



**ارسل 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

**ارسل 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



**AJ Migration Consultants**

**دفتر امور مهاجرتی اعظم جعفری**

وکیل رسمی سازمان MARA در استرالیا - 1571733 MARN



**Suite 602, 7 Railway St Chatswood NSW 2067**

**Tel: 02 8034 6901 Mob: 0414 187 045**

**Email: ajafari@ajmigration.com**

**Website: www.ajmigration.com**



**شکیلا**

SENİK ENTERTAINMENT PROUDLY PRESENTS

FOR THE FIRST TIME IN AUSTRALIA

**SHAKILA VOICE OF AN ANGEL**

**در تور کنسرت های استرالیا**

**۹ تا ۱۱ نوامبر**

**ملبورن - ادلید - سیدنی**

اطلاعات بیشتر در صفحه ۱۲

## کره شمالی مشغول کار بر موشک های تازه است



تقلیه ای را در حال ورود و خروج از این مرکز نشان می دهند، اما ابعاد ساخت موشک در آنها پیدا نیست. این اولین گزارش ها از احتمال ادامه برنامه تسلیحاتی کره شمالی که موثر بودن حملات با یکدیگر ریزر کرده اند تا راهکارهای رسانه های آمریکایی اواخر ماه ژوئن گزارش های درز کرده از سازمان های اطلاعاتی را منتشر کردند که ظاهرا از تجهیز و تقویت یک مقام گزارش داد که میزان پیشرفت کره شمالی در ساخت این موشک ها روشن نیست. دونالد ترامپ رئیس جمهور آمریکا به ماه آوریل اعلام کرد که راهکارهای تسلیحاتی کره شمالی در حال توقف کردن آزمایش های اتمی و موشکی است. در همین حال فرماندهان ارشد ارتش های کره شمالی و جنوبی در منطقه غیر نظامی ساخت کره جنوبی در نزدیکی پانگ، پایتخت، باشد. تصادفی تلاش کنند. از آن زمان دو کشور در حال توقف کردن آزمایش های اتمی و موشکی است. در همین حال فرماندهان ارشد ارتش های کره شمالی و جنوبی در منطقه غیر نظامی ساخت کره جنوبی در نزدیکی پانگ، پایتخت، باشد. تصادفی تلاش کنند. از آن زمان دو کشور در حال توقف کردن آزمایش های اتمی و موشکی است.



**پیک پارسیان**

**THE PERSIAN HERALD**

National Weekly Persian Newspaper

Vol 30, Issue 1071 Thursday August 2nd, 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**

**www.parsiaexchange.com**

**بهترین وام کمترین بهره**

**وام اتومبیل**

تا میزان ۱۰۰ هزار دلار بدون نیاز به مدارک کاری با ارایه GST Registered

**0406 898 333**

**Level 6, 10 Help St. Chatswood**

credit representative no. 426285

**FARZAD FARZIN WITH SHOCK BAND**

**برای اولین بار تور عاشقانه فرزاد فرزین به همراه گروه شوک در استرالیا**



## پس از اعلام آمادگی ترامپ برای مذاکره بدون شرط با ایران پومپئو شرایط مذاکره بدون پیش شرط ترامپ با ایران را شرح داد



سازی روابط با آن کشور را مردود اعلام کرده اند. پس از مذاکرات منجر به دستیابی به برجام نیز که ایالات متحده عملا طرف اصلی گفتگو بود، رهبر جمهوری اسلامی هشدار داد که گفتگو با آمریکا منحصر به موضوع برنامه هسته ای بوده و تأکید ورزید که در هیچ زمینه دیگری بین دو طرف مذاکرات صورت نخواهد گرفت. پیش از آن، آیت الله خامنه ای هشدار داده بود که در صورت مذاکره و حصول توافق با آمریکا در مورد مسایل هسته ای، آن کشور خواست های دیگری مانند کنار گذاشتن برنامه موشکی و رعایت حقوق بشر را پیش خواهد کشید.

رهبران و مقامات جمهوری اسلامی شدن روابط با دولت ترامپ، درحال ساختن موشک های بالستیک جدیدی باشد. مقام های آمریکایی که از آنها نام برده نشده به روزنامه واشنگتن پست گفتند که ماهواره های جاسوسی فعالیت هایی را در یک سایت تولید موشک بالستیک مشاهده کرده اند. خیرگزاری رویترز هم به نقل از یک مقام گزارش داد که میزان پیشرفت کره شمالی در ساخت این موشک ها روشن نیست. دونالد ترامپ رئیس جمهور آمریکا به ماه ژوئن در سنگاپور با کیم جونگ ایل رهبر کره شمالی دیدار کرد. آنها بعد از آن دیدار تاریخی قول دادند که در جهت خلق سلاح اتمی تلاش کنند و آقای ترامپ اعلام کرد که کره شمالی دیگر یک تهدید هسته ای نیست.

اما آقای ترامپ به خاطر اعطای امتیاز به کره شمالی بدون گرفتن تعهدی قابل تصدیق از این کشور برای پایان برنامه اتمی و موشکی در داخل مورد انتقاد قرار گرفت. روزنامه واشنگتن پست روز دوشنبه به نقل از مقام ها نوشت که به نظر می رسد کره شمالی درحال ساختن یک یا دو موشک قاره پیمای تازه در تاسیسات سانومونگ کره جنوبی در نزدیکی پانگ، پایتخت، باشد. براساس این گزارش این همان محل ساخت اولین موشک قاره پیمای بالستیک است که آمریکا را در تیررس قرار می دهد. به گزارش رویترز تصاویر ماهواره ای وسایل

از حقوق بشر و خواست های مردم ایران را مداخله در امور داخلی این کشور توصیف از آن انتقاد کرده است. ساعاتی پیش از آن رئیس جمهوری آمریکا در یک نشست خبری مشترک با نخست وزیر ایتالیا، در پاسخ به سؤالی در مورد مذاکره با ایران گفت که حاضر است «بدون پیش شرط» با مقامات ایرانی گفتگو کند. وی گفت که این پیشنهاد را «از روی صغ یا آنها، برای ما و برای جهان خوب است، پیش شرطی نیست و اگر آنها بخواهند گفتگو کنند، من با آنها ملاقات می کنم». رئیس جمهوری آمریکا در عین حال گفت که «اطمینان ندارم که آنها هنوز آمادگی آن را داشته باشند اما معتقدم که عاقبت آنها مایل به ملاقات خواهند بود». آقای ترامپ گفت که این پیشنهاد را «از روی صغ یا از موضع قدرت نمی کنم بلکه فکر می کنم که کار درستی است». اوایل سال جاری، رئیس جمهوری و وزیر خارجه آمریکا در مورد وضعیت حقوق بشر در ایران را به شدد محکوم کرده و دخالت در امور داخلی خود دانسته است.

روابط سیاسی ایران و آمریکا در پی ماجرای گروگانگیری دیپلمات های آمریکایی در تهران قطع شد و از آن زمان، مقامات ارشد جمهوری اسلامی همواره هرگونه تماس رسمی و مذاکره با آمریکا را زاینبار و عادی می دانند. مقامات جمهوری آمریکا در پاسخ به سؤالی در مورد مذاکره با ایران گفت که حاضر است «بدون پیش شرط» با مقامات ایرانی گفتگو کند. وی گفت که این پیشنهاد را «از روی صغ یا آنها، برای ما و برای جهان خوب است، پیش شرطی نیست و اگر آنها بخواهند گفتگو کنند، من با آنها ملاقات می کنم». رئیس جمهوری آمریکا در عین حال گفت که «اطمینان ندارم که آنها هنوز آمادگی آن را داشته باشند اما معتقدم که عاقبت آنها مایل به ملاقات خواهند بود». آقای ترامپ گفت که این پیشنهاد را «از روی صغ یا از موضع قدرت نمی کنم بلکه فکر می کنم که کار درستی است». اوایل سال جاری، رئیس جمهوری و وزیر خارجه آمریکا در مورد وضعیت حقوق بشر در ایران را به شدد محکوم کرده و دخالت در امور داخلی خود دانسته است.

روز سه شنبه در صفهان، رضا شاه روح شاد و شاپوری باغیرت، حمایت، حمایت فراخوان برای تجمعات سراسری در اعتراض به گرانی، و وضعیت موجود از دو روز پیش در شبکه های اجتماعی شروع شده است و از مردم خواسته شده تا عصر روز سه شنبه در شهرهای مختلف تجمع کنند. در هفته های اخیر بحران ارزی باعث سقوط بی سابقه ریال واحد پول ملی ایران در برابر ارزهای خارجی شده است. در روز رژهایی گذشته دلار آمریکا از رقم بی سابقه ده هزار تومان گذشت و این رکوردشکنی همزمان با آغاز به کار عبدالناصر همتی، رئیس کل جدید بانک مرکزی ایران بود. جهش قیمت ارز و روز سه شنبه در صفهان، رضا شاه روح شاد و شاپوری باغیرت، حمایت، حمایت فراخوان برای تجمعات سراسری در اعتراض به گرانی، و وضعیت موجود از دو روز پیش در شبکه های اجتماعی شروع شده است و از مردم خواسته شده تا عصر روز سه شنبه در شهرهای مختلف تجمع کنند. در هفته های اخیر بحران ارزی باعث سقوط بی سابقه ریال واحد پول ملی ایران در برابر ارزهای خارجی شده است. در روز رژهایی گذشته دلار آمریکا از رقم بی سابقه ده هزار تومان گذشت و این رکوردشکنی همزمان با آغاز به کار عبدالناصر همتی، رئیس کل جدید بانک مرکزی ایران بود. جهش قیمت ارز و



**صرافی کیهان**

Austrac #: 100234024

**Kayhan Money Exchange**

**Transfer funds to your dear ones easily**

**Join our Telegram channel for daily rates**

**ارسال پول در کوتاه ترین زمان**

**کارگزار رسمی صرافی های بانک پاسارگاد و اقتصاد نوین**

**جهت اطلاع از نرخهای روزانه در کانال تلگرام ما عضو شوید**

**0413 303 415 KayhanMoneyExchange**

**0 448 555 551 Kayhan.ex**



**صرافی نیک**

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

به مدیریت محسن نیکی بین

**0422 10 20 77**

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

**Shop 7/20 McFarlane St. Merrylands**



**کافه گندم**

**در منطقه هورنزبی**

**9446 3864**

514/1C Burdett St, Hornsby NSW 2077

<https://gandomcafe.com>

@gandomcafesydne



**دانیال شبرخ**

**وکیل رسمی دادگستری**

**وکیل رسمی امور مهاجرتی**

**عضو کانون وکلای ایالت کوئینزلند**

**عضو رسمی سازمان MARA**

**اطلاعات تماس و دریافت مشاوره رایگان**

**استرالیا**

**T: 0481395456 0756611431**

**ایران**

**T: 021224223616 02122423564**



## سفیر روسیه: درخواست خروج ایران از سوریه غیرواقع بینانه است

سفیر روسیه در اسرائیل می گوید که درخواست های بنیامین نتانیاهو دایر بر اینکه نیروهای ایرانی و متحدانش باید سوریه را ترک کنند غیرواقع بینانه است. بنا به گزارش ها آناتولی ویکتوروف در گفت و گوئی با کانال انگلیسی زبان ۱۰ اسرائیل گفت: ایرانی ها نقش خیلی خیلی مهمی در تلاش مشترک ما برای حذف تروریست ها از سوریه بازی می کنند. او افزود: برای همین، در مقطع حاضر، ما درخواست ها برای اخراج نیروهای خارجی از جمهوری عرب سوریه را غیرواقع بینانه می دانیم. او گفت که حضور ایران در سوریه براساس اصول سازمان ملل کاملا مشروع است. او در پاسخ سوال دیگری گفت: نه، ما نمی توانیم آنها را وادار (به ترک سوریه) کنیم. آقای ویکتوروف گفت که روسیه نمی تواند کاری برای ممانعت از حملات اسرائیل به نیروهای ایرانی در سوریه انجام دهد اما از استفاده اسرائیل از زور در سوریه راضی نیست. اسرائیل پاسخاری می کند که تثبیت نظامی ایران در سوریه را تحمل نخواهد کرد و در مواردی پایگاه های مورد استفاده ایران در سوریه را هدف قرار داده که به گفته شدن نیروهای ایرانی منجر شده است. درحالی که نیروهای بشار اسد، رئیس

## ترامپ می گوید اگر بودجه دیوار مرزی تامین نشود مشکلی با تعطیلی دولت ندارد

دونالد ترامپ رئیس جمهور آمریکا گفته است که با تعطیلی دولت به منظور واداشتن کنگره به تامین بودجه لازم برای احداث دیوار مورد نظرش در مرز با مکزیک مشکلی ندارد. او در جریان یک کنفرانس خبری در کنار نخست وزیر ایتالیا به سولات خبرنگاران پاسخ می داد. کنگره باید تا روز ۳۰ سپتامبر بودجه دولت را تصویب کند و تعطیلی دولت در حالی که انتخابات میان دوره ای کنگره نزدیک است از نظر سیاسی خالی از خطر نیست. آقای ترامپ که جمهوری خواه است مکررا تهدید کرده در صورت لزوم دولت تعطیل خواهد شد. او در این کنفرانس خبری با جوژه کوته گفت: اگر امنیت مرزی تامین نشود من مسلما حاضرم تعطیلی دولت را در نظر بگیرم. آقای ترامپ گفت که نخست وزیر ایتالیا، بن بست بر سر مخارج دولت و مهاجرت باعث تعطیلی سه روزه دولت در ماه ژانویه سال جاری و دوباره برای چند ساعت در ماه فوریه شد. کنگره در ماه مارس بودجه اداره دولت تا اول ماه اکتبر را تصویب کرد که شامل ۱۶ میلیارد دلار برای امنیت مرزی می شد.

## انواع وام

- انواع وام مسکن
- وام مسکن تا ۹۷ درصد
- وام مستققات 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

- تا ۸۰ درصد وام برای خرید مسکن
- تا ۷۵ درصد وام برای خرید املاک تجاری

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:

۰۴۱۱۴۷۸۶۲۳

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

## پیک پارسیان

## صادق لاریجانی: اعلام قیمت ارز در برخی سایت‌ها

## بر اساس محاسبات غلط است

و گذشتن آن از بهای ۱۱ هزار تومان، در جلسه مسئولان عالی قضایی سخنرانی کرده و خطاب به دادستان ها، مقام های قوه قضائیه و نیروهای پلیس خواستار دخالت آنها برای مقابله با بحران ارزی شده است.

رئیس قوه قضائیه ایران در اظهارات امروز خود به گفته های مایک پمپئو وزیر خارجه آمریکا درباره ثروت شخصی اش پاسخ داده و گفته نسبت های سراسر دروغ به او داده است. آقای پمپئو هفته گذشته در یک سخنرانی گفته بود ثروت صادق لاریجانی رئیس قوه قضائیه از طریق اختلاس دارایی های عمومی و ریختن آن به حساب بانکی اش حداقل ۳۰۰ میلیون دلار است.

صادق لاریجانی، رئیس قوه قضائیه ایران، درباره بحران ارزی این کشور اظهارنظر کرده و گفته اعلام قیمت ارز در برخی سایت ها براساس محاسبات غلط و معیارهای نادرست است.

آقای لاریجانی گفته فرض کنیم کسی به ۵۰۰ یا ۱۰۰۰ دلار ارز نیاز دارد که با مراجعه به بازار، این ارز را با هر قیمتی تهیه می کند. اینکه قیمت این قبیل خریدها را معیار قیمت ارز قرار دهیم نادرست است زیرا حجم مبادلات این چنینی در برابر ارز مورد نیاز واردات کالاهای ضروری بسیار ناچیز است و عده ای با همین قیمت سازی ها، سودهای کلانی به جیب می زنند.

او یک روز پس از رکوردشکنی قیمت دلار آمریکا

## شهرام جزایری هنگام خروج از ایران بازداشت شد

یکی از اعضای خانواده‌اش که در کانادا سکونت دارد، قصد خروج از کشور را داشته است. آقای حیدری گفته است که هنگامی که هویت شهرام جزایری مشخص می‌شود، او قصد داشته به پرداخت رشوه به مأموران رهایی یابد. به گفته آقای حیدری شهرام جزایری فعلاً به اتهام پیشنهاد رشوه و خروج غیرمجاز از کشور در بازداشت به سر می‌برد و تقهیم اتهام صورت گرفته است.

شهرام جزایری در سال ۱۳۸۱ از سن ۲۹ سالگی به اتهام یک رشته تخلفات تجاری و مالی بازداشت شد و ۱۱ سال را در زندان گذراند و حدود چهار سال پیش از زندان آزاد شد. در آن زمان پرونده شهرام جزایری بزرگترین پرونده فساد مالی در جمهوری اسلامی نام گرفته بود که پای تعدادی از شخصیت‌های سرشناس را هم به ماجرا کشانده بود. رسیدگی به پرونده شهرام جزایری و افراد مرتبط با این پرونده در میان شایعاتی در مورد ارتباط احتمالی او با نهادهای و افراد متنفذ دیگر

تبعه افغانستان معرفی می‌کند و سپس مشخص می‌شود یکی از آنها شهرام جزایری، بازرگان مشهور ایرانی است.

