



ارز پویا

ارسال ارز

به ایران و برعکس با مدیریت نوری

Reg No. 97971819

Tel: 02 9801 5588 Mob: 04 11 33 44 01

Fax: 02 9801 5058 Email: pooya@optusnet.com.au



دفتر امور مهاجرتی اعظم جعفری

وکیل رسمی سازمان MARA در استرالیا – MARN 1571733



Suite 602, 7 Railway St Chatswood NSW 2067

Tel: 02 8034 6901 Mob: 0414 187 045

Email: ajafari@ajmigration.com

Website: www.ajmigration.com



دکتر آکس سامی

Dr Alex Sami
MD FRACGP DCH AMC

کلینیک پوست و زیبایی

تزریق بوتاکس

تزریق ژن (فیلر) برای لب، گونه و صورت

در آوردن خال و ضایعات پوستی

با خدمات ارائه شده

زیبایی و اعتماد بنفس خود را بازیابید

Tel: (02) 9637 3688

insta: alexcosmeticsydney

Merrylands Myhealth Medical Centre

Inside Stockland Mall

McFarlane St. Merrylands

www.persianherald.com.au

Read The Persian Herald online

هفته نامه پارسیان هر پنجشنبه

در مراکز فارسی زبان و هر جمعه

به صورت آنلاین در دسترس شما

www.persianherald.com.au

در قسمت Persian Herald Weekly

رئیس بانک مرکزی: عدم اطمینان، فضای مجازی دشمن، امارات و عربستان مسئول نابسامانی ارزی هستند

حدود ۳۷۰۰ تومان ظرف ۲ تا ۳ ماه به زیر ۳۰۰۰ تومان رسید و گفت که در پروسه زمانی که دلار روند نزولی داشت هیچ اقدام خاصی در اقتصاد انجام نشده بود و تنها یک امید مثبت و یک انتظار باعث شد که یک شرایط خیلی طبیعی در اقتصاد ایجاد شود. وی افزود: همانطور که همین عامل مثبت اثر داشته، پس عوامل منفی نیز باعث بروز انتظارات منفی و عدم اطمینان به آینده می‌تواند بازار را دچار التهاب کرده و مشکلاتی را ایجاد کند. اشاره آقای سیف به وعده حل بحران هسته‌ای در آغاز دوره ریاست جمهوری آقای روحانی و اعلام امدادگی کشورهای غربی به خودداری از تشدید تحریم‌ها و حذف آنها در صورت دستیابی به توافق در آن زمان است. رئیس کل بانک مرکزی دشمنان را عامل التهاب آفرینی در بازار ارز معرفی کرد و گفت: اقدامات دشمن جای تعجب ندارد اما در داخل باید روش‌هایی را در پیش بگیریم که خود ما التهاب‌های مصنوعی ایجاد نکنیم. او خطاب به نمایندگان گفت: تقاضای ما از شما این است که کمک جاده تحریم‌ها و از انتخابات خرداد ۱۳۹۲ و آغاز به کار دولت حسن روحانی، نرخ ارز (دلار) از

در حالیکه ارزش برابری پول ملی ایران ریال در برابر ارزهای خارجی در روزهای اخیر به سرعت تنزل کرده، رئیس کل بانک مرکزی نظرات بانک در مورد علل بروز این وضعیت را برای نمایندگان مجلس تشریح کرده است. به گزارش خانه ملت خبرگزاری مجلس ولی الله سیف، رئیس بانک مرکزی جمهوری اسلامی، با حضور در جلسه علنی مجلس در روز سه شنبه، ۲۱ فروردین (۱۰ آوریل)، نظرات بانک در مورد عوامل بروز بحران ارزی را برشمرد. آقای سیف موقفیت‌های دولت در دوره ریاست جمهوری حسن روحانی در مهار تورم و دستیابی به رشد اقتصادی را ستود و در مورد شرایط بازار ارز گفت: در خصوص نرخ ارز نیز عوامل غیر اقتصادی و عدم اطمینان نسبت به آینده موثر است و متأسفانه دشمنان از خارج از مرزها و به شکل‌های مختلف بر این موضوع دامن زده و در تلاشند تا شرایط را برای ملت سخت‌تر کنند. وی در مورد ماهیت عدم اطمینان و مشکلات ناشی از خارج از مرزها و به شکل‌های مختلف بر این موضوع دامن زده و در تلاشند تا شرایط را برای ملت سخت‌تر کنند. وی در مورد ماهیت عدم اطمینان و مشکلات ناشی از خارج از مرزها و به شکل‌های مختلف بر این موضوع دامن زده و در تلاشند تا شرایط را برای ملت سخت‌تر کنند. وی در مورد ماهیت عدم اطمینان و مشکلات ناشی از خارج از مرزها و به شکل‌های مختلف بر این موضوع دامن زده و در تلاشند تا شرایط را برای ملت سخت‌تر کنند.

آگهی استخدام

رستوران ایتالیایی واقع در شهر ساحلی

فاستر و تاری

Farster & Taree

در فاصله ۳ ساعت از سیدنی

به افراد زیر بطور تمام وقت نیاز دارد.

1- Restaurant Manager with experience

2- Barista

3- Waiter or waitress

Sponsor is available

حداقل ۲ سال تجربه کاری برای مشاغل مذکور ضروری است

لطفا رزومه کاری خود را به ایمیل

info@thesicilianrestaurant.com.au

و یا با مدیریت رستوران تماس بگیرید

0410 509 050

ادامه در صفحه ۱۰

پیک پارسیان

THE PERSIAN HERALD

National Weekly Persian Newspaper

Vol 30, Issue 1055 Thursday April 12th, 2018

مشاوره در امور مالی و تبدیل ارز

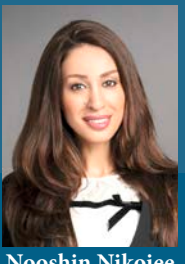
با بهترین و مناسب ترین قیمت روز

از طریق قانونی و رسمی

مرتضی عابدینی

0413 820 649





بهترین وام کمترین بهره

FINANCE ONLY

• انواع وام مسکن (مسکونی و تجاری)

• Re-Finance وام فعلی شما با بهره کمتر

• وام ساخت مسکن

• وام یکپارچه سازی بدهی های شما

• وام تعمیرات و نوسازی منزل

0406 898 333

nooshin.nikoofe@financeonly.com.au

Level 6, 10 Help St. Chatswood

credit representative no. 426285



افتتاح شد

رستوران ترنج در کستل هیل

Ph: 0406 355 553 | 256A Old Northern Rd, Castle Hill

ورود به پارکینگ اختصاصی از خیابان Barwell Ave

ابهام درباره ارز تک نرخی صف متقاضیان در انتظار دلار ۴۲۰۰ تومانی



کردند. اطلاعاتی که از خروج سرمایه داده شد، نشان از این است که بخشی از دارایی ها به صورت سرمایه ارزی خارج می شود. آقای نوبخت به تبدیل سرمایه به دلار برای حفظ ارزش ریال هم اشاره کرد: غیر از اندکی واردات بیشتر خودرو، کسانی وارد بازار ارز شدند که این ارز را نه برای واردات کالا و نه برای واردات خدمات می خواهند. وقتی افراد پس انداز خود را به بازار ارز می برند، نشان می دهد که افراد به مرکزی که برای توضیح درباره وضعیت بازار ارز به مجلس رفته بود در جلسه ای متشنج از جایگزینی یورو به جای دلار سخن گفت: بنده پیشنهادی را با حضرت آقا (ایات الله هادی) مطرح کردم که یورو در مبادلات ارزی جایگزین دلار شود چرا که دلار نقشی در مبادلات خارجی ما ندارد و ایشان هم از این موضوع استقبال کردند. این پیشنهاد در حالی است که پیش از یک ماه پیش (اواخر فوریه) بانک مرکزی در ابلاغیه ای ثبت سفارش واردات با دلار آمریکا ممنوع اعلام کرده بود. محمد باقر نوبخت، رئیس سازمان برنامه و بودجه هم امروز در نشست با خبرنگاران به دلایل التهاب بازار ارز در ماههای اخیر پرداخت: التهاب بازار ارز در روزهای اخیر، عده ای ارز را به صورت سرمایه از کشور خارج

روز سه شنبه ۲۱ فروردین به خبرنگاران گفته است: انتظار این بود که رئیس کل بانک مرکزی از صبح امروز در محل کار خود حاضر می شد اما این حق نمایندگان مجلس بود که در خصوص بازار ارز سوالات خود را از آقای سیف مطرح کنند؛ به هر حال توزیع ارز با نرخ ۴۲۰۰ تومان به سرعت انجام خواهد شد. اسحاق جهانگیری، معاون رئیس جمهوری ایران دیشب اعلام کرد ارز روز سه شنبه ۲۱ فروردین دلار تک نرخی و به قیمت ۴۲۰۰ تومان عرضه می شود و فروش ارز به قیمتی به جز آنچه اعلام شده از امروز قاچاق تلقی خواهد شد. بانک مرکزی ایران هم در ابلاغیه ای اعلام کرده که تأمین ارز (دلار به قیمت ۴۲۰۰ تومان) برای تمام نیازهای قانونی تجاری و تولیدی است. بر این اساس دلار تک نرخی فعلا شامل مواردی نظیر ارز مسافرتی نیست و ضوابط مربوط به تأمین ارز برای مسافران به خارج از کشور، دانشجویی و درمانی و سایر موارد در مبادی خروجی همزمان با فراهم شدن تمهیدات آن اطلاع رسانی خواهد شد. در ابلاغیه بانک مرکزی آمده هرکس فقط می تواند حداکثر ۱۰ هزار یورو یا معادل آن به سایر ارزها داشته باشد و هشدار داد در صورت کشف میزان بیش

رئیس جمهوری چین: تعرفه های گمرکی کاهش می یابد

شی جین پینگ، رئیس جمهوری چین، امروز جنگ تجاری شده، روز سه شنبه، ۲۱ فروردین (۱۰ آوریل)، شی جین پینگ در سخنانی که رسانه های خبری لحن آن را آتش جویانه توصیف کرده اند گفت که کارشناسان نظامی ما به همراه نمایندگان هر دو کشور در روزهای اخیر، دستور رئیس جمهوری آمریکا برای وضع تعرفه بر برخی از کالاهای وارداتی از چین باعث بروز نگرانی در مورد واکنش متقابل این کشور

صرافی کیهان

ارائه خدمات ارزی به ایران و بالعکس

سریع و مطمئن

Kayhan Money Exchange

Mob:0419 303415 Tel: (03) 97878942

www.kayhanex.com

Email:info@kayhanex.com



صرافی نیک

خرید و فروش ارز به بهترین قیمت روز و در اسرع وقت

به مدیریت محسن نیکویی بین

0422 10 20 77

www.sarafinik.com.au | mohsen@sarafinik.com.au

Shop 7/20 McFarlane St. Merrylands



Business Insurance
Public Liability
Trades Insurance
Certificate of Currency

برای دریافت مشاوره رایگان با ما تماس بگیرید.
02 8798 4100
0401 884 488
میثم سلیم آبادی



شرکت بیمه

INSURANCE

NSW

www.INSW.com.au



PERSIAN BUSINESS DIRECTORY

AUSTRALIA & NEW ZEALAND

راهنمای مشاغل ایرانیان

و فارسی زبانان استرالیا و نیوزیلند

اپلیکیشن اینجاب دستیابی به مشاغل مورد نیاز را در کوتاهترین مدت برای شما آسان میکند

Tel: 02 8883 5551 | Mob:0418 660 399

admin@injob.com.au | parsianaustralia@yahoo.com

Call / Email/ Navigate/ Nearby Services Tap & Go

Download on the App Store | GET IT ON Google play

DOWNLOAD FOR FREE



ترامپ قول واکنشی شدید در مورد سوریه را داد



درحالی که رهبران غربی مشغول بررسی واکنش خود به حمله مظنون شیمیایی در سوریه هستند، دونالد ترامپ رئیس جمهور آمریکا قول واکنشی شدید به آن را داده است. او عصر دوشنبه به خبرنگاران گفت اما گزینه های نظامی زیادی داریم و افزود که تصمیم در این مورد به سرعت اتخاذ خواهد شد. آقای ترامپ گفت که دولت آمریکا درحال رسیدن به تصویر روشنی در مورد هویت مسئولان حمله روز شنبه در دوما است. منابع پزشکی می گویند که ده ها نفر در آن حمله ادعایی کشته شده اند اما تأیید امار دقیق کشته ها غیرممکن است. آقای ترامپ دوشنبه شب با دیگر در مورد حادثه با امانوئل مکرون رئیس جمهور فرانسه صحبت کرد که در جریان آن دو رهبر بر تمایل خود به واکنشی قاطعانه تأکید کردند. ترزا می، نخست وزیر بریتانیا، هم گفت که این حمله وحشیانه را به شدت محکوم می کند و شورای امنیت شناختن حامیان بشار اسد رهبر سوریه شد. این اظهارات در پی جلسه متشنج روز دوشنبه در شورای امنیت سازمان ملل مطرح می شود. واسیلی نینزا فرستاده روسیه در این جلسه گفت حمله وحشیانه را به شدت محکوم می کند و واکنش به آن می تواند پیامدهای ناگواری داشته باشد. نیکی هیلی سفیر آمریکا گفت که دست روسیه به خون کودکان سوری آغشته است. خانم هیلی با هیولا توصیف کردن بشار اسد رهبر سوریه گفت که شورای امنیت سازمان ملل چه اقدام کند، چه نه در هر صورت آمریکا به آن واکنش نشان خواهد داد. خانم هیلی گفت: همین حالا که ما صحبت می کنیم، ملاقات هایی در جریان است و تصمیم های مهمی سبک سنگینی می شوند. آقای نینزا این حادثه و تبعات آن را بخشی از تلاش های تحت هدایت آمریکا برای ضربه زدن به روسیه با طیف گسترده ای از ابزارها از جمله تهمت، اهانت و شعارهای سبزه جویانه توصیف کرد. او گفت که لحن کلام علیه روسیه از آنچه حتی در جنگ سرد قابل پذیرش بود فراتر رفته است. پیشتر کمیسر حقوق بشر سازمان ملل گفت که قدرت های جهانی باز هم با بی اعتنایی به استفاده احتمالی از سلاح شیمیایی در سوریه واکنش نشان داده اند. تخمین ها از شمار کشته ها در حمله روز شنبه دوما از ۴۲ نفر تا بیش از ۶۰ نفر متفاوت است، اما گروه های امداد پزشکی می گویند می تواند با دسترسی



برای خرید انواع اتومبیلهای مزدا در سیدنی

آلکس غربی مشاور فارسی زبان در مزدا نورت پاراماتا
ضمن راهنمایی شما در خرید اتومبیل مناسب بطور نقد یا اقساط و لیز
بهترین قیمت ممکن را به ایرانیان و فارسی زبانان گرامی ارائه میدهد.

