

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

شرکت بیمه

INSURANCE NSW

Business Insurance • Public Liability

برای دریافت مشاوره رایگان با ما تماس بگیرید.

میثم سلیم آبادی 0406 88 44 88

www.INSW.com.au

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

هفته نامه

پارسیان

THE PERSIAN HERALD

National Weekly Persian Newspaper

Vol 32, Issue 1159 Thursday April 9th, 2020

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

THE BEST PROMOTIONS

FOR YOUR BUSINESS

ONLINE, SOCIAL MEDIA

PRINT ON THE PERSIAN HERALD WEEKLY

NATIONAL NEWSPAPER ON AUSTRALIA NZ

2020 PLATINUM PLAN

To find out more please contact us

injobau@gmail.com
parsianaustralia@yahoo.com

0418 660 399

www.injob.com.au

صرافی آباد

زیر نظر مرتضی عابدینی

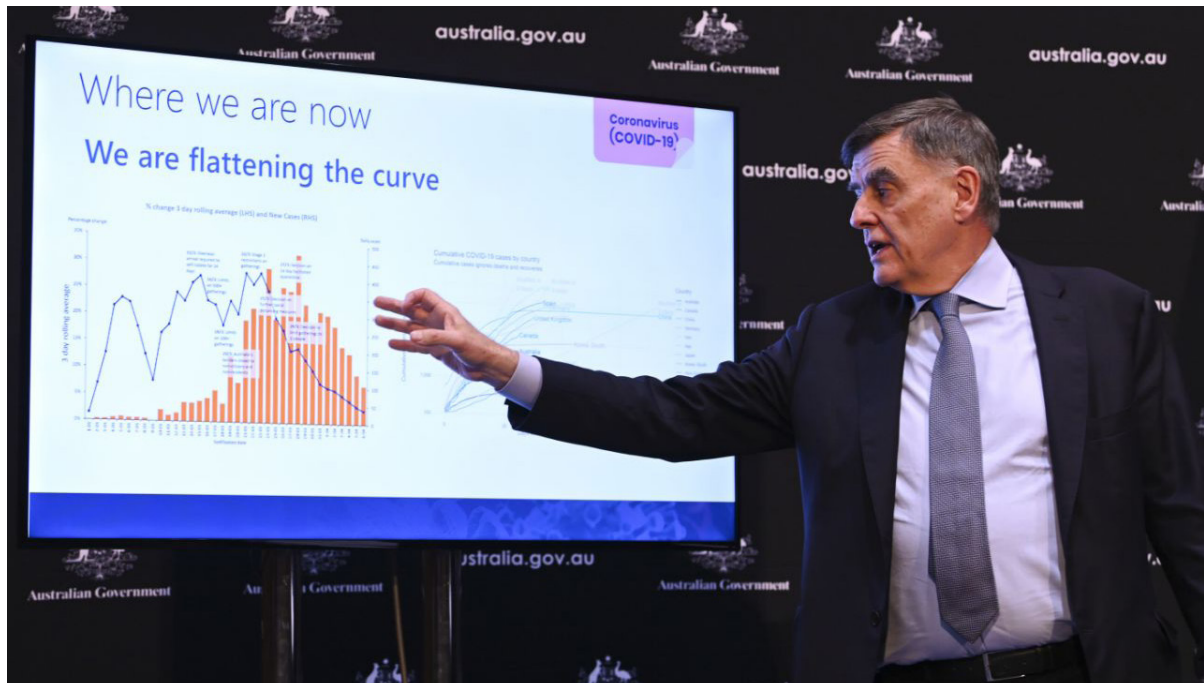
با بهترین و مناسب ترین قیمت روز با بیش از ۲۰ سال تجربه در خدمت هموطنان گرامی

02 8068 5987
0413 820 649

Shop 3, No 2, Auburn Rd. Auburn

www.abadex.com.au

کدام شهر در استرالیا بالاترین ریسک را دارد



رئیس سازمان پزشکی استرالیا روز سه شنبه گذشته ۷ آوریل اعلام داشت در حالیکه سراسر استرالیا همچنان به نبرد با کروناویروس ادامه می دهد، شهرها و مناطقی هستند که بیشترین نگرانی را برای مقامات بهداشت دارد.

Brendan Murphy گفت شهر سیدنی با جمعیتی بیش از پنج میلیون نفر و احتمال میزان انتقال جامعه در این شهر موردی است که بیش از همه ما را نگران می کند، او گفت که این همان چیزی است که مدل سازی کابینه ملی را مبنای تصمیم خود برای تحریف اجتماعی قرار میدهد به این معنا که اولویت با کدام مناطق یا شهرها میباشد.

پرفسور مورفی افزود در استرالیا شیوع پراکنده در کل کشور نداریم، شیوع کانونی داریم.

وی تکرار کرد موردی که بیش از همه ما را نگران می کند انتقال ویروس در جامعه سیدنی است. البته مدتی میشود که این مورد را تذکر داده ام. این همان موضوعی است که ما روی آن تمرکز می کنیم، و به همین دلیل سلامت ایالت نیو ساوت ولز در انجام طیف وسیعی از آزمایش های گسترده چنان پیشرو و متکی بوده است و ما باید با حدیث و حساسیت لازم همین راه را ادامه دهیم تا سلامت جامعه هرچه بیشتر تامین شود.

میزان تعداد مبتلایان فعلی ما بسیار، بسیار پایین است. هرچند هر مرگ یک فاجعه است، اما میزان قربانیان کرونا در استرالیا یکی از پایین ترین در جهان تاکنون است.

ما نمی دانیم میزان پیشرفت این ویروس چه خواهد بود، اما در این مورد تا حدودی اطمینان داریم.

در اوایل روز سه شنبه گذشته، رئیس بهداشت ایالت NSW کری چانت از افرادی که از هشت کانون ویروس کروناویروس استفاده می کردند، بدترین حالت مبتنی بر تجربه بین المللی نگاه کرد.

این مدل سازی نشان داد که اگر هیچ اقدامی برای جلوگیری از شیوع این بیماری در استرالیا صورت نگرفته بود، احتمالاً حدود ۲۳ میلیون نفر یا ۸۹ درصد از مردم این کشور آلوده می شدند.

اطلاعیه شرکت دینا - چی توز

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

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

شرکت دینا اعلام میدارد که شرکت Lunex تنها نماینده رسمی محصولات چی توز در استرالیا بوده و فقط محصولات چی توز 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 چی توز بدون اطلاعات شرکت لونکس از نظر شرکت دینا مورد تایید نمیشد.

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

مدیریت شرکت دینا
تلفن لونکس **0415 102 577** | **0434 060 337**

تماس روحانی با مکرون برای مقابله با کرونا و رفع تحریمها



حسن روحانی، رئیس جمهوری ایران در تماسی تلفنی با امانوئل مکرون همتای فرانسوی خود خواهان مبارزهای جهانی و هماهنگشده برای مقابله با شیوع ویروس کرونا شد.

مکرون در این تماس همبستگی خود با مردم ایران را ابراز داشت. حسن روحانی در تماسی تلفنی با امانوئل مکرون، رئیس جمهوری فرانسه بر لزوم پیکاری جهانی برای غلبه بر بحران کرونا تأکید کرد.

به گفته او "همه کشورها و دولتها باید توجه داشته باشند که بدون کمک و همکاری و بهرمندی از تجارب یکدیگر نمی توانند از این شرایط حساس عبور کنند".

روحانی در این تماس تلفنی از مکرون خواست، کووید ۱۹ در شرایط تحریم برای ایران دشوارتر از دیگر کشورهاست، تصریح کرد: "دولت آمریکا علی رغم اینکه با اعمال تحریمهای غیرقانونی علیه ایران، مقررات بین المللی را زیر پا گذاشته، در این شرایط نیز با اقدامات خود مقررات بهداشتی مصوب سال ۲۰۰۵ سازمان بهداشت جهانی را زیر پا می گذارد".

رئیس جمهوری ایران انجام نخستین گامها در راستای برقراری سازوکار اینستکس را مثبت، ولی ناکافی دانست و در این رابطه گفت، "این مسیر نباید تنها منحصر به کالاهای پزشکی و غذایی باشد، بلکه باید بتوان از آن برای تامین تمامی نیازمندیهای کشور استفاده کرد".

روحانی در این تماس تلفنی از مکرون خواست،

دیوان عالی استرالیا حکم حبس کاردینال جورج پل خزانه دار سابق پاپ را نقض کرد

کاردینال پل، ۷۸ ساله، بیش از یک سال از مجموع ۶ سال حبس خود را سپری کرده است. او بلندپایه ترین چهره کلیسای کاتولیک بوده است که در ارتباط با جرایم جنسی علیه کودکان زندانی شد. هیات منصفه نتیجه گیری کرده بود که کاردینال پل در سال ۱۹۹۶ دو پسر عضو گروه همسرایان را در کلیسای جامعی در ملبورن هدف آزار جنسی قرار داده است. او در دادگاه اعلام بی گناهی کرد. محاکمه کاردینال پل دو مرتبه برگزار شد چرا که بعد از محاکمه اول هیات منصفه نتوانسته بود که در مورد اتهامات به اتفاق نظر دست پیدا کند. هیات منصفه دوم به اتفاق آرا کاردینال پل را در اتهام دخول جنسی به یک کودک زیر ۱۶ ساله و چهار اتهام ارتکاب عمل ناشایست بر یک کودک زیر ۱۶ ساله گناهکار شناخت.

دیوان عالی استرالیا حکم زندان کاردینال جورج پل خزانه دار سابق واتیکان و یکی از قدرتمندترین مقام های کلیسای کاتولیک است را نقض کرده است. کاردینال پل در سال ۲۰۱۸ میادیدی به اتهام ارتکاب جرایم جنسی در استرالیا توسط اعضای یک هیئت منصفه دادگاه گناهکار شناخته شد. او متعاقباً به شش سال حبس محکوم شد.

سوزان کیفل، رئیس دیوان عالی استرالیا، روز سه شنبه (۷ آوریل) حکم تازه این نهاد متشکل از هفت قاضی ارشد را اعلام کرد.

بنا بر این حکم، هیات منصفه در پنج فقره اتهام وارد شده به متهم، غیرممکن های زیادی را به طور کامل بررسی نکرده و در این پرونده یک احتمال جدی وجود دارد که شخصی بی گناه محکوم شده است. انتظار می رود که خزانه دار سابق پاپ زندان بارون در حوالی شهر ملبورن آزاد شود.

International Money Exchange Group Pty Ltd

صرافی اینترناسیونال

تبدیل ارز به ایران و سراسر جهان

در کوتاهترین زمان ممکن و با بهترین قیمت روز

0418 900 300

website: internationalxg.com

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

Iran, Dubai US Dollar EURO

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



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-SI.1066.CO



به عهده گرفتن وکالت شما در کلیه امور قانونی و قضایی

یما 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

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

در چتسوود عرضه کننده بهترین ها

انواع برنج با سماتی
و سبزیجات خشک
ایرانی

مواد غذایی انواع نوار و سی

Ph: 02 9417 6766 | 337 Penshurst St, Willoughby

چنگ بر سر سهم بازار
در نشست اخیر کشورهای عضو "اوپک پلاس"، روسیه و عربستان بر سر کاهش تولید نفت به توافق نرسیدند. پس از آن عربستان خبر از افزایش تولید نفت خود داد. امری که عملاً سقوط بهای نفت را در پی داشت.

نقل در پی داشت.

نفت مخالفت روسیه با کاهش تولید نفت خود، برخاسته از رضایت این کشور از بهای کنونی نفت، نیست.

روسیه، عربستان و همه تولیدکنندگان نفت از بهای کنونی این فراورده آسیب می بینند. روسیه در بوجه سال جاری بهای هر بشکه نفت، ۴۰ دلار معادل ۴۰ دلار پیش بینی کرده است. عدم توافق روسیه برخاسته از نگرانی این کشور درباره از دست دادن بیشتر سهم خود از بازارهای جهانی است. بهای هر بشکه نفت (۱۵۷ دلار) اگر ۲۵ دلار باشد، عملاً بهای هر لیتر آن کمتر از ۱۶ سنت خواهد بود. بهای یک لیتر آب آشامیدنی بیش از این است.

سه سناریوی ایام پساکروناوی
در صورت توافق روسیه با اوپک، عملاً عرضه نفت در سطح جهان در سال جاری حدود ۴۰۰ میلیون بشکه کاهش می یافت. مشکل اما اینجا است که در شرایط کنونی کاهش تولید یعنی از دست دادن سهم بازار. روسیه تاکید کرده است

متخصص زنان و زایمان

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

وزیر بهداشت: جزئیات شیوع کرونا در ایران را باید در جلسه غیر علنی گفت

کرونا ویزا پیش از این علیرضا زالی مسئول مقابله با بیماری کووید-۱۹ در تهران گفته بود که «ما نه تنها به مرحله کنترل این بیماری نرسیده‌ایم بلکه روز به روز پیشرفت می‌کند».

اما اساس این امر رسمی وزارت بهداشت ایران از اول بهمن‌ماه یعنی به دلیل ابتلا به ویروس کرونا و بیماری ویروئید-۱۹ بوده است. کورده اند و شیوع از ۴ هزار نفر در وضعیت شدید درگیری با این بیماری هستند.

روز ۲۳ خرداد، رئیس جبهه‌ور این گفته است که از ۳۰ فوروردین کسب و کارها را برای این امر را متوانند در «محدود» فعالیت‌ها اجرا شود را غنایم از آن ابراهیم رئیس‌یستی قوف قضائیه اعلام کرد.

«تقاضای تدبیر این است که در تعارض بین مردم و مردم و کسب و کارها حفظ جان مردم را اولویت قرار دهید».

وزیر بهداشت ایران گفته است که در سطح بیمارستان‌ها به کرونا ۳۰ درصد اعلام کردند و من در نظر می‌گیرم که البته از نظر آماری این اعلام‌ها به کرونا ۳۰ درصد است. اگر چه برخی اعلام کردند که این اعلام درست نیست اما هر چه که می‌گویند درست است. من به عنوان رئیس سازمان بهداشت جهانی می‌گویم که اگر چه این اعلام‌ها به کرونا ۳۰ درصد است اما هر چه که می‌گویند درست است. من به عنوان رئیس سازمان بهداشت جهانی می‌گویم که اگر چه این اعلام‌ها به کرونا ۳۰ درصد است اما هر چه که می‌گویند درست است. من به عنوان رئیس سازمان بهداشت جهانی می‌گویم که اگر چه این اعلام‌ها به کرونا ۳۰ درصد است اما هر چه که می‌گویند درست است.