علیرضا رادفر، معاون سیاسی امنیتی و اجتماعی استاندار آذربایجان غربی هم به خبرگزاری دانشجوایان ایران، ایسا گفته است که آقای جزایری که قصد داشته وارد ترکیه شود، در مرز بازرگان بازداشت شد. با این حال علی باقری، وکیل آقای جزایری به خبرگزاری تسنیم خبر تلاش او برای خروج غیرقانونی از مرز و پنهان شدن در کانتینر را تکذیب کرده و گفته است: موکل برای خروج جزایری به خبرگزاری تسنیم خبر تلاش او و بدهی مالیاتی داشت و به دلیل ممنوع‌الخروج بودن پاسپورت نداشت. توسط مأموران بازداشت شده است. به گفته خانم باقری، شهرام جزایری ۴۵۰ میلیون تومان بدهی مالیاتی دارد.

می‌شوند و پی بازرسی منوجه حضور دو انسان در میان بار کانتینر می‌شوند.

به گفته آقای حیدری این دو نفر ابتدا خود را



دادگستری استان آذربایجان غربی خبر داده که شهرام جزایری، بازرگان و سرمایه‌گذار ایرانی هنگام خروج غیرقانونی از ایران شناسایی و بازداشت شده است. توکل حیدری، رئیس کل دادگستری آذربایجان غربی به خبرگزاری میزان، وابسته به قوه قضائیه ایران گفته که یکشنبه، ۷ مرداد مأموران گمرک به کانتینری مشکوک می‌شوند و پی بازرسی منوجه حضور دو انسان در میان بار کانتینر می‌شوند.

به گفته آقای حیدری این دو نفر ابتدا خود را

## کاهش اعتقاد به حجاب شرعی و کاهش اعتقاد به لزوم برخورد با بدحجابی در ایران



جامعه تعیین می‌کند. پوشش کامل برای زنان، از یک بعد از انقلاب ۱۳۵۷ اجباری شد و در همه این سال‌ها حکومت ایران با برخورد انتظامی و اعمال محرومیت و مجازات برای زنانی که این پوشش را در محیط عمومی رعایت نمی‌کنند، تلاش کرده است حجاب را در ایران اجرا کند. با این حال مرکز پژوهش‌های مجلس با مقایسه نظرسنجی‌های نهادهای دولتی در سال‌های مختلف گفته است که

مرکز پژوهش‌های مجلس ایران در گزارشی با بررسی نظرسنجی‌های نهادهای مختلف نزدیک به حکومت، نتیجه‌گیری کرده است که شمار افراد معتقد به حجاب شرعی و همین‌طور شمار افرادی که معتقد به ضرورت برخورد حکومتی با افرادی که از دید نهادهای رسمی ایران بدحجاب اند، در چهار دهه پس از انقلاب کاهش پیدا کرده است.

این نهاد که بازوی تحقیقاتی مجلس ایران به حساب می‌آید، در گزارش خود همچنین آورده است که میزان بی‌حجابی در شهرها و روستاهای ایران تفاوت قابل توجهی ندارد.

طبق این گزارش که در رسانه‌های ایران به‌طورگسترده موردتوجه قرار گرفته است، حدود ۳۵ درصد از ایرانیان، حجاب را ارزشمند می‌دانند و این شاخص نسبت به سال‌های ابتدایی انقلاب ۱۳۵۷، ۵۰ درصد کاهش داشته است.

در مقابل این افراد و معتقدان به حجاب شرعی، در این گزارش آمده است که حداقل نیمی از مردم به عرقی‌بودن حجاب باور دارند یعنی از دید آنها حجاب شکل ثابتی ندارد و مقدار آن را عرف هر

جامعه تعیین می‌کند. پوشش کامل برای زنان، از یک بعد از انقلاب ۱۳۵۷ اجباری شد و در همه این سال‌ها حکومت ایران با برخورد انتظامی و اعمال محرومیت و مجازات برای زنانی که این پوشش را در محیط عمومی رعایت نمی‌کنند، تلاش کرده است حجاب را در ایران اجرا کند. با این حال مرکز پژوهش‌های مجلس با مقایسه نظرسنجی‌های نهادهای دولتی در سال‌های مختلف گفته است که

## دولت تاجیکستان: عامل حمله به گردشگران خارجی در ایران آموزش دیده بود

بین‌المللی شده است. روز یکشنبه هنگامی که هفت گردشگر دوبرخه سوار خارجی در مسیر کولاب دوشنبه در جنوب تاجیکستان در حرکت بودند، گروهی آنها را زیر گرفت. در نتیجه سه تن از گردشگران در محل حادثه و یک تن دیگر را بیمارستان جان باختند. مقامات می‌گویند دو تن دیگر هم آسیب جدی جسمانی دیده‌اند.

دو تن از گردشگران کشته شده اتباع آمریکایی و دو تن دیگر شهروندان سوئیس و هلند هستند. امانعلی رحمان، رئیس جمهوری تاجیکستان، با ارسال پیام‌هایی به رهبران این دولت‌ها به خانواده‌های قربانیان تسلیت گفته است.

پلیس تاجیکستان می‌گوید دستکم چهار نفر از عاملان حمله به گردشگران خارجی کشته و پنج دستگیر شده است. اما حزب نهضت اسلامی که به گفته وزارت کشور رئیس جمهوری تاجیکستان بر جریان تحقیق نظارت می‌کند.

بیشتر گروه موسوم به دولت اسلامی یا داعش ادعا کرده بود که این حمله را سرپازان خلافت به شهروندان اتحالی صلیبی انجام داده‌اند ولی یک منبع وزارت کشور تاجیکستان در صحبت با

پلیس تاجیکستان می‌کند. پوشش کامل برای زنان، از یک بعد از انقلاب ۱۳۵۷ اجباری شد و در همه این سال‌ها حکومت ایران با برخورد انتظامی و اعمال محرومیت و مجازات برای زنانی که این پوشش را در محیط عمومی رعایت نمی‌کنند، تلاش کرده است حجاب را در ایران اجرا کند. با این حال مرکز پژوهش‌های مجلس با مقایسه نظرسنجی‌های نهادهای دولتی در سال‌های مختلف گفته است که

پلیس تاجیکستان می‌کند. پوشش کامل برای زنان، از یک بعد از انقلاب ۱۳۵۷ اجباری شد و در همه این سال‌ها حکومت ایران با برخورد انتظامی و اعمال محرومیت و مجازات برای زنانی که این پوشش را در محیط عمومی رعایت نمی‌کنند، تلاش کرده است حجاب را در ایران اجرا کند. با این حال مرکز پژوهش‌های مجلس با مقایسه نظرسنجی‌های نهادهای دولتی در سال‌های مختلف گفته است که

## ایران، گرگ قبرستان می‌خواهد!

مأمور مخفی با آن مقام ساخت و پاخت کرده باهم بخورند! (برگرفته از نوشته علی مرادی مراغه‌ای بر اساس کتاب روزها از پی سلاها).

تحلیل و تجویز راهبردی: اگر خواهان جامعه‌ای به دور از ویژه خوار، رانت خوار، افسادهای طلایی، آفازدگی و خواشوندسالاری هستیم به این چهار نکته توجه کنیم:

۱- از گرگ‌ها حمایت کنیم! انگلیسی‌ها می‌گویند: «دولت انگلیس در هر کشور دو سفیر دارد، یکی

مأمور مخفی با آن مقام ساخت و پاخت کرده باهم بخورند! (برگرفته از نوشته علی مرادی مراغه‌ای بر اساس کتاب روزها از پی سلاها).

تحلیل و تجویز راهبردی: اگر خواهان جامعه‌ای به دور از ویژه خوار، رانت خوار، افسادهای طلایی، آفازدگی و خواشوندسالاری هستیم به این چهار نکته توجه کنیم:

۱- از گرگ‌ها حمایت کنیم! انگلیسی‌ها می‌گویند: «دولت انگلیس در هر کشور دو سفیر دارد، یکی

مأمور مخفی با آن مقام ساخت و پاخت کرده باهم بخورند! (برگرفته از نوشته علی مرادی مراغه‌ای بر اساس کتاب روزها از پی سلاها).

تحلیل و تجویز راهبردی: اگر خواهان جامعه‌ای به دور از ویژه خوار، رانت خوار، افسادهای طلایی، آفازدگی و خواشوندسالاری هستیم به این چهار نکته توجه کنیم:

۱- از گرگ‌ها حمایت کنیم! انگلیسی‌ها می‌گویند: «دولت انگلیس در هر کشور دو سفیر دارد، یکی

## 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  
persianaustralia@yahoo.com  
admin@persianherald.com.au  
www.persianherald.com.au



## 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



## سوپر ساحل

در چتسوود عرضه کننده بهترین ها

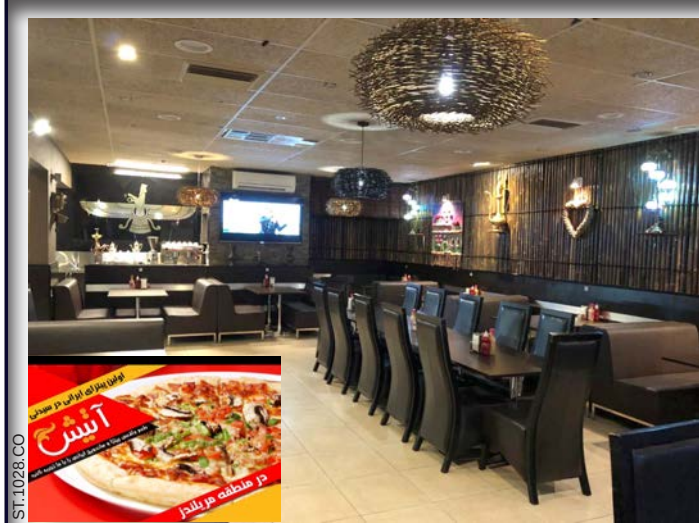
انواع غذای انواع نوار و سی دی  
موزیک و دی وی دی فیلم  
انواع برنج باسماطی  
و سبزیجات خشک  
ایرانی  
انواع خشکبار و شیرینیجات ایرانی  
ترشی و مرباجات

Ph: 02 9417 6766 | 337 Penshurst St, Willoughby

هزینه‌های قضایی شده است. همین تلاش‌ها باعث شد از سال ۲۰۰۴ تا ۲۰۱۳ میلادی مجموعاً ۹۰۰ کشتی به اتهام کودک آزاری خلع لباس و از کلیسا اخراج شدند. انسان‌های عادی در هر لباس و مقامی، مانند ما در معرض خطا و اشتباه هستند. ما حريم ممنوعه نداريم!

خود رفق نمی‌شود. توبه به فساد به دست نمی‌آید. فساد نیز خود به خود رفع نمی‌شود.

همه باید کمک کنیم با آزادسازی حريم‌های ممنوعه، گردش آزاد اطلاعات و آزادنگاری، گرگ‌ها خواب را از چشم قاتل‌ها بگیرند. توبه‌ه پشت دیوارهای فساد است.



ST.1028.CO

## 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

Designed by Parsian-Studio.co

## پیک پارسیان

## پزشک قانونی استرالیا: مرگ پناهجوی ایرانی قابل پیشگیری بود

مرگ مغزی شد. در آن زمان وزیر امور پناهندگان استرالیا از مراقبت‌های پزشکی ارائه شده به حمید خزایی دفاع کرد.

استرالیا دارای قوانین مهاجرتی بسیار سختی است و پناهجویان را در اردوگاه‌های خارج از استرالیا نگهداری می‌کند. سازمان ملل و گروه‌های حقوق بشری به این سیاست‌ها اعتراض دارند اما استرالیا می‌گوید که هدف این تدابیر جلوگیری از سفرهای خطرناک دریایی پناهجویان با قایق‌های غیر مجاز است.

مقامات ایالت کوئینزلند در استرالیا می‌گویند که مرگ حمید خزایی، یک پناهجوی ایرانی، کاملاً اجتناب‌پذیر بوده است.

تری رایان پزشک قانونی ایالت کوئینزلند، امروز دوشنبه ۸ مرداد با انتشار نتیجه رسمی تحقیقاتش در خصوص مرگ این پناهجوی ایرانی، گفت که یک رشته از اشتباهات بالینی و همچنین مشکل در ارتباط (بین مقامات مسئول) باعث شد که انتقال (قای) خزایی به استرالیا با تاخیر صورت پذیرد.



علی حسینی

## موفقیت هزاره‌ها در انتخابات اخیر پاکستان

شده است.

او می‌گوید حزب دموکراتیک هزاره در حدود پانزده سال گذشته توانست در جامعه هزاره غالبیت کند و راه‌پایی دو عضو این حزب به پارلمان نشان‌دهنده این است که توانسته است نظر مردم را به خود جلب کند.

به گفته او تنها هزاره‌ها به نامزدان حزب دموکراتیک هزاره رای ندادند بلکه حزب «پشتون‌عوامی نیشنل پارتی» و شماری از پنجابی‌ها نیز از نامزدی حزب دموکراتیک هزاره در حوزه شماره ۲۷ حمایت کردند. منطقه عمدتاً هزاره‌نشین مری‌آباد / مهرآباد جزو همین حوزه انتخاباتی است.

آقای کهزاد دلیل این حمایت را «سیاست‌های فراقومی» حزب دموکراتیک هزاره عنوان می‌کند.

رأی‌ها در پارلمان کامیاب می‌کنیم. طالب‌حسین در انتخابات برنده شد. او اولین هزاره بود که وارد مجلس ایالتی بلوچستان می‌شد.

از آن تاریخ به بعد کرسی هزاره‌ها، به جز یک دوره در پارلمان ایالتی حفظ شد.

اما در انتخابات چهارشنبه گذشته (۳ مرداد / اسد) برای نخستین بار دو نفر هزاره توانستند به مجلس راه یابند: احمدعلی کهزاد و عبدالخالق هزاره.

هزاره تاون، حوزه انتخاباتی جدید کوئیت مرکز بلوچستان، بزرگترین و مهم‌ترین شهر این ایالت ۱۲ میلیون نفری است. در این انتخابات ۳۵ کرسی پارلمان ایالتی به رقابت گذاشته شد که سهم شهر کوئیت ۹ کرسی است.

قبل از انتخابات، بعد از ۲۰ سال سرشماری انجام شد. با این سرشماری منطقه هزاره تاون جمعیت هزاره‌ها در پاکستان تا نیم میلیون نفر تخمین زده می‌شود. آنها در شهرهای کوئیت، کراچی، اسلام‌آباد، لاهور و ملتان زندگی می‌کنند.

چرخ داد که این‌بار هزاره‌های کوئیت توانستند به یک دستاورد سیاسی دست یابند؟

تا چه اندازه این دو نماینده می‌توانند به مشکلات جدی هزاره‌های شیعه در کوئیت رسیدگی کنند؟ به ویژه که در سال‌های اخیر کشتار هزاره‌ها جدی‌ترین مسئله آن‌ها در پاکستان بوده است.

جمعیت هزاره‌ها در پاکستان تا نیم میلیون نفر تخمین زده می‌شود. آنها در شهرهای کوئیت، کراچی، اسلام‌آباد، لاهور و ملتان زندگی می‌کنند.

گفته می‌شود که شماری از هزاره‌ها در قرن نوزدهم از افغانستان به سرزمینی که امروز پاکستان خوانده می‌شود، مهاجرت کردند و توانستند خود را به خوبی در این جامعه مدغم کنند.

هزاره تاون، حوزه انتخاباتی جدید کوئیت مرکز بلوچستان، بزرگترین و مهم‌ترین شهر این ایالت ۱۲ میلیون نفری است. در این انتخابات ۳۵ کرسی پارلمان ایالتی به رقابت گذاشته شد که سهم شهر کوئیت ۹ کرسی است.

قبل از انتخابات، بعد از ۲۰ سال سرشماری انجام شد. با این سرشماری منطقه هزاره تاون جمعیت هزاره‌ها در پاکستان تا نیم میلیون نفر تخمین زده می‌شود. آنها در شهرهای کوئیت، کراچی، اسلام‌آباد، لاهور و ملتان زندگی می‌کنند.

گفته می‌شود که شماری از هزاره‌ها در قرن نوزدهم از افغانستان به سرزمینی که امروز پاکستان خوانده می‌شود، مهاجرت کردند و توانستند خود را به خوبی در این جامعه مدغم کنند.

