

# 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

# پیک پارسیان

## THE PERSIAN HERALD

National Weekly Persian Newspaper

Vol 31, Issue 1122 Thursday July 25th, 2019

Austrac # 100234024

## صرافی کیهان

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

0 419 303 415 KayhanMoneyExchange  
0 448 555 551 Kayhan.ex

## صرافی آباد

زیر نظر مرتضی عابدینی

با بهترین و مناسب ترین قیمت روز با بیش از ۲۰ سال تجربه در خدمت هموطنان گرامی

02 8068 5987  
0413 820 649

Shop 3, No 2, Auburn Rd. Auburn  
www.abadex.com.au

## MBR ASSOCIATION

Loans & Mortgage

مهدی رستمی

انواع وام: مسکن تجاری، شخصی

0434 272 018

info@mbrassociation.com.au

2/252, Pitt St. Merrylands NSW 2160

## MP MoneyPars

### صرافی مانی پارس

ارسال حواله به ایران و کردستان عراق

SYDNEY The Hills District  
1300 10 40 70 | 02 9760 0706

ADELAIDE 297C Prospect Road, Blair Athol  
1300 10 40 70 | 08 8344 3877

www.moneypars.com | info@islandtravels.com.au

## آژانس مسافرتی آیلند تراول

بهترین مسیرها و مناسب ترین قیمت  
بلیت هواپیما به ایران و سراسر جهان

SYDNEY The Hills District  
02 9760 0706 1300 10 40 70

ADELAIDE 297C Prospect Road, Blair Athol  
08 8344 3877 1300 10 40 70

www.islandtravels.com.au | info@islandtravels.com.au

Injob Persian Business Directory In Australia & NZ | Facebook

## پرسیان بیزنس دایرکتوری

راهنمای مشاغل ایرانیان و فارسی زبانان استرالیا و نیوزیلند

02 8883 5551  
0418 660 399

injobau@gmail.com  
persianaustralia@yahoo.com  
www.injob.com.au

Call / Email / Navigate/ Nearby Services Tap & Go

# نهمین

یک تک گویند

سیدنی  
اگوست  
۳۱۹۳۰

برای اطلاعات بیشتر به صفحه آخر نگاه کنید.

کاری از گروه فیلم و نمایش سدی تازه

## فروشی میرسد

رستوران، قنادی و کافی شاپ در مرلندز

با تجهیزات و آشپزخانه کامل  
۲۲۰ متر مربع در دو طبقه با پارکینگ اختصاصی  
واقع در محله پر ترید مرلندز (خیابان مرلندز)

Comes fully Equipped with DA Approval from Council grease trap, fridges, 2x cool rooms, 2x freezer rooms, oven, stove mixers, range hood, tables, benches, stainless steel shelves, Coffee machine, ducted air con, camera system and lots more. Fully operating kitchen with showroom. Please call only if you are serious to buy

0424 330 160

# توافق ۱۴ کشور اروپایی بر طرحی جدید برای تقسیم پناهجویان



سال هاست که بحث چگونگی تقسیم پناهجویان وارد شده به اروپا مطرح است. اینک به گفته آمانوئل مکران، رئیس‌جمهور فرانسه، ۱۴ کشور اتحادیه اروپا به طور اصولی بر سر سازوکار جدید تقسیم پناهجویان به توافق رسیده‌اند. نیمی از کشورهای اتحادیه اروپا با پیشنهاد فرانسه و آلمان برای سازوکار جدید تقسیم پناهجویان توافقی اصولی کرده‌اند.

آمانوئل مکران، رئیس‌جمهور فرانسه شامگاه دوشنبه ۲۱ تیر (۲۲ ژوئیه) اعلام کرد، این توافق در گفت‌وگوهای وزرای کشور و خارج ۲۸ کشور عضو اتحادیه اروپا در پاریس به دست آمده است. او پیش از اعلام این خبر با فیلیپو گراندی،

# ترامپ: تمایل به مذاکره و توافق با ایران برای سخت‌تر می‌شود



دونالد ترامپ، رئیس‌جمهوری آمریکا نسبت به تمایل خود به مذاکره و توافق با ایران ابراز تردید کرده و از آمادگی برای مقابله با بدترین وضعیت در ارتباط با آن کشور سخن گفته است.

آقای ترامپ که پس از ملاقات با نخست‌وزیر پاکستان، در نشست با خبرنگاران شرکت داشت، با اشاره به اقدامات اخیر ایران در منطقه، گفت که رک بگویم، برایم سخت‌تر می‌شود که بخواهم با ایران مذاکره و توافق کنم چون رفتار خیلی بدی دارند. او گفت که من به شما می‌توانم بگویم که چنین کاری می‌توانست با راحتی بیشتر صورت بگیرد اما اگر طور دیگری هم پیش برود، من مشکلی ندارم.

رئیس‌جمهوری آمریکا در مورد نحوه واکنش به اقدامات ایران گفت: ما آماده مواجهه با بدترین وضعیت ممکن هستیم، اما آمادگی داریم البته آماده متغیرات هم هستیم، باید ببینیم چه می‌شود. رئیس‌جمهوری آمریکا با اشاره به گزارش مقامات ایران در مورد بازداشت و اعدام تعدادی از جاسوسان سازمان مرکزی اطلاعات آمریکا سیا گفت که ایران دارای یک رهبری دینی است اما خیلی دروغ می‌گوید. وی اظهارات مقامات ایران در تکذیب سرنوشتی یک فروند پهپاد خود توسط یک ناو آمریکایی را نیز دروغ خواند و خطاب به نخست‌وزیر پاکستان گفت: پاکستان دروغ نمی‌گوید ولی متأسفانه ایران زیاد دروغ می‌گوید. وی شرایط ایران را دشوار توصیف کرد گفت که دولت آن کشور یک رژیم دینی است که به بدترین شکل شکست خورده و افزود که ایران از نظر اقتصادی مشکلات عظیمی دارد. آقای ترامپ گفت: آنها خودشان نمی‌دانند به چه راهی می‌روند؛ من گزارش‌های متعددی خوانده‌ام. آن کشور در حال حاضر به هم ریخته است؛ نمی‌دانند چه دارند می‌کنند؛ از لحاظ اقتصادی، کشورشان در بحران است؛ نرخ تورم در آنجا به ۷۵ درصد هم می‌رسد.

# کره جنوبی صدها تیر هشدار برای دور کردن هواپیمای تجسی روسیه شلیک کرد



کره جنوبی می‌گوید جنگنده‌های این کشور صدها تیر هشدار برای دور کردن یک هواپیمای تجسی روسیه شلیک کرده‌اند که به گفته ستول وارد حریم هوایی کره جنوبی شده بود. به گفته مقام‌های کره جنوبی هواپیمای روسیه دو بار حریم هوایی کره جنوبی را بر فراز جزایر دوکودو-تاکشیمیا نقض کرده است. این جزایر را دارند اما کره جنوبی از سال ۱۹۵۴ این منطقه را در اشغال خود دارد. مساحت این جزایر ۲۳۰ هزار متر مربع است.

وزارت دفاع کره جنوبی گفته است که جنگنده‌های این کشور بعد از ورود هواپیمای روسیه به سرعت پرواز کرده و در مجموع ۳۴۰ تیر هشدار شلیک کرده‌اند. روسیه ادعای نقض حریم هوایی کره جنوبی را رد کرده است.

به گفته کره جنوبی این هواپیمای روسیه از حریم هوایی‌اش خارج شده اما دوباره برگشته که در این مرحله ده منور دیگر و ۲۸۰ تیر هشدار شلیک شده است.

روسیه در بیانیه خود تنها به دو بمبافکن این کشور اشاره کرده و به طور مشخص درباره هواپیمای تجسی مورد ادعا کره جنوبی حرفی نزده است.

# وزیر اقتصاد ایران: دولت ارز دیجیتال را به رسمیت می‌شناسد

به گفته فرهاد دژپسند، وزیر اقتصاد ایران، دولت این کشور ارز دیجیتال را به رسمیت می‌شناسد و برای واردات دستگاه‌های ماینینگ (استخراج) دیگر ممنوعیتی وجود نخواهد داشت.

بر همین اساس بانک مرکزی مکلف است ظرف سه ماه مقدمات تولید رمزارز در این کشور را فراهم کند.

آقای دژپسند گفته: پیش‌نویس طرح ساماندهی ارز دیجیتال در ماه پایانی سال ۹۷ در کمیسیون اقتصادی دولت تهیه و هم‌اکنون تصویب شده که در انتظار بررسی در هیات دولت است.

او همچنین گفته بر اساس مصوبه کمیسیون اقتصادی دولت که اخیراً برگزار شده ماینینگ (استخراج) به‌عنوان یک صنعت در ایران شناخته شده است.

دولت ایران قرار است ساز و کار تولید رمزارز را بررسی کند.

این در حالی است که عبدالرضا رحمانی فضل‌نوری، وزیر کشور ایران، روز دوشنبه گذشته بیت‌کوین در فعال در این کشور غیرقانونی خوانده بود؛ او البته مشخص نکرد منظور او از غیرقانونی بودن، استخراجه بوده یا معامله این رمز ارز.

آقای رحمانی فضل‌نوری گفت: باید متناسب با آن دستورالعمل (وزارت اقتصاد) مجوز فعالیت داده شود و تا زمانی که آن دستورالعمل تهیه نشده، از نظر ما (بیت‌کوین) غیرقانونی است.

بیت‌کوین یک روش پرداخت دیجیتال است که بر مبنای رمزنگاری و با شبکه‌ای از کامپیوترها ممکن می‌شود و ارزی نیست که بانک مرکزی داشته باشد و نقل و انتقال‌ها با تأیید در شبکه ممکن می‌شود.

همزمان سعید زرنزدی از معاونان وزارت صمت (صنعت معدن و تجارت) به خبرگزاری ایسنا امروز سه‌شنبه (اول مرداد ماه) گفته: نگاه وزارت صمت، معدن و تجارت این است که تولید نهایی این فرایند به رسمیت شناخته شود و به عنوان تولید پذیرفته شود. بانک مرکزی ایران معامله رمزارزهایی نظیر بیت‌کوین را ممنوع اعلام کرده؛ اما استخراج آن منع قانونی ندارد.

این بانک دو سال پیش (۱۳۹۶) استفاده از بیت‌کوین و سایر ارزهای مجازی در تمام مراکز پولی و مالی ایران را ممنوع اعلام کرد.

بانک مرکزی اعلام کرده از آنجایی که انواع ارزهای مجازی از این قابلیت برخوردار هستند که به ابزاری برای پولشویی و تأمین مالی تروریسم و به طور کلی، جابه‌جایی منابع پولی مجرمان بدل شوند، حوزه نظارت بانک مرکزی برای پیشگیری از وقوع جرائم از طریق ارزهای مجازی، موضوع ممنوعیت برای تولید آن است.

مجازی را به بانک‌ها ابلاغ کرده است.

موافقت تولید و قانونی کردن معامله بیت‌کوین در ایران متعقد یکی از راه‌های دور زدن تحریم‌های با توجه به محدودیت‌های مبادلات بانکی، استفاده از رمز ارزهاست.

اخیراً هم بر تعداد مشتاقان استخراج این رمز ارز در ایران افزوده شده است و دولت در پی تعیین مجاسبه نرخ برق مصرفی برای تولید آن است.

استخراج ارزهای دیجیتال مانند «بیت‌کوین»، نیازمند کار بی‌وقفه کامپیوترهایی است که به برق نیاز دارند و اگر قیمت برق مانند برخی کشورهای توسعه یافته، زیاد باشد، این کار ممکن است مقرون به صرفه نباشد.

الیاس حضرتی، رئیس کمیسیون اقتصادی



### 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 ParsianStaff.co

## پیک پارسیان

# شکایت یک وکیل ایرانی از ترامپ: دولت آمریکا اجازه نداد در خاکسپاری پسر م شرکت کنم

در ژانویه دو سال پیش، دونالد ترامپ با صدور فرمانی تحت عنوان «حفاظت از ملت در برابر ورود تروریست خارجی به ایالات متحده» ورود شهروندان ایران، عراق، لیبی، سومالی، سودان، سوریه و یمن به آمریکا را برای مدتی به حالت تعلیق درآورد. این فرمان با استناد به قوانین مصوب ایالات متحده صادر شد که به رئیس جمهوری اجازه می‌دهد در شرایط اضطراری، ورود شهروندان خارجی به این کشور را محدود کند. صدور این فرمان، که به فرمان «محدودیت ورود مسلمانان» شهرت یافت، و اقدامات بعدی رئیس جمهوری در این مورد با انتقاد و اعتراض گسترده در داخل و خارج ایالات متحده مواجه شد و مخالفان و منتقدان با مراجعه به محاکم قضایی، اجرای آن را به چالش کشیدند.



دکتر ایران بومی معتقد است که با وجود اختلاف نظر میان ایرانیان، همگی باید با اتحاد و همدلی در دفاع از حق هر ایرانی در جهان با ظلم دولتها هوشیارانه مبارزه نمایند. یادمان باشد که منشا پرسش به عنوان یک شهروند نادیده گرفته شده است. او توضیح داد که درست است که پسر من فوت کرده است اما حق اوست که پدرش بتواند

آمریکا سفر کرده است، گفت که سی سال است که من به آمریکا سفر می‌کنم و قبل از این هم نداندم. آقای ایران بومی، در کنار شکایت حقوقی آقای ایران بومی گفت که نامه‌ای در پاسخ درخواست او برای سفر به آمریکا گرفته که در آن نوشته شده شما شرایط قانونی را ندارید. او در برنامه شصت دقیقه بی‌بی‌سی فارسی توضیح داد که به سه علت از دولت آقای ترامپ شکایت کرده است: چرا پاسخی به اینکه چرا او نمی‌تواند به آمریکا سفر کند داده نشده است، چرا به او حق داده نشده که از خود دفاع کند و اینکه چرا حق پسرش به عنوان یک شهروند نادیده گرفته شده است. او توضیح داد که درست است که پسر من فوت کرده است اما حق اوست که پدرش بتواند

یک وکیل ایرانی - آلمانی که نتوانسته برای خاکسپاری فرزندش به آمریکا برود از دولت دونالد ترامپ به سازمان ملل شکایت کرده است. او شکایت نامه خود را هفته گذشته به دفتر کمیساری عالی حقوق بشر سازمان ملل متحد در ژنو تحویل داده است.

شهرازم ایران بومی، وکیل ایرانی - آلمانی نخستین شخصی است که به صورت کاملاً مستقل در اعتراض به دونالد ترامپ، رئیس جمهوری آمریکا به سازمان ملل شکایت کرده است. او می‌گوید: دولت آمریکا حق من را برای شرکت در مراسم خاکسپاری پسرم نادیده گرفته است. آقای ایران بومی همچنین کارزاری را برای اعتراض به قانون محدودیت ورود ایرانیان به خاک آمریکا به راه انداخته است. اوایل ژوئن امسال، پسر آقای ایران بومی در اثر حادثه رانندگی در آمریکا جان خود را از دست می‌دهد و او قصد سفر به آمریکا و شرکت در مراسم خاکسپاری فرزند خود را داشته اما اجازه ورود به آمریکا به او داده نمی‌شود.