فاینانس اتومبیل با بهترین نرخ بهره

PH: 02 9186 4429



590 Church Street North Parramatta NSW 2151

TJ
TJAIK LAWYERS



دفتر وکالت تاجیک

آماده به عهده گرفتن وکالت شما

در کلیه امور قانونی و قضایی

نسیم تاجیک

وکیل فارسی زبان شما در سیدنی

- خانواده و طلاق
- کودکان / مسائل والدین
- تنظیم وصیت نامه و انحصار وراثت
- خرید و فروش مشاغل، شرکتها و غیره
- نقض مفاد قرارداد
- اختلافات املاک
- اختلافات تجاری
- اختلافات استخدام
- دادگاه دیوان عدالت اداری
- امور ورشکستگی
- بیمه و صدمات بدنی در محل کار یا تصادفات اتومبیل

Tel: 0430 061 905
Level 1, Cnr Main Street & Link Lane
Rouse Hill Town Centre, NSW 2155

PO Box 6568 Rouse Hill NSW 2155
Email: info@tajiklawyers.com.au
Follow us on Facebook {F} Tajik Lawyers

دکتر نسرين مصطفی زاده دکتر فارسی زبان شما



Dr Nasrin Mostaphazadeh
MBBS FRACGP Family Doctor

Ph: (02) 9646 9900

City West Medical Centre, 39 Queen St. Auburn NSW 2144



WHAT IS
YOUR HOME
WORTH?

Michael Farr
Licensed Real Estate Agent
0420 900 700
michael.farr@belleproperty.com



شرکت حسابداری BKM

انجام کلیه امور مالیاتی شما (شخصی یا تجاری)
توسط تیم مجرب و متخصص
برای آگاهی بیشتر میتوانید
با مشاور فارسی زبان ما تماس بگیرید

(02) 8789 5100

98 Victoria Rd, North Parramatta NSW 2151



پیک پارسیان

رهبر ایران: تعرض به امنیت و حریم مردم در پیام‌رسان‌های داخلی حرام شرعی است



آیت‌الله علی خامنه‌ای، رهبر ایران تعرض به امنیت و حریم شهروندان ایرانی در پیام‌رسان‌های داخلی را حرام شرعی خوانده است.

به گزارش پایگاه اطلاع رسانی دفتر آیت‌الله خامنه‌ای، رهبر ایران امروز (دوشنبه بیستم فروردین) در دیدار با جمعی از مسئولان این کشور گفته است: مسئولان باید امنیت و حریم داخلی مردم و کشور را حفظ کنند.

او گفته است: تعرض به امنیت و حریم داخلی مردم حرام شرعی است و نباید انجام شود. در هفته‌های اخیر بعضی مقام‌های ایران بحث جایگزینی تلگرام با پیام‌رسان‌های داخلی را مطرح کرده بودند و حتی صحبت از حذف تلگرام تا بیستم فروردین هم بود؛ ولی وزارت ارتباطات در اطلاعیه‌ای این موضوع را تکذیب کرد.

در همین حال وزیر ارتباطات در جلسه‌ای با اعضای کمیسیون‌های اقتصادی و امنیت ملی مجلس درباره بحث پیام‌رسان‌ها، از ارائه لایحه‌ای دوقدرتی برای حفظ حریم خصوصی افراد در فضای مجازی خبر داد. در حالیکه بحث بر سر زمان حذف پیام‌رسان تلگرام و جایگزینی آن با نمونه‌های ایرانی ادامه دارد، پیام‌رسان ایرانی سروش در بازار ایل موسوم به اپ‌استور از دسترس خارج شده است. شرکت ایل هنوز به درخواست بی‌بی‌سی فارسی برای اظهارنظر در این باره پاسخ ن داده است. این شرکت حدود هشت ماه پیش هم اپلیکیشن‌های پرطرفدار ایرانی نظیر تپسی و اسنپ، دو سرویس تاکسی اینترنتی در ایران را به دلیل تحریم‌های آمریکا حذف کرده بود.

چالش فراقانونی پیام‌رسان‌های ایرانی

به‌رغم این مسأله، دولت ایران امیدوار است قانون‌گذاری برای

محمدعلی نجفی، شهردار تهران دوباره استعفا کرد

یک روز بعد از رد شدن استعفاي محمدعلی نجفی، شهردار تهران در شورای شهر، او دوباره تقاضای استعفاي خود را به دلیل مشکلات پیش‌بینی به این شورا ارائه داده است. محسن هاشمی، رئیس شورای شهر تهران، با تأیید استعفاي مجدد آقای نجفی گفت که او در نامه‌ای تازه با تشکر از اعتماد و حمایت شورا تأکید کرده که با نظر پزشک باید برای انجام عمل جراحی و آغاز درمان آماده شود و به همین دلیل از شوری شهر خواسته تا قبل از اول اردیبهشت شهردار جدید یا سرپرست شهرداری را معرفی کند.

خبر استعفاي دوباره آقای نجفی ساعاتی بعد از انعقاد شدید محمدجعفر منتظری، دادستان کل ایران، از رد شدن استعفاي آقای نجفی در شورای شهر منتشر شد. آقای منتظری رئیس شورای شهر را به سیاست‌بازی متهم کرد و به صراحت از آقای نجفی خواست که دوباره استعفاي خود را به شورا ارائه کند. او به شهردار تهران توصیه کرد که مهنلی نیز تعیین کند و عنوان نماید که تا فلاّن روز در دفتر کار هستم تا شهردار تعیین نمایند در غیراین صورت از فلاّن تاریخ مسئولیت شهرداری تهران را عهده‌دار نخواهم بود.

دادستان کل کشور به عنوان مدعی‌العموم به

حملات سایبری باعث اختلال در اینترنت ایران شد

سیسکو بوده و محدود به ایران نبوده است. به دنبال این حملات، پلیس سایبری ایران گفت هیچگونه نشئت اطلاعاتی صورت نگرفته است. شرکت سیسکو از روزها پیش برای رفع نقص امنیتی، بسته نرم‌افزاری منتشر کرده اما گفته شده مراکز در ایران که این نقص امنیتی را رفع نکرده بودند، شب گذشته با مشکل مواجه شدند. وزارت ارتباطات ایران گفته است اطلاع‌رسانی نامناسب مرکز ماهر و هشدار ندادن به شرکت‌ها منجر به آسیب پذیری شبکه این شرکت‌ها شد. محمدجواد آذری جهرمی، وزیر ارتباطات ایران

وزیر ارتباطات ایران از حملات سایبری به مراکز داده این کشور خبر داده که باعث اختلال سراسری در اینترنت ایران شده است. به دنبال این حملات سایبری که هنوز منشأ آن مشخص نیست، شماری از سایت‌های ایرانی از کار افتادند اما فعالیت بخشی از این سایت‌ها اکنون به حالت عادی برگشته است. انجمن وزارت ارتباطات ایران در بیانیه‌ای گفته است احتمالاً منشأ حمله از منطقه خاورمیانه نبوده است.

این حملات به خاطر ضعف امنیتی در سرورهای

اعطای جایزه ساخارف به نرگس محمدی



انجمن فیزیک آمریکا همه ساله به یاد دانشمند معترض، آندره ساخارف، جایزه‌ای را به افرادی که برای پیشبرد حقوق بشر فعالیت می‌کنند، اهدا می‌کند. این جایزه امسال متفقا به نرگس محمدی، معاون کانون مدافعان حقوق بشر، و یک نفر از هندوستان تعلق گرفته است. انجمن فیزیک آمریکا در بیان علت انتخاب نرگس محمدی که هم‌اکنون دوران محکومیت خود را در زندان اوین سبری می‌کند، چنین بیان داشته است: «نرگس محمدی در سال ۲۰۰۹ زمانی که

هفته‌نامه

پیک پارسیان

توجه: از چاپ مطالب بدون نام و نشان معذوریم
چاپ مطالب رسیده دلیل تأیید آنها نمیباشد
مدیر مسئول فریبرز منصوری
ناشر انتشارات پارسیان

Tel: 02 88835551
0418 660 399

The Persian Herald
P.O Box 344
Kellyville NSW. 2155
persianaustalia@yahoo.com
admin@persianherald.com.au
www.persianherald.com.au



پرونده ضراب: درخواست ۲۰ سال زندان برای بانکدار ترکیه

خود درباره آقای آتیلار هفته آینده (پانزدهم آوریل) اعلام کند و آن طور که رسانه‌های آمریکا گزارش کرده‌اند دادستان‌ها از قاضی ریچارد برمن خواسته‌اند که با توجه به افعال غیرقانونی مطرح شده در پرونده آقای آتیلار حکم او نباید کمتر از پانزده سال و هشت ماه باشد. وکلای این بانکدار سابق هنوز به این درخواست دادستان‌ها واکنش نشان ندادند. رسیدگی به این پرونده که در آمریکا به دادگاه ضراب شهرت یافته، پس

دادستان‌های پرونده دوزدن تحریم‌های ایران در بانک‌های ترکیه از قاضی فدرال درخواست کرده‌اند که مهمت هاگان آتیلار، بانکدار سابق ترکیه را دست کم به تحمل ۲۰ سال زندان محکوم کند. مهمت هاگان آتیلار، مدیرعامل سابق بانک دولتی هاگان ترکیه در ماه ژانویه گذشته در دادگاهی در نیویورک گناهکار شناخته شد؛ تصمیمی که به بالاگرفتن تنش میان آنکارا و واشنگتن انجامید. قرار است قاضی حکم نهایی

Indian most powerful spiritualist
SRI BHADRAKALI ASTROLOGICAL CENTRE
Pandit Gowri Ganesh
Are you disappointed with any Astrologers
Meet once get changes. Guruji can solve all kind of problems, predictions in business, money, family problems, education, job, love, divorce, court. He can remove evil spirits & black magic
TEL: 0406419831, 0404797801
Address: 1/5-7 Cornelia Road, Behind Woolworths, Toongabbie, SYDNEY NSW 2146

انواع وام

- انواع وام مسکن
- وام مسکن تا ۹۷ درصد
- وام مستقلات تا ۸۰ درصد
- وام شخصی در یک ساعت
- وام اتومبیل (اگر خانه دارید بدون مدرک مالیاتی)
- وام خرید مغازه و یا کلیه وسایل مغازه
- وام مسکن مخصوص کسانی که ورشکسته و یا دارای بد کردیت هستند (۹۰ تا درصد بدون بیمه)
- ReFinance با بهره کمتر

فرصت استثنایی

- ۸۰ تا درصد وام برای خرید مسکن تجاری
- ۷۵ تا درصد وام برای خرید املاک بدون نیاز به ارائه مدارک مالیاتی



NIF

Net International Finance

SYDNEY

Farhad Dalvand

3A, 98 Longueville Rd

Lane Cove NSW

Tel: 02 9420 2939

Tel: 02 9428 3055

Fax: 02 9420 5010

Mobile: 0411 478 623

Mobile: 0411 309 666

Email: netifinance@optusnet.com.au

برای اطلاعات بیشتر با
فرهاد دالوند تماس
حاصل نمایید.

تلفن تماس:
۰۴۱۱۷۸۶۲۳

سرویس ما برای وام‌های مسکن **کاملاً رایگان** می باشد

پیک پارسیان

ترامپ یورش افبی‌آی به دفتر وکیلش را محکوم کرد



رایان، وکیل مایکل کوهن، با صدور یک بیانیه، این اقدام مأموران فدرال را کاملاً ناجای و غیرضروری خوانده و از توقیف مکاتبات محرمانه آقای کوهن و موکلان وی خبر داده است. مایکل کوهن هرچند تأیید کرده که به استورمی دانیلز

از طرف آقای کوهن به خانم دانیلز خبر ندارد و سوالات را به وکیلش ارجاع داد. دادستان‌های فدرال در نیویورک می گویند که حکم بازرسی از دفتر آقای کوهن در پی درخواست رابرت مولر صادر شده است. استیون

رسانه‌های آمریکا گزارش داده اند که مأموران پلیس فدرال (اف بی آی) اقدام به بازرسی از دفتر کار و منزل مایکل کوهن وکیل شخصی دونالد ترامپ کرده و تعدادی سند و مدرک از جمله اسنادی که می تواند به پرداخت پول به یک هنرپیشه فیلم‌های پورنوگرافی مرتبط باشد را با خود برده اند.

رئیس جمهور آمریکا در واکنش این اقدام مأموران اف بی آی را مایه ننگ و حمله ای به کشور ما خوانده است.

مایکل کوهن یکی از افرادیتست که رابرت مولر، بازرس ویژه پرونده ترامپ-روسیه به تحقیق درباره آنها پرداخته است.

آقای ترامپ از این تحقیقات انتقاد کرد و تیم آقای مولر را متعصب ترین گروه از افراد توصیف کرد. آقای کوهن چند روز پیش از برگزاری انتخابات ریاست جمهوری سال ۲۰۱۶ میلادی، ۱۳۰ هزار دلار به استورمی دانیلز، هنرپیشه فیلم‌های پورنوگرافی، پرداخت کرده بود که گفته می شود حق السکوت بوده تا ادعای رابطه جنسی‌اش با نامزد جمهوریخواهان را یا رسانه‌ها مطرح نکنند. آقای ترامپ دوشنبه گفت که از پرداخت پول

کره شمالی در مورد برچیدن سلاح های اتمی با آمریکا مذاکره خواهد کرد

مقام های آمریکایی می گویند کره شمالی به آمریکا قول داده که در زمان ملاقات رهبران دو کشور آماده بحث درباره آینده تسلیحات اتمی خود خواهد بود. منابع آگاه دولت ترامپ به شبکه سی ان ان گفته اند که دو طرف مشغول گفتگوهای محرمانه و مستقیم برای زمینه سازی چنین اجلاسی بوده اند.

مقام های اطلاعاتی آمریکا و کره شمالی گفته اند که بارها تماس برقرار کرده و در یک کشور ثالث دیدار کرده اند. گفته شده است که برنامه دیدار پی سابقه رهبران دو کشور در ماه مه خواهد بود. این اولین بار خواهد بود که یک رئیس جمهور آمریکا با رهبر کره شمالی دیدار می کند.

کره شمالی قبلاً به کره جنوبی گفته است که

جیش‌الاسلام با ارتش سوریه به توافق رسید دست از مبارزه در غوطه شرقی بردارد

منابع مختلف خبر می‌دهند که جیش الاسلام، مهمترین گروه شورشیان در شهر دوما، با ارتش سوریه به توافق رسیده که از غوطه شرقی خارج شود. جیش‌الاسلام هنوز این موضوع را تأیید نکرده است.

گفته شده تعدادی اتوبوس برای انتقال پانجمانده پیکارجویان جیش‌الاسلام به شمال سوریه مهیا شده است.

مذاکره کنندگان محلی می گویند طبق این توافق، پیکارجویان جیش‌الاسلام و شهروندان که می‌خواهند در شهر بمانند، تحت تعقیب نیروهای امنیتی سوریه قرار نمی‌گیرند و به خدمت در ارتش سوریه برده نمی‌شوند.