در تاریخ ارتش پاکستان نام‌های درجه‌داران هزاره زیاد است. از ژنرال موسی خان گرفته تا شربت جنگیزی و سردار سعادت و شماری دیگر.

آن‌طور که غلام‌سختی هزاره از فعالان سیاسی در کوئیت می‌گوید در سال ۱۹۷۷ طالب‌حسین برای نخستین بار نامزد هزاره‌ها در رقابت‌های انتخابات مجلس ایالتی شد.

او به یاد می‌آورد که مردم در شمارهای شان می‌گفتند: نان خشک می‌خوریم اما طالب‌حسین

## دوچرخه‌سواران خارجی در تاجیکستان به قتل رسیده‌اند

مقام‌ها گفتند در عملیاتی برای دستگیری عاملان این رویداد که به دستور امامعلی رحمان، رئیس‌جمهوری راه‌اندازی شد، دو مظنون به دلیل مقابله با پلیس از بین برده شدند و یک نفر هم بازداشت شد.

همچنین گفته شد که سه مظنون دیگر تا یک روز تحت تعقیب قرار گرفتند و بی‌ضرر گردانده شدند. تصور می‌شود منظور مقام‌ها همان کشته شدن این سه نفر باشد.

همچنین خودرو آسیب‌دیده‌ای هم به دست آمده که گفته می‌شود، در این حمله از آن کار گرفته شده است. بنابر گزارش رسانه‌های محلی راننده خودرو و همراهانش پس از زیر گرفتن به دوچرخه‌سواران از خودرو پیاده شده و با چاقو به آنها حمله کردند.

مقام‌ها گفتند در عملیاتی برای دستگیری عاملان این رویداد که به دستور امامعلی رحمان، رئیس‌جمهوری راه‌اندازی شد، دو مظنون به دلیل مقابله با پلیس از بین برده شدند و یک نفر هم بازداشت شد.

همچنین گفته شد که سه مظنون دیگر تا یک روز تحت تعقیب قرار گرفتند و بی‌ضرر گردانده شدند. تصور می‌شود منظور مقام‌ها همان کشته شدن این سه نفر باشد.

همچنین خودرو آسیب‌دیده‌ای هم به دست آمده که گفته می‌شود، در این حمله از آن کار گرفته شده است. بنابر گزارش رسانه‌های محلی راننده خودرو و همراهانش پس از زیر گرفتن به دوچرخه‌سواران از خودرو پیاده شده و با چاقو به آنها حمله کردند.



مقام‌های محلی در تاجیکستان می‌گویند، گردشگران دوچرخه‌سواری که روز یکشنبه (۷ مرداد/۲۹ ژوئیه) توسط خودرویی زیر گرفته و کشته شدند، قربانی حمله‌ای عمدی بوده‌اند.

این رویداد در منطقه دنفرو، در هفتاد کیلومتری دوشنبه، پایتخت تاجیکستان رخ داد و کشته‌شده‌ها شامل دو آمریکایی، یک شهروند



## قابل توجه دوستداران ورزش و تناسب اندام

## باشگاه بدنسازی جیت اشفیلد

مکانی بسیار مناسب و مدرن برای تمرینات ورزشی با ارائه برنامه‌های

تخصصی فیتنس، افزایش و کاهش وزن. با بهره‌گیری از مربیان مجرب در دوره‌های

عمومی، خصوصی بدون بستن قرارداد سالانه با هزینه رایگان عضویت از علاقمندان

ورزش بدنسازی ثبت نام به عمل می‌آورد. فقط با پرداخت **۱۴.۹۵** دلار در هفته

از امکانات ۲۴ ساعت باشگاه جیت اشفیلد استفاده کنید.

باشگاه‌های زنجیرای فیتنس جیت دارای

۲۷۰ شعبه در سرتاسر استرالیا می‌باشد.

برای اطلاعات بیشتر و مشاوره رایگان

با جواد آزادیان مدیر و سرمربی

جیت اشفیلد تماس حاصل بفرمایید.



Ph: 02 9797 6777  
Mob: 0422 985 411  
Email: jay.azadian@jetts.com.au  
Web: www.jetts.com.au

**2A Brown St, Ashfield, NSW 2131**

Designed by Parsian-Studio.co

# AUST ARIA PTY LTD

## FOOD IMPORTS



موجود در کلیه فروشگاههای مواد غذایی معتبر در سراسر استرالیا

قیمت برای مصرف کننده

فقط ۹۹ سنت

پخش از Aust Aria

Ph: 02 9645 6003

Fax: 02 9700 9679

info@aust-aria.com





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



[www.persianherald.com.au](http://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

شهیر شهید ثالث

# پاسخ احتمالی ایران به سیاست بی‌ثبات‌سازی اقتصاد کشور توسط آمریکا

پومپو، وزیر امور خارجه آمریکا اعلام کرد که کشورش درخواست‌های معاقت از مجازات‌های آمریکا را برای خرید نفت از ایران بررسی خواهد کرد.

سیاست دولت کنونی آمریکا اعمال فشار حداکثری بر ایران است و در بهترین حالت چیزی شبیه به دوران اوپاما در سال‌های ۱۳۹۱ و ۱۳۹۲ خواهد شد. به این معنا که خریداران نفت باید واردات خود را از ایران به میزان چشمگیری کاهش دهند تا بتوانند معاقت بگیرند. دولت اوپاما با صدور معاقت برای برخی از کشورها صدور نفت ایران را به حدود یک میلیون بشکه در روز محدود کرد (صادرات نفت ایران در ماه مه، یعنی دو ماه پیش به ۲.۷ میلیون بشکه در روز رسید). اما مشکل بزرگ‌تر در همان سال‌ها این بود که راه ورود از حاصل از فروش نفت به داخل ایران بسته شده بود، از این رو در سال ۹۱ و ۹۲ قیمت دلار به سرعت افزایش پیدا کرد. ایران با روش‌هایی قدری از فشارها را کاهش می‌داد. دستگیری و محاکمه رضا ضراب به ایران ضربه وارد کرد. ضراب در جریان محاکمه خود با دفنی دینی مکانیزم دور زدن تحریم‌ها را آشکار کرد. اروپایی‌ها در تلاش برای جلوگیری از فروپاشی و ایجاد امکان انتقال ارز برای ایران، سعی کرده‌اند که بانک سرمایه گذاری اروپا را برای ادامه رابطه با ایران بعد از تحریم‌ها متقاعد کنند. با این حال تا این لحظه به نظر می‌رسد که این طرح با شکست روبرو شده است.

ایا ایران عبور و مرور نفت از تنگه هرمز را مختل خواهد کرد؟ به دلیل حساسیت بالای موضوع، قطعا آیتالله خامنه‌ای در این باره تصمیم‌گیری خواهد کرد. آقای خامنه‌ای علیرغم مواضع تندى که «در بیان» از ابتدای رسیدن به مقام رهبری داشته، «در عمل»، در بسیاری از موارد حساس ریسک نکرده است. شریف مثال، در سال ۱۳۷۷ پس از تصرف مزار بصره توسط طالبان، که کنسولگری ایران حمله شد و ۱۰ دیپلمات ایرانی و یک خبرنگار

## کابوسی دهشتناک قاچاق کودکان در ایران

فاطمه دانشور گفت: «این پاند دخترها را با قیمتی بیشتر از پسرها خریداری و به مقصد می‌شوند و اغلب با اختیار مافیای قاچاقی قرار این باندها همچنین دختران فراری را شکار و به صورت اجباری یا اختیاری آنان را در خانه ای نگهداری می‌کنند تا دوران بارداری شان را سپری کنند و در نهایت داروهایی آنان را مجبور به زایمان زودرس کرده و نوزادان را به کشورهای دیگر می‌برند.

خبرگزاری حکومتی فارس در ۱۰ تیرماه ۹۶ به نقل از فاطمه دانشور عضو شورای شهر تهران نوشت: «در بسیاری از موارد کودکان ناپدید می‌شوند و اعضای بدن آنها قاچاق می‌شود و بعد از متتها جسد برخی از آنها در بیابانها بدون کلیه و چشم رها شده است.» این کارگزار حکومتی در ادامه اعتراف تکان‌دهنده خود به حقایق تلخ دیگری در همین زمینه اذعان کرده و می‌گوید: «در محلات پرخطر مانند هرندی کودکانی کم می‌شوند که والدین آنها حتی شکایت هم نمی‌کنند. این افراد زندگی‌های خاصی دارند، والدین این کودکان نیست به نبود بچه‌ها بی‌تفاوت هستند چون اصولا والدین این کودکان دچار اعتیاد هستند.» هم‌چنین سایت حکومتی رکنا ۱۶ اسفند ۹۶ از قول دانشور نوشت: «یک پاند جدید شناسایی شده است که نوزادان نارس متولد شده از مادران متاد و خیابانی را به کشورهای دیگر ارسال می‌کنند. اکثر این بچه‌ها به خارج از ایران برده می‌شوند و نمی‌دانیم که در آنجا به پاند قاچاق اعضا تحویل داده می‌شوند یا به خانواده‌ها یا مراکز فساد.»

## اخبار جدید از تنش میان اروپا و ایران بر سر ترور «کلاهی» در هلند و بازداشت دیپلمات ایرانی در آلمان

«سناریو»یی برای تخریب روابط ایران و اروپا (در این مقطع مهم و حساس) دانست و افراد بازداشت شده در بلژیک را «اعضای شناخته شده و عملیاتی» و همچنین خلق نامید. این درحالی است که بنیامین نتانیاهو، نخست‌وزیر اسرائیل خنثی‌شدن طرح احتمالی بمب‌گذاری ایران در نشست سازمان مجاهدین فلسطینی ندانسته است. بازداشت مشاور سوم سفارت ایران در وین در شرایطی رخ داد که قرار بود حسن روحانی، رئیس جمهوری در مورد حفظ برجام با همتای اتریشی‌اش دیدار کند. ۱۱ تیر ماه دادستانی بلژیک اعلام کرد که شنبه ۳۰ ژوئن ۹ تیر یک زوج بلژیکی ایرانی‌تبار به نام‌های امیر. اس. ۳۸ ساله و نسیم. ن. ۳۳ ساله که نقشه داشتند به گردهمایی سازمان مجاهدین خلق در فرانسه حمله کنند، توسط پلیس بلژیک دادستانی بلژیک ادعا کرده بود که در خودروی این افراد ۵۰۰ گرم مواد منفجره کشف شده و آن‌ها قصد داشتند این مواد منفجره را در مینینگ مجاهدین خلق در ویل‌بنت در نزدیکی پاریس منفجر کنند. یک کیف حاوی جاشنی انفجاری نیز در خودروی آن‌ها کشف شده است. سایت اینترنتی سازمان مجاهدین خلق این دو نفر را «امیر سعدونی» و «حسن نومی» معرفی کرده و گفته است که آن‌ها «خود را هوادار مجاهدین جازده بودند.» ۱۱ تیرماه، در ارتباط با همین پرونده اعلام شد که نیروهای امنیتی آلمان یک دیپلمات ایرانی ساکن اتریش که با این زوج در ارتباط بود توسط بازداشت شده است. در ابتدا وزارت خارجه اتریش درخواستی مبنی بر لغو مصونیت دیپلماتیک اسدالله اسدی را به اطلاع سفیر ایران رسید، اما دولت ایران نپذیرفت و سرانجام وزارت خارجه اتریش اعلام کرد «این ایرانی به خاطر صدور حکم بازداشتش در اتحادیه اروپا ظرف

نشنگ بازار ارز ایران باعث شد که نرخ دلار دیروز (یکشنبه هفتم مرداد) با عبور از مرز یازده هزار تومان، باعث شود که پول ایران ظرف تنها یک روز حدود پانزده درصد و مجموعاً ظرف یک هفته حدود سی درصد از ارزش خود را از دست بدهد.

آمار رسمی بانک مرکزی خبر از تورم حدود هشت درصد تنها در دوماه خرداد و تیر می‌دهد. معنای این آمار این است که تا پایان سال، اگر وضع به همین منوال پیش برود، کشور تورم پنجاه درصدی را تجربه خواهد کرد. در پی تهدیدات متقابل حسن روحانی و دونالد ترامپ، رئیس‌ان جمهوری ایران و آمریکا، در هفته گذشته و کشیده شدن پای قاسم سلیمانی، فرمانده نیروی قدس سپاه پاسداران، به ماجرا و مالا ملتهب شدن بیش از پیش اوضاع، فضای تلگرام پر شد از نوشته‌های کاربرانی که یکدیگر را تشویق به خرید دلار برای حفظ ارزش پول خود می‌کردند. در لابلای این اخبار، وزیر بهداشت ایران به ریشه مشکل اشاره کرد. وی چند روز پیش گفت که بعد از ایان ماه باید آماده طوفان بود. اشاره او به بازگشت تحریم‌های نفتی و بانکی آمریکا از تاریخ ۱۳ آبان بود. ایران در صدد تغییر ژئوپلیتیک در منطقه‌ایست که به دلیل منابع عظیم انرژی یکی از حساس‌ترین مناطق جهان برای نظام بین‌المللی خود می‌رود. هر چند که از سال ۲۰۰۳ و بزرگ‌ترین قدرت اقتصادی و نظامی جهان این چالش ایران را بر بر نمی‌تابد، به خصوص که دولت پنهان در ایران، دشمنی با آمریکا را به عنوان یکی از سه مشخصه اصلی هویت خود تعریف کرده است (دو مشخصه دیگر را اصل ولایت فقیه و نابودی اسرائیل تشکیل می‌دهد).

همزبانی آقای روحانی میانه‌رو با تندترین جناح سیاسی ایران و دولت پنهان و در پیش گرفتن سیاست تهدید و تشدید تضاد با آمریکا، خبر از نگرانی عمیق تهران از ادامه روند فعلی می‌دهد. در میان انبوه اخبار، اظهار نظر محسن هاشمی

درهای کامیون نارنجی حمل گوشت در اتوبان مدرس تهران باز می‌شود و به ناگهان ماشین‌های پشتی، چشمان حدود ۵۰ کودک کار را می‌بیند که در هم لوپیده اند. تصمیم می‌گیرند با پلیس تماس بگیرند، اما پلیس ۱۱۰ بر این گزارش پاسخ میدهد: «خب بچه! الان چی می‌خوای بشا؟» تماس با آگاهی و سازمان بهزیستی و دیگر ارگان‌ها بی فایده می‌ماند. کودکانی بی هیچ مداخله ای می‌روند تا سرنوشت شان در کوچه پس کوچه‌های شهر کم شود. استمرار اسارت و بردگی در شرایط ترس و ناامیدی، سرنوشت دردناک قربانیان قاچاقی است که بیشترشان زنان و کودکان‌اند. قاچاقی انسان در ایران به مثابه برده‌داری عصر جدید، رشد نگران‌کننده‌ای در طی سالهای گذشته داشته است. وزارت امور خارجه آمریکا در گزارش سالانه ۲۰۱۸ خود ایران را در زمره کشورهای پرخطر داده است که حداقل صوابط لازم برای مقابله موثر با قاچاق انسان را رعایت نمی‌کنند و در این زمینه تلاش عمده ای انجام نمی‌دهند.

قاچاقی انسان در ایران در چهار زمینه قابل بررسی است: قاچاقی زنان و دختران، قاچاق کودکان و پسران، قاچاق اعضای بدن و بالاخره بیگاری گرفتن و بهره‌کشی از نیروی کار انسانها. اگر چه این پدیده از جنبه های مختلف بسیار گسترده است، مانیترینگ حقوق بشر ایران در این گزارش کوتاه تنها به بخشی از این کابوس دردناک در رابطه با خرید و فروش کودکان می‌پردازد. کودکانی که به دلیل فقر و کرسنگی

بهرام قاسمی، سخنگوی وزارت خارجه ایران با اشاره مستقیم به پرونده قتل محمدرضا کلاهی، متهم انفجار دفتر نخست وزیری ایران در سال ۱۳۶۰ و همچنین دیپلمات بازداشتی ایران، این حوادث را توطئه‌ای برای تخریب رابطه ایران و اروپا دانست. او گفت هدف از این اقدامات خدشه وارد کردن به دیدارهای تیرماه حسن روحانی در اروپا بود، سفری که قرار بود سرنوشت برجام را رقم بزند.

