



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



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

پیک پارسیان

THE PERSIAN HERALD

National Weekly Persian Newspaper

Vol 32, Issue 1150 Thursday February 6th, 2020



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

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



MBR ASSOCIATION

Loans & Mortgage

مهدی رستمی

انواع وام: مسکن
تجاری، شخصی

0434 272 018
info@mbrassociation.com.au

6/254, Pitt St. Merrylands NSW 2160



دکتر رحمان نظری

فلوشیپ کالج سلطنتی چشم پزشکی استرالیا

جراح و متخصص چشم
و فوق تخصص شبکیه

در ملبورن
Croydon Eye Clinic
T: 03 9723 1055
www.croydoneye.com.au
77 Hewish Road, Croydon VIC 3136



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

نانوایی و سوپر مارکت غزنی

عرضه کننده نان تازه و خواروبار هفت روز هفته

در اوبورن

ویژه این ماه

با خرید ۵۰ دلار خواروبار
۵ نان مجانی دریافت کنید

Ph: 0470 200 534
115 Rawson St. Auburn



اطلاعیه شرکت چیتوز

قابل توجه جامعه فارسی زبان و بویژه فروشگاههای خواروبار و مواد خوراکی

اخیراً محصولات چیتوز (چیپس و پفک) که شرکت لونکس نمایندگی انحصاری محصولات آن را در استرالیا دارا میباشد توسط عده ای سودجو بدون مجوز رسمی شرکت چیتوز به استرالیا وارد شده و در تعدادی از فروشگاههای مواد خوراکی بفروش گذاشته شده که تاریخ انقضای این محصولات نیز دستکاری شده و ممکن است مصرف آن برای سلامتی خطرناک باشد.

شرکت چیتوز اعلام میدارد که شرکت لونکس تنها نماینده رسمی محصولات چیتوز در استرالیا بوده و محصولات چیتوز وارداتی و معتبر توسط این شرکت دارای اطلاعات و شماره واردات شرکت لونکس میباشد که در پشت پاکتهای محصولات چیتوز دیده میشود. لازم به تذکر است که هرگونه محصول چیتوز بدون اطلاعات شرکت لونکس از نظر شرکت چیتوز مورد تایید نمیشود.

خواهشمندیم در موقع خرید هر نوع محصول چیتوز با مراجعه به پشت پاکت آن از وجود اطلاعات شرکت لونکس اطمینان حاصل کنید.

مدیریت شرکت چیتوز




باران و سیل شدید در شهر سیدنی و سواحل ایالت نیوساوت ویلز در راه است



ویروس کرونا؛ همه گیری هنوز جهانی نشده

کره جنوبی، ژاپن و هنگ کنگ بوده است. یکی از مبتلایان به ویروس کرونا در هنگ کنگ جان خود را از دست داده و با احتساب فرد دیگری که بیشتر در فیلیپین جان داده بود، شمار تلفات این بیماری در خارج از چین به دو نفر رسیده است. در ایالات متحده نیز یازده مورد ابتلای به بیماری دیده شده است. مقامات ایران هنوز هیچ مورد ابتلای به این بیماری در داخل کشور را گزارش نکرده‌اند. همزمان، گزارش‌هایی در رسانه های غربی منتشر شده حاکی از اینکه مقامات چینی مدت‌ها قبل از اعلام شیوع ویروس کرونا در آن کشور از آن آگاهی داشتند اما از انتشار این خبر جلوگیری می‌کردند.

در گزارش‌هایی که در سایت بی‌بی‌سی منتشر شده و شبکه تلویزیونی سی‌ان‌ان آمریکا نیز آن را پخش کرده، گفته شده که در اواخر دسامبر یا اوایل ژانویه، پزشکی به نام لی ون لیانگ که در بیمارستان مرکزی ووهان خدمت می‌کرد با معاینه موارد ابتلای به نوعی بیماری شبیه سارس و انجام آزمایش‌های مربوطه، شیوع نوع جدیدی ویروس را به اطلاع همکارانش رساند. بیمارستان سارس در سال ۲۰۰۳ در چین شیوع یافت، جان بیش از دویست نفر را گرفت و باعث نگرانی در سطح جهانی شد. در آن زمان دولت چین به تلاش برای پرده‌پوشی شیوع این بیماری، و در نتیجه کندی در مقابله به آن متهم شده بود.

گفته شده است در مورد ویروس کرونا هم، پلیس چین به دکتر لی هشدار داد که از انتشار چنین اخباری خودداری کند و در غیر اینصورت به تشویش آذهان عمومی متهم خواهد شد و تحت پیگرد قرار خواهد گرفت. دکتر لی، که ۳۴ سال دارد، به شبکه سی‌ان‌ان آمریکا گفته است که روز شنبه تایید شد که خود او نیز به این بیماری مبتلا شده است.

این ویروس که ابتدا در چین شایع شد اکنون به ۲۳ کشور دنیا رسیده و ۴۲۷ قربانی گرفته است. مقامات چین مرگ ۶۴ مبتلا به کرونا ویروس را در ۲۴ ساعت گذشته تایید کرده‌اند.

کمیته دائمی پلیتیوری حزب کمونیست چین پذیرفته که در مقابله با ویروس کرونا "کوتاهی‌ها و نواقصی" صورت گرفته است.

این کمیته که از ارشدترین مقام‌های حکومت چین تشکیل شده، با این اذعان که سابقه خواستار بهبود نظام مدیریت بحران کشور شده است.

این کمیته همچنین دستور به مبارزه "شدید" با بازارهای غیرقانونی فروش حیوانات داده است، جایی که گمان می‌رود منشأ شیوع ویروس جدید کرونا باشد.

دولت چین متهم به پرده‌پوشی در مورد شیوع این ویروس شده و با افزایش شمار مبتلایان و جان باختگان، کار به جدال‌های سیاسی هم کشیده است. روز سه‌شنبه ۱۵ بهمن (۴ فوریه)، مقامات چینی اعلام کردند که شمار مبتلایان به ویروس کرونا در آن کشور از مرز ۲۰ هزار نفر فراتر رفته و تعداد بیماری‌هایی که در آن کشور جان خود را از دست داده اند به ۴۲۷ نفر رسیده است. تمامی تلفات این بیماری از استان هوئی گزارش شده است. شهر ووهان، مرکز این استان محل آغاز شیوع این بیماری بوده است.

همچنین، موارد جدید از ابتلای بیماری در سایر کشورها نیز گزارش شده است. براساس این گزارش‌ها، تا کنون ابتلای بیش از ۱۵۰ نفر در بیست و سه کشور جهان گزارش شده که بیشترین موارد مربوط به تایلند، سنگاپور،

طالبان چهار الاغ را در غور تیرباران کردند

ایرکی می‌خواستند با استفاده از این الاغ‌ها مواد مورد نیازشان را به پاسگاه‌های شان منتقل کنند. او اضافه کرد که در نتیجه (اربکی‌ها) دستگیر و شاید خرابا هم کشته شده باشند." نشر این خبر تعجب شماری از کاربران افغان در شبکه‌های اجتماعی را نیز برانگیخته و واکنش‌های تلزگونه‌ای را به همراه داشته است.

غور در مرکز افغانستان از جمله ولایاتی است که گروه طالبان در آن فعال است.



International Money Exchange Group

Internet Transfer in 10 Minutes

انتقال ارز با اینترنت در ۱۰ دقیقه

IRAN, DUBAI
US DOLLAR
EURO

Address: Shop 18A, 75 Auburn Road, Auburn, NSW, 2144

صرافی اینترناسیونال

در اوبورن

تبدیل ارز به ایران و سراسر جهان

در کوتاهترین زمان ممکن و با بهترین قیمت روز

0418 900 300

website: internationalxg.com

بنا بر پیش بینی اداره هواشناسی استرالیا هفته آینده بخشهای شمال شرقی ایالت نیوساوت ویلز با ریزش بارانهای موضعی تا ۲۰۰ میلیمتر و حتی جاری شدن سیلاب های کوچک مواجه خواهد شد.

به گزارش دفتر هواشناسی این بارانها تا چهارشنبه آینده باید به مناطق نیوساوت ویلز برسند.

مایک فائل، مدیر دفتر خدمات هواشناسی در NSW، گفت که مجموع بارندگی ها با تعیین محل قرارگیری این فرایند تعیین می شود و برخی از مناطق می توانند ۵۰ تا ۱۰۰ میلی متر باران در روز جمع آوری کنند.

به گفته مایک فائل چهارشنبه گذشته ما یک



صرافی اینترناسیونال

email: info@internationalxg.com
telegram: t.me/sarafinternational

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

پیک پارسیان

سختگوی قوه قضایه از تایید حکم اعدام جاسوس سیا خبر داد

اقدام علیه امنیت به ۵ سال حبس محکوم شدند." او گفته است که خاطر قطعی نبودن احکام، از بیان اسامی خودداری می‌کند. آقای اسماعیلی همچنین اخبار حاکی از آزادی عیسی شریفی، معاون پیشین شهردار تهران را تکذیب کرده است. وی گفته است: "خبر مربوط به آزادی او دروغ است و خوب نیست من مرتباً خبری اخبار را تکذیب کنم." وی افزوده است: "این پرونده کیفرخواست خورده و رسیدگی آن در دست دادگاه است و جلسات در حال برگزاری در سازمان قضایی نیروهای مسلح است. با صدور رای، نتیجه دادگاه اطلاع داده خواهد شد. عیسی شریفی، معاون محسن قالیباف، شهردار پیشین ایران بود که در خرداد سال ۱۳۹۶ از ایران خارج شد ولی مدت کوتاهی بعد به ایران برگشت و در شهریور ۹۶ به اتهام مالی بازداشت شد. مدتی پس از آن، خبری از آزادی او منتشر شد و سپس، اعلام شد وی بازداشت شده است. ایران بازداشت، محاکمه و مجازات افراد به اتهام ارتباط با کشورهای خارجی بدون سابقه نبوده است. از جمله شماری از ایرانیان دو تابعیتی هنگام سفر به کشورشان بر اساس اتهام جاسوسی بازداشت، محاکمه و محکوم شده اند. در مقابل، کشورهای غربی و منتقدان حکومت ایران بازداشت این افراد را بخشی از رویکرد سیاست خارجی این کشور و ابزاری برای کسب امتیاز از دیگر کشورهای توصیف کرده اند. گفته شده است که مبادله با زندانیان مورد نظر حکومت یا دریافت پول از کشورهای دیگر از جمله انگیزه بازداشت این افراد بوده است.



به گفته سختگوی قوه قضایه "اخیراً نیز دو نفر از جواسیس سیا که در قالب یک موسسه و بنیاد خیریه فعالیت می‌کردند، شناسایی و محاکمه و به جرم جاسوسی به ۱۰ سال حبس و به جرم

اقتدار و صلابت و پاسخ محکم به دشمنی دشمنان است. وی در مورد آقای رحیمپور، نوع و نحوه کشف فعالیت، زمان و چگونگی بازداشت، محاکمه و محکومیت او اطلاعات بیشتری ن داده است.

غلامحسین اسماعیلی، سختگوی قوه قضایه ایران، از محکومیت سه جاسوس سیا" خبر داده و گفته است که حکم اعدام یکی از آنان تایید شده است. او همچنین خبر آزادی عیسی شریفی، معاون پیشین شهرداری تهران را که به جاسوسی متهم شده، تکذیب کرده است.

آقای اسماعیلی امروز در یک نشست خبری، با فهرست کردن مواردی که آنها را اقدامات خصمانه آمریکا علیه جمهوری اسلامی ایران دانسته گفته است که "بهره‌گیری از جواسیس برای جمع‌آوری اخبار و اطلاعات و ضربه زدن به جمهوری اسلامی، یکی دیگر از فعالیت‌های خصمانه دولت آمریکا علیه ایران اسلامی بوده است."

سختگوی قوه قضایه افزوده است که "یکی از جواسیس امیر رحیمپور که جاسوس سیا بود و ضمن ارتباط با سازمان جاسوسی از آنها دستمزدهای کلانی را هم به عنوان حق‌الزحمه دریافت و تلاش کرده بود بخشی از اطلاعات هسته‌ای جمهوری اسلامی ایران را در اختیار سرویس آمریکا قرار دهد."

به گفته غلامحسین اسماعیلی، امیر رحیمپور شناسایی و به اعدام محکوم شده بود. وی افزوده است که "اخیراً دیوان عالی کشور حکم اعدام این جاسوس آمریکایی را تایید کرده و ان‌شاءالله به زودی سزای اعمال خود را خواهد دید." وی هشدار داده است "حامیان این قبیل افراد مطمع خواهند شد که جمهوری اسلامی با دشمن به ویژه دشمن خارجی اهل تعارف و مسامحه نیست و عمل و اقدام و منطق ما در برابر دشمن، منطق

تتلو آزاد شد

بازداشت شده است. ساعتی پس از انتشار این خبر هادی شیراز، رئیس پلیس بین‌الملل نیروی انتظامی ایران گفت بازداشت تتلو در ترکیه با درخواست مراجع قضایی ایران انجام شده است. او در گفت‌وگو با خبرگزاری ایسنا گفت به دنبال درخواست مراجع قضایی، و به دلیل "ترغیب شهروندان و به ویژه جوانان به استفاده از موادمخدر و روان‌گردان"، پلیس اینترنتی برای این فرد اعلان قرمز صادر کرده بوده است. اعلان قرمز در اینترنت از سوی کشورهای عضو برای اشخاصی صادر می‌شود که تحت پیگرد قضایی قرار دارند یا روند قضایی از جمله صدور حکم محکومیت در دادگاه علیه آنها به مرحله قطعی و اجرای حکم رسیده است. در همین حال یک مقام پلیس ترکیه هفته گذشته به بی‌بی‌سی فارسی گفت: "امیرحسین مقصودلو" (تتلو) به دلیل نقض مقررات ویزا بازداشت شده است. این مقام پلیس همچنین تایید کرده بود که در رابطه با مسائل مربوط به موادمخدر، "افشار قرمز" برای او صادر شده است. چند روز بعد و بنابر نامهای که تصویر آن به دست بی‌بی‌سی فارسی رسیده بود مشخص شد ویزای کار موقت آقای

پس از حدود یک هفته بازداشت، امیرحسین مقصودلو معروف به تتلو در ترکیه آزاد شده است. این خواننده ایرانی سه‌شنبه هفته گذشته، ۲۸ ژانویه، بازداشت شده بود. پلیس ترکیه علت بازداشت او را نقض مقررات ویزا اعلام کرده بود. عصر دوشنبه، سوم فوریه، ابتدا کمیته موسیقی آونگ در شبکه اجتماعی اینستاگرام خبر آزادی آقای مقصودلو را منتشر کرد. ساعتی بعد هم حساب کاربری این هنرمند ایرانی که بیش از دو میلیون و ۷۰۰ هزار نفر دنبال‌کننده دارد با انتشار عکسی از او که در میان جمعی از دوستانش بود تلویحاً این خبر را تایید کرد و نوشت: "بابا اینا تنه بابامو دادم !! راضیم..."