پارسیان با هماهنگی دولت ایالات متحده و برخی از دولت‌های مشمول در این فرمان، نام کشورهاشان از این فهرست حذف یا محدودیت‌های وضع شده در مورد آنها تغییر یافت و کشورهای دیگری به این فهرست افزوده شدند.

## رئیس دفتر آیت‌الله خامنه‌ای: رهبر زیر خط متوسط زندگی می‌کند

کنترل آیت‌الله خامنه‌ای به انتقاد از گسترش فعالیت تجاری کشورهای غربی در ایران از جمله قراردادهای جدید نفتی جمهوری اسلامی ایران پرداختند.

کتر از یک ماه پس از این تحریم، رئیس دفتر آقای خامنه‌ای در مراسم معارفه روسای جدید بنیاد مستضعفان و کمیته امداد امام سخترانی کرده و ضمن ساده توصیف کردن زندگی رهبر ایران، افزایش شدید فقر در میان ایرانیان را تأیید کرده است.

محمد محمدی گلپایگانی، رئیس دفتر آیت‌الله علی خامنه‌ای، رهبر جمهوری اسلامی ایران، از شکاف شدید طبقاتی در این کشور انتقاد کرده اما نحوه زندگی آیت‌الله خامنه‌ای را ستوده است. رئیس دفتر رهبر ایران گفته است ثروت انباشته بدون حساب و کتاب عوارض دارد اما ما در کشور زندگی می‌کنیم که رهبر آن زیر خط متوسط زندگی می‌کند.

در سال‌های اخیر درباره ثروت شخصی آیت‌الله خامنه‌ای اظهارنظرهای متعددی شده است. بخش اعظم، منابع مالی و نهادهای ثروتمند جمهوری اسلامی ایران در اختیار رهبر ایران است. آمریکا، یک سال پیش گفته بود که اموال مرتبط با رهبر ایران ممکن است به ۹۵ میلیارد دلار برسد. در ارتباط با ثروت آیت‌الله خامنه‌ای، حسن روحانی رئیس جمهور ایران، هم اظهار نظر کرده بود.

## دولت ترامپ مقررات تازه اخراج سریع مهاجران را معرفی می‌کند

دولت آمریکا درحال معرفی فرآیند تازه ای برای دور زدن دادگاه های مهاجرت و اخراج سریع مهاجران است.



بر اساس مقررات تازه هر مهاجر فاقد مدرکی که نتواند ثابت کند برای بیش از دو سال به طور پیوسته در آمریکا بوده فوراً اخراج خواهد شد. انتظار می‌رود این سیاست روز سه شنبه گذشته منتشر و اجرای آن فوراً در سراسر کشور شروع شد.

مندی آمریکا (ای سی ال یو) گفته است که این سیاست را در دادگاه به چالش خواهد کشید. این درحالی است که سیاست مهاجرتی دولت ترامپ بیش از پیش زیر ذره بین بوده است؛ به خصوص به دلیل شرایط نگرانی مهاجران در بازداشتگاه هایی در مرز جنوبی کشور با مکزیک. تحلیلگران می‌گویند که دونالد ترامپ رئیس جمهور آمریکا قصد دارد کنترل شدید مهاجرت را به موضوعی مهم در کارزار انتخاباتی اش بدل کند.

تایش از این افرادی که در فاصله ۱۶۰ کیلومتری از مرز دستگیری می‌شوند و برای کمتر از دو هفته

**آموزش رانندگی**  
**آرین**  
توسط معلم مجرب و باتجربه درمحله  
راید، پاراماتا، ایرون، کارلینگفورد، سیلورواتر و اطراف آن

**هفته نامه پیک پارسیان**  
توجه: از چاپ مطالب بدون نام و نشان معذوریم چاپ مطالب رسیده دلیل تأیید آنها نمیشد  
مدیر مسئول فریبرز منصوری  
ناشر انتشارات پارسیان  
**Tel: 02 88835551**  
**0418 660 399**  
The Persian Herald  
P.O Box 344  
Kellyville NSW. 2155  
persianherald@gmail.com  
persianaustralia@yahoo.com  
admin@persianherald.com.au  
www.persianherald.com.au

## ضارب کودک افغان در ایران عذرخواهی کرد

برنا روز دوشنبه ۳۱ تیر/اسرطان از احضار شدن ضارب کودک افغان به دادرسی آبدان خبر داده بود. دادستان بوشهر دو روز پیش گفته بود، با تشکیل پرونده دستورات لازم به ضابطان قضایی برای احضار فرد ضارب صادر شده است. علی حسن پور روز دوشنبه در گفت و گو با ایرنا افزود: این کودک افغان در حال دست کاری صندوق خیریه‌ای بوده که فرد ضارب او را می‌بیند و اقدام به کمک کاری می‌کند. او گفت: برخی افراد این کاربران افغان هم واکنش‌های زیاد داشته است.



**تدریس موسیقی ناصر غربی**  
ویولونیست و آهنگساز  
برای آموزش ویلن و آواز هنرجو می‌پذیرد  
**0408 462 662**  
www.nasergharbi.com

## جنازه ۲۵ پناهجو در مرز ترکیه و ایران پیدا شد

رسانه‌های دولتی در ایران از عذرخواهی فردی که یک کودک افغان را کتک زده و او را پرت کرده است، خبر داده‌اند. در روزهای گذشته در شبکه‌های اجتماعی ویدیویی دست بدست می‌شود که حاوی تصاویر خشن است و مردی را در حال کتک زدن و بعد پرت کردن یک کودک نشان می‌دهد. ابتدا گفته می‌شد این کودک افغان دستفروش بوده است و فرد ضارب مأمور شهرداری آبدان در بوشهر اما در خبرها بعداً مشخص شد که محل واقعه امامزاده میرپهزاد و مرد ضارب از اعضای هیات امنای امامزاده است.

رسانه‌های ترکیه گزارش کردند که جنازه ۲۵ پناهجو در مرز ترکیه و ایران پس از آب شدن برف‌ها توسط روستاییان پیدا شده است. براساس گزارش این رسانه‌ها یک نفر از این افراد توسط گلوله کشته شده و بقیه در اثر سرما یخ زده‌اند.

**سوپر ساحل**  
در چتسوود عرضه کننده بهترین ها  
انواع مواد غذایی انواع نوار و سی دی و سبزیجات خشک ایرانی  
انواع خشکبار و شیرینیجات ایرانی ترشی و مرباجات  
**Ph: 02 9417 6766 | 337 Penshurst St, Willoughby**

**L'ORIENT LEGAL**  
ABN 88 150 537 456  
وکالی با تجربه L'ORIENT LEGAL به سالها سابقه موفق در انواع امور حقوقی و مهاجرتی آماده ارائه خدمات تخصصی و جامع به مشتریان عزیز می‌باشد  
خدمات ما به شرح زیر می‌باشد:  
ویرای تحصیلی  
انواع ویزاهای مهاجرت، سرمایه گذاری و پناهندگی  
ارجاع پرونده به دادگاه های تجدید نظر (AAT) و فدرال  
تنظیم وصیت نامه  
آدرس و شماره تماس با مشاورین فارسی زبان ما  
**Suite 604 Level 6 265 Castlereagh Street Sydney NSW 2000**  
**Tel +61 2 9267 3885 | Fax +62 2 9267 3889 | Mob +61 444 581 854**

**پیتزا آتیش در مریلندز**  
انواع پیتزا و ساندویچ  
قلیان و چای، بستنی و فالوده  
**Tel: 02 8810 5682**  
**10 McFarlane St. Merrylands**



# جیسون رضائیان: مقام‌های ایرانی چهل سال است به گروگانگیری ادامه می‌دهند



جیسون رضائیان، خبرنگار روزنامه واشنگتن پست که در ایران به اتهام جاسوسی برای آمریکا زندانی شده بود، روز دوشنبه (۲۲ ژوئیه) در سالگرد بازداشت خود توسط نیروهای امنیتی جمهوری اسلامی پیامی در توئیتر منتشر کرده است.

او نوشته: پنج سال پیش در چنین روزی من و همسرم از خانه خود در تهران رفته بودیم که این آغاز یک تجربه تلخ طولانی و ناغایانه بود. او در ادامه آورده است: مقام‌های ایرانی درس اندکی از این اتفاق گرفتند چون ۴۰ سال است به گروگانگیری ادامه می‌دهند و در هر موقعیتی به پرستش کردن آن می‌پردازند.

این پیام همزمان با اعلام شناسایی و دستگیری ۱۷ جاسوس تربیت‌یافته سازمان اطلاعاتی آمریکا (سیا) توسط وزارت اطلاعات ایران است که امروز در رسانه‌های ایران منتشر شده است. آقای رضائیان در واکنش به این خبر در پست جداگانه‌ای خواستار اثبات آن شده است.

جیسون رضائیان و همسرش یگانه صالحی توسط مقامات امنیتی ایران در ۲۲ ژوئیه ۲۰۱۴ بازداشت شدند و مدتی بعد خانم صالحی با وثیقه آزاد شد؛ از مهم‌ترین اتهامات آقای رضائیان نفوذ در اماکن مهم دولتی و افشای برنامه‌های ضد تخریمی ایران از جمله هویت واسطه‌های تجاری و ماهیت شرکت‌های همکار ایران در دور زدن تحریم‌ها و جاسوسی از برنامه هسته‌ای ایران بود. او در نهایت در ۲۶ دی ماه ۱۳۹۴ به همراه سه زندانی دو تابعیتی ایرانی-آمریکایی دیگر و همزمان با حضور وزرای خارجه ایران و آمریکا در وین آزاد شد؛ در این روز بیانیه اجرای برنامه

قرابت شد و توافق هسته‌ای وارد مرحله اجرایی شد. ایران در این مبادله یک میلیارد و هفتصد میلیون دلار از آمریکا گرفت. این مبلغ مربوط به یک پرداخت ۴۰۰ میلیون دلار برای ایران به آمریکا برای خرید تسلیحات در دهه ۷۰ میلادی و ۲/۱ میلیارد دلار سود آن بوده است. آقای رضائیان به بی‌بی‌سی فارسی گفته است که پول پرداخت شده نتیجه اختلافات مالی آمریکا در نهایت مبادله کند. ایران بوده که پرونده‌های آن از دهه هشتاد میلادی در جریان بوده و حکم دادگاه برای پرداخت این پول به ایران با آزادی او همزمان بود

تائید کرده‌اند که منظور همان جیسون رضائیان بوده است. در این سریال نتیجه‌گیری شده که دریافت غرامت یک میلیارد و هفتصد میلیون دلار از آمریکا مرهون تلاش‌های اطلاعات سپاه پاسداران بوده و ربطی به مذاکرات وزارت خارجه ایران و آمریکا و گفتگوهای برجام نداشته است. در این سریال مایکل هاشمیان هدایت یک تیم بزرگ در ایران را بر عهده دارد؛ در بخشی از آن رئیس جمهوری آمریکا به او نامه‌ای رسمی داده که در صورت تغییر حکومت در ایران، او اولین سفیر آمریکا در تهران خواهد بود. در این سریال همچنین روایت می‌شود که مایکل هاشمیان تا جایی در دولت نفوذ می‌کند که طعم آدامس محبوب رئیس جمهوری ایران را هم می‌داند.

اما ربطی به هم نداشت. آقای رضائیان البته گفت وقتی به نظر رسید سپاه پاسداران می‌خواهد مانع خروج همسرش از ایران شود از تهدید نپرداختن پول برای خروج او از ایران استفاده شد. آقای رضائیان اخیراً کتابی درباره بازداشت ۵۴۴ روزه خود در ایران با عنوان زندانی منتشر کرده است. شبکه سوم تلویزیون ایران اخیراً سریالی سی قسمتی بنام گاندو در این باره پخش کرده که در آن اطلاعات سپاه فعالیت‌های آقای رضائیان در ایران را زیر نظر می‌گیرد تا او را بازداشت و در نهایت مبادله کند. نام آقای رضائیان در این سریال به مایکل هاشمیان تغییر یافته و عوامل ساخت سریال

## جرمی هانت: ناچاریم حضور بیشتری در منطقه خلیج فارس داشته باشیم

جرمی هانت، وزیر امور خارجه بریتانیا، گفت بریتانیا به دنبال رویارویی با ایران نیست اما برای تأمین آزادی کشتیرانی در خلیج فارس باید حضور خود را افزایش دهد. او گفت: براساس قوانین بین‌المللی ایران حق استناد راه عبور کشتی را نداشت چه رسد که سوار کشتی شود. پس این عمل دزدی دریایی دولتی است.

آقای هانت تأکید کرد که بریتانیا ناچار است اعلام کند که حضور بیشتری در خلیج فارس خواهد داشت و این راهی برای کاهش تنش در منطقه می‌داند؛ ما دنبال این هستیم که یک نیروی حفاظتی به رهبری کشورهای اروپایی تشکیل دهیم برای منطقه حیاتی. ما در صددیم هر چه سریعتر این نیرو را تشکیل دهیم. وزیر امور خارجه بریتانیا در پارلمان گفت که درجه هشدار را برای کشتی‌هایی که به آنه‌ای ایران و بخصوص تنگه هرمز سفر می‌کنند، به درجه سه افزایش داده است. او از تمام کشتی‌های بریتانیایی که به منطقه سفر

می‌کنند خواسته دولت بریتانیا را مطلع کنند، تا حد امکان بصورت گروهی در منطقه تردد کند و در صورت امکان پرچم خود را تغییر دهند. آقای هانت گفت اسکورت تمام کشتی‌های بریتانیایی و بر طرف کردن تمام خطرات در منطقه به وسعت صد هزار مایل برای نیروی دریایی بریتانیا مقدور نیست اما ناو آچاماس دانکن به خلیج فارس فرستاده شده که هفته آینده به آنجا می‌رسد و ناو مونتروز هم تقویت شده است.

هفته روز پیش بریتانیا نفتکش گریس یک را که حامل دو میلیون بشکه نفت ایران بود در آنه‌ای جبل الطارق توقیف کرد که هنوز در توقیف است. دلیل این توقیف ارسال نفت به سوریه عنوان شد که بر خلاف تحریم‌های اتحادیه اروپا علیه سوریه است. ایران این اقدام را غیرقانونی خوانده و تکذیب کرده که مقصد کشتی سوریه بوده و گفت ایران عضو اتحادیه اروپا نیست و تحریم اتحادیه اروپا علیه سوریه در مورد خرید نفت از این کشور است به فروش آن. ایران می‌گوید بریتانیا این نفتکش را به درخواست آمریکا توقیف کرده اما آقای هانت امروز دوباره تأکید کرد که چنین نبوده و نقض تحریم اتحادیه

وزیر امور خارجه بریتانیا در پارلمان گفت که درجه هشدار را برای کشتی‌هایی که به آنه‌ای ایران و بخصوص تنگه هرمز سفر می‌کنند، به درجه سه افزایش داده است. او از تمام کشتی‌های بریتانیایی که به منطقه سفر

## انواع وام

- انواع وام مسکن
- وام مسکن تا ۹۷ درصد
- وام مستغلات تا ۸۰ درصد



- 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
- ReFinance با بهره کمتر

## فرصت استثنایی

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



### AUSTRALIA

**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: ۰۲۱۱۴۷۸۶۲۳

سرویس ما برای وام‌های مسکن کاملاً رایگان می‌باشد

## جانسون به عنوان نخست وزیر جدید بریتانیا انتخاب شد



عضای حزب حاکم محافظه‌کار بریتانیا بوریس جانسون، وزیر خارجه سابق را با اکثریت قاطع آراء به رهبری حزب و جانشینی ترزا می، نخست وزیر، انتخاب کردند.