قاسمی درباره آخرین وضعیت اسدالله اسدی، مشاور سوم سفارت ایران در وین که در ارتباط با اتهام بمب‌گذاری در نشست پاریس مجاهدین در آلمان بازداشت شده، گفت او «در مرخصی» دستگیر شده و همچنان در بازداشت است. به گفته سخنگوی وزارت خارجه، «ایشان دیپلمات ایران در وین هستند که در ایام مرخصی‌شان به همراه فرزندان و همسر خود به آلمان رفته بودند و در آنجا دستگیر شدند.» بهرام قاسمی درباره اقدامات ایران برای آزادی او گفته «بیگنیه ما از مقامات آلمان در مورد وضعیت ایشان ادامه دارد و امیدواریم هر چه زودتر این سوء تفاهم برطرف شود.» او دستگیری اسدالله اسدی، همصدا با مواضع پیشین وزارت خارجه ایران بود. ابتدا محمد جواد ظریف، وزیر خارجه این طرح را «فریکارانه و شبیانی» خوانده بود و به دنبال آن، بهرام قاسمی نیز در میانه تیرماه این رویداد را

با این تناقضات سروکله بزنند. حال آنکه مارکس می‌گوید این تناقض در ذات انباشت سرمایه است. و این تناقض به نیروی کار مازاد دوشادوش هم می‌کند که زندگی‌ها را به خطر می‌اندازد و فلاکت را به بار می‌آورد. باید به این‌گونه پدیده‌ها پرداخت، و اقتصاددانان شیوه مناسبی برای فکرکردن به این تناقضات ندارند.

بر حسب این تناقض، شما در کتاب «معمای سرمایه و بحران‌های سرمایه‌داری» اشاره می‌کنید، «سرمایه مازاد و نیروی کار مازاد دوشادوش هم موجودند این‌که در ظاهر راهی برای پیوند مجدد میان آنها وجود داشته باشد». بعد از بحران اخیر چطور این‌دو بار دیگر با هم رابطه برقرار می‌کنند و راهی می‌یابند برای پیوند مجددی که منجر شود به نوع جدیدی از سرمایه‌داری متمایز از نوع مسلط پیش از بحران؟ آیا هنوز تحت سیطره نولیبرالیسم به س‌می‌یریم یا اینکه چیز جدیدی پا گرفته؟

واکتش اکثر کشورها به جز چین به بحران ۲۰۰۸–۲۰۰۷ ادامه سیاست ریاضتی نولیبرال با شدتی مضاعف بود. این اوضاع را بدتر کرد. از آن پس، شاهد کاهش بیشتری در خدمات دولتی بودیم. این سیاست چندان خوب عمل نکرده. به تدریج یکبارگی در ایالات متحده کمتر شد ولی البته در کشورهای مثل برزیل و آرژانتین افزایش سرم‌آور داشت.

و رشد دستمزد‌ها هم خیلی کم است.

بله، هیچ تغییری در دستمزد‌ها اتفاق نیفتاد، و بعد هم که نوبت به کارهای دولت ترامپ رسید. پیش از هر چیز، او دنباله‌روی همان خف‌مشی‌های نولیبرال است. بودجه‌ای که این دولت دسامبر گذشته ارائه کرد یک سند کاملاً نولیبرال است. اساسا به نفع صاحبان سرمایه و اوراق قرضه نوشته شده و مابقی افراد را نادیده گرفته‌اند. نکته دیگری که در جریان است «مقررات‌زایی» است که نولیبرال‌ها به آن علاقه دارند. دولت ترامپ مقررات‌زایی را با شدتی مضاعف ادامه می‌دهد، مقررات‌زایی از محب‌زاست، قوانین کار و چهر‌های دیگر. پس در واقع ر‌احل نولیبرال با شدتی مضاعف پی گرفته می‌شود.

دعوی نولیبرال در دهه‌های ۱۹۸۰ و ۱۹۹۰ از جهاتی آزادی‌بخش قلمداد می‌شد و مشروعیت زیادی داشت. ولی الان دیگر کسی به این قضیه باور ندارد. دولت ترامپ مقررات‌زایی را پولدار‌ها پولدارتر می‌شوند و فقرا فقیرتر. به تدریج شاهد ظهور احتمالی الگوی متفاوتی هستیم و آن خودک‌مایی حمایتی، قومی و ملی‌گرایانه است. این‌الگو چندان با آرمان‌های نولیبرال جور در نمی‌آید. اقتصاددانان دوست دارند با چیزی روبرو باشند که مشکل می‌نامند. مشکلات ر‌احل دارند ولی تناقضات نه. تناقضات همواره با شما هستند و بنابراین باید با آنها کنار بیایید. تناقضات در چیزی که مارکس «تناقضات مطلق» می‌نامید به حد اعلا‌ی خود می‌رسند. اقتصاددانان چطور با این مس‌له برخورد می‌کنند که در بحران دهه ۱۹۳۰ یا بحران نزدیک‌تر به ما در دهه ۱۹۷۰ سرمایه مازاد و نیروی کار مازاد هم‌زمان وجود داشتند و ظ‌اهرا هیچ‌کس هم سرخ‌نی به دست نمی‌داد از اینکه چطور این دو را بار دیگر طوری به جمع کنیم که بتوانند در راه مقاصد اجتماعا مولد کار کنند؟ کینز کوشید در این‌باره کاری بکند. ولی روی هم رفته، اقتصاددانان درکی از این ندارند که چگونه

کند. ولی این کار را از طریق مناسبات اجتماعی سلطه انجام می‌دهد نه مناسبات اجتماعی ر‌هایی. این تناقض مرکزی است. و مارکس ادامه می‌دهد، «ما را از تمامی این قابلیت تکنولوژیکی و سازمانی استفاده نکنیم تا جهانی بسازیم که آزادی‌بخش باشد نه سلطه‌جویانه؟»

تناقض دیگری که به همین موضوع ربط دارد نحوه نگرش مارکسیست‌ها به بحث‌های مربوط به جهان‌گرستی است. که امروز بیش از پیش آشفته و مغشوش شده. فکر می‌کنید چپ باید درباره بحث‌های مربوط به «سیاست‌های حمایتی ترامپ» چه نظری داشته باشد که متفاوت از هشدار‌های اقتصادی جریان اصلی باشد؟

راستش مارکس موافق جهان‌گرستی بود. در «مانیفست کمونیسم» قطعه‌ای شگفت‌انگیز هست که به این موضوع می‌پردازد. او جهان‌گرستی را باقوله چیزی ر‌هایی‌بخش می‌داندست. ولی باز هم، سوال این است که چرا این امکان‌های ر‌هایی‌بخش به جایی نمی‌رسند. چرا وسایل سلطه یک طبقه بر طبقه دیگر می‌شوند؟ بله، درست است که برخی مردم در جهان درامشان بهتر شده، ولی گ‌ماکان ثروت هشت نفر برابر است با ثروت ۵۰ درصد جمعیت جهان. مارکس می‌گوید باید کاری در این‌باره کنیم، ولی قرار نیست در این راه غم حسرت برمان دارد و بگوییم «می‌خواهیم به فتودالیسم برگردیم» یا «می‌خواهیم خودمان کشاورزی کنیم و مواد غذایی به دست آوریم».

باید به آینده‌ای مترقی فکر کنیم و از همه تکنولوژی‌هایی که داریم بهره ببریم، ولی در جهت یک هدف اجتماعی نه جمع‌کردن ثروت و قدرت در دستان معدودی افراد.

به همین دلیل است که مارکس از سوسیالیست‌های ر‌مانتیک عصر‌خود برید. شما، ر‌حسب اینکه کدام نظریات اقتصادی لیبرال و اقتصاددانان جریان اصلی را ماجرای اصلی غافل‌اند، به قطعه‌ای از مارکس اشاره می‌کنید: «همه دلیل‌ی که این اقتصاددانان در مخالفت با بحران ارائه کرده‌اند تناقضی فراموش‌شده است و بنابراین، یک تناقض واقعی که می‌تواند موجب ایجاد بحران شود. این میل که خود را متقاعد کنیم تناقضی وجود ندارد، در عین‌حال تجلی خواشینی خالصانه است مبنی بر اینکه تناقضات، که واق‌فا و حاضرنه، نباید وجود داشته باشند». اقتصاد جریان اصلی شروع به چه کاری می‌کند؟ و در این فرایند چه چیزی را پنهان می‌کند؟

بگذارید در مورد تناقض‌های این فرایند صحبت کنیم. مارکس منتقد سرخشت سرمایه‌داری بود ولی در ضمن قوای تخریب خلاقه آن را تحسین می‌کرد. مثلاً، او فکر می‌کرد سرمایه‌داری نسبت به فتودالیسم پیشرفت بزرگی است. امروز چطور باید به این قوای خلاقه بیندیشیم؟ تقریباً واضح است که سرمایه‌داری چه حجم عظیمی از تخریب به بار می‌آورد. از طرف دیگر، باید به افزایش درامد‌ها در کشورهای همجون چین و هند توجه کنیم و فرایند‌های گسترده زیرساختی که در این کشور‌ها در جریان است. نظر شما ر‌اجع به این فرایند‌های متناقض چیست؟

حق با شماست، چون مارکس صرفا منتقد سرمایه‌داری نیست، او در ضمن طرفدار برخی چیزهایی است که سرمایه‌داری می‌سازد. این نزد مارکس بزرگ‌ترین تناقض است. سرمایه هم به لحاظ تکنولوژیکی و هم به لحاظ سازمانی این قابلیت را دارد که جهان به مراتب بهتری خلق

حال وقت آن است که کل این نظام را عوض کنیم. مس‌له فقط تمیزکردن کارخانه‌ها نیست، باید سراغ خود سرمایه برویم.

آیا فیلم «مارکس جوان» را دیده‌اید؟

هم فیلم را دیده‌ام، هم تاتار آن را. مارکس شخصیت برجسته دوران خودش است و جذاب است که به او از این منظر بنگریم. ولی کاری که من می‌خواهم بکنم این است که بگویم ما همچنان در جامعه‌ای هستیم که انباشت سرمایه آن را به پیش می‌رانند. مارکس فرایند انباشت را از ویژگی‌های مخصوص

به روزگار خودش منتزع کرد و درباره پویایی‌های این فرایند حرف زد و به خصلت متناقض آن اشاره کرد اینکه چطور نیروی پیش‌برنده آن هم‌زمان همه ما را در بدهی فرو می‌برد و زندانی می‌کند. مارکس معتقد بود ما باید فراتر از اعتراض اخلاقی برویم. این یعنی توصیف یک فرایند نظاممند که باید با آن دست‌وپنجه نرم کنیم و پویایی آن را بفهمیم. چون در غیر این‌صورت مردم می‌کوشند اصلاحات اخلاقی ایجاد کنند و سرمایه هم این

اصلاحات را می‌پذیرد. مورد اینترنت واق‌فا عجیب است. اوایل همه فکر می‌کردند اینترنت یک تکنولوژی آزادی‌بخش است که امکان آزادی بسیاری از انسان‌ها را فراهم می‌آورد، ولی ببینید الان چه اتفاقی برای آن افتاده. در انتصار چند شرکت است که اطلاعات ما را می‌خورد، مشکل مازاد سرمایه. با آن چه می‌کنند؟ است که امکان آزادی بسیاری از انسان‌ها را فراهم می‌آورد، ولی ببینید الان چه اتفاقی برای آن افتاده. در انتصار چند شرکت است که اطلاعات ما را می‌خورد، مشکل مازاد سرمایه. با آن چه می‌کنند؟ است که امکان آزادی بسیاری از انسان‌ها را فراهم می‌آورد، ولی ببینید الان چه اتفاقی برای آن افتاده. در انتصار چند شرکت است که اطلاعات ما را می‌خورد، مشکل مازاد سرمایه. با آن چه می‌کنند؟ است که امکان آزادی بسیاری از انسان‌ها را فراهم می‌آورد، ولی ببینید الان چه اتفاقی برای آن افتاده. در انتصار چند شرکت است که اطلاعات ما را می‌خورد، مشکل مازاد سرمایه. با آن چه می‌کنند؟

او: «باید با این فرایند دست‌وپنجه نرم کنید. در غیر این‌صورت، نمی‌توانید جهان بدیلی خلق کنید که به همگان آزادی بدهد».

بگذارید در مورد تناقض‌های این فرایند صحبت کنیم. مارکس منتقد سرخشت سرمایه‌داری بود ولی در ضمن قوای تخریب خلاقه آن را تحسین می‌کرد. مثلاً، او فکر می‌کرد سرمایه‌داری نسبت به فتودالیسم پیشرفت بزرگی است. امروز چطور باید به این قوای خلاقه بیندیشیم؟ تقریباً واضح است که سرمایه‌داری چه حجم عظیمی از تخریب به بار می‌آورد. از طرف دیگر، باید به افزایش درامد‌ها در کشورهای همجون چین و هند توجه کنیم و فرایند‌های گسترده زیرساختی که در این کشور‌ها در جریان است. نظر شما ر‌اجع به این فرایند‌های متناقض چیست؟

حق با شماست، چون مارکس صرفا منتقد سرمایه‌داری نیست، او در ضمن طرفدار برخی چیزهایی است که سرمایه‌داری می‌سازد. این نزد مارکس بزرگ‌ترین تناقض است. سرمایه هم به لحاظ تکنولوژیکی و هم به لحاظ سازمانی این قابلیت را دارد که جهان به مراتب بهتری خلق

## پیک پارسیان

دیوید هاروی در گفتگو با ژاکوبین / ترجمه: رحمان بوذری

## چرا «سرمایه» مارکس همچنان مهم است

این دو محور زمان و مکان تا این حد حیاتی‌اند؟

مثلا، نرخ بهره تخفیف‌گرفتن از آینده است. و وام توقیف آینده. بدهی ادعایی در خصوص تولیدات آینده است. بنابراین آینده ما به نحوی توقیف شده چون باید بدهی‌هایمان را بپردازیم. از هر دانشجویی که دوست‌هزار دلار بدهکار است این نکته را بپرسید: آینده آنها را مسدود و توقیف کرده‌اند چون باید این بدهی را بپردازند. این توقیف آینده موضوع بسیار مهمی در کتاب «سرمایه» است.

مس‌له فضا وقتی مطرح می‌شود که شروع به گسترش سرمایه می‌کنید. همواره این امکان هست که وقتی نمی‌توانید در یک فضای مفروض شمالی، مقداری به آمریکای لاتین، و مقداری هم به آفریقای جنوبی، پس بحث یک جنبه جغرافیایی هم دارد.

سود در میان است، پای خلق چیزی که مارکس «ارزش‌اضافی» می‌نامد، و ارزش اضافی بار دیگر در فرایند خلق ارزش اضافی بیشتر سرمایه‌گذاری می‌شود. بنابراین سرمایه در گسترش مدام است. کاری که می‌کند این است: اگر سالانه رشد مداوم سه درصدی داشته باشید به جایی می‌رسید که میزان گسترش مورد نیاز برای سرمایه فوق‌العاده زیاد است. در دوران مارکس، فضای زیادی برای گسترانیدن سرمایه وجود داشت، ولی الان ما درباره نرخ رشد مرکب سه درصدی صحبت می‌کنیم که در چین و آسیای جنوبی و آمریکای لاتین اتفاق می‌افتد. تازه اینجا دوباره مشکل پیش می‌آید: قرار است این سرمایه را به کجا بگسترانید؟ اینجا‌ست که نامتناهی دروغین به وجود می‌آید. مارکس در مجلد سوم می‌گوید شاید سرمایه تنها با گسترش پولی بتواند خود را بگستراند. چون پول ح‌ودمرزی نمی‌شناسد. اگر بحث بر سر استفاده از سیمان یا چیزی شبیه آن باشد، خب میزان تولید آن محدودیت مادی دارد. ولی در مورد پول، فقط کافی است چند صفر به پول در گردش جهان اضافه کنید.

نگاه کنید به بحران ۲۰۰۸. بعد از آن چه کردیم؟ طی چیزی که «تسهیل‌ک‌می» نامیده می‌شود به نقدبینگی با حجم پول در گردش چند صفر اضافه کردیم. آن‌وقت این پول به بازار‌های سهام سرازیر شد، و بعد هم حباب دارایی ایجاد شد به‌خصوص در بازار املاک. اکنون به وضع عجیبی رسیدیم‌ایم

که در آن رونق عظیمی در ساخت‌وساز و قیمت دارایی‌های ملکی هست، در سرتاسر دنیا هر کلان‌شهری که رفته‌ام همین‌طور بوده همه این‌ها ناشی از این است که پولی خلق شده و نمی‌داند کجا برود به جز بورس‌بازی و بازار املاک و مستغلات.

تحصیلات شما جغرافیا بوده و از نظراتان تقریر مارکس از سرمایه‌داری اساسا با مس‌ائل زمان و مکان نسبت دارد. پول و اعتبار شیوه‌های حل و رفع این مس‌ائل‌اند. ممکن است توضیح دهید چرا

مارکس‌ام، خب، حالا مس‌اله این است که مجلد دوم و سوم هرگز تمام نشدند و مثل مجلد اول رضایت‌بخش نیستند. مس‌اله دیگر این است که مجلد اول یک شاهکار ادبی است ولی مجلد دوم و سوم قوی‌ترند و سخت‌خوان‌تر. درک می‌کنم که چرا آدم‌هایی که می‌خواهند مارکس را با لذت و به راحتی بخوانند به مجلد اول می‌چسبند. ولی حرف من این است که «نه، اگر واق‌فا می‌خواهید برداشت مارکس را از سرمایه بفهمید، نمی‌توانید بسنده کنید به ت‌ولید. سرمایه یک گردش است. بردن سرمایه به بازار و فروش آن، و سپس توزیع سود».