بر اساس این توافق، پلیس نظامی روسیه هم وارد شهر و در آن مستقر خواهد شد. اگر این توافق اجرا شود گروه‌های شورشی مخالف دولت بشار اسد تمام غوطه شرقی را از دست دادند و این پیروزی بزرگی برای دولت سوریه محسوب می‌شود. سیاستن اثر سردبیر جهان عرب بی‌بی‌سی می گویند مذاکره برای اینکه جیش‌الاسلام دست از نبرد بردارد مدتی است که در جریان بوده اما شروط جیش‌الاسلام برای چنین توافقی محقق نشده بود. شکست این گفتگوها بود که دولت سوریه را به خشم آورد و دوما را زیر حملات هوایی گرفت. منابع مختلف می گویند که توافق حاصل شده، این گروه تمام اسرای را که از نیروهای دولتی گرفته آزاد خواهند کرد و در عوض پیکار جوان و غیر نظامیان را در شهر می مانند نه مجبور به خدمت در ارتش سوریه می شوند نه تحت تعقیب نیروهای امنیتی و دولتی قرار می‌گیرند.

حمله شیمیایی در روشن شدن ایجاد حمله شیمیایی دیشب به دوما، جامعه جهانی واکنش نشان داد و بسیاری از رهبران کشورها و سازمان‌های بین‌المللی آن

یکی از رهبران فارک به اتهام قاچاق دستگیر شد

یکی از رهبران ارشد گروه شورشی سابق فارک کلمبیا به درخواست آمریکا در شهر بوگوتا دستگیر شده است. پیوس ستنریج که زمانی از حضور در جلسه ای دو روزه در این نهاد منتشر کرده است. قرار است آقای زاکربوگ درباره رسوایی شرکت مشاوره سیاسی کمبریج آنالیتیکا، دخالت روسیه در انتخابات آمریکا و تدابیر سرکشن برای جلوگیری از حوادث مشابه در کنگره توضیح دهد. براین اساس بنیان‌گذار فیس‌بوک گفته است سرمایه‌گذاری تازه این

فیس‌بوک متن شهادت‌نامه زاکربوگ به کنگره آمریکا را فاش کرد

مارک زاکربوگ بنیان‌گذار فیس‌بوک متن شهادت‌نامه خود در برابر کنگره آمریکا را پیش از حضور در جلسه ای دو روزه در این نهاد منتشر کرده است. قرار است آقای زاکربوگ درباره رسوایی شرکت مشاوره سیاسی کمبریج آنالیتیکا، دخالت روسیه در انتخابات آمریکا و تدابیر سرکشن برای جلوگیری از حوادث مشابه در کنگره توضیح دهد. براین اساس بنیان‌گذار فیس‌بوک گفته است سرمایه‌گذاری تازه این

پیتزا آتیش در مریلندز

انواع پیتزا و ساندویچ – قلبان، چای – بستنی و فالوده هر شبه شب

با دی جی و موزیک زنده

Tel: 02 8810 5682

10 Mcfarlane St. Merrylands

آهانت آمیز شخصی دونالد ترامپ و کیم جونگ اون رهبران دو کشور منتشر می شد. مستقیماً به واشنگتن داده می شود. جزئیات اجلاس رهبران دو کشور از جمله در مورد محل دیدار معلوم نیست. منابع مطلع به سی ان ان گفتند که مقام های کره شمالی به دنبال انجام آن در پیونگ یانگ پایتخت خود هستند و یک گزینه دیگر اولان باتار پایتخت مغولستان است.

قول اما نه تضمین اخبار مربوط به این گفتگوها ابتدا پس از افشا در ماه مارس بسیاری را غافلگیر کرد به خصوص که در پی یک سال تهدیدهای متقابل، و حملات

شورش مسلح است، در سال‌های گذشته کنترل بخش‌هایی از غوطه شرقی و دوما را در اختیار داشت اما در ماه‌های اخیر نیروهای دولتی سوریه و متحدان در عملیات این منطقه را تقریباً به طور کامل در اختیار گرفته‌اند.

گزارش‌هایی که درمورد حمله شیمیایی در دوما انتشار یافته است چند سوال سخت را مطرح می‌کند:

شهروندان غیرنظامی، خانواده ها و کودکان شهر آیا پیکارجویان جیش‌الاسلام می‌توانند در مقابل این خونریزی‌ها، وحشت و اعمال غیرانسانی صبر وتحمل نشان دهند؟

آیا پیکارجویان شورشی باوردارند که مبارزه و روسیه تا کی می‌توانند در مقابل این خونریزی‌ها، وحشت و اعمال غیرانسانی صبر وتحمل نشان دهند؟

آیا پیکارجویان شورشی باوردارند که مبارزه و روسیه تا کی می‌توانند از متحدان خود که گفته می‌شود از سلاح شیمیایی استفاده می‌کنند دفاع کند بخصوص اکنون که خود به اتهام مسموم کردن یک جاسوس سابق در خاک بریتانیا آماج گزند؟

آیا پیکارجویان شورشی باوردارند که مبارزه و روسیه تا کی می‌توانند در مقابل این خونریزی‌ها، وحشت و اعمال غیرانسانی صبر وتحمل نشان دهند؟

یکی از رهبران فارک به اتهام قاچاق دستگیر شد

مخدر متهم شده است. ایوان مارکز از دیگر اعضای ارشد فارک گفت این خبر یکی از بدترین لحظات در فرآیند صلح است. شورشیان فارک در سال ۲۰۱۶ با دولت کلمبیا توافق صلح امضا کردند. بعد از خلع سلاح فارک (نیروهای مسلح انقلابی کلمبیا) در سال گذشته، این گروه یک

فیس‌بوک متن شهادت‌نامه زاکربوگ به کنگره آمریکا را فاش کرد

مارک زاکربوگ بنیان‌گذار فیس‌بوک متن شهادت‌نامه خود در برابر کنگره آمریکا را پیش از حضور در جلسه ای دو روزه در این نهاد منتشر کرده است. قرار است آقای زاکربوگ درباره رسوایی شرکت مشاوره سیاسی کمبریج آنالیتیکا، دخالت روسیه در انتخابات آمریکا و تدابیر سرکشن برای جلوگیری از حوادث مشابه در کنگره توضیح دهد. براین اساس بنیان‌گذار فیس‌بوک گفته است سرمایه‌گذاری تازه این



پیتزا آتیش در مریلندز

دکتر بهاره سمیعی متخصص زنان و زایمان



Dr. Bahareh Samiei

MBBS FRANZCOG

OBSTETRICIAN & GYNAECOLOGIST

Tel: (02) 9449 3739 | www.drbaharehsamiei.com.au

Westmead Private Hospital, Suite 18 Mons & Darcy Rd Westmead NSW 2145
Westmead Women's Specialist Group, Block H, Room 3151 Westmead NSW 2145
SAN Clinic Tulloch, Suite 207 / 185 Fox Valley Rd Wahroonga NSW 2076



با هم توانا می شویم

یافتن راه تان به

خانه آرمانی شما.

در هر گام در مسیر حرکت تان رهنمود شخصی و مهارت برای شما فراهم می کنیم.

رؤیای خانه استرالیایی در افراد مختلف متفاوت است، و من آگاهم مسیری را هم که برای آن طی می کنید متفاوت خواهد بود.

به عنوان تنها نقطه تماس، می توانم به شما در یافتن مسیر حرکت به خانه تان به شما کمک نمایم، با:

- درک وضعیتی که دارید و پیشنهاد راه حلی متناسب با نیاز های تان؛
- کمک به شما در درک اینکه چطور خرید خانه می تواند در وسع شما باشد و هزینه های اولیه و پیش پرداخت ها کدامند؛
- در اختیار گذاشتن آگاهی پیرامون خانه ها، محلات و بازار ارزشمند مسکن برای کمک و راهنمایی تان در بزرگترین تصمیم مالی که خواهید گرفت.
- کمک به شما در صرفه جویی در وقت و پول با فراهم آوردن راه حل های وام و بانک هردو؛ و
- بهره مند ساختن شما از ارزش بهتر.

با هم می توانیم کمک کنیم تا مسیر خانه آرمانی خود را کشف کنید.



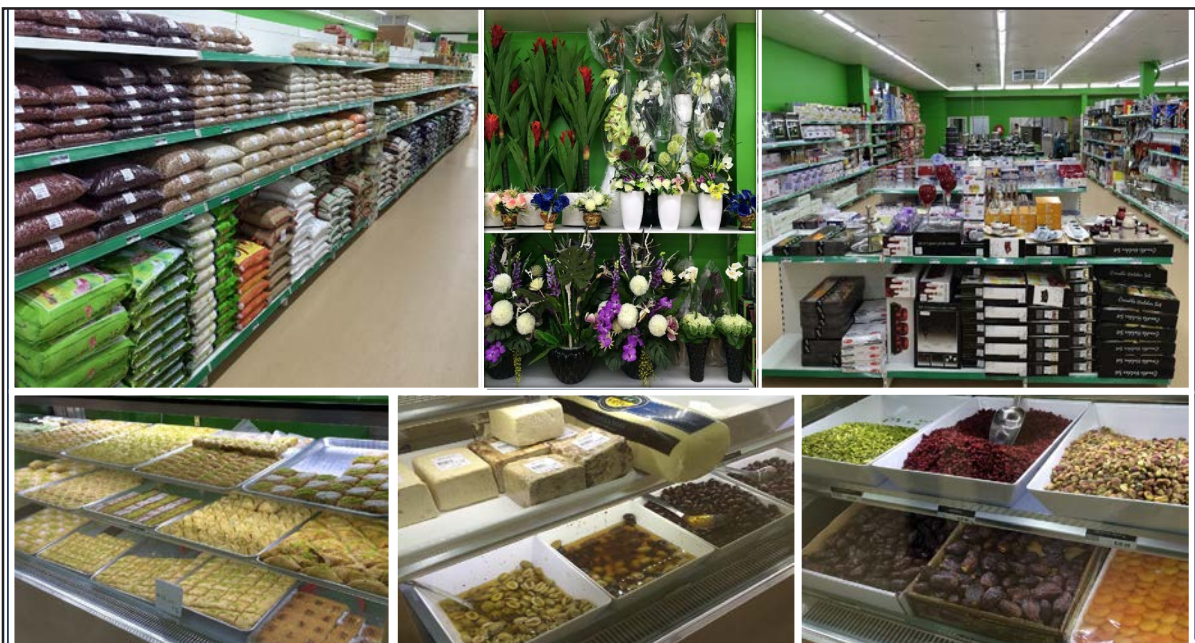
الباس بایات Elias Bayat
وام دهنده به اشخاص
شعبه پارک الملیک سیدنی

می توانید با من تماس بگیرید با

Elias.Bayat@cba.com.au یا 0459 877 619



چیزهایی که باید بدانید: درخواست ما مشروط به تصویب اعتبار است. مفاد و شرایط کامل در پیشنهاد وام ما گنجانده شده اند. شهریه ها و هزینه ها باید پرداخت شوند. بانک کانونل استرالیا، ABN 48 123 123 124 و پروانه اعتبار استرالیایی 234945.



200-208 Lonsdale St Dandenong VIC
Ph: 03 8759 0006
Open 7days
7am-11pm
0401 004 463
0401 660 810



www.persianherald.com.au

Read The Persian Herald online

هر جمعه میتوانید نسخه جدید هفته نامه پیک پارسیان را

نیز در سایت پرشین هرالد بیابید

AUSTARIA PTY LTD
FOOD IMPORTS

سبزی قورمه سرخ شده بست تست

با کیفیت مرغوب در دو اندازه متفاوت

Bestaste
 Premium Quality



تلفن مرکز پخش

Ph: 02 9645 6003

Fax: 02 9700 9679

aust-ari@bigpond.net.au

پیک پارسیان

ایران در صف دلار، چرا؟



افزایش قیمت دلار، جو روانی یا عوامل اقتصادی؟
 آرش ازرمی، کارشناس مسائل اقتصادی
 بعد از افزایش نرخ دلار در تعطیلات نوروزی به ۵۲۰۰ تومان و سپس کاهش نرخ تا حدود ۵۰۰۰ تومان در روزهای اول کاری ۱۳۹۷، هیچکس پیش بینی نمی کرد ناگهان در کمتر از چهار روز بازار دلار این چنین آشفته شده و روند رشد قیمتها به صورت ساعتی و لحظه ای درآید. اما به راستی چه عواملی بازار را اینچنین متلاطم کرده است؟ قیمت هر کالا در بازار بر اساس عرضه و تقاضا برای آن تعیین می شود و به نظر می رسد افزایش انتظارات تورمی جامعه ناشی از ریسک سیاسی و اقتصادی خروج احتمالی قریب الوقوع آمریکا از برجام، تلاش برای تبدیل پول داخلی به ارز برای حفظ سرمایه و یا خروج احتمالی سرمایه از کشور توسط مردم و برخی نهادهای حکومتی و نهایتاً کسب سود از نوسانات توسط سودگران بازار، مهمترین عوامل هستند که موجب تحریک شدید تقاضا برای ارزهای خارجی و به ویژه دلار و یورو شده اند.

از طرف دیگر عرضه ارزهای خارجی عمدتاً در انحصار بانک مرکزی و برخی شرکتهای شبه دولتی یا وابسته به نهادهای حکومتی است که به نظر می رسد بروز اختلافات جدی سیاسی بین دولت و برخی نهادهای نظامی، مشکل انتقال اسکناس ارز ناشی از فروش نفت از میادی مانند دویی و اربیل به دلیل سیاستهای آمریکا و برخی کشورهای منطقه برای فشار بیشتر سیاسی بر ایران و احتیاج دولت در عرضه ارز و سعی در حفظ ذخایر ارزی به منظور ادامگی جهت برخورد با عواقب خروج آمریکا از برجام در ماه آینده و از بین بردن نظام توزیع و شفافیت در تعیین قیمت در بازار یا برخورد امنیتی با فعالان بازار در اواخر سال میل، مهمترین عوامل هستند که موجب کاهش عرضه ارزهای خارجی در بازار گشته اند.

ایجاد جو پلیسی و امنیتی و دستگیری برخی فعالان بازار و سپس افزایش مقطعی نرخ سود بانکی در اواخر سال گذشته توانست مدتی آرامشی مصنوعی را به بازار ارز منتقل کند اما عوامل سیاسی، اقتصادی و امنیتی که موجب افزایش تقاضا و کاهش عرضه ارزهای خارجی گشته اند همچنان به قوت خود باقی هستند و به نظر تصمیمات مهم سیاسی داخلی و بین المللی که آینده نزدیک اتفاق خواهد افتاد تعیین کننده اصلی وضعیت بازار ارز در روزهای آتی خواهد بود و دولت و بانک مرکزی نخواهند توانست نقش پررنگی در این حوزه داشته باشند، همچنانکه سختگوی دولت امروز در آخرین اظهار نظر خود ناتوانی دولت در کنترل بازار را تایید کرد. ریشه های تنش در بازار ارز ایران چیست؟/ فریدون خاوند، تحلیلگر اقتصادی

بازار ارز چه در مقیاس جهانی و چه در سطوح ملی عمدتاً زیر تاثیر متغیرهای اقتصادی است. با این همه در بررسی نوسان های آن، نقش متغیرهای غیر اقتصادی از جمله عوامل روانی و ژئوپلیتیک اند بسیار بارز ارز در روزهای آتی خواهد بود و دولت و بانک مرکزی نخواهند توانست نقش پررنگی در این حوزه داشته باشند، همچنانکه سختگوی دولت امروز در آخرین اظهار نظر خود ناتوانی دولت در کنترل بازار را تایید کرد. ریشه های تنش در بازار ارز ایران چیست؟/ فریدون خاوند، تحلیلگر اقتصادی

روسیه پس از تسهیل پیروزی نظامی بشر اسد، در جستجوی راه حلی سیاسی برای کشمکش سوریه است تا بتواند خود را در عرصه بین المللی بعنوان برقرار کننده صلح تحمیل کند. اما بنظر میرسد که روسیه، با متحدی که تنها نابودی کامل رقبا مد نظرش میباشد، در دام خویش گرفتار شده است.

