار گیرد.

آقای مهندس ابراهیم نوروزی کمی راجع به اعتبارنامه حرفه‌ای‌تان و اهمیت آن توضیح دهید؟

هر ۵ سال یکبار بیش از ۱۲ انجمن حرفه‌ای و علمی که دارای چندین سازمان معتبر و شخصیت‌های متمایز هستند واجد شرایط همکاری و دریافت گواهینامه هستند که عبارتند از:

اولین ایرانی که در بین چند صد نفر از اولین‌های دنیا به‌عنوان دانشمند صنایع غذایی " (CFS) Certified Food Scientist از کمیسیون گواهینامه علوم غذایی بین‌المللی (International Food Science Certification Commission) (IFSCC) / موسسه تکنولوژی‌های غذا (IFT) Institute of Food Technologists که از سال ۱۹۴۳ در کانادا و ۲۰۱۳ در آمریکا گشایش یافت گواهینامه بین‌المللی بگیرد.

گواهینامه حرفه‌ای سلامتی (Certified Safety Professional)، (Board of Canadian Registered Safety Professionals) (CRSP)، که از سال ۱۹۹۵ فعالیت می‌کند. نظام متخصصان شیمی کبک (P. Chemist)، کبک ۱۹۸۹ - ۲۰۰۹.

نظام ۱۱۵۴۱۸ (#)، وزارت دادگستری مونترال - کبک - کانادا؛ از سال

۱۹۹۰ تاکنون هر سه سال یکبار تجدید می‌شود. صدور سایر مدارک در بسیاری از دوره‌های OHS هر ۳ یا ۵ سال برای تجدید و اعتبار دهی توسط سازمان‌های معتبر.

آقای ابراهیم نوروزی آیا می‌توانید راجع به اهمیت علم پایداری (Sustainability) در سطح جهانی توضیح دهید؟

وقتی این محصولات برای اولین بار وارد بازار شدند، مورد استقبال مردم قرار گرفتند (تعداد زیادی از مردم آنها را خریدند) چراکه آنها دنبال کالاهای موافق با محیط زیست بودند و کالاهای جدید می‌خواستند. در نتیجه افراد زیادی این محصولات را پسندیدند و بسیاری از مشتری‌ها از آن حمایت کردند. با این وجود فقط تعداد کمی از افراد متوجه اهمیت موضوع شدند. اگرچه راجع به محیط زیست در بین جوامع خیلی صحبت می‌شود و امروز این موضوع جهانی است ولی طی ۱۰ سال گذشته ایده محصولات موافق محیط زیست خیلی جدی شده‌است.

علم پایداری در واقع به معنی تداوم چیزهایی است که به حفظ بقا و چیزهایی که به آن وابسته هستند کمک می‌کند به معنی ساده اجتناب از تخریب محیط زیست و منابع طبیعی و تعادل در اکولوژی.

علم پایداری همچنین به معنی دستیابی به نیازهای خودمان بدون تخریب نیازهای آیندگان است. علاوه بر منابع طبیعی ما نیاز به منابع اقتصادی و اجتماعی هم داریم. علم پایداری فقط به معنی پایداری و محیط زیست نیست. علم پایداری در مسائل اجتماعی تساوی و مسائل اقتصادی به معنی توسعه است.

علم پایداری روند اصلی تغییر در بهره‌برداری از منابع، هدایت سرمایه‌گذاری، توجه به توسعه تکنولوژی و تغییر نهادی در هماهنگی و افزایش قابلیت‌های حال و آینده جهت برآورده کردن نیازهای انسان‌ها است.

این موضوع از کجا ریشه می‌گیرد؟

در حالی که مفهوم علم پایداری یک ایده نسبتاً جدید است، این جنبش به طور کلی در عدالت اجتماعی، حفاظت از محیط زیست، مسائل بین‌المللی و سایر جنبش‌های گذشته و با سابقه غنی ریشه دارد.

اواخر قرن بیستم، بسیاری از این ایده‌ها با عنوان «توسعه پایدار» گرد هم آمدند.

کمیسیون برون‌تدندلند (The Brundtland Commission)

سازمان ملل در سال ۱۹۸۳ Gro Harlem Brundtland، با همکاری نخست وزیر سابق نروژ کمیسیونی در رابطه با محیط زیست جهانی و توسعه (World Commission on Environment and Development) راه‌اندازی کرد. طی دهه‌ها سال این کمیسیون تأثیرات زیادی را در ارتقاء استانداردهای زندگی با صنعتی سازی در کشورهای مختلف داشته ولی هنوز هم بسیاری از کشورها با فقر مطلق دست به گریبان هستند. به نظر می‌رسد توسعه اقتصادی به قیمت سلامت محیط زیست و عدالت اجتماعی چندان با دوام نیست. واضح است که دنیا نیاز به پیدا کردن راه‌هایی برای تعادل بخشی اکولوژی دارد. پس از چهار سال، کمیته «Brundtland Commission» گزارش نهایی خود را با عنوان، «آینده مشترک ما» منتشر کرد. این گزارش معروف توسعه پایدار را به شرح زیر تعریف می‌کند:

«توسعه پایدار توسعه‌ای است که بدون تخریب مواد مورد نیاز و قابلیت‌های نسل آینده نیازهای امروز خود را برطرف نماید.»

این کمیسیون موفق شد مسائل محیط زیست را با مسائل اجتماعی و اقتصادی مرتبط کرده و آن را در دستور کار توسعه جهانی قرار دهد. علم پایداری رویکردی جامع با توجه به ابعاد اقتصادی، اجتماعی و اکولوژی است و معتقد است همه باید برای رفاه پایدار در نظر گرفته شوند.

آقای ابراهیم نوروزی دیدگاه شما چیست؟

اتخاذ روش‌های پایدار، چه بزرگ و چه کوچک، می‌تواند در بلند مدت تأثیر قابل توجهی داشته باشند.

اگر هر کارمند اداری در انگلیس روزی حداقل از یک کلیس کاغذ بازیافتی صرفه‌جویی کند سالی ۱۲۰ تن فولاد صرفه‌جویی می‌شود. علم پایداری در سیاره ما نیز به معنی قابلیت پاک نگه‌داشتن هوا، آب، غذا و افزایش سطح کیفی زندگی است.

در حال حاضر سیاره ما پایدار نیست. بیست سال پیش یک دانشمند در سوئد پیشنهاد چهار اصول اساسی به عنوان دستورالعمل برای بقا و پایداری سیاره ما و علم پایداری را داد.

الف کاهش وابستگی ما به سوخت فسیلی

ب فلزات سنگین

ج کاهش مواد شیمیایی مصنوعی مضر برای طبیعت

د کاهش تخریب طبیعت ما

به یاد داشته باشید تقاضا برای مواد غذایی، آب و هوای پاک نیز افزایش یافته، همانند افزایش جمعیت و تأثیرات اقلیم بر فعالیت‌های ما که بستگی دارد به نیازهای اولیه بشر.

سه رکن علم پایداری

سه رکن علم پایداری شامل محیط‌زیست، اقتصاد و اجتماع، عبارت است از:

۱- پایداری زیست‌محیطی

یکپارچگی اکولوژیکی توسط تمام سیستم‌های محیط‌زیستی زمین حفظ شده و تعادل آن با منابع طبیعی متعادل ایجاد می‌شود، درحالی‌که انسان‌ها نیز منابع طبیعی مورد نیازشان را از زمین می‌گیرند و زمین قابلیت بازسازی آن را دارد.

۲- پایداری اقتصادی

جوامع انسانی در سراسر جهان قادر به حفظ استقلال خود و دسترسی به منابع مالی و ... که نیاز دارند هستند. برای برآورده ساختن نیازهایشان. سیستم‌های اقتصادی بی‌نقص بوده و فعالیت‌ها با آنها برای همه در رابطه با منابع امن معیشتی در دسترس است.

۳- پایداری اجتماعی

حقوق بشر جهانی و ضروریات اساسی برای تمام افراد قابل دسترسی است این افراد دسترسی به منابع کافی دارند تا خانواده‌ها و اجتماعات خود را سالم و امن نگه دارند. جوامع سالم تنها پیشروهایی هستند که به حقوق افراد، کار و حقوق فرهنگی احترام می‌گذارند و همه مردم را از تبعیض محافظت می‌کنند.

اخیراً اکثر آمریکایی‌ها، همان‌طور که ادعا می‌کردند بزرگ‌ترین دموکراسی و اقتصاد را دارا هستند، صرف‌نظر از وابستگی سیاسی آنها، از خودشان پرسیدند «چگونه ما را به اینجا رساندند»، جایی که تبدیل به سرزمینی با جاده‌های فرو ریخته، نابرابری درآمدی، دولت ناکارآمد، قطبی و ناکارآمد، که نتیجه‌اش ثروتمند شدن عده کمی شده که همواره ثروتمند بوده‌اند (برنده‌اند) و نیاز به دولت ندارند از طرف دیگر نباید خیلی کار کنند

چراکه آنها به دولت خودشان نگاه می‌کنند و راه خودشان را در شرایط خیلی مشهود زندگی و پیشرفت طی می‌کنند یا حتی ارزش‌های جهانی؟ با این حال، همان‌طور که رکود بزرگ ۲۰۰۸ نشان داد، ضعف در ارکان دیگر می‌تواند به طور مستقیم موجب تضعیف رکن محیط زیست شود. بسیاری از ملل و ایالت‌ها از زمانی که بودجه کافی نداشتند برای این امر قوانین و مقررات سفت و سخت محیط زیست یا سرمایه‌گذاری را در این رابطه کاهش داده و یا به تعویق انداخته‌اند.

بر همین اساس درآمدهای بسیاری از سازمان‌های مردم‌نهاد (NGO) سقوط کرد. اگر رکود بزرگ مالی Great Recession به‌طور قابل‌ملاحظه‌ای افزایش پیدا کرد و به رکود بدتر و بزرگ‌تر Great Depression تبدیل شد بنابراین انتظار شما باید این باشد که توجه خیلی کمی به سمت محیط‌زیست بیاید زیرا امنیت غذایی در حال حاضر یکی از اولویت‌ها برای حفظ محیط‌زیست است.

عمده فعالیت‌ها و مسائل مورد نظر در آزمایشگاه بررسی می‌شوند اما محدود به مواد شیمیایی سبز، محصولات قابل استفاده مجدد، تعمیر و نگهداری، خرید ماشین و تجهیزات و به اشتراک گذاری آنها، صرفه جویی در انرژی، تقاضای پیک انرژی، فصل، روش ذخیره سازی نیتروژن مایع، یخچال با دمای پایین و بازده یخچال و فریزر، راحتی در محل کار (نور، حرارت، رطوبت، تهویه و غیره)، کاهش ضایعات، طراحی، فضای و توجه به ذخیره سازی نمی‌شود.

به‌عنوان مثال آزمایشگاه‌ها یکی از مکان‌های مصرف انرژی در ایالت Penn هستند. به‌عنوان یک تحقیق دانشگاهی، با دانشمندان و محققانی که روش‌های حفاظت را درک می‌کنند، برای ما استراتژی‌های صرفه‌جویی انرژی در محیط کار خیلی مهم است.

ساختمان‌های آزمایشگاه ایالت Penn برای هر متر مربع ۵ تا ۱۰ دلار هزینه دارند. یک کلاس درس یا ساختمان اداری برای هر متر مربع حداقل ۲ دلار هزینه دارد. بنابراین، آزمایشگاه‌های ما ۳ تا ۵ برابر بیشتر از ساختمان‌های دیگر هزینه دارند.

شکل دادن آینده

هدف از این اقدام تعریف و اجرای یک دستورالعمل برای سبز کردن اقتصاد و جامعه و به‌طور کل به‌منظور ایجاد علم پایدار است. تحقیق و نوآوری در اروپا بالاخره توسط برنامه چارچوبی توسعه فنی و تحقیقاتی ۲۰۲۰ (programme Horizon ۲۰۲۰) حمایت شده، مشارکت جهانی را نیز جلب می‌کند. تشویق اقدامات کشاورزان خوب، سایر کشاورزان را نیز نسبت به مفید بودن فعالیت‌های زیست‌محیطی و حفاظت محیط زیست برای نسل‌های آینده دلگرم می‌کند. علاوه بر این راه اندازی راه‌های نوین و پایدار سفر و حمل و نقل نقشی حیاتی در این فرآیند ایفا می‌کند. ما در علم پیشرفت کرده‌ایم، اما نتیجه اجتناب ناپذیر آن این است که زندگی ما نمی‌تواند بدون صدمه زدن به سلامت زمین و سیاره ما پایدار بماند.

برخی از قابل توجه‌ترین شگفتی‌ها و نوآوری‌های دنیا عبارتند از دوچرخه، پنکه سقفی، بند رخت، کتابخانه عمومی و پوشه‌های اداری حتی در عصر دیجیتال. اینها همه ارزان، قابل استفاده مجدد، بهره‌ور و ساده هستند. مخالف «ثروت» و یا «فقر» نیست از طرفی «کفایت» و «شایستگی» نباید قربانی شده و یا محرومیت داشته باشند و این به معنی آن است که کار کردن در امور مختلف زندگی رضایت ما را بالا می‌برد. اما مالکیت

چیزهای بزرگتر، مفرط، پیچیده و سریع‌تر همیشه نمی‌تواند موجب خرسندی و سلامت سبک زندگی ما در روی این کره خاکی باشد. ما باید متعادل سازی را بیاموزیم و در حالی که تلاش می‌کنیم از سبک زندگی آرام لذت می‌بریم آن‌را بهبود بخشیم. ما باید یاد لذت‌های ساده‌تر زندگی مانند خوابیدن، دیدن، چشیدن غذا، غذا خوردن و پیاده روی را بیاموزیم و از آنها لذت ببریم، زیرا روزی متوجه خواهیم شد که آنها در واقع چیزهای بزرگی در زندگی هستند.

اقدام‌های موثر در ارتقاء علم پایداری

۱- کاهش مصرف، تعمیر و استفاده مجدد ۲(RRR)-انتخاب آگاهانه
۳- درخت کاری ۴-تولید حداقل زباله ۵-سازماندهی مصرف آب و برق
۶-استفاده از انرژی‌های بهره‌ور ۷-کمپوست ۸-کاشت درختان بیشتر
۹-حمایت از سازمان‌های پشتیبان علم پایداری ۱۰-مصرف درست آب
۱۱-اقدام برای حذف پلاستیک.

ما باید با تداوم اقدامات عمیق‌تر، جامع‌تر، آموزش و تغییر در نگرش کل جامعه، مشکلات پیش روی علم پایداری را برادریم.

امروز بزرگ‌ترین تهدید برای سیاره ما باور این است که شخص دیگری این کار را برای ما انجام می‌دهد و غمگین‌تر از آن این است که شاهد آن هستیم که سرعت «دانش» از سرعت «عقل» در دنیا سریع‌تر شده است.

و سخن آخر...

۱-هرگونه موفقیتی که من کسب کرده‌ام حاصل کمک و همراهی افراد زیادی است که در طی این مسیر کمک کرده‌اند از جمله خانواده، اساتید، رؤسا و همکاران دپارتمان و بسیاری از دوستان که همواره در کنار من بودند، چراکه آنها در این مسیر امید، منبع و دلیل خوشبختی من بودند.
۲-کارهایی که من انجام داده‌ام به قصد و نیت دریافت جایزه و سرشناس شدن در بین مردم نبوده‌است اگرچه تشویق و بزرگداشت، یکی از مهم‌ترین عناصر روان‌شناختی در نیاز و بهره‌وری انسان است، اما من این کارها را برای اجرای افکار و باورهایم که در گذشته دریافت کرده‌ام انجام داده‌ام.

۳-مهم این نیست که ما در چه مکان، چه زمان، چه مسئولیت (شغلی) و چه سنی هستیم بلکه همیشه باید سعی کنیم به نقاط مثبت زندگی توجه کنیم، قدردان آنچه که داریم و برای بهبودش تلاش می‌کنیم باشیم، بلکه باید بر اساس اولویت‌ها بهترین کاری که برای تعادل زندگی‌مان لازم است را انجام دهیم و چراکه در درجه اول یک فرد باید سالم و شاد باشد و سپس به دنبال سایر موارد (کاری و آرزوها) برود. ما باید به‌طور مداوم روی نقاط ضعف و قوت‌مان کار کنیم و چه بسا توجه به ضعف‌ها مهم‌تر هستند و موجب مهارت افزایی ما می‌شوند همان‌طور که «داگلاس مالاچ» (Douglas Mallach) شاعر آمریکایی در اواخر سال ۱۸۰۰ گفته است:

اگر نمی‌توانی یک بزرگراه باشی، پس راه باریکی باش،

اگر نمی‌توانی خورشید باشی، ستاره باش،

اندازه (کمیت) نشان نمی‌دهد تو برنده‌ای یا بازنده

«مهم این است که تو هرجا و هرچه هستی بهترین خود باشی»

جناب آقای مهندس ابراهیم نوروزی از شما سپاسگزاریم

۵۰ نکته در رابطه با استایل و مد

برای همه زمان ها! (قسمت دوم)

۲۶. به ترس خود از رنگ ها غلبه کنید.

برای اینکه تیپ امن داشته باشید، از یک رنگ خنثی، مثل طوسی روشن به همراه یک رنگ برجسته تر مثل زرد استفاده کنید. اما قبل از ترکیب رنگ های خاص با مشکی دوباره فکر کنید. چرا که باعث می شود بقیه فکر کنند کمی از مد روز عقب هستید. این نظرات طراح مد، کریس بنز می باشد. برای تیپی خاص تر، از دو رنگ که در چرخه رنگ ها کنار هم هستند، استفاده کنید؛ مثل آبی اطلسی و نارنجی. مطمئن نیستید که از کجا باید شروع کنید؟ طبق نظر بنز از رنگ هایی شروع کنید که مورد علاقه شما هستند و توجه شما را جلب می کنند.

۲۷. ضربه نهایی را وارد کنید.

اگر لباس شب شما، از شدت زیبایی باعث خیره شدن بقیه می شود، یک اکسسوری بالا تنه برای آن کاملاً کافی می باشد.

۲۸. لباس های قدیمی را احیا کنید.

هیچ چیزی درست مثل قدیم آن نمی شود، و لباس های یکسره ۲۰۱۷ مثل لباس های دهه ۷۰ نیستند. طراحی های خاص لباس هایی وجود دارند که طراحان با انجام آنها با هم رقابت می کنند. آیا لباس قدیمی که هنوز در کمد دارید، مناسب پوشیده شدن مجدد می باشد؟ نظر یک دوست را برای آگاهی بیشتر جویا شوید.

۲۹. یک لباس حراجی را فقط اگر عاشق آن شدید، بخرید.

نسبت به آن صدای درونی که می گوید، این لباس را فقط به خاطر اینکه ارزان است یا اگر الان نخیش دیگه هیچ وقت پیداش نمی کنی، مشکوک باشید.

۳۰. از کمر بند پهن تر استفاده کنید.

با این کار کمر خود را باریک تر جلوه داده و به شما کمک می شود تا پیچ و خم های بدن خود را بیشتر نمایش دهید.

۳۱. از کاپشن های غیر رسمی بیشتر استفاده کنید.

شاید در کمدها کت های خوش دوخت و دقیقاً اندازه خودتان داشته باشید. اما یک کمد لباس با بالاپوش های کمتر رسمی به شما کمک می کند تا در تیپ های روزمره نیز خوش تیپ تر به نظر برسید. انتخاب یک کت چرمی، با شلوار یشمی و یک پیراهن جین براق، چالش برانگیز به نظر می رسد. یا طبق تیپ مورد نظر طراحان، یک کت ارتشی با تقریباً هر لباس دیگری ست می شود.

۳۲. در پوشیدن لباس های مردانه استاد شوید!