اعلانات ویر بهداشت امروز در جلسه علنی مجلس ایران صورت گرفته است. این جلسه در به دلیل ابتلا علی قزاقی، رئیس مجلس، به ویروس کرونا به ریاست مسعود پزشکیان برگزار شد.

آقای پزشکیان در ابتدای جلسه از مقام های دولتی از جمله وزیر بهداشت تاکید کرد که چرا و چگونه ویروس کرونا به ریاست مسعود پزشکیان «خوف» در مجلس را وارد کرد و به سخن علی قزاقی رسیدند.

وزیر بهداشت ایران پس از رسیدن به مجلس گفت که «نگه داشته باشیم و جلسه های است که نیمه شبانه» و خطاب به نمایندگان گفت که «کرونا» وارد مجلس را وارد کرد و به سخن علی قزاقی رسیدند.

وزیر بهداشت ایران پس از رسیدن به مجلس گفت که «نگه داشته باشیم و جلسه های است که نیمه شبانه» و خطاب به نمایندگان گفت که «کرونا» وارد مجلس را وارد کرد و به سخن علی قزاقی رسیدند.



دکتر سعید نمکی، وزیر بهداشت ایران، گفته است جزئیات مربوط به شیوع ویروس کرونا و بیماری کووید-۱۹ که جان بیش از ۳ هزار و ۷۰۰ ایرانی را گرفته باید در جلسه غیر علنی مجلس گفته شود. وزیر بهداشت ایران روز نوزدهم فروردین گفته «گروه‌های مختلفی روی مشا ورود ویروس کرونا به ایران کار کرده و تک تک موارد را بررسی کردند اما ما جزئیات این موضوع در جلسه غیر علنی

اما بنابر این دستورالعمل، تعطیلی مدارس، دانشگاهها و مشاغل پرریسک و همچنین ممنوعیت تردهای بین استانی، تا اطلاع ثانوی ادامه خواهد یافت.

بازگشایی ادارت دولتی و بانک ها و کسب و کارها در ایران موجب بروز انتقادات متعددی شده و کارشناسان این مسئله را موجب شیوع بیشتر ویروس کرونا در ایران می دانند.

جدید کرونا انجام داده بودند. در ایالات متحده تا کنون یک میلیون و ۹۳۳ هزار تست تشخیص کرونا انجام شده است.

کره جنوبی هم امروز حدود ۴۶۱ هزار تست تشخیص کوید-۱۹ انجام داده است.

مقامات ایران می گویند در حال حاضر آزمایشگاههای این کشور روزانه ظرفیت تشخیص ۱۰ هزار تست و پروسه کرونا را دارند.

کیانوش جهانپور، سخنگوی وزارت بهداشت ایران تازه‌ترین آمار رسمی مبتلایان و جان‌باختگان ویروس کرونا را اعلام کرد و براساس آن در شبانه روز دوشنبه گذشته در ایران ۲ هزار و ۸۹ مبتلای جدید شناسایی شده و ۱۳۳ نفر نیز جان

به بیان آسان‌تر، تیم شامل یک مبتلایان به کووید-۱۹، ایران به ۵۷ هزار و ۵۸۶ نفر و فوت‌شدگان به ۳ هزار و ۲۷ نفر رسید.

تعداد کل بهبود یافته‌گان نیز به ۲۷ هزار و ۳۹ نفر اعلام شده است.

روز گذشته تعداد مبتلایان به کرونا در ۶۰ هزار و ۵۰۰ نفر و جان باختگان ۳۳ هزار و ۷۳۹ نفر اعلام شده بود.

تعداد کل تست‌های تشخیص کرونا در ایران به گفته سخنگوی وزارت بهداشت ایران، تا کنون ۲۱۱ هزار و ۱۲۶ آزمایش تشخیص کووید-۱۹ در تمام انجام شده است.

تا روز گذشته، آلمان ۹۸ هزار، ایتالیا ۲۲۱ هزار، روسیه ۵۷۵ هزار، اسپانیا ۳۵۵ هزار، بریتانیا ۳۹۰ هزار و آمریکا ۲۰۲ هزار تست تشخیص کووید-۱۹ را به انجام رسانده است.

**اتاق برای اجاره
در مریلندز**

یک گرنی فلت در محله مریلندز مجهز به حمام، آشپزخانه،

با مبلمان کامل و
نزدیک به ایستگاه
قطار، مبلند:

به قیمت: ۱۵۰ 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 غیر ایرانی
با موفقیت و امکانات خوب
بفروش می‌رسد.

تلفن تماس:
02-9893 7686

تدریس موسیقی
ناصر غریبی
ویولونیست و آهنگساز



برای آموزش ویلن
و آواز هنرجو می پذیرد
0408 462 662
www.nasergharibi.com

سه سناریو برای بازارهای جهانی

ویروس کرونا مادر برخی از ویروس‌های دیگر است. کرونا هم اکنون ویروس رکود اقتصادی را به جان جهان انداخته است. تزریق پول در بازار به شیوع ویروس تورم در بازار نیز دامن خواهد زد. جهان از سوی دیگر با ویروس ورشکستگی و دست‌وپنجه نرم می‌کند. این ویروس شرکت‌ها و واحدهای کوچکی را از پای در آورده و به تدریج در حال گرفتن نفس شرکت‌های بزرگ است.

[illegible]

هواییابها زمین گیر شده‌اند، شبکه حمل و نقل کالا از نفس افتاده است و کابوس بحرانی مالی بر بازارهای سهام سایه افکنده است. اما یکی از مهم‌ترین تغییراتی که کرونا در جهان ایجاد خواهد کرد، در بازارهای جهانی انرژی خود را نشان می‌دهد.

موضوع صرفا بر سر رکود اقتصادی دامن‌گسری نیست که جهان در ماه‌های نخستین سال جاری میلادی با آن روبه‌رو بوده است، رکودی برخاسته

سریع و به یکباره این چپین سبب سقوط طلا شد. بهای نفت برنت در این شش ماه گذشته حدود ۶۶ دلار برای هر بشکه بود. بهای همین نوع نفت ظرف روزهای گذشته حتی به زیر ۲۵ دلار نیز سقوط کرد. تحولاتی که به نوسانات امروز بازارهای انرژی محدود نمی‌شود. آنچه آرامش چپینان جمهوری آمریکا و همچنین بسیاری از شرکت‌های نفتی را بر هم زد، پیامدهای این تحولات بر بازارهای آینده انرژی است.

در صورت بروز چنین توفیق چه می‌شود؟
 بازگشت به بازی ملی، تزریق صدها و چسب هزاران
 میلیارد دلار از سوی دولت‌ها در اقتصاد کشورهای
 خود می‌تواند دریا را زود، پامیاده‌های مخرب ویروس
 کرونا بر اقتصاد جهان را مهار کند. پیش‌بینی
 حکایت از افزایش نرخ تزریق اقتصادی در سال
 آینده دارد، البته مشروط بر آنکه دانش پزشکی
 از پس چالش کرونا برآید.
 آنچه که تزریق میلیارد‌ها دلار پول نیز
 می‌تواند مانع از دگرگونی بنیادین آن شود، اوضاع
 بازارهای جهانی انرژی است.

کرونا و جنگ
سیاسی از سیاستمداران مبارزه با کرونا را یک
عمل نظامی و چه بسا یک جنگ تمام عیار
دانسته‌اند. سربازان را روانه خیابان‌ها کرده‌اند.
گرچه حضور سربازان برای امدادسانی یا با هدف
مانع شدن از تجمع مردم در خیابان‌ها است.
سیاسی دیگر از سیاستمداران و تحلیلگران از
شیوع کرونا به عنوان بزرگ‌ترین چالش بشریت
پس از جنگ جهانی دوم سخن گفته‌اند.

تخول سوم بازارهای جهانی انرژی
بازار جهانی انرژی طی دهه‌های گذشته شاهد تحولات گسترده‌ای بوده است. تحولات ناشی از تغییر الگوهای مصرف، بهره‌گیری از انرژی‌های تجدیدپذیر در سایه سیاست‌های زیست‌محیطی، صرفه‌جویی انرژی در اثر پهنه‌سازی تکنیک تولید و همچنین تحولات ناشی از بحران‌های مالی به همراه نازاری‌های سیاسی و جنگ‌های منطقه‌ای باعث نوسانات دائمی در بهای انواع انرژی‌ها شده‌اند.

کنون قطعی به نظر می‌رسد. وقوع یک جنگ اقتصادی، جنگ بر سر سهم کشورها در بازار انرژی، این جنگ اقتصادی نیز همچون هر جنگ واقعی دیگری برنده و بازنده‌ای دارد. بی تردید برخی از کشورهای تولید کننده نفت و همچنین ششمارای از شرکت‌های نفتی نیمه‌بزرگ در بین بازندگان این جنگ خواهد بود. بدین ترتیب، همین موضوع آرامش ترامپ را برهم زده است.

در سال ۱۷۸۰، رهان سیکری سرانجام کشورها را متحد کند (اوپک) تا به امروز، بازار نفت شاهد دست کم سه تحول بنیادین بوده است.

نخستین تحول در دهه ۷۰ قرن بیست و یکم مایه‌های بالا گرفتن تنش در خاورمیانه و همچنین درگیری گرفتن کشورهای عضو اوپک از نفت همچون حربه‌ای اقتصادی باعث افزایش یکباره‌ای نفت خام شد.

دومین تحول امنیت تامین انرژی برای کشورهای صنعتی و به‌ویژه کشورهای اروپایی از آن زمان به همی استراتژیک یافت. کشورهای صنعتی و

بررسی می‌کند. در حالی که در این گزارش، به‌ویژه در مورد ایران، به‌طور کلی به‌کار رفته است. به‌عنوان مثال، در مورد ایران، به‌طور کلی به‌کار رفته است. به‌عنوان مثال، در مورد ایران، به‌طور کلی به‌کار رفته است.

THE PERSIAN HERALD 1159 - 9/04/20

انواع وام

- انواع وام مسکن
- وام مسکن تا ۹۷ درصد
- وام مستقلات 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
- تا ۷۵ 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

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** می باشد

پیک پارسیان



Australian Government
Department of Health

دولت استرالیا راهکارهایی را به منظور حمایت و کمک به محافظت از جامعه در برابر تأثیرات کروناویروس معرفی کرده است

ورزشی، پارک های ویژه اسکیت سواری، سالن های ورزشی سرپوشیده، سینما ها، سالن های زیبایی، مراکز بازی و زمین های بازی، اماکن عبادت و سایر اماکن عمومی تعطیل است.

اگر حلاتان خوب نیست

به افرادی که بیمار هستند توصیه می شود با پزشک خود تماس بگیرند. در صورت واجد شرایط بودن، می توانید از خدماتی به نام Telehealth استفاده کنید که در آن، پزشک با استفاده از یک تماس ویدیویی یا تلفنی می تواند به شما مشاوره پزشکی ارائه دهد. برای اطلاع از اینکه آیا می توانید از این خدمات استفاده کنید، ابتدا با پزشک خود تماس بگیرید.

متصل بمانید

اولویت دادن به سلامت ذهن، بخش مهمی از سالم ماندن است. اگر احساس می کنید برای مقابله با اضطراب و نگرانی در رابطه با کروناویروس نیازمند کمک هستید، وب سایت Head to Health (www.headtohealth.gov.au) بهترین مکان برای شروع است. مطمئن

این راهکارهای جدید به منظور کمک به توقف گسترش کروناویروس معرفی شده است که می تواند به ویژه برای افرادی که بیش از ۶۵ سال سن دارند و افرادی که از پیش به یک بیماری مبتلا بوده اند خطرناک باشد. به جامعه چند فرهنگی توصیه می شود تا از طریق منابع معتبری مانند Australia.gov.au آخرین اطلاعات به روز رسانی شده را کسب کند.

مسافران

مسافرانی که از خارج از کشور به استرالیا برمی گردند باید به مدت ۱۴ روز در تسهیلات مشخصی مانند هتل در قرنطینه بمانند. این امر توسط پلیس محلی و نیروی دفاعی استرالیا به اجرا گذاشته می شود و دلیل آن این است که اکثر موارد سرایت در استرالیا مربوط به افرادی است که در خارج از کشور آلوده شده اند.

قرنطینه بدون در نظر گرفتن ملیت یا کشور مبدأ برای کلیه مسافران به صورت یکسان اعمال می شود.

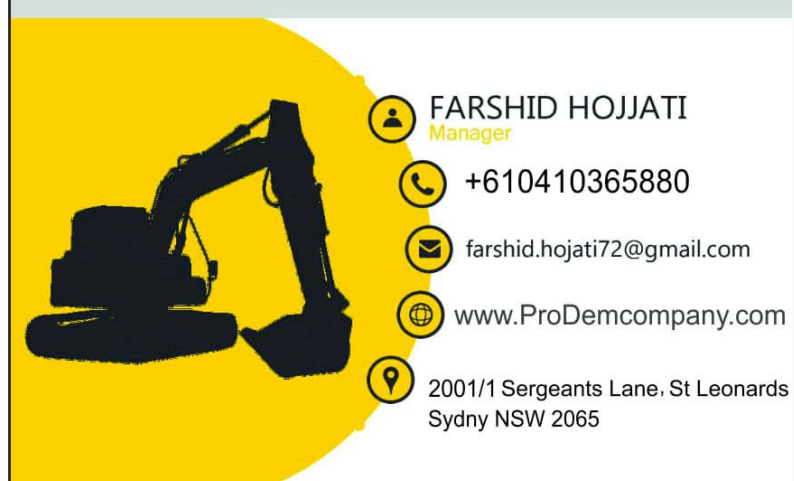
خدمات

مشاغل اساسی از جمله سوپر مارکت ها و داروخانه ها باز است. سایر مشاغل از جمله میخانه ها، کلوپ های دارای مجوز، هتل ها، سالن های



ProDem
Demolition & Site Preparation

Farshid Hojjati



چین از روز سه شنبه ۷ آوریل هیچ مرگی ثبت نکرده است

مرگ را ظرف یک روز ثبت کرد. ظرف هفته‌های گذشته، چین برای مقابله با کرونا به کشورهای آسیایی و اروپایی درگیر با این عفونت کمک رسانده است.

شمار مبتلایان شناسایی شده به ویروس کرونا در جهان به یک میلیون و ۳۴۷ هزار نفر رسیده که از این میان بیش از ۷۴ هزار نفر جان خود را از دست داده‌اند و ۲۸۴ هزار نفر هم با عبور از روزهای بحرانی سلامت خود را دوباره به دست آورده‌اند.