روسیه فعال شده و نمی خواهد اسیر بن بستی بماند که اعتبارچالشش در گرو آست و میکوشد تا جهانی همسو با خود را طراحی کند. این کشور مسئولیت متاعه در سوریه را بعهده گرفت و میباید که این عملکرد باید نتیجه بخش باشد. اما این مناقشه، اینجا و آنجا ریشه میبواند، پیچیده تر میشود و بدون آنکه خطرش کاهش یابد، قدرت های بزرگ منطقه از ویچهای را در صحنه سوریه مستقیماً رو در روی هم قرار میدهد. نیکولای کوژانو، کارشناس خاورمیانه در دانشگاه اروپائی سنت پترزبورگ ابراز تاسف میکند که « در سال ۲۰۱۵ مسکو واقعا فکر میکرد که بشراسد در عرض سه ماه آینده سقوط خواهد کرد و حکومت از هم پاشیده خواهد شد و من معتقدم همین مسئله بود که حقیقتاً کرملین را نگران میکرد. در حال حاضر شرایط تغییر کرده و جایگاه اسد مستحکم شده است. و حالا اوست که ابتکار عمل را در دست دارد. سوریه ما را، برخلاف تایلیمان، به غوطه شرقی کشاند. ما حالا در تنگنا افتاده ایم.»

شکست کنگره سوچی
 محافل کارشناسان روسی خاورمیانه، صرف نظر از درجه نزدیکیشان با کرملین، نسبتاً براحتی می پذیرند که مسکو در سوریه به بن بست رسیده است. از همین رو شکست کنگره گفتگوی ملی سوریه در ۲۹ و ۳۰ ژانویه گذشته توسط ناظران به سختی مورد انتقاد قرار می گیرد. در مسکو و در محافل خصوصی عده ای شکایت از آن دارند که تعدادی از مخالفان سوریه ای، به ویژه کشتی وسنی ها، با تشویق پدرخوانده های خارجیشان، از شرکت در این کنگره سر باز زدند.

بودند، با دیدن ابوه پرچم های رسمی سوریه یا دو ستاره در فروگاه سوچی، حاضر به ترک آن نشدند. اما در عین حال تاکید میشود که بعنوان مثال، ۲۵۰۰ نماینده سوریه ای در آن شرکت کردند.

معضل پشر اسد
 اگر کنگره سوچی شاهد تحركات بسیاری، برای وانمود کردن اینکه همگی را حل مناسب را میباشاند و نیز برای محک زدن دیگران، بود اما

www.persianherald.com.au

Read The Persian Herald online

با مراجعه به سایت خبری پرشین هرالد کلیه فارسی زبانان میتوانند روزانه در جریان

آخرین رویدادهای خبری در ایران افغانستان و سراسر جهان قرار بگیرند

هر جمعه میتوانید نسخه جدید هفته نامه پیک پارسیان را نیز در این سایت
 Persian Herald Weekly در قسمت www.persianherald.com.au

Mansour's BBQ

کبابی عمو منصور

در مریلندز

نان داغ کباب داغ

دل، جگر و قلوه

خوش گوشت و خوئک

کبابی و خورشتی

ساعات کاری کبابی عمو منصور

سه شنبه تا پنجشنبه، ناهار از ساعت ۱۱ صبح تا ۲۲

جمعه، شنبه و یکشنبه از ساعت ۱۱ تا ۲۳

0469 186 696

0403 660 455

124A Merrylands Rd,
Merrylands

پیک پارسیان

تغذیه و سلامت

خواص کلم بوک چوی



کلم سفید چینی هزاران سال پیش در چین کشت شد و از آن به بعد در سرتاسر دنیا منتشر شد. کلم چینی گیاهی از خانواده چلیپیان است. در این خانواده سبزیجاتی مانند کلم پیچ، کلم بروکلی، گل کلم، کلم بروکسل، سبزیجات سبزرگ و ترچه به چشم می‌خورند. این سبزیجات مغذی، کالری پایینی دارند.

اگر به دنبال تغذیه سالم هستید سبزیجات خانواده چلیپیان مانند کلم چینی را در قسمت بالای لیست برنامه غذایی‌تان قرار دهید. یک لیوان کلم چینی خام دارای ۹ واحد کالری، ۱ گرم پروتئین، ۱.۵ گرم کربوهیدرات، ۰.۷ فیبر، ۰ گرم کلسترول، ۰.۱ گرم چربی اشباع نشده است. خوردن یک لیوان آب کلم چینی خام ۵٪ نیاز روزانه به پتاسیم، ۶۲٪ ویتامین A، ۸٪ کلسیم، ۵٪ ویتامین بی، ۳٪ منیزیم، ۲٪ آهن و ۵۲٪ ویتامین C را فراهم می‌کند.

کلم چینی همچنین دارای ویتامین‌ها و مواد معدنی دیگری مانند فسفر، روی، سدیم، مس، منگنز، سلنیم، نیاسین، فولیت، چولین، بتاکاروتن و ویتامین K است.

کلم چینی در شاخص تراکم مواد مغذی سبزیجات(ANDI) بالاترین رتبه را به خود اختصاص می‌دهد. ANDI غذاها را نه تنها بر اساس ویتامین‌ها و مواد مغذی موجود در آن‌ها ، بلکه بر اساس ترکیبات گیاه شیمی و ظرفیت آن‌ی اکسیداشان امتیاز می‌دهد. غذاهایی که دارای بیشترین مواد مغذی در هر کالری هستند بالاترین امتیاز را دارند و کلم چینی بر اساس شاخص ANDI در میان ۳ میوه و سبزی اول این لیست قرار دارد.

خانواده چلیپائیان سرشار از گلوکوسینولیت هستند. این ترکیبات حاوی سولفور برای سلامت انسان مفید هستند.

خواص کلم چینی

سرطان

کلم چینی و دیگر سبزیجات خانواده چلیپائیان دارای خواص ضد سرطانی می‌باشند. مطالعات مختلف نشان داده‌اند افرادی که سبزیجات این خانواده را بیشتر مصرف می‌کنند دارای کمترین

میزان ابتلا به سرطان سینه، ریه، پروستات و روده هستند. سولفور موجود در این سبزیجات تبدیل به ایزوتیوسیانات در بدن می‌شود و این ترکیبات به بدن در مقابله با سرطان کمک می‌کنند. کلم چینی دارای فولیت می‌باشد که نقش مهمی را در سنتز DNA و ترمیم آن بازی می‌کند و بنابراین باعث جلوگیری از تشکیل سلولهای سرطانی ناشی از جهش DNA می‌شود. ویتامین C و بتاکاروتن به عنوان آنتی اکسیدانهای بسیار قوی در بدن عمل می‌کنند و از سلولها در مقابل آسیب رادیکالهای آزاد محافظت می‌کنند. سلنیوم ماده‌ای معدنی است که در بیشتر میوه‌ها و سبزیجات یافت نمی‌شود، اما کلم چینی حاوی این ماده‌ی معدنی است. این ماده در عملکرد آنزیم کید نقش دارد و به نابود کردن ترکیباتی که باعث سرطان در بدن می‌شوند کمک می‌کند. به علاوه سلنیوم از التهاب جلوگیری کرده و سرعت تشکیل تومور را پایین می‌آورد.

سلامت استخوان

آهن، فسفر، کلسیم، منیزیم، روی و ویتامین K موجود در کلم چینی همگی در سالم و قوی نگه داشتن استخوانها نقش بازی می‌کنند.

مصرف کم ویتامین K با پوکی استخوان در ارتباط است. مصرف مناسب ویتامین K برای سلامتی بسیار مهم است زیرا این ویتامین به عنوان تعدیلگر پروتئینهای ماتریکس استخوان عمل کرده و باعث جذب بیشتر کلسیم در استخوان شده و مانع از دفع آن به همراه ادرار می‌شود.

فشارخون

پتاسیم، کلسیم و منیزیم موجود در کلم چینی باعث کاهش فشارخون طبیعی میشود. برای پایین نگه داشتن فشار خون باید مصرف سدیم در حد پایین نگه داشته شود، افزایش مصرف پتاسیم به همین اندازه مهم است زیرا باعث اتساع عروق می‌شود. بر اساس آمار مرکز مطالعات تغذیه و سلامت ملی، کمتر از ۲٪ از بزرگسالان روزانه ۴۷۰۰ میلی گرم پتاسیم مصرف می‌کنند.

سلامت قلب

فولیت، پتاسیم، ویتامین C و ویتامین B6 موجود در کلم چینی همراه با فقدان کلسترول آن همگی به سالم نگه داشتن قلب کمک می‌کنند. در یک مطالعه مشخص شد کسانی که روزانه ۴۰۶۹ میلی گرم پتاسیم مصرف می‌کنند، نسبت به کسانی که مصرف روزانه پتاسیمشان در حدود ۱۰۰۰ میلی گرم است ۴۹٪ احتمال مرگ در اثر ابتلا به بیماری‌های قلبی در آنها کمتر است. ویتامین B6 و فولیت از تشکیل ترکیبی به نام هوموسیستین جلوگیری می‌کنند؛ تجمع فراوان این ترکیب در بدن باعث آسیب رساندن به رگهای خونی شده و منجر به بروز بیماریهای قلبی در افراد می‌شود.

التهاب

کلم چینی یکی از مهمترین مواد مغذی موجود در کلم چینی است که به خواب، حرکت ماهیچه‌ها، یادگیری و حافظه کمک می‌کند. کولین همچنین به نگهداری غشاء سلولها، انتقال پیامهای عصبی، جذب چربی و کاهش التهابات مضمّن کمک می‌کند.

سیستم دفاعی بدن

سلنیوم موجود در کلم چینی از طریق تولید سلولهای T کشنده باعث ارتقا سیستم ایمنی بدن در مقابله با عفونت می‌شود.

پوست

کالژن، سیستیم حمایت کننده پوست، وابسته به ویتامین C است. ویتامین C در بدن به عنوان آنتی اکسیدان عمل کرده و باعث جلوگیری از آسیب ناشی از آفتاب، آلودگی و سیگار به پوست می‌شود. ویتامین C همچنین به کالژن در صاف کردن بافت پوست و از بین بردن چروکهای پوست کمک می‌کند.

مطالعات نشان می‌دهدکه مصرف زیاد غذاهای گیاهی مانند کلم چینی احتمال ابتلا به دیابت، مرض چاقی و بیماریهای قلبی را کاهش می‌دهد و از طرف دیگر سلامت کلی بدن را افزایش داده و باعث کاهش وزن می‌شود.

گیاهان دارویی برای سلامت و تقویت مغز



گیاهان و ادویه جات می‌توانند بخش اعظمی از رژیم غذایی شما را تشکیل دهند. مصرف اینگونه مواد نه تنها برای کاهش وزن مفید است بلکه مزایای زیادی برای مغز خواهد داشت. به عنوان مثال مصرف گیاهان تازه به افزایش حافظه، کاهش اضطراب و محافظت از مغز در برابر تومورها کمک می‌کند.

در این مقاله قصد داریم ۵ ماده گیاهی را معرفی کنیم که می‌توانید برای بهبود سلامت مغز خود از آن‌ها استفاده کنید.

جعفری و آویشن:

مطالعه ای که اخیرا انجام شده است نشان می‌دهد که فلاونوئید موجود در این دو ماده که با نام apigenin شناخته شده است می‌تواند ارتباط بین نورون‌ها و سلول‌های بنیادی کوچک را تقویت کند. با اینکه چنین نتایجی فعلا در آزمایشگاه تایید شده و هنوز بر روی افراد امتحان نشده است، اما محققان بر این باورند که رژیم غذایی سرشار از apigenin می‌تواند بر روی

تشکیل سلول‌های مغزی و ارتباط بین آن‌ها تاثیر بگذارد. در تئوری، این موضوع به معنای مبارزه با افسردگی، بیماری آلزایمر و پارکینسون است. ساختار شیمیایی apigenin، بسیار شبیه استروژن است. سال‌هاست که استروژن برای تاثیری که بر روی توسعه و رشد نورون‌ها دارد مشهور و شناخته شده است. در این مطالعه، apigenin قادر به تقلید استروژن و ایجاد همان نوع از تغییرات سلولی بود.

بابونه:

بابونه یکی از موادی است که می‌تواند استرس افراد را کمتر کند. همانطور که در مورد api-genin بیان کردیم، تاثیر استفاده از بابونه با روی مغز هنوز در مقیاس آزمایشگاهی بررسی شده است. اما این گیاه حاوی ترکیباتی است که می‌تواند گیرنده‌های موجود برای مواد شیمیایی خاصی در مغز را مسدود کند و از اضطراب فرد بکاهد.

دورنمای سلامت نسبت به سویا

به مناقشات فراوانی در طی سال‌های اخیر به وجود آورده است. حامیان مصرف سویا خاطر نشان می‌کنند که سویا حاوی مقادیر فراوانی

فیبر، پروتئین، کلسیم و آهن است، تمام آنچه برای افزایش سلامت اغلب آمریکایی ضرورست. اما مخالفان بر این باورند که ترکیبات شیمیایی خاص موجود در سویا از لحاظ ساختاری و کارکردی مشابه هورمون استروژن عمل کرده و ترکیبات موجود در آن و تاثیرات احتمالی آن بر بدن انسان مایه‌ی نگرانی آنهاست.

تحقیقات اخیر که در همین هفته انتشار یافت کمک کرد تا مسیر مناقشات به سوی مزایای سویا بر سلامت هدایت شود زیرا نتایج این تحقیق دال بر آن بود که سویا نه عامل تحریک سلول‌های سرطانی بلکه موجب پیشگیری از رشد سرطان می‌گردد.

استروژن گیاهی چیست؟

گفتگوها پیرامون تاثیرات سویا بر سلامت بر گروهی از مواد شیمیایی موسوم به استروژن گیاهی متمرکز شده است که به طور طبیعی در

سویا یافت می‌شود.

همانطور که از نام آن پیداست، استروژن گیاهی، از زردچوبه می‌تواند به پاکسازی پلاک‌ها از مغز کمک کند.