یکی از دلایل اهمیت هر سه مجلد این است که تا هر سه را نخوانیم به فرایند پویای گسترش مدامی پی نمی‌بریم که سرمایه‌داری را به پیش می‌برد چیزی که شما به تاسی از هگل «نامتناهی دروغین» می‌نامید. درباره این «نامتناهی دروغین» توضیح می‌دهید.

ایده «نامتناهی دروغین» در مجلد اول می‌آید. این نظام باید خود را گسترش دهد چون همیشه پای سود در میان است، پای خلق چیزی که مارکس «ارزش‌اضافی» می‌نامد، و ارزش اضافی بار دیگر در فرایند خلق ارزش اضافی بیشتر سرمایه‌گذاری می‌شود. بنابراین سرمایه در گسترش مدام است.

شروع می‌کنند، این پول را به بازار می‌برند و کالایی می‌خرند مثلا وسایل تولید و نیروی کار، و آن را در فرایند کار می‌انازند و این فرایند کالای جدیدی تولید می‌کند. کالای جدید در ازای پول فروخته می‌شود و سود به همراه دارد. آن‌وقت سود به نحای مختلف توزیع می‌شود، در قالب اجاره‌بها و بهره، و دوباره به پول اولیه بر می‌گردد، همین قضیه چرخه تولید را بار دیگر به راه می‌اندازد. ما با فرایند گردش سرمایه طرفیم. و سه مجلد «سرمایه» با ایجاد مختلف این فرایند سروکار دارد. اولی با تولید. دومی با گردش و آنچه فرایند «تحقق» می‌نامیم، یعنی شیوه تبدیل کالا به پول. و سومی با توزیع، یعنی اینکه چقدر از این پول پیش از آنکه به فرایند گردش برگردد به مالک می‌رسد، چقدر به سرمایه‌گذار، چقدر به تاجر. این چیزی است که سعی می‌کنم درس بدهم تا آدم‌ها رابطه بین سه مجلد «سرمایه» را بفهمند و در هیچ‌یک از این سه مجلد یا در بخشی از آن سر‌درگم نشوند.

شما از جهاتی با سایر مارکس‌پژوهان فرق دارید. یکی از تفاوت‌های اصلی این است که علاوه بر مجلد اول توجه زیادی به مجلد دوم و سوم نشان می‌دهید، حال آنکه بسیاری از مارکس‌پژوهان فقط به مجلد اول نظر دارند. چرا؟

دو مجلد دیگر هم مه‌م‌اند چون خود مارکس این‌طور می‌گوید. او در مجلد اول می‌گوید: «در مجلد اول با این قضیه کار دارم، و دومی با آن قضیه، و در سومی با چیزی دیگر». روشن است که مارکس تصویری از تمامیت گردش سرمایه

در ذهن داشت. طرح او این بود که این فرایند را در سه مجلد به سه جزء تشکیل‌دهنده آن تجزیه کند. بنابراین در این قضیه من فقط دنباله‌روی کار

بیش از صدوپنجاه سال از انتشار اولین مجلد کتاب «سرمایه» می‌گذرد، کتابی قطور و حجیم که بسیاری از خوانندگان را مرعوب می‌کند و بی‌خیال خواندن آن می‌شوند. دیوید هاروی خواندن آن را ضروری می‌داند. او دهه‌هاست «سرمایه» تدریس می‌کند. کلاس‌های عمومی‌اش درباره سه مجلد «سرمایه» روی اینترنت موجود است و میلیون‌ها نفر در سرتاسر جهان آنها را دیده‌اند. این کلاس‌ها مبنای نگارش دو مجلد «راهنمای سرمایه» بوده‌اند. آخرین کتاب هاروی با عنوان «مارکس، سرمایه، و جنون خرد اقتصادی» راهنمای کم‌چ‌تر هر سه مجلد «سرمایه» است. او در این کتاب سراغ عقلانیت‌ستیزی بنیادین نظام سرمایه‌داری می‌رود. آنچه در ادامه به نقل از شرق می‌آید مصاحبه دیوید هاروی است با مجله ژاکوبین درباره این کتاب، نیروهای خلاقه و مخرب سرمایه. تغییر اقلیمی و اهمیت کتاب «سرمایه».

مدت‌هاست «سرمایه» را تدریس می‌کنید. تصویری کلی از سه مجلد آن به دست می‌دهید؟

مارکس خیلی به جزئیات علاقه داشت، و گاهی نمی‌توان فهمید طرح کلی کتاب «سرمایه» درباره چیست. ولی راستش خیلی ساده است. سرمایه‌داران روز خود را با مقدار مشخصی پول شروع می‌کنند، این پول را به بازار می‌برند و کالایی می‌خرند مثلا وسایل تولید و نیروی کار، و آن را در فرایند کار می‌انازند و این فرایند کالای جدیدی تولید می‌کند. کالای جدید در ازای پول فروخته می‌شود و سود به همراه دارد. آن‌وقت سود به نحای مختلف توزیع می‌شود، در قالب اجاره‌بها و بهره، و دوباره به پول اولیه بر می‌گردد، همین قضیه چرخه تولید را بار دیگر به راه می‌اندازد. ما با فرایند گردش سرمایه طرفیم. و سه مجلد «سرمایه» با ایجاد مختلف این فرایند سروکار دارد. اولی با تولید. دومی با گردش و آنچه فرایند «تحقق» می‌نامیم، یعنی شیوه تبدیل کالا به پول. و سومی با توزیع، یعنی اینکه چقدر از این پول پیش از آنکه به فرایند گردش برگردد به مالک می‌رسد، چقدر به سرمایه‌گذار، چقدر به تاجر. این چیزی است که سعی می‌کنم درس بدهم تا آدم‌ها رابطه بین سه مجلد «سرمایه» را بفهمند و در هیچ‌یک از این سه مجلد یا در بخشی از آن سر‌درگم نشوند.

شما از جهاتی با سایر مارکس‌پژوهان فرق دارید. یکی از تفاوت‌های اصلی این است که علاوه بر مجلد اول توجه زیادی به مجلد دوم و سوم نشان می‌دهید، حال آنکه بسیاری از مارکس‌پژوهان فقط به مجلد اول نظر دارند. چرا؟

دو مجلد دیگر هم مه‌م‌اند چون خود مارکس این‌طور می‌گوید. او در مجلد اول می‌گوید: «در مجلد اول با این قضیه کار دارم، و دومی با آن قضیه، و در سومی با چیزی دیگر». روشن است که مارکس تصویری از تمامیت گردش سرمایه در ذهن داشت. طرح او این بود که این فرایند را در سه مجلد به سه جزء تشکیل‌دهنده آن تجزیه کند. بنابراین در این قضیه من فقط دنباله‌روی کار



پسته کوهی یا بنه با پوست



مغز پسته کوهی یا بنه



پسته کوهی یا بنه شور



بادام کوهی با پوست



مغز شور بادام کوهی



مغز شور هسته زردآلو

## 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

## رستوران ارکیده

برگزاری جشنهای نامزدی، عقد و عروسی

و میهمانیهای خصوصی خود را تا ظرفیت ۲۵۰ نفر به ما بسپارید

شبه شبها با موزیک زنده

خواننده، و رقص شرقی

غذا به صورت بوفه متنوع

فقط ۳۹ دلار

342 Pacific HWY. Crows Nest

Tel: 02 9439 4488

Mob: 0431 775 128



**چرب نیست**  
شاید در نگاه اول وقتی کممیرت را می بینید به این فکر کنید که پنیر بسیار چربی است چون کافی مس دارد. بنابراین اگر می خواهید از خواص مفید پنیر بهره مند شوید و همچنان تیزهوش بمانید، پنیر را با گردو بخورید

**کممیرت، مهمانی از فرانسه**  
یکی از پنیرهای معروف فرانسه «کممیرت» است که خیلی از مردم دنیا طعمش را دوست دارند. اصل و نسب پنیر کممیرت به یکی از شهرهای شمال فرانسه در قرن ۱۸ میلادی بر می گردد. طعم و مزه این پنیر و البته شکل ظاهری آن شبیه کره است و در دمای اتاق حالت نیمه جامد و نرمی دارد.

به همین دلیل با خیلی از غذاها جور در می آید و شما می توانید آن را همراه با غذاها بپزید یا در وعده غذایی صبحانه یا عصرانه همراه با نان های سوسدار نوش جان کنید. هنگام مصرف، قشر خارجی پنیر را با چاقو جدا کنید چون کمی تلخ است. این پنیر با مربا، توت فرنگی و مارمالاد همراه با نان باگت خوشمزه می شود.

**کممیرت و چربی**  
شاید در نگاه اول وقتی کممیرت را می بینید به این فکر کنید که پنیر بسیار چربی است چون ظاهری شبیه کره دارد اما در واقع این باور اشتباه است چون این پنیر نرم و رسیده، فشرده شده نیست و مقداری از حجم آن را آب تشکیل می دهد. در نتیجه نسبت به پنیرهای سفت ۳۰ درصد چربی کمتر و در عین حال پروتئین خوبی دارد.

**فتا، شبیه به پنیرهای وطنی**  
فتا، شبیه پنیرهای سفید ایرانی است و در میز صبحانه از آن استقبال می کنند؛ اما اصل و نسب آن مواد معدنی مورد نیاز برای استخوان ها است و از لحاظ داشتن کلسیم و فسفر مانند سایر هم خانواده هایش در سطح خوبی قرار دارد. ۲۸ گرم پنیر پارسمان رنده شده ۲۱ درصد کلسیم و ۲۰ درصد از فسفر مورد نیاز روزانه بدن شما را به خوبی تامین می کند. مصرف این مقدار پنیر پارسمان ۱۱ درصد ویتامین B12، ۷ درصد روی و سلنیوم و ۸ درصد از ریبوفلاوین بدن را فراهم می کند.

**فتا و کالری**  
۲۸ گرم پنیر فتا در حدود ۸۲ کیلوکالری دارد. اگر رژیم غذایی ۲۰۰۰ کالری را از این مقدار پنیر می کشید این میزان پنیر در حدود ۴ درصد از کالری مورد نیاز بدن شما را در بر می گیرد و می تواند بدون ایجاد نگرانی در بخشی از رژیم غذایی روزانه جای گیرد. البته یادتان باشد که از مصرف بیش از حد آن پرهیز کنید.

**فتا و کلسترول**  
هر ۲۸ گرم پنیر فتا در حدود ۶/۷ گرم چربی دارد. این میزان چربی مقدار زیادی نیست اما نکته مهم اینجاست که ۴/۷ گرم از این مقدار را چربی اشباع شده تشکیل می دهد که چربی نامالی است.

علاوه بر این ۲۸ گرم پنیر فتا در حدود ۲۸ گرم کلسترول هم دارد. بهتر است در رژیم غذایی روزانه شما کمتر از ۳۰۰ میلی گرم کلسترول وجود داشته باشد تا دچار بیماری های قلبی و عروقی نشوید.

**کربوهیدرات ها و پروتئین**  
۲۸ گرم پنیر فتا در حدود ۱/۲ گرم هیدرات کربن یا در خودش جای داده است که البته مقدار زیادی نیست. این مقدار فتا در حدود ۴/۵ گرم پروتئین هم دارد که تقریباً ۹ درصد از میزان پروتئین بدن می تواند قند موجود در شیر یا سایر فراورده های لبنی را تحمل کنند و به همین دلیل از خوردن این قبیل مواد غذایی مفید خودداری می کنند اما اگر شما هم با این مشکل مواجه هستید به احتمال زیاد با مصرف مقدار کمی پنیر پارسمان مشکلی برایتان پیش نمی آید؛ البته اگر مشکل شما شدید است یا به شیر حساسیت دارید حتماً قبل از مصرف پنیر پارسمان با پزشک متخصص مشورت کنید.

**پارسمان و عدم تحمل لاکتوز**  
با وجود اینکه پنیر پارسمان جزو لبنیات است اما یک ماده غذایی کم لاکتوز به شمار می رود. برخی از افراد نمی توانند قند موجود در شیر یا سایر فراورده های لبنی را تحمل کنند و به همین دلیل از خوردن این قبیل مواد غذایی مفید خودداری می کنند اما اگر شما هم با این مشکل مواجه هستید به احتمال زیاد با مصرف مقدار کمی پنیر پارسمان مشکلی برایتان پیش نمی آید؛ البته اگر مشکل شما شدید است یا به شیر حساسیت دارید حتماً قبل از مصرف پنیر پارسمان با پزشک متخصص مشورت کنید.

**پارسمان و دستگاه گوارش**  
یکی دیگر از ویژگی های مهم تغذیه پنیر پارسمان این است که با دستگاه گوارش سازگاری زیادی دارد و به راحتی هضم می شود؛ هر چقدر این پنیر بعد از مراحل تولید بیشتر مانده و به اصطلاح سن و سال دارتر باشد پروتئین آن راحت تر جذب می شود.

**پارسمان و نمک**  
این پنیر هم مانند هم خانواده هلندی اش پنیر شوری است و هر یک قاشق سوپ خوری آن در حدود ۷۶ میلی گرم نمک دارد. به همین دلیل مصرف آن به مقدار زیاد توصیه نمی شود.

**نمک زیاد در پنیر فتا**  
یکی از مشکلات مصرف پنیر فتا به بالا بودن میزان سدیم آن مربوط می شود چون هر ۲۸ گرم از این پنیر در حدود ۳۵۳ میلی گرم سدیم دارد و در نتیجه پنیر شوری است. یادتان باشد که میزان مورد نیاز سدیم بدن بین ۱۵۰۰ تا ۲۳۰۰ میلی گرم در روز است.

درست که بدن شما به نمک نیاز دارد اما مصرف بیش از حد آن سبب بالا رفتن فشار خون می شود. یک راه برای کم کردن نمک این پنیر این است که آن را در آب جوشیده سرد بگذارید و بعد در یخچال قرار دهید تا بخشی از نمک وارد آب شده و شوری پنیر کمتر شود.

## پیک پارسیان

## تغذیه و سلامت

## خواص برخی از مشهورترین پنیرها



مصرف کنید. ۲۸ گرم پنیر گودا در حدود ۲۰۰ میلی گرم کلسیم و ۱۵۵ میلی گرم فسفر مورد نیاز بدن شما را تامین می کند.

## آیا گودا پنیر سالمی است؟

برای اینکه بگوییم این پنیر از چه درجه سلامتی برخوردار است باید کاتورها و جنبه های مختلف را بررسی کنیم. از نظر کالری، نمک و چربی باید گفت که پنیر گودا نسبت به سایر پنیرهای سفت سالم تر است. با این وجود انتخاب پنیرهای نرم و سبک گزینه های بهتری به شمار می روند. تنها نکته اینجاست که پنیرهای نرم از لحاظ داشتن کلسیم ضعیف تر هستند و پنیرهای سفتی مانند گودا به عنوان منبع غنی تری از کلسیم شناخته شده اند. بنابراین اگر شما از سلامت بدنی کامل برخوردارید و از طرفی می خواهید پنیری مصرف کنید که سطح کلسیم خوبی دارد، گودا بهترین گزینه است اما در صورتی که فشار خونتان بالاست و کمی چاق هستید متخصصان تغذیه به شما توصیه می کنند پنیرهای نرم را انتخاب کنید.

## پارسمان، محبوب ایتالیایی ها

«پارسمان» یکی از پنیرهای مشهور ایتالیایی هاست که در بیشتر خوراک های آنها مانند انواع پاستا، اسپاگتی، سوپ و حتی سالاد از آن استفاده می شود. پنیر پارسمان جزو پنیرهای سفت است که برای مصرف ساده تر آن را رنده شده می فروشنند. پنیر پارسمان از شیر گاو به دست می آید و با کمی حرارت به سرعت ذوب می شود.

## ارزش غذایی پارسمان

۲۸ گرم پنیر پارسمان شامل ۱۱ گرم پروتئین و یک گرم هیدرات کربن است. این پنیر منبع خوبی آن مواد معدنی مورد نیاز برای استخوان ها است و از لحاظ داشتن کلسیم و فسفر مانند سایر هم خانواده هایش در سطح خوبی قرار دارد. ۲۸ گرم پنیر پارسمان رنده شده ۲۱ درصد کلسیم و ۲۰ درصد از فسفر مورد نیاز بدن شما را به خوبی تامین می کند. مصرف این مقدار پنیر پارسمان ۱۱ درصد ویتامین B12، ۷ درصد روی و سلنیوم و ۸ درصد از ریبوفلاوین بدن را فراهم می کند.