انتظار می‌رود روز چهارشنبه، ۲۴ ژوئیه/۲ مرداد با کناره‌گیری رسمی ترزا می از مقام نخست وزیر، ملکه بریتانیا بوریس جانسون را به این سمت منصوب کند. لحظاتی پس از اعلام نتیجه رای‌گیری، دونالد ترامپ، رئیس جمهوری آمریکا، در توئیتر خود این انتخاب را تبریک گفت و افزود: او عالی خواهد بود. آقای ترامپ همواره نظر مساعدی نسبت به بوریس جانسون داشته است.

جواد ظریف، وزیر خارجه ایران هم در توئیتر خود نوشت: انتخاب بوریس جانسون، همتای سابق خود را تبریک گفتند. در انتخابات رهبری حزب، بوریس جانسون بیش از ۹۲ هزار رای به دست آورد در حالی که تعداد آراء جرمی هانت، وزیر خارجه دولت ترزا می و رقیب او، کمتر از ۴۷ هزار رای بوده است. با اعلام نتیجه رای‌گیری، بوریس جانسون در سخنان کوتاهی از ترزا می به خاطر خدمات خارق العاده به کشور ستایش به عمل آورد و گفت که خدمت در سمت وزیر خارجه در کابینه خانم می برای او مایه افتخار بوده است. او از اعضای حزب به خاطر رای به خود تشکر کرد. او در عین حال گفت: تردیدی نیست که هستند کسانی که عقاقلانه بودن رای شما را به پرسش خواهند گرفت، اما باید بگویم که هیچ سمت خود کناره‌گیری می‌کند. اعضای حزب محافظه‌کار بریتانیا که در انتخابات

# 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



گفتگوی سیرا پاسکوال مارکونیا با نستور کوهن، ترجمه: داود جلیلی

## امریکای لاتین و مبارزه با امپریالیسم و فاشیسم

نستور کوهن روشنفکر آرژانتینی پیش از هر متفکر دیگری، برای بازیابی سنت مارکسیسم انقلابی امریکای لاتین تلاش کرده است، خط سیری که او از آن سخن می گوید از جولیبو آنتونیو مالا و خوزه کارلوس مارتینی تا چه گوارا، فیدل کاسترو و مانوئل مارولاندا امتداد می یابد. در این گفتگو، ما از او پرسش هایی در باره بحرانی که کل قاره را، با ونزوئلا به مثابه کانون آن درگیر کرده است پرسیدیم ...

کارگزاران شده بود. آن ها مسلما جهانگرا ها بودند. مراکز بازرگانی مخفی که اصطلاحی حقوقی بود که در آرژانتین به کار می رفت در سطح بین المللی هم عمل می کرد. در بوئنوس آیرس، یک اردوی مرگ، یک اردوی شکنجه وجود داشت (من آن را چنین می خوانم، چون دلیلی برای استفاده از اصطلاحات حقوقی وجود ندارد، بیاید بدون تعارف صحبت کنیم). خوب، یکی از آن اردوگاه ها برای شکنجه و ناپدید کردن افراد اتوموتورزاورتی [۱۲] خوانده می شد، چون از یک منازعه تعمیر اتوموبیل اداره می شد. آن ها، خارجی هایی را که از کشورهای همسایه آرژانتین (شیلیایی ها، اوروگویی ها، پاراگویی ها) برده بودند در آن جا جمع می کردند، و آن ها را به دیکتاتوری هایشان تحویل می دادند. به عبارت دیگر، عملیات کندر در یک مقیاس قاره ای عمل می کرد و چه کسی آن را اداره می کرد؟ ایالات متحده امریکا. یکی از سران اصلی آن هنری کیسینجر بود. این واقعیت شناخته شده ای است. خوب عملیات کندر از کجا آمد؟ از چیزی که آن ها دکترین امنیت ملی می خوانند، که چیزی غیر از برنامه فونیکس [۱۳] بود. خوب، همان عمل گران فرانسه در الجزیره وارد شد. امریکا آن (روش) را در ویتنام به کار بست ... به عنوان مثال عمل انجام گرفته ی امریکا در ویتنام، بیرون انداختن زنده ی زندانیان از هواپیما، که بخشی از برنامه فونیکس [۱۳] بود. خوب، همان عمل در آرژانتین به کار گرفته شد. آن ها انقلابیون دستگیر شده از طرف ارتش و نیروی دریایی را به داخل ریو دلا پلاتا [۱۴] پرتاب می کردند. وان را با همان اشکال گسترده شکنجه که در اردوهای شکنجه الجزایر - از جمله تجاوز سازمان یافته به زنان و مردان - در زمان اشغال فرانسه مورد استفاده قرار گرفته بود نیز ترکیب کردند. بنا بر این آن ها دو دکترین فرانسوی و امریکای شمالی بودند، که در مدارس ضد شورش در پاناما (تحت مدیریت بخش جنوبی ارتش امریکا) و در مدرسه جنگ در ریو دو ژانیرو برزیل بعد از کودتای ۱۹۶۴، و نیز در بوئنوس آیرس تدریس می شدند.

خوب آن چه عملیات کندر برای انجام آن در صحنه گسترده ای تلاش می کرد چه بود؟ آن عملیات واکنش (امپریالیسم) به سه موضوع بود. اول، به قیام عظیم انقلابی، قیام اجتماعی بزرگ دهه ۱۹۶۰، که از انقلاب ویتنام تا انقلاب الجزایر و انقلاب کوبا امتداد داشت. و نیز قیام جوانان را که در مکزیک، توکیو، رم، برلین، برکلی و پاریس (که معروف ترین آن بود) به وقوع پیوست در بر می گرفت. از این رو عملیات کندر پاسخی به شورش اجتماعی دهه ۱۹۶۰ بود. واکنشی بود به ظهور جنبش های رهایی بخش جهان سوم، چون کشورها، ملت ها و جوامع بسیاری که مستعمره فرانسه، انگلیس، آلمان، امریکا یا ژاپن بودند، بین پایان جنگ جهانی دوم و اواخر دهه ۱۹۶۰ یا حتی اگر مورد انگولا

نستور کوهن [۱] روشنفکر آرژانتینی پیش از هر متفکر زنده ای، برای بازیابی سنت مارکسیسم انقلابی امریکای لاتین تلاش کرده است، خط سیری که او از آن سخن می گوید از جولیبو آنتونیو مالا [۲] و خوزه کارلوس مارتینی [۳] تا چه گوارا [۴]، فیدل کاسترو و مانوئل مارولاندا [۵] امتداد می یابد. کوهن خوانشی از مارکس را هم که فاشیسم کالا را محور سرمایه تلقی می کند گسترش داده است: انتقاد اقتصاد سیاسی در همان زمانی که بر منش سیاسی و انقلابی تمام نوشته های مارکس تاکید می کند. کوهن روند بولیواری را از آغازن مورد حمایت قرار داده است. در این گفتگو، ما از او پرسش هایی در باره بحرانی که کل قاره را، با ونزوئلا به مثابه کانون آن درگیر کرده است پرسیدیم. آن چه هم اکنون در امریکای لاتین رخ می دهد در نظر می رسد اشتراک زیادی با عملیات کندر دارد، که به عقب برکنار شدن جریان انقلابی دهه های ۱۹۶۰ و ۱۹۷۰ را هدف گرفته بود. امروز امپریالیسم امریکا خواستار پاک کردن جزر و مد صورتی [۶] است که در ابتدای قرن جاری آغاز شد. آیا فکر می کنید قیاس مناسبی است؟

عملیات کندر در دهه ۱۹۷۰ متولد شد. تحقیقات زیاد و شواهد بسیاری در باره آن وجود دارد. یک محقق آرژانتینی، استلا کالونی [۷]، کتاب بسیار خوبی در باره عملیات نوشت، و یک قربانی آزار سیاسی پاراگویی اسنادی را که موجود است آن را اثبات می کند در پاراگوا یافت، و در نهایت اسناد ای طبقه بندی سری خارج شده ای از سیا وجود دارند که وجود عملیات را ثابت می کند. در واقع، یک طرح هماهنگ شده بین المللی به مرحله اجرا گذاشته شد تا سرکوب را در یک مقیاس عملی سازی. به عبارت دیگر، یک جهانی گرای نیروی دست راستی، یک جهانی گرای ضد انقلابی وجود داشت. در سطح کلامی، ضد انقلاب به زبان ملی گرایانه معامله می کرد، در هر کشوری آن ها حتی درباره دفاع از خود ملی [۸] سخن می گفتند. خودملی اصطلاح ترجیحی آن ها بود، اما عمل آن ها جهانگرایانه بود، و رزمندگان و عاملین آن ها در کشورهای زیادی عمل می کردند. به عنوان مثال، فلیکس رودریگز [۹] تروریست کوبایی - امریکایی تبار نه تنها چه گوارا را به قتل رساند، بلکه بعدا در ضد شورش السالوادور مشارکت نمود. قیام هایی از فلیکس رودریگز در یک هلی کوپتر قاربنومارتی در السالوادور وجود دارد. لوئیس پوسادا کارلیز [۱۰]، تروریست کوبایی - امریکایی تبار دیگری، همی را در یک هواپیمای تجاری کار گذاشت که تعدادی از شهروندان را کشت. او در کشورهای بسیاری نیز عمل کرد. بسیاری از این تروریست ها کار خود را در کشورهای متعددی انجام می دادند. بمبی که اورولاندو تیلیا [۱۱] (اقتصاد دان شیلیایی) را در امریکا کشت از سوی مأموران اطلاعاتی شیلی

**MEGA CONSTRUCTION**  
مگا

**خانه ای امن و زیبا با مگا**

- ارائه خدمات ساختمانی با بیش از ۱۸ سال تجربه در زمینه طراحی و ساخت
- ساخت ساختمان های یک طبقه، دو طبقه و آپارتمان در کوتاه ترین زمان
- دریافت DA, CC, CDC در کوتاه ترین زمان
- ارائه قیمت از طراحی، ساخت و محوطه سازی بدون دریافت هزینه
- مدیریت پروژه و راهنمایی برای سرمایه گذاران در شهر سیدنی

عضو سازمان Engineer Australia & Master Builder

اگر تمایل به سرمایه گذاری دارید با MEGA تماس بگیرید

Contact us (02) 8664 2375

info@megaconstruction.com.au  
www.megaconstruction.com.au

تعریف نکردند. اما، من فکر می کنم باید در پاسخ ها دقیق باشیم، چون از نظر من هیچ مدل از پیش مقرر در باره چگونگی گذار از سرمایه داری به سوسیالیسم، درباره چگونگی آغاز گذار به سوسیالیسم وجود ندارد. هیچ مدلی وجود ندارد. راه های بسیاری به جواز پیشنهاد شد. برخی افراد پیشنهاد کردند که اجرای صنعت خود گران، همان طور که در یوگسلاوی انجام شده بود راه درستی است. دیگران پیگیری راه سوسیالیسم بازار را، همان طور که دنگ شیائو پینگ در چین انجام داده بود مطرح کردند. باز هم دیگران، از جمله من، کارکردن یا پروژه چه گوارا و سیستم مالی بوجه گذاری [۱۵] آن را پیشنهاد دادیم. به عبارت دیگر، گذار به سوسیالیسم بر پایه قدرت مردمی، و پایان دادن به دولت رفاه (به اصطلاح عصر طلایی سرمایه داری که اندکی بیش از ۳۰ سال، از پایان جنگ جهانی دوم تا بحران اوایل دهه ۱۹۷۰ در اروپای غربی دوام آورد) بود. هدف قادر به کارکردن دوباره سرمایه داری بحران زده بود.

به طور خلاصه، عملیات کندر واکنش سیاسی امپریالیسم به این سه موضوع بود ... پروژه ای بود که واکنش اجتماعی قدرتمند و سنیزه زیادی را به وجود آورد. به عبارت دیگر، امپریالیسم برای اجرای آن وضع مساعدی نداشت.

پس امروز آیا شاهد همان چیز هستیم؟ آیا عملیات کندر قرن بیست و یکم وجود دارد؟

پروژه ضد شورش امروز ادامه دارد. در برخی (از ابعاد آن) تاوم و در برخی (از ابعاد آن) عدم تاوم وجود دارد. من اعتقاد دارم که ما شاهد تلاش جدیدی برای اجرای دکترین ضد شورش (قدیمی) در شرایط متفاوت هستیم. چرا این رخ می دهد؟ چون قیام ها دو باره، به عنوان پاسخی به نتولیرالیسم، که در پایان دهه ۱۹۷۰ به اجرا در آمد پدیدار می شوند. قیام ها بیست و اندی سال پس از نتولیرالیسم پدیدار می شوند. اول، در سال ۱۹۹۴ قیام ژاپتستیا بود. بعد در ونزوئلا چاوز ظهور کرد. شورش سیاسی - نظامی ادامه دار در کلمبیا و بقای روابط غیر سرمایه داری در کوبا نیز وجود داشت. آن موج قیام علیه نتولیرالیسم به فوروم اجتماعی جهانی در اوایل قرن بیست و یکم گسترش یافت. زمانی که چاوز انقلاب بولیواری را سوسیالیستی اعلام کرد رادیکال تر هم شد ... برای پرسش ژاپتستیا، که ای جهانی وجود دارد که مناسب تمام جهان ها باشد؟ فوروم اجتماعی جهانی پاسخ داد: جهان دیگری ممکن است. بعد چاوز پرچم ها را برافراشت. او گفت که دنیای ممکن دیگر باید سوسیالیستی باشد. و سوسیالیسم قرن بیست و یکم خود را مطرح کرد.