مریم‌گلی:

مریم گلی می‌تواند حافظه شما را بهبود ببخشد. در دو مطالعه انجام شده، کیسول گیاه مریم گلی می‌تواند فعالیت آنزیم‌هایی که کار انتقال سایر مطالعات انجام شده بر روی حیوانات نشان می‌دهد که روغن ضروری و عصاره مریم گلی به آلزایمر، ماکروفاژ ها نمی‌توانند کار خود را به درستی انجام دهند. اگر ماکروفاژها نتوانند کار خود را به درستی انجام دهند، پلاک‌های بتا آمیلوئید تجمع پیدا می‌کنند و همین امر موجب ایجاد بیماری همچون آلزایمر می‌شود. ترکیبات خاصی که در زردچوبه یافت می‌شود،می‌تواند به ماکروفاژها کمک کند کار خود را به درستی انجام دهند. همین امر باعث بین رفتن پلاک‌ها می‌شود و می‌تواند نشانه‌های

برخی موارد نیز نگرانی از تاثیرات احتمالی آن بر باروری مردان نشأت می‌گیرد اما هیچ مطالعه‌ای برای اثبات این نگرانی وجود ندارد.

درباره‌ی سویا و سرطان سینه چه می‌دانید؟ چندین مطالعه در این زمینه تلاش نمود تا دریابد که آیا با مصرف استروژن گیاهی واقعا خطر ابتلا به سرطان مطرح می‌گردد یا خیر؟ این تحقیقات به دو شیوه صورت پذیرفت. نخست در سطح سلولی که محققان تاثیر شایع‌ترین استروژن‌های گیاهی موجود در سویا را بر سلول‌های سرطانی سینه آزمودند و دریافتند که این استروژن گیاهی می‌تواند رشد این سلول‌ها را افزایش دهد.

اما در مطالعاتی که به مقایسه‌ی مناطق مختلف جهان بر مبنای میزان سویای مصرفی آنها پرداخته، نشان داد در مناطقی که سویای بیشتری مصرف می‌شود نرخ سرطان سینه پایین‌تر است. همین نتایج گیج‌کننده و کاملا ضد و نقیص

محققان تاثیر سویا را چگونه آزمودند؟ محققان گروهی از موش‌ها را انتخاب نموده و تخمدان آنها را خارج کردند تا با این مدل‌ها بهتر مشخص شود که زنان پس از یائسگی چگونه به تاثیرات سویا پاسخ می‌دهند. آنها برخی از موش‌ها را با استروژن گیاهی خالص سویا موسوم به genistein تغذیه نمودند و به گروه دیگری از موش‌ها رژیم آرد سویا دادند. همچنین آنها گروهی موش داشتند که به جای سویا، هورمون دریافت می‌کردند و به گروه چهارم از موش‌ها هیچ‌چیز جز دارونما داده نمی‌شد. محققان به تمام این موش‌ها سلول‌های سرطانی سینه را تزریق نمودند که در صورت عدم توجه به تومور سرطانی بدل می‌شد. محققان پس از ۱۲ هفته موش‌ها را کشتند تا دریابند که سلول‌های سرطانی چه روندی را پیش گرفته بودند. آنها دریافتند تومور موش‌هایی که آرد سویا مصرف می‌کردند کوچک‌تر از تومورهای سرطانی

موش‌هایی بود که دارونما دریافت می‌نمودند، به عبارت دیگر آرد سویا به نبرد با رشد سلول‌های عبات کشایی نمی‌مود.

با این وجود تومور سرطانی موش‌هایی که استروژن گیاهی خالص مصرف می‌کردند رشد فرازنده‌ای داشت که این امر حاکی از آن بود که ترکیبات شیمیایی خاص توانایی رشد سلول‌های

سرطانی را تسریع می‌نماید. محققان اصل و اطلاعات ژنتیکی تومورها را در هر چهار گروه از موش‌ها مورد بررسی قرار دادند و دریافتند که مصرف آرد سویا کمک شایانی به زن‌ها می‌کند تا از سرطان پیشگیری نمایند در حالی که genistein خاص، زن‌های خفته‌ی سرطانی را بیدار کرده و آنها را فعال می‌نماید.

محققان چگونه این تاثیرات را تفسیر کردند؟ محققان تصور می‌کردند نتایج آنها منجر به مصرف روزافزون سویا خواهد شد. در حالی که یافته‌های آنها درباره‌ی genistein مهر تاییدی بر یافته‌های بود که نشان می‌داد استروژن گیاهی رشد سلول‌های سرطانی را تسریع می‌بخشد و از طرف دیگر این تحقیق حاکی از آن بود که تاثیر سویا بر بدن بسیار پیچیده است. احتمالا ترکیبات گوناگونی در گیاهان یافت می‌شود که همچون یک کل می‌هراسند که موجب سرطان سینه در آنها شود. سلول‌های سرطانی بروی در واقع تاثیرات بسیار کمتری برخی از خوراکی‌های رایج است. برخی از مصرف سویا اجتناب می‌کنند زیرا می‌هراسند که موجب سرطان سینه در آنها شود. این مطالعه نشان داد که احتمال آن بسیار ضعیف است. طبق برخی مطالعات دیگر که در این زمینه سران سینه از مصرف هرگونه مکمل که حاوی استروژن گیاهی خالص است اجتناب کنند زیرا داده‌ها و یافته‌ها حاکی از آن است که شکل خالص استروژن رشد تومورها را تسریع می‌کند.

بهمن شهری / پژوهشگر زبان، آموزش و فرهنگ در دانشگاه اهلیو

چرا زبان آموزی برای کودکان مفید است؟



برای کودکان فراهم می‌کند. امروزه بیش از هر زمان دیگری در حوزه‌های تعلیم و تربیت، مراقبت‌های بهداشتی، ترجمه، گردشگری، تجارت و روابط بین‌الملل فرصت‌های شغلی جدیدی پدید آمده که نیازمند متقاضیانی هستند که حداقل به بیش از یک زبان مسلطند.

پژوهشگران اقتصاد شهری در مؤسسه فناوری ماساچوست در یک مطالعه جالب که نتایجش سال ۲۰۰۲ منتشر شد نشان دادند که حقوق فارغ‌التحصیلان دانشگاه‌های ایالات متحده که حداقل به یک زبان خارجی مسلطند دو درصد بیشتر از آنانی است که فقط به زبان مادری‌شان تکلم می‌کنند.

۶ یادگیری زبان دوم حس هم‌دلی را در کودکان افزایش می‌دهد پژوهشگران دانشگاه شیکاگو در تحقیق که سال ۲۰۱۵ منتشر شد نشان دادند کودکانی که در معرض فراگیری دو زبان یا بیشتر هستند بهتر می‌توانند از دید دیگزان مسائل را ببینند و درک کنند. به بیان دیگر آموختن زبان کمک می‌کند کودکان بهتر خودشان را جای دیگری بگذارند، دیگری را درک و با او ارتباط برقرار کنند.

با توجه به نیازمندی‌های قرن بیست و یکم، شهروندانی که بیش از یک زبان بلد باشند احتمال موفقیتشان در آینده بیشتر است. کودکان دو زبانه و چند زبانه امروز شاید هنوز بدرستی درک نکنند که مادر پدرهایشان چه هدیه ارزشمندی در اختیارشان قرار داده‌اند ولی در آینده می‌تایبت سپاسگزارشان خواهند بود.

چرا دولتها باید از آموزش زبان حمایت کنند؟

گوناگون در کنار یکدیگر در صنعت آموزش زبان مشغول کارند.

سخت‌کوشی، آزاداندیشی و بردباری از ملزومات عملکرد تجاری موفق و پایدار است. بر اساس یک پژوهش مفصل که مجله فوربز در سال ۲۰۱۱ منتشر کرد، تنوع در نیروی کار خلایقی را در افراد پرورش می‌دهد. این تحقیق بروشنی نشان می‌دهد که نیروی کار متنوع یکی از ملزومات تمام شرکت‌هایی است که هدفشان جذب و نگهداری با استعدادترین‌هاست. صنعت آموزش زبان از حیث تنوع نیروی کار یک بخش پیشرو به شمار می‌رود.

در بیشتر مراکز آموزش عالی در جهان به جز زبانی که در دانشگاه تدریس می‌شود معمولاً الزام چندانی به یادگیری یک زبان دیگر وجود ندارد اما این نیز در حال تغییر است. اخیراً دانشگاه پرینستون اعلام کرد که همه دانشجویان فارغ از دانش زبانی‌شان در هنگام ورود به دانشگاه ملزم به یادگیری یک زبان جدید در دوره تحصیل هستند و این الزام جزوی از برنامه آموزش عمومی دانشگاه است. امی تامسون، استاد زبان‌شناسی دانشگاه فلوریدای جنوبی، بر این باور است که مراکز آموزش زبان بیشتری باید از دانشگاه پرینستون الگو بگیرند زیرا زبان‌آموزی در سطح آموزش عالی تساهل فرهنگی‌ا افزایش می‌دهد. نکته‌ای که از دید وی در جهان امروز بیش از پیش ضروری است. در بسیاری از کشورها تلاش‌های فراوانی در جریان است تا افراد تشویق شوند یک زبان جدید بیاموزند. در بریتانیا موسسه با آینده سخن بگو در سال ۲۰۱۳ با همکاری اتحادیه اروپا و نهادهای دیگر، جنبشی را با عنوان چالش ۱۰۰۰ واژه راه انداخت. هدف این برنامه برجسته‌سازی اهمیت یادگیری یک زبان جدید برای شهروندان بریتانیاست. در این کارزار شهروندان تشویق می‌شوند هزار کلمه را در زبانی جدید بیاموزند. از دید طراحان این جنبش، یادگیری هزار کلمه به یک زبان دیگر هدفی واقع‌بینانه و در دسترس است. صنعت آموزش زبان آینده‌های اقتصادی، تربیتی و فرهنگی دارد و توسعه زبان‌آموزی کلید موفقیت در روابط بین‌المللی و اقتصاد جهانی است. از این رو دولتها باید از صنعت آموزش زبان حمایت کنند و در سیاست‌های کلان به توسعه زبان‌آموزی اولویت بدهند.

دسترسی به خدمات بهداشتی از حقوق بنیادین انسان است

استاندارد قابل‌دستیابی بهداشتی یکی از حقوق بنیانی هر انسانی است.» «بنیانی هر انسانی است.» او افزود: «از آن هنگام تاکنون میانگین امید به زندگی در جهان ۲۳ سال افزایش یافته است» و به ریشه‌کشی مالاریا و موج شدن فلج اطفال اشاره کرد. «گوترش تأکید کرد که باوجوداینکه اکنون نسبت به هفت دهه پیش میلیون‌ها کودک بیشتر تا پنج سالگی زنده می‌مانند، هنوز افراد بسیاری در جهان از خدمات جهانی بهداشتی محروم هستند. همه کشورهای عضو سازمان ملل به عنوان بخشی از «برنامه ۲۰۳۰» و ۱۷ هدف توسعه پایدار (SDG) توافق کرده‌اند که برای تحقق پوشش همگانی بهداشتی تا سال ۲۰۳۰ تلاش کنند.

۲. یادگیری زبان جدید باعث پیشرفت تحصیلی می‌شود پژوهش‌های زیادی حاکی است که یادگیری زبان جدید احتمال موفقیت کودکان را در امتحانات مدرسه بالا می‌برد. یک تحقیق کلاسیک و مفصل روی بیش از هفده هزار دانش‌آموز آمریکایی حاکی از آن است که دانش‌آموزانی که به صورت مستمر زبان خارجی می‌خوانند نمرات بالاتری در آزمون کالج‌ها یکی از دو امتحان استاندارد برای ورود به دانشگاه کسب کرده‌اند.

۳. یادگیری زبان جدید باعث پیشرفت مهارت‌های کودک در زبان مادریش می‌شود سالها پیش بسیاری بر این باور بودند که یادگیری زبان دوم کودک را بیشتر گیج می‌کند اما تحقیقات فراوانی نشان می‌دهد که کودکانی که دو زبان یاد می‌گیرند در امتحانات دروس مربوط به زبان مادری عملکرد بهتری دارند.

۴. فراگیری زبان جدید قدرت تفکر خارج از چهارچوب را در کودکان تقویت می‌کند کودکان دو زبانه و چند زبانه بهتر می‌توانند به یک مسئله از درجه‌های متفاوت نگاه کنند و راه‌حل‌های خلاق و خارج از چهارچوب ارائه کنند. کمسیون اروپا در سال ۲۰۰۹ گزارش مفصلی در این مورد منتشر کرد که چگونه چندزبانگی خلاقیت، انعطاف ذهنی، حل مسئله و مهارت‌های ارتباطی را در افراد پرورش می‌دهد.

۵. دانستن زبان جدید فرصت‌های شغلی بیشتری

کودکان زیادی در سراسر جهان کلاس زبان می‌روند. افزایش نرخ مهاجرت در قرن بیست و یکم نیز کودکان بیشتری را در معرض یادگیری بسیار گسترده است، به دست آوردن معیارهای تشخیصی مناسب برای پزشک نیز بسیار دشوار است.

درمان دارویی سندرم خستگی مزمن: هیچ درمان یا داروی شناخته شده ای نمی‌تواند سندرم خستگی مزمن را به طور کلی درمان کند. مرکز کنترل بیماری‌ها به افرادی که مبتلا به سندرم خستگی مزمن هستند پیشنهاد می‌دهد که یک گروه حمایتی از پزشکان، درمان‌گران و اعضای خانواده ایجاد کنند. این موضوع به این خاطر است که بیمار مبتلا به سندرم نه تنها باید با خستگی شدید دست و پنجه نرم کند بلکه در مورد زمان رخ دادن نشانه‌های خاص مطمئن نخواهد بود.

در مطالعه دیگری نیز که سال ۲۰۱۶ در دانشگاه واشنگتن در سیاتل انجام گرفت، تصویربرداری از مغز کودکان یازده ماهه نشان داد که بخشهای مربوط به کارکردهای اجرایی در کودکان دوزبانه فعالیت بیشتری از همتایان تک‌زبان‌ه‌شان دارد. در یک تحقیق گسترده دیگر در سال ۲۰۱۲، مغز کودکان یازده ماهه نشان داد که بخشهای مربوط به کارکردهای اجرایی در کودکان دوزبانه فعالیت بیشتری از همتایان تک‌زبان‌ه‌شان دارد. در یک تحقیق گسترده دیگر در سال ۲۰۱۲، مغز کودکان یازده ماهه نشان داد که بخشهای مربوط به کارکردهای اجرایی در کودکان دوزبانه فعالیت بیشتری از همتایان تک‌زبان‌ه‌شان دارد. در یک تحقیق گسترده دیگر در سال ۲۰۱۲، مغز کودکان یازده ماهه نشان داد که بخشهای مربوط به کارکردهای اجرایی در کودکان دوزبانه فعالیت بیشتری از همتایان تک‌زبان‌ه‌شان دارد.