مراجری بازداشت تتلو چه بود؟

سه‌شنبه ۲۸ ژانویه ۲۰۲۰، امیر تتلو در اینستاگرامش، تصویری از دست‌های دستبند خورده خود را منتشر کرد و گفت در استانبول

اتاق برای اجاره

در مریلندز

یک گرنی فلت در

محله مریلندز مجهز

به حمام، آشپزخانه،

با مبلمان کامل و

نزدیک به ایستگاه

قطار مریلندز

به قیمت: ۱۷۰ دلار در هفته

19 Locksley Ave. Merrylands

Ph: 02 9682 1237

فروش رستوران

یک رستوران ایرانی با ده سال

سابقه کار در غرب سیدنی

واقع در یک بخش کاری

و پر رفت و آمد

برای صبحانه، ناهار یا شام

و امکانات جذب مشتری

ایرانی و غیرایرانی

با موفقیت و امکانات خوب

بفروش میرسد.

تلفن تماس:

02- 9893 7686

ویولونیست و آهنگساز

برای آموزش ویلن

و آواز هنرجو می پذیرد

0408 462 662

www.nasergharibi.com



توجه: از چاپ مطالب بدون نام و نشان معذوریم چاپ مطالب رسیده دلیل تأیید آنها نمیباشد

فرصت شغلی

نانوایی کیان

نماینده فعال

در سیدنی و

دیگر شهرها

می پذیرد

0423 119 828

بفروش میرسد

کافه رستوران

رافی

در چتسوود

با دکور منحصر به فرد

و سابقه طولانی در کار

خوراکیهای ایرانی و

استرالیایی و همچنین قابل

تغییر منوی غذا با سلیقه

مدیر جدید

سابقه ۱۰ سال با تعداد

مشتری دائم، لیز سه در

سه سال و کرایه بسیار

مناسب

لطفاً با رافی

تماس بگیرید:

0404 506 473

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

persianherald@gmail.com

parsianaustralia@yahoo.com

admin@persianherald.com.au

www.persianherald.com.au



دفتر وکالت تاجیک



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

آماده به عهده گرفتن وکالت شما در کلیه امور قانونی و قضایی

نسیما تاجیک وکیل فارسی زبان شما در سیدنی

Tel: 0430 061 905
Level 1, Cnr Main Street & Link Lane
Rouse Hill Town Centre, NSW 2155
PO Box 6568 Rouse Hill NSW 2155
Email: info@tajiklawyers.com.au
Follow us on Facebook (F) Tajik Lawyers



Air Travel Services

آژانس مسافرتی ای تی اس

با تصدی آقای ملکی و مشارکت خانم سعیده نادرلو

برای رزرو پکیج کروژ- رزرو هتل و بیمه مسافرتی
همچنین بلیت هواپیما و سفر به ایران و سراسر جهان تماس بگیرید

قیمت هفته، به تهران رفت و برگشت ۱۳۳۰ دلار
Tel: 02 8014 9608
Sam Maleki: 0410 439 330 | Saeideh Naderloo: 0431924039
sales@airtravelservices.com.au | www.airtravelservices.com.au
Suite 305, level 3, 32 York St. Sydney NSW 2000

سوپر ساحل

در چتسوود عرضه کننده بهترین ها

انواع مواد غذایی 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

آگهی استخدام

گروه رستورانهای The Sicilian در شهرهای ساحلی

Forster & Taree جهت تکمیل کادر فنی و خدماتی

در ۳ رستوران

Cafe Toscano | Cafe Giardino | The Sicilian

نیروی کار می پذیرد.

۱- آشپز باتجربه با حداقل یک سال سابقه کار در رستوران استرالیایی یا ایتالیایی

۲- گارسون خانم یا آقا با تجربه حداقل یک سال کار در رستوران یا کافه

ایتالیایی یا استرالیایی

۳- بریستر با تجربه حداقل یک سال کار در کافی شاپ

۴- مدیر یا سوپروایزر با تجربه حداقل دو سال کار در رستوران استرالیایی یا ایتالیایی.

توجه: تسلط کامل به زبان انگلیسی برای مکالمه و همچنین خواندن و نوشتن شرط اول و

ضروری برای استخدام میباشد.

اطلاعات محل کار

شهرهای Foster و Taree

حدود ۳ ساعت به سیدنی فاصله دارد و در سال ۲۰۱۹

از بهترین مکانهای توریستی در ایالت NSW انتخاب شده است.

این شغل به صورت تمام وقت (Full Time) بوده

و برای واجدین شرایط حقوق و تسهیلات بسیار خوب در نظر گرفته می شود.

همچنین ویزای اسپانسرشیپ برای واجدین شرایط فراهم خواهد شد.

برای اطلاعات بیشتر با آقای درزی از ساعت ۱۰ صبح تا ۵ بعدازظهر تماس بگیرید

Ph: 0410 50 90 50

Email: office@thesicilianrestaurant.com.au

www.thesicilianrestaurant.com.au

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



NIF

Net International Finance

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

پیک پارسیان

اعتراف دولت چین به خطاها و دشواری‌ها در مبارزه با ویروس کرونا

شهرودن دیگر در خارج از مرزهای چین نیز به افزایش نگرانی‌ها دامن زده است. به دنبال انتشار خبر مرگ یک شهروند چینی در فیلیپین، اکنون خبر می‌رسد که فرد دیگری در بیمارستان‌های هنگ‌کنگ نیز در اثر ابتلا به این بیماری جان خود را از دست داده است.

تعامل بین‌المللی

موارد ابتلا به بیماری کرونا در ۲۴ کشور دیگر نیز ثبت شده است. در آلمان و در ایالت بایرن این کشور نیز مجموعاً ۱۲ مورد از ابتلا به این بیماری مشاهده شده است.

پنس اشپان، وزیر بهداشت و درمان آلمان بر آن است تا در همراهی با وزیران درمان و بهداشت دیگر کشورهای عضو گروه هفت، امر مبارزه با این بیماری را هماهنگ کند.

در همین رابطه قرار است وزیران درمان و بهداشت کشورهای آلمان، آمریکا، فرانسه، بریتانیا، ایتالیا، ژاپن و کانادا به‌زودی نشست مشترکی داشته باشند.

موضوع هماهنگ کردن حمل و نقل مسافران و همچنین اقدامات پیشگیرانه در دستور کار این اجلاس قرار دارد.

پنس اشپان درباره مبارزه با شیوع این بیماری گفته است: «واکنش متناسب به این ویروس تنها از طریق تعامل مشترک بین‌المللی و اروپایی ممکن است.»



ویروس در شرایطی روی می‌دهد که چین برای ممانعت شدن از گسترش این بیماری محدودیت‌های بسیاری برای تردد افراد در خاک کشور خود پیش بینی کرده است.

حدود ۳۰۰ میلیون نفر از مردم چین در استان‌ها و شهرهایی که بیماری کرونا در آن‌ها شیوع یافته باید در برابر ویروس آن واکنش نشان دهند. مسافران حفاظت در برابر شیوع این بیماری نیز در چین کم‌پاب شده است.

دولت چین اقدام به خرید ماسک از دیگر کشورها و از جمله از ژاپن، آمریکا و کشورهای اروپایی افزایش داشته است.

چهارم فوریه اعلام کردند که تنها ظرف ۲۴ ساعت گذشته ۶۴ نفر دیگر در اثر ابتلا به ویروس (mCoV-۲۰۱۹) جان خود را از دست داده‌اند.

به این ترتیب تعداد قربانیان این بیماری در چین به دست‌کم ۴۲۵ نفر رسیده است. آمار منتشر شده از سوی دولت چین حکایت از آن دارد که تعداد موارد ابتلا به این بیماری در چین به بیش از ۲۰ هزار و ۴۰۰ نفر رسیده است. از این رو، شمار قربانیان در قیاس با روز گذشته ۳۲۰۰ نفر افزایش داشته است.

افزایش شمار مبتلایان و همچنین قربانیان این

موارد ابتلا به ویروس کرونا به گونه‌ای شتابان رو به افزایش است. همه روزه هزاران مورد جدید ابتلا به این بیماری تنفسی ثبت می‌شود. در چنین شرایطی چین به خطاها و کاستی‌های خود در مقابله با این بیماری اعتراف کرده است. مبارزه با این بیماری تبدیل به چالشی برای دولت چین شده است. حزب کمونیست چین به گونه‌ای کم سابقه نسبت به "خطاها و دشواری‌های" خود در مبارزه با این بیماری تنفسی اعتراف کرده است. در چنین شرایطی، وزیران درمان و بهداشت کشورهای عضو گروه هفت (G۷) بر آنند تا مبارزه خود با این بیماری را به طور مشترک هماهنگ کنند.

خبرگزاری آلمان روز سه‌شنبه ۱۵ بهمن (چهارم فوریه) با انتشار گزارشی به اعتراف حزب کمونیست چین درباره "خطاها و دشواری‌های" این کشور در مبارزه با ویروس کرونا پرداخته است. این در حالی است که همه روزه هزاران مورد جدید از ابتلا به این بیماری منتشر می‌شود. کارشناسان پیش بینی کرده‌اند که اوج میزان ابتلا به این بیماری ظرف دو هفته آینده روی خواهد داد. به رغم آن، شمار قربانیان این بیماری شتابان در حال افزایش است و از شمار قربانیان بیماری سارس فزونی گرفته است.

هر روز هزاران مورد جدید مقامات استان هوپای چین سحرگاه روز سه‌شنبه

ترکیه و سوریه می‌گویند شماری از نیروهای یکدیگر را کشته‌اند

به هر شکلی سربازانش در منطقه تهدید شوند مقابل تلفاتی نداشته است.

در هفته‌های هزاران نفر از مردم از استان ادلب گریخته‌اند و بسیاری از آنها به سمت مرز ترکیه رفته‌اند. ادلب آخرین پایگاه مخالفان دولت است و نیروهای دولتی سوریه با پشتیبانی هوایی روسیه سعی در تصرف آن دارند. ترکیه از مخالفان دولت بشار اسد حمایت می‌کند.

ترکیه و روسیه در سال ۲۰۱۷ قراردادی را برای تنش‌زدایی در ادلب توافق کردند اما این قرارداد بارها نقض شده است.

ترکیه چه می‌گوید؟

رجب طیب اردوغان رئیس‌جمهور ترکیه امروز دوشنبه گفت ارتش این کشور به ۴۶ هدف در سوریه حمله کرده و ۳۵ تا ۵۰ «سوری خنثی (کشته) شده‌اند».

او گفت «کسانی که عزم ما را زیر سوال می‌برند خیلی زود متوجه اشتباهشان می‌شوند».

آقای اردوغان به روسیه هشدار داد که در باره این تنش‌باری در امور ترکیه مداخله نکند و «سر راه ما نایستد».

ترکیه پیشتر گفته بود که نیروهایش را برای جلوگیری از درگیری به ادلب اعزام کرده و این کار با هماهنگی قبلی بوده است.

آقای اردوغان هفته پیش هشدار داده بود که اگر

واکنش سوریه چه بوده؟

خبرگزاری رسمی سوریه، سانا می‌گوید در حمله نیروهای ترکیه «هیچ آسیب یا خسارتی گزارش نشده است».

سوریه در ادلب ادامه دارد و چند روستا در این استان در شمال‌غربی سوریه «زاده» شده‌اند.

به گفته دیدبان حقوق بشر سوریه، نهادی که مقر آن در بریتانیا است، شش سرباز سوری در حمله ارتش ترکیه کشته شده‌اند.

تحلیل جاناناتان مارکوس خبرنگار امور دفاعی بی‌بی‌سی:

تنگناي روابط ترکیه و سوریه بتدریج خود را نشان می‌دهد و به نوبه خود رابطه آنکارا و مسکو را نیز تیره کرده است. این هیچگاه عقدی نبود که در آسمان‌ها بسته شده باشد، ترکیه از همان ابتدای بحران سوریه با هدف مشخص برکناری بشار اسد از قدرت، مخالفان دولت را از نظر مالی و تسلیحاتی تأمین کرده است.

اما وقتی روشن شد که بشار اسد در قدرت باقی می‌ماند، آقای اردوغان تاکتیکش را عوض کرد و سعی در بهبود روابط هم با دمشق هم با مسکو کرد. به باور او این بهترین راه برای تأمین منافع



آتش‌باری نیروهای دولتی سوریه در استان ادلب در شمال‌غربی این کشور سبب کشته شدن شش و زخمی شدن نه سرباز ترکیه شده است. گزارش شده که در آتش‌باری مقابل ۳۵ نفر از نیروهای دولتی سوریه کشته شده‌اند اما

آغاز رقابت‌های درون حزبی در آمریکا با رای مردم آیووا

در انتخابات درون حزبی شرکت خواهند کرد. نمی‌شود و اعضای حزب با شرکت در نشست ها و مجمع های محلی نامزد مورد نظرشان را انتخاب خواهند کرد.

انتخابات درون حزبی آیووا در ماه ژوئن در ایالت های مختلف آمریکا ادامه دارد و سپس هیات های ایالتی با شرکت در گردهمایی ملی حزب دموکرات در ماه ژوئیه نامزد حزب را به طور رسمی انتخاب خواهند کرد. انتخابات ریاست جمهوری آمریکا سه شنبه ۳ نوامبر، ۱۳ آبان ۱۳۹۹ برگزار خواهد شد.

است. سناتور دموکرات الیزابت وارن، پیت بوتچیچ شهردار ساوت بند در ایندیانا و سناتور ایمی کلوباچر از دیگر داوطلبان مطرح در آیووا هستند.

پیروزی در انتخابات درون حزبی ایالت آیووا به معنی تضمین نامزدی فرد پیروز نیست ولی می‌تواند در روحیه بخشی به کارزار انتخاباتی او و در جذب کمک‌های مالی بیشتر موثر باشد. از سوی دیگر، در سال های گذشته منتخب آیووا در انتخابات درون حزبی حزب دموکرات معمولاً توانسته نامزدی حزب را در انتخابات ریاست جمهوری به دست بیاورد.

طرفداران حزب دموکرات در آیووا در ۱۶۷۷ حوزه

ساکنان ایالت آیووا در غرب میانه آمریکا دوشنبه در نخستین مرحله از رقابت های درون حزبی ایالتی برای انتخاب نامزد ریاست جمهوری حزب های دموکرات و جمهوری خواه شرکت می کنند.