بنا بر این پرسش سوسیالیسم قرن بیست و یکم چیست؟ پرسشی سرکشانه بود. به نظر من، آن صاف جنبش های مترقی است که سوسیالیسم قرن بیست و یکم را که اندکی بعد متوقف شد

راه حل سیاسی برای حفظ اتحاد بین دوگرایش، همان طور که لنین در روسیه بلشویک دهه ی ۱۹۲۰ عمل کرده بود تردید نمی کند. او برای حفظ جریان هوادار بازار و جریان برنامه ریزی مرکزی در داخل جریان انقلاب تلاش کرد. مرحله سوم این بحث مرحله ای است که هم اکنون وجود دارد. مرحله ای است که در ونزوئلا مورد حمایت ارنست مندل [۱۲] بود. سیستم مالی بوجه گذاری را مطرح می کند. فیدل برای یافتن است. بحثی است که می رود تا در جهان سوم

# Middle East Bazaar

بهترین کیفیت  
مناسبترین قیمت

دلیوری به درب منزل شما

قابل توجه فارسی زبانان محله لیورپول و حومه

## سوپر مارکت ایرانی، همراه با انواع، کیک و شیرینی های خوشمزه

هم اکنون در محله لیورپول در خدمت هموطنان و همزبانان گرامی

**انواع کیک و شیرینی های تازه**  
چای و قهوه  
بستنی و فالوده

**انواع خواروبار، خشکبار**  
ترشی، مربا، سبزیجات خشک  
انواع برنج های باسماطی و غیره  
کلیه ادویه جات  
مورد نیاز آشپزخانه شما

Ph: 0456 106 107  
Shop 40 165 - 191 Macquarie St.  
Liverpool (Liverpool Plaza)







**VATAN RESTAURANT**  
Traditional Persian Cuisine & Grill

# رستوران وطن

**در اوپورن هفت روز هفته**  
با مدیریت جدید و قیمت‌های استثنایی  
و مجموعه ای از خوراکی‌های متنوع ایرانی

**چلوکباب مخصوص وطن ۲۰ دلار**

چلوکباب سلطانی ۱۷ دلار  
چلوکباب برگ ۱۴ دلار  
چلوکباب کوبیده ۱۰ دلار  
چلوخورشت قیمه ۱۰ دلار  
کله باچه هفت روز هفته از ساعت ۸ صبح

**9749 5258**  
No: 64 Auburn Rd, Auburn NSW 2144

**ادلید** Shiraz Supermarket in Adelaide

## سوپرمارکت شیراز در ادلید

**در خدمت شما**

**عرضه کننده خواروبار و کلیه مواد غذایی مورد نیاز با کیفیت برتر**

ساعات کار: دوشنبه، سه شنبه و چهارشنبه ها از ساعت ۹ صبح تا ۷ شب  
پنجشنبه از ۹ صبح تا ۹ شب | شنبه از ۹ صبح تا ۵ بعدازظهر | یکشنبه از ساعت ۱۰ صبح تا ۵ بعدازظهر

**Ph: 08 8377 4338 | 0430 400 409**  
Shop 4&5, 1520 Main South Road, Sturt, S.A 5047

## لاغری سریع با منوی سالاد و میوه های ضد چاقی

و در طی روز ریزه خواری نکنید. شمارگیل یک میوه خوش طعم و پر انرژی می باشد که برای رفع گرما و انتخاب به عنوان یک میان وعده غذایی مفوی و مغذی برای شما بسیار مناسب است. نارگیل شما را در مدت زمان بیشتری سیر نگه‌داشت و سبب می شود تا شما کالری کمتری مصرف کنید. نارگیل با دارا بودن اسید آمینه های مفید در تنظیم متابولیسم بدن و رفع چاقی بسیار موثر است.

۶. انار انار حاوی پلی فتل ها، آنتی اکسیدان هایی است که به افزایش متابولیسم بدن کمک می کنند. مصرف این میوه به کاهش و کنترل اشتها و جلوگیری از گرسنگی کمک می کند. در نتیجه از ذخیره شدن چربی بیشتر در بدنتان جلوگیری می کند. شما می توانید با نوشیدن آب انار طبیعی و ارگانیک در وعده صبحانه از یک اسموتی لاغری سریع برای حذف چربی ها از بدن و رسیدن به وزن دلخواه خود استفاده فرمایید.

۷. گلابس گلابس این میوه خاص با داشتن خواص چادویی علاوه بر کاهش وزن بدن در گلوتهای عمومی بدن نیز نقش قابل توجهی دارد. بالا بودن سطح آنتی اکسیدان ها در این میوه سبب شده است تا این میوه خوشمزه و مغذی در رژیم لاغری سریع در یک هفته جایگاه ویژه ای را به خود اختصاص داده و مصرف آن نتایج حیرت انگیزی را به همراه داشته باشد.

۸. لیمو این میوه استثنایی با داشتن خواص غذایی و عطری دلربایی که دارد در سوزاندن چربی های شکم و تقویت درخشانی دارد. سم زدایی کید برای عملکرد بهتر در حذف چربی ها بهبود ظاهری وضعیت پوست در رژیم لاغری سریع در یک هفته از مهم ترین اثرات مصرف لیمو ترش می باشد. برای بهره مندی از خواص لیموترش صبح ناشتا به یک لیوان آب ولرم یک قاشق غذاخوری آب لیموترش تازه و یک قاشق چای خوری عسل اضافه کنید و آن را نوشید تا معجزه آن را در رفع چربی های شکمتان مشاهده فرمایید.

۹. هندوانه هندوانه به علت دارا بودن آب فراوان یکی دیگر از میوه های قدرتمند در منوی غذایی ضد چاقی سلامت وب امروز است که به شما در از دست دادن چربی های شکمی کمک بسیاری می نماید. این میوه با پاکسازی بدن از سموم و پر کردن اجین معده شما با آب فراوان در از بین رفتن چربی های شکمی در رژیم لاغری سریع در ۳ روز سهم بسزایی دارد.

۱۰. هلو هلو با دارا بودن ترکیبات پلی فتلی به عنوان یک داروی طبیعی برای رفع چاقی، درمان بیماری دیابت و بیماری های مرتبط با چاقی شناخته شده است. فروکتوز طبیعی و آنتی اکسیدان های موجود در هلو باعث کاهش ذخیره چربی در شکم شما شده و مصرف هلو سبب خورداری از یک رژیم لاغری و آسان خواهد شد.

سبب سالادتان را تغییر دهید همه ما به خوبی می دانیم مصرف انواع سبب های سالاد که در فروشگاه های مواد غذایی به فروش می رسد چیزی جز افزودن به حجم چربی های بدن به همراه نداشتن و حتی سالاد شما را به یک غذای چاق کننده و مضر تبدیل می نماید. پس بهتر است به جای استفاده از سبب میوه، سبب فرانسوی، سبب هزار جزیره و به دنبال سبب سالم برای سالادتان باشید. روغن زیتون، ادویه کاری، پاپریکا، سرکه بالزامیک، سرکه سیب، تخم کتان، ترکیب ماست به همراه سبزیجات معطر نظیر شوید، ریحان، نعناع و مرزه از بهترین و برترین سبب های خانگی برای سالادتان به شمار می روند.

لاغری سریع با میوه ها برای لاغری سریع می توانید روی میوه های زیر حساب کنید. این میوه ها با دارا بودن آنتی‌اکسیدان ها و سایر ترکیبات آنتی اکسیدانی چربی های بدن را به آتش کشیده و با بهبود متابولیسم بدن موجود در رژیم لاغری سریع با میوه های شما می گردانند. ۱۰ میوه ای که در زیر به شما معرفی می شوند میوه های قدرتمند در رژیم های لاغری سریع به شمار می روند و به عنوان میوه های ضد چاقی شناخته شده اند.

لاغری سریع شکم بدون ورزش ۱. توت ها خانواده توت ها مانند توت فرنگی، زغال اخته، تمشک، بلوبری و شاتوت منبئ غنی از پلی فتول ها می باشند. این پلی فتول ها ترکیبات شیمیایی بسیار طبیعی هستند که می توانند به شما در علت های لاغری سریع کمک بسیاری نمایند. به علت بالا بودن میزان آنتی اکسیدان ها، مصرف میوه های این خانواده برای آب کردن چربی شکم بهترین گزینه است. آنتی اکسیدان های موجود در این میوه ها متابولیسم بدن شما را افزایش داده و در کالری سوزی نقش چشمگیری دارند.

۲. گریپ فروت خوردن گریپ فروت به صورت روزانه باعث کاهش وزن شما خواهد شد. بنابراین برای بهره مندی از وزن رژیم لاغری سریع و موثر از این میوه و آب آن استفاده کنید. بالا بودن آب این میوه در پاکسازی سیستم بدن شما و هیدراته نمودن بدن و پوستتان نقش موثری دارد. این میوه با دارا بودن آنزیم های چربی سوز یکی از مرکبات مفید برای لاغری سریع شکم بدون ورزش است.

۳. آووکادو آووکادو یک میوه عالی برای سوزاندن چربی های انباشته شده در شکم است. آووکادو به علت داشتن مقادیر فراوانی از اسیدهای چرب امگا ۶ سبب بهبود سوخت و ساز بدن و کاهش وزن سریع در شما می شود.

۴. سیب سیب یکی دیگر از میوه های چربی سوز است که به عنوان یک میوه ضد چاقی می تواند در رژیم لاغری سریع شکم و پهلو مورد استفاده قرار گیرد. فیبر بالا و ویتامین های گروه ب و ویتامین C موجود در این میوه سبب شده است تا شما پس از خوردن یک عدد سیب حجم معده خود را پر کرده

آیا می دانید مصرف برخی از میوه ها و سالادها می تواند در تسریع روند لاغری به شما کمک بسیاری نماید؟ بر اساس تحقیقات انجام شده میوه و سالاد از مواد غذایی مفید در روند کاهش وزن می باشند چرا که این منوی غذایی حاوی آنتی اکسیدان ها و فیبر بوده و با دارا بودن کالری بسیار پایین معده شما را در زمان طولانی تری سیر نگه داشته و به کاهش چربی شکم کمک می کنند. شما می توانید با افزودن منوی زیر به صبحانه، ناهار، شام یا میان وعده های خود لاغری سریع را تجربه کرده و وزنتان را ایده آل نمایید.

لاغری سریع با میوه و سالاد یکی از روش های موثر جهت کاهش وزن و رسیدن به تناسب اندام در بازه زمانی کوتاه به شمار می رود. میوه ها و سبزیجات حاوی منابع غنی از ویتامین B می باشند. این ویتامین با دارا بودن خواص آنتی اکسیدانی علاوه بر چربی سوزی و لاغری سریع از پوست شما در برابر اثرات کاهش وزن محافظت کرده و از شل شدن و افتادگی پوست پس از لاغری جلوگیری می کند. همچنین فیبر و سایر مواد مغذی موجود سبب بهبود عملکرد دستگاه گوارش، تحریک متابولیسم بدن و جلوگیری از ابتلا به پیوست خواهد شد.

موا لازم برای تهیه یک سالاد ضد چاقی اگر قصد دارید تا با خوردن سالاد وزنتان را کم کرده و سریع تر لاغر شوید بر روی میوه ها ،سبزیجات ،حبوبات و مواد پروتئینی به علت داشتن کالری بسیار پایین تمرکز کنید. ترکیب این مواد می تواند سبب تهیه یک سالاد خوشمزه و بسیار مغذی برای رسیدن به وزن ایده آل در شما شود. بدین منظور جهت لاغری سریع با سالاد می توانید از سبزیجات چربی سوز شامل کاهو، اسفناج، جوانه ها، گوجه فرنگی، لوبیا سبز، ذرت نخود، فرنگی ،هویج، کلم و خیار استفاده کنید و برای کسب پروتئین مورد نیاز بدنتان اسلایس های گوشت مرغ بخار پز ،قارچ و یا سینه بوقلمون را بدان بیفزایید. همچنین با افزودن آبله ها ،حبوباتی مانند عدس و یا لوبیا چیتی و سویا به همراه برش هایی از میوه هایی نظیر انگور، توت سیب و یا پرتقال سالاد خوشمزه تان را مقوی و مغذی تر نمایید.

مضرات زیاده روی در مصرف سالاد در رژیم های لاغری سریع اگر برای بهره مندی از یک رژیم لاغری سریع تنها بر مصرف سالاد تکیه ننمایید می توانید سلامت خود را به خطر انداخته و بدنتان را از دریافت بسیاری از مواد مغذی و اسید آمینه ها محروم نمایید. شما با زیاده روی در مصرف سالاد و مصرف آن به تنهایی در تمامی وعده های غذایی در خطر کمبود مواد مغذی مثل کمبود اسیدهای چرب امگا ۳، ویتامین B12، کلسیم، روی و ویتامین D قرار دارید.

این موارد می تواند عوارض جانی جدی بر سلامتی شما داشته و خطر ابتلا به پوکی استخوان را در شما افزایش دهد. بنابراین هنگامی که سالاد را برای منوی لاغری سریع خود انتخاب می کنید فراموش نکنید از مواد غذایی حاوی ویتامین A، ویتامین C، پتاسیم، آهن ، ماهی های چرب و لبنیات برای تامین ویتامین D و کلسیم مورد نیاز بدنتان استفاده کنید.

## پیک پارسیان

## تغذیه و سلامت

## اسانس درخت چای استرالیایی و روغن جوجوبا در محصولات آرایشی



می شوند در حقیقت مایعات فرار یا عطر خاص و ویژه هستند. اسانس ها می توانند از بخش های مختلف گیاه مانند گل ها، میوه ها، ریشه گیاهان و یا تنه بعضی درختان استخراج شوند. اسانس ها به دلیل اثرات ضد التهابی و ضد باکتریایی شهرت ویژه ای دارند. بعضی اسانس های گیاهی دارای اثرات ضد دردی بوده و بعضی از آنها مانند منتول و کامفر، اثرات خنک کنندگی بر روی پوست دارند. باید توجه داشت به دلیل عطر بخصوصی و ویژه ای که اسانس هر گیاه دارد، بعضی روغن های آروماتیک بر روی حالت روانی و هیجانی انسان موثرند و تا حدی خلق و خو را متادل کرده و احساس خوب بودن به فرد دست می دهد. این اثر به دلیل یک مکانیسم مرکزی می باشد که در مغز در نتیجه استنشام بوی خاص اسانس به وقوع می پیوندد. بعضی از این ترکیبات مانند روغن نعناع اثرات تحریکی داشته اثرات سودمندی بر روی التهابات و تحریکات پوستی خفیف دارند.

روغن های آروماتیک یا اسانس ها اسانس ها هزاران سال است که توسط بشر استفاده می شوند. یونانیان باستان و مصریان قدیم از این ترکیبات برای تسکین درد و به عنوان خواب آور و آرام بخش بهره می بردند. این روغن ها که از گیاهان متفاوتی استخراج می شوند در حقیقت مایعات فرار یا عطر خاص و ویژه هستند. اسانس ها می توانند از بخش های مختلف گیاهان و یا تنه بعضی درختان استخراج شوند. اسانس ها به دلیل اثرات ضد التهابی و ضد باکتریایی شهرت ویژه ای دارند. بعضی اسانس های گیاهی دارای اثرات ضد دردی بوده و بعضی از آنها مانند منتول و کامفر، اثرات خنک کنندگی بر روی پوست دارند.

باید توجه داشت به دلیل عطر بخصوصی و ویژه ای که اسانس هر گیاه دارد، بعضی روغن های آروماتیک بر روی حالت روانی و هیجانی انسان موثرند و تا حدی خلق و خو را متادل کرده و احساس خوب بودن به فرد دست می دهد. این اثر به دلیل یک مکانیسم مرکزی می باشد که در مغز در نتیجه استنشام بوی خاص اسانس به وقوع می پیوندد. بعضی از این ترکیبات مانند روغن نعناع اثرات تحریکی داشته اثرات سودمندی بر روی التهابات و تحریکات پوستی خفیف دارند.