پژوهشگران دانشگاه یورک در تورنتو کاندای نشان دادند که دوزبانگی مجموعه‌ای متنوع از توانایی‌های ذهنی را در ذهن کودک پدید می‌آورد. به عنوان نمونه کودکان دو زبانه کمتر در دام حواس‌پرتی می‌افتند که خود یعنی افزایش توجه و تمرکز.

صنعت زبان به عنوان یک بخش خدمانی در اقتصاد جهانی از ابتدای قرن بیست و یک همواره رشد کرده و سهم بیشتری از بازار را به دست آورده است. آموزش زبان، مشاوره زبان، آماده‌سازی امتحانات بین‌المللی، برگردان متون، ترجمه همزمان، ترجمه وبسایت، دوبله و زیرنویس، ویرایش ادبی و سازمان‌دهی کنفرانس‌های بین‌المللی نمونه خدماتی هستند که موسسه‌ها و سازمان‌های دولتی و خصوصی ارائه می‌دهند. قسمت بزرگی از این رشد مدیون مراکز آموزش زبان است. موسسات آموزش زبان از دو طریق به اقتصاد کمک می‌کنند: با درآمدزایی مستقیم و ایجاد شغل‌های مختلف. رقابت کیفی باعث به وجود آمدن شغل‌های متنوع در این عرصه و تربیت نیروهای متخصص آموزشی و اداری شده است.

کشورهایی که از مراکز آموزش زبان و توسعه‌شان حمایت می‌کنند درآمد خوبی هم نصیبشان می‌شود. یک گزارش اقتصادی که سال ۲۰۱۴ در فرانسه منتشر شد نشان می‌دهد که مدارس آموزش زبان در این کشور از جمله آنهایی که زبان فرانسه را به خارجی‌های مقیم آموزش می‌دهند بیش از دو میلیارد دلار به اقتصاد این کشور کمک کرده‌اند. یافته‌های یک مطالعه خصوصی مشاوره پژوهش‌های اقتصادی در لندن نشان می‌دهد بخش آموزش زبان در بریتانیا در سال ۲۰۱۴ بیش از یک میلیارد پوند درآمد داشته است.

سودمندی صنعت آموزش زبان برای اقتصاد کشورها فراتر از درآمدزایی مستقیم و ایجاد شغل است. داشتن شهروندانی که زبان‌های متفاوتی را بلدند از ملزومات موفقیت در اقتصاد جهانی است. هر دولتی با توجه به ارتباطات تجاری که با دیگر کشورها از جمله همسایگانش دارد، نیازمند نیروهای متخصصی است که به زبان بازارهای مقصد تجاری صحبت کنند. این نیروهای متخصص و در عین حال دو یا چند زبانه روند تجارت را تسهیل می‌کنند و به آن شتاب می‌بخشند. موفقیت در بازارهای جهانی بیش از پیش نیازمند آموزش زبان است. روزنامه گاردین بریتانیا در سال ۲۰۱۵ می‌گزردی که در آن چهره‌های برجسته در حوزه‌های متفاوت درباره اینکه چرا زبان‌آموزی

پیک پارسیان

یک پزشک در حال معاینه یک کودک مبتلا به سندرم خستگی مزمن

درمان سندرم خستگی مزمن چیست؟



شناخته شده است. ویروس هرپس انسانی ۶ که بیماران مبتلا به ایدز را تحت تأثیر خود قرار می‌دهد. عفونت اتروویروس، عفونتی است که گلودرد مکرر یا در بازه زمانی مشخص سرخچه کاندیدا البیکس ، قارچی است که باعث ایجاد عفونت مخمری می‌شود. Bornaviruses

مایکوپلاسما که منجر به ایجاد نوعی پنومونی می‌شود. عفونت رودخانه راس کوکسیلاورونتی که عامل بیماری تب کيو است. این بیماری ی عفونت باکتریایی است که می‌تواند ریه، کبد، قلب و سایر بخش‌های بدن را تحت تأثیر قرار دهد.

برخی از مطالعات نشان می‌دهد که CFS ممکن است به خاطر وجود عفونت در سیستم عصبی بدن باشد که به عنوان پاسخ برای سیستم ایمنی ایجاد شده است. شرایطی همچون استرس، محیط زیست، سن و ژنتیک نیز می‌تواند در ایجاد این سندرم دخیل باشد. اکت فشار خون، افسردگی، کم خونی و آلرژی نیز جزو عللی است که توسط مایوکلیتیک پیشنهاد شده است.

تشخیص و بررسی: پزشک تنها زمانی می‌تواند این بیماری را تشخیص دهد که همه علل و عوامل ایجاد خستگی را بررسی نماید. فاکتورهایی که ممکن است در ابتدا در نظر گرفته شود شامل اختلالات ایمنی، وابستگی به دارو، عفونت، اختلالات غدد درون ریز، تومورها، بیماری‌های روحی و روحی همچون افسردگی و بیماری عصبی است. برای فاکتورها باعث پیچیده شدن شرایط تشخیص می‌شود.خستگی و برخی از نشانه‌های دیگر ممکن است با انواع مختلفی از بیماری‌ها همپوشانی داشته باشندو همین امر فرایند تشخیص را بسیار دشوار می‌سازد. این شرایط توسط دوره‌های بهبود و عود شناخته می‌شود.

ثبت علائم را به دقت انجام دهید. این اپلیکیشن Hopkins نام دارد از میکروفن گوشی هوشمند،ماپشگر لمسی و شتاب‌سنج گوشی برای ارزیابی نشانه‌های بیماری استفاده می‌کند: صدای بیمار را رصد می‌کند،حرکات انگشتان دست او را کنترل کرده و تعادل و زمان واکنش قدر را محاسبه می‌کند. بیماران می‌توانند در هر زمانی از این اپلیکیشن برای معاینه خود استفاده و شدت ابتلای خود به بیماری را محاسبه کنند و امتیاز به دست آورده را با پزشک خود به اشتراک بگذارند.

ترک اعتیاد استفاده کند مثل: acampro- sate یا naltrexone از درمان های قدیمی مثل داروهای جدیدتر مثل baclofene که کمک می کند به بعضی اشخاص که مصرف الکل شان را کم کنند بدون اینکه احساس کمبود الکل داشته باشند و زندگی اجتماعی و شغلی شان را از سر بگیرند. یک داروی ضد غش کردن به کم کردن مصرف الکل کمک می کند - anticonvul- sivant

یک دارویی که روی دریافت کننده های مخدرا در مغز اثر می گذارند میل به نوشیدن الکل را کم می کنند. مطالعات درباره ی تحریک های مغناطیسی در دست های بیمارانی که در مجامع وارد مغز می شوند و سلول های مغزی را توسط میدان مغناطیسی تحریک می کنند ادامه دارد.

در خاتمه:

یک داروی معجزه گر که بتواند تمام مشکلات الکل را حل کند وجود ندارد، زیرا میل سرکش به نوشیدن الکل در بیشتر مواقع مشکلات بزرگ کنترل مسائل احساسی منفی را می پوشاند به همین دلیل شکست های زیادی در ترک الکل وجود دارد، حتی با داروهای جدید که همه کس با هم به خوبی آنها را تحمل نمی کند. الکل باید تولید مشکلات زیادی برای سلامتی می شود. باید از همه امکانات برای جلوگیری از سقوط شخص و شروع دوباره استفاده کرد یا استفاده از داروها همراه با ترابی رفتاری را کمک روانشناس و کمک به داشتن نگاه دیگری به جامعه. اختلالات تولید شده توسط الکل را نباید به عنوان یک اراده بودن فرد به حساب آورد، بلکه به عنوان یک بیماری مزمن که باید درمان شود مثل همه بیماری های مزمن دیگر باید در نظر گرفت.

سندرم خستگی مزمن که به عنوان اختلال عملکرد ایمنی بدن نیز شناخته می‌شود یک شرایط گیج‌کننده پزشکی است که معمولاً در زنان ۳۰ الی ۵۰ سال دیده می‌شود. البته باید به این نکته توجه داشته باشید که این شرایط می‌تواند هر فردی را تحت تأثیر خود قرار دهد. بیش از یک میلیون نفر در ایالت متحده آمریکا تحت تأثیر این سندرم قرار دارند.

از آنجایی که علت شناخته شده یا تشخیص داده شده برای این شرایط وجود ندارد، پزشکان معمولاً در مورد اینکه سندرم خستگی مزمن (CFS) واقعی است یا خیر شک داشتند. بیشتر پزشکان امروزی بر این باورند که سندرم یک شرایط پزشکی حاد است و باید درمان شود.

سندرم روده تحریک پذیر افسردگی یا سایر مشکلات روحی– روانی لرز و تعریق شبانه سرگیجه یا مشکلات تعادلی خستگی شدید حساسیت به بویها، صداها و غذاهای خاص بی‌خوابی یا سایر مشکلات خواب

علل سندرم خستگی مزمن: علل ایجاد خستگی مزمن هنوز مشخص نیست. در طول دهه‌های اخیر، مطالعات پزشکی مسری بودن این بیماری را مورد بررسی قرار داده است اما هنوز شواهد محکمی برای این موضوع پیدا نشده است. همچنین مطالعات انجام شده هنوز نتوانسته اند رابطه ای بین این شرایط و سایر بیماری‌های قابل انتقال و مسری پیدا کنند. با این حال، مطالعه انجام شده در سال ۲۰۰۹ نشان می‌دهد که رابطه ای بین سندرم خستگی مزمن و ویروس تازه کشف شده‌ای به نام xenoTRO-۱ pic murine leukemia وجود دارد. تا سال ۲۰۱۱ همه پژوهشگران و محققان این بیماری را به بیماری‌های ویروسی مرتبط می‌دانستند. محققان هنوز هم به دنبال یافتن راهی برای برقراری ارتباط با سایر عوامل عفونت را هستند. برخی از مطالعات انجام شده توسط CDC، برخی عوامل عفونت را که در گذشته مورد بررسی و مطالعه قرار گرفته اند یا هنوز تحت بررسی هستند ، عبارتند از:

اپشتین بار ویروس که با عنوان مونونوکلئوز نیز

درد مفاصل که همراه تورم یا قرمزی نیست سردرد گرهِهای لُغافوی در گردن یا زیر بغل گلودرد مکرر یا در بازه زمانی مشخص همچنین نشانه‌های دیگری نیز در مورد سندرم خستگی مزمن وجود دارد که همیشه برای تشخیص مورد استفاده قرار نمی‌گیرد. این نشانه‌ها عبارتند از:

سندرم روده تحریک پذیر افسردگی یا سایر مشکلات روحی– روانی لرز و تعریق شبانه سرگیجه یا مشکلات تعادلی خستگی شدید حساسیت به بویها، صداها و غذاهای خاص بی‌خوابی یا سایر مشکلات خواب

علل سندرم خستگی مزمن: علل ایجاد خستگی مزمن هنوز مشخص نیست. در طول دهه‌های اخیر، مطالعات پزشکی مسری بودن این بیماری را مورد بررسی قرار داده است اما هنوز شواهد محکمی برای این موضوع پیدا نشده است. همچنین مطالعات انجام شده هنوز نتوانسته اند رابطه ای بین این شرایط و سایر بیماری‌های قابل انتقال و مسری پیدا کنند. با این حال، نشان می‌دهد که رابطه ای بین سندرم خستگی مزمن و ویروس تازه کشف شده‌ای به نام xenoTRO-۱ pic murine leukemia وجود دارد. تا سال ۲۰۱۱ همه پژوهشگران و محققان این بیماری را به بیماری‌های ویروسی مرتبط می‌دانستند. محققان هنوز هم به دنبال یافتن راهی برای برقراری ارتباط با سایر عوامل عفونت را هستند. برخی از مطالعات انجام شده توسط CDC، برخی عوامل عفونت را که در گذشته مورد بررسی و مطالعه قرار گرفته اند یا هنوز تحت بررسی هستند ، عبارتند از:

اپشتین بار ویروس که با عنوان مونونوکلئوز نیز

کندند، و همین مرحله از تشخیص است که فرایند درمان را دشوار می‌سازد زیرا تشخیص این علائم کار بسیار دشوار و کم‌دقتی است. براساس گزارش نیواپسل، اما محققان دانشگاه جانز هاپکینز اپلیکیشنی هوشمند ابداع کرده‌اند که می‌تواند با دقتی قابل قبول این علائم را شناسایی کند. یک سوم اعمال شبه جرم و جنایی بر اثر علائم اولیه بیماری پارکینسون شامل لرزش و دشواری در پرورش است که این نشانه‌ها متناسب با نوع دقت متخصص‌نوع معاینه و دوره‌ای از بیماری که بیمار طی آن به پزشک

کندند، و همین مرحله از تشخیص است که فرایند درمان را دشوار می‌سازد زیرا تشخیص این علائم کار بسیار دشوار و کم‌دقتی است. براساس گزارش نیواپسل، اما محققان دانشگاه جانز هاپکینز اپلیکیشنی هوشمند ابداع کرده‌اند که می‌تواند با دقتی قابل قبول این علائم را شناسایی کند. یک سوم اعمال شبه جرم و جنایی بر اثر علائم اولیه بیماری پارکینسون شامل لرزش و دشواری در پرورش است که این نشانه‌ها متناسب با نوع دقت متخصص‌نوع معاینه و دوره‌ای از بیماری که بیمار طی آن به پزشک

می‌دهد. پس از سالها نوشیدن الکل عوامل هشداردهنده چای شکی برای تشخیص باقی نمی گذارند. یک اکوگرافی از کبد و پانکراس می مفید است و اگر پزشک مشکوک به سیروز کبدی باشد یک بومپسی از کبد هم لازم می شود. ترک کردن مصرف شدید الکل وقتی که شخص از نظر روانی و نه از نظر فیزیکی معناد نیست راحت است و فقط مشورت با پزشک درمان کننده و راهنمایی های او کافی است و برخلاف آنچه که قبلا فکر می کردند که شخص مطلقن نباید الکل بنوشد، کافی است که مقدار مصرف را کم کند که آثار مثبت بر روی سلامتی

ترک کردن برای ترک اعتیاد به الکل یک پروتوکل وجود دارد که موثر بودنش ثابت شده که شخص مصرف الکل را قطع کرده و برای تحمل کمبود الکل پزشک تجویز می کند که شخص یک و نیم تا دو لیتر مایع در روز بنوشد البته بدون الکل، بدون شکر و بدون کافئین. همچنین مصرف داروی ضدانگیزانی benzodiazepines به مدت ۴۸ ساعت با دوز قوی و به تدریج میزان

سندرم خستگی مزمن که به عنوان اختلال عملکرد ایمنی بدن نیز شناخته می‌شود یک شرایط گیج‌کننده پزشکی است که معمولاً در زنان ۳۰ الی ۵۰ سال دیده می‌شود. البته باید به این نکته توجه داشته باشید که این شرایط می‌تواند هر فردی را تحت تأثیر خود قرار دهد. بیش از یک میلیون نفر در ایالت متحده آمریکا تحت تأثیر این سندرم قرار دارند.