در حالی که به نظر نمی‌رسد مانعی سر راه دونالد ترامپ برای شرکت در انتخابات پیش رو به عنوان نامزد جمهوری خواهان وجود داشته باشد، دموکرات‌ها باید از بین یازده داوطلب، نامزد حزبشان را انتخاب کنند.

نظرسنجی ها نشان می‌دهد که سناتور برنی سندرز ۷۸ ساله از بیشترین حمایت برخوردار است و جو بایدن، معاون ریاست جمهوری آمریکا در دوره باراک اوباما نیز با او در رقابت تنگاتنگ

مشکلات فنی، اعلام نتایج رقابت‌های درون حزبی آیووا را به تعویق انداخت

نظرسنجی ها نشان می‌دهد که سناتور برنی سندرز ۷۸ ساله از بیشترین حمایت برخوردار بوده و جو بایدن، معاون ریاست جمهوری آمریکا در دوره باراک اوباما نیز با او در رقابت تنگاتنگ بوده است. پیروزی در انتخابات درون حزبی ایالت آیووا به معنی تضمین نامزدی فرد پیروز نیست ولی می‌تواند در روحیه بخشی به کارزار انتخاباتی برنده و در جذب کمک‌های مالی بیشتر موثر باشد.

انتخابات ریاست جمهوری آمریکا سه شنبه ۳ نوامبر، ۱۳ آبان ۱۳۹۹ برگزار خواهد شد.



با از کار افتادن آپلیکشنی که برای ثبت آراء طراحی شده بود، اعلام نتایج نخستین دور از رقابت های حزب دموکرات برای انتخاب نامزد ریاست جمهوری بعدی آمریکا، به سردرگمی انجامید.

حزب دموکرات این ایالت اعلام کرد که به دلیل بروز مشکل در گزارش دهی نتایج اعلام نتایج تا روز سه شنبه به تعویق افتاده است. طرفداران حزب دموکرات در آیووا در ۱۶۷۷ حوزه در انتخابات درون حزبی شرکت کردند که در آن یازده نامزد با هم رقابت دارند.

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

سوزی دیوید

– دادخواهی از دادگاههای استرالیا

– امور مهاجرت

– خانواده و طلاق

– تنظیم وصیت نامه و انحصار وراثت

فرد دیوید

– Compensation

– خرید و فروش املاک و مستقالات

– خرید و فروش مشاغل – شرکت و غیره

– کلیه امور دادگاهی

– امور جنایی

DAVID LEGAL

Migration Agent Reg Number 0104743

PH: 02 9728 5678 FAX: 02 9754 2988

Address: Suite 3/43 Harris St, Fairfield

بهرنگ تاج‌دین

بریتانیا بدون اروپا: بازیگری پر نفوذ یا قدرتی متوسط؟



می‌کند. بوریس جاسونو که در مقام وزیر خارجه تلاش کرده بود جلوی خروج دونالد ترامپ از برجام را بگیرد، به تازگی در مقام نخست‌وزیر، توافق قبلی، و موضع آمریکا، نمی‌شود تصور کرد گفت: «اشکال برجام از نظر آمریکا این است که ناقص است، تاریخ انقضا دارد و باراک اوباما آن را به دست آورده است. اگر می‌خواهیم آن را کنار بگذاریم، بایدید با یک توافق ترامپ جایگزینش کنید».

الیستر برت این موضع را ناشی از «واقعیتی» می‌داند: «به خاطر نگرانی‌ها در منطقه درباره توافق قبلی، و موضع آمریکا، نمی‌شود تصور کرد که آمریکا به برجام فعلی برگردد».

متیو بوینگتون مستعد است حرف‌های آقای جاسونو، بیشتر از آن‌که حمایت بی‌چون و چرا از موضع آمریکا باشد، تاکیدی بر نیاز به حل مناقشه از راه گفت‌وگو، و نه فشار یا مداخله نظامی است.

با وجود این، او می‌گوید: «در دوران ترامپ، آمریکا چند بار در موقعیت‌های منفعی قرار گرفته؛ چون با موضع آمریکا موافق نبوده است، ولی مجبور به پیروی است و یک موضع بینایی، جایی بین مواضع آمریکا و اروپا را انتخاب کرده است.»

قدرت متوسط

یک نمونه این مواضع بینایی، تصمیم بریتانیا درباره هوای بود، جایی که علی‌رغم مخالفت آمریکا، به شرکت چینی هواوی اجازه داد به صورت محدودی، در ساخت سخت بدی شبکه‌های تلفن همراه موسوم به 5G مشارکت کند.

با تلاش‌های بریتانیا در ماه‌ها و سال‌های آینده برای بستن قراردادهای تجاری تازه، می‌توان انتظار داشت که اقتصادهای بزرگ جهان، از آمریکا و اتحادیه اروپا تا چین و هند، سعی کنند روی سیاست خارجی بریتانیا تأثیر بگذارند.

در نتیجه مقام‌های بریتانیا باید به این فکر کنند که هر تصمیم یا موضع‌گیری بین‌المللی‌شان ممکن است به چنگی تجاری منجر شود. چنین وضعیتی که در آن بریتانیا به دنبال راضی نگه داشتن شرکای تجاری مختلفیست است، چندان با تصویر کشوری که روزی امپراتوری‌اش تنها ابرقدرت جهان بود، شباهتی ندارد. تصویری که در ایران با داستان «دایی جان ناپلئون» و جمله مشهور «کار، کار انگلیسبای» گره خورده است. الیستر برت می‌گوید: «شخصیت دایی جان ناپلئون قدرت و نفوذی را برای بریتانیا متصور است که این کشور ندارد و نمی‌خواهد هم که داشته باشد.»

این معاون پیشین وزیر خارجه بریتانیا معتقد است تصور این‌که بریتانیا پشت همه اتفاقات است، برای بعضی‌ها آراش‌بخش است؛ ولی می‌گوید: «این واقعا با تجربه من نمی‌خواند و به نظرم برای هر ناظر منصفی سخت است که باور کند که دست بریتانیا، پشت هر اتفاق بدی در ایران باشد».

متیو بوینگتون می‌گوید مقام‌های بریتانیا در ایجاد چنین تصویری بی‌تقصیر نبوده‌اند: «باید ادبیات مقام‌های بریتانیا را از عملکردشان جدا کرد. می‌بینید که به دلایل سیاسی از بریتانیا به عنوان یک کشور خیلی قدرتمند و یک بازیگر جهانی بانفوذ حرف می‌زنند، ولی در عمل، اقدامات بریتانیا بیشتر شبیه یک قدرت متوسط است.»

متیو بوینگتون، پژوهشگر سیاست عمومی در اندیشکده «بریتانیا در یک اروپای در تغییر» دانشگاه کینگز کالج لندن معتقد است فرای از نگرانی از تکرار تجربه عراق، دیپلماسی بریتانیا دچار اشتگی است.

به گفته آقای بوینگتون «تصمیم‌ها در سیاست خارجی بریتانیا موردی و بر اساس اتفاقات روزی گرفته می‌شوند نه بر اساس یک چشم‌انداز استراتژیک. این یکی از انتقادهای اصلی از سیاست خارجی بریتانیا بوده است این‌که بیشتر متغفله است تا فعالانه.»

به گفته این پژوهشگر، این تصمیم‌گیری روزمره و اشتفه باعث می‌شود بریتانیا در موقعیت‌هایی قرار بگیرد که از ابتدا قصد نداشته به آن‌جا برسد.

متیو بوینگتون، پژوهشگر سیاست عمومی در اندیشکده «بریتانیا در یک اروپای در تغییر» دانشگاه کینگز کالج لندن معتقد است فرای از نگرانی از تکرار تجربه عراق، دیپلماسی بریتانیا دچار اشتگی است.

به گفته آقای بوینگتون «تصمیم‌ها در سیاست خارجی بریتانیا موردی و بر اساس اتفاقات روزی گرفته می‌شوند نه بر اساس یک چشم‌انداز استراتژیک. این یکی از انتقادهای اصلی از سیاست خارجی بریتانیا بوده است این‌که بیشتر متغفله است تا فعالانه.»

به گفته این پژوهشگر، این تصمیم‌گیری روزمره و اشتفه باعث می‌شود بریتانیا در موقعیت‌هایی قرار بگیرد که از ابتدا قصد نداشته به آن‌جا برسد.

متیو بوینگتون، پژوهشگر سیاست عمومی در اندیشکده «بریتانیا در یک اروپای در تغییر» دانشگاه کینگز کالج لندن معتقد است فرای از نگرانی از تکرار تجربه عراق، دیپلماسی بریتانیا دچار اشتگی است.

به گفته آقای بوینگتون «تصمیم‌ها در سیاست خارجی بریتانیا موردی و بر اساس اتفاقات روزی گرفته می‌شوند نه بر اساس یک چشم‌انداز استراتژیک. این یکی از انتقادهای اصلی از سیاست خارجی بریتانیا بوده است این‌که بیشتر متغفله است تا فعالانه.»

به گفته این پژوهشگر، این تصمیم‌گیری روزمره و اشتفه باعث می‌شود بریتانیا در موقعیت‌هایی قرار بگیرد که از ابتدا قصد نداشته به آن‌جا برسد.



من است که در مهمانی شرکت نکنم. این یک گزینه به عنوان مربی است و مشکل شخصی با نیمار ندارم.

امباه، هم‌تیمی نیمار هم به مهمانی نرفت و برجانی آن در زیرنیتل پاریس مسابقه سوپر می‌کند که با جدی و حرفه‌ای نستیم.

این در حالی است که او روز سه‌شنبه گفت از نظر حرفه‌ای مشکلی با نیمار ندارد: "این انتخاب

برگزار شد، مسابقه‌ای که موهای صورتی نیمار و هم‌تیمی‌اش کیلان امباه مورد توجه قرار گرفت. سرمربی المانی پاریس در کنفرانس مطبوعاتی پس از بازی در مورد مهمانی نیمار گفت: "این‌ها پس از بازی می‌هستند و این مفهوم را منتقل می‌کنند که ما جدی و حرفه‌ای هستیم."

پرووی ۵۰۰ پاری‌سن‌ژرمن مقابل مون‌پلیه

پیک پارسیان

تیم هارفورد

چرا شبکه ارتباطات مالی دنیا تحت فشار قرار دارد؟

بخش لایف‌فکی از نظام بانکی محسوب می‌شود. خود سوئیت که بخش بی‌توقع از شبکه ارتباطات مالی است، از یک دفتر کنار دریاچه در شهری آرام و کوچک بنام لالپ در نزدیکی بروکسل، پایتخت بلژیک اداره می‌شود و علاقمند است بی سروصدا کار کند.

با اینکه سوئیت تقریباً توانسته یک مشکل اصلی را حل کند اما ظاهراً مشکل دیگری بوجود آورده است.

سوئیت آنقدر در بانک‌داری بین‌الملل نقش محوری دارد که ابزاری وسوسه کننده برای هیولای اقتصاد جهانی، یعنی دولت ایالات متحده آمریکا، است.

اگر می‌خواهید نحوه تأمین مالی تروریست‌ها را ردیابی کنید، کافی است بانک اطلاعات سوئیت را بررسی کنید. برای نابود کردن اقتصاد ایران به سوئیت دستور دهید مانع استفاده ایران از بانک‌های سوئیت شود. بالاخره همانطور که هر لوله بخاری پاک‌کنی در لندن می‌گوید، شبکه ارتباطات مالی هم ممکن است بسته شود.

سوئیت فهمیده است که قادر نیست در برابر اوامر مستقیم آمریکا مقاومت کند، حتی زمانیکه کارهایشان را در قالب یک نهاد جدید تحت عنوان سوئیت سازمان‌دهی کردند که از حروف اول عبارت «انجمن ارتباطات بین بانکی بین‌المللی» در زبان انگلیسی شکل گرفته است.

سوئیت شرکتی خصوصی و دفتر مرکزی آن در بروکسل، پایتخت بلژیک، بود که به صورت یک موسسه مشارکتی جهانی، با همکاری ۲۷۰ بانک و در گستره ۱۵ کشور فعالیت می‌کرد. اولین پیام سوئیت در روز دوشنبه، ۱۹ اردیبهشت ۱۳۵۶ (۹ ماه می ۱۹۷۷) توسط پرنس آلبرت بلژیک ارسال شد. سامانه مارتی در همان سال به کار خود خاتمه داد.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

تیم هارفورد

چرا شبکه ارتباطات مالی دنیا تحت فشار قرار دارد؟



اطلاعات بیشتر درباره منابع این برنامه، و شنیدن همه قسمت‌های آن بصورت آنلاین و یا اشتراک

پادکست‌های آن روی این لینک‌ها کلیک کنید.

تیم هارفورد ستون نویس اقتصادی روزنامه فاینشال تایمز هم هست.

برای دهه‌ها پس از جنگ دوم جهانی، بانک‌ها از دستگاه‌های تلکس استفاده می‌کردند که روی خطوط تلگراف کار می‌کرد و به کاربران امکان می‌داد پیام خود را در گوشه‌ای از دنیا تایپ کنند و در گوشه‌ای دیگر آن پیام بصورت چاپ شده تحویل می‌شد.

اما نیاز به اطمینان از ایمنی و دقت پیام‌ها، پیچیدگی کار را صدچندان کرد.

بانک‌ها تلگرافچی‌های پیشین ارتش را برای کار با دستگاه‌های تلکس استخدام کردند و برای کنترل متناوب اطلاعات ارسالی از جدول‌های راهنمای کد استفاده کردند.

یکی از این پیشگامان از پیچیدگی‌های طاق‌فرسای این کار چنین یاد کرده: «برای هر تلکس ارسالی باید کلید راهنما را بصورت دستی محاسبه می‌کردی. هنگام دریافت هر تلکس آزمایش شده هم باید محاسبه معکوس انجام می‌دادی تا مطمئن شوی تلکس در مسیر ارسال، دستکاری نشده باشد. احتمال خطای انسانی در این روش بی‌نیاهت بالا بود.»

سامانه تلکس توان تأمین نیازهای جهانی‌شدن روزافزون در دهه هفتاد میلادی را نداشت. بویژه در اروپا، نیاز به راه حلی بهتر شدت احساس می‌شد. سامانه‌ای که بتواند براحتی و سهولت در برای مرزها عمل کند.

برای ابتکار کمیته‌ها تشکیل شد، بحث‌های فراوان انجام شد، اما پیشرفت کار خیلی کند و آزاردهنده بود. در این میان، یک بانک آمریکایی سعی داشت همه را وادار کند از سامانه اختصاصی آن بانک بنام «مارتی» استفاده کنند. این سامانه، آنطور که اروپایی‌ها می‌گویند، «غیرقابل قبول»

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

سوئیت صرفاً یک سرویس پیام‌رسانی بود که با استفاده از قالبی استاندارد میزان خطا را به حداقل می‌رساند و نتیجه انجام کار را هم بی‌نیاهتی تسهیل می‌کرد. شرکت کامپیوتری باروز، رایانه‌ها از این ۱۳ مرکز تماس وصل می‌شدند.