## پارسمان و کنترل وزن

اگر اضافه وزن دارید و همواره مراقب میزان کالری و چربی دریافتی از غذاهای مصرفی تان هستید، می توانید با احتیاط پنیر پارسمان را به رژیم غذایی تان راه دهید. این پنیر طعم خوبی دارد و البته نیازی نیست که میزان زیادی از آن را به غذا اضافه کنید تا مزه اش را احساس کنید. ۱۲۰ کالری دارد که ۶ درصد از کالری مورد نیاز بدن را تامین می کند. چربی موجود در همین مقدار پنیر پارسمان هم در حدود ۸ گرم است که ۱۲ درصد از نیاز روزانه بدن را در بر می گیرد. ضمن اینکه در ۲۸ گرم پنیر رنده شده پارسمان اسیدهای چرب امگا ۳ و امگا ۶ هم به مقدار ۹۶ و ۸۱ میلی گرم وجود دارند.

پنیر «گودا» مانند بیشتر پنیرها حاوی چربی های اشباع شده است. شما باید در رژیم غذایی روزانه تان مقداری چربی هم جای دهید تا عملکرد مغزتان بهتر شود و بدن شما راحت تر بتواند ریزمغذی های مورد نیاز را از غذاها جذب کند. با این وجود انتخاب چربی های اشباع نشده گزینه سالم تری به شمار می رود و خطر بروز بیماری های قلبی را به طور قابل توجهی کاهش می دهد.

۲۸ گرم پنیر گودا در حدود ۸ گرم چربی دارد که در حدود ۵ گرم از آن را چربی های اشباع شده تشکیل می دهند. چربی پنیر گودا تقریباً به اندازه پارسمان است. پنیرهای نرم مانند موزارلا نسبت به «گودا» و «پارسمان» چربی به مراتب کمتری دارند.

**گودا و نمک**  
یکی دیگر از اجزای مشترک تمام پنیرها نمک است که در طی مراحل تولید به پنیرها اضافه می شود. با این وجود حتماً خودتان می دانید که مصرف نمک در رژیم غذایی باید کنترل شده باشد چون می تواند افزایش فشار خون و خطر بروز بیماری های قلبی و سکنه مغزی را به همراه داشته باشد. ۲۸ گرم پنیر گودا در حدود ۲۳۲ میلی گرم نمک دارد و در واقع پنیر نسبتاً شوری است و در مقایسه با «موزارلا» نمک بیشتری دارد.

**گودا و پروتئین**  
پنیرهایی مانند گودا منبع خوبی از پروتئین هم هستند؛ البته از نظر داشتن پروتئین نمی تواند با گوشت و غذاهای دریایی رقابت کند. هر ۲۸ گرم پنیر گودا در حدود ۷ گرم پروتئین دارد. مصرف مواد غذایی حاوی پروتئین به شما کمک می کند که بعد از پایان وعده غذایی احساس سیری بیشتری داشته باشید و از مصرف زیاد غذاها پرهیز کنید.

**گودا و کلسیم**  
کلسیم و فسفر جزو مواد معدنی مهم پنیرها هستند که به استقامت اسکلت بدن کمک می کنند. این دو ماده معدنی در کنار هم در سلامت استخوان ها تاثیر دارند و خطر بروز بیماری پوکی استخوان را کاهش می دهند. بررسی پژوهشگران نشان می دهد که برای داشتن استخوان هایی سالم، روزانه باید در حدود هزار میلی گرم کلسیم و ۷۰۰ میلی گرم فسفر

یکی از دوستانم وقتی از سفر فرنگ برگشت چند نوع پنیر مختلف برایم تحفه آورد که بعضی های شان خوشمزه بودند اما بعضی از آنها واقعا قابل خوردن نبودند و بوی نامطبوعی هم می دادند، بعضی از آنها هم به خاطر رنگ خاصی که داشتند، برایم عجیب و غیرقابل خوردن به نظر می رسیدند.

مدتی بعد وقتی برای خرید به یکی از سوپرمارکت های بزرگ رفتم، دیدم شبیه آن پنیرها سر از سوپرمارکت های ما هم درآوردند. با هم نگاهي به انواع پنیرهای موجود در بازار می اندازیم و خواص تغذیه ای شان را بررسی می کنیم.

## گودا، مسافری از هلند

گودا یکی از شهرهای هلند است که خاستگاه پنیرهای گودا را به آنجا نسبت می دهند اما امروزه پنیر گودا شهرت جهانی دارد و مردم کشورهای مختلف برای خوشمزه تر شدن غذاهای مختلف از آن استفاده می کنند. گودا جزو پنیرهای سفت است، از شیر گاو به دست می آید و رنگ زردی دارد.

پنیر گودا شیرین و شور است و هر چقدر بیشتر بماند، مزه آن قوی تر می شود. پنیر گودا هم مانند سایر هم خانواده هایش ماده غذایی سالمی است چون پروتئین و کلسیم زیادی را در خودش جای داده.

تحقیقات مختلف نشان می دهد پنیر گودا یکی از سالم ترین پنیرهاست و بهتر است که در برنامه رژیم غذایی هفتگی جایی برایش در نظر بگیرید. شما می توانید در تهیه پیتزاهای کشش دار و ماکارونی های خوشمزه از این پنیر کمک بگیرید یا حتی آن را در کنار املت سرو کنید.

## گودا و کالری

کالری موجود در همه غذاها انرژی مورد نیاز بدن شما را تامین می کند. اگر به طور مرتب بیش از نیاز به بدن تان کالری برسانید کالری های اضافه به شکل چربی در بدن تان ذخیره می شوند و خیلی زود چاق می شوید.

بعضی از پنیرها هم کالری زیادی دارند؛ به همین دلیل نباید در مصرف شان زیاده روی کنید. با این وجود در مورد پنیر «گودا» نگرانی شما از بابت کالری کمتر است چون یکی از کم کالری ترین پنیرهای سفت است.

هر ۲۸ گرم پنیر گودا در حدود ۱۰۱ کیلوکالری انرژی دارد؛ البته اگر تصمیم دارید کالری دریافتی بدن تان را کم کنید و به دنبال پنیرهای کم کالری تری هستید بهتر است سراغ پنیر «موزارلا» بروید.

## چربی

پنیر «گودا» مانند بیشتر پنیرها حاوی چربی های اشباع شده است. شما باید در رژیم غذایی روزانه تان مقداری چربی هم جای دهید تا عملکرد مغزتان بهتر شود و بدن شما راحت تر بتواند ریزمغذی های مورد نیاز را از غذاها جذب کند. با این وجود انتخاب چربی های اشباع نشده گزینه سالم تری به شمار می رود و خطر بروز بیماری های قلبی را به طور قابل توجهی کاهش می دهد.

۲۸ گرم پنیر گودا در حدود ۸ گرم چربی دارد که در حدود ۵ گرم از آن را چربی های اشباع شده تشکیل می دهند. چربی پنیر گودا تقریباً به اندازه پارسمان است. پنیرهای نرم مانند موزارلا نسبت به «گودا» و «پارسمان» چربی به مراتب کمتری دارند.

**گودا و نمک**  
یکی دیگر از اجزای مشترک تمام پنیرها نمک است که در طی مراحل تولید به پنیرها اضافه می شود. با این وجود حتماً خودتان می دانید که مصرف نمک در رژیم غذایی باید کنترل شده باشد چون می تواند افزایش فشار خون و خطر بروز بیماری های قلبی و سکنه مغزی را به همراه داشته باشد. ۲۸ گرم پنیر گودا در حدود ۲۳۲ میلی گرم نمک دارد و در واقع پنیر نسبتاً شوری است و در مقایسه با «موزارلا» نمک بیشتری دارد.

**گودا و پروتئین**  
پنیرهایی مانند گودا منبع خوبی از پروتئین هم هستند؛ البته از نظر داشتن پروتئین نمی تواند با گوشت و غذاهای دریایی رقابت کند. هر ۲۸ گرم پنیر گودا در حدود ۷ گرم پروتئین دارد. مصرف مواد غذایی حاوی پروتئین به شما کمک می کند که بعد از پایان وعده غذایی احساس سیری بیشتری داشته باشید و از مصرف زیاد غذاها پرهیز کنید.

**گودا و کلسیم**  
کلسیم و فسفر جزو مواد معدنی مهم پنیرها هستند که به استقامت اسکلت بدن کمک می کنند. این دو ماده معدنی در کنار هم در سلامت استخوان ها تاثیر دارند و خطر بروز بیماری پوکی استخوان را کاهش می دهند. بررسی پژوهشگران نشان می دهد که برای داشتن استخوان هایی سالم، روزانه باید در حدود هزار میلی گرم کلسیم و ۷۰۰ میلی گرم فسفر

# TERRACE PERSIAN

Takeaway & Home Delivery Available

## رستوران تراس در پاراماتا

امکان بدیناری همزمان از ۹۰ نفر در سالن اختصاصی رستوران (طبقه دوم)

رستوران هفت روز هفته از ساعت ۷ صبح تا ۱۰ شب باز می باشد

Tel: 02 9890 9787

Terrace Persian Restaurant

401 Church St Parramatta

www.terrace.com.au

## نقش سیر در حفظ سلامت قلب

کرد. اما توصیه می شود همیشه سیر را به صورت خام مصرف نکنید. می توانید آن را به شکل پخته پیاپیازچه و تره فرنگی هم قرار دارند، دارای ترکیباتی است که هم فواید زیادی برای سلامت داشته و هم عطر تندی دارد.

طبق نتایج یک تحقیق گسترده، سیر می تواند به کاهش خطر ابتلا به بیماری های قلبی-عروقی کمک می کند. در مقایله بیماران قلبی-عروقی که می کنند. پنیر همچنین حاوی مقادیر بالا کلسیم است، از این رو با وجود چربی بالا، میزان کمتری از چربی در مطالعه ریدینگ انگلستان مشخص شده بود که مصرف پنیر می تواند موجب افزایش طول عمر شود. طبق تحقیق فعلی این محققان، مصرف روزانه پنیر به اندازه یک قوطی کریت، احتمال حمله قلبی و سکنه را تا ۱۴ درصد کاهش می دهد. تمامی انواع پنیرها غنی از ویتامین ها،



سیر به عنوان جزئی از خانواده آلیوم که در آن پیاز، پیازچه و تره فرنگی هم قرار دارند، دارای ترکیباتی است که هم فواید زیادی برای سلامت داشته و هم عطر تندی دارد.

سیر به عنوان جزئی از خانواده آلیوم که در آن پیاز، پیازچه و تره فرنگی هم قرار دارند، دارای ترکیباتی است که هم فواید زیادی برای سلامت داشته و هم عطر تندی دارد.

طبق نتایج یک تحقیق جدید، مصرف روزانه پنیر می تواند ریسک حملات قلبی کشته و سکنه را کاهش دهد.

در مطالعه چند ماه قبل یک گروه تحقیق در دانشگاه ریدینگ انگلستان مشخص شده بود که مصرف پنیر می تواند موجب افزایش طول عمر شود. طبق تحقیق فعلی این محققان، مصرف روزانه پنیر به اندازه یک قوطی کریت، احتمال حمله قلبی و سکنه را تا ۱۴ درصد کاهش می دهد. تمامی انواع پنیرها غنی از ویتامین ها،

عین حال، کاهش کلسترول «بد» می شود. این گیوتز، سرپرست تیم تحقیق، در این باره می گوید: «به نظر می رسد مصرف روزانه عروقی و بخصوص مصرف با کاهش ریسک دیابت نوع ۲ مرتبط است.»

وی در ادامه می افزاید: «بزرگترین ویژگی پنیر، ارتباط نزدیک بین کلسیم و چربی است. چراکه ارتباط بین چربی و کلسیم موجب می شود چربی کمتر قابل هضم و جذب شود.»

مواد معدنی و پروتئین هایی هستند که به حفاظت از مقابله بیماری قلبی-عروقی کمک می کنند. پنیر همچنین حاوی مقادیر بالا کلسیم است، از این رو با وجود چربی بالا، میزان کمتری از چربی در مطالعه ریدینگ انگلستان مشخص شده بود که مصرف پنیر می تواند موجب افزایش طول عمر شود. طبق تحقیق فعلی این محققان، مصرف روزانه پنیر به اندازه یک قوطی کریت، احتمال حمله قلبی و سکنه را تا ۱۴ درصد کاهش می دهد. تمامی انواع پنیرها غنی از ویتامین ها،



# فرزاد فرزین در حال

SABET MUSIC & KAREN MUSIC PROUDLY PRESENTS

# FARZAD FARZIN

17  
AUG

BRISBANE

BRISBANE CONVENTION & EXHIBITION CENTRE

18  
AUG

SYDNEY

SIR JOHN CLANCY AUDITORIUM

19  
AUG

ADELAIDE

DUNSTAN PLAYHOUSE

24  
AUG

MELBOURNE

ROBERT BLACKWOOD HALL



KARENMUSIC.COM.AU



0451 666655

## کوچک‌ترین سدان مرسدس بنز معرفی شد



مرسدس-بنز عضو جدیدی از خانواده خودروهای کوچک خود را معرفی کرد. قرار است کلاس A سدان در نمایشگاه خودروی پاریس رونمایی شود و تا زمستان به بازار عرضه خواهد شد. این ماشین براساس نسل جدید کلاس A هچبک ساخته شده که تولیدش از بهار امسال آغاز شده است.

کلاس A سدان با ماشین‌هایی نظیر بامو سری ۱ و آئودی A3 رقابت می‌کند. با قیمت پایه حدود سی هزار دلار، این ماشین ارزان‌ترین سدان بنز خواهد بود.

چین یکی از بازارهای مهم این ماشین است. ماشین‌های چهار در هنوز در چین محبوب است و چون مشتریان این ماشین اکثراً راننده دارند، صندلی‌های عقب باید راحت‌تر باشد. برای همین بنز پیش‌تر نمونه‌ای ویژه از کلاس A سدان، که

کارخانه آلمانی امیدوار است سدان جدید که از مدل CLA کاربردی‌تر است، با مشتریان جوان بیشتری ارتباط برقرار کند. بنز انتظار دارد نیمی از کسانی که کلاس A می‌خرند، همیشه با این کارخانه بمانند. برای همین تلاش کرده تجربه‌ای مشابه با لوکس‌ترین مدل‌های بنز را برای راننده فراهم کند.

برخلاف رسم معمول در خودروسازان لوکس، بنز به جای عرضه فن‌آوری‌های جدید خود در مدل‌های لوکس‌تر، آنها را ابتدا در کلاس A معرفی کرده است. از جمله سیستم مدیریت خودرو به نام MBUX که شامل دو نمایشگر است که اطلاعات خودرو را در اختیار راننده قرار می‌دهد و راننده می‌تواند با حرف زدن یا این سیستم، بخش‌های مختلف ماشین را کنترل کند. این سیستم تا حدی هوشمند است که مثلاً



ماشین ساخته بود در آمریکا عرضه کرد. استقبال از این ماشین خوب بود. بیش از نیمی از مشتریان این ماشین برای اولین بار بنز می‌خریدند و میانگین سنی آنها یازده سال از میانگین سنی خریداران بنز کمتر بود.



در فرم هچبک در اروپا فروخته می‌شود. اما فرم هچبک در آمریکا محبوب نیست و به همین دلیل این ماشین هرگز به آمریکا فرستاده نشد. مرسدس-بنز در سال ۲۰۱۳ یک مدل چهار در کوبه به نام CLA را که براساس نسل دوم این

از مدل معمولی کشیده‌تر است، را برای بازار چین طراحی کرده است. بازار مهم دیگر برای این ماشین آمریکا است. کلاس A بیش از بیست سال است که بیشتر

## بهت بازار از مرگ سر جیو مارکیونه



مدیون مدیریت سر جیو مارکیونه است. او در سال ۲۰۰۴ مدیریت فیات را برعهده گرفت و این

تنها یک هفته پس از اعلام بیماری و وخامت حال سر جیو مارکیونه، مدیر گروه خودروسازی فیات-کرایسلر، او از دنیا رفت.

هفته گذشته فیات-کرایسلر اعلام کرد حال آقای مارکیونه بعد از یک عمل جراحی در سوئیس بد شده و به سرعت مدیر جیپ را جایگزین او کرد. مرگ ناگهانی این مدیر ۶۶ ساله، صنعت خودرو را بهت‌زده کرد. مقام‌های بیمارستان بعد از مرگش تأیید کردند که سر جیو مارکیونه بیش از یک سال تحت درمان بود. اما فیات-کرایسلر در واکنش به این خبر اعلام کرد تا هفته پیش هیچ اطلاعی از بیماری مدیرعاملش نداشته است.