روغن های آروماتیک یا اسانس ها اسانس ها هزاران سال است که توسط بشر استفاده می شوند. یونانیان باستان و مصریان قدیم از این ترکیبات برای تسکین درد و به عنوان خواب آور و آرام بخش بهره می بردند. این روغن ها که از گیاهان متفاوتی استخراج می شوند در حقیقت مایعات فرار یا عطر خاص و ویژه هستند. اسانس ها می توانند از بخش های مختلف گیاهان و یا تنه بعضی درختان استخراج شوند. اسانس ها به دلیل اثرات ضد التهابی و ضد باکتریایی شهرت ویژه ای دارند.

باید توجه داشت به دلیل عطر بخصوصی و ویژه ای که اسانس هر گیاه دارد، بعضی روغن های آروماتیک بر روی حالت روانی و هیجانی انسان موثرند و تا حدی خلق و خو را متادل کرده و احساس خوب بودن به فرد دست می دهد. این اثر به دلیل یک مکانیسم مرکزی می باشد که در مغز در نتیجه استنشام بوی خاص اسانس به وقوع می پیوندد. بعضی از این ترکیبات مانند روغن نعناع اثرات تحریکی داشته اثرات سودمندی بر روی التهابات و تحریکات پوستی خفیف دارند.

روغن های آروماتیک یا اسانس ها اسانس ها هزاران سال است که توسط بشر استفاده می شوند. یونانیان باستان و مصریان قدیم از این ترکیبات برای تسکین درد و به عنوان خواب آور و آرام بخش بهره می بردند. این روغن ها که از گیاهان متفاوتی استخراج می شوند در حقیقت مایعات فرار یا عطر خاص و ویژه هستند. اسانس ها می توانند از بخش های مختلف گیاهان و یا تنه بعضی درختان استخراج شوند. اسانس ها به دلیل اثرات ضد التهابی و ضد باکتریایی شهرت ویژه ای دارند.

روغن های آروماتیک یا اسانس ها اسانس ها هزاران سال است که توسط بشر استفاده می شوند. یونانیان باستان و مصریان قدیم از این ترکیبات برای تسکین درد و به عنوان خواب آور و آرام بخش بهره می بردند. این روغن ها که از گیاهان متفاوتی استخراج می شوند در حقیقت مایعات فرار یا عطر خاص و ویژه هستند. اسانس ها می توانند از بخش های مختلف گیاهان و یا تنه بعضی درختان استخراج شوند. اسانس ها به دلیل اثرات ضد التهابی و ضد باکتریایی شهرت ویژه ای دارند.

روغن های آروماتیک یا اسانس ها اسانس ها هزاران سال است که توسط بشر استفاده می شوند. یونانیان باستان و مصریان قدیم از این ترکیبات برای تسکین درد و به عنوان خواب آور و آرام بخش بهره می بردند. این روغن ها که از گیاهان متفاوتی استخراج می شوند در حقیقت مایعات فرار یا عطر خاص و ویژه هستند. اسانس ها می توانند از بخش های مختلف گیاهان و یا تنه بعضی درختان استخراج شوند. اسانس ها به دلیل اثرات ضد التهابی و ضد باکتریایی شهرت ویژه ای دارند. بعضی اسانس های گیاهی دارای اثرات ضد دردی بوده و بعضی از آنها مانند منتول و کامفر، اثرات خنک کنندگی بر روی پوست دارند.

باید توجه داشت به دلیل عطر بخصوصی و ویژه ای که اسانس هر گیاه دارد، بعضی روغن های آروماتیک بر روی حالت روانی و هیجانی انسان موثرند و تا حدی خلق و خو را متادل کرده و احساس خوب بودن به فرد دست می دهد. این اثر به دلیل یک مکانیسم مرکزی می باشد که در مغز در نتیجه استنشام بوی خاص اسانس به وقوع می پیوندد. بعضی از این ترکیبات مانند روغن نعناع اثرات تحریکی داشته اثرات سودمندی بر روی التهابات و تحریکات پوستی خفیف دارند.

روغن های آروماتیک یا اسانس ها اسانس ها هزاران سال است که توسط بشر استفاده می شوند. یونانیان باستان و مصریان قدیم از این ترکیبات برای تسکین درد و به عنوان خواب آور و آرام بخش بهره می بردند. این روغن ها که از گیاهان متفاوتی استخراج می شوند در حقیقت مایعات فرار یا عطر خاص و ویژه هستند. اسانس ها می توانند از بخش های مختلف گیاهان و یا تنه بعضی درختان استخراج شوند. اسانس ها به دلیل اثرات ضد التهابی و ضد باکتریایی شهرت ویژه ای دارند.

روغن های آروماتیک یا اسانس ها اسانس ها هزاران سال است که توسط بشر استفاده می شوند. یونانیان باستان و مصریان قدیم از این ترکیبات برای تسکین درد و به عنوان خواب آور و آرام بخش بهره می بردند. این روغن ها که از گیاهان متفاوتی استخراج می شوند در حقیقت مایعات فرار یا عطر خاص و ویژه هستند. اسانس ها می توانند از بخش های مختلف گیاهان و یا تنه بعضی درختان استخراج شوند. اسانس ها به دلیل اثرات ضد التهابی و ضد باکتریایی شهرت ویژه ای دارند.

روغن های آروماتیک یا اسانس ها اسانس ها هزاران سال است که توسط بشر استفاده می شوند. یونانیان باستان و مصریان قدیم از این ترکیبات برای تسکین درد و به عنوان خواب آور و آرام بخش بهره می بردند. این روغن ها که از گیاهان متفاوتی استخراج می شوند در حقیقت مایعات فرار یا عطر خاص و ویژه هستند. اسانس ها می توانند از بخش های مختلف گیاهان و یا تنه بعضی درختان استخراج شوند. اسانس ها به دلیل اثرات ضد التهابی و ضد باکتریایی شهرت ویژه ای دارند.

روغن های آروماتیک یا اسانس ها اسانس ها هزاران سال است که توسط بشر استفاده می شوند. یونانیان باستان و مصریان قدیم از این ترکیبات برای تسکین درد و به عنوان خواب آور و آرام بخش بهره می بردند. این روغن ها که از گیاهان متفاوتی استخراج می شوند در حقیقت مایعات فرار یا عطر خاص و ویژه هستند. اسانس ها می توانند از بخش های مختلف گیاهان و یا تنه بعضی درختان استخراج شوند. اسانس ها به دلیل اثرات ضد التهابی و ضد باکتریایی شهرت ویژه ای دارند.

روغن های آروماتیک یا اسانس ها اسانس ها هزاران سال است که توسط بشر استفاده می شوند. یونانیان باستان و مصریان قدیم از این ترکیبات برای تسکین درد و به عنوان خواب آور و آرام بخش بهره می بردند. این روغن ها که از گیاهان متفاوتی استخراج می شوند در حقیقت مایعات فرار یا عطر خاص و ویژه هستند. اسانس ها می توانند از بخش های مختلف گیاهان و یا تنه بعضی درختان استخراج شوند. اسانس ها به دلیل اثرات ضد التهابی و ضد باکتریایی شهرت ویژه ای دارند.

روغن های آروماتیک یا اسانس ها اسانس ها هزاران سال است که توسط بشر استفاده می شوند. یونانیان باستان و مصریان قدیم از این ترکیبات برای تسکین درد و به عنوان خواب آور و آرام بخش بهره می بردند. این روغن ها که از گیاهان متفاوتی استخراج می شوند در حقیقت مایعات فرار یا عطر خاص و ویژه هستند. اسانس ها می توانند از بخش های مختلف گیاهان و یا تنه بعضی درختان استخراج شوند. اسانس ها به دلیل اثرات ضد التهابی و ضد باکتریایی شهرت ویژه ای دارند.

روغن های آروماتیک یا اسانس ها اسانس ها هزاران سال است که توسط بشر استفاده می شوند. یونانیان باستان و مصریان قدیم از این ترکیبات برای تسکین درد و به عنوان خواب آور و آرام بخش بهره می بردند. این روغن ها که از گیاهان متفاوتی استخراج می شوند در حقیقت مایعات فرار یا عطر خاص و ویژه هستند. اسانس ها می توانند از بخش های مختلف گیاهان و یا تنه بعضی درختان استخراج شوند. اسانس ها به دلیل اثرات ضد التهابی و ضد باکتریایی شهرت ویژه ای دارند.

روغن های آروماتیک یا اسانس ها اسانس ها هزاران سال است که توسط بشر استفاده می شوند. یونانیان باستان و مصریان قدیم از این ترکیبات برای تسکین درد و به عنوان خواب آور و آرام بخش بهره می بردند. این روغن ها که از گیاهان متفاوتی استخراج می شوند در حقیقت مایعات فرار یا عطر خاص و ویژه هستند. اسانس ها می توانند از بخش های مختلف گیاهان و یا تنه بعضی درختان استخراج شوند. اسانس ها به دلیل اثرات ضد التهابی و ضد باکتریایی شهرت ویژه ای دارند.

روغن های آروماتیک یا اسانس ها اسانس ها هزاران سال است که توسط بشر استفاده می شوند. یونانیان باستان و مصریان قدیم از این ترکیبات برای تسکین درد و به عنوان خواب آور و آرام بخش بهره می بردند. این روغن ها که از گیاهان متفاوتی استخراج می شوند در حقیقت مایعات فرار یا عطر خاص و ویژه هستند. اسانس ها می توانند از بخش های مختلف گیاهان و یا تنه بعضی درختان استخراج شوند. اسانس ها به دلیل اثرات ضد التهابی و ضد باکتریایی شهرت ویژه ای دارند.

روغن های آروماتیک یا اسانس ها اسانس ها هزاران سال است که توسط بشر استفاده می شوند. یونانیان باستان و مصریان قدیم از این ترکیبات برای تسکین درد و به عنوان خواب آور و آرام بخش بهره می بردند. این روغن ها که از گیاهان متفاوتی استخراج می شوند در حقیقت مایعات فرار یا عطر خاص و ویژه هستند. اسانس ها می توانند از بخش های مختلف گیاهان و یا تنه بعضی درختان استخراج شوند. اسانس ها به دلیل اثرات ضد التهابی و ضد باکتریایی شهرت ویژه ای دارند.

اسانس درخت چای استرالیایی (Melaleuca alternifolia) از تقطیر برگ های گیاه بدست می آید. مایع بی رنگ متمایل به زرد رنگ پریده است که دارای عطر خوشایند و دلپذیری می باشد. این ماده قرن ها توسط بومیان استرالیایی استفاده شده است. فرآورده های آن با اثرات ضدباکتریایی و ضدقارچی در بازار موجود است و به طور کلی اثرات آنتی سبتیک دارد. اسانس درخت چای همچنین ادعا می شود دارای اثرات تسکینی بر روی پوست است، پس این ماده در التهابات پوستی، عفونت های باکتریایی یا قارچی و سوختگی ها و بریدگی های سطحی می تواند موثر واقع شود. به فرم های امولسیون، کرم و پماد در بازار موجود است. در یک تحقیق علمی که بر روی این گیاه در سال ۱۹۹۰ در استرالیا انجام گرفت مشخص شد که گیاه اثرات سودمندی در درمان آکنه دارد.

**روغن جوجوبا** روغن جوجوبا از گیاهی مشتق می شود که در مکزیک و جنوب غرب امریکای شمالی می روید

## روغن درخت چای



بومیان قاره استرالیا مورد استفاده قرار می گرفته است و به عنوان ماده ای بهداشتی در جعبه کمک های اولیه سربازان استرالیایی یافت شده است.

روغن چای در تهیه چه محصولاتی استفاده می شود؟ کرم یا ژل های جوان سازی پوست شامپوهای مخصوص موهای چرب دستمال های مرطوب و پاک کننده آرایشی کرم های سوختگی و ضد قارچ خمیر دندان ها و دهانشویه ها خواص درمانی روغن درخت چای در ادامه شما را با خواص بی نظیر این روغن گیاهی بی نظیر آشنا می کنیم شما می توانید با استفاده از این روغن زیبایی و سلامتی را تجربه کرده و از شر بسیاری از مشکلات پوستی رها شوید.

۱- درمان کننده آکنه روغن درخت چای به عنوان پاک کننده قوی می تواند آکنه های موجود بر روی پوست را درمان نموده و با دارا بودن خواص ضد التهاب و ضد باکتریایی عفونت های پوستی را از بین برد.

برای استفاده از روغن درخت چای برای درمان جوش و درمان آکنه های خود می بایست از روغن درخت چای به صورت رقیق استفاده نموده و یا

روغن درخت چای همان چای معمولیست ؟ به علت تشابه اسمی این روغن گیاهی با چای معمولی برخی افراد دچار اشتباه شده و گمان می کنند این دو ماده یکی می باشند در صورتی که نام علمی چای معمولی کاملیا سینن سیب بوده و هیچ ارتباطی با درخت چای ندارد.

**قدمت استفاده از روغن درخت چای** روغن درخت چای از دیرباز (سال ۱۹۲۰ میلادی) به علت دارا بودن خواص آنتی باکتریال توسط



## Castle Hill Renault



### Koleos Life

Apple/ Android Car Play  
Reverse Sensors and Camera  
Dual Climate Air Cond.  
5 years unlimited kilometres Warranty

From **\$30,990**  
Drive Away

### Trafic SWB 66KW Trader Life

Bluetooth Connectivity  
Cruise Control  
3 Years Unlimited Kilometres Warranty

From **\$29,990**  
Drive Away



### Clio Life Automatic

Blue Tooth Connectivity  
Reverse Sensors and Camera  
5 Years Unlimited Kilometres Warranty  
Auto Lights/Wipers

From **\$19,990**  
Drive Away



Finance provided by Macquarie Leasing Pty Limited ABN 38 002 674 982 (Australian Credit Licence No. 394925), to approved applicants (not available to fleet, government or rental buyers), subject to its credit assessment criteria. Fees and charges are payable. Full conditions available on application. Macquarie Leasing Pty Ltd is not an authorised deposit-taking institution for the purposes of the Banking Act 1959 (Cth) and its obligations do not represent deposits or other liabilities of Macquarie Bank Limited ABN 46 008 583 542. Macquarie Bank Limited does not guarantee or otherwise provide assurance in respect of the obligations of Macquarie Leasing Pty Ltd.

For Any Car Finance please contact Atoussa Mireskandari

Ph:(02) 8853 3888

atoussam@castlehillrenault.com.au

Address: 17 Victoria Ave, Castle Hill



## در یک ساعت چروک‌های چهره‌تان را محو کنید



داشتن پوستی سالم و با نشاط تنها در گرو استفاده از کرم‌ها، لوسیون‌ها و ماسک‌های گرانقیمت، جارچی و رنگارنگ نیست. در طبیعت گیاهان دارویی، دانه‌های روغنی و میوه‌های متنوع وجود دارد که تاثیر خواص درمانی و شفا بخش آنها در درمان و پیشگیری از ابتلا به بیماری‌ها و عارضه‌های پوستی نه تنها بر درمانگران طب سنتی در سراسر جهان، بلکه برای متخصصان پوست و پزشکان طب مدرن نیز آشکار شده است.