چرا شبکه ارتباطات مالی دنیا تحت فشار قرار دارد؟

بیشتر اوقات تا زمانیکه اشکالی پیش نیاید متوجه زیرساخت‌ها نمی‌شویم.

برای مثال ماجرای مربوط به سیتی‌بانک در دهه شصت میلادی را در نظر بگیرید.

در آن زمان دستورهای پرداخت درون یک قوطی حلبی گذاشته شده و از طریق یک لوله مکشی به طبقه بالا فرستاده می‌شد. گروهی در طبقه دوم این تراکتش‌ها را تایتید می‌کرد و تایتیدیه‌ها را از طریق همان لوله مکشی به طبقه پایین می‌فرستاد.

یک روز، کارمندان دایره پرداخت در طبقه اول متوجه شدند که هیچ کدام از تایتیدیه‌های پرداخت مورد نیازشان را دریافت نکرده‌اند. یک نفر را برای پیگیری به طبقه بالا فرستادند. آنگاه بود که فهمیدند پرسنل دایره تایتیدیه بیکار نشسته و از اینکه هیچ درخواستی تایتیدی نگرفته بودند شگفت‌زده بودند.

معلوم شد که مسیر لوله مکشی مسدود شده بود. با کمک یک لوله بخاری پاک‌کن، خدمات مالی

سیتی‌بانک مجدداً برقرار شد.

تأیید تراکتش‌های بزرگ مالی کار مشکلی است. این مشکل، در ورای مرزهای شهری یا بین‌المللی، بزرگتر هم می‌شود. از زمان توسعه

تلفارم به اندازه کافی بالا رفت. اما همانطور که یک ناظر پیش از فیلادلفیا به نام فرانک پرایمرز دریافت سرعت به معنی مصونیت از اشتباه نیست.

در ماه ژوئن ۱۸۸۷، آقای پرایمرز، در رابطه با خرید ششم، تلگرامی به نماینده خود در کانزاس فرستاد. از آنجائیکه شرکت تلگراف وسترن بونبون هزینه تلگرام را بر اساس تعداد کلمات حساب می‌کرد، پرایمرز پیام را به رمز می‌نوشت تا هزینه کمتری بپردازد.

متن اصلی پیام این بود: «BAY ALL KINDS QUO» یعنی «من پانصدهزار پوند پشم خریدم».

اما تلگرامی که تحویل شد این بود: «BUY ALL KINDS QUO» و نماینده پرایمرز در کانزاس آن را اینگونه معنی کرد: «لطفاً پانصدهزار پوند پشم بخر».

در نتیجه پرایمرز بیست هزار دلار ضرر کرد که به نرخ امروز برابر با چند میلیون دلار است. وسترن بونبون هم هیچ خسارتی پرداخت نکرد چون پرایمرز می‌توانست با پرداخت چند سنت بیشتر، تایتیدیه تلگرام را درخواست کند. اما وی ابتکار را نکرده بود.

پرواضح است که برای مبادله اطلاعات مالی راه روشی لازم بود که مطمئن‌تر از لوله مکشی و ایمن‌تر از تلگرام باشد که بسادگی قابل تحریف بود.

Shiraz Supermarket in Adelaide

ادلید

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 بعداز ظهر

Ph: 08 8377 4338 | 0430 400 409

Shop 4&5, 1520 Main South Road, Sturt, S.A 5047

HORBOUR SUPERMARKET

قابل توجه فارسی زبانان محله کلی ویل و حومه

افتتاح شد

سوپرمارکت ایرانی هوربر

افتتاح شد

هم اکنون در محله کلی ویل ریدجز در خدمت هموطنان و همزبانان گرمی

انواع

شیرینی تر و خشک

فالوده و بستنی

آجیل و خشکبار

انواع حیوانات

و بسیاری دیگر

مواد خوراکی



انواع

خوراوبار

ترشی، مربا

سبزیجات خشک

برنجهای باسامانی

و غیره

کلیه ادویه جات

ساعات کار: دوشنبه و سه شنبه ۹ صبح تا ۷/۵ شب چهارشنبه تا یکشنبه ۹ صبح تا ۹ شب

Ph: 02 9061 0697 | 0413 125 952

Shop 5/14 Merriville Rd. Kellyville Ridge (opposite Dan Murphy's car park)

www.horbour.com.au

خشک کردن لواشک؛ به کمک آفتاب

وگرنه لواشک شما کپک خواهدزد. لواشک‌ها را بعد از خشک شدن با چاقو یا قیچی آشپزخانه برش دهید و در پلاستیکی مناسبی قرار دهید. موقع برداشتن کار، شما راحت است، چون لواشک‌ها قبلاً چرب شده است. نکته ۱: کابینت سرد و خشک بهترین محل نگهداری لواشک است، بنابراین هرگز آن را درون یخچال نگذارید، چون به هم می‌چسبد. نکته ۲: کیوی میوه‌ای است که به تنهایی تبدیل به لواشک نمی‌شود، چون اسید بالایی دارد و هرگز نمی‌گیرد. باید با میوه‌ای مثل آلو ترکیب شود. نکته ۳: می‌توانید خلاقیت به خرج دهید. ترکیبی از همه میوه‌های داخل یخچال را داخل قابلمه ریخته و لواشکی با طعم جدید درست کنید.

شده، آن را به سینی دیگری منتقل کنید. حالا سینی را جلوی نور مستقیم آفتاب قرار دهید تا لواشک خوب خشک شود. اگر سینی ندارید، سفره را اول روی زمین پهن کنید و چرب کنید بعد مایع لواشک را رویش بریزید. بعد از گذشت چند روز لواشک را وارسی کنید، اگر یک رویش خشک شده بود، آن را از شمع جدا کنید و روی دیگری را پهن کنید، چون چرب شده به راحتی جدا می‌شود. بعد از گذشت دو روز لواشک شما، آماده است. اگر به گرد و خاک احتمالی حساس هستید و موی آشپزی، روغن را همه جای شمع پخش می‌توانید شمع دیگری را چرب کرده و روی لواشک پهن کنید. اما حواستان باشد باید آفتاب تند رویش بتابد

خشک کردن لواشک بخش مهم آن است که اگر دقت نکنید، همه زحمت‌های شما بر باد خواهدرفت. وسایلی که نیاز دارید سینی‌های بزرگ، شمع، سفره پلاستیکی و کمی روغن است. البته نور مستقیم آفتاب هم در تهیه لواشک نقش اساسی دارد. اگر سینی بزرگ ندارید، می‌توانید از سفره‌های پلاستیکی بزرگ استفاده کنید. اول سینی را آماده کنید شمع را بزرگ‌تر از سینی برش دهید و داخل آن پهن کنید. کمی روغن مایع روی آن بمالید. با دست یا با قلم موی آشپزی، روغن را همه جای شمع پخش کنید تا یکدست شود. حالا مایع لواشکی را که آماده کرده اید، داخل سینی بریزید به مقداری که یک لایه نازک تشکیل شود. اگر حجم لایه زیاد

دست داده اند و وقتی هم می‌زنید، هسته‌ها جدا شده و روان و معلق در قابلمه دیده می‌شوند. محصول هم شبیه اش شده است. اگر آلوی شما زردرنگ است و دوست دارید رنگش قرمز شود، کافی است چند دانه آلوئی قرمز به ظرف اضافه کنید. اگر آلو قرمز نداشتید، چند عدد گیلان هم می‌تواند این کار را بکند. به خاطر داشته باشید هرگز برای ترش شدن لواشک، لیمو یا افزودنی دیگری اضافه نکنید. ترشی خود آلو همراه با نمک کافی است. قابلمه را بگذارید تا خشک شود. بعد از خشک شدن یک لگن و یک آبکش یا صافی اندازه هم و مناسب، آماده کنید.

آلوهای پخته را داخل آبکش یا صافی بریزید و با دست آن را هم بزنید تا به تدریج از صافی رد شده و به کاسه یا لگن زیری بریزد. اگر دست شما به آلو یا مواد اسیدی حساس است، حتما موقع صاف کردن آلو، دستکش بپوشانید.

این قدر این کار را ادامه دهید تا فقط هسته‌ها آلو در آبکش باقی بمانند. حالا مایع لواشک آماده است. بعد از گذشت یک یا دو ساعت که بستگی به جنس آلو دارد، حرارت را خاموش کنید. بهترین زمان موقعی است که آلوها دیگر شکل خود را از

بریزید. گلابی‌ها را شسته و قاچ کنید. چوب و هسته میانی آن‌ها را خارج کنید و همراه زردآلوها داخل قابلمه بریزید. آب را اضافه کنید. ابتدا با حرارت بالا و بعد از جوش آمدن با حرارت پایین آن را بپزید. نمک را فراموش نکنید، به خاطر بافت سفت گلابی این لواشک زمان بیشتری برای پخت نیاز دارد. باید آن را هم بزنید. بعد از گذشت تقریباً سه ساعت وقتی دیگر میوه‌ها قابل شناسایی نبودند، حرارت را خاموش کنید.

بگذارید قابلمه سرد شود و بعد آن را داخل آبکش یا صافی بریزید که زیرش لگن مناسبی قرار دارد. دستکش بپوشید و مخلوط لواشک را صاف کنید، چون ممکن است دانه‌های بافت گلابی زیر دندان حس شود، صافی ریزتری انتخاب کنید. مخلوط غلیظ تری نسبت به لواشک آلو رو به رو می‌شوید. پس حواستان باشد سینی بزرگ تری انتخاب کنید و لایه نازک تری از آن را داخل ظرف پهن کنید.

را دانه کنید. به وسیله ایموه گیری یا با فشار گوشتکوب می‌توانید آب دانه‌ها را بگیرید. آب انار را داخل یک قابلمه بریزید. به آب انار نمک و گلاب اضافه کنید و بگذارید روی حرارت کم به جوش بیاید. حرارت را کم کنید و چند ساعتی صبر کنید تا مایع غلیظ شود. وقتی مایع به غلظت رب رسید، زیر آن را خاموش کنید و بگذارید سرد شود. در این فاصله، آلبالوها را شسته و بدون این که هسته گیری داخل قابلمه بریزید، زرشک‌ها را هم شسته و به قابلمه آلبالو اضافه کنید، چون هر دو میوه بافت یکسانی دارند، زمان پختشان شبیه هم است. آب و نمک را فراموش نکنید. با حرارت نیمه آجاق گاز، آن را دو ساعتی بپزید و چندین بار هم بزنید. وقتی شکل آلبالوها از دست رفت و دیگر آلبالوی درسته‌ای ندیدید، حرارت را خاموش کنید. بعد از سرد شدن، آلبالو و زرشک را از صافی رد کنید. ممکن است دانه‌های زرشک حل نشده باشند، اما نگران نباشید، خاصیتش را به مخلوط لواشک شما داده است. حالا مخلوط لواشک را از صافی رد کنید. آب انار سفت شده را هم به آن اضافه کنید و خوب هم بزنید. مطمئن از دیدن رنگ قرمز شفاف و زیبای مخلوط به دست آمده شگفت زده خواهیدشد.

آنتی بیوتیک های طبیعی برای درمان عفونت های بدن



۶ سرکه سیب: مطالعات نشان داده که سرکه سیب ویژگی آنتی بیوتیکی و ضدعفونی‌کنندگی دارد. شما می‌توانید به شکل های مختلف از سرکه سیب استفاده کنید.

۷. روغن طبیعی نارگیل: روغن نارگیل ویژگی ضد عفونی‌کنندگی دارد که به بالا بردن ایمنی بدن و درمان بیماری‌ها کمک می‌کند.

۸ زنجبیل: یکی از دسترس‌ترین آنتی بیوتیک های طبیعی زنجبیل است که در درمان سرماخوردگی، آنفولانزا، حالت تهوع، درد مفاصل و دل درد استفاده می‌شود.

۹. دارچین: دارچین یکی از ادویه‌های غنی است که غذا را خوشبو میکند و حاوی مقادیری آنتی بیوتیک است.

۱۰. پرتقال: پرتقال و آناناس حاوی ویتامین C، فراوانی است که ایمنی بدن را بالا می‌برد و بدن شما را سالم نگه می‌دارد.

همچنین برای درمان سوختگی و زخم مناسب است. چای گیاهی وقتی با عسل مخلوط شود به درمان عفونت های داخلی باکتریایی کمک می‌کند.

۳. پیاز: پیاز هم مثل سیر است، پیاز و سیر بعد از پخته شدن خاصیت آنتی بیوتیکی خود را از دست می‌دهند. خوردن پیاز خام به کاهش درد، عفونت، سرماخوردگی و سرفه کمک می‌کند.

۴. کلم: کلم یکی دیگر از آنتی بیوتیک های طبیعی است که ایمنی بدن را بالا می‌برد و از عفونت جلوگیری می‌کند و برای کودکان مصرف این آنتی بیوتیک‌ها بهتر است؛

بهترین آنتی بیوتیک های طبیعی

۱. سیر: سیر مخصوصاً سیر خام برای مقابله با آنتی بیوتیک بسیار مناسب است. سیر حاوی رادیکال های آزاد و آنتی اکسیدان است.

۲. عسل: یکی دیگر از بهترین آنتی بیوتیک های طبیعی عسل است که برای بالا بردن سیستم ایمنی بدن مقابل باکتری استفاده می‌شود،

آنتی بیوتیک‌ها به خصوص آنتی بیوتیک طبیعی انتخاب نهایی برای عفونت های باکتریایی هستند. آنتی بیوتیک های طبیعی بسیاری در اطراف ما وجود دارد. آنتی بیوتیک های طبیعی بسیار مقابل عفونت های باکتریایی تاثیر می‌گذارد. مصرف ضروری آنتی بیوتیک باعث می‌شود پزشک دارو را محدود کند. از مصرف سرخود این دارو خودداری کنید. این داروهای طبیعی در موارد مختلفی باعث پیشگیری و درمان می‌شوند، سیستم ایمنی بدن را بالا می‌برد و از عفونت جلوگیری می‌کند و برای کودکان مصرف این آنتی بیوتیک‌ها بهتر است؛

بهترین آنتی بیوتیک های طبیعی

۱. سیر: سیر مخصوصاً سیر خام برای مقابله با آنتی بیوتیک بسیار مناسب است. سیر حاوی رادیکال های آزاد و آنتی اکسیدان است.