اگر یک شلوار بیانکا جاگر بپوشید، نا خود آگاه صاف تر می ایستید. آنا جانسون، نویسنده کتاب شیک های امروزی، می گوید: یک کت کمر گسسته، با پیراهن راه راه و یک ساعت مچی بسیار بزرگ، قدرت شما را به دیگران مخابره می کند. فراموش نکنید با یک رژ لب و یا کفش پاشنه بلند، تیپ خود را متعادل کنید.

۳۳. با یک خیاط ماهر دوست شوید!

هیچ چیزی بهتر از اینکه لباس های مدرن و با کیفیت را دقیقاً با شکل بدن خود هماهنگ کنید، نیست. با یک خیاط یا دوزنده که بدن شما را می شناسد و از سلیقه شما آگاهی دارد رابطه ایجاد کنید، تا دیگر لباسی برای شما بزرگ یا کوچک نباشد.

۳۴. به دنبال چرخش در لباس های کلاسیک باشید.

یک آگاهی به موقع می تواند از بروز فاجعه جلوگیری کند. شلوارهای رسمی طرح دار و یا



یک شنل ابریشمی، می‌توانند جزو بهترین پوشش‌ها و جدیدترین آنها لقب بگیرند.

۳۵. از پوشیدن تیشرت سفید مضایقه نکنید.

مدل درست آن به شما اعتماد به نفس کافی و اندازه مناسب برای انجام تقریباً هر کاری می‌دهد.

۳۶. یک عامل غیرمنتظره اضافه کنید.

حتی اگر یک سید خرید دنباله‌دار، یک کاپشن موتور سواری روی یک پیراهن رسمی، یا یک اورکت بزرگ با تیشرت سفید باشد، یک رنگ جذاب و براق داشته باشد. کمی تضاد همیشه لباس‌های خوب را به عالی تبدیل می‌کند.

۳۷. جواهرات خود را بازنگری کنید.

یک زنجیر را از یک گل‌سینه رد کنید، ناگهان تبدیل به یک گردنبند می‌شود! از همان جواهرات روی کیف خود استفاده کنید تا برق بزند. زنجیر خود را دور مچ ببندید تا ظاهر یک دستبند لوکس را داشته باشد. گوشواره بزرگ خود را به کفش خود بچسبانید تا یک کفش شب فوری داشته باشید!

۳۸. بودجه خود را روی اکسسوری‌ها متمرکز کنید.

کفش‌های جذاب، جواهرات زیبا و ... می‌توانند ظاهر شما را ارتقاء ببخشند. این نظر ایزابل دوپری می‌باشد. کسی که معتقد است که یک کمد برای چیزهای کوچک و اکسسوری‌ها می‌تواند شما را در مورد ظاهر تان مطمئن‌تر کند.

۳۹. یک بسته اورژانسی استایل داشته باشید.

چسب دو طرفه برای لبه‌های شل و یا پاشنه‌های لق. با پاک‌کن اثر نوشیدنی را از روی لباس‌های سفید خود از بین ببرید. سوزن‌های اطمینان برای کنترل صدمه به لباس. گیره برای لباس زیر دررفته، یک چسب رولی برای تمیز کردن اورکت‌ها و لباس‌های پشمی.

یک ابر آرایشی برای تمیز کردن لکه‌های خوشبو کننده‌ها.

۴۰. لباس‌های گشاد را با لباس‌های تنگ ست کنید.

فقط بعضی از افراد می‌توانند لباس‌های از سر تا پا گشاد بپوشند.

۴۱. لباس‌های کوچک مشکی خود را روح ببخشید.

فرم‌های ساده بدنی برای استایل زیبا عالی هستند. از کت‌ها و لباس‌های بلند استفاده کنید.

۴۲. همیشه با کلاس باشید.

شاید بخواهید همیشه راحت باشید، این خوب است اما همیشه به قدری شیک باشید که با کلاس باشید. یک کت جذاب، روسری مشکی یا کت چرمی لباس متحد غیررسمی افرادی هستند که در فرست کلاس هواپیما می‌نشینند.

۴۳. از گل‌سینه استفاده کنید.

بدلی یا واقعی، کوچک یا بزرگ، آنها با هر رنگی و هر الیافی و یا استایلی هماهنگ می‌شوند. هیچ جواهر دیگری نمی‌تواند با آن رقابت کند. این نظر راب زنگردی استایل‌ت شخصی ریچل مک-آدامز می‌باشد.

۴۴. بلندی را بررسی کنید.

وقتی که شلوار پوشیده‌اید، فاصله بین فاق شلوار تا کمر، ضروری است که مناسب باشد. البته این مسئله چیزی نیست که به سادگی قابل اندازه‌گیری باشد. پس اطمینان کسب کنید که شلوار شما بیشتر از حد، بالا یا پایین نباشد. البته قبل از اینکه آن را بخرید.

۴۵. کیفیت لباس‌های کشمیر را بررسی کنید.

هر چقدر گره‌ها کلفت‌تر باشند، سفت‌تر بوده، یعنی کشمیر بیشتری دارد. به آرامی کشمیر را بکشید، اگر دوباره به حالت قبل برگشت جنس خوبی دارد،





وگره کیفیت پایینی دارد.

در حالی که بیشتر کشمیرها در آمریکا و چین تولید میشوند، معمولاً لیبل‌های اسکاتلند یا ایتالیا نشان دهنده یک بافت مرغوب هستند.

۴۶. ظاهر مخصوص خود را بسازید.

آیا راجع به لباس امروز خود رضایت دارید؟ یک عکس با گوشی از خود بگیرید. این یک یادآوری فوری برای شما است که دفعه بعد که عجله دارید، بدانید چه بپوشید.

۴۷. به چند گانه‌ها فکر کنید.

اگر یک تیپ خاص دارید که به شما می‌آید و آن را دوست دارید، چند عدد دیگر از آن لباس بخرید. وقتی که دوست دارید و به شما می‌آید پس چرا تعلل می‌کنید؟

۴۸. آیا می‌توانید به اورسی (نوعی کفش قدیمی) فکر کنید؟

این استایل همیشه افراد را لاغرتر نشان می‌دهد به خصوص که مچ پای باریکی داشته باشید.

۴۹. مناسب بدن خود لباس بپوشید نه سن!

آیا بازوهای شما برای آستین حلقه‌ای بیش از حد لک دارد؟ پاهایتان هم همین‌طور؟

۵۰. اما مواظب نوع لباس نیز باشید.

یک دامن کوتاه صورتی یا یک کت فانتزی کوچک شاید برای یک دختر ۲۵ ساله جذاب باشد، اما وقتی ۴۰ ساله شده‌اید احتمالاً پوشیدن آن شما را خنده‌دار جلوه خواهد داد.

<https://zhook.ir/>

Sutton

Courtier immobilier agréé / Certified Real Estate Broker

مشاور املاک

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

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



فیروز همتیان

ارزیابی رایگان - تهیه وام مسکن

Cell: (514) 827-6364

Bur: (514) 364-3315

9515 Lasalle Boul. Lasalle, QC H8R2M9

fhemmatian@sutton.com



کافه قنادی کیک طلایی

در محیطی دنج و دوستانه با انواع کیک، شیرینی‌های خشک و خامه‌ای

در مرکز شهر مونتريال پذیرای شما خواهد بود

Facebook: Gâteau Doré

Instagram: Gateau.dore

Gateau.dore@yahoo.com

(438)401.8546

Address: 1970 saint-cathrine west H3H1M4



LA BELLE PROVINCE MILAD



Nos Spécialités

FRITES	3.35
FRITES FAMILIALE	9.75
FRITE SAIGÉ	P 4.35 5.95
FRITE SAIGÉ TAILLENNE .. P 5.35	6.95
RONDELLES D'OGNON	3.35
HOT-DOG STEAMÉ	1.55
HOT-DOG TOASTÉ	2.75
HOT-DOG MICHIGAN	2.75
HOT-DOG BIG-FOOT	3.35
HAMBURGER	3.35
HAMBURGER DOUBLE	5.25
CHESSEBURGER	4.25
DOUBLE CHESSEBURGER	6.25
BURGER AU POWER GRILLÉ	6.55
POGO	2.50
GRILLED CHEESE	3.75
BIT	4.50
SMOKED MEAT SANDWICH	5.55
PIZZA AU POWER	7.25
GYRO PIZZA	6.75
Sous-marins	
REGULIER	9.95
SPECIAL	11.95
AU POWER	10.95
Croquettes	
5	3.50
10	7.30
15	10.75
20	13.35

Sous-Marins





Smoked Meat Poutine



NOS ASSÛETTES

CLUB SANDWICH	10.35
HAMBURGER STEAK	9.75
HOT CHICKEN	9.35
ASSÛETTE VIANDE FUMÉE	12.95
SPAGHETTI	9.95
SPAGHETTI VIANDE FUMÉE	12.95
ASSÛETTE POULET GRILLÉ	11.95

MENU ENFANTS

HAMBURGER	5.95
POGO	5.95
HOT-DOG	5.95
GROQUETTES	5.95

SALADES

SALAD GREEQUE	10.35
SALAD DE POULET GRILLÉ	10.95

BREUVAGES

BOISSON GAZEUSE	3.00
BOISSON DE BOISSON	3.25
BOISSON D'EAU	2.00

7555 Decarie Blvd,
Montreal, QC H4P 2G9
(514) 342-6577
labelleprovincemilad



ant



در قلب موسترا

رستوران و کافی شاپ

هایلار



Cold Hailor Special



Pizza Sandwich



Persian Beef Cheese Sausage

Hailor Special Pizza





Pizza
Sandwiches
Pastries
Milkshakes
Varieties of Persian Tea
Herbal Tea

*We Look Forward to Serving You With
Our Delicious Homemade Pastries & Food
in a Warm and Friendly Environment.*



@ChezHailar

*Did you know that you can get **free sandwich** using the
Chez Hailar loyalty card? Ask us for the details.*

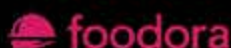


/ChezHailar

1612 Sherbrooke W, Montreal, QC, H3H 1C9

www.chezhailar.com

(514) 846-0000



Dine-in | Delivery | Catering



تعریف کیلوگرم تغییر می کند؛ اندازه گیری وزن با روشی جدید

تعریف کیلوگرم دگرگون خواهد شد. چیزی بیش از یک قرن است که اندازه گیری وزن ۱ کیلوگرم بدون تغییر باقی مانده است، اما به نظر می رسد که این واحد سنجش وزن، تعریف جدیدی را می پذیرد.

تعریف کیلوگرم سال هاست که بر پایه یک جسم فیزیکی استوار است، یک استوانه فلزی در فرانسه که واحد بین المللی اندازه گیری وزن می باشد. این نمونه اولیه کیلوگرم (IPK)، از سال ۱۸۷۹ به عنوان مبنای اندازه گیری یک گیلوگرم بوده است، اما به نظر می رسد که با تعریف Kilogram جدید، این نمونه اولیه رهسپار موزه خواهد شد.

تغییر در روش اندازه گیری وزن با تعریف کیلوگرم جدید به طور طبیعی، IPK در طی ۱۴۰ سال گذشته آلاینده های میکروسکوپی زیادی را به خود جمع کرده است. این به معنای آن است که باید تعریف رسمی یک کیلوگرم به روز شود تا با جرم جدید مطابقت داشته باشد و این در حالیست که این جسم خودش نیاز به تمیزکاری منظم و مداوم دارد.

۴۰ کپی دقیق از IPK ساخته شده که در نقاط مختلف دنیا قرار دارد، اما وزن این توده های فلزی نیز با نرخ های متفاوتی به آرامی تغییر می کند و این یعنی تعریف یکسانی از وزن و هماهنگی بین آنها وجود ندارد.

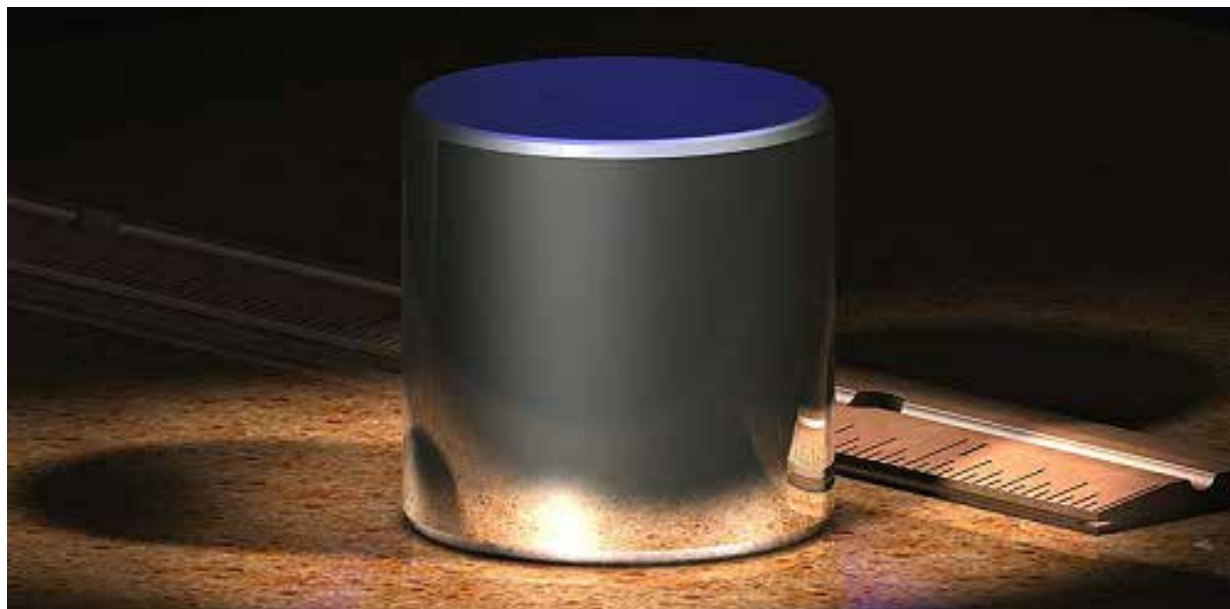
مسئله تعریف رسمی کیلوگرم بر مبنای چیزی که تغییر نمی کند، بسیار ساده تر و علمی تر است. هدف کنفرانس عمومی وزن و اندازه گیری، همین موضوع خواهد بود.

البته این موضوع فقط به کیلوگرم مربوط نمی شود. ۴ مورد از ۷ واحد SI باید مطابق با قوانین غیرقابل تغییر طبیعت باشند که بتوان در هر زمانی آنها را اندازه گیری کرد.

دکتر JT Janssen، مدیر تحقیقاتی آزمایشگاه ملی فیزیک انگلستان می گوید: تعریف مجدد SI نقطه عطفی در اندازه گیری علمی است. پس از اجرای، تمام واحدهای SI بر مبنای پایه های بنیادی طبیعت، ارزش آنها برای همیشه ثابت خواهد ماند.

اگر این رای گیری موفق باشد، پیش بینی می شود که کیلوگرم بر مبنای ثابت پلانک تعریف شود. این وسیله که به عنوان ترازوی کببل (Kibble) شناخته می شود، با استفاده از نیروی الکترومغناطیسی، وزن یک کیلوگرم را محاسبه می کند.

ترازوی Kibble یک وسیله اندازه گیری وزن است که مقدار وزن یک جسم را با نیروی جریان الکتریکی و ولتاژ اندازه گیری می کند. اما این تغییر در اندازه گیری وزن دقیقاً به چه معناست؟ مطمئناً برای بسیاری از ما این مقدار زیادی نخواهد بود. برای عموم مردم این تفاوت در اندازه گیری کیلوگرم تفاوت قابل توجهی نخواهد داشت، اما در بخش های علمی، صنعتی و تکنولوژیکی می تواند بسیار تاثیرگذار باشد.



رنگ آمیزی تجارت خود را به ما بسپارید

طراحی و مدیریت وب سایت
طراحی و ساخت ایمیل مارکتینگ

SEO

دیجیتال مارکتینگ و مدیریت تجاری شبکه های اجتماعی

برای اطلاعات بیشتر با ما تماس بگیرید

514-6632763

438-4954726

www.samernet.com

برای درج تبلیغ کسب و کار خود در ماهنامه ر می با ما تماس بگیرید



(514) 996-1620

(514) 703-4020

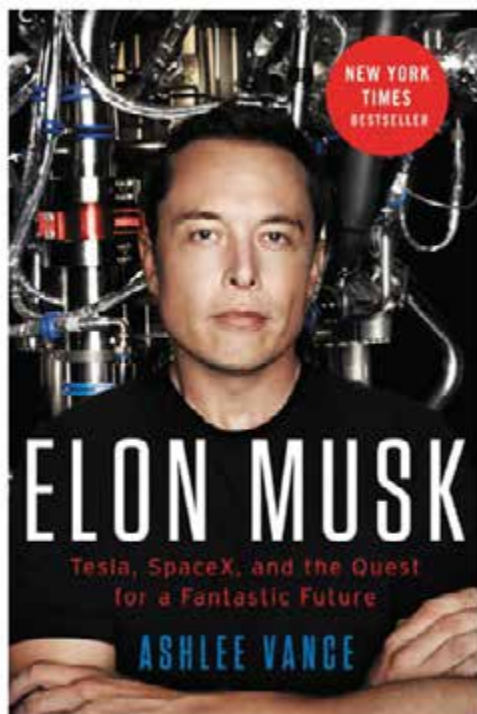
بزرگترین جامعه مجازی تخصصی و حرفه‌ای ایرانیان مونترال کانادا
www.facebook.com/groups/business.montreal
گروه بیزینس مونترال با بیش از ۵۰ ماه سابقه و فعالیت درخشان

فقط معتبرترین کسب و کارهای شناخته شده
در مونترال در این جامعه مجازی معرفی می‌شوند

Iraniyan Community in Montreal for Business & Occupation

المنی کار در مونترال

بهترین کتاب‌های جهان ❄️



کتاب آی ژن

چه اتفاقی برای نسل‌ی می‌افتد که همیشه با اتصال به دنیای اینترنت و گوشی‌های هوشمند رشد کرده‌اند؟ این محور اصلی کتاب دکتر جین تونگه روانشناس آمریکایی است.

در این کتاب نسل آی ژن به نسل‌ی اطلاق می‌شود که در اواسط دهه ۱۹۹۰ تا اواسط سال ۲۰۰۰ و بعد از آن متولد شده باشند؛ نسل‌ی که تمام سنین نوجوانی را همراه با گوشی‌های هوشمند زندگی کرده‌است، نسل آی ژن با استفاده از رسانه‌های اجتماعی و ارسال پیامک به جای فعالیت‌های دیگر، با دوستان خود ارتباط برقرار کرده و شاید به همین دلیل سطح اضطراب، افسردگی و تنهایی خاصی را تجربه می‌کند.

اما تکنولوژی تنها چیزی نیست که I Gen را از نسل قبل از خود جدا می‌کند بلکه آنها در چگونگی گذراندن وقت، نحوه رفتار و نگرش نسبت به دین، جنسیت و سیاست هم متفاوت هستند. اعضای این نسل روش‌های کاملاً جدیدی را برای ازدواج انتخاب می‌کنند و از زندگی و حرفه‌هایشان انتظارات متفاوتی دارند. آنها بیشتر از نسل‌های گذشته، نسبت به ایمنی و سواست دارند و در برابر ناعدالتی و نابرابری هیچ صبر و شکیبایی از خود نشان نمی‌دهند.