از آنجایی که علت شناخته شده یا تشخیص داده شده برای این شرایط وجود ندارد، پزشکان معمولاً در مورد اینکه سندرم خستگی مزمن (CFS) واقعی است یا خیر شک داشتند. بیشتر پزشکان امروزی بر این باورند که سندرم یک شرایط پزشکی حاد است و باید درمان شود.

علائم سندرم خستگی مزمن: علل سندرم خستگی مزمن توسط خستگی‌های شدید و غیر عادی شناخته می‌شود که حداقل شش ماه متوالی ادامه پیدا می‌کند و بر اثر فعالیت‌های فیزیکی شدید و استرس بدتر می‌شود. این خستگی معمولاً همانند خستگی‌های معمولی که بعد از انجام فعالیت‌های بدنی یا نداشتن استراحت کافی ایجاد می‌شود نیست. افرادی که مبتلا به این سندرم هستند حتی با وجود استراحت کافی با هم چنین خستگی‌هایی را تجربه می‌کنند. این شرایط در زندگی روزمره افراد اختلال وارد می‌کند و باعث می‌شود انجام فعالیت‌های روزانه و کار کردن بسیار دشوار گردد. بیشتر افرادی که مبتلا به CFS هستند خستگی شدیدی را بعد از انجام فعالیت‌های بدنی تجربه می‌کنند که معمولاً با سایر نشانه‌ها همراه است. این دوره‌های خستگی که با عنوان ضعف پس از فعالیت نیز شناخته می‌شود، ممکن است ۲۴ ساعت یا بیشتر طول بکشد. علاوه بر چنین خستگی‌هایی، نشانه‌های زیر نیز ممکن است در فرد وجود داشته باشد:

اختلال در حافظه کوتاه مدت و تمرکز درد عضلات



پزشکان برای تعیین نوع درمان بیماری پارکینسون باید ابتدا شدت علائم آن را تعیین

دکتر عطا انصاری

شخصی که تحت تأثیر الکل قرار دارد کنترل خلق و خوی اش را ندارد و در نتیجه اطرافیش با خشونت های زبانی و فیزیکی او روبرو هستند. بسیاری از خشونت های خانگی، کمک خوردن زنان و کودکان و خشونت در جامعه از مثال های این مورد هستند. ۴۰درصد تصادفات رانندگی به دلیل شیار نبودن و مستی راننده بوده که هر ساله موجب کشته و یا زخمی شدن تعداد زیادی از انسانها می شود. مشکل دیگر بالا رفتن میزان بیماری های مقاربتی است که شخص تحت تأثیر الکل فراموش می کند از کاندوم استفاده کند. یک سوم اعمال شبه جرم و جنایی بر اثر مصرف الکل است و خرجی که الکل برای جامعه در فرانسه ایجاد می کند بیش از ۱۷ میلیارد یورو در سال است که باید به آن مشکلات سلامتی ، غیبت در کار، تصادفات شغلی، زجر کشیدن روانی اطرافیان و غیره را اضافه کرد در حالی که درآمد دولت از مالیات یک و نیم میلیارد یورو است.

به موقع به پزشک مراجعه کنیم مشکل اصلی آگاهی شخص به وابستگی به الکل است. بسیاری از اشخاص قبول ندارند که اعتاد شده اند و یا آن را جدی نمی گیرند. برای درمان چنین افرادی بسیار مهم است که شخص معتاد به الکل به پزشک درمان کننده حقیقت را بگوید که چند گیلاس الکل در هفته با چه فرکانسی و در چه شرایطی مصرف می کند، زیرا پزشک برای کمک به اوست و نه برای قضاوت و محاکمه او. درست مثل اینکه به پزشک بگویید که چه تعداد و در چه مواقعی سیگار می کشد، زیرا این اطلاعات در صورت لزوم به پزشک کمک می کند که تصمیماتش دقیق باشد. ۸درصد الکی های شدید تحت درمان قرار می گیرند و از آمایش خون اطلاعات لازم را درباره ی وضعیت کبد که عضویت که بیشتر از همه از الکل صدمه می بیند و پانکراس مخصوصا در کسانی که مدهماتس الکیی هستند، را نشان



آژانس مسافرتی سان تراول

- ✓ Online flight booking
- ✓ Holiday packages
- ✓ Online Brochures
- ✓ Save time and effort
- ✓ Quality and Service
- ✓ LAYBY your NEXT Holiday

T: 02 82491832 | M: 0403 421 955
Level 19 /1 O'Connell St, Sydney

www.suntravelagency.com.au

Sun Travel & Tours Independently owned and operated under licence from American Express & Helloworld Travel

بهترین قیمت و کوتاهترین مسیر پرواز به ایران و تورهایی مسافرتی به سراسر دنیا

برای دریافت اطلاعات بیشتر لطفا با آزاده شمس تماس بگیرید

DESIGNED BY PENSURST & MCGO

پیک پارسیان

واکنش آمریکایی به شاسی‌بلندهای لوکس اروپایی

به شیک بودن ماشین و راحت بودن سرنشینان توجه کرده‌اند. اویاتور با ماشین‌هایی نظیر آتودی Q7 و ولوو XC90 رقابت می‌کند. علاوه بر موتور شش سیلندر توربو، لینکلن برای اولین بار این ماشین را با قوای محرکه هیبرید-الکتریکی هم عرضه می‌کند. با اینکه ماشینی که در نیویورک نمایش داده شد یک کانسپت است، اما لینکلن می‌گوید محصول نهایی که در سال ۲۰۱۹ به بازار می‌آید نسبت به این کانسپت تغییر زیادی نخواهد کرد.

فورد با تمرکز بر بازار چین، برای احیای مارک لینکلن سرمایه‌گذاری زیادی کرده است. این شرکت می‌خواهد تا سال ۲۰۲۰ فروش سالانه لینکلن را از ۱۸۸ هزار دستگاه کنونی به سیصد هزار دستگاه در سال افزایش دهد.



لینکلن، مارک لوکس فورد هم با نیم نگاه‌ی به بازار چین کانسپتی از جدیدترین شاسی‌بلند خود را در نیویورک رونمایی کرد. لینکلن اویاتور (Aviator) چهارمین مدل شاسی‌بلند لینکلن خواهد بود و این شرکت امیدوار است با آن بتواند با شاسی‌بلندهای لوکس اروپایی رقابت کند. اویاتور یک شاسی‌بلند در اندازه متوسط است و با سه ردیف صندلی برای هفت سرنشین جا دارد. این ماشین از نظر فنی با فورد اکسپلورر (Explorer) مشترک است، اما طراحی آن کاملاً متفاوت است و به لوکس‌ترین امکانات فورد مجهز شده است. از جمله برای اولین بار به راننده امکان داده شده تا از تلفن همراهش به جای سوئیچ استفاده کند.

طراحان لینکلن می‌گویند برخلاف رقیبان که بر اسب‌ترب بودن ظاهر ماشین تأکید دارند، آنها بیشتر

نسل جدید ستاره پر فروش تویوتا



نیازی به انتقال نیرو به هر چهار چرخ نباشد، سیستم دو دیفرانسیل RAV4 برای صرفه‌جویی در سوخت، نیروی موتور را تنها به چرخ‌های جلو منتقل می‌کند.

مدل‌هایی که برای بازار آمریکا ساخته می‌شود به یک آینه دیجیتال مجهز است که تصاویر دوربینی که در پشت خودرو قرار داده شده را به راننده نشان می‌دهد. سیستم تشخیص عابران پیاده، سیستم ترمز اضطراری اتوماتیک، کروز کنترل مجهز به رادار و سیستم تشخیص علائم راهنمایی از جمله امکانات ایمنی خودرو است. برخلاف آمریکا، RAV4 در برابر رقیبانش در اروپا چندان موفق نیست. این ماشین سال گذشته با حدود ۷۱ هزار دستگاه فروش، دهمین مدل پر فروش در بازار اروپا بود و از رقیبان ژاپنی CH-R پر فروش‌ترین شاسی‌بلند تویوتا در اروپا بود.

نسل قبلی برابر است، اما فضای داخلی بیشتر شده و برای اولین بار می‌توان ماشین را با چرخ‌های بزرگ ۱۹ اینچی سفارش داد. داخل خودرو هم به امکانات روز نظیر نمایشگر بزرگتر

برخلاف بسیاری از خودروسازان که بازار شاسی‌بلندهای کوچک برایشان تازه است، تویوتا با مدل RAV4 از قدیمی‌ترین خودروسازان در این بخش از بازار است. RAV4 از سال ۱۹۹۵ تا کنون از موفق‌ترین مدل‌های تویوتا در آمریکای شمالی بوده است. نسل چهارم این ماشین که شش سال است به بازار عرضه شده همچنان پر فروش است و سال گذشته پر فروش‌ترین محصول تویوتا در آمریکا بود.

تویوتا هفته پیش در نمایشگاه نیویورک، نسل جدید RAV4 را رونمایی کرد. نسل پنجم RAV4 از نظر ظاهری خشن‌تر شده و به ماشین‌های بیابانی شبیه‌تر است.

نسل جدید بر روی پلتفرم مشترک جدید تویوتا ساخته می‌شود که از مدل‌های کوچک شرکت نظیر پریوس تا مدل‌های بزرگ نظیر کمری از آن استفاده می‌کنند. با این که طول ماشین با

حمله چین به بازار خودروی اروپا



توسط طراحان سوئدی طراحی شده و از نظر فنی هم با ولوو XC40 اشتراک زیادی دارد. محصولات لینک‌اندکو قرار است از سال ۲۰۲۰ به بازار اروپا عرضه شود و هم‌زمان این شرکت ساخت یک کارخانه در آمریکا را بررسی می‌کند. لینک‌اندکو می‌خواهد به جای نمایندگی‌های فروش، محصولاتش را از طریق اینترنت یا در فروشگاه‌هایی در مراکز خرید به مشتریان عرضه کند. علاوه بر فروش نقدی و قسطی، لینک‌اندکو محصولاتش را به صورت اشتراک سالانه هم به خریداران عرضه می‌کند.

برنامه لینک‌اندکو این است که تا سال ۲۰۲۱ پانصد هزار دستگاه خودرو تولید کند که نیمی از آن در چین و نیمی دیگر در بازارهای اروپا و آمریکای شمالی فروخته خواهد شد.

در حالی که همه خودروسازان جهان برای گرفتن سهم بیشتر از بازار چین تلاش می‌کنند، لینک‌اندکو (LYNK & CO)، خودروساز لوکس چینی خود را برای ورود به بازار اروپا و آمریکا آماده می‌کند.

این شرکت دو سال است که تأسیس شده و بخشی از گروه خودروسازی جیلی است. ولوو هم که عضوی از این گروه خودروسازی چینی است در لینک‌اندکو سهام دارد. مدیر این شرکت آلن فیسر است که سابقه مدیریت در فورد، جنرال

موتورز اروپا و ولوو را دارد. لینک‌اندکو هفته پیش از محصول جدید خود که یک شاسی‌بلند کوچک به نام ۰۲ است رونمایی کرد. این دومین محصول شرکت چینی است و قرار است در کارخانه ولوو در شهر خنت پلژیک در کنار ولوو XC40 تولید شود. این ماشین

تدابیر تازه فیسبوک برای محافظت از حریم خصوصی کاربران



آرمانگرا و خوش‌بین خواند و در عین حال اعلام موارد دیگری از نقض حریم خصوصی کاربران در آینده را محتمل دانست.

فیسبوک تصمیم گرفته است که به اپلیکیشن‌هایی که در این شبکه فعالیت دارند اجازه جمع‌آوری داده درباره عقاید سیاسی و مذهبی کاربران را ندهد.

مایک شروپفر، مایک شروپفر، از مدیران ارشد فیسبوک روز چهارشنبه اقدامات تازه برای محافظت از داده‌های دیجیتال کاربران را اعلام کرد.

این تدابیر عبارتند از:

جلوگیری از جستجوی اطلاعات دیگران با استفاده از شماره تلفن یا آدرس‌ای‌میل آنها
جلوگیری از دسترسی اپلیکیشن‌ها ثالث به فهرست مهمان‌های رویدادهای مختلف و نیز محتوای پیام‌های رد و بدل شده در صفحات مربوط به این رویدادها
محدود کردن دسترسی اپلیکیشن‌های ثالث به اطلاعات افراد

بعد از این تصمیم‌گیری کاربران اپلیکیشن دوست‌یابی تیندر اعلام کردند قادر به استفاده از این برنامه نیستند. تیندر برای ثبت نام کاربران از حساب فیسبوک آنها استفاده می‌کند.

مارک زاکربری، بنیان‌گذار فیسبوک، اعلام کرده که برای محافظت از حریم خصوصی کاربران خود ضوابط سختگیرانه‌ای که اتحادیه اروپا برای این شبکه اجتماعی وضع کرده را به تدریج برای همه کاربران در جهان به اجرا می‌گذارد.

این تصمیم بعد از آن گرفته شده که فیسبوک تأیید کرد که داده‌های حداقل ۸۷ میلیون کاربر این شبکه که ۷۰ میلیون نفر آنها در آمریکا هستند به طور غیرمجاز به دست یک شرکت مشاور ستاد انتخاباتی دونالد ترامپ به نام کمبریج آنالیتیکا افتاده است؛ کریستوفر وایلی، از کارمندان سابق کمبریج آنالیتیکا که در این باره افشاگری کرده، بیشتر از نقض حریم خصوصی ۵۰ میلیون کاربر خبر داده بود. کمبریج آنالیتیکا متهم است که بعد از کسب و اجازه غیر مجاز از داده‌های دیجیتال، آن داده‌ها را پاک نکرده است؛ کمبریج آنالیتیکا و فیسبوک در این خصوص با تحقیقات دولت فدرال آمریکا مواجه هستند.

چند کمیته مجالس نمایندگان و سنای آمریکا هم بنیانگذار فیس بوک را برای ارائه توضیحات علنی در هفته آینده به واشنگتن فراخوانده‌اند.

مارک زاکربری که به ندرت به رسانه‌ها مصاحبه می‌دهد در گفتگویی با خبرنگاران اذعان کرد

سوپر ساحل

در چتسوود عرضه کننده بهترین ها

انواع خشکبار و شیرینیجات ایرانی
ترشی و مرباجات

انواع برنج باسماطی
و سبزیجات خشک
ایرانی

انواع مواد غذایی انواع نوار و سی دی
موزیک و دی وی دی فیلم

Ph: 02 9417 6766 | 337 Penshurst St, Willoughby, NSW

دفتر وکالت

وکلائی برجسته فارسی زبان
بر مبنای سالها تجربه حقوقی
در دادگاههای استرالیا قادر به
حداکثر کمک در موارد قانونی و دادگاهی
در خدمت جامعه ایرانی و فارسی زبان



سوزی دیوید



فرد دیوید

- دادخواهی از دادگاههای استرالیا
- امور مهاجرت
- خانواده و طلاق
- تنظیم وصیت نامه و انحصار وراثت

- Compensation
- خرید و فروش املاک و مستقالات
- خرید و فروش مشاغل – شرکت و غیره
- کلیه امور دادگاهی
- امور جنایی

DAVID LEGAL

Migration Agent Reg Number 0104743

PH: 02 9728 5678 FAX: 02 9754 2988

Address: Suite 3/43 Harris St, Fairfield

پیک پارسیان

پاکستان گام عملی در گفت‌وگوهای صلح با طالبان برداشته است

منابع دولت افغانستان می گویند پاکستان تاکنون
برای کشاندن طالبان پای میز مذاکره گام عملی
بر نداشته است.