مقامات می‌گویند تنها کسانی مجاز به ترک شهر هستند که روی یک اپلیکیشن سلامت موبایل هوشمند خود یک کد سبز دریافت کنند. شکست ویروس کرونا در چین خبر خوبی برای مقامات این کشور به شمار می‌آید. این خبر در حالی منتشر می‌شود که در آمریکا، شمار مرگ‌های ناشی از این ویروس به بیش از ۱۰ هزار نفر رسیده است. آمریکا روز دوشنبه گذشته، در مقایسه با دیگر کشورها، بیشترین آمار

در حال حاضر مرزهای چین به روی شهروندان کشورهای خارجی و حتی کسانی که اجازه اقامت دارند، بسته است.

این خبر یک روز پیش از آن منتشر می‌شود که شهر ووهان به عنوان مرکز شیوع ویروس در جهان قرار است شماری از محدودیت‌هایی را که برای مقابله با کرونا در نظر گرفته بود، کاهش دهد. در ووهان، کانون شیوع بیماری در جهان، مردم فرصت می‌یابند شهر را ترک کنند.

مبتلا شدند و ۳ هزار و ۳۲۱ نفر را هم جان باختند. در چند روز گذشته، شمار افرادی که بر اثر کرونا در چین جانباخته بودند، تک رقمی بود.

دولت چین ظرف ۲۴ ساعت گذشته، تنها ۲۲ مورد جدید ابتلا به کرونا را شناسایی کرده است. بنابر اعلام دولت چین این موارد همگی از خارج چین وارد این کشور شده بودند. چین نگران است که با ورود مسافران از خارج این کشور با موج دوم شیوع این عفونت مواجه شود.

روز سه شنبه گذشته دولت چین اعلام کرد ظرف یک روز گذشته، هیچ مرگی بر اثر ویروس جدید کرونا ثبت نکرده است.

با وجود این که همچنان پرسش‌هایی درباره صحت آمار دولت چین وجود دارد اما به صفر رسیدن آمار مرگ در این کشور یک لحظه نمادین برای مقابله با این بیماری به شمار می‌آید. بنابر آمار رسمی دولت چین در مجموع ۸۱ هزار و ۷۴۰ نفر در این کشور به ویروس جدید کرونا

بوریس جانسون، نخست‌وزیر بریتانیا به بخش مراقبت‌های ویژه منتقل شد



در این کشور تست کرونا به حد کافی صورت نگرفته است و کمبود ماسک، پوشش‌های ایمنی و همچنین دستگاه‌های تنفسی در بیمارستان‌ها محسوس است. حتی برخی از درمانگاه‌ها برای درمان بیماران ریوی از کمبود اکسیژن خبر داده‌اند.

بیماری کرونا در بریتانیا ابراز خوش‌بینی کرده بود. گفته می‌شود که نخست‌وزیر بریتانیا کاهش وزن داشته و تب و سرفه شدید او همچنان ادامه دارد. در اوایل ماه مارس، بوریس جانسون با بسیاری از افراد در بیمارستانی دست داده بود که از جمله چند بیمار کرونایی در آن بستری بودند. او در آن هنگام گفته بود که از انجام چنین کاری پشیمان نیست و در آینده نیز چنین کاری را تکرار خواهد کرد. دولت بریتانیا در امر مقابله با شیوع بیماری کرونا با مشکلات بسیاری روبه‌رو است. تملل در مقابله با شیوع این بیماری باعث ابتلای شمار کثیری از مردم بریتانیا شده است. افزون بر آن سامانه محل ساختمان نخست‌وزیری ادامه داد. او در یک پیام ویدیویی در ارتباط با مقابله با

عالی تیم پزشکی برخوردار است و شخصا از همه همکاران بخش خدمات درمانی بریتانیا برای تلاش و کار سخت و دشوارشان ابراز امتنان کرده است. در بیانیه دفتر نخست‌وزیری همچنین آمده است که بوریس جانسون برای پیشبرد امور دولتی که انتقال او به بیمارستان برای انجام مایانات اولیه و تست بوده است.

وضعیت سلامتی بوریس جانسون اما روز دوشنبه ششم آوریل رو به وخامت می‌گذارد. همین موضوع علت انتقال او به بخش مراقبت‌های ویژه اعلام شده است. مشاهده نشانه‌های بیماری دفتر نخست‌وزیری بریتانیا در بیانیه خود اعلام کرده است که بوریس جانسون از مراقبت‌های

بریتانیا نگران جان و سلامتی نخست‌وزیر خود است؛ وضعیت جسمانی بوریس جانسون رو به وخامت نهاده است. انتقال بوریس جانسون به بخش مراقبت‌های ویژه بنا بر تشخیص تیم پزشکی او صورت گرفته است. جانسون مبتلا به بیماری کرونا است. تیم پزشکی بوریس جانسون، نخست‌وزیر بریتانیا، انتقال او به بخش مراقبت‌های ویژه بیمارستان سنت توماس را الزامی تشخیص داده‌است. خبر انتقال نخست‌وزیر بریتانیا به بخش مراقبت‌های ویژه این بیمارستان از سوی دولت رسماً اعلام شده است. در بیانیه دولت در لندن آمده است که انتقال جانسون به بخش مراقبت‌های ویژه جنبه احتیاطی دارد و این اقدام برای آن صورت گرفته که در

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

ویروس کرونا و نتولیرالیسیم

به آن توجهی نشد. برای مثال، در اکتبر سال ۲۰۱۹ یک شبیه سازی از یک ویروس فرا گیر جهانی در ایالات متحده آمریکا به عمل آمد، اما این اقدام در همان سطح شبیه سازی باقی ماند و اعتنایی از آن نکردند. در تاریخ ۳۱ دسامبر چین سازمان بهداشت جهانی را از وجود یک ویروس آگاه ساخت و یک هفته بعد دانشمندان چینی ویروس کرونا را شناسایی کردند و اطلاعات لازم اقدام شد. آلمان که دارای سیستم بیمارستانی پیشرفته و قابل اطمینانی است بدون کمک دیگران به موقع وارد عمل شد و تا حدودی بحران را مهار نمود. اما دیگر کشورهای اروپایی کم کاری کردند و حتی بعضی از آنها بحران را نادیده گرفتند. بدترین این کشورها انگلستان در اروپا بود و ایالات متحده در آمریکای شمالی.

دگر بار باید خاطر نشان کرد زمانی که ما بر این بحران جهانی غلبه کنیم، دو گزینه محتمل فردای سرنوشت بشریت را تعیین خواهد شد. نخست، بعد از بحران، با بر تعداد نظامهای فرا اقتدارگرا، مستبد و بی رحم تر از گذشته نسبت به ایالات متحده آمریکا یا به متحدان آن مانند چین، کره جنوبی و تایوان بی درنگ دست به اقدام زدند. در اروپا نیز تا حدودی در این مورد اقدام شد. آلمان که دارای سیستم بیمارستانی پیشرفته و قابل اطمینانی است بدون کمک دیگران به موقع وارد عمل شد و تا حدودی بحران را مهار نمود. اما دیگر کشورهای اروپایی کم کاری کردند و حتی بعضی از آنها بحران را نادیده گرفتند. بدترین این کشورها انگلستان در اروپا بود و ایالات متحده در آمریکای شمالی.

این بحران جهانی غلبه کنیم، دو گزینه محتمل فردای سرنوشت بشریت را تعیین خواهد شد. نخست، بعد از بحران، با بر تعداد نظامهای فرا اقتدارگرا، مستبد و بی رحم تر از گذشته نسبت به ایالات متحده آمریکا یا به متحدان آن مانند چین، کره جنوبی و تایوان بی درنگ دست به اقدام زدند. در اروپا نیز تا حدودی در این مورد اقدام شد. آلمان که دارای سیستم بیمارستانی پیشرفته و قابل اطمینانی است بدون کمک دیگران به موقع وارد عمل شد و تا حدودی بحران را مهار نمود. اما دیگر کشورهای اروپایی کم کاری کردند و حتی بعضی از آنها بحران را نادیده گرفتند. بدترین این کشورها انگلستان در اروپا بود و ایالات متحده در آمریکای شمالی.



در این مقطع تمدن غرب برای بشریت ویران کننده می باشد. حال اگر می خواهیم امروز با بحران کرونا مقابله کنیم باید رفتار زمان جنگ را پیشه خود کنیم، باید کلیه نیروها را برای از میان بردن دشمن نامرئی بشریت بسیج کنیم. بسیج مالی آمریکا در زمان جنگ جهانی دوم مثال خوبی در این مورد است. بنابراین کشور های ثروتمند مانند آمریکا به جای اینکه به دیگر کشورها مستقیم متحدها خود در هر گوشه از جهان بلوا به راه اندازند (جنگ یمن، سوریه و لیبی) بهتر آن است که از نیرو و پتانسیل خود در راه بهبود زندگی انسانها استفاده کنند.

با پایان گرفتن بحران کرونا مردم جهان باید تصمیم بگیرند که بر اساس چه الگو و عقیده ای می خواهند آینده خود را بنا سازند. زیرا می دانیم که منشاء همه نابسامانی ها و مشکلات عمیق اقتصادی، اجتماعی و سیاسی بخاطر اعمال سیاست های نتولیرالیسیم و بازار جهانی است. برای این مثال، ازمدتها پیش نتولیرالیسیم می دانست که یک بیماری فراگیر و کمی متفاوت با بیماری سارس(SARS-CoV) که گونه ای از کرونا ویروس است، از راه خواهد رسید و جهان را مبتلا خواهد کرد. سیاست نتولیرالیسیم می توانست برای پیشگیری از این بیماری دست به کار شود و واکنس آنرا تهیه کند. اما کمیتهای خصوصی دارو سازی (Big Pharma) همراه با لابی های وابسته، برایشان ساختن انواع گرم پودرهای محروم کرده است، بر می آید، ارتباط اینترنتی روشی که ممکن است به کمک نیازمندان در سراسر جهان بشاییم. اما آنچه از دست ما در عصری که از شکل و تجمع رو در رو تا مدتی محروم کرده است، بر می آید، ارتباط اینترنتی جهت سازماندهی، ایجاد و گسترش سازمان های مردم نهاد، بسط تحلیل مسائل میلا به قرار گرفت. همین اقدام می توانست در مورد ویروس کرونا انجام گیرد اما طاعون نتولیرالیسیم مانع از آن شد.

در مورد ویروس کرونا همه اطلاعات در دسترس ما بود اما به همان دلایلی که پیش تر ذکر شد

زمانی که ما بر این بحران جهانی غلبه کنیم، دو گزینه محتمل فردای سرنوشت بشریت را تعیین خواهد کرد. نخست، بعد از بحران، با بر تعداد نظامهای فرا اقتدارگرا، مستبد و بی رحم تر از گذشته نسبت به جان و مال انسانها افزوده می گردد و یا با همت و مقاومت توده مردم در سراسر جهان، بازسازی بنیادین نظام های حاکم می گردد. به دلیل ویروس فراگیر کرونا در قرنطینه ی داوطلبانه – خودانزوا (self isolation) بسر می برد، روز شنبه گذشته با شبکه ی تلویزیون ”دمکراسی در جنبش اروپا ۲۰۲۵ (DiEM۲۵) در باره موضوع کرونا به گفتگو پرداخت. اینجا سخنان چامسکی را می خوانید.

.... بحران سلامتی که ویروس کرونا برای بشر امروز ایجاد کرده است، بسیار خطرناک و جدی می باشد و ممکن است عواقب وخیم تری در آینده به بار بیاورد. اما این بحران موقتی است و در نهایت بر طرف خواهد شد. در حالی که ما با دو بحران دائمی بسیار خطرناکتر و جدی تر که هستی بشر را به یکباره از میان برمی دارد، روبرو خواهیم شد. این دو بحران یکی جنگ هسته ای است و دیگری گرم شدن کره زمین. باید اذعان نمود که این تهدیدات اعم از بحران کرونا و جنگ هسته ای و گرم شدن کره زمین تهدیداتی است که به دلیل اعمال سیاست های نتولیرالیسیم ایجاد شده است و روز به روز نیز شدت خواهد گرفت. بدیهی است بعد از پایان گرفتن بحران کرونا جهان با دو گزینه محتمل روبرو خواهد شد. یا بر تعداد نظام های تمامیت خواه و مستبد بمبارت دمیشت تر افزوده می گردد و یا یک بازسازی بنیادین با شرایط انسانی تر در جوامع ایجاد خواهد شد. اما در حال حاضر سرنوشت ما در دستان تعلق های بیمار گونه اجتماعی مانند ترامپ و متحدها همفکرش در جهان قراردارد. برای مثال، قدرت اکثریت بسیار فراگیر است زیرا آمریکا تنها کشوری است که حداکثر فشارهای روانی و تحریم های اقتصادی را بر سایر کشورها مانند ایران و کوبا اعمال کرده است و دیگر کشورها (بویژه کشور های اروپایی) را مجبور ساخته تا از سیاست های غیر انسانی آن پیروی کنند. همانطور که ما شاهد آن هستیم این کشورها در پیروی از استاد خود اقدام کرده اند. بدون تردید فقط مردم این کشورها هستند که از تحریم های اعمال شده رنج بسیار می برند. اما این روزها در رابطه با بحران کرونا از سوی یکی از این کشورهای تحریم شده اتفاق جالبی افتاده است. ۵۲ پزشک کوبایی برای کمک به پرسنل پزشکی ایتالیا که در زیر فشار شدید و خستگی مستمر به کار مشغولند، در منطقه لومباردی مستقر شده اند. در حالی که آلمان با سیستم پیشرفته پزشکی خود حتی نتوانسته است به یونان کمک کند.

بدون تردید با وجود فجایی که سراسر جهان را فرا گرفته است (مانند غرق شدن هزاران مهاجر در قنارن نظرات کارشناسانه کنجی اوکاموتو هستند.

۲- پندمیک بیماری واگیرداری که در پهنه جغرافیایی وسیعی شیوع می یابد.