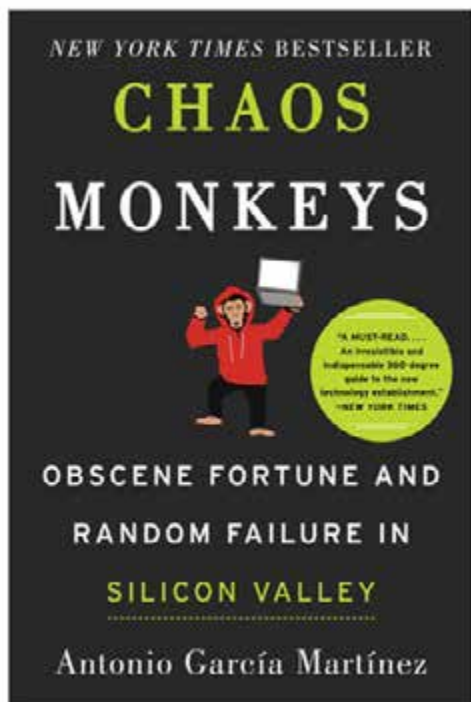
اگر مشتاق هستید که اطلاعات جالب دیگری در خصوص این نسل جدید به‌دست بیاورید و تاثیر تکنولوژی‌های جدید بر نسل آی ژن را بدانید، خواندن این کتاب را به شما پیشنهاد می‌کنیم

کتاب میمون‌های آشوب: ثروت کثیف و شکست تصادفی در دره سیلیکون

آنتونیو گارسیا مارتینس به‌عنوان مشاور پیشین تویتر و یکی از مدیران فیس‌بوک، تجربیات خود را در خصوص مسائل مرتبط با استراتژی کسب‌وکار و برخی از موارد مطرح در «دره سیلیکون» در کتاب خود با عنوان «میمون‌های آشوب: ثروت کثیف و شکست تصادفی در دره سیلیکون» به رشته تحریر در آورده‌است.

در حقیقت، کتاب میمون‌های آشوب جزو بهترین کتاب‌های جهان در زمینه تکنولوژی است که یک تصویر پر جنب‌وجوش از زندگی در دنیای شرکت‌های فن‌آور را به تصویر کشیده‌است. اگر شما از سریال سیلیکون ولی در تلویزیون لذت می‌برید و می‌خواهید موارد واقعی این دره اسرارآمیز را که در زمینه تکنولوژی شهرت جهانی دارد، بخوانید، قطعاً باید کتاب میمون‌های آشوب در لیست شما باشد.

آنتونیو گارسیا مارتینس نویسنده «میمون‌های آشوب» در این کتاب شرکت‌هایی مثل «گوگل و فیس‌بوک» را بررسی کرده و عوامل موفقیت و داستان‌های پشت‌پرده آنها را مورد بحث قرار می‌دهد.



در زمینه تکنولوژی (۱)

کتاب ایلان ماسک: تسلا، اسپیس ایکس و تلاش برای آینده‌ای فوق‌العاده

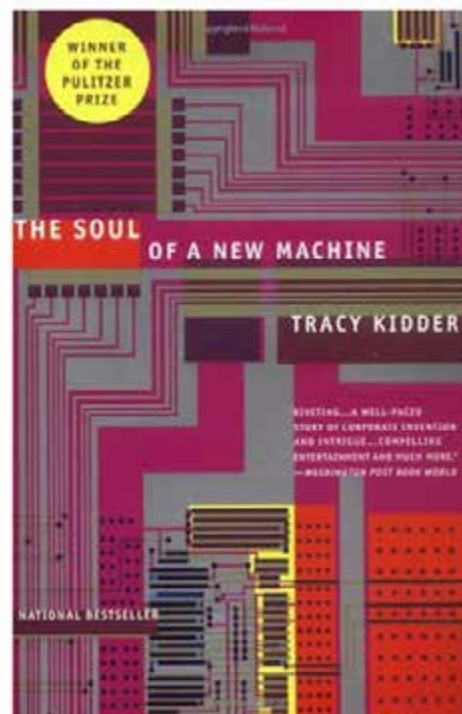
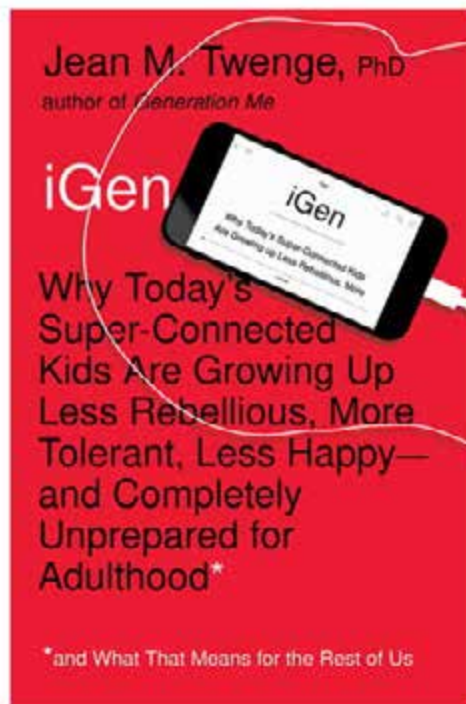
یکی دیگر از کتاب‌هایی که می‌توان آن را در فهرست بهترین کتاب‌های جهان در زمینه تکنولوژی قرار داد کتاب ایلان ماسک: تسلا، اسپیس ایکس و تلاش برای آینده‌ای فوق‌العاده، نوشته اشلی ونس است. ایلان ماسک قطعاً یکی از کارآفرینان موفق، غیرقابل پیش‌بینی و بلندپروازانه دره سیلیکون است. ونس از داستان ماسک برای پاسخ به یکی از سوالات رایج در عصر حاضر استفاده می‌کند: آیا کشور مخترعین و سازندگانی که قرن نوزدهم را رهبری می‌کرد، در عصر کنونی که رقابت جهانی شدیدی در آن جاری است هم حرفی برای گفتن دارد؟ این نویسنده استدلال می‌کند که ماسک، یکی از شخصیت‌های غیرمعمول و قابل توجه در تاریخ کسب‌وکار آمریکا همچون مخترعان افسانه‌ای و صنعتگران از جمله توماس ادیسون، هنری فورد، هوارد هیوز و استیو جابز است. امروزه ایلان ماسک بیش از هر کارآفرین دیگری انرژی و ثروت فراوان خود را صرف اختراعاتی می‌کند که آینده‌ای فانتزی و علمی-تخیلی را برای جهان به ارمغان می‌آورد.

این کتاب روایتی است از زمان کودکی ایلان ماسک تا زمانی که او در Zip2 و PayPal و سپس در شرکت‌های اسپیس ایکس، تسلا و Solar City مشغول به کار شد. ونس نویسنده این کتاب، مصاحبه‌هایی را که با ایلان ماسک صورت گرفته به‌طور منظم بررسی و دسته‌بندی کرده‌است و همچنین با کسانی هم که در مراحل مهم زندگی با وی همراه بوده‌اند، مصاحبه و گفتگو کرده‌است. البته این نکته را هم باید متذکر شویم که ایلان ماسک هیچ کنترلی بر متن این کتاب نداشته و ونس دسترسی بسیار خوبی به ایلان ماسک و سایر تکنسین‌های مهم اطراف او داشته‌است.

کتاب روح یک ماشین جدید

آیا Data General Eclipse MV/ 8000 (اولین عضو خانواده مینی رایانه‌های ۳۲ بیتی) را به یاد می‌آورید؟ احتمال اینکه شما اصلاً این رایانه را ندیده باشید و یا چیزی در مورد آن نشنیده باشید، خیلی زیاد است. تریسی کیدر برنده جایزه ادبی پولیتزر در کتاب خود به خوبی گزارشی از این تکنولوژی و روند پیشرفت آن منتشر کرده‌است. «روح یک ماشین جدید» کتابی غیرداستانی است که در سال ۱۹۸۱ منتشر شد. این کتاب وقایع و تجربیات یک تیم مهندسی کامپیوتر را برای طراحی نسل جدیدی از رایانه که در سال ۱۹۸۰ به‌عنوان Data General Eclipse MV/ 8000 به بازار عرضه شد، روایت می‌کند.

از کتاب روح یک ماشین جدید، می‌توان به عنوان یکی از بهترین کتاب‌ها در زمینه روایت تاریخ ساخت رایانه از ابتدا تا پایان نام برد که تمام پیروزی‌ها و ناامیدی‌های این عرصه را بیان کرده‌است.



دارپوش در گذر زمان





سعید سالیانی

داریوش اقبالی (زاده ۱۵ بهمن ۱۳۲۹ تهران) معروف به داریوش، خواننده، بازیگر و فعال اجتماعی ایرانی است، که در زمینه موسیقی راک و پاپ ایرانی فعالیت می‌کند. جنس صدای وی، باس می‌باشد. داریوش عضو سازمان عفو بین‌الملل است.

ترانه‌های برتر

براساس نظرسنجی که با عنوان فهرست ۱۰۰ ترانه برتر ماندگار تاریخ موسیقی ایران توسط شبکه "من و تو" صورت گرفت، ترانه دستای تو، از داریوش در صدر ماندگارترین ترانه‌های ایرانی قرار گرفت. از جمله ماندگارترین آثار داریوش می‌توان به ترانه‌های دست‌های تو، شقایق، چشم من، دوباره می‌سازمت وطن، بچه‌ها، بوی گندم، به من نگو دوست دارم، خونه، یاور همیشه مؤمن، شام مهتاب، فریاد زیر آب، جشن دلتنگی، ای عشق، نون و پنیر و سبزی، سال سقوط سال فرار، دنیای این روزای من و سراب رد پای تو اشاره کرد.

زندگی شخصی و حاشیه‌ها

داریوش اقبالی تا به حال سه بار ازدواج کرده‌است، اما به گفته خودش تنها یک بار عاشق شده و آن هم به زمان جوانی او و پیش از انقلاب ایران مربوط می‌شود، که دختر مورد علاقه‌اش در حادثه رانندگی از بین می‌رود و ترانه شقایق را در غم او می‌خواند. وی سال‌ها به همراه همسر دومش فیروزه و دخترش بیتا در ایالت کالیفرنیا آمریکا زندگی می‌کرد. از سال ۲۰۰۳ ژینوس همسر سوم وی شده‌است. در حاشیه بازی داریوش و گوگوش در کنار هم، مجله جوانان و اطلاعات هفتگی در روز دوشنبه ۲۴ مرداد ماه، تیتز بزرگی بر روی مجله چاپ کرده بودند که «ماجرای عشق و عاشقی گوگوش و داریوش» را بخوانید، این شروع رابطه این دو بود. داریوش و گوگوش به مدت یک سال با یکدیگر در رابطه عاشقانه بودند.

داریوش، هم‌اکنون ساکن شهر لس‌آنجلس در ایالات متحده آمریکا می‌باشد و دارای یک فرزند دختر و یک فرزند پسر به نام‌های بیتا و میلاد است. او در یکی از اجراهای خود توسط یکی از هوادارانش به نام مریم مورد حمله اسیدپاشی قرار گرفت. یکی از کارکنان کاباره خرم که داریوش در آن اجرای برنامه داشت می‌گوید:

...در حدود ساعت ۱۱ بعدازظهر چهارشنبه بود، داریوش تازه بر روی سن آمده بود و دو ترانه اجرا کرده بود و سرگرم اجرای سومین ترانه خود به نام نفرین‌نامه بود. در این هنگام زنی که پشت یکی از میزهای روبروی سن نشسته بود، از جای خود بلند شد و با یک حرکت سریع به روی سن آمد. داریوش به عادت همیشگی خود که در هنگام اجرای ترانه‌هایش چشمان خود را می‌بست، با چشمان بسته سرگرم اجرای ترانه‌اش بود و به همین خاطر متوجه حمله این زن به طرف خود نشد. ما در یک لحظه متوجه شدیم که این زن لیوان بزرگی را با محتویاتش به طرف داریوش پرتاب کرد.

جوایز و افتخارات

جایزه مرکز بین‌المللی حقوق بشر ۲۰۱۴

جایزه رون سیمونز رو رونالد رایت، بابت حمایت از حقوق اقلیت سازمان بشر ۲۰۰۵

تقدیرنامه شهرداری لس آنجلس ۲۰۰۵

نشان صلح در فستیوال فیلم، موسیقی و رسانه‌های تصویری بحرین

لوح افتخار از سوی وزیر فرهنگ کانادا

لوح افتخار از سوی وزارت فرهنگ سوئد



ماسکی که راز اصلی زیبایی

زنان کره‌ای و آسیای شرقی از پوست شفاف و زیبایی برخوردارند که بدون شک با مواد طبیعی و ماسک‌های خانگی طبیعی امکان‌پذیر است. راز زیبایی زنان کره‌ای و شرقی

داشتن زیبایی بی‌عیب و نقص چیزی است که زنان در سرتاسر دنیا در آرزوی داشتن آن هستند. یک اصل مهم برای زیبابودن، داشتن پوست براق و روشن است که موجب ایجاد اعتماد به نفس می‌گردد. در حقیقت، با مدرن شدن زندگی انسان، زنان بیشتر در معرض شرایط منفی که به پوست مرتبط است قرار می‌گیرند.

رمز و راز زیبایی و شفافیت پوست زنان کره‌ای

اگر شما در خیل عظیم زنان امروزی قرار دارید، قطعاً برای داشتن زیبایی درونی و بیرونی اشتیاق دارید، این بدین معنی است که در کنار رشد دانسته‌هایتان، مایل هستید که از زیبایی دائمی نیز برخوردار باشید، زیرا زیبایی یکی از عواملی است که شما و سطح اعتماد به نفستان را نشان می‌دهد. حتماً شما هم مایلید بدانید که چطور زنان کره‌ای پوستی شفاف و بدون لک و جوش دارند.

ماسک ساده

ابتدا صورت خود را پاک کرده، مقداری ماسک را روی آن اعمال کنید و بعد از ۱۵ دقیقه، (تا زمانی که خشک شود) ابتدا با یک دستمال مرطوب پاک کرده، بعد با آب بشوید.

تاثیر ماسک موز روی پوست

خب! موز فقط برای خوردن نیست، بلکه به‌عنوان یکی از اسرار آسیایی‌ها برای داشتن و مراقبت از پوست خوب استفاده می‌شود. فقط نیاز دارید که موز را له کرده، روی پوست اعمال کنید و ماساژ دهید.

استفاده از نعنا، به منظور کاهش لکه‌های پوست

“برای مراقبت از پوست تغذیه باید مناسب باشد!” اگر قصد دارید بهترین اسرار مراقبت از پوست آسیایی را برای درمان لکه‌های تیره ناشی از آکنه یا آفتاب سوختگی روی پوستتان را پیدا کنید، باید به روش طبیعی روی بیاورید.

مشخصات لک تیره، کبودی و شکل متورم آن است و این دلیل ایجاد عدم اعتماد به نفس در زنان نیز می‌باشد. نگران نباشید زیرا امکان درمان در اطراف شما وجود دارد. (نعنا) استفاده از نعنا برای بهبود وضعیت پوست به‌ویژه در کشورهای آسیایی، جدید نیست، در اینجا دستورالعملی برای استفاده از نعنا برای داشتن پوست شاداب وجود دارد:

در ابتدا، باید برگ نعناي تازه را تهیه کرده، آنها را خرد کنید تا خمیر شوند.

سپس این ماسک را روی پوست صورت خود بمالید.

در حالی که ۱۵ دقیقه منتظر هستید، می‌توانید کاری انجام دهید.

پس از آن، ماسک را با آب تمیز بشوید.

هر روز این دارو را استفاده کنید، نتیجه آن را به وضوح خواهید دید، اما مراقب باشید، اگر پوستتان کمی حساس است، باید قبل از مصرف آن را روی دستانتان آزمایش کنید.

پوست زنان کره‌ای است

زرد چوبه

یک قاشق چای‌خوری زردچوبه، یک قاشق چای‌خوری عسل ارگانیک و یک قاشق چای‌خوری شیر یا ماست طبیعی را با هم ترکیب کنید. قبل از استفاده از آن آرایش خود را پاک کنید. سپس روی صورت اعمال کنید و بعد از ۱۵ الی ۲۰ دقیقه با آب گرم بشویید. برای به دست آوردن نتایج بهتر این کار را چندین بار در هفته تکرار کنید.

ماسک کدوخلوایی برای پوست

شما به یک قاشق چای‌خوری کدوخلوایی تازه یا کنسرو شده، یک دوم قاشق چای‌خوری خاک رس، یک قاشق چای‌خوری عسل خام، و یک چهارم قاشق چای‌خوری پودر دارچین نیاز دارید. تمام این عناصر را با هم ترکیب کنید. سپس این مخلوط را روی پوست خود اعمال کنید. بعد از ۵ دقیقه با آب گرم و دستمال مرطوب ماسک را از روی صورت خود پاک کنید.

استفاده از چند تکه یخ برای بستن منافذ باز و لاغرکردن صورت

ماساژ تکه‌های یخ روی صورت می‌تواند پوست را محکم‌تر و حتی لاغرتر کند. در این مورد، واقعیت کاملاً مشخص نیست اما در واقع برای تحریک پوست شما به اندازه کافی خوب است. فقط قبل از اینکه از این درمان استفاده کنید، مطمئن شوید که یخ سمی و کشیف نیست.

ماسک سرکه برای پوستی زیباتر

شما می‌توانید با استفاده از سرکه سیب، یک تونر تهیه کنید. در واقع بوی بد آن هرگز یک مشکل بزرگ نیست. اگر می‌خواهید که پوستی سالم و بدون آکنه داشته باشید، روزانه این ماسک را روی صورت خود اعمال کنید.

استفاده از آب برنج برای تمیزکردن پوست

با استفاده از این نوع آب برای تمیزکردن پوست، پوست سریع‌تر نرم می‌شود، به شرطی که از روال مناسب پیروی کنید. در ابتدا، باید برای روش مناسب گرفتن آب برنج، نصف پیمانه برنج (یاسمن، قهوه‌ای، دانه کوتاه سفید، دانه بلند سفید) و دو فنجان آب تهیه کنید. حالا، اجازه دهید برای به دست آوردن آب برنج مورد نظر اقدام کنیم، باید برنج خود را در یک فنجان آب بشویید، تا تمام خاک آن پاک شود. سپس، این مقدار از برنج را در یک کاسه سر پوشیده همراه با آب قرار دهید. شما باید ۱۰ تا ۱۵ دقیقه برنج را خیس کنید. آن را بگردانید یا برنج را کمی بمالید، تا زمانی که آب کدر شود. با انجام این کار، تمام عناصر مغذی مانند مواد معدنی و یا ویتامین‌های برنج وارد آب می‌شوند و باعث ایجاد یک محلول مغذی برای پوست شما می‌گردند. تمام! حالا شما آب برنج مورد نظر را دارید. در مرحله دوم شما باید در مورد روش جوشاندن بدانید، زیرا شما می‌توانید آب برنج را با جوشاندن برنج نیز تهیه کنید. برای انجام این کار، باید برنج را با آب بیشتر از حد طبیعی بجوشانید. وقتی برنج شروع به پختن می‌کند، باید آب زیادی را بگیرید، یا همچنین می‌توانید منتظر پخت برنج بمانید و از عصاره آن برای آب برنج استفاده کنید. این نوع آب تا حدودی غلیظ می‌شود، بنابراین نیاز به مخلوط کردن مقداری آب با آن برای تهیه آب کدر دارید. برای نگهداری، فقط باید آن را داخل یخچال نگه دارید و از آن برای تمام هفته استفاده کنید. به یاد داشته باشید قبل از استفاده از آن برای پاک‌سازی پوست آن را تکان دهید. شما باید از آب برنج به عنوان یک پاک‌کننده استفاده کنید، که بدین معنی است که شما باید آن را به آرامی روی پوست صورت خود ماساژ دهید تا از این طریق به پوستتان نفوذ کند.