پوست‌های خشک دارد. ابرسانی و تغذیه مناسب سول‌های پوست به مرور زمان موجب افزایش مقاومت این سول‌ها در مقابل پیری زودرس پوست می‌شود.

با زبری‌های پوست خداحافظی کنید

اگر با سرد شدن هوا به مرور با خشکی و زبری پوست روبه‌رو شدید کرم تهیه شده از نشاسته ذرت و شیر را از دست ندهید. با یک بار تجربه این کرم خانگی می‌توانید کل پاییز و زمستان از شر زبری و خشکی پوست در امان باشید. برای تهیه این کرم طبیعی که از آن با عنوان خمیر نشاسته نیز یاد می‌شود، اولاً نصف قاشق غذاخوری نشاسته پودر شده را با یک فنجان شیر تازه پرچرب ترکیب کنید تا خمیری نرم و لطیف از آن به دست آید. سپس این خمیر را روی پوست صورت خود ماسک کرده و اجازه دهید به مدت ۲۰ تا ۳۰ دقیقه روی صورت‌تان بماند. پس از آن پوست را با آب نیمه ولرم بشویید و شاهد تاثیرات مجزه‌آسای این ماسک باشید.

از مجزه روغن درمانی غافل نشوید

ماساز صورت و عضلات اطراف چشم، پیشانی و دهان از جمله کاربردی‌ترین شیوه‌های پیشگیری از ابتلا به چروک پوست است. در صورتی که چروک‌های جوان از سنین ۲۵-۳۶ سالگی ماساز شانه صورت را به شیوه صحیح و به صورت مداوم داشته باشید، می‌تواند از بروز چین و چروک در صورت خود تا پایان مراحل میانسالی برای این منظور کافی است. استفاده از روغن ماهی به عنوان ماساز برای این منظور بهترین است. روغن ماهی سرانگشتان دست خود را آغشته کرده و عضلات صورت کنار لبها، عضلات گونه، ابروها و اطراف چشم‌ها را به آرامی ماساژ دهید. بیشتر در صورتی که پوست‌تان بماند. پس از آن پوست را با آب نیمه ولرم بشویید. تاثیرات مجزه‌آسای این ماسک بسیار است.

هر روز بخورد درمانی کنید

درمانگران شیوه‌های طبیعی درمان در مکتب اورودا و چین، بخوردرمانی را بهترین شیوه برای ابرسانی و تقویت سلول‌های پوستی می‌دانند. در این شیوه احتیاجی به اضافه کردن هیچ گیاه دارویی و ماده طبیعی وجود ندارد. بخار آب به تنهایی برای افزایش میزان رطوبت، درمان چروک‌های سطحی و ایجاد لطافت پوست موثر است. در این حالت تنها کافی است هفته‌ای دو تا سه بار از بخار آب برای ابرسانی به سطح پوست و پاکسازی آلودگی‌ها و سول‌های مرده پوست اقدام کنید. تنها باید مراقب باشید که به هنگام اقدام بیشتر از این روش فاصله مناسب را با ظرف بخور حفظ کنید تا بخار آب پوست صورت‌تان را نسوزاند. نکته مهم: ابرسانی و تغذیه مناسب بهترین شیوه برای تهیه این ماسک این است که پوست خیار را به کمک زنده ریزریز کنید و آن را به مدت ۳۰ دقیقه درون گلاب مرغوب خیس کنید. سپس پوست خیار خیس شده در گلاب را به مدت ۲۰ دقیقه روی پوست صورت‌تان ماسک کنید. استفاده از این ماسک به صورت روزانه تاثیر زیادی در افزایش ابرسانی و برطرف شدن زبری

## پیک پارسیان

## شیر بخوریم یا نه؟



این نکته اشاره می‌کند که اجازه چرای گاوها در مزرعه‌ها اقدام مثبتی بوده است. "ادامها در چنین موقعیتی به محض اینکه وارد فضای باز مزرعه می‌شوند، رفتارهایی از خودشان نشان می‌دهند که به "شادی" تغییر می‌شود، هم‌چنین وقتی هوا سرد و بارانی یا توفانی است صف می‌بندند تا وارد طوبه و سرپناه شوند."

چگونه‌ها بحث‌برانگیزی در مورد دامپروری وجود دارد، مثل جدا کردن گوساله‌ها از مادرشان، کشتن گوساله‌های نر و بارداری از طریق تلقیح مصنوعی.

سام پارکر، مدیر برنامه‌ریزی انجمن خاک، می‌گوید: "هیچ کدام از سیستم‌های دامپروری بی‌نقص نیست و باید تلاش کنیم تا راه‌های بهتری پیدا کنیم، ما در این زمینه پیش‌نما هستیم، انجمن خاک بالاترین استانداردها را در زمینه نگهداری از حیوانات در بریتانیا دارد و ما به نظر ملام با کشاورزان و پژوهشگران و سیاست‌گزاران در تعامل هستیم تا تمام حیوانات در مزارع و مراکز نگهداری در بهترین وضعیت باشند."

آیا جانسین‌های شیر لبنی کالری کمتری دارند؟ ویلدرنس دیزر در تویتیر به ما گفت: "نوشیدنی‌های گیاهی کالری کمتری دارند." درست است که بیشتر نوشیدنی‌های گیاهی جانسین، کالری کمتری نسبت به شیر لبنی دارند اما شیرهای بی‌چربی و کم‌چربی هم کم‌کالری هستند. شیر لبنی در هر ۲۲۵ میلی‌لیتر ۸ گرم بزرگسالان و نوجوانان (به‌ویژه دختران) کمبود انواع ویتامین‌ها و مواد معدنی دارند بخصوص ویتامین آ، آهن، کلسیم، روی و ید. همه اینها در شیر لبنی یافت می‌شود.

شارلوت استرلینگرید، متخصص تغذیه، می‌گوید: "لبنیات بسیار مغذی است، جانسینی آن با محصولات گیاهی اغلب نتیجه همسانی ندارد. باید مواد غذایی مثل کلسیم و ویتامین‌های گروه ب و ید را به صورت‌های دیگری برای بدن تامین کرد. مشکل بسیاری از جانسین‌های شیر لبنی این است که غنی‌سازی مواد غذایی در آنها انجام نشده است و ممکن است آن موادی که برای تندرستی نیاز دارید را با مصرف آنها دریافت نکنید. به بعضی محصولات کلسیم و ویتامین‌های با افزوده شده است اما بیشتر اوقات ید در پرورش و رشد بافت مهمی در تحقیقات نشان می‌دهد که نقش مهمی در آید کیو یا میزان هوش دارد، چون شیر اصلی‌ترین منبع ید در بریتانیا است، اگر کودکان یا نوجوانان شیر نمی‌خورند بیشتر از بی محصولاتی باشد که دارای این ماده معدنی مهم باشند."

مختص تغذیه رنه مک‌کوگر معتقد است که بهتر است که مقاومت به آنتی‌بیوتیک‌ها مشکل بزرگ جهانی است، محصولات لبنی، صنایع بهداشت حیوانی و پژوهشگران در سراسر جهان در تلاش هستند تا آنتی‌بیوتیک‌های پرکاربرد و مهم در امور پزشکی را از چرخه دامداری خارج کنند و درمان‌های جانسین دیگری به‌جای آنها پیدا کنند که تضمین‌کننده سلامت و رفاه حیوانات باشد. مواد لبنی که برچسب "ارگانیک" داشته باشد از حیوانات تهیه شده است که آنتی‌بیوتیک مصرف نمی‌کنند، این نوع عمل زیبایی برای پلک با اهداف خاصی ندارد و با توجه به نوع مشکلات پلک، سن مناسب عمل جراحی تعیین خواهد شد.

چگونگی انجام عمل زیبایی جراحی پلک عمل زیبایی جراحی پلک در افراد بزرگسال با، ایجاد بیحسی موضعی و در حالی که فرد نرسیده است، انجام می‌شود در حالی که این نوع عمل زیبایی در کودکان با بیهوشی کامل انجام می‌شود، به منظور رفع مشکلات متعدد پلکی، جراح پلاستیک با توجه به نواقص پلک به پلک، برداشت پوست اضافی پلک، چربی و یا عضله ی شل شده در زیر پوست پلک با ایجاد برش های جراحی، اقدام می‌کند.

## بهترین سن جراحی پلک زیرین و فوقانی برای زیبایی

سن جراحی پلک در رابطه با بهترین سن جراحی پلک در افراد مختلف می‌توان عنوان نمود که سن مناسب برای انجام عمل جراحی پلک، به نوع جراحی پلک، سن بیمار، به طوری که در دسته اول عمل جراحی پلک در سنین جوانی، در دسته دوم؛ در سنین میانسالی و در دسته سوم؛ در سنین سالخوردگی صورت می‌پذیرد، لذا برحسب نوع مشکلات و نواقص پلک، این جراحی حتی ممکن است از زیر ۲۰سالگی تا بالای ۸۰ سالگی انجام شود و نتایج قابل قبولی را برای فرد به همراه داشته باشد.

در افراد با مشکلات مادرزادی، جراحی در سنین پایین تر و در مشکلات ناشی از پیری پوست و تخریب آن، جراحی پلک در سنین بالاتر انجام

استقبال از شیر غیرلبنی در غرب رو به افزایش است. در بریتانیا از هر سه نفر، یکی از شیرهای جانسین استفاده می‌کند.

هم‌زمان، در سراسر جهان تولید شیر افزایش پیدا کرده است، به‌ویژه در کشورهای درحال توسعه. چرا مردم در کشورهای غربی به دنبال نوشیدن شیرهای گیاهی هستند؟ آیا محصولات لبنی اینقدر وحشتناک هستند؟ ما از افراد مختلفی پرسیدیم که چرا به‌اصطلاح به نسل پس از شیر تلقی دارند.

رد پای کربن شیر لبنی چیست؟ تقریباً نیمی از جوانان ۱۶ تا ۲۴ ساله در بریتانیا نگران اثرات سیستم غذایی انسان بر سیاره زمین هستند. شریل توماس می‌گوید: من به دلیل ملاحظات زیست‌محیطی، تصمیم گرفتم گیاهخوار شوم، محصولات کشاورزی و آب کمتری برای تأمین رژیم غذایی گیاهخواری با وگان نسبت به محصولات لبنی و گوشت، لازم است.

پژوهش‌ها نشان می‌دهد که برای تولید یک لیوان شیر لبنی سه برابر بیشتر از هر جانسین غیرلبنی آن کارهای گلخانه‌ای تولید می‌شود. در علاوه بر گازهای گلخانه‌ای، بنا به گزارش صندوق جهانی طبیعت، وقتی کودهای زمین و تولید علفه به درستی مدیریت نشود، فرایند تولید محصولات لبنی نقش مهمی در آلودگی آب و فرایش خاک دارد.

اما محصولات جانسین شیر لبنی هم فارغ از ملاحظات زیست‌محیطی نیستند. شیر بادام را در نظر بگیرید، میزان استفاده از آب برای پادم کالیفرنیا به طور متوسط ۱۲ لیتر است و کالیفرنیا بیش از ۸۰ درصد بادام جهان را تولید می‌کند. به علاوه تولید در دستی مدیریت نشود، فرایند تولید بادام به دو کنتو زنبور نیاز است، هر سال برای مدت کوتاهی میلیون‌ها کنتو زنبور از سراسر ایالات متحده به کالیفرنیا آورده می‌شود. در سال ۲۰۱۴، شورای نظارت بر گرده‌افشانی، گزارش‌هایی از زنبورداران مبنی بر مرگ انبوهی از زنبورهای بالغ در دریافت کرده، علاوه بر مرگ تعداد زیادی از لاروهای بسیاری از این موم را ناقص بودند، شاهدان عینی تقصیر این موضوع را متوجه ترکیبات سموم ضدآفات می‌دانند.

چون برنج و سویا که همه جانسین‌هایی برای تولید شیر گیاهی هستند، میزان استفاده آب آنها کمتر از بادام است و نیازی به کمک زنبورها برای باروری ندارند زیرا گرده‌افشانی آنها به کمک باد انجام می‌شود. باکتری‌های موجود در زمین شالیکاری، گاز متان آزاد می‌کنند اما بسیار کمتر از آنها متان است که گاوهای تولید می‌کنند اما از موارد دیگر مثل جو بیشتر است. تولید شیر جو نیاز به زمین بیشتری نسبت به گیاهان دیگر دارد اما به هر حال کمتر از میزان مورد نیاز برای تولید شیر گاو است.

آیا گاوهای شیرده در شرایط نامناسب پرورش داده می‌شوند؟

اگرچه ما در تویتیر به ما چنین گفت: "من در درجه اول به دلایل اخلاقی نوشیدن شیر را ترک کردم، پس از آنکه یک سال شیر نوشیدم، دیگر معدام آن را تحمل نمی‌کرد." بیش از نیمی از جوانان ۱۶ تا ۲۴ ساله بر این باورند که سیستم نگهداری حیوانات "نامناسب" است. تعداد افراد گیاهخوار در بریتانیا در سال ۲۰۱۸ به ۳.۵ میلیون نفر رسیده است. بسیاری حفظ حقوق حیوانات مهم‌ترین دلیل خود برای گیاهخواری عنوان کرده‌اند.

دکتر جود کپر، مشاور دامپروری پایدار، می‌گوید: بهترین وضعیت برای حیوانات سگ‌بنای هر سیستم دامپروری است، که شامل جنبه‌های غیرمولوم و سنجش‌ناپذیر عاطفی و احساسی هم می‌شود. ما از طوطی و مرغ حیوانات می‌شویم."



# فیس‌آپ و حریم خصوصی در اینترنت جزئیات است که کار دست آدم می‌هد



به یاد دارم زمانی که نوجوان بودم، آپارتمان نشینی در تهران بسیار فراگیر شده بود و ما هم از خانه دو طبقه خود به یک آپارتمان نقل مکان کرده بودیم. نه تنها تمام گفتگوهای خانوادگی ما بلکه حتی برنامه‌های رادیو تلویزیون هم در مورد فرهنگ آپارتمان نشینی و موضوع‌هایی مانند حق استفاده از فضاهای مشترک مانند حیاط خلوت بود. منزل ما در طبقه اول آپارتمانی پنج طبقه بود و بر اساس قوانین جاری کشور با وجود آنکه حیاط خلوت در اختیار ما بود اما قانون آن را فضایی مشترک و قابل استفاده برای تمام ساکنین آپارتمان در نظر گرفته بود.