۲. عسل: یکی دیگر از بهترین آنتی بیوتیک های طبیعی عسل است که برای بالا بردن سیستم ایمنی بدن مقابل باکتری استفاده می‌شود،

تغذیه و سلامت

همه چیز درباره لواشک



است که برای دفع سنگ کلیه، آلرژی و لاغری موثر می‌باشد. همچنین به واسطه ترکیبات آنتی اکسیدان، خاصیت ضدسرطانی دارد.

لواشک انار

در کنترل اوره و کلسترول و دفع سموم و تعدیل مایعات بدن بسیار مفید است.

لواشک زرشک

جهت پایین آمدن تب، کنترل فشارخون و ضربان قلب، تسکین درد های روماتیسمی و مفصلی موثر است.

لواشک آلو

ضدباکتری و ویروس، ایجادکننده تحرکات در روده و موثر در تنظیم کار دستگاه گوارش. این لواشک برای افرادی که ناراحتی معده و کم خونی دارند مفید است و برای ستین مختلف توصیه می‌شود.

انواع لواشک ها

لواشک لیمو

دارای خواص اسیدی ضدعفونی کننده قوی

لواشک آلو

آلو مثل دیگر میوه‌های تابستانی کال و رسیده دارد که از ترش و شیرین متغیر است. این روزها بهترین زمان برای خرید این میوه‌های رنگارنگ است. آلو انواع مختلفی دارد و در رنگ‌های زرد، سرخ و بنفش و با طعم‌های ترش، شیرین و ملس دیده می‌شود.

غیر از این، نوع آبدار و گوشتی دارد که طبیعتاً نوع آبدارش برای درست کردن لواشک، بسیار مناسبتر است.

مواد لازم

آلو: یک کیلوگرم

نمک: یک قاشق مرباخوری

آب: دو لیوان

طرز تهیه:

معمولاً آلوهای رسیده و له شده برای پخت لواشک مناسب ترند. آلوها را خوب بشویید و درون قابلمه بریزید. دو لیوان آب را روی آلوها بریزید و قابلمه را روی حرارت بگذارید. اول شعله را زیاد کنید تا آب جوش بیاید، اما بعد از جوش آمدن، حتما شعله را کم کنید و نمک را اضافه کرده و خوب هم بزنید. اصلاً به این فکر نکنید که در قابلمه را بگذارید، چون خیلی زود آلوها سر رفته و گاز شما را کثیف می‌کند. هرگز آب بیشتری به قابلمه آلو اضافه نکنید، چون باید غلظتش حفظ شود. نگران نباشید! آلوها به کف قابلمه نمی‌چسبند. هر چند دقیقه

لواشک زردآلو و گلابی

اگر شیرین پسند هستید از لواشک آلو فاصله بگیرید. سرآز زردآلوهای مانده در یخچال بروید یا به قیمت ارزان تری زردآلوهای له شده را از میوه فروشی تهیه کنید. برای شیرین‌تر شدن لواشک‌تان، می‌توانید چند گلابی به آن اضافه کنید. در نظر بگیرید که تمام لواشک‌ها خاصیت روان کردن مزاج را دارند، چه رسد به این لواشک! این خاصیت این لواشک به خاطر گلابی بیشتر هم هست، پس موقع مزه مزه کردن لواشک، حواستان به این خاصیت هم باشد.

مواد لازم

زردآلو: یک کیلوگرم

گلابی: سه عدد

نمک: نصف قاشق مرباخوری

آب: دو لیوان

طرز تهیه:

زردآلوها را بشویید و بگذارید آبشان برود. تمام

لواشک آلبالو، زرشک و انار

ترکیبی از آلبالو، زرشک و انار، لواشک فوق العاده‌ای به شما می‌دهد. کسانی که دوست دارند معده شان سوراخ شود یا معده قوی دارند، این لواشک را امتحان کنید. این معجون فوق العاده ترش، روز شما را می‌سازد البته اگر آن را با معده خالی مصرف نکنید، بهتر است این خوراکی هیجان انگیز را بعد از غذا میل کنید. توجه کنید تمام این میوه‌های قرمز، منبع مهم آنتی اکسیدان هستند و برای سلامتی بسیار مفید. خوبی این لواشک این است که بسیار سلامت است و خوردنش به کسانی که چربی و قند خون دارند، توصیه می‌شود.

مواد لازم

آلبالو: یک کیلوگرم

زرشک: ۲۵۰ گرم

انار: چهار عدد

نمک: دو قاشق مرباخوری

گلاب: یک قاشق چایخوری

آب: چهار لیوان

طرز تهیه:

این لواشک پخت نسبتاً سخت تری دارد و به خاطر گرانی میوه هاش، هزینه بر است. پختن

این لواشک کمی سخت‌تر و متفاوت از آلوس.

چون جنس و بافت این میوه‌ها با هم همخوان نیست، شیوه پخت جداگانه‌ای دارند. ابتدا انارها

Castle Hill Renault



RENAULT
Passion for life

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

که به فروشگاه می‌رفت از خریدهای جدیدش ذوق می‌کرد و هرگز نگران خودش و سلامتی خودش نبود و نگرانی اصلی او کودکان و خانواداش بودند.

چیزی نمی‌خورده است. لوکا معتقد است روحیه آدری در زندگی نیز در زیبایی مادرش بی‌تاثیر نبوده است.

لوکا می‌گوید او در لحظه زندگی می‌کرد، هر بار

آب فراوان، مصرف سبزیجات تازه و میوه از عادت‌های او بوده است. آدری یک روز در ماه را به سم‌زدایی اختصاص می‌داده و در طول آن ۲۴ ساعت به‌جز آب، سبزیجات و میوه و ماست

کالری زغال‌سنگ عمل می‌کند. اما باز هم مهم است که آگاه باشید چقدر می‌خورید زیرا ممکن است از فهمیدن میزان کالری‌هایی که ندانسته مصرف می‌کنید غافلگیر شوید.

اولین موضوع مهم در مورد کاهش وزن این است که دست از نوشیدن کالری‌ها بردارید. این یعنی حذف نوشیدنی‌های بدون گاز، آبمیوه‌ها، نوشیدنی‌های ورزشی و غیره. این نوع کالری‌ها به سرعت عمل می‌کنند و شما را سیر نمی‌کنند و حتی ممکن است احساس گرسنگی بیشتری در شما ایجاد کنند. ممکن است ۱۰۰ کالری را مصرف کنید و ندانید اینها هیچ ساختار واحدی از پروتئین و فیبرهایی که شما را سیر کنند ندارند. از آنجا که تمامی این نوشیدنی‌ها قنددار هستند می‌توانند قند خونتان را بالا برده و باعث آسیب شوند. این مرحله آسیب جایی است که بیشتر هوس کربوهیدرات‌هایی را می‌کنید که به شکل قند یا کربوهیدرات تصفیه‌شده هستند. این موضوع، کاهش وزن را سخت‌تر می‌کند. پس به خدوتان لطفی کنید و این نوشیدنی‌ها را به آب تبدیل کنید.

می‌توانید به صورت امتحانی برای چند روز کالری‌های مصرفی‌تان را پیگیری کنید تا فقط متوجه شوید کجا ایستاده‌اید. از آنجا می‌توانید متوجه شوید که چه چیزهایی را باید اصلاح کنید. به عنوان مثال بادام مصرف کنید. بادام یک میان‌وعده سالم عالی است که یک مشت کوچک از آن می‌تواند فوق‌العاده باشد. اما فرض کنید این کار را چندین بار در روز انجام دهید. فقط یک فنانج بادام ۵۳۰ کالری دارد که می‌توانند خیلی بیشتر از چیزی باشد که شما قصد دارید مصرف کنید.

شما نباید خدوتان را بنده پیگیری غذاها و کالری‌ها کنید اما یک ایده کلی از آنچه اکنون مصرف می‌کنید به دست آورید و تغییرات لازم را بدهید.

مصرف کربوهیدرات زیاد

شاید حالتان از شنیدن این همه موضوع در مورد اهمیت کربوهیدرات‌ها به هم بخورد، اما وقتی موضوع بر سر مشکل کم نشدن وزنتان باشد لازم دارید که در مورد اهمیت آن بشنوید. اگر مشکلاتی همچون کم نشدن وزن یا مشکلات قندی همچون دیابت نوع ۲ داشته باشید وقت آن است که مصرف کربوهیدراتان را کم کنید. شاید موضوعی باشد که بخواهید در موردش با پزشکتان صحبت کنید اما اکثریت کربوهیدرات‌هایی که در معرضشان هستیم اصلا برای بدنمان ضروری نیستند. چیزهایی مانند نان سفید، برنج سفید، آرد سفید و شکر سفید هیچ مواد مغذی برای شما ندارند اما سرشار از گلیسمی هستند. این‌ها قند خون شما را بالا نگه می‌دارند و کاهش وزن را سخت‌تر می‌کنند.

مصرف خوراکی‌هایی با کربوهیدرات‌های پایین می‌تواند تاثیر مثبتی روی سطح تری گلیسرید و کلسترول بگذارد و در عین حال قند خون و کاهش وزن را هم کنترل کند. چیزهایی مانند جو دوسر، برنج قهوه‌ای، سبب‌زمینی شیرین و کنوبو می‌توانند انتخاب‌های خوبی باشند.

اختصاص می‌دهد. این کار کالری زیادی را می‌سوزاند که به کاهش وزنتان هم کمک می‌کند. سبک تمریناتی که به ساخت ماهیچه کمک می‌کند یعنی سبک تمرینات قدرتی- بدن را از نظر هورمونی در وضعیت بهتری قرار می‌دهد. بدن شما می‌تواند حتی مدت‌های پس از انجام تمرینات هم کالری بسوزاند. متابولیسم شما بالاتر می‌رود و اهداف کاهش وزنتان هم دست‌یافتنی‌تر می‌شوند. در کنار این، داشتن ماهیچه‌های بیشتر، توانایی شما برای سوزاندن کالری را افزایش می‌دهد. ماهیچه‌های کم‌چرب از نظر متابولیسم حتی در وضعیت استراحت هم فعالند، بنابراین وقتی ماهیچه‌های بیشتری دارید، حتی وقتی نشسته‌اید هم بیشتر کالری می‌سوزانید.

نخوردن پروتئین کافی

شاید بارها در مورد اهمیت پروتئین‌ها شنیده باشید. هدف پروتئین‌ها فقط ایجاد ماهیچه نیست. پروتئین برای عملکردهای مختلف بدن مهم است، از ساخت هورمون‌ها گرفته تا ساختار، عملکرد و تنظیم بافت‌ها و ارگان‌ها در بدن.

پروتئین یک خاصیت کالری سوزی ترموزنیک هم دارد که به معنی این است که کالری را فقط صرف خوردن و هضم می‌کند. یا در مورد «عرق گوشت» شنیده‌اید؟ این همان عملکرد ترموزنیک در عمل است، زیرا انرژی زیادی در بدن را صرف هضم و جذب پروتئین می‌کنند. این عمل تجزیه پروتئین ماهیچه‌ای می‌تواند در بدن کالری‌سوز باشد. مزیت بعدی که پروتئین فراهم می‌کند این است که مصرف پروتئین در طول روز متابولیسم را ۸۰ تا ۱۰۰ کالری در روز ارتقا می‌دهد. تاثیر خوب دیگری که دارد این است که باعث می‌شود شما در روز چند صد کالری کمتر از منابع غذایی دیگر دریافت کنید. پروتئین به شما کمک می‌کند احساس سیری کنید. در ساعات مختلف روز کمتر کاهش گرسنگی می‌کنید و می‌تواند باعث شود کالری کمتری مصرف کنید که همه اینها به کاهش وزن بیشتر شما کمک می‌کند.

پروتئین همچنین برای نگه داشتن هوس شما به خوراکی‌ها و ثابت نگه داشتن قند خونتان خوب است. به این ترتیب شما آن آنبیاهایی را که باعث می‌شوند هوس کربوهیدرات بیشتر کنید و در نتیجه وزنتان اضافه شود نخواهید خورد. ایده خوبی است که پروتئین را در وعده صبحانه میل کنید تا به کاهش وزنتان کمک کند. به این ترتیب در طول صبح سیر می‌مانید و کمتر احتمال دارد که به سراغ میان وعده‌های صبح رفته و هوس شیرینی‌جات کنید.

پروخوری کردن

اگر در مورد کاهش وزن جدی هستید احتمالا به سهم غذایی که باید بخورید و میزان کالری که باید مصرف کنید آگاه هستید. موضوع کلی شمارش کالری کمی پیچیده است و به‌راحتی جمع زدن این کالری با آن کالری نیست و تمامی کالری‌ها به یک میزان ایجاد نمی‌شوند. ۱۰۰ کالری گردو در بدن شما متفاوت از ۱۰۰

فکر می‌کند نوعی آسیب یا چیز دیگری در حال وقوع است که اجازه نمی‌دهد شما بخوابید. این مسئله می‌تواند به سطوح بالاتر هورمون‌های استرس منجر شود و در گذر زمان می‌تواند کاملاً نامطبوع و آزاردهنده شوند. آنها می‌توانند به التهابات زیادی در بدن منجر شده و دلیل اصلی بسیاری از بیماری‌ها شوند. در کنار آن این هورمون‌های استرس کاهش وزن را هم بسیار دشوار کرده و متابولیسمتان شروع به آهسته شدن می‌کند. می‌توانید تصور کنید که وقتی تمرین بیش از حد یا کمبود خواب توأم باشد باید با روزهایی کاهش وزنتان خداحافظی کنید. در برنامه‌تان ۷-۸ ساعت خواب شبانه را قرار دهید و از مصرف قهوه و کافئین در اواخر روز خدوداری کنید.

اتقانتان را تا جای ممکن تاریک نگه دارید و برای داشتن استراحت بهتر و جوان‌سازی طرف خنک‌تر را لمس کنید. با استراحت و بازسازی کامل بدنتان زمینه را برای کاهش وزن بهتر و تناسب تقویت شده آماده می‌کنید.

به اندازه کافی نخوردن

این مورد ممکن است به نظر گیج‌کننده برسد، چراکه اگر کم می‌خورید قاعداً باید وزن کم کنید. همه اینها به متابولیسم برمی‌گردد و باز هم موضوع هورمون استرس.

به چربی بدنتان به عنوان یک منبع سوخت پشتیبان فکر کنید. وقتی آسیب یا استرس اتفاق می‌افتد، این چربی‌ها می‌توانند تجزیه شوند و توسط بدن به عنوان انرژی مورد استفاده قرار بگیرند. وقتی کالری زیادی را محدود می‌کنید، بدنتان فکر می‌کند شکل دیگری از آسیب وجود دارد یا شاید خشکسالی اتفاق افتاده است، زیرا شما خدوتان را تغذیه نمی‌کنید. ذخیره چربی، روش بدن شما برای برنامه احتمالی است.