۱۰ سبک محبوب‌ترین نقاشی‌های مدرن

نقاشی ابزاری عالی برای تزئین سالن نشیمن، اتاق‌ها، مناطق پذیرایی و یا برای هر فضایی است. خیلی از نقاشی‌های مدرن به این خاطر که طبیعت آنها باعث تحریک فکر می‌شوند، محبوب هستند. در حقیقت، خیلی از مردم نقاشی‌های مدرن را بر این اساس ارزش‌گذاری می‌کنند که تا چه اندازه آنها می‌توانند جرقه‌ای برای شروع یک گفتگو با مهمانان خانگی یا مشتریان اداری باشند. این نقاشی‌ها می‌توانند ذهن را به چشم‌اندازی جدید از جهان باز کنند، احساسات را تکان دهند یا به سادگی طنینی برای یک اتاق باشند. این نقاشی‌ها نه تنها به خاطر زیبایی‌شان تحسین می‌شوند، همچنین بعضی از آنها به نظر نوعی سرمایه‌گذاری هستند که ممکن است قیمت خرید مجدد خیلی خوبی برایشان ارائه بشود. خریداران نقاشی‌های مدرن بایستی این ۱۰ سبک از محبوب‌ترین نقاشی‌های مدرن را بشناسند و چگونگی تشخیص آنها از یکدیگر را بدانند.

سبک‌های محبوب نقاشی مدرن

هنر مدرن واکنشی به سبک‌های سفت و سخت موسسات قدیمی فرانسه بود. پیدایش سبک‌های مدرن از دهه ۱۸۶۰ آغاز شد و تا دهه ۱۹۷۰ ادامه پیدا کرد. این نوع هنر اشاره دارد به سبک‌های نقاشی که از رئالیسم و روش سنتی خودداری می‌کند. در عوض، مواد اولیه و سبک‌های گوناگون را تجربه می‌کند. در ادامه سبک‌های محبوب را که معرف جنبش هنر مدرن هستند، آورده‌ایم:

۱. هنرهای انتزاعی (Abstract Art)

هنرهای انتزاعی به سبک‌های نقاشی اشاره دارند که از واقعیت‌های تصویری به عنوان مرجعی برای نقاشی استفاده نمی‌کنند. در عوض، هنرمند به موضوع مورد نظرش پرداخته و آن را به شکل ساده‌ای در می‌آورد. رنگ‌ها و اشکال برای نمایش احساسات و نمایی از دنیای درونی هنرمند به کار می‌روند. انواع متنوعی از سبک‌های هنر انتزاعی که به وجود آمده‌اند شامل لیست زیر:

اکسپرسیونیسم یا هیجان‌نمایی انتزاعی (Abstract expressionism)

زمینه رنگ (Color field)

کوبیسم یا حجم‌گرایی (Cubism)

انتزاع تغزلی (Lyrical abstraction)

تنها بخشی از نقاشی‌های هنر انتزاعی هستند. انتخاب از میان این سبک‌ها بستگی به سلیقه شخص و همچنین محیطی که نقاشی در آنجا ساکن می‌شود، اینکه اتاق خواب باشد، اتاق نشیمن و یا فضای اداری باشد، دارد.

۲. فرا واقع‌گرایی یا سورئالیسم (Surrealism)

سورئالیسم، سبک نقاشی مدرن است که تصاویر متنوع را کنار یکدیگر می‌گذارد تا تاثیر شگفت‌انگیزی ایجاد کند. تصاویر در این نقاشی اغلب غیرمنطقی هستند و خصوصياتی مانند رویا دارند. نقاشی‌های سورئالیست به ناخودآگاه اهمیت می‌دهند. از میان نقاش‌های محبوب سورئالیست می‌توان به سالوادور دالی، مکس ارنست، ولنتینو هوگو، ژوان میرو و تاین اشاره کرد.

۳. هنر مفهومی (Conceptual art)

هنر مفهومی یک سبک هنر مدرن است، در این سبک هنرمند اعتقاد دارد مفاهیم (ادراک) از خود اثر هنری مهم‌تر هستند. خیلی از هنرمندان مفهومی، اعتقاد داشتند زمانی که آنها اثری را تصویر کنند، کار تکمیل شده‌است. در حقیقت، خیلی از هنرهای مفهومی تنها مجموعه‌ای از رهنمودها هستند. به ندرت می‌توان این نوع هنر را تنها به عنوان یک نقاشی دید، برای مثال اغلب عناصر مجسمه‌سازی و هنر چیدمان را ترکیب می‌کند. مارسل دوشان، یوکو انو، ایو کلین و رابرت راشنبرگ بعضی از هنرمندان برجسته مفهومی هستند.





هنرهای انتزاعی



فرا واقع گرایی یا سوررئالیسم



هنر مفهومی



هنر مردمی یا پاپ آرت



اقع گرایی عکس وار یا فوتورئالیسم



فزون واقع نمایی یا واقع گرایی افراطی یا هایپررئالیسم



ساده گرایی یا کمینه گرایی، هنر کمینه، هنر موجز (مینیمالیسم)



آینده گری یا فیوچر بسم



دریافتگری یا امپرسیونیسم



فوویسم

۴ هنر مردمی یا پاپ آرت (Pop art)

نقاشی‌های هنر مردمی واکنشی علیه سبک هیجان‌نمایی انتزاعی (Abstract expressionism) بوده‌است، که هنرمندان بریتانیایی اواسط دهه ۱۹۵۰ اعتقاد داشتند بسیار متفاوت از واقعیت زندگی روزانه است. هنر مردمی حول‌وحوش موضوعات این جهان نظیر کتاب‌های کمیک، تبلیغات، مشاهیر و موضوعات دیگری که روزانه با آنها برخورد داریم، می‌چرخد. آن بازگشتی به رئالیسم (واقع گرایی) در هنر بود. هنرمندان برجسته در این زمینه، جاسپر جونز، اندی وارنول، تام وِسلمن، وین تیباد هستند.

۵. واقع‌گرایی عکس‌وار یا فوتورئالیسم (Photorealism)

همان‌طور که از نامش پیداست، یک نقاشی فوتورئالیست نقاشی‌ای است که به اندازه یک عکس واقعی به نظر می‌رسد. این سبک با عکس‌گرفتن از موضوع (شیء) و سپس نقاشی کردن آن انجام می‌شود. فوتورئالیسم یک جنبش هنری متأثر از سبک هنر مردمی (پاپ آرت) می‌باشد، و واکنشی علیه اکسپرسیونیسم (هیجان‌نمایی انتزاعی) است. برخلاف هنر انتزاعی و هنر مفهومی، نقاشی فوتورئالیسم توسط هنرمندی که دارای توانایی پیشرفته فنی است، برای کشیدن تصاویر واقعی روی بوم، صورت می‌پذیرد. از هنرمندان معروف این سبک می‌توان به گلنری تئور، رابرت بچتل، تام بلکل، دان ایدی وسیندی رایت اشاره کرد.

۶. فزون واقع‌نمایی یا واقع‌گرایی افراطی یا هایپررئالیسم (Hyperrealism)

واقع‌گرایی افراطی پیشرفته‌تری است در جنبش واقع‌گرایی عکس‌وار. هنرمندان از دوربین‌هایی با کیفیت بالا برای عکس‌گرفتن و کشیدن آنها بر روی بوم استفاده می‌کنند. در مقایسه با فوتورئالیسم، نقاشی‌های هایپررئالیسم سایه‌های مبالغه‌آمیز دارد و اشیاء بی‌جان زنده نشان داده می‌شوند، با وجود اینکه آنها به طور عادی دارای این چنین خصیصه‌ای نیستند. هایپررئالیسم بر فرا واقعیت مصنوعی (ساختگی) تأکید دارد. از نقاش‌های محبوب این سبک می‌توان رابرت بچتل، ریچارد استس، پرت مونروی، دان هانسن و چارلز بل را نام برد.

۷. ساده‌گرایی یا کمینه‌گرایی، هنر کمینه، هنر موجز مینیمالیسم (Minimalism)

مینیمالیسم جنبشی هنری است، همان‌طور که از اسمش انتظار می‌رود، مشخصه آن سادگی آن است. نقاشی‌های مینیمالیسم موضوعات نقاشی را تا به اندازه ماهیت آن موضوع ساده می‌کنند. به جای بیان هیجانات زیادی که نشانه سبک هیجان‌نمایی انتزاعی است، هنر مینیمالیسم، تنها چیزی که هنرمند عقیده دارد، لازم است را نقاشی می‌کند. از هنرمندان معروف این سبک می‌توان به برنت نیومن، کازیمیر مالویچ، پییت ماندرین و فرانک استلاس هستند.

۸. آینده‌گری یا فیوچریسم (Futurism)

آینده‌گری نوعی سبک نقاشی است که در ارتباط با موضوعاتی نظیر تکنولوژی، سرعت، خشونت و آینده جهان است. این سبک در ارتباط با تصویر غلبه انسان بر طبیعت است. این جنبش اصالت را تحسین می‌کند. برای خلق مجدد چنین قدرت احساسی روی بوم، نقاشی آینده‌گری از سبک نقاشی کوبیسم اقتباس می‌کند، در اینجا آنها برای نشان‌دادن تحرک در اثر خلق شده، موضوعات نقاشی را به شکل اشکال هندسی نمایش می‌دهند. دیوید برلیوک، آریستار لنتولوف، فوتوناتو دپرو و جراردو دوتوری شناخته‌شده‌ترین هنرمندان سبک آینده‌گری هستند.

۹. دریافتگری یا امپرسیونیسم (Impressionism)

دریافتگری از اولین سبک‌های نقاشی مدرن است که در پاریس فرانسه به‌وجود آمد. از مشخصه‌های آن ضرب قلم‌های باریک و تأکید بر حضور نور در تصویر می‌باشد. هنرمندان دریافتگری اغلب محیط باز را برای به تصویر کشیدن نور خورشید و رنگ‌های مورد نظرشان نقاشی می‌کنند. در دهه ۱۸۷۰ نقاشی‌های امپرسیونیسم رادیکال بودند زیرا از دستورالعمل‌ها پیروی نمی‌کردند. نقاش‌های مطرح این سبک کلود مانه، پیر آگوست رنو، کامیل پیسارو و آرماند جولامین هستند.

۱۰. فوویسم (Fauvism)

فوویسم جنبش هنری است که کمی بعد از امپرسیونیسم (Impressionism) به‌وجود آمد. در حالی‌که امپرسیونیسم ارائه واقع‌گرایانه‌ای از موضوع نقاشی داشت، نقاشی‌های فوویسم بر روی استفاده از رنگ‌های تند و نامتعارف تمرکز داشتند. هنرمندان این سبک ضرب قلم‌های پرخاشگرانه و شکل‌های ساده‌شده‌ای به کار می‌بردند. از نقاشان محبوب این سبک آندره دِرین، هنری مَتیس، چارلز کموین، موریس مارینات هستند.

<https://art.tosinso.com/>

Painting classes



REMI
ACADEMY

آکادمی رِمی

کلاس‌های نقاشی
برای همه گروه سنی

3333 Cavendish Blvd., #285
Montreal, QC, H4B 2M5
www.remiacademy.com
514.703.4020



Voyages Belles Vacances Inc. (VBV)

آژانس خدمات مسافرتی تعطیلات زیبا

- بلیط پرواز به اقصی نقاط جهان
- رزرواسیون هتل
- پکیج تورهای تخفیف‌دار (کوبا، مکزیک، دومینیک، ...)
- تور کشتی‌های کروز
- انواع بیمه‌های مسافرتی (والدین، دانشجویی، ویزیتور، ...)
- اجاره ماشین

Address: 7104 Rue Talbot, St-Hubert, QC

Phone: **514-649-0123**

Support@voyagesbellesvacances.com

www.voyagesbellesvacances.com

Travel & Relax, it's as simple as that!



Quebec Licensee # 703404



knowledge**first**
FINANCIAL



**آیا از کمک‌های
دولتی برای تحصیل
فرزندان خود آگاه
هستید؟**

با ما تماس بگیرید

Leila.Geranmayeh@kff-pfs.ca

Leila Geranmayeh

Scholarship Plan

Representative

Direct: 514-638-8366
Office: 514-345-9555

2035 Cote de Liesse Road,
Suite 205 St-Laurent QC
H4N 2M5



مکامی تحلیلی تطبیقی به اشعار تعلیمی فردوسی و حافظ (۲)

دکتر احمد رضا یلمه‌ها

تسلیم در برابر تقدیر

فردوسی گوید:

چه گفت آن خردمند بسیار باهوش
که با ختر بد به مردی مکوش

(شاهنامه: ۳۶۷)

و حافظ چنین گوید:

بشنو این نکته که خود را ز غم آزاده کنی
خون خوری که طلب روزی نهاده کنی

(دیوان: ۳۶۲)

لزوم همنشینی با نیکان

فردوسی در پاره‌ای از اشعار خود به دوستی با نیکان و آیین دوستیابی صحیح، اشاره می‌کند از آن جمله:

مکن دوستی با دروغ آزمای
همان نیز با مرد ناپاک رای

(شاهنامه: ۱۲۸۱)

حافظ نیز این آموزه اخلاقی را چنین بیان می‌کند:

تخت موعظه پیر صحبت این حرف است
که از مصاحب نابجس احتراز کنی

(دیوان: ۲۲۴)

دوری از جنگ و خونریزی (صلح بهتر از جنگ)

مرا آشتی بهتر آید ز جنگ
ناید کز فتن چنین کار تنگ
پلنگ این شناسد که پیکار و جنگ
نه خوب است و داند همی کوه و سنگ

(شاهنامه: ۵۵۱)

حافظ این چنین صوفیانه، دعوت به صلح می‌کند:

یک حرف صوفیانه بگویم اجازت است
ای نور دیده صلح به از جنگ و داوری

(دیوان: ۳۴۳)

دوری از عیب‌گویی

فردوسی به پیروی از شعار دین اسلام آشکارا چنین بیان می‌دارد که:



و عیب کسان هیچ گونه نکوی

(شاهنامه: ۱۲۲۹)

حافظ این اندرز اخلاقی را چنین بیان می‌دارد:

ما نکویم بدو میل به ناحق نکنیم
عیب درویش و توانگر به کم و بیش بد است

(دیوان: ۲۹۹)

درویش‌نوازی

فردوسی در بسیاری از ابیات، مخاطب را به یاری با درویشان توصیه می‌کند:

به هر جا که یار درویش باش

(شاهنامه: ۴۳۸)

حافظ نیز با تأکید بر این آموزه اخلاقی، چنین می‌گوید:

توانگر ادا دل درویش خود به دست آور

(دیوان: ۱۹۱)

و نیز این چنین، به ارزش و احترام به مقام انسانی فرد (مددکاری اجتماعی) و درویش‌نوازی اشاره می‌کند:

نظر کردن به درویشان منافی بزرگی نیست

(دیوان: ۲۴۱)

سلیمان با چنان حشمت نظر ما بود با مورش

رازداری

فردوسی گوید:

به کس راز کشای و در ریج

و حافظ این خصیصه اخلاقی را چنین بیان می‌کند:

حدیث دوست نکویم مگر به حضرت دوست

(دیوان: ۱۵۸)

بداندیش را خوار مشمر تو هیچ

که آشنا سخن آشنا نکرده دارد

وفای به عهد و پیمان

وفای به عهد یکی از اصول و اندیشه‌های بنیادین فردوسی در شاهنامه است که احترام به آن را از ضروریات می‌داند و در جای جای شاهنامه بر آن تأکید می‌کند:

که هر کوز قول خود اندر گذشت

(شاهنامه: ۳۶۹)

حافظ این آموزه اخلاقی را چنین توصیه می‌کند:

و فاو عهد نکو باشد ارباموزی

(دیوان: ۱۸۹)

ره را در مدی ز خود در نوشت

و کر نه هر که تو بینی سگری داند

زیباترین مکان‌های دنیا

مراکش

مراکش که در کوه‌پایه‌های رشته کوه اطلس واقع شده، از قرون وسطی تغییراتی کرده‌است. در این شهر می‌توان روزها در کوچه پس کوچه‌ها و خیابان‌ها قدم زد و از سوق‌ها، قصرها و باغ‌های زیبای آن نهایت استفاده را برد.



اویا، سانتورینی، یونان

تقریباً تمام جزایر یونان زیبا هستند اما شهر اویا که بر بالای تپه‌ها و با منظره دریای اژه قرار گرفته‌است، قطعاً یکی از زیباترین مکان‌های یونان و البته جهان است.



تامیل نادو، هند

بیشتر بازدیدکنندگان هند به قسمت شمالی این کشور و برای تماشای قصرها و قلعه‌های مغول می‌روند اما باید بدانید که در بخش جنوبی این کشور است که بیشتر معابد هندو جای گرفته‌اند. معابدی چون مجموعه معابد «میناکشی» که به‌خاطر بزرگی‌اش یک شهر محسوب می‌شوند.



بورا بورا، پلینزی فرانسه

با وجود تالاب‌های فیروزه‌ای، صخره‌های مرجانی و خانه‌های روی آب، این جزیره در اقیانوس آرام جنوبی قطعاً تکه‌ای از بهشت روی زمین است.



در دنیا مکان‌های فراوانی وجود دارد که دیدن آنها از نزدیک می‌تواند آرزوی هر کسی باشد. برخی از این مکان‌ها به واسطه طبیعت زیبا و برخی دیگر به خاطر غذای فرهنگی و تاریخی که دارند جزو بهترین و زیباترین مقاصد گردشگری جهان به شمار می‌روند. تعداد فراوان مکان‌های زیبا و دیدنی جهان باعث شده‌است که گنجاندن آنها در یک فهرست غیر ممکن باشد. در این مطلب به برخی از این مکان‌ها اشاره می‌شود:

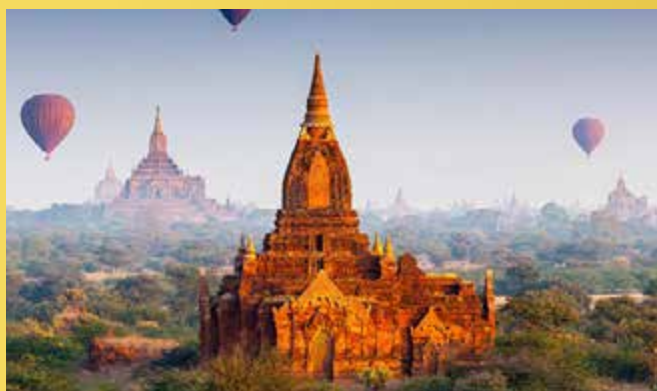
پارک ملی فیوردلند، نیوزلند

هر ساله از اواخر نوامبر تا اوایل دسامبر، جزیره جنوبی نیوزلند پوشیده از گل‌های بنفش راسل لوپین می‌شود و چشم هر بیننده‌ای را خیره خواهد کرد.



باگان، میانمار

این شهر باستانی در مرکز میانمار، دارای هزاران معبد بودایی است که می‌توان بهترین منظره از آنها را از روی یک بالن بر فراز این منطقه دید.



شهر ممنوعه، پکن

این شهر در مرکز پکن قرار گرفته و قصر امپراطوری امپراطوران چین به مدت پنج قرن بوده‌است. این قصر یک نمونه بی‌نظیر از معماری باستانی چین است.



کری، تایلند

این منطقه در جنوب ساحل غربی تایلند واقع شده‌است. خط ساحلی این استان پر از صخره‌های سنگ آهکی و جزایر دور از ساحل است که از آن یکی از محبوب‌ترین مقاصد گردشگری ساحلی را می‌سازد.





۱۰ نکته مستدل و جالب روان‌شناختی از خودتان که احتمالا نمی‌دانید (۱)

بابک قهرمانی

شما احتمالا به آن میزانی که خودتان تصور می‌کنید، شناخت درست و کافی از خودتان ندارید. بیشتر ما خودمان را بسیار شایسته‌تر، اخلاق‌مدارانه‌تر و پایدارتر از واقعیت می‌بینیم؛ اما چرا؟ برخی افراد می‌توانند خود را به خوبی و گاه با الفاظ و صفات دقیق توصیف کنند. این توصیف‌ها شاید در نگاه نخست گیرا به نظر برسند؛ ولی لزوماً صحیح نیستند. تصور افراد از خودشان و شناخت انسان از خودش، با ماهیت و شخصیت واقعی وی و آنچه که در واقعیت وجود دارد، می‌تواند مغایرت داشته باشد. شاید چنین برداشت شود که موضوع فوق یک امر بدیهی است. ما در این مقاله می‌خواهیم موضوع را از نقطه نظر علمی و با مثال‌های ملموس و اثبات‌شده مورد بررسی قرار دهیم.