پیک پارسیان

گردش سرمایه و بیماری کووید ۱۹

ناکامی ها دهه هاقبل و آن هنگام برنامه ریزی شده که پوشش سیستم سلامت عامه به طور همزمان نادیده گرفته شدو یابه مسائل مالی آلوده گردید.کشوری گرفتار سیستم خصوصی شده که قرار است فقط در صورت وقوع اپیدمی ها به آنها بیاندیشد این مقاله در شماره ماه می مانتلی ریویو به عنوان «مرور ماهانه» منتشر خواهد شد. نسخه چاپ شده با تاریخ ۲۷ مارس انتشار خواهد یافت. انتشار زود هنگام آن (بیش از یکماه قبل از تاریخ مقرر) تا کنون سابقه نداشته و گواه وضعیت اضطراری جاری است. انتظار داریم که به هنگام انتشار نهایی در اول ماه می بروز رسانی هایی در آن صورت پذیرد. دبیران مانتلی ریویو

می رهند که امپریال کالج برای دیگر کشورها توصیه می نماید.

رادریک والیس، متخصص علم امراض واگیردار بر پایه روشهای ریاضی، یکی از نگارندگان این مقاله، مدل بررسی را بکلی تغییر می دهد. مدلینگ اوضاع اضطراری، هر چند نیاز باشد، نقطه شروع و چگونگی آغاز را از نظر دور می دارد. عوامل ساختاری به همان میزان، بخشی از یک وضعیت اضطراری هستند. به حساب آوردن آنان کمک می نماید تا دریابیم که بهترین جواب ممکن پیش رو، واری به حرکت در آوردن مجدد چرخهای اقتصاد (که زیان بار خواهد بود) چیست. والیس می نویسد چنانچه آتش نشانان منابع کافی در اختیار داشته باشند:

«تحت شرایط عادی، اکثر آتش سوزیها، می توانند با حداقل تلفات و خسارات مادی مهار گردند. گرچه، این مهار به میزان حیاتی به عوامم کمتر رمانتیک بستگی دارد که از امر خطیر قهرمانی و تلاش برای مقررات گذاریهایی مانندگزار و ادامه دار که خطرات ساخت وساز را از رهگذر توسعه و اجرای استانداردهای مربوطه کاهش می دهد که بدون شک مسائل آتش نشانی و بهداشت را نیز شامل می شود بی نیاز نیست، در حالی که توجه ضروری به منابع لازم برای حفاظت از ساختارها در حد کافی میندول می گردد. زمینه ای که بیماری های واگیردار بر بستر آنها رشد می نمایند مهم است، و ساختارهای اقتصادی موجود که به شرکتها چندملیتی کشاورزی اجازه می دهد تا با خصوصی سازی سود هزینه ها را به اجتماع تحمیل نمایند باید به اجرای استانداردهایی ملزم گردند که تقبل هزینه ها را در صورت شیوع مجدد بیماریهای واگیردار جدید در دستور کار قرار می دهد.

این بیماری) آماده نخواهند بود پیش از آنکه شیوع بیماری شیب منفی یافته باشد. چنانچه از کمدمنی نقل شده است: «ویروس کرونا خیلی رادیکال است. آمریکاییها به ویروسی معتدلتر نیاز دارند که بتوانند طی مراحل تدریجی در مقام پاسخگوئی به آن برآیند». گروه طالب متوجه گردید که تیم امپریال کالج از بررسی شرایطی که تحت آن این ویروس از بین می رود خودداری می نمایند. چنین از بین بردنی به معنای به صفر رساندن شیوع بیماری نبوده، بلکه نشانگر ایزوله شدن کافی بیمارانی است که قرار نیست به آلوده شدنهای زنجیره ای دامن زنند. در چین فقط پنج درصد آثانی که آسیب پذیر بودند و در تماس با بیماران قرار گرفته بودند آلوده شدند. در واقع تیم طالب روش مبارزه چین با بیماری را ترجیح داده، با اقدام همه جانبه سریع برای حذف بیماری بدون نیاز به درگیر شدن در ماراتنی که مابین کنترل بیماری و تأمین نیروی کار برای اقتصاد در نوسان باشد. به عبارتی دیگر، روش سخت چین (بر پایه همه منابع موجود) جمعیت کشور را از ماهها و با شاید سالها انزواپی



محاسبات

کووید ۱۹، بیماری ناشی از کرونا ویروس 2-SARS-COV دومین ویروس سندروم جدی تنفسی از سال ۲۰۰۲، به طرز رسمی یک «پندمیک» (۲) نامیده شده است. در اواخر ماه مارس، اهالی شهرهایی به طور کامل در خانه هایشان سگر گرفته و بیمارستانهایی در شبکه بهداشت، یکی پس از دیگری، با هجوم بیماران مواجه می گردند.

با کاهش اولیه سرعت انتشار بیماری، چین در حال حاضر راحت تر تنفس می کند. کره جنوبی و سنگاپور نیز به همین منوال. اروپا، به خصوص ایتالیا و اسپانیا، و به طرز روزافزون دیگر کشورهایی نیز، زیر بار تلفات ناشی حتی در مراحل اولیه شیوع کم خر نموده اند. آمریکای لاتین و آفریقا تازه در آغاز انباشته شدن تعداد بیماران بوده و بعضی کشورها از دیگران بهتر عمل نموده اند. در ایالات متحده، پیشرفتهای به مثابه ثروتمندترین کشور در تاریخ بشر، آینده تیره و تاری در انتظار است. شیوع بیماری قرار نیست تا ماه می به اوج خود رسیده و تا حد امروزین هم کارمندان سیستم بهداشتی درمانی و مراجعه کنندگان به بیمارستانها دیگر نزاعی سخت برای دستیابی به امکانات محدود وسایل حفاظت شخصی هستند. پرستان، که «مرکز کنترل بیماریها» به طرز دلخوره آوری از آنان خواسته تا از سریند وروسی و ماسک استفاده نمایند، سیستم موجود را از رقم زدن سرناجامی خوشایند ناتوان می بینند.

دولت فدرال آمریکا برای لوازم پزشکی، که در وهله اول از ایالت ها دریغ داشته بود، بهای بیشتری می پردازد. و در همین حال مباردت به اعلام بستن مرزها به بهانه حفاظت از سلامت عمومی در حالی که روشهای غلط مبارزه با

AUST ARIA PTY LTD

FOOD IMPORTS



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

نائومی کلاین: کرونا فاجعه‌ی تمام‌عیار برای سرمایه‌داری فاجعه‌محور است

سرمایه‌داری فاجعه‌محور چیست و با «دکترین شوک» چه رابطه‌ای دارد؟مردم چه کار می‌توانند بکنند تا از صدمات ناشی از نقش پررنگ سرمایه‌داری فاجعه‌محور در واکنش به ویروس کرونا بکاهند؟ آیا اوضاع از زمان توفان کاترینا یا رکود اقتصادی جهانی قبلی بهتر شده است؟ ناومی کلاین در گفتگو با ماری سالیس از وب سایت سالیس به این پرسشی ها می پردازد

قیفرا می‌رویم و دچار تفرقه می‌شویم یا پیشرفت می‌کنیم و به قدرت و شقتی دست می‌یابیم که قبلا در خود سراغ نداشتیم. این بحران هم یکی از همین ازمون‌ها است. یکی از دلایلی که امیدوارم این بار پیشرفت کنیم این است که بر خلاف سال ۲۰۰۸ انترناتیو سیاسی بالفعلی داریم که به ما اجازه می‌دهد تا به شکل متفاوتی به بحران واکنش نشان دهیم و به علل اصلی آسیب‌پذیری خود بپردازیم؛ علاوه بر این، در مقایسه با گذشته جنبش سیاسی بزرگ‌تری هم از این انترناتیو حمایت می‌کند.

هدف از «طرح جدید حفظ محیط زیست و رفح نابرابری اقتصادی» نیز آملادگی برای چنین لحظه‌ای بوده است. نباید شجاعت خود را از دست بدهیم؛ باید بیش از همیشه برای بیمه‌ی درمانی همگانی، بیمه‌ی بچداری همگانی، و مرضی‌استلاجی با حقوق بچگیم همه‌ی اینها برنده‌تیداند.

سالیس: اگر دول‌ها و نخبگان دنیا بخواهند از این بحران به نفع اهداف خود استفاده کنند، از دست مردم برای مراقبت از یکدیگر چه کاری ساخته است؟

کلاین: «من از خودم و خانواده‌ام مراقبت خواهم کرد، می‌توانیم بهترین بیمه‌ی موجود را بگیریم، و اگر شما بیمه‌ی خوبی ندارید به احتمال زیاد تقصیر خودان است و به من ربطی ندارد؛» این طرز فکر ناشی از نظام اقتصادی مبتنی بر رقابت بی‌امان و برد و باخت است. بحران‌هایی مثل شیوع ویروس کرونا نشان می‌دهند که ما به هم وابسته‌ایم؛ داریم به وضوح می‌بینیم که وابستگی‌مان به یکدیگر بسیار بیشتر از آن چیزی است که این نظام اقتصادی بی‌رحمانه می‌خواهد به ما بقبولاند.

شاید فکر کنیم که اگر بیمه‌ی درمانی خوبی داشته باشیم در امان خواهیم بود اما اگر کسی که غازی‌مان را تهیه می‌کند یا برای‌ام می‌آورد یا آن را بسته‌بندی می‌کند بیمه‌ی درمانی خوبی نداشته باشد و از عهده‌ی پرداخت هزینه‌ی آزمایش برآید چه رسد به این که مرضی‌ استلاجی با حقوق داشته باشد تا بتواند در خانه بماند در این صورت در امان نخواهیم بود. اگر از یکدیگر مراقبت نکنیم هیچ کسی در امان نخواهد بود، ما همه به هم وابسته‌ایم.

شوهدهای مختلف سازمان‌دهی جامعه استودهای متفاوت با شکوفای می‌کند. اگر در نظامی باشید که از مردم مراقبت نمی‌کند و منابع را به شکل مسئولانه‌ای توزیع نمی‌کند، در این صورت استعداد اختکراتان شکوفای می‌شود. پس هشیار باشید و به این فکر کنید که، به دخی ذخیره‌سازی اجناس و دلمشغولی محض نیست به خود و خانواده‌ان، چطور می‌توانید اندوخته‌های‌تان را با همسایگان‌تان تقسیم و به افراد آسیب‌پذیر رسیدگی کنید.

زنگ خطر هنری کیسینجر برای نظم جهانی پس از بحران کرونا

زنگ خطر هنری کیسینجر برای نظم جهانی پس از بحران کرونا

با بحران مقابله می‌کنند و با این ویروس مرز و کار دارند اما اثرات مخرب این ویروس مرز نمی‌شناسد. در حالی که امیدوارم حمله به سلامت‌ی انسان‌ها موقت باشد اما تحولات سیاسی و اقتصادی که به وجود آمده می‌تواند برای نسل ها ادامه داشته باشد. هیچ کشورِی، حتی ایالات متحده نمی‌تواند صرفا با یک تلاش ملی بر این ویروس غلبه کند و پرداختن به نیازهای منظور و اکنون باید با تدوین چشم‌انداز و برنامه‌ی همکاری های بین المللی برای مقابله با بحران همراه باشند. اگر ما توانایی‌ان دو را پشت سرهم انجام ندهیم با بدترین بحران روبه رو خواهیم بود.

کیسینجر از دولت آمریکا تا خواست تا برای مقابله با عواقب بیماری همه گیر از سطح جهانی، روی سه زمینه اصلی متمرکز شود. اول، مقاومت جهانی از طریق توسعه تحقیقات علمی را نسبت به بیماری‌ای عفونی تقویت کرد. دست آوردهای علم پزشکی مانند واکسن فلج اطفال، ریشه کن کردن ابله و ... ما را به سمت تکنیک‌ها و فن‌آوری‌های جدیدی را برای کنترل عفونت و واکنش های متناوب در میان جمعیت وسیعی توسعه دهیم. دوم، تلاش کنیم تا زخم های اقتصاد جهانی را بهبود بخشیم. رهبران جهانی درس های مهمی را از بحران مالی سال ۲۰۰۸ آموخته اند اما بحران اقتصادی کنونی پیچیده تر است؛ انقباض ناشی از ویروس کرونا بر خلاف هر چیزی که در تاریخ شناخته شده، در سرعت و مقیاس جهانی است. اقدامات لازم برای بهداشت عمومی مانند دوری از اجتماعات

اقتصادی موثر است. همچنین برنامه‌ها باید به منظور جلوگیری از هرج و مرج و بهبود قریب الوقوع آسیب بدترین افراد جمعیت جهان باشند و سوم، پاسداری از اصول نظم جهانی لبرال. او در پایان نوشت، ما تا نبرد«اردن» و به دیبایی از رونق روزافزون و تقویت کرامت انسانی رسیدیم، باید جنبش جهانی، مدیریت بحران و ساخت آینده به طور همزمان است و شکست در این چالش جهان را به آتش خواهد کشاند.

کلاین: شوک در واقع خود ویروس است، و طرز برخورد با آن طوری بوده که اشتگی را به حداکثر و محافظت را به حداقل رسانده است. فکر نمی‌کنم که توطئه‌ای در کار باشد، این امر صرفا ناشی از سوءمدیریت این بحران توسط ترامپ و دولت آمریکا است. ترامپ تا حالا با این بحران به گونه‌ای برخورد کرده که انگار گرفته شده است. ترکیب این نیروها به شوکی عظیم سود بربرد. سودجویی از فاجعه و جنگ پدیدوی تازه‌ای نیست اما پس از ۱۱ سپتامبر واقعا گسترش یافت، یعنی وقتی که دولت جورج بوش این نوع بحران امنیتی بی‌پایان را اعلام کرد، و هم‌زمان به خصوصی‌سازی و برون‌سپاری این بحران پرداخت برای مثال، می‌توان به خصوصی‌سازی امنیت داخلی کشور و خصوصی‌سازی حمله به عراق و افغانستان و اشغال آنها اشاره کرد.

واقعا گسترش یافت، یعنی وقتی که دولت جورج بوش این نوع بحران امنیتی بی‌پایان را اعلام کرد، و هم‌زمان به خصوصی‌سازی و برون‌سپاری این بحران پرداخت برای مثال، می‌توان به خصوصی‌سازی امنیت داخلی کشور و خصوصی‌سازی حمله به عراق و افغانستان و اشغال آنها اشاره کرد. البته گسترش یافت، یعنی وقتی که دولت جورج بوش این نوع بحران امنیتی بی‌پایان را اعلام کرد، و هم‌زمان به خصوصی‌سازی و برون‌سپاری این بحران پرداخت برای مثال، می‌توان به خصوصی‌سازی امنیت داخلی کشور و خصوصی‌سازی حمله به عراق و افغانستان و اشغال آنها اشاره کرد.