وقتی به اندازه کافی نمی‌خورید چیزی که متابولیسم شما نشان می‌دهد این است که بدنتان نمی‌خواهد چیزی را که دارد هدر بدهد. در این نقطه همه چیز حول محافظت قرار می‌گیرد و کاهش وزن در اولویت بدنتان قرار نمی‌گیرد. این را به ورزش کردن بیش از حد در باشگاه اضافه کنید و می‌بینید که واقعا کاهش وزنتان متوقف می‌شود. بدنتان در برابر شما مقاومت می‌کند تا چیزی که دارد را حفظ کند. این همانجایی است که جراحی‌ها و بیماری‌ها نیز می‌توانند اتفاق بیفتند زیرا بدنتان تلاش می‌کند سرعت امور را تا حد ممکن کاهش دهد. بگذارید بدنتان تغذیه شود و مواد مغذی دریافت کنند. بدن شما به ابتدا فقط عمل ساخت ماهیچه از طریق تمرینات قدرتی تمام تلاش بدن را به خودش و بدنتان کاهش می‌دهد.

نساختن ماهیچه

اینجا بحث در مورد به دست آوردن ماهیچه‌ها سازنده بدن نیست، بلکه در مورد عضلات کم‌چرب خوب است، چراکه این می‌تواند بخشی باشد که به شما در کاهش وزن کمک کند. به ساختن عضلات عمل ساخت ماهیچه از طریق تمرینات قدرتی تمام تلاش بدن را به خودش

پیک پارسیان

راز زیبایی آدری هپورن و تأثیر آرایش در زیبایی چهره او

از مژه‌های مصنوعی بسیار پر و اغراق‌آمیز نیز بسیار رایج شده بود و حتی برای پلک پایین نیز از آنها استفاده می‌شد. آدری مژه‌هایش را اغلب فر می‌کرد و از مژه‌های مصنوعی تنها در قسمت انتهایی پلک استفاده می‌کرد تا چشم‌هایش کشیده‌تر به نظر برسد.

مداد سفید برای داخل چشم

میکاپ‌آرتیست آدری برای پلک پایین او نیز خط چشم مشکی باریکی می‌کشید و برای بزرگ‌تر نشان‌دادن چشم‌ها، داخل پلک را با مداد سفید پر می‌کرد. (توجه داشته باشید که بهترین حالت استفاده از مداد سفید، زمانی است که پلک پایین به‌درستی آرایش شده باشد) این تکنیک نیز الهام‌گرفته از ترندهای دهه ۶۰ بود.

سایه کات کریس

آدری پلک‌های کشیده‌ای داشت و میکاپ‌آرتیست او با سایه کات کریس لایت این کشیدگی را برجسته‌تر می‌کرد. با این‌که در آن زمان سایه‌روشن و پاستلی ترند شده بود، اما میکاپ‌آرتیست آدری ترجیح می‌داد سراغ رنگ‌های تیره و مات برود. او معمولاً از قهوه‌ای دودی برای رنگ کریس استفاده می‌کرد.

ابروهای متفاوت

شاید شما هم آدری را با ابروهای زیباییش بشناسید. ابروهای پهن و کوتاه با انتهایی متفاوت از فرم ابروی استاندارد! شکستن قوانین و زیر پا گذاشتن استانداردهای زیبایی هرچند که کاری با ریسک بالاست، اما اگر حرفه‌ای و به‌جا انجام شود، می‌تواند نتیجه‌ای بسیار زیبا و متفاوت داشته باشد. در فرم استاندارد ابرو باید انتهایی ابرو با محل رویش تاج در یک راستا باشد، در صورتی که انتهایی ابروهای آدری، کمی بالاتر از محل رویش تاج قرار می‌گیرد. این فرم ابرو با میکاپ چشم‌گره‌ای باعث کشیده‌تر و درشت‌تر دیده‌شدن ابرو خواهد شد.

صیحاته در تیفانی

میکاپ آدری هپورن در این فیلم پرافتخار یکی از الهام‌بخش‌ترین میکاپ‌های آدری است. گریم او در این فیلم کمی متفاوت‌تر از شکل همیشه او بود. موهای روشن و ابروهای بسیار روشن و تم صورتی-طلوپی در این میکاپ، همگی از تغییرات محسوس آدری بودند. رژلب صورتی مرواریدی به‌همراه رژگونه غلیظ و ابروهای روشن، از ترندهای میکاپ دهه ۷۰ بودند و با توجه به این که این فیلم محصول ۱۹۶۱ است، می‌توان گفت طراحی گریم این فیلم بسیار مدرن و هوشمندانه بوده است.

میکاپ آدری هپورن در سالمندی

درست مثل همیشه که آدری میکاپی متناسب با نوع چهره‌اش انتخاب می‌کرد، زمانی که آثار سالخوردگی روی صورت او پدیدار شد، آرایشی لایت‌تر و متفاوت‌تر را می‌پسندید. بزرگ‌ترین تغییر صورت او در میانسالی و سالخوردگی و هوشمندانه بودند؛ ابروهای روشن و باریک!

راز زیبایی آدری از زبان پسرش

لوکا، پسر آدری، در مصاحبه با Town & Country راه‌های زیبایی مادرش را در چند مورد ساده بیان کرده است. او مهم‌ترین راز زیبایی مادرش را تغذیه او می‌داند. نوشیدن



توجه در مورد آدری این است که او ضمن پیروی از ترندها در استایل و میکاپ، همچنان استایل خاص خود را داشت. محسوس‌ترین ترند آرایشی دهه ۶۰ خط چشم بسیار مشکی و پهن دنباله‌دار است که تقریباً در تمام دوران جوانی آدری این

آیتم از میکاپ او حذف نشد. علاوه بر این استفاده

حفظ می‌کرد؛ مدل موی پیکسی کوتاه و آرایش چشم‌گره‌ای (cat eye).

ردپای ترندهای دهه ۶۰

احتمالاً شبیه‌ترین میکاپ به میکاپ آدری همان ترندهای آرایشی دهه ۶۰ هستند. نکته جالب

آدری جملات بسیار زیبا و مشهوری در زمینه زیبایی حقیقی دارد. او بارها به این موضوع اشاره کرده است که چیزی که یک زن را زیبا می‌سازد، زیبایی درون اوست. او در یکی از محبوب‌ترین جملاتش می‌گوید: زیبایی یک زن باید از چشم‌هایش دیده شود. چشم‌ها دروازه قلب هستند، جایی که عشق در آن زندگی می‌کند به نقل از مدوپیا، آدری هپورن کسی است که بنیاد فیلم آمریکا او را سومین ستاره بزرگ در بین بازیگران زن همه دوران معرفی کرده است. از فعالیت‌های بشردوستانه تا لباس‌های زیبا و خاص ژوآنشی آدری زیبا، آخرین معصوم سینما، الگو و منبع الهام بسیاری از زنان دنیاست.

میکاپ متناسب با نوع چهره

آدری چهره معصوم و کودکانه‌ای داشت و میکاپ‌آرتیست مشهور و بااستعداد او، البرتو د روسی، به‌خوبی می‌دانست که با این زیبایی افسانه‌ای چه کند. او معصومیت این چهره را با میکاپ و مدل موی خاص و همیشگی آدری بیشتر می‌کرد. با این‌که آدری تنوع بیشتری نسبت به هم‌دوره‌ای‌های خود در میکاپش می‌داد، اما دو فاکتور را تقریباً در اکثر مواقع

چرا وزن کم نمی‌کنیم؟

دلایل ساده برای شکست در رژیم لاغری



ورزش کردن بیش از حد

یک برنامه منظم ورزشی جدید را شروع کرده‌اید و دارید با آن ارتباط برقرار می‌کنید. این خیلی هیجان‌انگیز است که از طریق فعالیت جسمی با بدنتان ارتباط برقرار می‌کنید و با داشتن احساس بهتر بازخورد دریافت می‌کنید. همچنین عالی است که شاهد افزایش قدرتتان و ماهیچه‌های کم‌چربتان هستید. اگر از این کار لذت می‌برید و نکات مثبتی را در آن می‌بینید، ممکن است این مفهوم در ذهنتان ایجاد شود که تمایل دارید طولانی‌تر و سخت‌تر ورزش کنید. اگر ورزش کردن در سه روز از هفته چنین احساس عالی را ایجاد می‌کند چرا ۵ روز در هفته ورزش نکنم؟ چرا ۷ روز هفته را به ورزش‌های کاردیو و قدرتی اختصاص ندهم؟ اگر یک ساعت ورزش کردن

عالی است، چرا دو ساعت ورزش نکنم؟ یا سه ساعت؟ مطمئناً این راه بهتری برای کاهش وزن و متناسب شدن است. متأسفانه روش کار این‌گونه نیست و بهتر است زمانی را برای استراحت کردن به بدنتان بدهید. وقتی بیش از حد ورزش می‌کنید ممکن است باعث شوید که به سیستم عصبی مرکزی‌تان فشار وارد شود. شما بدنتان را در موقعیتی قرار می‌دهید که دائماً تحت استرس و فشار است و هورمون‌های استرس را آزاد می‌کند. وقتی اجازه استراحت و بازیابی مناسب را به بدنتان نمی‌دهید باعث می‌شوید بدنتان از حالت تعادل خارج شود. تمرین کردن بیش از حد می‌تواند منجر به جراحی‌ها، پارگی‌های عضلانی و کشش‌های عضلانی شود. همچنین می‌تواند سیستم

رژیم‌های غذایی مختلفی را امتحان کرده‌اید و ورزش هم می‌کنید اما وزنتان کاهش نمی‌یابد. این موضوع می‌تواند چند دلیل داشته باشد. در این مطلب به ۷ علت آن اشاره شده است. به نقل از هاوکن‌یو، «چرا من وزن کم نمی‌کنم؟» یک سوال رایج است که در باشگاه‌ها و کلوب‌های ورزشی زیاد آن را می‌شنوید. دلایلی مانند دلایلی که با شما به اشتراک خواهیم گذاشت، وجود دارد. این‌که به میدان برگردید و اهداف کاهش وزن و تناسب اندامتان را دنبال کنید بسیار خوب است. شاید تنها چیزی که لازم دارید این است که بیشتر بخوابید، مراقب کالری مایعات باشید، بیشتر استراحت کنید و مراقب کربوهیدرات مصرفی‌تان باشید. در هر صورت راه حل‌هایی برای مشکل عدم کاهش وزنتان وجود دارد.



پیک پارسیان

جوایز بفتا ۲۰۲۰؛ مریم مهاجر برنده انیمیشن کوتاه شد



جوایزه های متعدد دیگری همچون گولدن گلوب و رنی زلوگر، بازیگر نقش اول زن فیلم جودی نیز به ترتیب جوایز بهترین بازیگر مرد و زن را دریافت کردند. جایزه بهترین بازیگر نقش مکمل مرد به برد پیت، بازیگر فیلم روزی روزگاری هالیوود به کارگردانی کوئنتین تارانتینو رسید. لارا درن نیز به خاطر بازی در نقش یک وکیل خانواده در فیلم سینیایی داستان ازدواج جایزه بهترین بازیگر نقش مکمل زن را دریافت کرد. واکین فینیکس، رنی زلوگر، برد پیت و لارا درن پیش از این نیز

جوایزه های متعدد دیگری همچون گولدن گلوب و رنی زلوگر، بازیگر نقش اول زن فیلم جودی نیز به ترتیب جوایز بهترین بازیگر مرد و زن را دریافت کردند. جایزه بهترین بازیگر نقش مکمل مرد به برد پیت، بازیگر فیلم روزی روزگاری هالیوود به کارگردانی کوئنتین تارانتینو رسید. لارا درن نیز به خاطر بازی در نقش یک وکیل خانواده در فیلم سینیایی داستان ازدواج جایزه بهترین بازیگر نقش مکمل زن را دریافت کرد. واکین فینیکس، رنی زلوگر، برد پیت و لارا درن پیش از این نیز

جوایزه های متعدد دیگری همچون گولدن گلوب و رنی زلوگر، بازیگر نقش اول زن فیلم جودی نیز به ترتیب جوایز بهترین بازیگر مرد و زن را دریافت کردند. جایزه بهترین بازیگر نقش مکمل مرد به برد پیت، بازیگر فیلم روزی روزگاری هالیوود به کارگردانی کوئنتین تارانتینو رسید. لارا درن نیز به خاطر بازی در نقش یک وکیل خانواده در فیلم سینیایی داستان ازدواج جایزه بهترین بازیگر نقش مکمل زن را دریافت کرد. واکین فینیکس، رنی زلوگر، برد پیت و لارا درن پیش از این نیز

فیلم سینیایی ۱۹۱۷ با دریافت هفت جایزه، بخش مهمی از جوایز آکادمی هنرهای سینمایی و تلویزیونی بریتانیا، بفتا را به خود اختصاص داده است. در مراسم بفتا که عصر یکشنبه در لندن برگزار شد، جایزه بهترین فیلم، بهترین فیلم بریتانیایی، بهترین کارگردانی، بهترین فیلم برداری، بهترین صدابرداری، بهترین طراحی صحنه و بهترین جلوه های ویژه جوایزی بودند که به فیلم ۱۹۱۷ به کارگردانی سام مندس اعطا شد. این فیلم در نه بخش نامزد دریافت جایزه شده بود.

آیا زمان تغییر در سیستم رای گیری بفتا است؟

داوران ، تمامی فیلم‌ها را ندیده اند! توافقی که حتما در نتیجه نهایی تاثیر گذار است. از او پرسیدم چرا بازیگر رنگین‌پوستی چون سینتیا اریبو، بازیگر فیلم «هریت» که یکی از نامزدهای جایزه اسکار بود، در فهرست نهایی بقتا جای نگرفته است؟

برای پاسخ می‌دهد لیلیش به احتمال زیاد این است که فیلم به حد کافی شناخته شده نبوده است و در نتیجه بسیاری اصلا آن را تماشا نکرده‌اند. اریوو هیچ شانس‌ی در بفتای امسال پیدا نکرد در حالی که سال گذشته به عنوان استعداد رو به رشد آینده معرفی شده بود. فرض بر این است که داوران بفتا، فیلم‌ها و در کار داوری جدی اند و نظراتشان صرفا به سوی فیلم‌هایی که حاصل همکاری ستارگان و بودجه های کلان هستند، معطوف نیست.

اما یادآوری این نکته که بسیاری از فیلم‌هایی که به فهرست نهایی راه یافته‌اند را داوران تماشا هم نکرده‌اند، موجب ناامیدی در رقابت بفتای ۲۰۲۰ است. رقابتی که نمی تواند عمق و تنوع و استعداد واقعی را به نمایش بگذارد.

ممکن است زمان تغییر در سیستم رای گیری بفتا فرا رسیده باشد؟ بفتا وعده داد در ترکیب داوران و سیستم رای‌گیری خود تغییراتی جدی اعمال می کند.