۱. نحوه نگاه شما به شخصیت اصلی خودتان دارای انحرافات است

شخصیت شما مانند کتاب بازی است که باید بخوانید و وارد جزئیات آن شوید: شما که هستید؛ علایق شما چیست؛ از چه مواردی نفرت دارید؛ ترس‌ها و امیدهایتان را چه مواردی تشکیل می‌دهند؛ و بسیاری پرسش‌های دیگر از این قبیل. شاید تصور کنید که خودتان را کاملاً می‌شناسید؛ ولی درواقع این گونه نیست. طبق پژوهش‌های روان‌شناسانه، ما دسترسی زیادی به شخصیت خودمان نداریم. امیلی پرونین روان‌شناسی از دانشگاه پرینستون که در فرایندهای مربوط به درک خود و تصمیم‌گیری تخصص دارد، تصور غلط ما در مورد درک کامل شخصیت‌مان را توهم خودآگاهی و باطن‌گرایی می‌نامند. شیوه‌ای که ما به خودمان نگاه می‌کنیم، تحریف شده‌است؛ ولی متوجه این تغییر و تحریف نمی‌شویم. درنتیجه تصویرمان از خودمان رابطه بسیار کمی با رفتار ما دارد. به عنوان مثال شاید ما صددرصد خودمان را انسان دلسوز و بخشنده‌ای بدانیم؛ ولی از کنار یک فرد بی‌خانمان در یک روز سرد به راحتی عبور کنیم. براساس گفته‌های پرونین دلیل چنین تصور غلطی بسیار ساده‌است. از آنجایی که ما نمی‌خواهیم خسیس، گستاخ یا خودخواه به نظر برسیم، خودمان را به تعبیر عامیانه، به آن راه می‌زنیم که گویی انگار چنین مشخصه‌هایی در ذات ما نیست. پرونین به‌عنوان گواه، به تفاوت نگرش درمورد خودمان و دیگران می‌پردازد. ما هنگام رفتار نامناسب همکارمان در اداره به راحتی می‌توانیم رفتار او را مشاهده و سرزنش کنیم؛ ولی شاید اگر خودمان هم جای او بودیم چنین کارهایی انجام می‌دادیم. چون ما ذاتاً قصد داریم که از نظر اخلاقی خوب و درستکار باشیم، هرگز فکر نمی‌کنیم که ما هم می‌توانیم مانند همکارمان به‌طور نامناسب رفتار کنیم؛ به عبارت دیگر، ما به‌نوعی کارهای نامناسب خودمان را توجیه می‌کنیم.

تصور ما تحت تأثیر فرایندهایی است که به‌صورت ناخودآگاه باقی می‌مانند. پرونین با چندین آزمایش، داوطلبین تحقیق خودش را ارزیابی کرد. او از شرکت‌کنندگان در تستی خواست تا از طریق چهره، ویژگی‌های شخصیتی هر فرد را مشخص کنند تا او مثلاً بتواند هوش اجتماعی آنها را بسنجد. بعد از آن، به بعضی از شرکت‌کنندگان گفته شد که شما در تست رد شده‌اید و حالا باید نقاط ضعف موجود در تست را بیان کنید. گفته آنها تا حدود زیادی جانبدارانه بود (آنها نه تنها در تست رد شدند، بلکه از آنها خواسته شد تا تست را نقد کنند). اکثر شرکت‌کنندگان ارزیابی‌های خودشان را کاملاً واقع‌گرایانه و بی‌طرفانه می‌دانستند. همین مورد تقریباً در قضاوت کردن کارهای هنری هم وجود داشت، اگرچه افرادی که از یک ارزیابی جانبدارانه برای مشخص کردن کیفیت نقاشی‌ها استفاده می‌کنند، ارزیابی خود را کاملاً متعادل می‌دانند. پرونین گفت که ما ماسکی روی جانبداری‌ها و تعصبات خود قرار می‌دهیم. آیا کلمه خودآگاهی واژه خوبی برای توصیف چنین وضعیتی است؟ شاید اصلاً ما واقعاً به ذات حقیقی‌مان توجهی نداریم و تنها با ستایش بی‌جای خود، رد شدن را انکار می‌کنیم. به تحقیقات بیشتری درخصوص خودآگاهی نیاز است. اگرچه ما فکر می‌کنیم که تصویر دقیقی از خودمان داریم، ولی تصویر ما تحت تأثیر فرایندهایی است که به‌صورت ناخودآگاه باقی می‌مانند.



آلمان، این روش‌ها برای استخراج واکنش‌های خودکار برای نشان دادن اجزای عادی، ذاتی و بدون فکر شخصیت ما طراحی شده‌اند. از طرفی هم صفاتی مثل وظیفه‌شناسی و کنج‌کاو تا حدی به تفکر نیاز دارند و در نتیجه می‌توان آنها را به راحتی از طریق تفکر درمورد خود ارزیابی کرد.

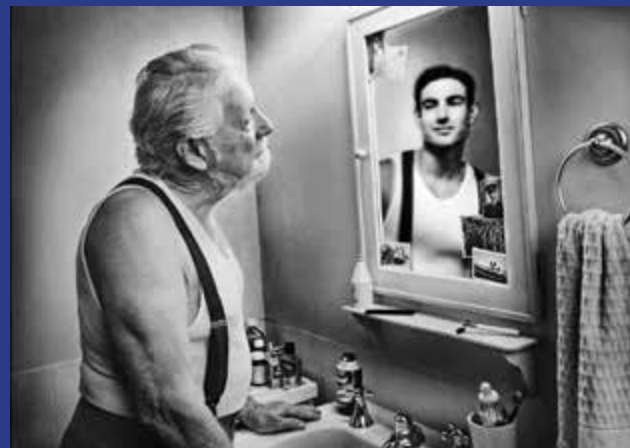


۳. ظاهر شما، اطلاعات زیادی درمورد شما به بقیه می‌دهد

طبق پژوهش‌ها، عزیزترین و صمیمی‌ترین افراد اطرافمان، ما را بهتر از خودمان (شیوه‌ای که خودمان، خودمان را می‌بینیم) می‌بینند. طبق گفته سیمین وزیره از دانشگاه کالیفرنیا، دو مشخصه، بقیه را قادر می‌سازد تا ما را بسیار خوب بشناسند: اول وقتی که بقیه بتوانند صفات ما را از طریق ویژگی‌های بیرونی بخوانند و دوم وقتی که صفتی از ما دارای جنبه کاملاً مثبت یا کاملاً منفی باشد (مثلاً هوش و خلاقیت جزء صفات مثبت مطلق و دروغ‌گویی و خودخواهی جزء صفات منفی مطلق هستند). ارزیابی ما از خودمان با ارزیابی دیگران از ما معمولاً درمورد ویژگی‌هایی که خنثی هستند (نه منفی هستند و نه مثبت) تقریباً مشابه است.

ویژگی‌هایی که معمولاً بیشتر از بقیه برای دیگران قابل خواندن هستند، آنهایی هستند که به شدت روی رفتار ما اثر می‌گذارند. به عنوان مثال افرادی که به طور طبیعی اجتماعی هستند، معمولاً تمایل دارند صحبت کنند و با بقیه ارتباط برقرار کنند؛ همچنین مثلاً رفتاری مثل گره زدن دست‌ها یا روی گرداندن از موردی که نمی‌خواهید ببینید، معمولاً به احساس عدم امنیت نسبت داده می‌شود. از طرفی، خصلتی مانند داشتن تفکر عمیق، برخلاف اجتماعی بودن، موضوعی داخلی است که ریشه در ذهن افراد دارد.

ما معمولاً نسبت به تأثیری که روی بقیه می‌گذاریم غافل هستیم، چون



۲. محرک‌ها و انگیزه‌ها برای شما مانند راز هستند

افراد تا چه اندازه خودشان را می‌شناسند؟ پژوهشگران برای پاسخ دادن به این سوال باید یک مسئله را حل کنند: آنها باید تصویر فرد از خودش را ارزیابی کنند و بفهمند که واقعاً آن فرد چگونه است. پژوهشگران از روش‌های مختلفی برای جواب دادن به چنین مسائلی استفاده می‌کنند. به عنوان مثال آنها نتایج خودارزیابی افراد را با رفتار آنها در شرایط آزمایشگاهی و زندگی روزمره مقایسه می‌کنند. پژوهشگران شاید از خویشاوندان و دوستان افراد هم برای ارزیابی‌ها کمک بگیرند. آنها همچنین با استفاده از روش‌هایی خاص درمورد تمایلات ناخودآگاه افراد هم تحقیقاتی به عمل می‌آورند.

روانشناسان برای اندازه‌گیری و بررسی تمایلات ناخودآگاه می‌توانند از شیوه‌ای به نام آزمون تداعی ناآشکار یا IAT استفاده کنند. این آزمون ابتدا در دهه ۱۹۹۰ توسط آنتونی گرینولد از دانشگاه واشینگتن و همکارانش برای کشف نگرش‌های مخفی افراد مورد استفاده قرار گرفت. از آن زمان به بعد نسخه‌های زیاد دیگری برای بررسی اضطراب، تکانشگری، جامعه‌پذیری و سایر موارد به وجود آمدند. فرض چنین روشی بر این است که واکنش‌های فوری نیازی به تفکر قبلی ندارند؛ در نتیجه بخش‌های ناخودآگاه شخصیت فرد، خودشان را فوراً نشان می‌دهند.

واکنش‌های فوری نیازی به تفکر قبلی ندارند
پژوهشگران به دنبال کشف دقیق ارتباط کلمات با مفاهیم شخصیتی افراد هستند. به عنوان مثال، از شرکت‌کنندگان در مطالعه‌ای خواستند تا به محض دیدن کلمه‌ای که برای توصیف برون‌گرایی (مثلاً کلمه پر حرف یا پراثری) است، کلیدی را فشار دهند. همچنین از آنها خواسته شد تا با دیدن کلمه‌ای که به خودشان مربوط است (مثلاً اسمشان) همان کلید را فشار دهند. آنها باید با دیدن کلمات مربوط به درون‌گرایی (مثلاً کلمات آرام یا گوشه‌گیر) یا مرتبط با افراد دیگر کلید دیگری را فشار می‌دادند. البته ترکیب‌های کلمات و کلیدها در دوره‌های مختلف تست عوض می‌شد. اگر واکنش افراد مثلاً به کلمه مرتبط به برون‌گرا سریع‌تر از بقیه بود، نشان‌دهنده برون‌گرایی فرد از تصویر خودش بود.

چنین خودپنداره‌هایی معمولاً رابطه ضعیفی با ارزیابی‌های به دست آمده از پرسش‌نامه‌ها دارند. تصویری که افراد در ارزیابی‌های پرسش‌نامه‌ها ارائه می‌دهند، رابطه کمی با واکنش‌های سریع آنها هنگام مواجهه با کلمات با بار احساسی دارد. تصویر نا آشکار شخص از خودش معمولاً از رفتار واقعی او قابل پیش‌بینی است، مخصوصاً وقتی صحبت از عصبی بودن یا جامعه‌پذیر بودن باشد. از طرف دیگر، پرسش‌نامه‌ها اطلاعات بهتری در مورد صفاتی مثل وظیفه‌شناسی یا باز بودن نسبت به تجارب جدید ارائه می‌دهند. طبق توضیح میتجا بک، روان‌شناسی از دانشگاه مونستر

اصلا حالات چهره، حرکات و زبان بدن خود را نمی‌بینیم. ما متوجه نیستیم که برهم خوردن چشم‌هایمان، نشان‌دهنده استرس است یا اینکه تلوتلو خوردنمان نشان‌دهنده سنگینی موردی روی خودمان است. چون نمی‌توانیم رفتار خودمان را ببینیم، باید به مشاهدات بقیه از رفتار خودمان اعتنا کنیم، مخصوصاً آنهایی که به خوبی ما را می‌شناسند. اینکه ما خودمان را بشناسیم سخت است، مگر اینکه بقیه به ما بگویند که چه تأثیری روی آنها گذاشته‌ایم.

۴. فاصله گرفتن تا حدودی می‌تواند در شناخت شما از خودتان کمک‌کننده باشد

اینکه شرح حال بنویسیم، دفتر خاطرات داشته باشیم و درمورد مکالمات خود با دیگران فکر کنیم و آنها را روی کاغذ بیاوریم، سابقه طولانی مدتی دارد و امری مرسوم است؛ ولی اینکه آیا چنین روش‌هایی می‌توانند به شناخت ما از خودمان کمک کنند یا نه، مشخص نیست. در حقیقت بعضی اوقات دقیقاً برعکس رفتار کردن (مثلاً همه موارد را به حال خود رها کردن) بسیار بیشتر کارساز است. در سال ۲۰۱۳ اریکا کارلسون، که در دانشگاه تورنتو فعالیت دارد، چگونگی تأثیر مراقبه و مدیتیشن بر آگاهی از خود را بررسی کرد. طبق گفته او، مراقبه دو مانع بزرگ را از سر راه ما برمی‌دارد: جسته و گریخته فکر کردن و حفاظت از نهاد و ضمیر. تمرین ذهن‌آگاهی و مراقبه باعث می‌شود تا افکار ما منحرف نشوند و تا حد ممکن به ما مرتبط شوند. افکار فقط متشکل از چندین فکر هستند و نباید به عنوان حقیقت محض در نظر گرفته شوند. از خود بی‌خود شدن با چنین شیوه‌ای و میدان دادن به ذهن برای پیشسازی، باعث بهبود وضوح شناخت ما می‌شود.

هرچه اهداف خودآگاه و انگیزش‌های ناخودآگاه ما هم‌راست‌تر شوند،

احساس آسایش ما بیشتر می‌شود دریافت بینش درمورد انگیزش‌های ناخودآگاه ما می‌تواند حال احساسی ما را بهتر کند. طبق گفته الیور شولتایز از دانشگاه فریدریش-الکساندر ارلانگن-نورنبرگ آلمان، هرچه اهداف خودآگاه و انگیزش‌های ناخودآگاه ما هم‌راست‌تر شوند، احساس آسایش ما بیشتر می‌شود. به عنوان مثال اگر پول و قدرت برای ما اهمیت کمی داشته باشند نباید سراغ آنها برویم. اما چگونه می‌توان به چنین هم‌راستایی و توازنی دست یافت؟ از روش‌های مختلفی می‌توان به این توازن دست یافت؛ به عنوان مثال تصور کردن. سعی کنید تمامی جزئیات رسیدن به هدف خودتان را تصور کنید: مثلاً اگر فلان هدف شما به واقعیت پیوندد، چه اتفاقی می‌افتد. آیا رسیدن به آن هدف شما را خوشحال‌تر از قبل می‌کند؟ ما معمولاً بدون اینکه تمامی اقدامات و تلاش‌های لازم برای رسیدن به هدفی خاص را در نظر بگیریم، تنها اسیر بزرگ بودن هدف و وسوسه آن می‌شویم.



کلید خانه رویایی شما در دست من است

مهدي رفعت پناه

- اگر از خرید خانه با من راضی نباشید، ملک شما را تا یک سال پس از خرید بدون دریافت کارمزد برایتان خواهیم فروخت.
- اگر ملک شما در مدت قرارداد با من به فروش نرسد، آن را شخصاً خواهیم خرید.
- همراه با شما تا پایان پروژه خرید یا فروش ملک مورد نظرتان

مشاوره و ارزیابی رایگان برای سرمایه‌گذاری در امتداد



Mehdy Rahat Panah
Courtier immobilier / Real Estate Broker

514-730-9-307
mpanah@sutton.com

اینکه بهتر متوجه شوید باید بگوییم که همبستگی بین قد و روابط جنسی ۷/۰ است.

پس چرا شکاف میان عملکرد واقعی و فرضی (توسط افراد) تا این حد زیاد است؟ آیا ما دوست نداریم خودمان را واقع‌گرایانه بررسی و ارزیابی کنیم؟ شاید چنین کاری هم بیپوده به نظر برسد و هم کمی خجالت‌آور باشد. شاید تصور بر این باشد که فرض کردن خود بالاتر از واقعیت، مزایایی به همراه دارد. براساس بررسی‌های انجام‌شده از شلی تیلور، روان‌شناسی از دانشگاه کالیفرنیا و جانانان براون از دانشگاه واشینگتن، عینک‌های گلی‌رنگ، حس رفاه و عملکرد ما را افزایش می‌دهند. افرادی که از افسردگی رنج می‌برند، در ارزیابی خودشان به مقدار بسیار زیادی واقع‌گرایانه رفتار می‌کنند. اگر از خودمان یک تصویر زینتی و زیبا داشته



باشیم، راحت‌تر می‌توانیم با پستی و بلندی‌ها و سختی‌های زندگی کنار بیاییم.

ادامه دارد ...
<https://www.zoomit.ir/>

کشف خود با دفتر خاطرات، آنها که خودشان را صرف ضمیر خود می‌کنند و مثلاً در انزوا به سر می‌برند بهتر می‌توانند خودشان را بشناسند.

۵. اکثر اوقات فکر می‌کنیم که در زمینه‌ای خیلی خوب هستیم، ولی درواقعیت این گونه نیست

آیا با اثر دانینگ-کروگر آشنا هستید؟ طبق چنین اثری، افراد فکر می‌کنند که در مواردی برتری دارند و یا بیش از مقدار واقعی توانایی‌شان، توانایی دارند، درحالی که این گونه نیست. نام این اثر از دیوید دانینگ از دانشگاه میشیگان و دانشجوی دکترای سابق او، جاستین کروگر، گرفته شده‌است که هر دو برنده جایزه نوبل در سال ۲۰۰۰ شدند.

دانینگ و کروگر شماری وظایف شناختی به افراد تحت آزمایش خود محول کردند و از آنها خواستند که در مورد عملکرد خود نظر بدهند. در بهترین حالت، تنها ۲۵ درصد شرکت‌کنندگان عملکرد خود را واقع‌گرایانه توصیف کردند؛ تعداد بسیار کمی هم عملکرد خود را ناچیز و ضعیف‌تر از واقعیت در نظر گرفتند. یک چهارم از افرادی که بدترین عملکرد در تست را داشتند، درمورد توانایی‌های شناختی خود اغراق کردند و توانایی خود را بسیار بالا توصیف کردند. آیا مغرور شدن و شکست خوردن دو روی یک سکه است؟

افرادی که از افسردگی رنج می‌برند، در ارزیابی خودشان به مقدار بسیاری زیادی واقع‌گرایانه رفتار می‌کنند

طبق گفته پژوهشگران، کار آنها ویژگی عمومی یک فرد و درک او از خودش را نشان می‌دهد: هر یک از ما تمایل داریم تا نقص‌ها و عیب‌های شناختی خودمان را نادیده بگیریم. براساس نظر آدرین فرهنگام روان‌شناسی از دانشگاه لندن، همبستگی آماری بین بهره هوشی واقعی و فرضی به‌طور میانگین تنها ۱۶/۰ است (بسیار کم است). برای



IC ACCOUNTING

خدمات حسابداری و دفترداری

ACCOUNTING AND BOOKKEEPING SERVICES

آموزش نرم‌افزارهای حسابداری

ACCOUNTING SOFTWARE TRAINING

تنظیم اظهارنامه‌های مالیاتی

INDIVIDUAL AND CORPORATION TAX RETURN

3333 Cavendish Blvd., Suite 315, Montreal, QC. H4B 2M5

acc.mtl.acc@gmail.com

(514) 458-7599

اردشیر معین افشاری

Ardeshir Moinafshari

مشهورترین خودروهای ۶ چرخ جهان؛ از گذشته تا امروز (۲)

مختلف استفاده می‌کنند. نسل فعلی آیبکس از پیشرانۀ ۲.۴ لیتری توربو دیزل **فورد** و گیربکس ۶ سرعته دستی بهره می‌برد.