به یاد دارم که یک بعد از ظهر که مادرم حیاط را تمیز کرده بود، متوجه شدیم که همسایه طبقه بالایی سرفه خود را از پنجره در حیاط ما خالی می‌کند. استدلال او این بود که چون این فضا عمومی و مشترک است پس من حق دارم که سرفه خود را در اینجا تخلیه کنم. استدلال ما هم این بود که اینجا بخشی از محل زندگی ما است و زحمت تمیز نگه داشتن آن به گردن ماست. مدت‌ها طول کشید تا همه ما آموختیم که چطور می‌توانیم بدون آنکه حقوق و آسایش یکدیگر را نقض کنیم در کنار هم زندگی کنیم.

آنکه امکان احراز هویت فرد پشت خط تلفن را نداشته است، تنها به این نکته بسنده می‌کند که مالک خط تلفن مورد بحث دارای اینترنت است و برای حل مشکل باید با شرکتی که با آن قرارداد دارد تماس بگیرد و با وجود پافشاری وزیر، هیچ نوع اطلاعات هویتی را در اختیار مخاطب قرار نمی‌دهد. وزیر اما از آنجایی که می‌خواهد خود را پیگیر و حامی حقوق مردم نشان دهد، بدون اجازه از این فرد، صدای ضبط شده را منتشر می‌کند.

دقت کنید که امکان شناسایی افراد از روی صدا وجود دارد و صد البته به نظر نمی‌رسد که اجازه‌ای از فرد پشت تلفن برای انتشار این فایل صوتی گرفت شده باشد. دقت کنید که در تعریف خصوصی اطلاعاتی «جمع‌آوری و انتشار داده‌ها» به همراه «انتظار عمومی» موضوع‌های کلیدی هستند که در این مثال رعایت نشدند. تصور کنید از فردا شما با هر کسی که صحبت می‌کنید یک میکروفن است و تمام مکالمات شما ذخیره می‌شود تا شاید روزی روزگاری برای اثبات خطای شما منتشر شود.



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



افراد ساکن بر روی کره زمین تمام خواهد شد. تصاویری که به سیستم‌های هوش مصنوعی وارد می‌کنید، می‌توانند برای تقویت سیستم‌های تشخیص هویت مورد استفاده قرار بگیرد و در صورتی که از این اطلاعات به صورت مسوولانه استفاده نشود، قرار گرفتن شما در برابر هر دوربینی به مانند این خواهد بود یک جاسوس به صورت ۲۴ ساعته در حال تعقیب و ضبط حرکات شما است.

نگیریم در آینده‌ای نه چندان دور امنیت خود را از دست خواهیم داد. دقت کنید که زمانی که شما به جمع‌آوری عمده اطلاعات کمک می‌کنید بدون آنکه از خود بپرسید به چه شکلی از این داده‌ها استفاده خواهد شد؟ و یا فکر کنید «من کار خاصی نمی‌کنم و چیزی ندارم که نگران باشم»، در عمل در حال مشارکت گسترده در جمع‌آوری داده‌هایی هستید که به قیمت از دست دادن حریم خصوصی نه تنها شما، بلکه تک تک ما به تازگی ساکن این آپارتمان‌های زیبا و اشرافی شدیم و از آنها لذت می‌بریم. اگر همین امروز روش درست استفاده از آنها را یاد

به این شرکت اجازه می‌دهد تا استفاده تجاری از تصویر، نام، صدا، شباهت و هویت را می‌دهد بلکه این حق را از خود نیز سلب می‌کند که در آینده نظارش عوض شود. بنابراین تا اینجا کار شما اطلاعات هویتی خود را به صورت رایگان از داده‌های کاربران حمایت کنند. در ایران گرفتن تا از حقوق کاربران حمایت کنند. در ایران متن قانونی مشابه و صد البته با کم و کاستی‌های بسیار زیاد نسبت به مقررات عمومی حفاظت از داده اتحادیه اروپا توسط وزارت ارتباطات و فن‌آوری اطلاعات تهیه شده که هنوز در پیچ خلوت «ما» بریزد و ما هم حق شکایت نداشته باشیم.

هرچه با خودم فکر می‌کنم، بعید می‌دانم حاضر باشم پای چنین قراردادی را امضا کنم. اما قصبه زمانی بدتر خواهد شد که به‌فهمی شخص دیگری بدون اجازه ما تصاویری که از ما در شبکه‌های اجتماعی وجود دارد را وارد این اپلیکیشن کرده باشد. در دنیای واقعی مانند این است که کسی خودش را با گریم به شکل شما در بیاورد و با همسایه بالایی شما، بدون اطلاع شما، قراردادی کاربران خودش این امکان را می‌دهد یا گرفتن عکس و یا ارسال یک تصویر به آن، با استفاده از فیلترهایی که این اپلیکیشن توسط هوش مصنوعی ایجاد می‌کند، تصویر خود را پیر شده تحویل بگیرد. در نگاه اول هر کسی وسوسه می‌شود که آینده خود را ببیند، اما سوالی که باید به آن فکر کرد این است که این جام چنان نما که خیر از آینده می‌دهد یا حال ما چه می‌کند؟ بر اساس اطلاعاتی که در قسمت «سیاست‌های حریم خصوصی» و «شرایط استفاده» از این اپلیکیشن آمده است، کاربر این اپلیکیشن نه تنها

عنوان حفاظت از داده‌ها و یا حریم خصوصی داده‌ها یاد می‌شود. از نظر قانونی در فروردین ماه ۱۳۹۵ اتحادیه اروپا قانون نسبتاً جامعی را با عنوان مقررات عمومی حفاظت از داده اتحادیه اروپا تصویب کرد تا بتواند از داده‌های کاربران حمایت کند. در ایران گرفتن تا از حقوق کاربران حمایت کنند. در ایران متن قانونی مشابه و صد البته با کم و کاستی‌های بسیار زیاد نسبت به مقررات عمومی حفاظت از داده اتحادیه اروپا توسط وزارت ارتباطات و فن‌آوری اطلاعات تهیه شده که هنوز در پیچ خلوت «ما» بریزد و ما هم حق شکایت نداشته باشیم.

هرچه با خودم فکر می‌کنم، بعید می‌دانم حاضر باشم پای چنین قراردادی را امضا کنم. اما قصبه زمانی بدتر خواهد شد که به‌فهمی شخص دیگری بدون اجازه ما تصاویری که از ما در شبکه‌های اجتماعی وجود دارد را وارد این اپلیکیشن کرده باشد. در دنیای واقعی مانند این است که کسی خودش را با گریم به شکل شما در بیاورد و با همسایه بالایی شما، بدون اطلاع شما، قراردادی کاربران خودش این امکان را می‌دهد یا گرفتن عکس و یا ارسال یک تصویر به آن، با استفاده از فیلترهایی که این اپلیکیشن توسط هوش مصنوعی ایجاد می‌کند، تصویر خود را پیر شده تحویل بگیرد. در نگاه اول هر کسی وسوسه می‌شود که آینده خود را ببیند، اما سوالی که باید به آن فکر کرد این است که این جام چنان نما که خیر از آینده می‌دهد یا حال ما چه می‌کند؟ بر اساس اطلاعاتی که در قسمت «سیاست‌های حریم خصوصی» و «شرایط استفاده» از این اپلیکیشن آمده است، کاربر این اپلیکیشن نه تنها

نخست تعریف حریم خصوصی اطلاعاتی به ارتباط بین جمع‌آوری و انتشار داده‌ها، تکنولوژی مورد استفاده، انتظار عمومی از حریم خصوصی و قانون گفته می‌شود. این تعریف زمانی بیشتر معنی پیدا می‌کند که درباره نگرانی‌های کاربران در مورد جمع‌آوری، نگهداری و روش استفاده داده‌های دیجیتال صحبت می‌شود و از آن تحت

# 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

- Compensation
- خرید و فروش املاک و مستقلات
- خرید و فروش مشاغل – شرکت و غیره
- کلیه امور دادگاهی
- امور جنایی
- دادخواهی از دادگاههای استرالیا
- امور مهاجرت
- خانواده و طلاق
- تنظیم وصیت نامه و انحصار وراثت

# DAVID LEGAL

Migration Agent Reg Number 0104743

PH: 02 9728 5678 FAX: 02 9754 2988  
Address: Suite 3/43 Harris St, Fairfield



# طراحی شورلت کوروت جدید با الهام از جت‌های جنگنده



شورلت نسل جدید مدل کوروت را با تغییرات زیاد و با امید به رقابت نزدیک‌تر با ماشین‌های اسپرت اروپایی نظیر پورشه، فراری و مک‌لارن به بازار عرضه خواهد کرد. از سال ۱۹۵۳ که اولین نسل کوروت ساخته شد، موتور همیشه در جلوی ماشین قرار داشت، اما شورلت در ساخت نسل هشتم سنت‌شکنی کرده و موتور را پشت صندلی راننده قرار داده است. با قرار گرفتن موتور در وسط، وزن بین جلو و عقب ماشین تقریباً مساوی تقسیم شده و گرانش به وسط منتقل می‌شود. در نتیجه ماشین چابک‌تر و فرمان‌پذیری‌اش بهتر می‌شود. یکی از ضعف‌های ماشین‌های موتور-وسط‌جای کم برای سرنشینان است. شورلت اما می‌گوید کوروت جدید از راحتی چیزی از نسل قبلی کم ندارد و می‌توان از آن به طور روزمره استفاده کرد. کوروت جدید با الهام از جت‌های جنگنده و ماشین‌های مسابقات فرمول یک طراحی شده است. با اینکه بخش‌هایی مثل چراغ‌های عقب یادآور مدل‌های پیشین کوروت است، اما ماشین از فرم سنتی ماشین‌های اسپرت آمریکایی فاصله گرفته و

# بازگشت ۲۰۰۰ اسب بخاری



لوتوس با رونمایی از یک سوپرکار الکتریکی، اولین مدل جدید خود پس از یازده سال را نمایش داد. لوتوس، اگرچه از نام‌های معتبر در صنعت خودرو و مسابقات اتومبیلرانی است اما توانسته به اندازه شرکت‌های دیگر انگلیسی نظیر مک‌لارن و آستون مارتین از بازار ماشین‌های اسپرت سهم داشته باشد. این شرکت حالا تحت مالکیت جیلی، خودروساز چینی است و با سرمایه‌گذاری گسترده شرکت مادر قصد دارد مجموعه‌ای از مدل‌های جدید از جمله یک مدل شاسی‌پلند تولید کند. ایویا (Evija) اولین مدلی است که تحت مالکیت جیلی ساخته خواهد شد. این ماشین ۲۰۰۰ اسب بخاری چهار موتور الکتریکی دارد که می‌تواند سرعتش را در کمتر از سه ثانیه به صد کیلومتر در ساعت برساند. حداکثر سرعت ماشین بیش از ۳۲۰ کیلومتر در ساعت اعلام شده است و لوتوس می‌گوید ماشین با هر بار شارژ تا ۴۰۰ کیلومتر حرکت می‌کند. با اینکه ایویا بیشتر با توجه به نیازهای آیرودینامیک و مهندسی شکل گرفته، اما ظاهری خیره‌کننده دارد. به ویژه عقب خودرو با دو تونل هوا و چراغ‌های خطی، فرمی منحصر به فرد دارد که آن را از رقبایش کاملاً متفاوت کرده است.

**Castle Hill ISUZU**  
**MY19 MUX LSU 4X4 Auto**  
 7 Seater Side Steps  
 Sat Nav  
 Cliamte Control Air Con.  
 Reverse Camera  
 6 years or 150,000km Warranty

**From \$49,990 Drive Away**



**MY19 D-Max LST CREWCAB 4X4**  
 Automatic Leather  
 Side Steps  
 Cliamte Control Air Con.  
 6 years, 150,000km Warranty

**From \$51,990 Drive Away**

Finance provided by Macquarie Leasing Pty Limited ABN 38 002 674 982 (Australian Credit Licence No. 394925), to approved applicants (not available to fleet, government or rental buyers), subject to its credit assessment criteria. Fees and charges are payable. Full conditions available on application. Macquarie Leasing Pty Ltd is not an authorised deposit-taking institution for the purposes of the Banking Act 1959 (Cth) and its obligations do not represent deposits or other liabilities of Macquarie Bank Limited ABN 46 008 583 542. Macquarie Bank Limited does not guarantee or otherwise provide assurance in respect of the obligations of Macquarie Leasing Pty Ltd.

For Any Car Finance please contact Atoussa Mireskandari  
**Ph:(02) 8853 3838**  
 atoussam@castlehillisuzuute.com.au  
 Address: 17 Victoria Ave, Castle Hill



# اولین کنسرت عمومی موسیقی پاپ غربی در عربستان برگزار شد



تعدادی از ستارگان موسیقی پاپ غربی برای نخستین بار در عربستان سعودی کنسرت عمومی برگزار کردند. این کنسرت شامگاه گذشته در فستیوال جهانی جده در شهر جده در غرب عربستان سعودی برگزار شد و جنت جکسون، فیفتی سنت و کریس براون از جمله هنرمندانی بودند که در آن برنامه اجرا کردند. این اولین کنسرت عمومی از این قبیل در عربستان سعودی بود و خبرگزاری‌ها گفته‌اند که اجرای برنامه‌ها با ابراز احساسات حاضران در کنسرت همراه بود. خبرگزاری فرانسه به نقل از آگاهان امور عربستان نوشته است که برگزاری چنین کنسرتی در کشوری که به داشتن گرایش‌های محافظه کارانه اسلامی شهرت دارد واقعه‌ای است که حتی تا دو سال پیش هم غیرقابل تصور تلقی می‌شد. در چند سال اخیر، دولت سعودی اقداماتی را برای باز کردن فضای فرهنگی و اجتماعی صورت داده که برای پیشرفت اقتصادی این کشور در نظر گرفته و گفته است که هدف از آن، قطع وابستگی اقتصادی به نفت و تبدیل عربستان به قطب اصلی اقتصاد منطقه است. وجود تحولات اخیر در صحنه اجتماعی و فرهنگی عربستان، شرایط این کشور هنوز با انتقاداتی از جمله در مورد تفاوت بین حقوق زنان و مردان و ادامه سختگیری‌های دینی مواجه است و در صحنه سیاسی نیز تحولاتی هم‌پارز با برنامه‌های توسعه و رفاه اقتصادی صورت گرفته است. قرار بود نیکو میناج، خواننده آمریکایی هم که به خاطر پوشیدن لباس‌های خاص و خواندن ترانه‌هایی با مضامین غیرمتعارف شهرت دارد، در این کنسرت شرکت کند اما او بعداً گفت که به خاطر محدودیت حقوق زنان و برخورد با همجنسگرایان در عربستان سعودی از شرکت در این کنسرت منصرف شده است. تصمیم این خواننده با واکنش طرفداران او در عربستان همراه شد و بعضی از آنان در رسانه‌های اجتماعی حتی از قصد خود به پس دادن بلیط‌های کنسرت سخن گفتند.