این وعده پس از آن داده شد که در رای‌گیری امسال، ترکیبی مردانه آن‌هم بدون وجود رای دهندگان سیاه‌پوست داشت.

برازگیری، که هر رفتار کوچک بازیگر باید به خوبی دیده شود. اگر به طور میانگین برای تماشای هر فیلم به دوساعت زمان نیاز داشته باشد، یعنی برای تماشای تمام فیلم‌هایی که باید داوری‌شان کند به ۵۲۸ ساعت زمان نیاز دارد، معادل ۶۵ روز کاری و این برای تهیه‌کننده‌ای که سرش شلوغ است، زمان خیلی زیادی است.

در مقابل عده‌ای معتقدند اگر کسی زمان کافی برای دیدن تمام فیلم‌هایی که برای داوری دریافت کرده ندارد، طبعاً نباید در فهرست داوران قرار بگیرد. لیست نهایی حاصل قضاوت داورانی که فیلم‌ها را تماشا هم نکرده‌اند، فهرستی ناموفق خواهد بود و این درست نقطه مقابل گفته گردانندگان بفتا است، که فهرست نهایی را صادقانه و عادلانه می‌انند.

آن‌طور که در وبسایت بفتا آمده، ۶۵۰۰ کارشناس و صاحب‌نظر از گوشه و کنار دنیا درباره انتخاب نامزدها تصمیم‌گیری می‌کنند. ظاهراً قرار بر این است که تمامی آن ۶۵۰۰ کارشناس، فیلم‌ها را دیده باشند. اما این‌طور به نظر نمی‌رسد.

کسانی هستند که در بخش‌های اصلی بفتا به فیلم‌ها رای داده‌اند بدون آن که فیلم‌ها را دیده باشند. یکی‌شان به من پیام داد که احساس گناه می‌کند و پشیمان است چراکه تعداد کمی از فیلم‌هایی که به دستش رسیده بود را تماشا دی‌ووی‌دی برای تماشا نموده‌ای که کالوایا و دیگران هم به آن اشاره می کنند: به‌خصوص

مری هیگینز کلارک، نویسنده‌ای که ۱۰۰ میلیون جلد کتاب فروخت، در گذشت

ازدواج کرد و این زوج ۵ فرزند داشتند. او شوهرش را در ۲۵ سالگی از دست داد و برای تأمین زندگی شروع به نوشتن داستان کوتاه و متن‌های رادیویی کرد اما به او گفته شد روی نوشتن داستان تمرکز کند.

کتاب‌های او به ۳۵ زبان ترجمه شدند و اولین کتاب او به نام بچه‌ها کجان؟ ۷۵ بار تجدید چاپ

از روی برخی از کتاب‌های خانم کلارک فیلم هم ساخته شده است. سایمون و شوستر، ناشر خانم کلارک گفته است او در آرامش و در حالی که خانواده و دوستانش در کنارش بودند، درگذشت. مری هیگینز کلارک در سال ۱۹۲۷ در نیویورک به دنیا آمد. او مدتی مهندسان هواپیمایی پان آمریکا بود. با ترک شغلش با وارن کلارک

مری هیگینز کلارک، نویسنده پرفروش و سرشناس آمریکایی در ۹۲ سالگی درگذشت. خانم کلارک به ملکه تعلیق معروف بود، و صد میلیون جلد از کتاب‌های او به در سراسر جهان به فروش رفته است.

شماره‌ی از کتاب‌های او هم به فارسی ترجمه و منتشر شده‌اند.

مری هیگینز کلارک، نویسنده پرفروش و سرشناس آمریکایی در ۹۲ سالگی درگذشت. خانم کلارک به ملکه تعلیق معروف بود، و صد میلیون جلد از کتاب‌های او به در سراسر جهان به فروش رفته است.

شماره‌ی از کتاب‌های او هم به فارسی ترجمه و منتشر شده‌اند.

ولی‌الله شیراندامی روانه منزل ابدی شد



قید حیات هستند باید قدر آنها را دانست و برای آنها احترام قائل شد.

رضا بایک هنرمند پیشکسوت پشت تریبون قرار گرفت و متنی احساسی را با این مضمون خواند: مرگ آشترین واژه روزگار ماست، هر روز صبح که بیدار می شوم می ترسم به تلویزیون و شبکه‌های اجتماعی سرک بکشم و اگر تلفن زنگ دستم می لرزد. قرار نیست اینجا خبر خوبی شنیده شود. مرگ انسان سخت است اما مرگ هنرمند اندوه مشترک است چون هنرمند با مرگ خویش بخشی از زیبایی‌های خلق نشده خود را با خود می‌برد. جهان امروز ما، خاورمیانه پر اندوه

پیکر ولی‌الله شیراندامی بازیگر و کارگردان پیشکسوت تئاتر، سینما و تلویزیون، روز دوشنبه ۱۱ خرداد ماه در منزل خانم شیراندامی در خیابان پهنشت زهرا (س) تشییع شد. مراسم بدرقه پیکر این هنرمند فقید با حضور هنرمندان و دوستاناران سینما و تئاتر در خانه هنرمندان برگزار شد. ایرج راد رئیس هیات مدیره خانه تئاتر با سلام و تسلیت به شرکت کنندگان مراسم تشییع گفت: زمان به سرعت می‌گذرد و ما به سرعت بزرگان و عزیزان و یارانی که سال‌ها خدمت‌گزار و پیشکسوت عرصه هنر ایران بودند را از دست می‌دهیم که جایگزین شدن آنها به سختی و دشوار است.

وی افزود: از افتخارات بزرگ من هم‌کلاس بودن با شیراندامی در دانشگاه هنرهای زیباست و کسانی که در آن سال‌ها با وی هم‌کلاسی بودند، خاطرات فراوانی از او به یاد دارند. راد گفت: ولی‌الله شیراندامی را از یاد نخواهم برد و همانند پیشکسوتان دیگر یاد دارم. همین فرمان‌آرا امروز که من گفت: «ولی‌الله شیراندامی همیشه بر سر کار خود زود می‌آمد امروز چرا در آمده است. « آثار ماندگاری را از خود به جا گذاشت و نمی‌توان این آثار را از حافظه مردم ایران حذف کرد. محمد جواد حقی‌شاس رئیس کمیسون فرهنگی و اجتماعی شورای اسلامی شهر تهران در سخنانی کوتاه از دست دادن مرحوم شیراندامی را به خانواده بزرگ تئاتر و خانواده ایشان تسلیت عرض کرد و گفت: تا زمانی که این هنرمندان در

8 THE PERSIAN HERALD



سرنوشت شکایت رخشان بنی‌اعتماد از صدا و سیما و کارشناس جنجالی



البته دلیل دیگر نیز این بود که منافع ملی و تسلی اجتماعی در این شرایط ملتهب، موضوعات مهم‌تری بودند؛ بنابراین صلاح ندیدند که این‌گونه رفتارها بیشتر از مصالح اجتماعی مورد توجه قرار گیرد».

اما این سؤال پیش می‌آید که اگر رضایت خانم بنی‌اعتماد جلب نمی‌شد، نتیجه این شکایت چه می‌توانست باشد؟ رئیسبان در پاسخ به این پرسش گفت: «اول اینکه رضایت خانم بنی‌اعتماد با این عذرخواهی جلب نشد، بلکه اساساً گذشت کردند. تفاوت این دو در این است که رضایت از موضع سازش و توافق است، اما گذشت یک امر اخلاقی است که صرفاً مبتنی‌بر بزرگواری گذشت‌کننده است و هیچ مبارزایی هم ندارد. اما درباره این‌گونه شکایت‌ها باید عرض کنم در مواردی که تابه‌حال

در آنها حضور داشته‌ام، حتی یکبار هم ندیدم متهم در مرجع قضائی اظهارات خود را تکرار کند. بدین مدعی شده‌اند که منظورشان شاکلی پرونده نبوده یا گفته‌اند منظورشان با برداشت عموم تفاوت دارد و جملاتشان را جور دیگری تفسیر می‌کنند یا از بین رفت. در صورتی که در دست مردم است از حکم کاغذی بی‌نیاز شدم. از نتیجه در بحث حق شکایت شخصی خانم بنی‌اعتماد و ادعای ایشان به عنوان شاکلی خصوصی باید عرض کنم پس از این ماجرا ما شکایت خود را تنظیم کردیم و آماده اقدام قضائی بودیم و ثبت مقدماتی هم انجام گرفت، ولی با توجه به مطالبی که عرض کردم ضرورت این کار از بین رفت. نهایتاً در گفت‌وگویی که با خانم بنی‌اعتماد صورت گرفت، ایشان از حق شخصی خود گذشت و بنا شد شکایت پیگیری نشود.

هدف قانون و حقوق چه چیزی بیش از تحقق عدالت و نشان‌دادن حق است؟ از قضا مردم به‌مثابه یک هیئت منصفه که وجدان اجتماعی را کشف می‌کنند نظر خود را اعلام کردند. امروز تلقی عموم مردم این است که اتفاقاً این‌گونه اظهارات نشان‌دهنده سطح نازل تسلط هیجانی و کلامی در یک شخصیت سیاسی است که هم مدعی شناخت و دانش سیاسی است و هم مدعی توجه به منافع ملی. چگونه می‌شود تکرار منافع ملی بود و تیشه به ریشه وحدت ملی زد؟ این کارها هم به خود این افراد لطمه وارد می‌کند و هم جامعه‌ای را که ملتهب شده است، ناآرام‌تر می‌کند.

به قول مولانا بی‌ادب تنها نه خود را داشت بد/ بلکه آتش در همه آفاق زد

اینها را مردم می‌بینند، مردمی که داور بی‌طرف و حقیقی هستند، در چنین وضعیتی فرهنگ و ادبیات و هنر ما به یک شخصیت فرهنگی مثل خانم بنی‌اعتماد چه توصیه‌ای داشت؟ جواب این بود که «هیما تا داوری‌ها را به پیش داور اندازیم. این شد که وقتی دیدیم حکم در دست مردم است از حکم کاغذی بی‌نیاز شدم.

از نتیجه در بحث حق شکایت شخصی خانم بنی‌اعتماد و ادعای ایشان به عنوان شاکلی خصوصی باید عرض کنم پس از این ماجرا ما شکایت خود را تنظیم کردیم و آماده اقدام قضائی بودیم و ثبت مقدماتی هم انجام گرفت، ولی با توجه به مطالبی که عرض کردم ضرورت این کار از بین رفت. نهایتاً در گفت‌وگویی که با خانم بنی‌اعتماد صورت گرفت، ایشان از حق شخصی خود گذشت و بنا شد شکایت پیگیری نشود.

وکیل رخشان بنی اعتماد در مورد شکایت وی از رسانه ملی و توهین محمد صادق قوشکی می‌گوید: وقتی دیدیم حکم در دست مردم است از حکم کاغذی بی‌نیاز شدیم. به نقل از شرق، چندی پیش، پس از ماجرای انهدام هواپیمای مسافربری، محمدصادق قوشکی در برنامه جهان‌آرا که از شبکه اقی بخش می‌شود، اظهارات توهین‌آمیزی درباره رخشان بنی‌اعتماد و باران کوثری مطرح کرد که با واکنش‌های زیادی در جامعه و افکار عمومی روبه‌رو شد و نهایتاً دادخواهی رخشان بنی‌اعتماد را در پی داشت. گفته می‌شود پس از اظهارات قوشکی که عباراتی دوپهلو و توهین‌آمیز نسبت به خانم رخشان بنی‌اعتماد به کار برده بود، این کارگردان سینما از شخص مورد نظر شکایت کرده است.

در مصاحبه کوتاهی با امیر رئیسبان، وکیل خانم بنی‌اعتماد، از سرنوشت این شکایت سؤال کردیم که در ادامه می‌خوانید:

از رئیسبان پرسیدیم: «آیا شکایت شما به وکالت افتخاری برای خانه هنرمندان است که به آخرین خانه بزرگان بدل شده‌اند، وی تمام جان و مال خود را در خدمت بازی می گذاشت و نقش‌های متفاوت را از آن خود می کرد. نادروندی همسر مرحوم شیراندامی نیز در پایان از تمام شرکت کنندگان تشکر کرد و حضور آنها را باعث دلگرمی خوانید.

ولی‌الله شیراندامی سوم فروردین ۱۳۱۰ در مرو به دنیا آمد و عصر جمعه (پانزدهم بهمن) درگذشت. او مدرک کارشناس تئاتر را از دانشکده هنرهای زیبای دانشگاه تهران گرفته بود همچنین مدرک درجه یک کارگردانی از وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی داشت. آخرین نمایش به کارگردانی هنرمند فقید با عنوان هنر کم‌دی نوشته اودورادو فلیلیو سال ۹۱ در سالن استاد ناظرزاده کرمانی تماشاخته ایران‌شهر به روی صحنه رفت. او در بیش از ۲۰ نمایش، بازیگری و کارگردانی کرد. این هنرمند در تعدادی از سربای حال و تلویزیونی مانند دلبران تنگستان ساخته همايون شهناز (۱۳۵۲) و مختارنامه (داوود میرباقری ۱۳۶۲) نیز نقش آفرینی کرده‌است. او در ۱۳۸۸-۱۳۸۲) نیز نقش آفرینی کرده‌است. او را در صحنه تئاتر تجربه کرد که حضور ایشان سر مشق و الگویی برای اصالت هنر تئاتر به دیگران بود.

هنرمند اندوه مشترک است چون هنرمند با مرگ خویش بخشی از زیبایی‌های خلق نشده خود را به خانواده مرحوم شیراندامی به نیابت از خانه هنرمندان تسلیت گفت و افزود: معمولاً افراد

ما، پیش از هر زمان دیگری به هنرمندان نیاز دارند. شهرام کریمی مدیر مرکز هنرهای نمایشی وزارت فرهنگ از دست دادن ولی‌الله شیراندامی و شبکه‌های اجتماعی سرک بکشم و اگر تلفن زنگ دستم می لرزد. قرار نیست اینجا خبر خوبی شنیده شود. مرگ انسان سخت است اما مرگ هنرمند اندوه مشترک است چون هنرمند با مرگ خویش بخشی از زیبایی‌های خلق نشده خود را با خود می‌برد. جهان امروز ما، خاورمیانه پر اندوه

سرقت بخشی از اثر پرویز تناولی در اصفهان



اما متأسفانه این اقدام انجام نشد و امروز شاهد این وضع هستیم. طی سال‌های گذشته و به تدریج، ۴ اثر از هفت مجسمه پرویز تناولی در تهران به سرقت رفته بود.