دوج T-Rex
حصول سال ۱۹۹۷



تی رکس، وانت پیکاپ مفهومی **دوج** (با تلفظ انگلیسی داج) در سال ۱۹۹۷ بود که بر اساس وانت رم (Ram) ساخته شد. تی رکس به پیشرانۀ ۱۰ سیلندر V شکل ۸ لیتری **کرایسلر** مگنوم با سیستم انتقال قدرت به هر ۶ چرخ مجهز شده بود که قدرت و گشتاور تولیدی آن هیچ‌وقت اعلام نشد. فضای بار تی رکس ۲.۶ متر طول و قابلیت افزایش ارتفاع سیستم تعلیق آن تا ۱۰ سانتی‌متر وجود داشت. تی رکس هیچ‌وقت به مرحله تولید نهایی نرسید و تنها یک مدل مفهومی جذاب باقی ماند.

ترکول

محصول دهه ۲۰۰۰



شرکت روسی ترکول (Trecol) با هدف تولید خودروهای آفرود همه‌جا رو به وجود آمده‌است. محصولات متنوع این برند، انواع شاسی‌بلندهای ۴ و ۶ محور متحرک با تایرهای بزرگ هستند که تقریباً در هر مسیری قابلیت

میلاد زنگانه

هاسلر

محصول سال ۱۹۸۲



هاسلر (Hustler) حاصل ذهن خلاق **ویلیام تونز**، طراح بریتانیایی **استون مارتین** لاگونا و DBS بود. هاسلر در چند نسخه مختلف با پیشرانۀ سری A مینی و سیستم انتقال قدرت محور جلو در قالب خودروی کیت (kit-car) که باید توسط خریدار سرهم می‌شد، تولید شد. هاسلر در کنار مدل‌های دیگر این طراح شامل هانتزمن و هایلندر قرار می‌گرفت. جالب این است که مدل هانتزمن بر اساس **جگوار XJ12** و با پیشرانۀ ۱۲ سیلندر V شکل آن ساخته شد.

فورز آیبکس

محصول سال ۱۹۸۸



شرکت مهندسی انگلیسی **فورز** (Foers) سال‌ها مشغول تولید خودروهای ۶ چرخ بر اساس لندروور با نام آیبکس (Ibex) در بریتانیا است. تولیدات این شرکت به عنوان خودروهای آتش‌نشانی، جنگل‌بانی و کشاورزی استفاده می‌شود. این مدل‌ها ۶ چرخ محرک هستند و از پیشرانۀ‌های



آموزش کلیه سازها برای بزرگسالان و کودکان در آکادمی رمی

۶۲

ReMi
Journal

تولید انواع خودروهای همه‌جارو بوده است. محصولات آرگوکت با تایرهای آفرود، بدنهٔ سبک‌وزن و فرمان هندل مانند شناخته می‌شوند و انواع ۴ چرخ، ۶ چرخ و ۸ چرخ آن نیز موجود است. مدل فرانتیر سال ۲۰۰۶ رونمایی شد؛ این مدل که مناسب عبور از مسیرهای خاکی و آبی است، از پیشرانۀ ۷۴۷ سی‌سی هواخنک با قدرت ۲۳ اسب بخار استفاده می‌کند. نهایت سرعت آرگوکت فرانتیر در مسیرهای خاکی و آبی به‌ترتیب برابر ۳۵ و ۵ کیلومتر بر ساعت است.

مرسدس بنز G63 AMG 6x6

محصول سال ۲۰۱۳



شاید محبوب‌ترین خودروی ۶ چرخ تولیدی، محصول جذاب و سرسخت **مرسدس** باشد. این مدل از سال ۲۰۰۷ به عنوان خودروی نظامی ارتش استرالیا تولید می‌شد، اما سپس در قالب یک خودروی جاده‌ای برای فروش عمومی هم در دسترس قرار گرفت. **مرسدس G63 AMG** با ۶ چرخ و ۳ محور از پیشرانۀ ۸ سیلندر V شکل ۵.۵ لیتری با دو توربوشارژر و قدرت بیش از ۵۳۰ اسب بخار استفاده می‌کند. تایرهای **آفرود** ۳۷ اینچ، و افزایش طول، پهنا و ارتفاع آن در برابر G63 استاندارد از ویژگی‌های جالب‌توجه این مدل است. هر ۶ چرخ این مدل محرک هستند که در کنار ۵ قفل دیفرانسیل، عبور با آن از هر مسیری ممکن می‌شود. **مرسدس بنز G63 AMG** با ۶ چرخ فقط در اروپا و با قیمت پایه **۳۷۰ هزار پوند** (حدود ۴۷۲ هزار دلار) عرضه شد؛ یک نمونه از این مدل سال ۲۰۱۶ در آمریکا، یک میلیون دلار قیمت خورد.

کان دیفندر فلایینگ هانتزمن

محصول سال ۲۰۱۵



شرکت تیونینگ و طراحی بریتانیایی **کان دیزاین** (Kahn Design)،

مانور دارند. تایرهای بزرگ و بادکنکی مانند ترکول، فقط در مسیرهای خاکی ناهموار کاربرد ندارد، بلکه به شناور شدن خودرو روی آب و حرکت در گل و لای و مرداب‌ها هم کمک می‌کند. برخلاف ظاهر خشن و خاص، ترکول از پیشرانۀ ۸ سیلندر بزرگ و پر قدرت استفاده نمی‌کند. ۴ سیلندر ۲.۴ لیتری توربو دیزل با نهایت قدرت ۱۳۰ اسب بخار، قلب تپندهٔ این خودروی همه تن حریف روسیه است؛ ترکول از آن دست خودروها است که به بهترین نحو از قدرت پیشرانۀ استفاده می‌کند و حتی یک اسب بخار هم بدون مسئولیت و جهت خودنمایی نیست.

کوبینی C6W

محصول سال ۲۰۰۴



همانند پنتر ۶، **Covini C6W** هم با الهام از مدل تیرل P34 ساخته شد است. پروژهٔ C6W از سال ۱۹۷۴ توسط شرکت مهندسی ایتالیایی **کوبینی** کلید خورده اما به‌دلیل مختلف همیشه با تأخیر مواجه شده است. سرانجام در سال ۲۰۰۳ تولید این مدل از سر گرفته شد تا نمونهٔ پروتوتایپ یک سال بعد رونمایی شود. در حقیقت این خودروی ۶ چرخ مجهز به پیشرانۀ ۸ سیلندر V شکل ۴.۲ لیتری **آنودی** با قدرت ۴۳۴ اسب بخار هنوز هم در حال توسعه است. **کوبینی C6W** با نهایت سرعت نزدیک به ۳۰۰ کیلومتر بر ساعت، سقف کروک، ظرفیت اتاق دو سرنشین و قیمت پایه ۴۰۰ هزار دلار در دسترس است.

آرگوکت فرانتیر

محصول سال ۲۰۰۶



برند بریتانیایی **آرگوکت** (Argocat) از سال ۱۹۶۷ تا امروز در حال

به تولید انواع مدل‌های خاص و سفارشی **لندروور** شهرت دارد. مدل ۶ چرخ دیفنדר فلااینگ هانتزمن (Defender Flying Huntsman) نمونه سفارشی این شرکت است که در مقایسه با لندروور دیفنדר استاندارد، ۱۲۰۰ میلی‌متر در طول و ۱۵۰ میلی‌متر در پهنا افزایش داشته است. پیشرانده ۶ سیلندر V شکل ۶.۳ لیتری **شورولت** با قدرت ۴۳۰ اسب بخار قلب تپنده این لندروور دیفنדר ۶ چرخ است. این مدل با قیمت پایه حدود ۳۲۵ هزار دلار فروخته می‌شود. بسیاری از کارشناسان، مهندسان کان دیزاین را به الگوبرداری بیش از حد از محصول ۶ چرخ مرسدس بنز متهم می‌کنند.

هنسی ولوسی رپتور
محصول سال ۲۰۱۷



وانت پیکاپ فورد F-150 پر فروش‌ترین خودروی بازار آمریکا است که مهندسان **هنسی (Hennessey)** با تولید مدلی ویژه، محبوبیت آن را بیشتر از گذشته کرده‌اند. ولوسی رپتور (VelociRaptor)، هیولای ۶ چرخ هنسی از پیشرانده ۸ سیلندر V شکل توئین توربوشارژر با قدرت ۶۰۰ اسب بخار استفاده می‌کند که البته امکان انتخاب مدل ۷۰۰ اسب بخاری آن هم وجود دارد. چرخ‌های محور وسط ولوسی رپتور، دقیقاً در جای همان چرخ‌های محور عقب فورد F-150 رپتور قرار دارند. تیم مهندسی هنسی با اضافه کردن ۷۶ سانتی‌متر دیگر به طول این وانت، محور سوم ۶.۳۵ سانتی‌متری را در کنار کمک‌فنرهای بیشتر قرار داده‌است. تمام قدرت و گشتاور ولوسی رپتور توسط جعبه‌دنده ۱۰ سرعته استاندارد به دو محور عقب فرستاده می‌شود. قیمت این وانت ۶ چرخ و پر قدرت آمریکایی، از ۳۴۹ هزار دلار شروع می‌شود.

دویل ۶۰
محصول سال ۲۰۱۷



شرکت تازه تأسیس عربی **دویل موتورز (Devel Motors)** علاوه بر پروژه **ابر خودروی ۵۰۰۰ اسب بخاری**، اخیراً **شاسی بلند ۳ محوره‌ی دویل ۶۰** را هم رونمایی کرد. دویل ۶۰ ترکیبی از یک شاسی بلند جاده‌ای و نظامی است که از پیشرانده ۸ سیلندر V شکل ۶.۷ لیتری توربو دیزل با قدرت ۷۰۰ اسب بخار استفاده می‌کند. بر اساس ادعای مقامان دویل، این مدل با نهایت سرعت محدود شده به ۱۵۰ کیلومتر بر ساعت، ظرفیت ۶ سرنشین، دوربین دید در شب و سیستم تعلیق مستقل پیشرفته در زمان ۵.۸ ثانیه به سرعت ۱۰۰ کیلومتر بر ساعت می‌رسد.

رنجروور SLT
محصول سال ۲۰۱۸



حدود چهار ماه پیش بود که برند آلمانی T.Fotiadis Design از پروژه جذاب، **رنجروور ۶ چرخ و ۳ محوره** رونمایی کرد. این مدل ویژه با هدف پیوند بین خودروهای ۶ چرخ لوکس با قایق‌های تفریحی ساخته می‌شود. رنجروور SLT با ابعاد ۶.۲ متر طول، ۲.۱ متر پهنا و ۱.۸ متر ارتفاع به رنگ‌های اسپرت و بزرگ ۲۰ اینچ، کیت بدنه اختصاصی و قوای فنی هیبرید، بنزینی و دیزل مجهز است. در واقع پیشرانده‌های ۴ سیلندر ۲ لیتری پلاگین هیبرید، ۸ سیلندر V شکل ۴.۴ لیتری دیزل و ۸ سیلندر V شکل ۵ لیتری سوپرشاژر گزینه‌های انتخابی قوای فنی رنجروور SLT هستند. این مدل منحصربه‌فرد و زیبا ماه آینده در نمایشگاه قایق‌های تفریحی موناکو به نمایش عمومی گذاشته می‌شود.



<https://www.zoomit.ir/>



برنامه‌ی تلویزیونی آوا بوسیله شبکه در سرتاسر
استان کبک و از طریق ماهواره های Bell و Shaw
در سرتاسر کانادا و از طریق اینترنت در سرتاسر دنیا پخش میگردد.

زمان پخش:

یکشنبه: (جدید) ۱۸:۰۰
دوشنبه: ۱۶:۰۰
سه شنبه: ۰۹:۰۰
چهارشنبه: ۲۳:۰۰
جمعه: ۲۱:۰۰



Bell Fibe 208, 216 (SD) 238 (SD) / 838 (HD)
1208, 1216 (HD)

Channel 204



Channel 47.1 Antenna

Bell Satellite 232 (SD)
1034 (HD)

Channel 294 (HD)



گروه کینوتراپ مونترال

Groupe Kinotherap

متخصص در استخوان درمانی و طب جایگزین

درمان تضمینی

- دردهای مزمن عضلانی
- التهاب مفاصل
- دردهای استخوانی
- سینوزیت

عضو انجمن طب جایگزین کبک (CPDMQ)

شیرین بهرام

(514) 886 - 3938

kinotherap@gmail.com



دفتر ترجمه رسمی فرهنگ
Bureau de Traduction Farhang
Farhang Translation Office



رضا داودی
مترجم رسمی

ترجمه رسمی کلیه اسناد و مدارک
گواهی امضاء و کپی برابر اصل
ترجمه شفاهی در محاکم و ادارات
تنظیم دعوت نامه رسمی
تکمیل فرم های مختلف
اخذ ویزای توریستی

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

شعبه ایران تهران: کارگرمشمالی، ناطع بلوار کشاورز، نبش کوچه کبکی.
پلاک ۱۱۷۲-طبقه ۳، واحد ۷
+۹۸ ۲۱ ۶۶۴۲ ۱۵۱۱
+۹۸ ۲۱ ۶۶۴۲ ۸۱۵۴
Email: h.davoudi@farhang.ca

دفتر ترجمه رسمی فرهنگ

Studio Photobook

ارائه کننده بهترین خدمات
عکاسی و فیلمبرداری حرفه ای

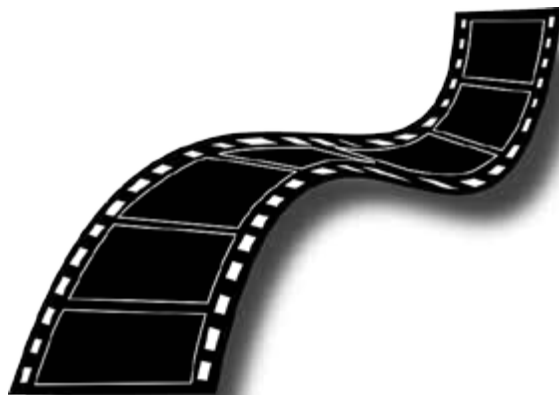


تصویربرداری حرفه ای از جشن ازدواج، دوران بارداری، کودک،
خانوادگی، مدینگ، تهیه تیزر تبلیغاتی، جشن تولد، عکسهای
پاسپورتی و پرسنلی، تصویربرداری تبلیغاتی از املاک و منازل و
عکسهای 360 درجه، آموزش عکاسی، تهیه آلبوم دیجیتال، ترمیم
عکسهای قدیمی، تهیه انواع ویدئو کلیپ با کیفیت 4K

(514)984-8944

فقط با وقت قبلی

تاریخ سینما در ایران (بخش دوم)



ایران آمد و اولین مدرسه سینمایی ایران را به نام "مدرسه آرتیستی سینما" بنا نهاد.

سپس در همان سال با کمک هنرجویان مدرسه‌اش فیلم صامت "آبی و رابی" را که یک مجموعه نمایش کمدی بود ساخت و در سال ۱۳۰۹ آن را به نمایش گذاشت. او دوسال بعد فیلم "حاجی آقا آکتور سینما" را کارگردانی کرد. با شروع سینمای ناطق مردم دیگر به فیلم‌های صامت روی خوش نشان ندادند. او ورشکست شد و به هند مهاجرت کرد. جالب است بدانید او پس از جنگ جهانی دوم به ایران بازگشت و اسلام آورد و نام خود را به رضا مؤده تغییر داد.



حاجی آقا آکتور سینما

اما مهم‌ترین اتفاق سینمای ایران به سال ۱۳۱۲ رخ داد که تاثیر بسیار بسزایی در روند شکل‌گیری و حرکت سینمای ایران داشت. در این سال اولین فیلم ناطق سینمای ایران به نام "دختر لر" توسط "عبدالحسین سپنتا" ساخته شد.

به واسطه نبود امکانات تولید، سپنتا ساخت آن را در بمبئی انجام داد و از امکانات فیلمسازی هندوستان بهره برد.

"دختر لر" برگرفته از داستان عامیانه جعفر و گلنار بود که در آن دختری به نام گلنار توسط راهزنان از کودکی به بردگی برده می‌شود. او پس از سال‌ها اسارت، بعد از آشنایی با یک مامور دولتی به نام جعفر پس از یک جنگ و گریز از دست راهزنان رها می‌شود و در نهایت با او ازدواج می‌کند. "عبدالحسین سپنتا" برای انتخاب و یافتن نقش گلنار مصائب زیادی متحمل شد. بسیاری از زنان ایرانی با توجه به تازه‌بودن سینما و جو بد عمومی نسبت به بازی زنان در فیلم، حاضر به بازی در فیلم‌های سینمایی نبودند.

احمد زالی

در بخش قبل دانستیم که با ورود مشروطه‌خواهان و فتح تهران به دست ایشان دو سینمای باقیمانده روسی‌خان توسط مردم غارت شد و تا مدتی بعد که تنها یک سینمای توسط یکی از مشروطه‌خواهان فعال شد، سینمای جدیدی وارد کار نشد.

عملاً تا سال ۱۳۰۸ حرکت جدیدی در سینمای ایران رخ نداد و تنها نمایش فیلم‌های خارجی که اغلب از روسیه خریداری می‌شد و بعضاً زیرنویس داشتند در چند سینمای لوکس در حوالی خیابان لاله‌زار انجام می‌شد. اما در این سال نخستین فیلم صامت بلند سینمای ایران به نام "آبی و رابی" توسط "آوانس آواگانیانس" و با فیلمبرداری "خان بابا معتضدی" ساخته شد.

آوانس آواگانیانس مهاجری ارمنی بود که در مدرسه



سینمایی مسکو تحصیل کرد و در اوایل سال ۱۳۰۸ به



در سینمای بعد از خود داشت و سینمای ایران را چند گام به جلو پرتاب کرد.
سینمای ایران بعد از این فیلم وارد یک مرحله جدید در دوران خود شد که در شماره‌های بعد به بررسی آن خواهیم پرداخت.



دختر لر



ادامه دارد ...

در نهایت پس از کوشش بسیار، همسر یکی از کارکنان استودیو فیلم بمبئی که فیلم در آن استودیو تولید می‌شد به نام خانم "روح انگیز سامی نژاد" حاضر به ایفای این نقش شد، اما او لهجه غلیظ کرمانی داشت به همین دلیل عبدالحسین سپنتا تغییراتی در فیلمنامه ایجاد کرد و اتفاقاً لهجه شیرین کرمانی او به شخصیت گلنار کمک کرد و نقش جعفر را نیز خود سپنتا بازی کرد.

بازی او بسیار دلنشین و قابل قبول بود تماشاگران خانم سامی نژاد را در نقش گلنار کاملاً باور کردند. چهره او در قالب شخصیت گلنار برای همیشه در تاریخ سینمای ایران جاودانه شد. او در این فیلم تیپ یک زن معصوم و پاک را به تصویر می‌کشید. در نهایت این فیلم در ۱۵۵ دقیقه ساخته و در ۳۰ آبان ۱۳۱۲ در سینما سبه به نمایش عمومی درآمد. استقبال از این فیلم بسیار زیاد و غیر قابل توصیف بود. سینماهای یکی پس از دیگری به اکران آن روی آوردند و سود خوبی متوجه سینماداران و تهیه‌کنندگان این فیلم شد اما نکته جالب اینجاست که مردمی که با دیدن فیلم و بازی روح انگیز سامی نژاد غرق در لذت و هیجان می‌شدند به واسطه سنتی بودن جامعه آن زمان و بد دانستن بازی زنان در فیلم، هنگامی که او در مجامع عمومی ظاهر می‌شد، وی را با توهین و طعنه و حتی گاه پرتاب اشیاء مورد تحقیر و تهدید قرار می‌دادند.