واقعا گسترش یافت، یعنی وقتی که دولت جورج بوش این نوع بحران امنیتی بی‌پایان را اعلام کرد، و هم‌زمان به خصوصی‌سازی و برون‌سپاری این بحران پرداخت برای مثال، می‌توان به خصوصی‌سازی امنیت داخلی کشور و خصوصی‌سازی حمله به عراق و افغانستان و اشغال آنها اشاره کرد.

«دکترین شوک» عبارت است از همان استراتژی سیاسی‌مبتنی بر استفاده از بحران‌های بزرگ برای تسویه حساب‌هایی که به طور حساب‌شده‌ای تازیم برای آن تشدید، نخبگان را تروتمند و بقیه‌ی مردم را تضعیف می‌کنند. در دوران بحران، مردم معمولاً فقط به فکر این هستند که از بحران جان سالم به در ببرند، و معمولاً بیش از حد به قدرتمندان اعتماد می‌کنند. در لحظات بحرانی حواس‌مان کمی پرت می‌شود.

سالیس: منشأ این استراتژی سیاسی کجاست و چه سابقه‌ای در سیاست آمریکا دارد؟

کلاین: «دکترین شوک» واکنشی به «طرح تازه»ی دولت روزولت بود. به نظر می‌لینون فریدمن، «طرح تازه» از بیخ و بن غلط بود؛ و «فرمایش‌خاک» اندیشکده‌های واشنگتن، از جمله بنیاد هریتج، با یکدیگر دیدار کردند و فهرستی از راه‌حل‌های «بازار آزادمحور» را برای این بحران ارائه دادند.

می‌توان مطمئن بود که این بار هم دقیقاً چنین جلاسی برگزار خواهد شد و واقع، رئیس گروه رسیدگی به توفان کاترینا کسی جز مایک پنس نبود. در سال ۲۰۰۸، بانک‌ها را به همین طریق آزاد باشیدی، و دولت‌ها به بانک‌ها چک‌های سفیدی دادند و در نهایت بالغ بر تریلیاردها دلار شد. اما هزینه‌ای واقعی این کار عبارت بود از ترویج «دکترین شوک» این بود که اقتصاد از طریق ایجاد اشتغال دولتی و ارائه‌ی کمک‌های مستقیم را وظیفه‌ی اصلی خود شمرد.

اگر شما هوادار سرخشت اقتصاد مبتنی بر بازار آزاد باشید، می‌دانید که وقتی بازارها از کار می‌افتند اوضاع بیش از پیش برای تغییرات طبیعی تدریجی مساعد می‌شود. بنابراین، هدف از ترویج «دکترین شوک» این بود که اجازه ندهند بحران‌ها به طور طبیعی به اتخاذ سیاست‌های متفاوت بینجامند. نخبگان سیاسی و اقتصادی می‌دانند که در زمان بحران می‌توانند اقداماتی را در جهت خود که قبل از این مردم طرفدار نداشت، تصویب کنند. این سیاست‌ها در نابرابری اقتصادی در آمریکا و سراسر دنیا دامن می‌زنند.

سالیس: مردم چه کار می‌توانند بکنند تا از صدمات ناشی از نقش پررنگ سرمایه‌داری فاجعه‌محور در واکنش به ویروس کرونا بکاهند؟ آیا اوضاع از زمان توفان کاترینا یا رکود اقتصادی جهانی قبلی بهتر شده است؟ کلاین: وقتی با بحران مواجه می‌شویم یا به

مری سالیس: اجازه دهید با اصول و مبانی شروع کنیم. سرمایه‌داری فاجعه‌محور چیست و با «دکترین شوک» چه رابطه‌ای دارد؟

ناومی کلاین: تعریف من از سرمایه‌داری فاجعه‌محور واقعا ساده و روشن است: منظورم همان صنایع خصوصی‌ای هستند که یکدفعه مثل قارچ سبز می‌شوند تا فوراً از بحران‌های عظیم سود ببرند. سودجویی از فاجعه و جنگ پدیدوی تازه‌ای نیست اما پس از ۱۱ سپتامبر واقعا گسترش یافت، یعنی وقتی که دولت جورج بوش این نوع بحران امنیتی بی‌پایان را اعلام کرد، و هم‌زمان به خصوصی‌سازی و برون‌سپاری این بحران پرداخت برای مثال، می‌توان به خصوصی‌سازی امنیت داخلی کشور و خصوصی‌سازی حمله به عراق و افغانستان و اشغال آنها اشاره کرد.

«دکترین شوک» عبارت است از همان استراتژی سیاسی‌مبتنی بر استفاده از بحران‌های بزرگ برای تسویه حساب‌هایی که به طور حساب‌شده‌ای تازیم برای آن تشدید، نخبگان را تروتمند و بقیه‌ی مردم را تضعیف می‌کنند. در دوران بحران، مردم معمولاً فقط به فکر این هستند که از بحران جان سالم به در ببرند، و معمولاً بیش از حد به قدرتمندان اعتماد می‌کنند. در لحظات بحرانی حواس‌مان کمی پرت می‌شود.

سالیس: منشأ این استراتژی سیاسی کجاست و چه سابقه‌ای در سیاست آمریکا دارد؟

کلاین: «دکترین شوک» واکنشی به «طرح تازه»ی دولت روزولت بود. به نظر می‌لینون فریدمن، «طرح تازه» از بیخ و بن غلط بود؛ و «فرمایش‌خاک» اندیشکده‌های واشنگتن، از جمله بنیاد هریتج، با یکدیگر دیدار کردند و فهرستی از راه‌حل‌های «بازار آزادمحور» را برای این بحران ارائه دادند.

می‌توان مطمئن بود که این بار هم دقیقاً چنین جلاسی برگزار خواهد شد و واقع، رئیس گروه رسیدگی به توفان کاترینا کسی جز مایک پنس نبود. در سال ۲۰۰۸، بانک‌ها را به همین طریق آزاد باشیدی، و دولت‌ها به بانک‌ها چک‌های سفیدی دادند و در نهایت بالغ بر تریلیاردها دلار شد. اما هزینه‌ای واقعی این کار عبارت بود از ترویج «دکترین شوک» این بود که اقتصاد از طریق ایجاد اشتغال دولتی و ارائه‌ی کمک‌های مستقیم را وظیفه‌ی اصلی خود شمرد.

اگر شما هوادار سرخشت اقتصاد مبتنی بر بازار آزاد باشید، می‌دانید که وقتی بازارها از کار می‌افتند اوضاع بیش از پیش برای تغییرات طبیعی تدریجی مساعد می‌شود. بنابراین، هدف از ترویج «دکترین شوک» این بود که اجازه ندهند بحران‌ها به طور طبیعی به اتخاذ سیاست‌های متفاوت بینجامند. نخبگان سیاسی و اقتصادی می‌دانند که در زمان بحران می‌توانند اقداماتی را در جهت خود که قبل از این مردم طرفدار نداشت، تصویب کنند. این سیاست‌ها در نابرابری اقتصادی در آمریکا و سراسر دنیا دامن می‌زنند.

سالیس: مردم چه کار می‌توانند بکنند تا از صدمات ناشی از نقش پررنگ سرمایه‌داری فاجعه‌محور در واکنش به ویروس کرونا بکاهند؟ آیا اوضاع از زمان توفان کاترینا یا رکود اقتصادی جهانی قبلی بهتر شده است؟ کلاین: وقتی با بحران مواجه می‌شویم یا به

مری سالیس: مردم چه کار می‌توانند بکنند تا از صدمات ناشی از نقش پررنگ سرمایه‌داری فاجعه‌محور در واکنش به ویروس کرونا بکاهند؟ آیا اوضاع از زمان توفان کاترینا یا رکود اقتصادی جهانی قبلی بهتر شده است؟ کلاین: وقتی با بحران مواجه می‌شویم یا به

ظاهراً آقای امینی اینک مُدعی «راه مصقّق» و «پاسداری از راستی و رسوا سازی یلّشنی» است ولی وقایع مهم تاریخی را نمی‌توان با اینگونه «ظواهر» فراموش کرد، لذا شایسته است که وی «برای ثبت در تاریخ» به پرسش‌های فوق پاسخ‌ی دقیق و روشن دهد. این پاسخ می‌تواند «هرگی از تاریخ» بشمار آید و به غنای حافظهٔ تاریخی جامعه کمک کند. به قولِ پروین اعتصامی:

حدیث نیک و بد ما نوشتهٔ خواهد شد
زمانه را قلم و دفتری و دیوانی است

زرتیوسه‌ای:
۱- نگاه کنید به: احمد شاملو، مجموعهٔ اشعار، انتشارات بامداد، آلمان، ۱۹۹۹، ص۱۱۵۶. برای اعتراضات خسرو روزبه و دیگراعضای حزب توده در قتل مخالفان نگاه کنید به: زبیانی، علی، کمونیسم در ایران، نشر کیهان، ۱۳۴۳، تهران، صص ۴۲۷-۵۵۵.

۲- نگاه کنید به:ماسالی، حسن، نگرشی به گذشته و آینده، ج۱، آلمان، تابستان ۱۳۴۲، صص ۴۰۳-۴۰۲.
۳- گناهی ازدورون به جنبش چپ ایران، گفتگو با مهدی خانباها تهرانی، بکوشش حمید شوکت، ج۲، آلمان، اردیبهشت۱۳۶۶، صص ۲۷۲-۳۹۱.

۳- نگاه کنیدبه: ماسالی، ص۳۹۲.
۴- پاسخ به تاریخ، ص۲۱۴.
۵- دربارهٔ گروه‌های مستقر در مصر، عراق، لیبی، الجزایر، لبنان، یمن جنوبی، فلسطین، چین، کوبا و...،نگاه کنید به خاطرات امیرپشداد، خسرو شاکری، عباس معماریان، حسین حریری و هوشنگ شهابی: اندیشهٔ پویا، شمارهٔ۲۲، آذر۱۳۹۲، صص ۷۴-۸۹.
۶- ماسالی، ج۱، خانباها تهرانی، ج۲، برای آگاهی از برخی نشریات و مواضع سازمان‌های سیاسی درخارج از کشور، نگاه کنید به: شوکت، حمید، گفتداریسون جهانی محصلین و دانشجویان ایران (اتحادیهٔ ملی)، چاپ دوم، نشرگردون، آلمان، ۱۳۷۷.

هنری کیسینجر، وزیر خارجه پیشین آمریکا، در مقاله‌ای در وال استریت ژورنال، نوشت که همه‌ گیری کرونا سیستم جهانی را برای همیشه تغییر خواهد داد. کیسینجر نوشت: «جو سورنال همه گیری«کوید-۱۹» حسی که به عنوان یک مرد جوان در لشکر۸۴ پیاده نظام در طی نبرد«آرذن» داشت، را یادآوری می‌کند. اکنون، مانند اواخر سال ۱۹۴۴، یک حس ترس تازه به کار روی یک پروژه مجتمع لوکس سکونی در یکی از مناطق مرغوب دوبی را متوقف کرده و موقتاً تعدادی از هتل‌هایش را به دلیل تاثیر شیوع کرونا بر صنعت گردشگری تعطیل کرده است. همچنین گفته می‌شود این شرکت حقوق رئیس و مدیرعامل خود دارد، که شخص به خصوصی که کارکنان خود را موقت پنجاه درصد کاهش داده اکنون در یک کشور پاره پاره، دولت کار آمد

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

پیک پارسیان

حسین علا، نصرالله انتظام، سیدحسن تقی زاده و

علی سهیلی بودند، آنگاه بی پایگی ادعای امینی آشکار می‌شود.این «پیرامونیان شاه» – به عنوان نمایندگان برجستهٔ تجدیدگرانی دوران رضاشاه با قدرت گیری و دخالت روحانیون در سیاست و فرهنگ متخالف بودند.

۳- دربارهٔ «دعوت شاه از آیت الله قمی»، من با استناد به منابع معتبر جزئیات سفر آیت الله قمی به ایران را ارائه کرده‌ام. طبق این گزارش، وزارت امورخارجه دولت علی سهیلی به محض آگاهی از تصمیم قمی دستور داده بود تا کنسولگری ایران در کربلا «از

ادلید Shiraz Supermarket in Adelaide

سوپرمارکت شیراز در ادلید

در خدمت شما

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



ساعات کار: دوشنبه، سه شنبه و چهارشنبه ها از ساعت ۹ صبح تا ۷ شب

پنجشنبه از ۹ صبح تا ۹ شب | شنبه از ۹ صبح تا ۵ بعدازظهر | یکشنبه از ساعت ۱۰ صبح تا ۵ بعداز ظهر

Ph: 08 8377 4338 | 0430 400 409

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

فواید تخم، دمنوش و عرق رازیانه



هیستدین می‌تواند هضم را بهبود بخشد و عملکرد مناسب و بهینه‌ی دستگاه گوارش را تضمین کنند. بنابراین، تخم رازیانه می‌تواند مانع از بروز اسهال شود یا آن را کاهش دهد.

۱۰. قولنج را درمان می‌کند.

فیئواستروژن‌های موجود در روغن معطر رازیانه در درمان قولنج کلیوی مفید است. این مواد شیمیایی گاهی باعث می‌شوند که رازیانه یکی از داروهای خانگی موثر برای قولنج کلیوی باشد. رازیانه حاوی خواص ضد اسپاسم است که توانایی ریلکس کردن عضلات شما و از بین بردن ناراحتی‌های ناشی از قولنج کلیوی را دارند. این مورد یکی از فواید شگفت‌انگیز روغن رازیانه برای سلامتی است که دوست داشتیم با شما در میان بگذاریم.

۱۱. اختلالات قاعدگی را کاهش می‌دهد. مصرف رازیانه همچنین در کاهش اختلالات قاعدگی موثر است. رازیانه به عنوان قاعده‌آور نیز شناخته شده‌است و عملکرد هورمون‌ها را در بدن تنظیم می‌کند و در نتیجه اختلالات قاعدگی را کاهش داده و سبب تنظیم قاعدگی می‌شود. رازیانه اغلب به بسیاری از محصولات که ادعا می‌کنند اثرات مضر سندروم پیش از قاعدگی (PMS) را از بین می‌برند، اضافه شده‌است، استفاده از رازیانه در شکل‌های مختلف می‌تواند به زنان یائسه کمک کند به میزان قابل‌توجهی از شر درد و ناراحتی خلاص شوند.