این بی‌خبری به بحث‌هایی در رسانه‌ها دامن زد و این سوال مطرح شد که مرز بین حریم خصوصی و مسئولیت‌های حرفه‌ای کجا است؟ و آیا درست است که وضعیت سلامت مدیر موسسه‌ای که پنجاه میلیارد دلار ارزش دارد از سهامداران مخفی بماند؟

مانند دو نام فیات و کرایسلر در صنعت خودرو

## دردسرهای ترامپ برای خودروسازان فرانسوی



بازار خانگی با ماشین‌های ژاپنی و کره‌ای رقابت کند که با برداشته شدن تعرفه‌ها قیمتشان کمتر می‌شود.

همین باعث شد تا پس از اعلام توافق دونالد ترامپ و ژان کلود یونکر، محافظ نزدیک به خودروسازان فرانسوی انتقادهایی را مطرح کنند. لوک شاتل مدیر موسسه PFA در گفتگو با خبرگزاری بلومبرگ ایده کاهش تعرفه‌ها را خطرناک خوانده و آن را به خلع سلاح خودروسازان فرانسوی تشبیه کرده است. آقای شاتل که شرکتش برای خودروسازان فرانسوی لابی می‌کند می‌گوید کم کردن تعرفه‌ها قوانین براساس قوانین سازمان تجارت جهانی، اگر تعرفه واردات خودروهای آمریکایی به اروپا برداشته یا کم شود، کشورهای دیگر نظیر چین، ژاپن و کره جنوبی هم باید با تعرفه‌ای مشابه به اروپا خودرو صادر کنند.

به این ترتیب خودروسازان فرانسوی که بیشتر سودشان را از بازار اروپا کسب می‌کنند، باید در

اما فرانسه در بازار خودروی آمریکا حضور ندارد و افزایش تعرفه اثر چندانی بر کسب و کار خودروسازان فرانسوی نداشت.

با اعلام آتش بس در نبرد تجاری اروپا و آمریکا، اگرچه ارزش سهام خودروسازان فرانسوی هم همراه با خودروسازان آلمانی افزایش یافت، اما دورنمای تجارت بدون تعرفه آنها را نگران کرده است.

در توافق کنونی، تعرفه‌ها در بخش‌هایی به غیر از خودروسازی برداشته شده یا کم می‌شود. اما دو طرف قرار است درباره کاهش تعرفه واردات خودروهای آمریکایی به اروپا گفت‌وگو کنند. براساس قوانین سازمان تجارت جهانی، اگر تعرفه واردات خودروهای آمریکایی به اروپا برداشته یا کم شود، کشورهای دیگر نظیر چین، ژاپن و کره جنوبی هم باید با تعرفه‌ای مشابه به اروپا خودرو صادر کنند.

به این ترتیب خودروسازان فرانسوی که بیشتر سودشان را از بازار اروپا کسب می‌کنند، باید در

به نظر می‌رسد دردسرهای دونالد ترامپ برای خودروسازان فرانسوی تمامی ندارد. خروج آمریکا از برجام و وضع دوباره تحریم‌ها، آنها را ناگزیر کرد بازار پرسود ایران را ترک کنند و حالا احتمال کاهش تعرفه واردات خودروهای آمریکایی به اروپا، خودروسازان فرانسوی را نگران کرده است. هفته گذشته پس از دیدار ژان کلود یونکر، رییس کمیسیون اتحادیه اروپا و دونالد ترامپ، دو طرف برنامه‌ای برای کاهش تنش تجاری اعلام کردند و قرار شد تا برای برداشتن تعرفه‌ها و موانع تجاری تلاش کنند.

خودروسازان آلمانی با اعلام این توافق نفس راحتی کشیدند. پیش از این دیدار، آقای ترامپ تهدید کرده بود عوارض واردات خودروهای اروپایی به آمریکا را از ۲.۵ درصد به ۲۵ درصد افزایش خواهد داد.

در صورت اجرا شدن این تهدید، آلمان، که بزرگترین صادرکننده خودرو در اروپا است، به شدت ضرر می‌کرد.

## آئودی Q3 شاسی‌بلندتر شد



تولید کارخانه را شامل می‌شود. نسل جدید این ماشین رقیبان سختی را پیش رو دارد و باید با ماشین‌هایی نظیر بامو X1، ولوو XC40، جکوار تی-پیس (E-Pace) و رنج‌روور ایووک رقابت کند.

رانندگی خودروان در ترافیک است که با آن ماشین برای حرکت تقریباً نیازی به راننده ندارد. موفقیت Q3 برای آئودی بسیار مهم است. پس از شاسی‌بلند Q5 و سدان A4، این ماشین پرفروش‌ترین مدل آئودی است و ده درصد کل

آئودی هفته گذشته نسل جدید مدل Q3 را رونمایی کرد. برخلاف نسل اول این ماشین، Q3 دیگر کوچکترین شاسی‌بلند آئودی نیست. این کارخانه پارسال مدل جدید Q2 را به بازار عرضه کرده است. برای اینکه جا برای این عضو جدید خانواده بازتر شود، آئودی ابعاد Q3 جدید را کمی بزرگتر کرده است و شباهتش به یک شاسی‌بلند بیشتر شده است.

ظاهر ماشین شبیه به آئودی Q8، بزرگترین و لوکس‌ترین شاسی‌بلند آئودی است. با بزرگ‌تر شدن ماشین، یکی از اشکال‌های مهم نسل اول برطرف شده و جای سرنشینان عقب بیشتر شده است.

Q3 به سیستم جدید مدیریت خودروی آئودی مجهز شده است که یک نمایشگر ده اینچی لمسی دارد. خریداران می‌توانند به جای کیلومترشمار معمولی، یک نمایشگر دیجیتال سفارش دهند. از امکانات جدید دیگر، سیستم

## INTRODUCING THE SHADOW EDITION AND THE LUMINANCE EDITION.

AT NORTH SHORE BMW AND MOSMAN BMW.



The BMW 320i  
Shadow Edition \$58,800 Drive away



The BMW 330i  
Luminance Edition \$67,900 Drive away

## THE ALL NEW BMW X4. COMING SOON.

AT NORTH SHORE BMW AND MOSMAN BMW.

Our Sales Manager, Charles Barron, invites you to call him directly on 0431 016 920 to organise an appointment time so he can meet you personally and assist throughout your visit.

North Shore BMW 676 Pacific Highway, Chatswood. Tel 02 8188 5384. DL 26386

Mosman BMW 261-263 Military Road, Cremorne. Tel 02 9056 8119. DL 26386



برای دیدن و تست انواع مدل‌های BMW با مدیر بخش فروش ما آقای چارلز بارون با تلفن 0431 016 920 تماس بگیرید.

\*Not in conjunction with any other offer. The manufacturer's recommended drive away price will be reduced by the GST component for 2017 plate new vehicles ordered and delivered between 01.05.18 and 30.06.18 while stocks last. GST is still included in the final reduced drive away price. Excludes fleet, government and rental buyers. Please consult North Shore BMW or Mosman BMW for further details.



این مقاله جنبه ی آموزشی دارد نه درمانی، هر دارویی باید با تشخیص و تجویز پزشک مصرف شود.

کم کاری قلبی یعنی عدم قابلیت قلب برای پمپاژ کامل خون برای احتیاجات بدن و این یک مشکل پیداشتی بسیار مهم است که باعث عوارض مختلفی می شود از جمله به نفس نفس افتادن و خستگی بر اثر یک فعالیت بدنی. این بیماری در نزد کسانی دیده می شود که سلامتی شان خوب نیست و چندین سال است که از بیماری های قلبی یا تنفسی و یا فشار خون رنج می برند.

میزان بیماریانی که از کم کاری قلبی رنج می برند در سی سال اخیر بیشتر شده و یکی از علل آن پیشرفت درمان در سایر مشکلات قلبی است که باعث طولانی تر شدن عمر این بیماران می شود. کم کاری های قلبی یکی از مهمترین عوامل مرگ افراد سالخورده است و ۵۰ درصد بیماران بیشتر از ۵ سال پس از تشخیص عمر نمی کنند.

علت ها کم کاری قلبی وقتی تولید می شود که قلب به اندازه کافی قدرت ندارد که خون را به سرخرگ ها براند و یا نمی تواند به اندازه کافی پر از خون بشود، زیرا یا عضلات آن سخت شده (سفت شده) و یا قلب گشاد شده و در نتیجه هر انقباض قلب قدرت کافی ندارد و در نتیجه خون مدت بیشتری در سرخرگ ها می ماند و باعث رکود آن در سیاهرگ ها می شود و این احتقان خون در سیاهرگها را کم کاری قلبی می گویند.

کم کاری قلبی معمولا مشکل یکی از بطن هاست؛ بطن چپ یا راست و در بعضی مواقع ممکن است هر دو بطن دچار بشوند.
\* کم کاری قلبی چپ – نوعی است که بیشتر از همه دیده می شود. مایعات در نسوج جمع شده و معمولا در ریه جمع می شود و تولید اشکال در تنفس می کند، مثل تنفس صدادار و تنگی نفس. فشار خون سرخرگی درمان نشده و یا بد درمان شده در مدت چند سال با اختلالات کرونرین بر اثر آنزین یا سکنه قلبی از عاملان اصلی آن هستند.

\* کم کاری قلبی راست – این بار مایعات معمولا در ساق پا و مچ پا جمع می شوند و باعث ورم

کلاس یک (بیماری سبک) هیچ محدودیت ندارد تنگی نفس غیرطبیعی و خستگی ندارد.

در هنگام استراحت ناراحتی ندارد.

کلاس دو (بیماری سبک) کمی محدودیت با فعالیت متوسط سیمپتوم ها دیده می شوند. کلاس سه (متوسطا) محدودیت سیمپتوم ها با فعالیت بدنی کم هم دیده می شوند ولی در استراحت از بین می روند.

کلاس چهار (شدید) محدودیت کامل سیمپتوم ها حتی در استراحت دیده می شوند. مشکلات سلامتی که ممکن است پیش بیاید بر حسب وضع سلامتی بیمار، سن، علت کم کاری قلبی و شدت آن انواع مختلفی دارد.
دهلیز راست که خون از بدن به آن وارد می شود. دهلیز ی بزرگتر که بطن نام دارند؛ بطن راست خون وارده از دهلیزها را به ریه می فرستد و بطن چپ آن را به اعضای بدن می رساند. وقتی که گردش خون به خوبی انجام نشود قلب مجبور می شود که انقباض قوی تری داشته باشد و ضربان آن شدیدتر بشود. در نتیجه عضله قلب برای اینکه بتواند عمل پمپاژ خون را انجام بدهد بزرگتر می شود، کلیه ها هم که کمتر خون دریافت می کنند کمتر مایعات را توسط ادرار دفع می کنند، در نتیجه مایع بیشتری در بدن می ماند و باعث تورم و زیاد شدن حجم خون و خستگی قلب می شود و به همین خاطر خستگی و تنگی نفس تولید شده و با گذشت زمان قلب دیگر نمی تواند فشار بیشتری را برای گردش خون ایجاد کند.

پیشرفت بیماری در بیشتر مواقع کم کاری قلبی یک بیماری مزمن است و خستگی اولین سیمپتوم است که خودش را نشان می دهد. با پیشرفت بیماری تنگی نفس در هنگام فعالیت بدنی و بعدا حتی در حال استراحت وجود دارد. بعضی وقت ها درمان عامل کم کاری قلبی باعث درمان آن می شود مثل برطرف کردن یک ناهنجاری قلبی با عمل جراحی و در سایر مواقع داروها و عوض کردن عادات زندگی باعث بهتر شدن وضع بیمار و بازیابی بعضی از فعالیت های کنار گذاشته شده می شود.

انجمن قلب نیویورک چهار مرحله برای پیشرفت کم کاری قلبی را بر اثر تحمل فعالیت ورزشی تعیین کرده است:
مرحله پیشرفت بیماری محدودیت فعالیت های بدنی سیمپتوم ها کم کاری یک (بیماری سبک) هیچ محدودیت ندارد تنگی نفس غیرطبیعی و خستگی ندارد. در هنگام استراحت ناراحتی ندارد.

کلاس دو (بیماری سبک) کمی محدودیت با فعالیت متوسط سیمپتوم ها دیده می شوند. کلاس سه (متوسطا) محدودیت سیمپتوم ها با فعالیت بدنی کم هم دیده می شوند ولی در استراحت از بین می روند.

کلاس چهار (شدید) محدودیت کامل سیمپتوم ها حتی در استراحت دیده می شوند. مشکلات سلامتی که ممکن است پیش بیاید بر حسب وضع سلامتی بیمار، سن، علت کم کاری قلبی و شدت آن انواع مختلفی دارد.
دهلیز راست که خون از بدن به آن وارد می شود. دهلیز ی بزرگتر که بطن نام دارند؛ بطن راست خون وارده از دهلیزها را به ریه می فرستد و بطن چپ آن را به اعضای بدن می رساند.

وقتی که گردش خون به خوبی انجام نشود قلب مجبور می شود که انقباض قوی تری داشته باشد و ضربان آن شدیدتر بشود. در نتیجه عضله قلب برای اینکه بتواند عمل پمپاژ خون را انجام بدهد بزرگتر می شود، کلیه ها هم که کمتر خون دریافت می کنند کمتر مایعات را توسط ادرار دفع می کنند، در نتیجه مایع بیشتری در بدن می ماند و باعث تورم و زیاد شدن حجم خون و خستگی قلب می شود و به همین خاطر خستگی و تنگی نفس تولید شده و با گذشت زمان قلب دیگر نمی تواند فشار بیشتری را برای گردش خون ایجاد کند.

پیشرفت بیماری در بیشتر مواقع کم کاری قلبی یک بیماری مزمن است و خستگی اولین سیمپتوم است که خودش را نشان می دهد. با پیشرفت بیماری تنگی نفس در هنگام فعالیت بدنی و بعدا حتی در حال استراحت وجود دارد. بعضی وقت ها درمان عامل کم کاری قلبی باعث درمان آن می شود مثل برطرف کردن یک ناهنجاری قلبی با عمل جراحی و در سایر مواقع داروها و عوض کردن عادات زندگی باعث بهتر شدن وضع بیمار و بازیابی بعضی از فعالیت های کنار گذاشته شده می شود.

انجمن قلب نیویورک چهار مرحله برای پیشرفت کم کاری قلبی را بر اثر تحمل فعالیت ورزشی تعیین کرده است:
مرحله پیشرفت بیماری محدودیت فعالیت های بدنی سیمپتوم ها کم کاری یک (بیماری سبک) هیچ محدودیت ندارد تنگی نفس غیرطبیعی و خستگی ندارد.

در هنگام استراحت ناراحتی ندارد.
کلاس دو (بیماری سبک) کمی محدودیت با فعالیت متوسط سیمپتوم ها دیده می شوند. کلاس سه (متوسطا) محدودیت سیمپتوم ها با فعالیت بدنی کم هم دیده می شوند ولی در استراحت از بین می روند.

کلاس چهار (شدید) محدودیت کامل سیمپتوم ها حتی در استراحت دیده می شوند. مشکلات سلامتی که ممکن است پیش بیاید بر حسب وضع سلامتی بیمار، سن، علت کم کاری قلبی و شدت آن انواع مختلفی دارد.
دهلیز راست که خون از بدن به آن وارد می شود. دهلیز ی بزرگتر که بطن نام دارند؛ بطن راست خون وارده از دهلیزها را به ریه می فرستد و بطن چپ آن را به اعضای بدن می رساند.

وقتی که گردش خون به خوبی انجام نشود قلب مجبور می شود که انقباض قوی تری داشته باشد و ضربان آن شدیدتر بشود. در نتیجه عضله قلب برای اینکه بتواند عمل پمپاژ خون را انجام بدهد بزرگتر می شود، کلیه ها هم که کمتر خون دریافت می کنند کمتر مایعات را توسط ادرار دفع می کنند، در نتیجه مایع بیشتری در بدن می ماند و باعث تورم و زیاد شدن حجم خون و خستگی قلب می شود و به همین خاطر خستگی و تنگی نفس تولید شده و با گذشت زمان قلب دیگر نمی تواند فشار بیشتری را برای گردش خون ایجاد کند.

پیشرفت بیماری در بیشتر مواقع کم کاری قلبی یک بیماری مزمن است و خستگی اولین سیمپتوم است که خودش را نشان می دهد. با پیشرفت بیماری تنگی نفس در هنگام فعالیت بدنی و بعدا حتی در حال استراحت وجود دارد. بعضی وقت ها درمان عامل کم کاری قلبی باعث درمان آن می شود مثل برطرف کردن یک ناهنجاری قلبی با عمل جراحی و در سایر مواقع داروها و عوض کردن عادات زندگی باعث بهتر شدن وضع بیمار و بازیابی بعضی از فعالیت های کنار گذاشته شده می شود.

انجمن قلب نیویورک چهار مرحله برای پیشرفت کم کاری قلبی را بر اثر تحمل فعالیت ورزشی تعیین کرده است:
مرحله پیشرفت بیماری محدودیت فعالیت های بدنی سیمپتوم ها کم کاری یک (بیماری سبک) هیچ محدودیت ندارد تنگی نفس غیرطبیعی و خستگی ندارد.