او بعداً در یک فیلم دیگر به نام شیرین و فرهاد در سال ۱۳۱۴ که بازهم توسط سپنتا ساخته شد، بازی کرد. ولی پس از آن به علت فشارهایی که از سوی جامعه و حتی خانواده‌اش به او وارد شد دیگر حاضر به بازی در هیچ فیلمی نشد، او خود در این باره چنین می‌گوید: به خاطر ناراحتی‌هایی که در موقع فیلمبرداری و بعد از آن، چه از فامیل و چه از طرف مردم کشیدم هرگز راضی نشدم در فیلم دیگری بازی کنم. هر موقع از خانه بیرون می‌آمدم مردم به سمت اتومبیل شیشه پرت می‌کردند. هرجایی هم که می‌رفتم باید چیزی روی سرم می‌انداختم که کسی مرا نشناسد از آرتیستی دست کشیدم. از بس که سختی از مردم کشیدم. گاهی وقت‌ها به فکر می‌رسید که دو مرتبه برم کاری را شروع کنم اما به خاطر همین سختی‌ها و ناراحتی‌هایی که از مردم به من وارد شد ترک کردم و چندین سال گوشه‌نشین شدم.

او در زمان تصویربرداری دختر لر از اسب به زمین خورد و به همین دلیل هرگز بچه‌دار نشد و پس از شکست در ازدواجش به تنهایی در تهران در انزوا به سر برد و چند سال پیش در گمنامی چشم از جهان فرو بست. این سرنوشت اولین بازیگر زن سینمای ایران بود.

به هرحال دختر لر از آنجا که اولین قصه نمایشی بود که با روایت درست و فنی و از یک فیلمنامه کامل و استاندارد بهره می‌برد تأثیری بسیار مهم

نینوس گیورگیزنیا
عضو دائمی کانون بین‌المللی مهندسين نفت

مشاور املاک مسکونی و تجاری

برنده جایزه مشاوران و کارشناس مجرب املاک در سراسر کانادا

Century 21
UNIC
Agence immobilière

Cell : 514-816-4080
Office : 514-630-1799
WWW.ninous.givargiznia.com
ngivargiznia@gmail.com
203 Boul Hymus, Suite 208, Pointe-Claire, Qc, H9R1E9, Canada

مشاوره و ارزیابی رایگان با تجربه‌های طولانی بین‌المللی در امور سرمایه‌گذاری و مدیریت

برای خرید ساختمان‌های مسکونی، تجاری، صنعتی، هتل و مزرعه با ما تماس بگیرید

اخذ وام بانکی با بهترین نرخ و کمترین پیش پرداخت حتی برای تازه واردین

۱۱ کاراکتر مشهور سینمایی و انیمیشنی که از شخصیت‌های واقعی الهام گرفته شده‌اند (۱)



شده‌است. این نقش کاراکتر گوئین پلین در فیلم «مردی که می‌خندد» (The Man Who Laughs) بود. گرچه کاراکتر جوکر طی حدودا هشتاد سالی که از زمان شکل‌گیری‌اش می‌گذرد دست‌خوش تغییراتی شده‌است، اما ویژگی‌های ظاهری اصلی‌اش یعنی پوست سفید گچی او و خنده سرد و بی‌احساسش که رد یک زخم بد قواره دارد همچنان باقی مانده‌اند.

۳- «پوکاهانتس» در انیمیشن «پوکاهانتس»- آیرین بدارد

آیرین بدارد در فیلم‌های مختلفی در نقش یک زن سرخپوست ظاهر شده و از این جهت شهرت دارد. بدارد علاوه بر آنکه کار صدای پیشگی کاراکتر پوکاهانتس را بر عهده داشت، مدل طراحی این کاراکتر هم بود. آیرین به کاراکتر پوکاهانتس روح بخشید و از او شخصیتی قوی و احساسی ساخت.

۴- «بل» در انیمیشن «دیو و دلبر»- ویوین لی
بل دختری باهوش و زیبا بود که ویژگی‌های اصلی‌اش از زنان و کاراکترهای مشهور زیادی الهام گرفته شده بود. شخصیت قوی و علاقه زیادش به کتاب از کاراکتر ژوزفین مارچ در فیلم زنان کوچک (Little Women) الهام گرفته شده بود که نقش آن را کاترین هیپورن بازی کرده بود. علاوه بر این، زیبایی و ظرافت او از بالرین‌های نقاشی‌های مشهور ادگار دگاس و چهره اروپایی‌اش از دو بازیگر مشهور یعنی ویوین لی و آدری هیپورن الهام گرفته شده بود.

۵- «چاکی فینستر» در انیمیشن «راگرتز»- مارک مادرزبا

مارک مادرزبا یک خواننده، ترانه‌سرا، آهنگساز، نوازنده، تهیه‌کننده، نویسنده و ویزوال آرتیست آمریکایی است. او علاوه بر آنکه کار آهنگسازی انیمیشن پرترفدار راگرتز (Rugrats) را برعهده داشت، منبع الهام طراحی کاراکتر چاکی در این انیمیشن هم بود.

از شخصیت‌های انیمیشنی کارتون‌های دوران کودکی‌مان گرفته تا شخصیت‌های فیلم‌های پرترفدار سینما، بسیاری از کاراکترهای مشهور و مورد علاقه ما در حقیقت با الهام از شخصیت‌هایی واقعی ساخته شده‌اند. در ادامه به ۱۱ کاراکتر مشهوری می‌پردازیم که تا حدودی و یا به طور کامل از روی شخصیت‌های واقعی ساخته شده‌اند. این فهرست به شما نشان می‌دهد که حتی بعضی از عجیب و غریب‌ترین کاراکترهای سینمایی و انیمیشنی در زندگی واقعی وجود داشته‌اند.

۱- «هارلی کویین» در کتاب‌های کمیک دی سی کمیکس- آرلین سورکن

آرلین سورکن بازیگر، فیلمنامه‌نویس و کمدین آمریکایی، علاوه بر آنکه منبع الهام کاراکتر هارلی کویین بوده، کار صدای پیشگی آن را هم در انیمیشن‌هایی که بر اساس کمیک‌های دی سی کمیکس ساخته شدند انجام داده‌است.

پاول دینی، خالق کاراکتر هارلی کویین در این باره می‌گوید: من و آرلین با هم دوست هستیم.

زمانی که به کاراکتر هارلی فکر می‌کردم با خودم می‌گفتم شبیه آرلین. وقتی آرلین رو تو سریال روزهای زندگی ما (Days of Our Lives) با لباس دلک دربار دیدم، با خودم فکر کردم خودش! لباس هارلی باید مثل لباس جوکر باشه.

۲- «جوکر» در کتاب‌های کمیک دی سی کمیکس- کونراد ویت

منشأ شکل‌گیری این دلفک ترسناک هیچ ارتباطی به سیرک ندارد. شمایل کاراکتر جوکر از یکی از نقش‌های بازیگری آلمانی به نام کونراد ویت الهام گرفته





بل



چاکی فینستر



۶- «سوروس اسنیپ» در کتاب «هری پاتر»، جان نتلشیپ

جی. کی. رولینگ، نویسنده کتاب‌های هری پاتر، یک استاد شیمی به نام جان نتلشیپ داشت. رولینگ کاراکتر پروفیسور اسنیپ را دقیقاً از روی نتلشیپ طراحی کرد. شباهت‌های ظاهری میان این دو، اندام ترک‌های و سفیدی روح مانند پوست، موهای سیاه بلند و اغلب چرب، نگاه نافذ، رفتارهای هیجانی، دندان‌های نامرتب، بینی نسبتاً بزرگ و ظاهر اغلب ژولیده و نامرتب بود. علاوه بر این، هوش، خردمندی و علاقه نتلشیپ به رشته‌اش هم در طراحی کاراکتر اسنیپ الهام بخش رولینگ بود. هر کسی که نتلشیپ را می‌شناخت، فوراً متوجه شباهت او به کاراکتر اسنیپ می‌شد. حتی نتلشیپ در این باره گفته بود: «خیلی از دانشجویانم وقتی فیلم هری پاتر رو می‌دیدن متوجه می‌شدن منبع الهام این کاراکتر من بودم. اونا به من می‌گفتن استاد شما رو تو این فیلم دیدیم.»



طالع‌بینی سال ۲۰۱۹

سال خوک - بر شما چه خواهد گذشت؟



سال ۲۰۱۹ سال خوک نامگذاری شده‌است و بر اساس طالع‌بینی چینی سالی پر از شانس، ثروت، عشق و دوستی برای همه ۱۲ ماه سال می‌باشد.

طالع‌بینی چینی ۲۰۱۹ بر اساس زودیاک حیوانات

سلسله هان طالع‌بینی چینی را برپا کرد و بر اساس تقویم قمری چینی است و در زمانی که ارتباط بین حیوانات و انسان شروع شد، اتفاق افتاد. زودیاک چینی، که به نام شنگ چیاو شناخته می‌شود، در حدود یک دوره ۱۲ ساله با یک علامت حیوانی چرخش دارد؛ این نشانه‌های حیوانی شامل موش، ببر، گاو، اژدها، خرگوش، مار، میمون، خروس، سگ، اسب، گوسفند و خوک است. زودیاک چینی، سال را به ۱۲ قسمت تقسیم کرده که به جای ماه‌ها می‌باشد.

علائم بینشی را به ویژگی‌های انسانی و رفتار می‌دهد، شما از طریق پیش‌بینی‌های مبتنی بر تقویم تولد چینی، یک دید کلی از صفات شخصیت خود دریافت می‌کنید. هنگامی که ما عمیقاً در داخل فرهنگ چینی نگاهی می‌اندازیم، متوجه می‌شویم که زودیاک چینی، بخش جدایی‌ناپذیری از آن است. در طالع‌بینی چینی، حیواناتی که در یک سال خاص ظاهر می‌شوند، رفتار شما را نسبت به دیگران مشخص می‌کنند. میلیون‌ها نفر از مردم چین به‌طور جدی به پیش‌بینی‌های طالع‌بینی

چینی اعتقاد دارند و نشانه‌های حیوانی که به‌عنوان نشانه‌های زودیاک در فرهنگ چینی مورد استفاده قرار می‌گیرد، به خوبی در داستان‌های اولیه و فولکلور نشان داده شده‌است.

ماندارین‌ها معتقدند که حیوانات حاکم بر سال تولدشان به طور قابل‌ملاحظه‌ای روی زندگی، سلامت، امور مالی، عشق و زندگی آنها تأثیر می‌گذارند، شما می‌توانید علامت زودیاک خود را با اشاره به سال تولد خود تعیین کنید.

به یاد داشته باشید، در حالی که طالع‌بینی غربی جنبش‌های سیاره‌ای را برای سرنوشت افراد به رسمیت شناخته‌است، چینی‌ها ویژگی‌های طبیعت و شخصیت را بر اساس علائم حیوانی تعیین می‌کنند.

طالع‌بینی چینی موش برای سال ۲۰۱۹

در صورتی که شما متولد اولین علامت زودیاک چینی هستید، "سال خوک" ۲۰۱۹ میلادی، برایتان یک دوره گذار است؛ شما در حال نزدیک شدن به سال خود هستید. سال ۲۰۲۰ "سال موش آهنی" این سال پر از شادی و رفاه است.



این زمانی است که متولدان موش مسیر خود را پیدا خواهند کرد و آنها

	۱۹۶۰، ۱۹۷۲، ۱۹۸۴، ۱۹۹۶، ۲۰۰۸، ۲۰۲۰		۱۹۶۶، ۱۹۷۸، ۱۹۹۰، ۲۰۰۲، ۲۰۱۴، ۲۰۲۶
	۱۹۶۱، ۱۹۷۳، ۱۹۸۵، ۱۹۹۷، ۲۰۰۹، ۲۰۲۱		۱۹۶۷، ۱۹۷۹، ۱۹۹۱، ۲۰۰۳، ۲۰۱۵، ۲۰۲۷
	۱۹۶۲، ۱۹۷۴، ۱۹۸۶، ۱۹۹۸، ۲۰۱۰، ۲۰۲۲		۱۹۶۸، ۱۹۸۰، ۱۹۹۲، ۲۰۰۴، ۲۰۱۶، ۲۰۲۸
	۱۹۶۳، ۱۹۷۵، ۱۹۸۷، ۱۹۹۹، ۲۰۱۱، ۲۰۲۳		۱۹۶۹، ۱۹۸۱، ۱۹۹۳، ۲۰۰۵، ۲۰۱۷، ۲۰۲۹
	۱۹۶۴، ۱۹۷۶، ۱۹۸۸، ۲۰۰۰، ۲۰۱۲، ۲۰۲۴		۱۹۷۰، ۱۹۸۲، ۱۹۹۴، ۲۰۰۶، ۲۰۱۸، ۲۰۳۰
	۱۹۶۵، ۱۹۷۷، ۱۹۸۹، ۲۰۰۱، ۲۰۱۳، ۲۰۲۵		۱۹۷۱، ۱۹۸۳، ۱۹۹۵، ۲۰۰۷، ۲۰۱۹، ۲۰۳۱

دنیایی پر از راههایی را که پیش از آنها باز هستند، خواهند داشت، که به این معنی است که در سال ۲۰۱۹ برخی از تجربیات بزرگ را خواهند دید. تمایل به کشف افق‌های جدید و چشم‌اندازهای بهتر از سال جاری برایتان به دست می‌آید.

سال ۲۰۱۹ سالی پر از موفقیت برای متولدین سال موش

طالع‌بینی متولدین گاو برای سال ۹۱۰۲

اگر شما متولد گاو هستید، احتمال دارد سالی پر از سردرگمی داشته باشید. شما ممکن است چندین بار در زندگی شخصی خود سکسکه کنید. تغییرات شخصیتی و واضحی ممکن است برای رشد شخصی و حرفه‌ای‌تان مورد نیاز باشد.



شانس کسب درآمد برای شناخت اجتماعی وجود دارد، احساس خوشحالی در کانون توجه قرارگرفتن و منافع و ایده‌های خود را به شیوه‌ای متقاعدکننده بیان می‌کنید. برای زندگی زناشویی، متولدینی که ازدواج کرده‌اند ممکن است بچه‌دار شوند. زندگی عاشقانه شما در سال جاری می‌تواند در جریان کامل‌شدن باشد، در مورد سلامتی، متولدین گاو باید سخت کار کنند تا خود را به شکل خوب و وضعیت تعادل نگه دارند.

تغییرات در زندگی متولدین سال گاو در سال ۲۰۱۹

طالع‌بینی چینی متولدین ببر برای سال ۲۰۱۹

با توجه به فال و طالع‌بینی چینی، متولدین ببر ممکن است با بسیاری از پیچ‌وتاب‌ها روبرو شوند. ممکن است بالا و پایین‌های زیادی در سال داشته باشند، اما در کل، مثبت خواهد بود. خوک دوست مخفی ببر است، به همین دلیل است که سال ۲۰۱۹ سال خوبی برای متولدین ببر است؛ اگر شما به دنبال یک رابطه جدی هستید، می‌تواند سال خوبی برای شما باشد. زوج‌های جوان ممکن است قادر به تقویت روابط عاشقانه خود باشند. شانس موفقیت شما در موفقیت کسب‌وکار خود با نگاه داشتن قدرت بیش از امور مالی وجود دارد.

پیشرفت و موفقیت در کسب‌وکار متولدین سال ببر



طالع‌بینی چینی خرگوش برای سال ۲۰۱۹

اگر شما متولد خرگوش هستید، ممکن است فضای مفیدی را در خانواده را برای استراحت و آرامش‌تان بیابید. روابط شما با همسر و خانواده‌تان در طول ۲۰۱۹ بهتر و تقویت می‌شود. در حالی که خرگوش در سال جاری از روحیه بهتری برخوردار می‌شود، در دیگر جنبه‌های زندگی، چشم‌اندازهای بهتر را نیز در بر خواهد داشت.

شما از انرژی‌های ستاره‌ای خوب امسال ۲۰۱۹ بهره‌مند خواهید شد این انرژی مثبت بر نماد این حیوان تأثیر می‌گذارد بنابراین، می‌توانید، با آرامش، آینده خود را بسازید و حفظ کنید.

خوک انرژی خیرخواهانه‌اش را برای خرگوش فراهم می‌کند و خرگوش شادکامی و تحقق زیادی از سال ۲۰۱۹ را دارد و خبری خوب برای بومیان خرگوش است.

آرامش در زندگی افراد متولد سال خرگوش



طالع‌بینی چینی متولدین اژدها برای سال ۲۰۱۹

متولدین اژدها در طول ۲۰۱۹ لذت و رفاه را تجربه خواهند کرد، این پنجمین علامت زودیاک از طالع‌بینی چینی است. اژدها در نهایت از زنجیرهایی که در طی سال سگ ۲۰۱۸ بود، آزاد خواهد شد.



اگر شما متولد اژدها هستید، با شور و شوق و جرقه‌ای که شما مشخص می‌کنید، پیشرفت خواهید کرد. پیش‌بینی شده‌است که زندگی شخصی و حرفه‌ای شما نرمال باقی خواهد ماند. شما ممکن است یک بار دیگر امید و شانس را که از دست داده‌اید پیدا کنید. در طول سال ۲۰۱۹ آماده جهش بزرگ به ماجراهای جدید باشید. شما به معنای تسخیر و تحت‌الشعاع قراردادن جهان هستید.

تجربه لذت و رفاه در سال ۲۰۱۹ برای متولدین سال اژدها

طالع‌بینی چینی متولدین مار برای سال ۲۰۱۹

امسال یک سال مخلوط برای متولدین مار است، این بار تضمینی برای حس طنز خوب و شادی برای شما نیست. مارها در این زمان ممکن است با مشکلات زیادی روبرو شوند. آنها معمولاً ترجیح می‌دهند که روی سرنوشت خود قوی و پایدار بمانند. این ممکن است با اعصاب شما مبارزه کند و ناامید شوید. هیچ چیز نمی‌تواند با توجه به خواسته‌ها و برنامه‌های متولدین مار، پیش برود.



بنابراین ممکن است احساس ناراحتی خود را نسبت به مجبور ساختن تلاش‌های خود برای حفظ موقعیت و تعادل خود داشته باشند؛ در صورتی که مار علامت حیوانی شما باشد، ممکن است تصمیم بگیرید که پایدار تا پایان دوره باشد. تنها پس از آن شما قادر خواهید بود محیط زیست خود را به شیوه‌ای بهتر پاک کنید.

تلاش و مبارزه با مشکلات در سال ۲۰۱۹

طالع‌بینی متولدین سال اسب برای سال ۲۰۱۹

اسب دارای رتبه هفتم است، افراد متولدین اسب در سالهای ۱۹۳۰، ۱۹۴۲، ۱۹۵۴، ۱۹۶۶، ۱۹۷۸، ۱۹۹۰، ۲۰۰۲، ۲۰۱۴ و ۲۰۲۶ به دنیا آمده‌اند. براساس فال و طالع‌بینی سال ۲۰۱۹، این سال رشد و توسعه کسب‌وکار را به همراه خواهد آورد این هم زمانی است که شما ممکن است در مورد بازسازی درونی خود کارهایی انجام دهید.



در طول سال خوک زمینی، ازدواج، مشارکت و روابط، ثبات بیشتری نسبت به گذشته خواهید داشت. شما نه تنها می‌توانید رشد مالی داشته باشید، بلکه سفرهای کاری زیادی خواهید داشت، قبل از سرمایه‌گذاری، با دقت به همه چیز توجه کنید.