۱۲. سیستم ایمنی بدن را تقویت می‌کند. ۹ فتنان رازیانه می‌تواند تقریباً ۲۰ درصد از مقدار مصرف توصیه شده‌ی روزانه از ویتامین C را تامین کند و بنابراین تعجب‌آور نیست که رازیانه به عنوان یک منبع عالی ویتامین C محسوب می‌شود. ویتامین C نقش مهمی را در تقویت سیستم ایمنی بدن بازی می‌کند و آسیب‌های پوستی را اصلاح می‌کند. ویتامین C می‌تواند تولید کلاژن و الاستین را در پوست افزایش دهد. علاوه بر این، ویتامین C یک آنتی‌اکسیدان قوی است که می‌تواند با اثرات رادیکال‌های آزاد مبارزه کند و خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی را کاهش دهد.

۱۳. پستان‌ها را بزرگ می‌کند. رازیانه می‌تواند به عنوان یک داروی مقوی و محرک عمل کند به این دلیل که فلاونوئیدهای موجود در رازیانه توانایی افزایش میزان استروژن در بدن را دارا هستند. مصرف منظم رازیانه می‌تواند اندازه‌ی پستان‌ها را با افزایش شکل‌گیری بافت‌ها و سلول‌های جدید در آنها بزرگ کند. بزرگ کردن پستان از خواص خطا‌آور هستند. استفاده از پودر و تخم رازیانه می‌تواند خطر را از بین ببرد و مواد سمی را از بدن حذف کند. در نتیجه، مصرف رازیانه به طور منظم می‌تواند به شما در بهبود سریع‌تر تصفیه مانند برونشیت، اختقان و سرفه موثر است. چنین تاثیری به دلیل وجود آنتول و فلاونوئیدهاست. استفاده از پودر و تخم رازیانه امکان‌پذیر نبود!

۱۴. بروز اختلالات تنفسی جلوگیری می‌کند. مصرف منظم رازیانه در پیشگیری از اختلالات تنفسی مانند برونشیت، اختقان و سرفه موثر است. چنین تاثیری به دلیل وجود آنتول و فلاونوئیدهاست. استفاده از پودر و تخم رازیانه می‌تواند خطر را از بین ببرد و مواد سمی را از بدن حذف کند. در نتیجه، مصرف رازیانه به طور منظم می‌تواند به شما در بهبود سریع‌تر تصفیه مانند برونشیت، اختقان و سرفه موثر است. چنین تاثیری به دلیل وجود آنتول و فلاونوئیدهاست. استفاده از پودر و تخم رازیانه امکان‌پذیر نبود!

۱۵. پستان‌ها را بزرگ می‌کند. رازیانه می‌تواند به عنوان یک داروی مقوی و محرک عمل کند به این دلیل که فلاونوئیدهای موجود در رازیانه توانایی افزایش میزان استروژن در بدن را دارا هستند. مصرف منظم رازیانه می‌تواند اندازه‌ی پستان‌ها را با افزایش شکل‌گیری بافت‌ها و سلول‌های جدید در آنها بزرگ کند. بزرگ کردن پستان از خواص خطا‌آور هستند. استفاده از پودر و تخم رازیانه می‌تواند خطر را از بین ببرد و مواد سمی را از بدن حذف کند. در نتیجه، مصرف رازیانه به طور منظم می‌تواند به شما در بهبود سریع‌تر تصفیه مانند برونشیت، اختقان و سرفه موثر است. چنین تاثیری به دلیل وجود آنتول و فلاونوئیدهاست. استفاده از پودر و تخم رازیانه امکان‌پذیر نبود!

۱۶. پستان‌ها را بزرگ می‌کند. رازیانه می‌تواند به عنوان یک داروی مقوی و محرک عمل کند به این دلیل که فلاونوئیدهای موجود در رازیانه توانایی افزایش میزان استروژن در بدن را دارا هستند. مصرف منظم رازیانه می‌تواند اندازه‌ی پستان‌ها را با افزایش شکل‌گیری بافت‌ها و سلول‌های جدید در آنها بزرگ کند. بزرگ کردن پستان از خواص خطا‌آور هستند. استفاده از پودر و تخم رازیانه می‌تواند خطر را از بین ببرد و مواد سمی را از بدن حذف کند. در نتیجه، مصرف رازیانه به طور منظم می‌تواند به شما در بهبود سریع‌تر تصفیه مانند برونشیت، اختقان و سرفه موثر است. چنین تاثیری به دلیل وجود آنتول و فلاونوئیدهاست. استفاده از پودر و تخم رازیانه امکان‌پذیر نبود!

پیک پارسیان

تغذیه و سلامت

خواص باورنکردنی جوش شیرین



باکتری ها به رفع بوی بد عرق کمک می کند.

طرز تهیه دندودرانت طبیعی جوش شیرین یک قاشق چای خوری پودر جوش شیرین را با مقداری آب ترکیب کنید تا خمیر شیری رنگی به دست آید. این خمیر را زیر بغل و اطراف کشاله ران خود بمالید.

۳. لایه بردار طبیعی پوست صورت جوش شیرین یک روش ارزان و آسان برای لایه برداری از پوست صورت محسوب می شود.

ماسک لایه بردار جوش شیرین

پوست خود را تمیز بشوییدو خشک کنید. یک قاشق چای خوری پودر جوش شیرین را با نصف

جوش شیرین چیست؟ جوش شیرین (به انگلیسی : baking soda) که به نام بی کربنات سدیم هم شناخته می شود، نوعی نمک سفید، بی بو و بدون طعم است که از ترکیب سدیم و کربنیک اسید ساخته شده و به دلیل خواصقلیایی که دارد با کاهش اسید معده به درمان معده درد و سوزش سر دل کمک می کند.

جوش شیرین فواید زیادی برای بدن دارد که ما در این مقاله از سایت کوکا به طور کامل خواص جوش شیرین را برای سلامتی، معده، دندان ها، لاغری و پوست و مو شرح داده ایم. با ما همراه باشید!

خواص جوش شیرین برای پوست و مو توجه : پیش از مصرف هرگونه ماسک بر روی صورت و نواحی حساس بدن، با مالیدن مقداری کمی از آن بر روی پوست دست خود به مدت حداقل 20 دقیقه از نداشتن حساسیت نسبت به آن اطمینان حاصل نمایید.

۱. اکته و جوش صورت

جوش شیرین به دلیل خواص ضد التهابی که دارد به درمان اکته و جوش صورت و همچنین و تورم و قرمزی ناشی از جوش کمک می کند. جوش شیرین به دلیل خواص ضد میکروبی قوی که دارد به از بین رفتن باکتری های ایجاد کننده جوش کمک کرده و آن را درمان می کند.

ماسک جوش شیرین برای جوش 2 قاشق غذا خوری پودر جوش شیرین را با 2 قاشق غذا خوری آب ترکیب کنید و بر روی پوست صورت بمالید. بگذارید 15 دقیقه بماند و سپس با آب سرد بشویید.

برای جلوگیری از خشکی پوست بر روی آن مرطوب کننده بمالید.

ماسک جوش شیرین و آب لیمو ترش 2 قاشق غذا خوری پودر جوش شیرین را با 2 قاشق غذا خوری آب و 1 قاشق چای خوری آب لیمو ترش تازه ترکیب کنید و بر روی پوست صورت بمالید. بگذارید 15 دقیقه بماند و سپس با آب سرد بشویید.

این ماسک را 2 تا 3 بار در هفته استفاده کنید تا نتیجه بگیرید.

ماسک جوش شیرین و عسل برای جای جوش 1 قاشق غذا خوری عسل طبیعی را با 1 قاشق غذا خوری جوش شیرین ترکیب کنید و بر روی پوست صورت بمالید. بگذارید 5 دقیقه بماند و سپس با آب سرد بشویید.

این ماسک را 2 تا 3 بار در هفته استفاده کنید تا زودتر نتیجه بگیرید.

ماسک جوش شیرین و روغن نارگیل 1 قاشق چای خوری جوش شیرین را با 1 قاشق چای خوری روغن نارگیل ترکیب کنید و بر روی پوست صورت بمالید و به آرامی ماساژ دهید، پس از دو دقیقه صورت خود را با آب ولرم بشویید.

ماسک جوش شیرین و سرکه سیب 1 قاشق غذا خوری جوش شیرین را با 1 قاشق غذا خوری و 1 قاشق غذا خوری سرکه سیب ترکیب کنید و بر روی پوست صورت بمالید. بگذارید 15 دقیقه بماند و سپس با آب سرد خوب بشویید.

ماسک جوش شیرین و روغن زیتون 1 قاشق غذا خوری روغن زیتون را با 1 قاشق غذا خوری جوش شیرین ترکیب کنید و بر روی پوست بمالید و در حرکات دایره ای به مدت 5 دقیقه ماساژ دهید و سپس با آب ولرم بشویید.

ماسک جوش شیرین و شیر 1 قاشق غذا خوری جوش شیرین را با 4/1 فنجان شیر ترکیب کنید و بر روی صورت بمالید و در حرکات دایره ای به مدت 5 دقیقه ماساژ دهید و سپس با آب ولرم بشویید.

۲.دندودرانت طبیعی جوش شیرین یک دندودرانت طبیعی است؛ هنگامی که شما عرق می کنید، باکتری هایی که بر روی پوست زندگی می کنند با افزایش فعالیت خود باعث بوی بد بدن می شوند. جوش شیرین خاصیت قلیایی دارد و از بین بردن این

ماسک مو با جوش شیرین

یک قاشق چای خوری پودر جوش شیرین را به شامپوی خود اضافه کنید و مو ها را با آن بشویید تا چربی اضافی مو ها را کنترل کند.

فواید دارویی و درمانی خوردن جوش شیرین برای بدن

۸. معده و دستگاه گوارش جوش شیرین دارای خواص قلیایی است و به همین دلیل با کاهش اسید معده و بهبود تعادل PH بدن به درمان سوء هاضمه، ریفلاکس معده، سوزش سر دل، معده درد و سلامت دستگاه گوارش کمک می کند.

جوش شیرین و جای سبز مطالعات نشان می دهد که چای سبز حاوی ترکیبات آنتی اکسیدانی فعال به نام کاتچین هاست که می تواند به شما کمک کند کالری کمتری در طول روز مصرف کنید و در نتیجه باعث لاغری و کاهش وزن شما می شوند.

در لیوان چای سبز دم شده، 1/4 قاشق چای خوری پودر جوش شیرین بریزید و خوب هم بزنید، این چای را هر روز بنوشید تا به لاغری شما کمک کند.

۱۳. جنین و زنان باردار مطالعات نشان داده که استفاده از جوش شیرین تاثیری بر روی جنین در رحم ندارد و مصرف آن در دوران بارداری و شیردهی بدون عوارض می باشد؛ جوش شیرین به دلیل خواص قلیایی که دارد به کاهش اسید معده کمک کرده و به درمان سوزش سر دل و فلافکس معده در زنان باردار و شیرده کمک می کند.

با وجود همه ی این حرف ها توصیه می کنیم که زنان در دوران بارداری و شیردهی قبل از خوردن جوش شیرین با پزشک مشورت کنند.

۱۴. کلیه یک مطالعه بالینی منتشر شده در مجله انجمن آمریکایی نفرولوژی نشان داده که مصرف بی کربنات سدیم خطر ابتلا به بیماری های کلیوی را از بین برده و سرعت پیشرفت نارسایی کلیه را کاهش می دهد.

۱۵.پدنسازی یک مقاله علمی منتشر شده در سال 2013 نشان می دهد که خوردن جوش شیرین قبل از تمرینات ورزشی و پدنسازی به بهبود عملکرد ورزشکاران و افزایش انرژی آن ها کمک می کند.

۹. سلامت دندان ها جوش شیرین دارای خواص ضد باکتریایی قوی است و با از بین بردن باکتری استرپتوکوکوس موتانس که باعث پوسیدگی دندان می شود، خطر ابتلا به پوسیدگی دندان ها را کاهش می دهد.

گفته می شود که اگر جوش شیرین را به خمیر دندان خود اضافه کنید یا آن را با آب ترکیب کنید و هفته ای 1 بار برای تمیز کردن دندان ها استفاده کنید به سفید تر شدن دندان ها کمک می کند.

۱۰.رحم و عفونت واژن جوش شیرین دارای خواص ضد قارچی و ضد میکروبی قوی است و چون خواص قلیایی دارد به تعادل PH واژن کمک کرده و می تواند به سوزش و خارش پوست درمان شود.

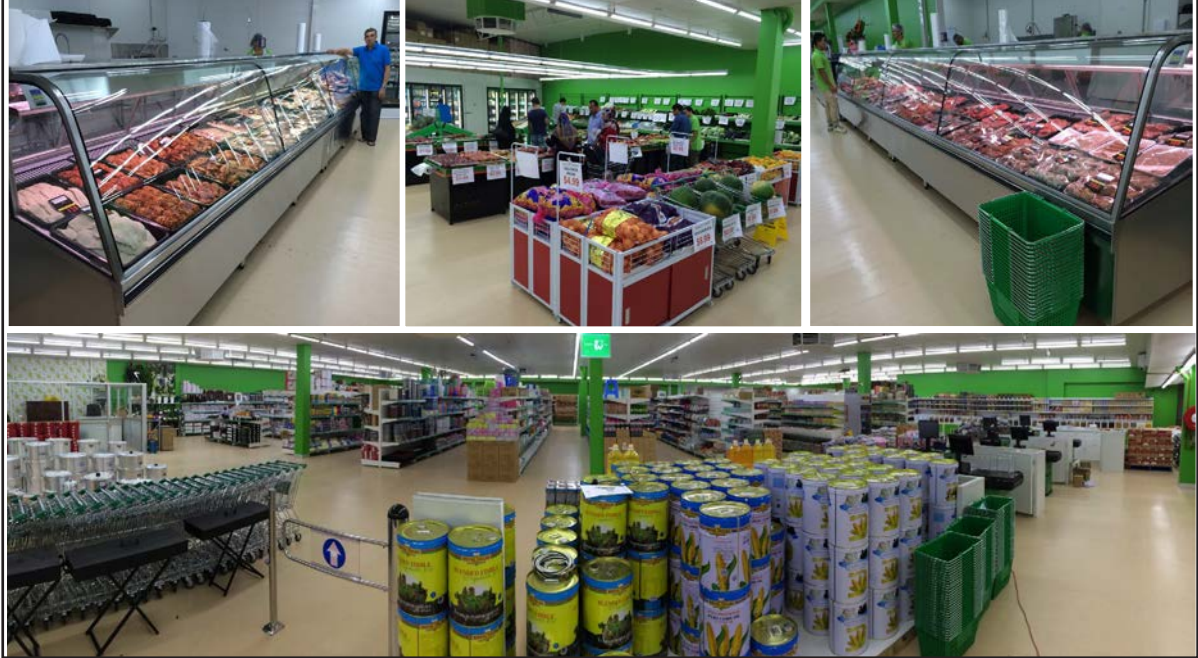
۶. درمان جای نیش حشرات جوش شیرین به دلیل خواص قلیایی که دارد، فنجان شیر پودر جوش شیرین را در یک فنجان آب گرم بریزید تا خمیری به دست آید، این خمیر را بر روی مناطق آسیب دیده پوست بمالید، 5 دقیقه بگذارید بماند تا خارش و سوزش آن درمان شود و سپس با آب سرد بشویید.