در هنگام استراحت ناراحتی ندارد.
کلاس دو (بیماری سبک) کمی محدودیت با فعالیت متوسط سیمپتوم ها دیده می شوند. کلاس سه (متوسطا) محدودیت سیمپتوم ها با فعالیت بدنی کم هم دیده می شوند ولی در استراحت از بین می روند.

کلاس چهار (شدید) محدودیت کامل سیمپتوم ها حتی در استراحت دیده می شوند. مشکلات سلامتی که ممکن است پیش بیاید بر حسب وضع سلامتی بیمار، سن، علت کم کاری قلبی و شدت آن انواع مختلفی دارد.
دهلیز راست که خون از بدن به آن وارد می شود. دهلیز ی بزرگتر که بطن نام دارند؛ بطن راست خون وارده از دهلیزها را به ریه می فرستد و بطن چپ آن را به اعضای بدن می رساند.

وقتی که گردش خون به خوبی انجام نشود قلب مجبور می شود که انقباض قوی تری داشته باشد و ضربان آن شدیدتر بشود. در نتیجه عضله قلب برای اینکه بتواند عمل پمپاژ خون را انجام بدهد بزرگتر می شود، کلیه ها هم که کمتر خون دریافت می کنند کمتر مایعات را توسط ادرار دفع می کنند، در نتیجه مایع بیشتری در بدن می ماند و باعث تورم و زیاد شدن حجم خون و خستگی قلب می شود و به همین خاطر خستگی و تنگی نفس تولید شده و با گذشت زمان قلب دیگر نمی تواند فشار بیشتری را برای گردش خون ایجاد کند.

پیشرفت بیماری در بیشتر مواقع کم کاری قلبی یک بیماری مزمن است و خستگی اولین سیمپتوم است که خودش را نشان می دهد. با پیشرفت بیماری تنگی نفس در هنگام فعالیت بدنی و بعدا حتی در حال استراحت وجود دارد. بعضی وقت ها درمان عامل کم کاری قلبی باعث درمان آن می شود مثل برطرف کردن یک ناهنجاری قلبی با عمل جراحی و در سایر مواقع داروها و عوض کردن عادات زندگی باعث بهتر شدن وضع بیمار و بازیابی بعضی از فعالیت های کنار گذاشته شده می شود.

## پیک پارسیان

# کم کاری قلبی – عوارض مخصوص کم کاری قلبی راست

\*اشکالات تنفسی صدادار بر اثر جمع شدن مایعات در ریه ها

عوارض مخصوص کم کاری قلبی راست
\* تورم ساق و مچ پاها
\* ورم کردن شکم
\* احساس سنگینی
\* اشکالات دستگاه گوارش و صدمه دیدن کبد

چه کسانی در خطر هستند
کسانی که دچار ناهنجاری های کرونری هستند مثل آنزین دوبواترین – انفارکتوس میوکارد یا اریتمی کاردیاک – تقریبا ۴۰ درصد کسانی که یک انفارکتوس میوکار داشته اند دچار کم کاری کاردیاک می شوند. این درصد اگر انفارکتوس به خوبی درمان شده باشد کم می شود.

افسرادی که با یک ناهنجاری کاردیاک مادرزادی متولد می شوند که اشکالی در انقباض یک دهلیز یا بطن دارند.
\* اشخاصی که مشکلی در فعالیت دریچه های قلبی دارند.
\* اشخاصی که دچار یک بیماری مزمن ریوی هستند.

عوامل تولید خطر
ازمایش کلینیکی به پزشک کمک می کند که تشخیص کم کاری قلبی بدهد، ولی برای داشتن اطلاعات کامل تر و درجه بیماری آزمایشات زیر لازم می شود:
\*دانشتن میزان مواد مختلف موجود در خون مانند کلسترول، گلوکز، پتاسیم، کراتینین و ...
این آزمایشات وضع اعضای حساس به بیماری و علت کم کاری قلبی مثل کلیه ها و کبد را نشان می دهد.
همچنین BNP را هم برای مشخص کردن میزان کم کاری اندازه گیری می کنند.
\*رادیوگرافی قفسه سینه – اندازه قلب در روی کلیشه رادیوگرافی نشان دهنده وضع قلب است و همین طور احتمالا علل دیگری که باعث بزرگاری آن می شود به اضافه اینکه رادیوگرافی نشان می دهد که آیا مایعی در ریه ها جمع شده یا نه.

\*الکتروکاردیوگرام – این آزمایش فعالیت های الکتریکی قلب و چنانچه اریتمی یا اختلالات انتقال الکتریکی در داخل قلب وجود دارد را نشان می دهد. این آزمایش را ممکن است در حال استراحت یا فعالیت انجام داد.

\*اکوکاردیوگرافی –اکوگرافی قلب نشان دهنده قلب و وضع آنست و اگر ناهنجاری وجود داشته باشد همینطور اندازه بطن ها و وضع دریچه های قلب و آثار یک سکنه قلبی را می شود دید.

یک خستگی دائمی
\* تنگی نفس که بر اثر فعالیت های کم و بعدا کمتر تولید می شود.
\* تنفس کوتاه و صدادار (سوت می زند) –اشکال در تنفس در حالت خوابیده شدیدتر می شود.

ضربان بالای قلب
\* درد و احساس فشار در قفسه سینه
\* زیاد شدن فرکانس ادرار شبانه

زیاد شدن وزن به علت جمع شدن آب در بدن
از چند کیلو تا بیش از ۱۰ کیلو

سرفه اگر آب در ریه جمع شده باشد

عارضه مخصوص کم کاری قلبی چپ

آب و نمک در بدن می شوند مثل آنتی انفلاماتورها

چون عفونت های دستگاه تنفسی باعث شدت سیمپتوم های کم کاری قلبی می شوند، پیشنهاد می شود از واکسن های ضد گریپ و ضد پنوموکوک استفاده شود.

در هنگام حمله حاد
در هنگام یک حمله حاد بیماری که با سختی تنفس و درد شدید در قفسه سینه همراه است، بلافاصله آمبولانس را خبر کنید. تا رسیدن کادر درمانی، بیمار را در حالت نشسته نگهدارید و به او نیتروگلیسرین بدهید (حتما قبلا پزشک تجویز کرده) این دارو که به سرعت عمل می کند باعث گشاد شدن رگ های قلب می شود. حملات حاد، شب هنگام تولید می شوند.

هنگامی که می شود علت را درمان کرد، مثل ترمیم یا تعویض یک دریچه قلبی، کم کاری قلبی بهبودی پیدا می کند.

هنگامی که نمی شود مستقیما روی عامل بیماری کاری انجام داد، درمان برای آرامش سیمپتوم ها است و با درمان های جدید نه تنها بیمار می تواند کیفیت زندگی خوبی داشته باشد و از پیشرفت بیماری جلوگیری کند، بلکه امکان به عقب راندن بیماری هم هست.

باید در نظر داشت هرچه زودتر بیماری تشخیص داده شود درمان موثرتر است. متاسفانه در بیشتر موارد تشخیص در مرحله پیشرفته انجام می شود.

در کلینیک های مخصوص مربوط به این گونه بیماران متخصصان مختلفی مثل کاردیولوگ، پرستار، داروساز، متخصص تغذیه، فیزیوتراپ و مددکار اجتماعی کمک ها و اطلاعات لازمه را به بیمار می دهند.

داروها
اکثر این بیماران احتیاج به درمان های دارویی دارند و اغلب سه تا چهار نوع دارو را با هم برای نتیجه بهتر باید مصرف کنند، زیرا اثراشان کامل کننده ی یکدیگر است، مثلا بعضی برای تقویت قلب است و برخی برای جلوگیری از جمع شدن آب در بدن.
\*داروهای گشادکننده ی سرخرگ ها که باعث می شوند فشار خون سرخرگی پایین بیاید و فشار وارد به قلب کمتر و جمع شدن آب و نمک در کلیه ها هم کمتر بشود. این داروها بر روی ۱۰ درصد از مصرف کنندگان آثار ناخواسته ثانویه دارند.
\*داروهایی که از تنگ شدن عروق جلوگیری می کنند و اثراتی شبیه داروهای قلبی دارند.
\*داروهایی که باعث می شوند ضربان قلب کمتر شده و در نتیجه عمل انقباض بهتر انجام شود.
\*داروهای ادرارآور که برای فشار خون بالا و همچنین کم کاری قلبی به کار می روند و باعث می شوند آب اضافه مانده در ریه ها و سایر اعضا دفع شوند و دو نوع هستند؛ نوع اول باعث از دست دادن املاح مثل پتاسیم و منیزیم می شوند و در نتیجه باید از مکمل های ویتامین و مواد معدنی استفاده کرد. نوع دوم باعث از دست دادن پتاسیم نمی شود.

Digoxin که از عصاره گیاه دیژیتال به دست می آید و باعث می شود که ضربانات قلب آرام تر و مرتب بشود و قلب انقباض بهتری داشته باشد.

سبک زندگی

بهبودی وضع بدنی بیمار هم جزو روش های درمانی است و نقش مهمی در سیمپتوم های بیماری دارد. هر چیزی که بتواند فشار بر روی قلب را کم کند دارای آثار مفید است مثل:

\* کم کردن وزن
\* غذاهای سبک و کم نمک
\* پیاده روی مرتب روزانه
\* پیدا کردن روش هایی برای کم کردن استرس
\* پزشک و پرستار کلینیک های کم کاری قلبی راهنمایی های لازم را طبق درخواست به شما خواهند داد.

جراحی
بعضی از اعمال جراحی برای درمان عامل کم کاری تجویز می شوند. همینطور می شود رگ های کرونری بسته شده بر اثر آترواسکلروز را باز کرد تا خون به راحتی جریان پیدا کند. این عمل توسط آنژیو پلاستی کروزین یا پونتاز کروزین انجام می شود.

اگر اریتمی وجود دارد ممکن است احتیاج به نصب یک فعال کننده ی قلبی مصنوعی به نام Pacemaker یا یک defibrilateur در قفسه سینه نصب شود اگر امکان ایست قلبی بالاست.

جراحی دریچه های قلبی – کم کاری قلبی ممکن است بر اثر خرابی یکی از دریچه های قلب باشد. پزشک تصمیم می گیرد که دریچه را ترمیم کند یا آن را برداشته یک پروتز جایش بگذارد.

پیوند قلب – گاهی پیوند قلب لازم می شود، مخصوصا در افرادی که کمتر از ۶۵ سال دارند، گرچه دهنده ی قلب خیلی کم است.

چند راهنمایی مفید
\*خوابیدن در حالت نیمه نشسته به تنفس راحت تر کمک می کند.
\* صبح ها پس از ادرار کردن وزن خود را در یک دفترچه ثبت کنید و اگر یک کیلو و نیم یا ۳٫۳ پاند در یک روز اضافه وزن داشتید با پزشک تان مشورت کنید.
\* از مصرف الکل خودداری کنید، زیرا سیمپتوم ها را شدیدتر می کند.

طب مکمل
روش های مکمل بیشتر در مراحل سبک بیماری کم کاری قلبی مثل کلاس یک و دو موثرند، ولی از خوددرمانی خودداری کنید، زیرا مکمل ها روی داروهای شیمیایی اثر دارند و قدرت آنها را کم و زیاد می کنند در صورتی که مایلید از آنها استفاده کنید حتما با کاردیولوگ خود مشورت کنید.

\* زائالاک – در عرض ۲۰ سال گذشته بیش از ده مطالعه ی کلینیکی همراه با گروه شاهد در اروپا انجام شده و بر روی هزار بیمار که از کم کاری قلبی کلاس یک و دو رنج می برده اند نشان بخشی مقایسه کردند، البته هر دو با درمان های کلاسیک، نتیجه نشان داد که تایی چی باعث بهبودی قابل توجه در کیفیت زندگی و خواب بیماران شده و آنها را در ورزش مقاوم تر کرده مثل تنگی نفس و خستگی می شود. زائالاک

باعث تقویت عضله قلب می شود و خاصیت گشادکننده عروق و آنتی اریتمی دارد.

یک مطالعه ی کلینیکی بر روی ۲۶۰۰ بیمار مبتلا به کم کاری قلبی در مدت دو سال نشان داد که عصاره زائالاک وقتی با داروهای درمانی کلاسیک مصرف می شود، بی خطر است ولی باید در نظر داشت که عصاره زائالاک باید حتما تحت نظر کاردیولوگ باشد، زیرا بر روی دیگر داروهای مصرفی برای درمان سایر اختلالات قلبی اثر می گذارد.

\* کوآنزیم Q10 – دو مطالعه نشان داده که Q10 همراه با درمان های کلاسیک آثار مفیدی بر روی افرادی با کم کاری های قلبی کلاس یک تا سه دارد. البته باید مطالعاتی با کیفیت دقیق تر انجام شود تا این آثار مفید را ثابت کرد.

Arginine – آرژنین یک اسید امینه است که مذهباست برای تقویت بدنی ورزشکاران به کار می رود، ولی امروزه می دانیم که برای این کار مفید نیست و به وضع بدنی افرادی که ورزش نمی کنند و کسانی که به کم کاری قلبی دچارند، کمک می کند و حتی به کسانی که عمل تعویض قلب را انجام داده اند.

\* حمام سونا و آب درمانی – سابقا حمام سونا برای کسانی که از کم کاری قلبی رنج می بردند، ممنوع بود ولی چند مطالعه ی کلینیکی بر روی بیماران که تحت درمان بودند و بیماری شان تحت کنترل بود، حمام سونا را تحمل کردند و سونا برایشان بی خطر بود و حتی برای بعضی افراد سیمپتوم ها را آرام تر کرد، زیرا باعث از دست دادن آب بدن بر اثر تعریق شد. محققان عقیده دارند که از آن به عنوان مکمل درمان های دارویی می شود استفاده کرد.

یک مطالعه ی کلینیکی کوچک هم نشان داد که یک برنامه آب درمانی با آب گرم و آب سرد دارای آثار مفید بر روی کیفیت زندگی و سیمپتوم های کم کاری قلبی دارد.

اخطار: بهتر است قبل از استفاده از دو روش فوق با پزشک مشورت شود.

\* طب هندی (ایوروذا) – بعضی از معجون های طب هندی می تواند به درمان کم کاری های قلبی کمک کند.

همینطور طبق یک مطالعه سنتز محققان متوجه شده اند که طب سنتی هند در اختلالات قلبی مفید واقع می شود و آثار آن در درازمدت هم مشاهد می شود.

\* امگا ۳ – طبق یک مطالعه ی بزرگ به مدت ۴ سال بر روی هفت هزار بیمار در ایتالیا که از کم کاری قلبی دو تا چهار رنج می بردند، نشان داد که مصرف یک گرم در روز اسید چرب پولی انساتوره امگا ۳ مرگ و میر بیماران را با مقایسه با دارونما کمتر کرده و میزان بستری شدن بیماران بر اثر اختلالات قلبی هم کمتر شده بود.
\* تایی چی – محققان دانشگاه هاروارد اثر ورزش تایی چی را بر روی ۲۰۰ بیمار که از کم کاری قلبی مزمن رنج می بردند آزمایش کردند و در مدت ۱۲ هفته اثر تایی چی را با تکنیک های توان بخشی مقایسه کردند، البته هر دو با درمان های کلاسیک، نتیجه نشان داد که تایی چی باعث بهبودی قابل توجه در کیفیت زندگی و خواب بیماران شده و آنها را در ورزش مقاوم تر کرده است.

# دفتر و کالت

# وکلای 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



### فرد دیوید

### Compensation –

### – خرید و فروش املاک و مستقلات

### – خرید و فروش مشاغل – شرکت و غیره

### – کلیه امور دادگاهی

### – امور جنایی





**SENIK ENTERTAINMENT**  
PROUDLY PRESENTS



**FOR THE FIRST TIME IN AUSTRALIA**

# SHAKILA

## VOICE OF AN ANGEL

**FRI NOVEMBER 9<sup>TH</sup>**

**MELBOURNE**

**ATHENAEUM THEATRE**

**188 COLLINS ST MELBOURNE  
VIC 3000**

**SAT NOVEMBER 10<sup>TH</sup>**

**ADELAIDE**

**ELDER HALL**

**UNIVERSITY OF ADELAIDE  
NORTH TERRACE, ADELAIDE  
SA 5000**

**SUN NOVEMBER 11<sup>TH</sup>**

**SYDNEY SIR JON**

**CLANCY AUDITORIUM**

**9 HIGH ST, KENSINGTON  
NSW 2052**



TICKETS AND INFORMATION

**0413501801**

ONLINE TICKETS: TRYBOOKING.COM



**AFSHAR**  
MONEY EXCHANGE