رشد و سرمایه‌گذاری برای متولدین سال اسب

طالع‌بینی متولدین گوسفند برای سال ۲۰۱۹

متولدین گوسفند عشق گرمی خواهند داشت این سال می‌تواند افراد متولد گوسفند را مهم جلوه دهد. احتمال بالاتر رفتن شما در تمام عرصه‌های زندگی وجود دارد. در پایان سال ۲۰۱۹ ممکن است دشوار باشد که تمرکز خود



طالع بینی چینی متولدین خروس برای سال ۲۰۱۹

متولدین خروس قدرت و اقتدار را دوباره به دست خواهند آورد؛ انتظار می‌رود که آنها کاملاً سازمان‌یافته، کارآمد، منظم و مسئول باشند. شما ممکن است در سال ۲۰۱۹ از لحاظ مالی بهتر عمل کنید. می‌توانید فرصت‌های جدیدی برای کسب و پیشرفت در زندگی خود در این زمان ایجاد کنید.



امسال "سال تغییر" برای متولدین خروس خواهد بود. شما قدرت خود را به دست می‌آورید و هر چیزی را که همیشه می‌خواستید را به دست می‌آورید. اگر متولد خروس هستید، ممکن است تمایل و سوسه‌انگیزی برای تغییر داشته باشید و این تغییر ممکن است به شکل جابه‌جایی یا تغییر شغل باشد. در این زمان ممکن است که شما فکر کردن درباره دیگران را به خود ترجیح دهید.

قدرت و پیشرفت برای متولدین سال خروس

طالع بینی چینی متولدین سگ برای سال ۲۰۱۹

برای متولدین سال سگ، امسال سالی پر از انرژی خواهد بود؛ این زمانی است که شما در فعالیت‌های مختلف شرکت خواهید کرد. سال خوک زمینی برای متولدین سگ مهم خواهد بود در هر دو جنبه شخصی و حرفه‌ای، ممکن است فرصت پیشرفتی را به دست آورید. شما نقشه‌های جدید و نقشه‌های آینده را تغییر می‌دهید. امسال زمانی است که شما نیاز دارید که به شدت مراقب امور مالی خود باشید و توجه کنید.



را روی کار خود داشته باشید؛ شانس از دست دادن آرامش و پول شما هم‌زمان وجود دارد.

این زمانی است که شما نیاز دارید که حرف‌های خود را کنترل کنید. اگر شما موفق به کنترل رفتار خود نباشید، ممکن است دچار مشکل شوید. از جنبه سلامتی، ممکن است لازم باشد تا پایان سال مراقب باشید، زیرا ممکن است دچار حوادثی شوید.

سال ۲۰۱۹ سالی پر از عشق برای متولدین گوسفند

طالع بینی چینی متولدین سال میمون برای سال ۲۰۱۹

پیش‌بینی می‌شود که میمون چینی، شما را به لحاظ معنوی تکامل خواهد داد. امسال می‌تواند سالی باشد که متولدین میمون به فضای خود نیاز بیشتری داشته باشند و خودشان را بیشتر از قبل منزوی کنند و روی صلح روانی خود تمرکز کنند. پر از خبر خوب برای شما خواهد بود.



شما ممکن است هیچ فرصتی برای نشان دادن استعداد، ظرفیت کاری، جاه‌طلبی و اشتیاق خود نداشته باشید. متولدین میمون ممکن است در طول سال سود زیادی کسب کنند و انتظار می‌رود که شغل مناسب را پیدا کنند و درآمد خوبی کسب کنند. اگر در رابطه هستید، ممکن است سال خوبی برای برنامه‌ریزی ازدواج‌تان باشد. برای متولدین مجرد، شما ممکن است شریک زندگی خود را پیدا کنید.

متولدین سال میمون و خبرهای خوب در سال ۲۰۱۹

HIGH ROLLER 2018
PROPOSED BY
GRUPE IMMOBILIERE LONDONO
REALTY-GROUP INC.

آرش شکور مهندس

مشاور رسمی املاک مسکونی

- دسترسی به پیش فروش VIP در مناطق مختلف
- مشاوره تخصصی املاک درآمدزا جهت سرمایه گذاری
- خانه های ویلایی در Montreal , Laval , South Shore
- دریافت وام تضمینی

با نهایی شدن هر تراکنش خرید یا فروش از خیریه **DANS LA RUE** حمایت خواهیم کرد.

برای مشاوره رایگان با ما تماس حاصل نمایید.

514-730-3909

خرید

فروش

اجاره



کلام آخر:

عشق و سخاوت در سال ۲۰۱۹ وجود دارد. قربانی کردن خودتان به نفع عزیزانتان ممکن است گرایش اکثر نشانه‌های حیوانات چینی در سال جاری باشد. متولدین این سال، صرف‌نظر از نشانه‌های حیوانی، این بار لذت خواهند برد. ممکن است بخشش آنها بیشتر از قبل باشد. شما امسال نسبت به ضعیف‌ها، مهربان‌تر هستید.



<http://namnak.com/>

پروژه‌ها را نادیده نگیرید که ممکن است برایتان سودآور باشد؛ شما ممکن است در معرض خطر از دست‌دادن پول و بدهی در این سال باشید. برای سلامتی، فعالیت در فضای باز برایتان مناسب خواهد بود. می‌توانید هر هفته یک بار قدرت خود را بازیابی کنید.

سالی پرانرژی و فعالیت برای متولدین سال سگ

طالع‌بینی چینی متولدین سال خوک/گراز برای سال ۲۰۱۹

امسال برای زندگی حرفه‌ای شما مفید است. شما می‌توانید پیشرفت‌های مثبتی را از ابتدای سال شاهد باشید. شانس مناسبی برای کار شما بر روی وظایف رضایت‌بخش و جالب وجود دارد. سال ۲۰۱۹ می‌تواند به نام «سال پیشرفت برای متولدین خوک» نامیده شود. شما با استفاده از استعداد و تجربه خود ممکن است احساس خوبی در دیگران در محل کار ایجاد کنید. متولدین خوک می‌توانند به‌طور مطلوبی از روحیه کارآفرینی و توانایی‌های پولی خود استفاده کنند.

در رابطه با عشق و روابط، ازدها، خرگوش یا بز می‌توانند شرکای ایده‌آلی برای شما باشند؛ با توجه به سازگاری شما، خوک و بز با اولین نگاه و نشانه عاشق می‌شوند. تا آنجا که به سلامت شما مربوط می‌شود، شما نباید در سال ۲۰۱۹ نگران باشید. انتظار می‌رود از مارس تا پایان سال ۲۰۱۹ زندگی خوبی داشته باشید و این خبر خوب برای متولدین خوک است که شیوه زندگی سالمی را انتخاب می‌کنند.

سال ۲۰۱۹ بهترین سال برای متولدین سال خوک

با پرداخت ماهیانه 10 دلار به بزرگترین بانک اطلاعاتی بیزینس های مونترال پیوندید!

assuruni
514-600-2338
Amir Nadimi
www.assuruni.com



DESIGN
طراحی لوگو
(514) 996-1620



Life Financial
مشاور بیمه و سرمایه گذاری
Financial Advisor at SunLife Financial
زری جعفری
438.877.5861



EXPERTFX
Bureau de Change
Currency Exchange
(514) 844-4492
info@expertfx.ca
www.expertfx.ca



محل تبلیغ شما
ماهیانه ۱۰ دلار
514.996.1620



knowledgefirst
Morvarid Memarian
Scholarship Plan Representative
مشاور تخصصی حساب پس انداز
(RESP) تحصیلی کودکان
(514) 443-8363
morvarid.memarianpour@kff-pls.ca



IA Financial Group
نیره امداد
مشاوره امور مالی و بیمه
RESP, TFSA, RRSP
Life Insurance, Critical illness,
Travel Insurance, Disability
(514) 473-5395
nayereh.emdad@agc.ia.ca



صرافی الیت
انتقال لوری اوز به ایران و برعکس
و با تضمین بهترین نرخ و ۳۰
انتقال لوری
Tel: 514 989 - 2229
Tel: 514 289 - 9003



متین تیره دست
Financial Advisor
514.690.6181
www.ia.ca



محل تبلیغ شما
ماهیانه ۱۰ دلار
514.996.1620



knowledgefirst
آیا از کمک های دولتی برای تحصیل
فرزندان خود آگاه هستید؟
Leila Geranmayeh
Scholarship Plan Representative
Direct: 514-638-8366



صرافی آپادانا
با مدیریت حمیدرضا خلیقی
CELL: 514-839-7318



آموزش پیانو
در آکادمی رمی
برای بزرگسالان و کودکان
(514) 703-4020
WWW.REMIACADEMY.COM



Voyages Belles Vacances Inc. (VBV)
آژانس خدمات مسافرتی تعطیلات زیبا
Address: 7104 Rue Talbot, St-Hubert, QC
Support@voyagesbellesvacances.com
www.voyagesbellesvacances.com
514-649-0123
ACTA
Dunbar Licence # 703404
Travel & Relax, it's as simple as that!



محل تبلیغ شما
ماهیانه ۱۰ دلار
514.996.1620



Clinique Dentaire Lachine
New Patient Will Be Accepted
(514) 634-7281
Dentist@lachine.com



مشاور املاک
با ۳۵ سال سابقه کسب و کار در کانادا و
۱۵ سال تخصص در مشاوره املاک
فیروز همتیان
مونتreal سکونی-جاری
Cell: (514) 827-6364



مینو اسلامی
Real Estate Broker
مشاور املاک در مونتreal بزرگ
مسکونی و تجاری
Cell: (514) 967 - 5743



دکتر علی ایزدپناه
جراح پلاستیک و زیبایی
زیبایی اندام، لیپوساکشن، لزیج انواع بوتاکس و ژل
زیبایی صورت، بینی، لب، لیفت و زیبایی چشم
drizadpanah.com (514) 935-3238



فروش انواع سازهای پیانو در آکادمی رمی
نصب و ارسال رایگان
Remi
(514) 996-1620



علی خاقانی
Managing Director
مدیریت و اجرای پروژه های ساخت و ساز
با کارآیی ۵ ساله خانه های نوساز
Cell: (514) 574-5743



مهدی انصاری
کاپیتان اولف مهدی عذر
فروید فروش اجاره و تهیه وام
LONDON
514 588 0609



مشاور املاک
مسکونی و تجاری
Century 21
برنده جایزه مشاوران و کارشناسی مجرب املاک در سراسر کانادا
لیکونی گنیر گنیرلیا
514-816-4080



RE/MAX
هایک هارتونیان MBA
Residential Real Estate Broker
فروش خرید اجاره
Cell: (514) 574 6162



کلید خانه های شما
دسته کلید است
Mehdy Rafat Panah
Courtier immobilier / Real Estate Broker
514-730-8-307



آرزو گتمیری
مشاور املاک
(514) 561-3-561



با پرداخت ماهانه 10 دلار به بزرگترین بانک اطلاعاتی پزشکی های مونتreal پیوندید!

آموزش ویولن
در آکادمی رمی
برای بزرگسالان و کودکان
(514) 703-4020



آموزش گیتار
در آکادمی رمی
برای بزرگسالان و کودکان
(514) 703-4020



WWW.REMIACADEMY.COM

**آموزش سازه های ایرانی
در آکادمی رمی
برای بزرگسالان و کودکان**
(514) 703-4020



WWW.REMIACADEMY.COM

Laser hair removal
Face lifting (hifu)
Facial face
Tattoo removal

514-487-0800
2545 BOUL. CAPEWENGE, UNIT 300
MONTREAL, QC H4B2Y9

Salon Fariba
سالن آرایش و زیبایی فریبا



Salon Tessima
كلية خدمات آرائشي
بيا ٢٠ جمال سجاد
(514) 291-0175 ليلا
Leylahairdresserg9


 IC ACCOUNTING
خدمات حسابداری و دفتری
 آموزش نرم افزارهای حسابداری
 تألیف کتابهای تخصصی مالیاتی
 رهبر معین مشاور (514) 458-7599

ALI JAVAN BAKHT
MECANIQUE GENERAL INC.



AUTO VERTE

FRIGIDAMORTISSEUR MOTEUR TRANSMISSION

4350 Steeles Ave. East, Scarborough, ON, M1H 5C7
416-291-0000, 416-291-0001

بزرگترین جامعه مجازی تخصصی و حرفه‌ای
(آرانیان مونترال کانادا)
www.facebook.com/groups/business.montreal
برود بررسی مونترال با بیش از 50 ماه سابقه و فعالیت در هشتان
مونتريال

REMI ACADEMY OF MUSIC

Remi

دوره‌های تخصصی آموزش متد RCM برای پیانو، گیتار و ویولن
با ارائه مدرک معتبر بین‌المللی توسط رویال کنسرواتواری

514.996.1620

RCM

TOUTOU 1,2,3 NUMÉRIQUE
Digital Art Center For Kids
قافيه وصاله انشيدون
طراحی بازی و برنامه های کامپیوتر
کودکان ۱۲ تا ۳ سال
(514) 706 - 0091

بهترین قیمت ها برای مسافرت به ایران
و از ایران به تمامی نقاط جهان

شادین محمادی

514.660.7135
shadim.sky@gmail.com



مسند کودک

Joy Land





مراقبت از خردسالان و کودکان هر روز هفته

خدمات ویژه نگهداری در روزهای تعطیل بصورت

ساعتی و روزانه

دارای کلاسهای مراقبت از کودکان و کودکانه کلاس های اولیه

514-226-4490

7529 Chemin Earle,

514-577-3633

Côte Saint-Luc, QC, H4W 1N8

Dental Special Projects

تخصصی خدمات دندانپزشکی

تخصصی خدمات دندانپزشکی

Tel: (514) 900-3959

گروه کینوتراپ مونترال
Group Kinotherapy
متخصصی در استخوان درمانی و طب جایگزین
(514) 886 - 3938
kinotherapy@gmail.com
شیرین بهرام

محل تبلیغ شما
ماهیانه ۱۰ دلار
514.996.1620

OF MUSIC

دوره‌های تخصصی آموزش متد
با ارائه مدرک معتبر بین‌المللی

1620

M



La Belle Province Milad



Call Us Today! (514) 342-6577
7555 Decarie Blvd. Montreal, QC H4P 2G9



HOMA
RESTAURANT

4135 Rue Saint Denis, Montreal, QC, H2W 2M5

کافہ قنادی
Gâteau Doré
(438) 401.8546


دفتر ترجمه رسمی فارهنگ
Bureau de Traduction Farhang
Farhang Translation Office



رضا داودی
 مترجم رسمی (تأیید شده)

Tel.: +1-514 691 4383
Toll Free from Iran (021) 853 128 3
Email: r.davoudi@farhang.ca

Haniyeh Moghaddam
Traductrice agréée

مترجم رسمی
عضو رسمی کانون مترجمان کبک

(514) 553 - 4814

Studio Photobook
ارائه کننده بهترین خدمات
عکاسی و فیلمبرداری حرفه ای
(514) 984-8944

**ماهنامه رمی با
جلد ۳۳۰۰
در بیش از ۷۰
فروشگاه
ایرانی و غیر ایرانی**

 (514) 484-8072
کلبه عوجان
Restaurant Cholet Anu Jan
6107 Sherbrook Quest, Montreal
QC. H4A 1Y4

Halal
رستوران و کافی شاپ
هالالز
(514) 846-0000
1612 Sherbrooke W, Montreal, QC, H3H 1C1

کباب سر آشپز

 (514) 995-2365

**Buy
Sell**

**Commercial
Residential**

تورنتو



HomeLife/Bayview Realty Inc.,
Brokerage*

*Independently Owned & Operated



آنیتا محمدزاده

Cell: 647.949.4505

anitamohammadzadeh@yahoo.com

VOYAGES
SKY
LAWN
TRAVEL

SKYLAWN

بهترین قیمت‌ها برای مسافرت به ایران و از ایران به تمامی نقاط جهان

Best guaranteed prices
for packages for:

Cuba, Dominican Republique, Mexique, etc,



SKYLAWN

شادی محمدی

Email Address:
shadim.sky@gmail.com
514.660.7135

Address:
433 Chabanel Ouest, Suite 111
Montreal, QC, H2N 2J3
Office: 514.388.1588
Toll free: 1.866.Skylawn

REMI ACADEMY

3333 Cavendish Blvd., Apt. 250, 285 & 290

Postal Code: H4B 2M5

Tel: (514) 996-1620

Email: remiacademy@gmail.com



سه تار از: \$ ۲۸۰

تنبور از: \$ ۲۸۰

سنتور: \$ ۶۸۰

سنتور دو مهر سالاری: \$ ۱۱۰۰

دف طلّقی: \$ ۹۵

دف پوستی طرح دار: \$ ۱۳۰

نی: \$ ۶۵

لوازم جانبی تار، سه تار، سنتور و ...

پوست، سیم خرک، پرده و ...

گیتار یاماها ۴/۴: \$ ۱۸۹,۹۹

گیتار یاماها ۳/۴: \$ ۱۵۹,۹۹

3333 Cavendish Blvd., Apt. 250, 285 & 290.

Postal code: H4B 2M5 Tel: (514) 996-1620 Email: remiacademy@gmail.com

**BUREAU DE CHANGE
APADANA**

صرافی آپادانا

با مدیریت حمیدرضا خلیفی

انجام خدمات ارزی
کلیه مبادلات ارزی به ایران و برعکس
با دستگاه کارتخوان ایران

کلیه مبادلات با سریعترین راههای موجود با اعتبار و اطمینان بخشی بالا

1970 RUE STE-CATHERINE OUEST
MONTREAL, QC H3H 1M4

CELL: 514-839-7318
TEL: 514-933-1719

Arezou Gatmiri

Courtier Immobilier Résidentiel



(514) 561-3-561

arezougatmiri@gmail.com

• مشاوره تلفنی-حضورى

• و ارزیابی رایگان ملک شما

• خدمات ۱۰۰٪ رایگان برای خریداران

• تا پایان پروسه خرید "حتی هزینه محضر"

• همکاری با مشاورین بانکها جهت

دریافت وام مسکن

• شرایط مناسب برای تازهواردین

بدون درآمد



Groupe Sutton - Sur L'île

38, Place du Commerce # 280, île Des Soeurs (Verdun), QC H3E 1T8

Bureau: (514) 769-7010

Sutton



Re-Mi Academy of MUSIC



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

(514) 996 1620
(514) 703 4020

www.remiacademy.com
journal.remi@gmail.com

علی ایزدپناه

MD, CM, MSC, FRCSC

Plastic & Aesthetic Surgeon

Chirurgien Plastic et Esthétique

ENHANCE YOUR NATURAL BEAUTY



جراح پلاستیک و زیبایی

زیبایی صورت، بینی، فیس لیفت و زیبایی چشم
زیبایی اندام، لیپوساکشن، تزریق انواع بوتاکس و ژل

(514) 935-3238

Drizadpanah.com

Izadpanah.aesthetic@gmail.com

Centre de Chirurgie Plastique de l'île-des-Soeurs

Bureau 210, 8 Place du Commerce, île-Des-Soeurs, QC, H3E 1N3

Clinique Dentaire Lachine

The family clinic helping Montreale's achieve
their whiter, brighter, beautiful, healthy smiles

استفاده از پیشرفته ترین سیستم های
ضد عفونی و استریلیزاسیون

قبول
کلینیک بیمه های مدیکال
بیماران جدید پذیرفته می شوند

649, 32e Ave, Suite 01
Lachine, H8J 3G6
Tel: (514) 634-7281

معالجه لثه، روکش های چینی، سفید کردن دندان
درمان بیماری های ریشه دندان، دندان های مصنوعی
دندان اطفال، جراحی دندان عقل
کاشتن دندان Implant



Dental Services

Allograft
Bruxism (teeth grinding)
Dental crown
Fixed bridge
Gingivitis and periodontitis
Halitosis (bad breath)
...

E-mail: info@dentistlachine.com