# کوین اسپسی؛ دادگاه ماساچوست پرونده تعرض جنسی را مختومه کرد

اما در دادگاهی که روز چهارشنبه ۱۷ ژوئیه در ایالت ماساچوست برگزار شد، به این دلیل که شاکلی از ارائه شهادت درباره گم شدن یک گوشی موبایل خودداری کرد، اتهامات آزار جنسی و ضرب جرح که علیه آقای اسپسی مطرح بود را رد کرد و این پرونده را مختومه کرد. به گفته وکلای مدافع آقای اسپسی این گوشی



مدیر سیترون، در مصاحبه با هفته‌نامه انگلیسی اتوکار گفته است حوصله مردم از فرم‌های کنونی ماشین سر رفته و وقت آن رسیده که ماشین‌ها با شکلی تازه ساخته شود. به گفته این مدیر انگلیسی، چراغ‌های بزرگ فرصتی برای معرفی فرمی تازه به مشتریان فراهم می‌کند. چراغ‌های ۳۰ اینچی کانسپت ۱۹-۱۹ به طراحان این امکان را داده تا بدون نیاز به افزایش ارتفاع ماشین، صندلی‌ها را تا حد یک ماشین شاسی‌پلند بالا ببرند. با این چراغ‌ها فاصله ماشین تا کف زمین به بسیار بیشتر از شاسی‌پلندها است. چراغ‌های بزرگ همچنین برای قراردادن







PERSIAN BUSINESS DIRECTORY OF AUSTRALIA



راه‌نمای مشاغل فارسی زبانان استرالیا

اپلیکشن injob را هم اکنون به رایگان دانلود کنید

AUTOMOTIVE

Tyre Land MECHANICAL REPAIRS. 25 Elizabeth Street WETHERILL PARK. Telephone: 02 9756 1300

Complete Mobile Automotive Maintenance Peyman Khazaei. Sydney Auto Tech All Mechanical Repairs. 0423 426 615

BUTCHERY

قصابی و لیعصر در مریندز. انواع گوشت تازه. PH: 9897 7497

CAR RENTAL

Elite Charter Services. کرایه ماشینهای لوکس دریا. 0404777467

CLEANING SERVICES

FAHIM CLEANING. شرکت خدمات نظافت فہیم در ملبورن. 0432 222 490

DRIVING SCHOOL

آرین آموزش رانندگی. توسط معلم مجرب و باتجربه در محله رایند و اطراف آن. 0413 395 444

NOOR DRIVING SCHOOL

آموزشگاه رانندگی نور. 0406 898 333

ELECTRICAL CONTRACTORS

Proactive Electrical Group. کلیه خدمات برقی از قبیل. 0402 251 014

FINANCE BROKERS & LOANS

بهترین وام. Nooshin Nikoie. 0406 898 333

FOOD IMPORTERS

AUST ARIA FOOD IMPORTERS. Bestaste Premium Quality. PH: (02) 9645 6003

FUNERAL DIRECTORS

GUARDIAN FUNERALS. North Ryde. 9887 2244

Funerals are too important to leave to anyone...

WN BULL FUNERALS. 02) 9519 5344

HAIR & BEAUTY SALONS

MILANO Hair & Beauty Salon. 0422 10 20 77

HAIR TALKS ROUSE HILL. 0423 426 615

INSURANCE

یزین شما سیر بلا می‌خواهد. 0401 884 488

VISA SERVICES/IMMIGRATION

Migration Consultants. دفتر امور مهاجرت اعظم جعفری. 02) 834 6901

LAWYERS & SOLICITORS

DAVID LEGAL. دفتر وکالت دیوید لیکال. 02) 9728 5678

Craddock Murray Neumann

دفتر وکالت کورک موری نیومن. 02) 922 6622

Pars Lawyers

دفتر وکالت پارس. 0406 662 662

گروه مهاجرت پارس

گروه مهاجرت پارس. 0403 911 166

MONEY EXCHANGE

KAYHAN INTERNATIONAL MONEY EXCHANGE. صرافی کیهان. 03 9787 8 942

ارز بویا

ارسل ارز. 02 9801 5588

صرافی جواد

فروشگاه زمزم در اوپورن. 8021 9292

INJOB PERSIAN BUSINESS DIRECTORY OF AUSTRALIA

ADVERTISE WITH US & MAKE YOUR BUSINESS STAND OUT FROM THE CROWD. 0418 660 399

TRAVEL AGENTS

آژانس مسافرتی آیلند تراول (آدلاید). 1300 104070

آژانس مسافرتی آیلند تراول (سیدنی). 1300 104070

آژانس مسافرتی آیلند تراول (سیدنی). 02 9760 0706

PATISSERIE

بستنی شیراز. 195 Merrylands Road. 0469 297 700

RESTAURANT & CATERING

پیتزا آتش در مریندز. 10 McFarlane St. 02 8810 5682

رستوران مارال

در کستل هیل. 256A Old Northern Rd. 0406 355 553

CHOOPAN BAKERY & KEBAB

نانوایی چوپان. 0402 662 662

رستوران فارسی در تاپ رایند

رستوران فارسی. 20a Church St. 02 8095 0039

SUPERMARKETS GROCERY

ARIA FOOD STORE. 34 Ross Street. 02 9683 7330

BESTWAY SUPERMARKET

BESTWAY SUPERMARKET. 200-208 Lonsdale St. 0401 660 810

ZANZAM

فروشگاه زمزم در اوپورن. 36 Station Street. 8021 9292

PEDDY SUPERMARKET

پدی سوپرمارکت. 111 Main Street. 02 8678 3413

گفتگوی سیرا پاسکوالا مارکوینا با نستور کوهن، ترجمه: داود جلیلی

امریکای لاتین و مبارزه با امپریالیسم و فاشیسم

ادامه از صفحه ۴

شده است دنبال کنیم. ما باید راهبرد انقلابی خود را استناد به درست کنیم.

در این زمینه، وقتی در باره نقش روسیه و چین می پرسید، می توانم بگویم که ما در اینجا می توانیم به آموزش های مارکسیسم متوسل شویم.

زمانی که گرامشی با مسئله سرکردگی پروژه آیدنولوژیک، سیاسی و فرهنگی ای که باید برای ایجاد اتحاد انجام داد برخورد کرد در حال سامانه مند کردن مفهوم لنینی نیروی اجتماعی بود.

در این عرصه دو نمونه تاریخی مهم برای بررسی وجود دارد. در دهه ۱۹۶۰، انقلاب کوبا با امریکا رو در رو شد، و این مقابله از طریق دو سطح اتحاد خود را عملی شد.

در این عرصه، من معتقد دارم که بولویاریسم یک پروژه رهبری قاره ای است که می تواند آن نقش را ایفا کند. همان چیزی است که چاوز برای آن کوشید و همان چیزی است که قیام کمبیا (مهربان با تعدادی از خلق ها در قاره) برای انجام آن تلاش کرد.

من معتقد هستم که ستر مارکسیسم و بولویاریسم بهترین تضمینی است که ما می توانیم برای حلی چپ گرایانه برای بحران داشته باشیم. راه حلی که سرمایه داری را زیر علامت سوال قرار می دهد. به عبارت دیگر، مقابله با امریکالیسم و ندادن هیچ امتیازی. (و این (ستر) مارکسیسم به دست نمی آید.

مطالبه مارکسیسم ضروری است، اما کافی نیست. مارکسیسم مورد نیاز است چون امور را روشن می کند. ضروری است چون آزاری نظری و علمی و روشی اشتداری است، اما باید دست در دست مواضع روشن سیاسی پیش برود.

آزادتنی، جریان های سیاسی ای وجود دارند که از متون مارکسیستی نقل می کنند، اما زمانی که امریکالیسم به سوریه و لیبی و اکنون به ونزوئلا حمله کرد، مواضع بسیار دوپهلوی دادند.

شما به تازگی نوشتید که چپ نه کرملین دارد و نه وایتکان. با این حال اکنون برخی از افراد به روسیه و چین به چشم مدل های (گوهایی) توجه می کنند. این برای کمک، به قدرت های در حال ظهور چشم دارند. چنین کشورهایی چه نوع حمایتی می توانند برای پروژه سوسیالیستی فراهم کنند، و آن چه از آن ها نباید انتظار داشته باشیم چیست؟

من معتقد هستم مدلی (گوهی) وجود ندارد. به همین خاطر است که من از توصیف ما بدون وایتکان هستیم استفاده کردم. من با گفتن آن گلهای ما گوهایی نداریم. فاقد کتیسه کبیر هستیم هم می توانم آن را توضیح دهم. به عبارت دیگر ما (در چپ) فاقد یک نقطه مرجع هستیم.

این (نگاه) تا حد زیادی ما را از یک دیدگاه نظری و سیاسی یتیم می کند. اما زمانی هم دارد، چون لازم نیست خود را مطلع کسی کنیم. ما نباید راهبردی را که در کشور دیگری پیخته و هضم شده است دنبال کنیم.

الجزایر با یک گل زود هنگام مقابل سنگال در شهر قاهره، برای دومین بار قهرمان جام ملت های آفریقا شده است.

شلیک بغداد بونجا بعد از برخورد به پای مدافع تیم سنگال، سلیف سانی، که قصد داشت راه آن را سد کند قوس بلندی برداشت و از روی سر دروازه بان وارد گل شد.

الجزایر باقی بازی را در حالت تدافعی به سر برد تا برای اولین بار از سال ۱۹۹۰ برنده این جام شود. بازیکنان سنگال با به صدا در آمدن سوت پایان



به گزارش سایت فدراسیون کاراته، شانزدهمین دوره رقابت های کاراته قهرمانی آسیا طی ۳ روز

دادستان ها در امریکا می گویند که کریستیانو رونالدو ستاره پرتغالی عالم فوتبال که به تعرض جنسی متهم شده بود محاکمه نخواهد شد.

کاترین میورگا، ۳۴ ساله، ادعا کرده بود که این

رونالدو در ارتباط با ادعای تجاوز محاکمه نمی شود

بازیکن که اکنون برای باشگاه پورتوس توپ می زند در سال ۲۰۰۹ در هتلی در لاس وگاس به او تجاوز کرد.

بنابه گزارش ها او در سال ۲۰۱۰ این ادعا را



کانون ایرانیان کوئینزلند تقدیم می نماید:

# نهمین

## یک تک گوئی

پس از سه اجرای موفق در بریزبن به سیدنی می آید.

نویسنده پیام رضایه  
بازیگر نسیم تکاور  
طراح و کارگردان سهیل سوزنی

**سیدنی**

**آگوست**

**۳۰ و ۳۱**

کاری از گروه فیلم و نمایش سدی تازه

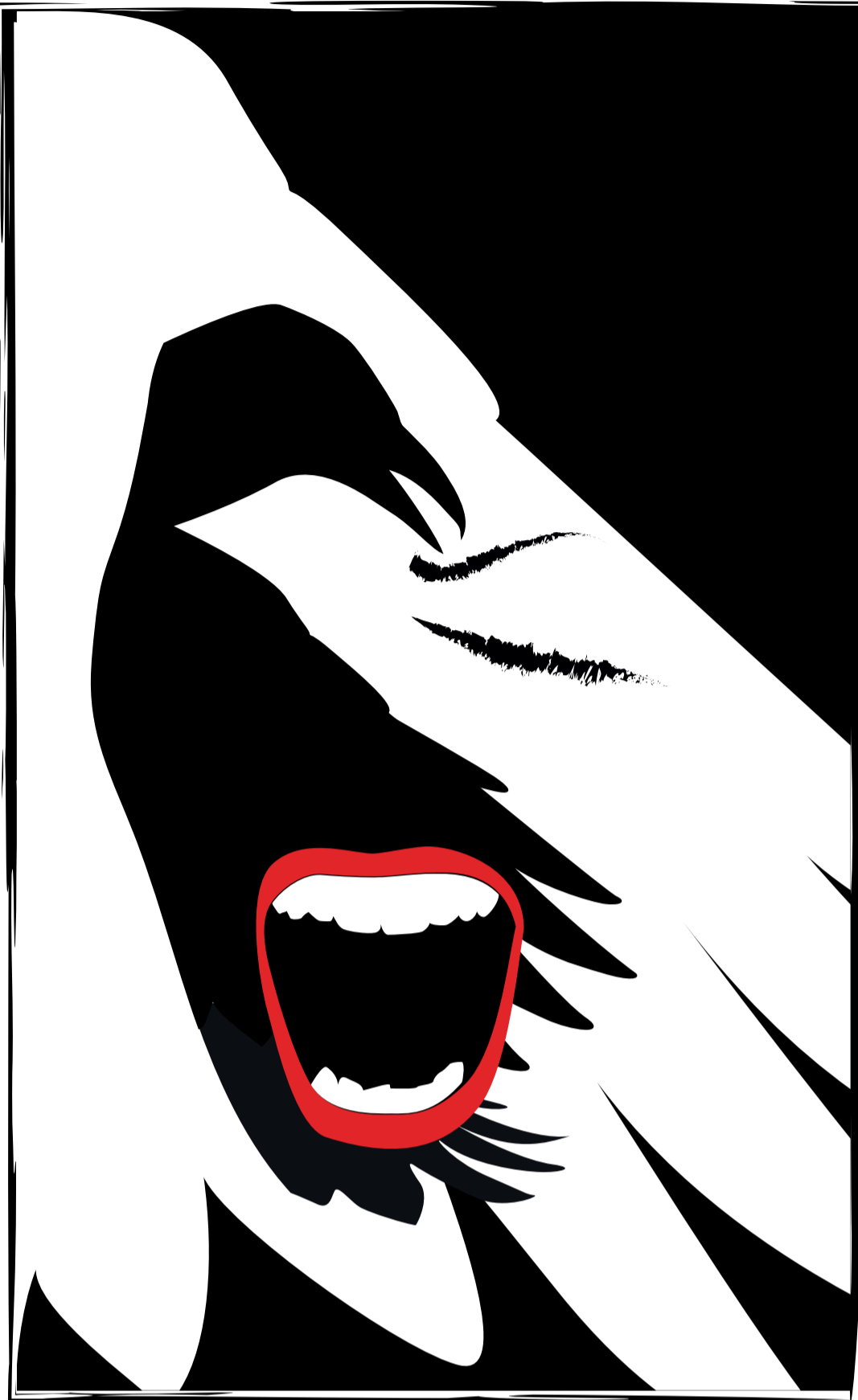
**شماره تماس: ۰۴۰۹۰۴۹۰۹۰**

مکان:

Bankstown Arts Centre  
5 Olympic Parade, Bankstown  
New South Wales 2200

لینک خرید بلیط:

<https://bit.ly/2Yhx7T6>



**AUST ARIA** PTY LTD

**FOOD IMPORTS**

سبزی قورمه سرخ شده بست تست  
با کیفیت مرغوب در دو اندازه متفاوت

**Bestaste**  
Premium Quality



**Ph: 02 9645 6003**

Fax: 02 9700 9679

[info@aust-aria.com](mailto:info@aust-aria.com)

DESIGNED BY PARSIAN

**رب گوجه فرنگی تکدانه**

فقط مرغوب ترین در ایران نیست

بلکه مرغوبترین در خاورمیانه ، اروپا و استرالیاست



در کلیه فروشگاههای ایرانی  
در سراسر استرالیا

DESIGNED BY PARSIAN