۷. مناسب مو های چرب جوش شیرین به دلیل خواص قلیایی که دارد، برای مو های چرب مناسب می باشد و می تواند به پاک سازی و درمان مو های چرب کمک کند.

۱۱.درمان عفونت ادراری تحقیقات در سال 2017 نشان می دهد که جوش شیرین به دلیل خواص قلیایی که دارد با برقراری تعادل PH در دستگاه ادراری به درمان عفونت ادراری و عفونت مثانه به ویژه در زنان کمک می کند.



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



مهارتها برای مهار و کنترل استرس و نگرانی

شده‌اید و با پنهان شدن در سوراخ افکار منفی وضعیت را بدتر کرده‌اید؟ اکثرمان این کار را کرده‌ایم!

با کسب آگاهی از الگوهای فکری منفی به وقت وقوع، می‌توانیم به جای آن‌ها الگوهای بهتری نگارنی کنیم. مثبت نگری و مهارت‌های کنترلی تمرین و شیوه‌ای هستند که در گذر زمان نادرده گرفته می‌شوند، و این از انتخاب افکار و الگوهای بهتر به جای موارد فهرست کارهایی که می‌توانید بیشتر می‌شود، و چرا؟

۷. برنامه‌ی روتین صبح‌های خود را ساده کنید بسیاری از ما در هر روزی تا آنجا که ممکن باشد کارهای زیادی انجام می‌دهیم. این که وضعیت استرس آفرین روبرو می‌شوید، این واژه انجام شدنی‌مان را تیک بزینم عادی و طبیعی است، اما انجام این کار اغلب باعث استرس و نگرانی بیشتر می‌شود، و چرا؟

سادسازی روتین صبحگاهی‌تان فضای بیشتری

اولویت بندی کنید که احساس شلوغی و سردرگمی نداشته باشید.

مثلا از شب قبل سعی کنید ناهار بجهه‌ها (یا خودتان) را آماده کنید، یا لباس‌ها یا وسایل کاریتان را پیش از به رختخواب رفتن آماده سازید. صبح، به کف فهرست از کارهایی که باید انجام شود پشت میز بنشینید، و روی آن فکر کنید نه اینکه بخواهید همه چیز را با شروع روز

به خاطر بیاورید. ۸.آبیدها و مناترها از خواب، با عادت کرده‌ایم از آدها و به خاطر تکرار می‌شوند تا باعث تمرکز، توجه شوند و آگاهی از لحظه را فراهم کنند. وقتی با یک وضعیت استرس آفرین روبرو می‌شوید، این واژه یا عبارت را به یاد خودتان بیاورید تا بتوانید حس آرامش و منات را به خودتان باز گردانید، تا اینکه بتوانید مشکل را دوباره با شفافیت ذهن بررسی

۹. داشتن خواب بیشتر

جامعه‌ی ما به این بدنام است که پایان کارهایش را می‌گذارد برای ساعات ناچیز آخر شب و قبل از خواب. با عادت کرده‌ایم از آدها و به خاطر توانایی‌های‌مان در شب زنده‌داری کردن و انجام کارهای‌شان با استراحت کم یا بدون هیچ استراحتی تب بسازیم.

هر شب ۷ تا ۹ ساعت خوابیدن برای تنظیم عملکردی موثر و سالم در روز به ضروری است. نه تنها صبح روز بهم شادتر و سرحال تر از خواب برمی‌خیزید و استراحت بیشتری کرده‌اید؛ و آمادگی سیری کردن آن روز را خواهید داشت؛ بلکه توانایی‌های شناختی‌مان برای مقابله با هر عامل استرسی به نحوی که سالم، امن و موثر باشند بازبانی و احیاء خواهد شد.

۱۰. وعده‌های غذایی کامل و متعادل مصرف

وقتی تحت استرس هستیم، به مصرف فست قود تمایل پیدا می‌کنیم چون زودتر در دسترس قرار می‌گیرد، اما لزوماً سالم نیست؛ پخش زیادی از آنچه می‌خوریم در نحوی احساس ما تاثیر می‌گذارد که آن هم به نوبه‌ی خود نحوی کنترل و مدیریت استراحت روزانه‌مان را تعیین می‌کند که عوامل استرس‌زا از جمله‌ی آن‌ها هستند. خوراکی‌های فوق فراوری شده که سرشار از قند و چربی هستند نه تنها بر خلق و خوی‌مان تاثیر می‌گذارند، بلکه بر روده‌ها نیز اثر دارند. وقتی تعادل بین باکتری‌های خوب و بد روده قطع شود، التهاب به دنبال آن حاصل خواهد شد، چون چک سری از بیماری‌های روده شکل می‌گیرند.

در سیستمی که محروم از مواد مغذی سالم باشد نمی‌توان استرس‌زدایی کرد، که همین دلیل می‌شود برای آنکه ششاقباتان را از سبزیجات برگ تیره، آجیل، چربی‌های سالم، و پروتئین‌های کافی پر کنید.

ادامه در صفحه ۱۱

پیک پارسیان

تکنیکهای افزایش انگیزه و قدرت مغز



نکته‌ی مهم دیگر قدرانی از خودتان است. امروز بابت چه چیزی شکرگذار هستید؟ زمانی را اختصاص بدهید برای این که درون‌تان را بررسی کنید و نسبت به آن‌چه انگیزه و انرژی به شما می‌دهد و شما را خوشحال‌تر می‌کند، قردان باشید.

۹. انرژی خود را افزایش دهید به آخرین باری فکر کنید که به یک چیز بسیار مهم دست پیدا کرده‌اید. احتمالاً در آن زمان انرژی و انگیزه زیادی داشتید... این‌طور نیست؟ اگر بهترین زمان خود را در مسیر درستی قرار داده باشید یا وزن‌تان را از دست داده‌اید یا یک موفقیت عالی در کسب و کارتان کسب کرده‌اید، انرژی شما به شدت بالا خواهد بود و دوست دارید باز هم دست به کار شوید تا عملکرد قبلی خودتان را بهبود ببخشید.

وقتی در مورد کارهایی که انجام می‌دهیم هیجان‌زده هستیم و انگیزه داریم، انرژی بالایی به دست می‌آوریم.

اگر می‌توانستید بیشتر وقتتان را صرف انجام کارهایی کنید که به شما انگیزه می‌دهند و هیجان‌زده‌تان می‌کنند، کسب و کارتان و زندگی‌تان چه‌طور تاثیر خواهد پذیرفت؟

بالا بودن سطح انرژی باعث رشد مداوم‌تان می‌شود و به شما اعتماد به نفس بالاتری می‌دهد.

این روش را امتحان کنید: سه مورد را انتخاب کنید که به شما هیجان و انگیزه بالایی می‌دهند. متعهد شوید که هر ماه حداقل یک ساعت بیشتر روی هر یک از آن کارها وقت بگذارید. در مورد اهداف‌تان هم می‌توانید فرایندی مشابه مورد نظر شما را موجب شد، برنامه ریزی و زمان‌بیش‌تری را برای گذراندن روی این ۳ چیز اختصاص بدهید و ۲ موردی را که می‌خواهید چشمانداز آینده‌ی ایده‌آل‌تان بزرگ‌تر و بزرگ‌تر وقت کم‌تری را برای‌شان بگذارید، حذف کنید.

۱۰. آینده‌ی ایده‌آل خود را تجسم کنید اگر انگیزه‌ی شما کم است، سعی کنید روی هدف پشت آن‌چه انجام می‌دهید یا تأثیری که روی هدف بزرگ‌ترتان دارد، تمرکز کنید.

یک راه عالی برای افزایش قدرت و انگیزه این است که بزرگ‌تر فکر کردن را شروع کنید و سپس خود را به چالش بکشید تا در مورد چشمانداز آینده‌ی ایده‌آل‌تان بزرگ‌تر و بزرگ‌تر فکر کنید.

می‌خواهید در ۳ سال یا ۵ سال آینده کجا باشید؟ هدف بزرگ‌تر شما در کسب و کار و زندگی‌تان چیست؟ چه اتفاقی باید بیفتد تا شما را از پیشرفت‌تان خوشحال کند؟ شناسایی اهداف‌تان بزرگ‌ترتان و سپس تمرکز روی آن، سبب می‌شود که روی چیزهایی بزرگ‌تر و جزئی از چیزهای بزرگ‌تر از خودتان کار کنید. به این ترتیب، زندگی روزمره‌ی شما، معنا و هدف عمیق‌تری خواهد گرفت. اگر ساعت‌های طولانی را برای یک کار صرف می‌کنید، به این فکر کنید که چرا این کار را می‌کنید، به این ترتیب، زندگی روزمره‌ی شما، معنا و هدف عمیق‌تری خواهد گرفت. اگر ساعت‌های طولانی را برای یک کار صرف می‌کنید، به این فکر کنید که چرا این کار را می‌کنید، به این ترتیب، زندگی روزمره‌ی شما، معنا و هدف عمیق‌تری خواهد گرفت. اگر ساعت‌های طولانی را برای یک کار صرف می‌کنید، به این فکر کنید که چرا این کار را می‌کنید، به این ترتیب، زندگی روزمره‌ی شما، معنا و هدف عمیق‌تری خواهد گرفت.

۸. قدرانی‌تان را ابراز کنید

زمانی که بابت چیزهایی که دارید و آدم‌هایی که پیرامون‌تان هستند، قردان و سیاست‌گر باشید، تغییرات فراوانی را تجربه خواهید کرد. اگر نسبت به دانشه‌های‌تان شکرگزار باشید، کم‌تر نسبت به آن‌چه دیگران دارند حساسیت و حسادت خواهید داشت.

وقتی از آدم‌های مهم زندگی‌تان قدرانی می‌کنید، احساسی که نسبت به آن‌ها دارید و احساس آن‌ها نسبت به افرادی که اهمیت زیادی برای‌تان قردان‌شانی باعث افزایش انگیزه و قدرت مغز و افزایش انرژی و احساس غنا در شما می‌شود. با شکرگزاری همه‌ی چیزهایی که دارید، بیش‌تر دیده می‌شوند و به چشم می‌آیند.

قردانی همچنین باعث می‌شود خلاق‌تر شوید و انگیزه‌تان را عمیق‌تر کنید. یادداشت‌های دست‌نویس، احساسات آشکارتر، یادداشت‌ای تا مست‌فوری با افرادی که اهمیت زیادی برای‌تان دارند، برای‌تان عادی و معمول می‌شوند.

نکته‌ی قابل‌توجه در مورد سیاست‌گذاری این است که پیگیری فالاته را در تمام زمینه‌های کار و زندگی انجام می‌کند. قردانی مربوط به کارهایی نیست که آن شخص برای شما انجام داده‌است، بلکه در مورد نحوه احساس شما در مورد او و ارزش او برای شما است.

در اینجا یک تمرین سریع وجود دارد:

در مورد افرادی که برای شما بیش‌ترین اهمیت را دارند، فکر کنید. در مرحله‌ی بعد، ۵ موردی را که باعث شده از آن شخص سیاست‌گذار یا قردان باشید، بنویسید. شما می‌توانید این ۵ چیز را به آن‌ها بگویید یا فقط آن را برای خودتان نگه دارید و ببینید دفعه‌ی بعد که با آن شخص ملاقات می‌کنید، چه حسی دارید.

ارزایی خصوصیاتی است که پایه و اساس احساسات شما را در واقعیت تشکیل می‌دهند و می‌توانند انگیزه‌تان را تقویت کنند. به جای این‌که روی ایده‌آل‌های‌تان متمرکز شوید، در مورد آن‌چه که از یک نقطه شروع خاص تا کنون به دست آورده‌اید ، فکر کنید.

اگر هدف شما از دست دادن ۵ کیلو در ۶ ماه آینده است و در ۳ ماه اول ۲ کیلو از دست داده‌اید، دو انتخاب دارید. می‌توانید روی این واقعیت تمرکز کنید که هنوز ۳ کیلو از هدف‌تان فاصله دارید یا می‌توانید روی این واقعیت تمرکز کنید که از زمان شروع کار ۲ کیلو را از دست داده‌اید. گزینه دوم به شما این امکان را می‌دهد تا موفقیت‌تان را جشن بگیرید و انگیزه در خودتان ایجاد کنید و ذهن‌تان را برای از دست دادن وزن بیش‌تر متمرکز کنید در حالی که گزینه‌ی اول ممکن است ذهن شما را به سمت دور بودن از اهداف‌تان متمرکز کند.

بگذارید مغز اهداف خود را تعیین کند و تجربیات گذشته‌ی شما را به یاد داشته باشید.

۳. اهداف قابل ارزیابی تعیین کنید این مورد به دنبال مورد قبلی می‌آید. بهترین ایده این است که همیشه اهداف قابل اندازه‌گیری برای خودتان تعیین کنید.

برای انگیزه و آموزش مغز بسیار عالی است که فقط روی چیزهایی که مشخص و قابل اندازه‌گیری هستند تمرکز کنید.

این که در راستای اهداف‌مان پیشرفت واقعی و عینی داریم، باعث خوشحالی ما می‌شود. به این ترتیب انگیزه و الهام می‌گیریم!

پیشرفت هستیم، به جهت درستی حرکت می‌کنیم یا خیر. ما نمی‌توانیم زمان را متوقف کنیم، فقط می‌توانیم از وقت‌مان استفاده‌ی بهتری داشته باشیم.

اگر از پیشرفتی که می‌کنید راضی نیستید، ممکن است خودتان را با دیگران مقایسه کنید، عملی که می‌تواند باعث شود احساس بدتری داشته باشید و انگیزه‌تان را از دست بدهید.