این منابع همچنین مدعی شدند که شماری از طالبان مقیم پاکستان علاقمند صلح هستند اما به گفته آنها دستگاه اطلاعاتی پاکستان (آی‌اس‌آی) سعی می‌کند حضور طالبان را در روند صلح، خود مدیریت کند.

می‌گویند اخیراً شماری از افراد ارشد گروه طالبان در پاکستان از سوی حکومت آن کشور بازداشت و یا کشته شده‌اند. منابع نزدیک به گروه طالبان در جنوب تین این موضوع را تأیید می‌کنند.

مقام‌های افغان در گذشته مدعی شده بودند پاکستان آن عده از اعضای طالبان را که مخفیانه به دولت افغانستان مذاکره می‌کردند، به خاطر تخريب روند صلح و یا کنترل آن بازداشت کرد. چیزی که پاکستان آن را به شدت رد کرد.

عبدالسلام ضعیف، سفیر پیشین گروہ طالبان در اسلام آباد کہ در کابل ہمسر می‌برد بہ بی‌بی سی گفت در حال حاضر روند بازداشت افراد طالبان در پاکستان متوقف شدہ است، اما کسی کوید پیش از این صدها تن از افراد مهم این گروہ بازداشت و کشتہ شدہاند.

آقای ضعیف گفت فشار دولت پاکستان تاثری روی رفتار طالبان نخواہد گذاشت و بہ گفتہ او، اسلام آباد با اعمال فشار نمی‌تواند آنہا ر

رئیس جمهوری افغانستان به ولایت ناآرام خوست سفر کرد

ساخت شبکه توزیع برق برای ۱۳ هزار خانوادۀ زیر دین سفر آقای غنی کلید خورد. تکمیل این شبکه در این سال خواهد شد. هزینه آن ۱۲۷۰۰ میلیون دالر برآورد شده است. قرار شد دولت افغانستان ریاست جمهوری افغانستان برقرار آید. و متنفذین قومی، وکلای شورای ولایتی، و استادان و معلمان، زنان، جوانان، صنعت کاران و فعالان جامعه مدنی دین سفر آقای غنی در جلسه با مسئولین امنست دیار کند.

این ولایت به این مقام‌ها هدایت داده تا تدابیر جدی برای تامین امنیت انتخابات گرفته شود و از هر نوع دخالت نیروهای امنیتی در این روند انتخابات جلوگیری شود.

و لسانی پس از حدود سه سال تأخیر قرار است به تاریخ ۲۸ میزان/مهر امسال برگزار شود.

یقهتر روسای جمهوری افغانستان تاکنون ۱۵ آقامهای کوتاه مدت در ولایت‌های این کشور داشته ولی آقای غنی چندی قبل با سفر به ولایت هرات چهار روز در این شهر اقامت کرد که بی یسینه بود. همچنین آقای غنی چند روز قبل با سفر به ولایت پکتیا در همسایگی ولایت خوست نیز دو روز را در این شهر سپری کرد.

متقدان آقای غنی و اولاد او را آغاز مبارزات و دهکانه انتخاباتی، با نزدیک شدن به

رایست جمهوری افغانستان در سال آینده خورشیدی برگزار شود. ده‌ها نفر از مخالفان آقای غنی با برپایی خیمه گفته‌اند تا زمانی که آقای غنی خوست را ترک می‌کند، به تحصن خود ادامه می‌دهند.

آغاز روند اخراج مهاجران افغان از ترکیه با پروازهای چارتر

به کابل سفر کرده، گفته به کسانی که به طور قانونی به ترکیه می‌آیند، خوش آمد می‌گوید اما روند بازگشت داوطلبانه مهاجران همچنان ادامه خواهد داشت.

نخست وزیر ترکیه از حضور غیرقانونی شهروندان افغانستان در ترکیه ابراز نگرانی کرده

و گفته است که این کار پیامدهای ناگواری برای کشورش دارد.

وزارت کشور ترکیه می‌گوید که این مهاجران از راه ایران وارد ترکیه شده بودند و به دلیل ادامه فعالیت‌های تروریستی و مشکلات اقتصادی کشور خود را ترک کرده‌اند.

به گفته این وزارتخانه، روند اخراج مهاجران افغان در استان ارزروم آماده است و روند اخراج مهاجران در استان‌های دیگر هم سرعت بیشتری گرفته است. وزارت مهاجرین و اداره هوانوردی افغانستان دیروز به بی‌بی‌سی گفت که از این تصمیم ترکیه اطلاع ندارد.

پاکستان در سفرش به کابل از برنامه صلح حکومت وحدت ملی افغانستان اعلام حمایت کرد و گفت دو کشور توافق کرده‌اند که علیه شورشیان مخالف دو دولت مبارزه کنند. در سال‌های اخیر دیوار بی‌اعتمادی میان کابل و اسلام آباد بلندتر شده است. هر دو طرف همدیگر را متهم به حمایت از گروه‌های شورشی در کشورهای یکدیگر می‌کنند.

وضعیت آب و هوای مناسب و پوشش جنگلی این ولایت نیز باعث شده که شورشیان مخالف دولت بتوانند در این منطقه فعال باشند. به گفته خبرنگاران شورشیان مخالف دولت می‌توانند از چوب و سایر محصولات جنگل از جمله میوه «درامغوزه» را جمع آوری و به فروش برسانند که درآمد خوبی برای تأمین هزینه جنگ به حساب می‌آید.

خوست یکی از مسیرهای اصلی انتقال اسلحه در زمان اشغال افغانستان توسط شوروی سابق به حساب می‌آمد که اکنون نیز قاچاق کالا به پاکستان و برعکس به راحتی از این ولایت انجام می‌شود. با توجه به اینکه گمرک «غلام خان» یک از گمرکهای مهم افغانستان است ولی به دلیل ادامه ناامنی در این ولایت عملاً غیر فعال است.

اکثر کسانی که به سمت یونان می‌روند تا خود را به اروپا برسانند، از مسیر نسبتاً کوتاه ترکیه تا جزایر لسبوس، کوس، چیوس یا ساموس می‌روند.

حدود دو سال پیش، ترکیه و اتحادیه اروپا برای کند کردن جریان مهاجران به توافق رسیدند.

ریاست جمهوری افغانستان افزوده که به زودی کابل انتقال ۷۰ میگاوالت برق به شهر جلال‌آباد مرکز ولایت ننگرهار در شرق افغانستان وصل خواهد شد که ظرفیت اصلی آن ۳۰۰ میگاوالت است.

تکمیل و در حال اجرا است. افغانستان نیروی برق کافی ندارد و عمدتاً متکی به نیروی برق وارداتی است. در سال‌های اخیر بر سر توزیع برق وارداتی اختلاف‌های زیادی پیدا شده است. افغانستان نزدیک به ۷۰ درصد برق مورد نیازش را از ترکمنستان، ایران، تاجیکستان و ازبکستان وارد می‌کند. نزدیک به ۳۰ درصد برق مورد نیاز این کشور نیز از تولیدات داخلی تأمین می‌شود.

بانک جهانی حدود ۷۰۰ میلیون دلار به افغانستان کمک کرد

بهداشتی، افزایش شمار مراکز بهداشتی و شمار
تعدادی مصرف می‌شود که در نتیجه آن کاهش
تقلید و مرگ و میر مادران در این کشور کاهش
یابد. برنامه جهانی غذای سازمان ملل (WFP)
به تازگی اعلام کرده که شمار افرادی که در
افغانستان امنیت غذای ندارند به ۱۲ میلیون
رسیده است. بر اساس آخرین آمار وزارت
بهداشت، شمار مرگ و میر مادران نیز از هر صده
هزار زایمان به ۶۰۰ نفر رسیده است.

پاک فیروز، بخش حسابداری در پروژه جدید
بانک جهانی را ویژگی آن می‌خواند و می‌گوید:
پرداخت‌ها به موسسات در این پروژه به این

بررسی نتایج کارشان از سوی نهاد سوم صورت خواهد گرفت.

میرهادیست افغانستان به تازگی اعلام کرده که از یک میلیارد و ۹۰۰ میلیون دلاری که برای ارائه خدمات بهداشتی در افغانستان هزینه می‌شود، فقط ۵ درصد آن از سوی حکومت پرداخته می‌شود. ۲۲ درصد این پول توسط مردم و ۲۳ و ۲۴ درصد آن از کمک‌های جامعه جهانی تأمین می‌شود.

شهاد گل آفرینی، وزیر مختار و تکنولوژی دولتی افغانستان می‌گوید که از کمپوز پروژهای دیجیتال کاسا، ۹۰ درصد را باقیاننده از تکمیل

فایر نوری به این شبکه وصل می‌شود. شبکه فایر نوری در افغانستان اکنون در ۲۵ ولایت این کشور وصل است.

به باور او، تطبیق این پروژه به کمک خودماداری و زیر مالیه نیز این کشور کمک خواهد کرد.

وزیر مالیه نیز این شبکه هدف این پروژه اتصال منطقاتی است که هم در قیست و هم در کیفیت اینترنت در افغانستان تأثیرگذار خواهد بود. آقای حکیمی همچنین افزود که پول اختصاص دادند شده به بانکهای دولتی، برای طریقت سازی این نهادها در بخش وامدهی برای کشاورزان، خانه های مصرف خواهد شد.

نخست‌وزیر ترکیه: طالبان نباید فرصت تاریخی صلح را از دست دهند

شده است که هدف پهپود و توسعه این مکتب است. او گفت که این کار به نفع دوکوان افغان است. و دوکوالی است که در این مدارس درس می‌خوانند و افغانان توجه به کیفیت این مکتب‌ها خواهد بود. دولت افغانستان چندی قبل با اعضای سازمانهای، رسماً مدیریت مکتب‌ها را به دوکوالی‌ترکی در به دولت ترک سپرد.

پس از ۲۰۱۶ در ۲۰۱۶، دولت این کشور نتوانستند کنترل را متهم به طراحی کرد و در این استبداد که مکتب‌ها افغان - ترک هم زیر نظر و تحت حمایت اوستان، افغان مسود شد. و این با یه بریدن مدیریت این به دولت ترک سپرد.

روایری اجرایی افغانستان گفت هدف اصلی از واگذاری مدیریت مکاتب افغان- ترک و پهلوی و توسعه این مکاتب است. آقای عبدالله در ادامه همکاری میان دو کشور را در عرصه‌های مختلف گسترده اعلام کرد و گفت که این کشور از تأمین امنیت گروته تا بازسازی افغانستان سهم گرفته به استصاح. امروزه صدها مهاجر افغان از ترکیه به کابل برگردانده شد. آقای عبدالله مهاجرت غیر قانونی را یک چالش برای همه دانست و افزود: «ما که نهادهای دیپلماتیک افغان در آنجا هستند این مشکلات با مقام‌های ترک در ارتباط هستند.

مطمینان، فضای مجازی دشمن

[illegible]

امارات و عربستان مسئول

مسئولان کشورهای عربستان و امارات در حالی که به تازگی اعلام کردند که هیچ‌یک از کشورهای منطقه در جریان حمله به ایران نقش نداشته‌اند، در عین حال به تازگی اعلام کردند که هیچ‌یک از کشورهای منطقه در جریان حمله به ایران نقش نداشته‌اند.

رئیس بانک مرکزی: عدم اطمینان، فضای مجازی دشمن، امارات و عربستان مسئول نابسامانی ارزی هستند

[illegible]

رئیس جمهوری چین: تعرفه‌های گمرکی کاهش می‌یابد

خواهیم کرد و همزمان تعرفه های موجود بر بعضی کالاها دیگر را هم کاهش داد. از سال ۲۰۱۳، مقامات چین وعده داده اند که محدودیت سرمایه گذاری خارجی در صنایع خودروسازی این کشور را کاهش دهند به گونه ای که خارجیان بتوانند سهام اکثریت در شرکت های خودروسازی چینی را به دست آورند. زودتر و شتابان تر، رئیس گمرک چارلی آرمسترانگ، مدیر امور بازرگانی و واردات خودرو، از اجرائی

را به خاطر وضع ۲۵ درصد تعرفه گمرکی به خودروهای وارداتی مورد انتقاد قرار داد و گفت که این نرخ در آمریکا تنها ۲.۵ درصد است. در خبری دیگر در همین مورد، نماینده چین در سازمان تجارت جهانی خواستار جلسه مشورت در مورد اختلاف تجاری با ایالات متحده شده است. به گزارش سازمان تجارت جهانی، درخواست چین در روز ۷ آوریل تسلیم سازمان شده است.

در کلیه

SILVER DECOR

پرده دوزی سیلور دکور

**FREE
Measure & Quote**

اندازه گیری
و قیمت گذاری
رایگان

با ارائه کلیه طرح های کلاسیک و جدید پرده با پارچه ها و توره های زیبا
مناسب با دکوراسیون داخلی و سلیقه شخصی شما

Ph: 02 9890 1034 | Mob: 0412 082 120

Email: silver.decor@live.com.au

DESIGNED BY PARIAN STYLING

میوند سوپرمارکت

*ایران از به ایران
پاکستان و بالتیس
افغانستان*

*نماینده رسمی برنجهای آلوده
و دانه های و جزی در پاکستان*

LUSTER CLINING

انواع امور تمیز کاری

اماکن تجاری
محل کار
مسکونی
خانه
آپارتمان

0403 183 087
0478 006 092

تدریس موسیقی

ناصر غریبی
ویولونیست و آهنگساز



برای آموزش ویلن
و آواز هنر جو می پذیرد

0408 462 662

www.nasergharibi.com

رب گوجہ فرنگی تكدانه

فقط مرغوب ترین در ایران نیست

بلکه مرغوبترین در خاورمیانه ، اروپا و استرالیا است



در کلیه فروشگاه‌های ایرانی در سراسر استرالیا

injob
اینجاب



DOWNLOAD
OUR
FREE
MOBILE APP



راهنمای مشاغل ایرانیان و فارسی زبانان استرالیا و نیوزیلند

PERSIAN BUSINESS DIRECTORY AUSTRALIA & NEW ZEALAND



Injob Persian Business Directory In Australia & NZ | Facebook

اپلیکیشن اینجاب دستیابی به مشاغل مورد نیاز را در کوتاهترین مدت برای شما آسان میکند
Call / Email/ Navigate/ Nearby Services **Tap & Go**

Tel: 02 8883 5551 | Mob: 0418 660 399
admin@injob.com.au | parsianaustralia@yahoo.com

AUST ARIA

PTY LTD
FOOD IMPORTS



موجود در کلیه فروشگاههای مواد غذایی معتبر در سراسر استرالیا

پخش از
Aust Aria

Ph: 02 9645 6003

Fax: 02 9700 9679

info@aust-aria.com