میلاد نبیی

پنهان‌کاری سیاسی در افغانستان تا خط دیورند تا بودجه ولایت غور



مسئله خط دیورند و پشتون‌های پاکستان، یکی از موارد اختلاف‌برانگیز در افغانستان محسوب می‌شود که هرازچندگاهی، موضوع بحث داغ در کشور می‌شود. در آخرین مورد، دستگیری منظوراحمد پشتین چهره شناخت شده "جنبش تحفظ پشتون" در پاکستان توسط پلیس این کشور، موجب برانگیخته‌شدن واکنش های متفاوتی در میان مردم، بخصوص در شبکه‌های اجتماعی شد.

بخشی از مردم، پشتینیان کامل خود را از این جنبش اعلام کردند و حتی خواستار مداخله دولت افغانستان در این مورد خاص شدند. حتی در این راستا، ریاست جمهوری افغانستان نیز اعلامیه صادر کرد و از بازداشت آقای پشتین ابراز تاسف کرد. بخش دیگری از جامعه، ابراز بی‌تفاوتی در قبال این موضوع کردند و اصولا دستگیری منظور پشتین را یک مسئله داخلی پاکستان عنوان کردند. به نظر آنها، به همان اندازه که مطالبات "جنبش تحفظ پشتون" جنبه عدالت‌خواهانه دارد، به همان میزان اعتراض مردم ولایت غور نسبت به تبعیض حکومت در قبال بودجه سال ۹۹ آنان و درخواهیم یافت که در جریان در اینجا در مقابل برحق هستند.

اگر در رابطه با این موضوع کمی دقیق شویم، درخواهیم یافت که دو جریان در اینجا در مقابل یکدیگر قرار گرفته اند. جریان اول، یک نوع نگاه

ازرشی و همذات‌پندار در قبال"جنبش تحفظ پشتون" و به صورت کل پشتون‌های پاکستان دارند و آن را جزئی از روند یکجاسازی پشتون های آن طرف خط دیورند با پشتون های افغانستان و در نهایت تشکیل پشتونستان بزرگ قلمداد می کنند. این طیف فکری، خط دیورند را به رسمیت نمی شناسد و تمامیت ارضی کشور پاکستان را به چالش می‌کشد. البته این مسئله ای تازه نیست و از بدو تاسیس پاکستان در سال ۱۹۴۷، این بحث در افغانستان وجود داشته است. اوج پیگیری این مطالبه را می‌توان در دوران جمهوری داود خان در دهه پنجاه شصی مشاهده کرد که حتی موجب آمادگی برای یک جنگ تمام عیار نظامی نیز شد.

جریان دوم فکری، یک نوع نگاه بی طرفانه و آمیخته با تردید و ترس نسبت به موضوع خط مرزی دیورند دارد. این طیف، متشکل از اقوام غیرپشتون است که ادغام پشتون های آن طرف

خط دیورند با افغانستان و تشکیل پشتونستان بزرگ را نوعی زنگ خطر برای خود احساس می‌کنند؛ چون این موضوع، باعث برهم خوردن تناسب جمعیتی قومی در کشور می‌شود و قدرت چانه زنی سیاسی این جریان را به شدت پایین می‌آورد. آن ها احساس می‌کنند که جریانات سیاسی موافق با ابطلال خط دیورند، درصدد یاریگری و افزایش قدرت خود برای سرکوب دیگر رقبایان هستند.

البته این مباحث در حد سخن است و به نظر نمی‌رسد که افغانستان قدرت ضمیمه سازی آن طرف خط دیورند با افغانستان را داشته باشد. از یک طرف دولت پاکستان و به خصوص ارتش آن، به مراتب قدرتمندتر از افغانستان است. از طرف دیگر، نظام بین المللی پس از جنگ جهانی دوم، یک نوع حساسیت شدید نسبت به ادعای ارضی، ضمیمه سازی سرزمینی و اعلام استقلال دارد. موضوع استقلال کاتالوایی اسپانیا و کردستان عراق، دو نمونه بارز دال بر اثبات این مدعاست.

اما گذشته از این موضوع، مبحثی که بسیار جالب به نظر می‌رسد، این است که چرا جریان دوم که مخالف ایجاد «پشتونستان بزرگ» است، مخالفت خود را با این موضوع به شکلی علنی و مستقیم اعلام نمی‌کند و مواضع خود را در قالب یک ادبیات غیرمستقیم و محافظه کارانه بیان می‌کند؟

مسئله هژمونیک و فرهنگ درون گروهی مقاومت نظامی‌های سیاسی با در دست داشتن منابع قدرت و کنترل افکار عمومی، نیروهای مخالف خود را به حاشیه می‌برند. موفق ترین نوع قدرت ورزی، سلطه هژمونیک است. این نوع سلطه در کنار استفاده از قوه قهرآمیز، نوع دیگری از تبارز قدرت را به نمایش می‌گذارد. به این شکل که ایدئولوژی خود را بدلیل به یک فرهنگ جمعی می‌کند و به این فرهنگ، به مردم خوب و بد را نشان می‌دهد و مانع گرایش آنان به دگراندیشی می‌شود. درانددیشی را به مثابه یک امر غیراخلاقی و منافات با ارزش های جمعی و مصلحت عمومی قرار می‌دهد. این نوع سلطه، راه را بر هر گونه فعالیت سیاسی و اجتماعی چالشگر می‌بندد. تنها راه باقی مانده برای نیروهای چالشگر، سکوت و تسلیم در مقابل نظام سلطه می‌شود.

پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

یک پیک پارسیان

THE PERSIAN HERALD 10

علی حسینی

حمایت غنی از جنبش پشتون‌های پاکستان؛

حقوق بشر یا دخالت در کشور همسایه؟



انتقادشان از محمد اشرف‌غنی این است که او به جای نشان دادن واکنش به مسائل داخلی پاکستان به مشکلات داخلی افغانستان رسیدگی کند. این موضع، زمانی بیشتر مورد توجه قرار می‌گیرد که موضوع حساس بودن رابطه اسلام‌آباد و کابل هم مطرح می‌شود.

احمد سیدی که در گذشته به عنوان دیپلمات در پاکستان حضور داشت، می‌گوید: "دولت آقای غنی با حمایت از پشتون‌هایی که تیر انتقاد اول و اصلی‌شان رفتار نظامی‌های پاکستان را نشانه گرفته، در درازمدت تاوان پس می‌دهد.

آقای سیدی معتقد است که "حس و

بازداشت‌های افرادی مثل منظور پشتین کار پاکستان را به یک راهپیمایی با حضور نمایندگان مجلس

افغانستان تظاهرات‌کنندگان شمار می‌دادند: "این

سو و آن سوی دیورند، همه یک افغان؛ پشتون، تیر،

پشتون شجاع، منظور پشتین است." محسن دادر،

از باران نزدیک منظور پشتین و عضو مجلس

شورای پاکستان در مصاحبه‌ای با بی‌بی‌سی

فارسی گفت: حمایت آقای غنی به خاطر "تعلق

داشته به بخشی از ملت افغان است.

به باور آقای داور "افغان‌ها در دو سوی خط

دیورند تقسیم شده‌اند. هر آن‌چه که بر سر یکی

محمد پشتون بیاقتد، ما درد یکدیگر را حس می‌کنیم،

به همین دلیل آقای غنی از بی‌تی‌ام (جنبش

تحفظ پشتون) در خیبرپشتونخواه پاکستان

حمایت می‌کند.

این عضو مجلس پاکستان در عین حال به این

نظر است که حمایت دولت افغانستان، در دفاع

از مسائل حقوق بشری هم ریشه دارد. وقتی

حقوق بشر نقض می‌شود، هر کس حق دارد آن‌را

محکوم کند و در حمایت از آن حرف بزند.

"غنی تاوان پس می‌دهد"

زمانی‌که آقای غنی در حمایت از معترضین

پشتون در پاکستان واکنش نشان داد، شماری

از شهروندان در ولایت غور در اعتراضی یک

هفته‌ای به سر می‌بردند و نسبت به "بی‌توجهی

دولت به خواسته‌ها و حقوق‌شان" دروازه شماری

از ادارات دولتی را بستند.

شماری در افغانستان، به‌ویژه غیر پشتون‌ها،

دشگاه و تحلیلگر مسائل افغانستان و پاکستان

افغانستان در اعتراض به بازداشت منظور پشتین،

خاطر این گرایش، نوعی احساس همبستگی و

همسوپی با مجموع پشتون‌ها در دو سوی "خط

دیورند" برای خود قائل است. به نظر او، آقای

غنی حمایت از پشتین را به منای حمایت از کل

پشتون‌ها تلقی می‌کند؛ حمایتی بدون ملاحظات

منطقه‌ای و جغرافیایی.

این موضوع در تظاهرات‌ها در شماری از

ولایت‌های افغانستان هم به‌خوبی دیده شد.

تقریباً می‌توان گفت تمام شرکت‌کنندگان در این

تظاهرات‌ها پشتون بودند و در کنار نام پشتین

بارها پشتون شنیده شد.

بارها پشتون شنیده شد. این موضوع در تظاهرات‌ها در شماری از

ولایت‌های افغانستان هم به‌خوبی دیده شد.

تقریباً می‌توان گفت تمام شرکت‌کنندگان در این

تظاهرات‌ها پشتون بودند و در کنار نام پشتین

بارها پشتون شنیده شد.

بارها پشتون شنیده شد. این موضوع در تظاهرات‌ها در شماری از

ولایت‌های افغانستان هم به‌خوبی دیده شد.

تقریباً می‌توان گفت تمام شرکت‌کنندگان در این

تظاهرات‌ها پشتون بودند و در کنار نام پشتین

بارها پشتون شنیده شد.

بارها پشتون شنیده شد. این موضوع در تظاهرات‌ها در شماری از

ولایت‌های افغانستان هم به‌خوبی دیده شد.

تقریباً می‌توان گفت تمام شرکت‌کنندگان در این

تظاهرات‌ها پشتون بودند و در کنار نام پشتین

بارها پشتون شنیده شد.

بارها پشتون شنیده شد. این موضوع در تظاهرات‌ها در شماری از

ولایت‌های افغانستان هم به‌خوبی دیده شد.

تقریباً می‌توان گفت تمام شرکت‌کنندگان در این

تظاهرات‌ها پشتون بودند و در کنار نام پشتین

بارها پشتون شنیده شد.

بارها پشتون شنیده شد. این موضوع در تظاهرات‌ها در شماری از

ولایت‌های افغانستان هم به‌خوبی دیده شد.

تقریباً می‌توان گفت تمام شرکت‌کنندگان در این

تظاهرات‌ها پشتون بودند و در کنار نام پشتین

بارها پشتون شنیده شد.

بارها پشتون شنیده شد. این موضوع در تظاهرات‌ها در شماری از

ولایت‌های افغانستان هم به‌خوبی دیده شد.

تقریباً می‌توان گفت تمام شرکت‌کنندگان در این

تظاهرات‌ها پشتون بودند و در کنار نام پشتین

بارها پشتون شنیده شد.

بارها پشتون شنیده شد. این موضوع در تظاهرات‌ها در شماری از

ولایت‌های افغانستان هم به‌خوبی دیده شد.

تقریباً می‌توان گفت تمام شرکت‌کنندگان در این

تظاهرات‌ها پشتون بودند و در کنار نام پشتین

بارها پشتون شنیده شد.

بارها پشتون شنیده شد. این موضوع در تظاهرات‌ها در شماری از

ولایت‌های افغانستان هم به‌خوبی دیده شد.

تقریباً می‌توان گفت تمام شرکت‌کنندگان در این

تظاهرات‌ها پشتون بودند و در کنار نام پشتین

بارها پشتون شنیده شد.

بارها پشتون شنیده شد. این موضوع در تظاهرات‌ها در شماری از

ولایت‌های افغانستان هم به‌خوبی دیده شد.

تقریباً می‌توان گفت تمام شرکت‌کنندگان در این

تظاهرات‌ها پشتون بودند و در کنار نام پشتین

بارها پشتون شنیده شد.

بارها پشتون شنیده شد. این موضوع در تظاهرات‌ها در شماری از

ولایت‌های افغانستان هم به‌خوبی دیده شد.

تقریباً می‌توان گفت تمام شرکت‌کنندگان در این

تظاهرات‌ها پشتون بودند و در کنار نام پشتین

بارها پشتون شنیده شد.

بارها پشتون شنیده شد. این موضوع در تظاهرات‌ها در شماری از

ولایت‌های افغانستان هم به‌خوبی دیده شد.

تقریباً می‌توان گفت تمام شرکت‌کنندگان در این

تظاهرات‌ها پشتون بودند و در کنار نام پشتین

بارها پشتون شنیده شد.

بارها پشتون شنیده شد. این موضوع در تظاهرات‌ها در شماری از

ولایت‌های افغانستان هم به‌خوبی دیده شد.

تقریباً می‌توان گفت تمام شرکت‌کنندگان در این

تظاهرات‌ها پشتون بودند و در کنار نام پشتین

بارها پشتون شنیده شد.

بارها پشتون شنیده شد. این موضوع در تظاهرات‌ها در شماری از

ولایت‌های افغانستان هم به‌خوبی دیده شد.

تقریباً می‌توان گفت تمام شرکت‌کنندگان در این

تظاهرات‌ها پشتون بودند و در کنار نام پشتین

بارها پشتون شنیده شد.

بارها پشتون شنیده شد. این موضوع در تظاهرات‌ها در شماری از

ولایت‌های افغانستان هم به‌خوبی دیده شد.

تقریباً می‌توان گفت تمام شرکت‌کنندگان در این

تظاهرات‌ها پشتون بودند و در کنار نام پشتین

بارها پشتون شنیده شد.

بارها پشتون شنیده شد. این موضوع در تظاهرات‌ها در شماری از

ولایت‌های افغانستان هم به‌خوبی دیده شد.

تقریباً می‌توان گفت تمام شرکت‌کنندگان در این

تظاهرات‌ها پشتون بودند و در کنار نام پشتین

بارها پشتون شنیده شد.

بارها پشتون شنیده شد. این موضوع در تظاهرات‌ها در شماری از

ولایت‌های افغانستان هم به‌خوب

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

DESIGNED BY PARSIAN

رب گوجه فرنگی تكدانه

فقط مرغوب ترین در ایران نیست

بلکه مرغوبترین در خاورمیانه ، اروپا و است



در کلیه فروشگاههای ایرانی
در سراسر استرالیا

DESIGNED BY PARSIAN

AUST ARIA PTY LTD

FOOD IMPORTS

Bestaste
Premium Quality



بیسکویت فرخنده

با چهار طعم متفاوت

در کلیه فروشگاههای مواد غذایی

پخش از Aust Aria

Ph: 02 9645 6003

Fax: 02 9700 9679

info@aust-aria.com

DESIGNED BY PARSIAN