بنابراین، در مورد اهداف مورد نظرتان برای ۹۰ روز آینده فکر کنید. از خودتان بپرسید که پشت

هر یک از این اهداف چه معنا و مقصودی وجود دارد؟

اهداف‌تان را بنویسید. اندازه‌های مشخصی را روایت به هدف قرار دهید و تجسم کنید که در من، من و من خلاصه شده‌است.

۴. انگیزه‌تان را از گرفتن به دادن تغییر بدهید برخی افراد فقط به آنچه می‌توانند از زندگی و روابط به دست بیاورند توجه دارند. همه چیز آن‌ها در من، من و من خلاصه شده‌است.

۵. به کنتر ارائه‌ی چیزهایی به جهان‌تان تغییر می‌کنند. وین دایر بیان می‌کند، اگر از موقعیتی بی‌توانند از زندگی و به دیگران شروع کنید و آگاهی بیش‌تری نسبت به دنیا داشته باشید، طرز فکر شما می‌تواند از دریافت صرف به اهدا تغییر کند.

۶. هنگامی که شما این تغییر را ایجاد می‌کنید،

و به فکر ارائه‌ی چیزهایی به جهان هستید، مغز شما به شیوه‌های بیش‌تر و خلاقانه‌تری برای گسترش هر چه بیش‌تر فراوانی دست پیدا می‌کند.

این روند تمرکز روی ارائه‌ی چیزی به جهان پیرامون‌تان، بسیار رضایت‌بخش‌تر است. اگر واقا روی این موضع متمرکز شوید، می‌تواند به یک هدف و تمرکز واقعی برای شما تبدیل شود.

شما به جای تمرکز روی معاملات ساده، سعی در عمیق‌تر کردن روابط و انجام کارهایی که واقعا باعث خوشحالی مردم می‌شود، تمرکز می‌کنید.

اگر روی اهدا و قردانی تمرکز کنید و خود را با افرادی که دارای ذهنیت مشابه هستند، احاطه کنید، انرژی انگیزشی شما همیشه زیاد خواهد بود.

این شکل از تفکر، مزایای دیگری نیز دارد. هنگامی که ارائه‌دهندگان دور هم جمع می‌شوند، نتایج می‌توانند بسیار بزرگ‌تر از سطح فردی باشند، زیرا همه چیز چند برابر شده‌است. اگر شما به اندازه‌ی شما بر پایه و اساس اهدا، ارائه و کمک است مغزتان به روش‌های بیش‌تر و ویدیو باشد و خواه بهبود شیوه‌ی صحبت کردن‌تان باشد، کلید کار پایداری و تکرار است.

با انجام چندباره و چندباره کارهای جدید، مغز شما مسیرهای جدیدی را ایجاد می‌کند، روندی که به پیشرفت سریع بیش‌تری می‌دهد. اگر می‌خواهید یک روز اول جدید صبحگاهی شروع کنید، کلید کار تکرار است. اگر می‌خواهید مراقبه

شما چه‌طور به خودتان انگیزه می‌دهید؟ همه‌ی ما دوست داریم حداکثر استفاده از از زمانی که در اختیار داریم، ببریم و کارهایی را که مورد علاقه‌مان هستند، به میزان بیش‌تری انجام بدهیم اما گاهی اوقات در فرایند "آماده شدن"

گیر می‌کنیم. ما می‌خواهیم هر روز با یک نیت مشخص و روشن پیش برویم تا به اهداف خود نزدیک شویم و یک زندگی شاد و موفق داشته باشیم، می‌خواهیم هر روز بهتر شویم اما در واقع هرگز دل به دریا نمی‌زنیم و شروع نمی‌کنیم! قدرتمندترین شکل انگیزه از خود انگیزش ناشی می‌شود. شما خودتان می‌توانید آتش‌تان را روشن کنید. در این نوشتار با ۱۱ تکنیک افزایش انگیزه و قدرت مغز برای دستیابی به اهداف تان آشنا می‌شوید.

این که صبر کنید تا الهام بگیرید و بتوانید حرکت رو به جلو را شروع کنید، کافی نیست. انگیزه لزوماً چیزی نیست که برای شما اتفاق می‌افتد، بلکه می‌تواند چیزی باشد که خودتان خلق می‌کنید.

پیشرفت و انگیزه به طور کلی با دست به کار شدن شروع می‌شود. یک عمل به عمل دیگری منتهی می‌شود. تلاش کردن و انجام دادن کار نتایج بهتر و تجربیات جدیدی را برای شما به وجود خواهد آورد.

برای این که از حواس‌پرتی و عدم تمرکز رنج نبرید بهترین کار این است که دست به کار شوید و فعالیت داشته باشید. به خودتان انگیزه بدهید. کاری خاص انجام بدهید!

این کار خاص ممکن است زودتر از خواب بیدار شدن باشد، یا تهیه در انجام ورزش روزانه! حتی اگر فقط ۵ دقیقه کار برای انجام بدهید، اغلب آن‌قدر انگیزه به دست خواهید آورد که آن را ادامه بدهید.

اگر برای ایجاد تغییر مورد نظرتان روی چند مورد معدود متمرکز شوید، نتایج چشمگیری را در کسب و کار و زندگی‌تان تجربه خواهید کرد.

تکنیک افزایش انگیزه و قدرت مغز

در این نوشتار ۱۱ راهکار وجود دارد که با استفاده از آن‌ها می‌توانید دست به کار شدن را یاد بگیرید و در عین حال قدرت مغز، حافظه و انگیزه‌تان را افزایش بدهید.

۱. زندگی‌تان را ساده کنید

برنامه‌ریزی خلاقانه زندگی‌تان، به شما این امکان را می‌دهد که سادسازی کنید. تفویض وظایف و حذف فعالیت‌هایی که انگیزه و هیجانی در شما ایجاد نمی‌کنند به شما اطمینان می‌دهد که بیش‌ترین استفاده را از انرژی و زمان‌تان برای رسیدن به اهداف‌تان می‌برید و متمرکز می‌مانید. وقتی ذهن شما با تعداد زیادی پروژه و کارهای برهمی شده، بالنگیزه و هدفمند ماندن کار بسیار دشواری است. اما اگر می‌توانید سادسازی کنید و موارد غیر ضروری را حذف کنید و زندگی‌تان متمرکزتر می‌شود. و تمرکز بیش‌تر منجر به ایجاد انگیزه‌ی بیش‌تر نیز می‌شود.

چه حوزه‌هایی از زندگی‌تان را می‌توانید ساده کنید؟

یکی از راه‌هایی که می‌توانید برای سادسازی انجام دهید ترکیب وظایف است. به دو مورد که می‌خواهید انجام دهید فکر کنید و ببینید که چگونه می‌توانید آن‌ها را در یک فعالیت ترکیب کنید.

نویسنده مارلین ووس ساوانت این مرحله را در کتاب خود به نام تعلیم مغز فقط در ۱۲ هفته مطرح می‌کند.

او توصیه می‌کند که فهرستی از هر کار کوچکی که باید تمام، در طول یک روز یا آخر هفته انجام شود، تهیه کنید و سپس مهمی آن‌ها را یکی پس از دیگری انجام بدهید.

در اصل، شما کارهای زیادی را با یکدیگر انجام می‌دهید و تمام آن‌ها را با هم تکمیل می‌کنید. بنابراین به جای انجام یک کار در یک روز و کار دیگر در یک روز دیگر، تمرکز کنید و همه‌ی کارهای کوچک را در یک روز به انجام برسانید. این شیوه، زمان بیش‌تری را برای ما آزاد می‌کند و حس موفقیت به ما داده و متعاقباً باعث افزایش انگیزه می‌شود.

۲. روی مسیری که تا کنون طی کرده‌اید، تمرکز کنید

یکی از مواردی که انگیزه ما را از بین می‌برد و باعث تعلل می‌شود این است که ما موفقیت خود را نه از نقطه‌ی شروع بلکه متناسب با مسیری که برای رسیدن به هدف باقی مانده، اندازه می‌گیریم.

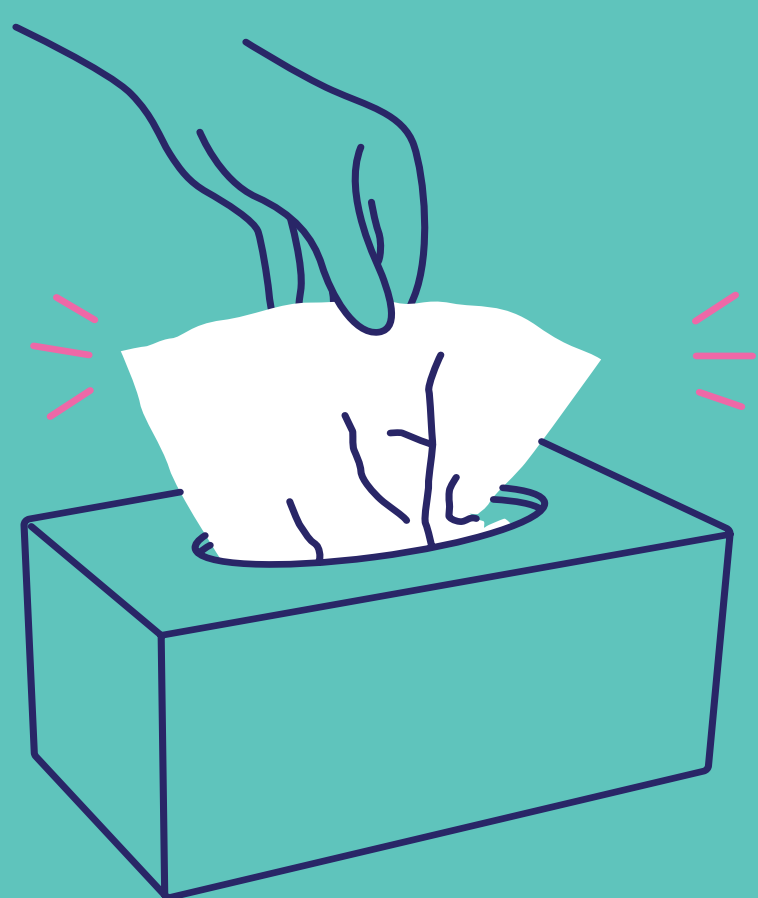
اگر بتوانیم شیوه‌ی تفکرمان را تغییر داده و نسبت به نحوه کار مغزمان آگاه‌تر شویم، می‌توانیم خود را برای موفقیت نیز آماده کنیم. ما اغلب هنگامی که از مغزمان برای حل مسئله، تجسم، دستیابی و ارزیابی پیشرفت‌های‌مان استفاده می‌کنیم، در خوشحال‌ترین حالت ممکن هستیم. اگر جای کلیات بیش‌تر از موارد خاص صحبت کنید، فرصتی برای احساس خوشبختی و انرژی بیش‌تر وجود دارد.

یکی از راه‌های انجام این کار آموزش مغز برای

کروناویروس
(COVID-19)

گام های ساده در جهت کمک به متوقف کردن انتشار

از دستمال کاغذی
استفاده کنید



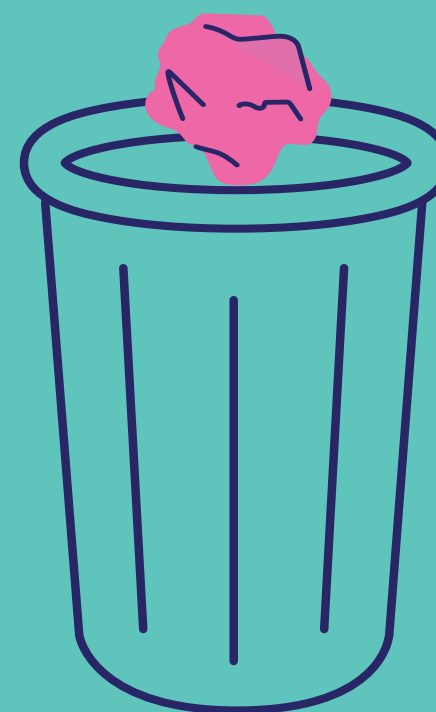
بر روی بازو
سرفه یا عطسه کنید



دستانتان را بشوید.



دستمال را به داخل سطل
زباله بیاندازید



HELP
STOP THE
SPREAD
AND STAY HEALTHY



Australian Government

ما با همدیگر می توانیم جلوی انتشار را بگیریم
و سالم بمانیم.

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره کروناویروس

(کووید-۱۹) از وبسایت **health.gov.au** دیدن کنید

تصویب شده توسط دولت استرالیا، کانبرا

سوراج شاه

کرونا تهدیدی برای نسل جدید تلفن‌های هوشمند



به کارخانه‌های مونتاژ نرسند و کالای نهایی به فروشگاه‌ها.

تاثیر منفی این عوامل و بسته شدن کارخانه‌های چینی تلفن‌های هوشمند اخیرا احساس می‌شود و ممکن است بیش از حد انتظار هم باشد.

به اعتقاد آقای ژلیت، ممکن است شرکت‌هایی بزرگ مانند اپل و سامسونگ به جای عقب انداختن عرضه گوشی‌های جدیدشان، بعضی قابلیت‌ها را حذف کنند.

زمان تست بعضی قابلیت‌های جدید و طراحی آپلیکیشن‌هایی که این قابلیت‌ها را ممکن می‌کنند تعیین‌کننده است. اتفاقات ماه‌های آینده بسیار مهمند. محدودیت حمل و نقل و تحویل ممکن است شرکت‌ها را مجبور به تاخیر در رونمایی محصولاتشان کند که ممکن است تا سال ۲۰۲۱ ادامه داشته باشد.

ادامه تعطیلی فروشگاه‌ها هم می‌تواند مشکلات زیادی برای شرکت اپل ایجاد کند که خرده فروشی برایش اهمیت دارد.

آقای نائس می‌گوید: "هفته‌ها و ماه‌های اول پیچیده است و از قطعات زیادی ساخته شده فروش به حداکثر می‌رسد.

کاهش توانایی مالی خریداران هم ممکن است تاثیر زیادی بر تقاضا بگذارد. با این حال فورستر تغییر چندی در قیمت تلفن‌های جدید نمی‌بیند و فکر می‌کند این شرکت‌ها قیمت مدل‌های قدیمی‌شان را پایین بیاورند. شاید قیمت‌ها پایین نیایند ولی کاهش تقاضا ممکن است سبب شود عرضه‌کنندگان استرالی خود را عوض کنند.

آقای ژلیت می‌گوید: "ممکن است شاهد نواوری در قیمت‌گذاری باشیم، این باعث می‌شود خریدار فکر کند این محصولات مقرون به صرفه و متناسب با وضعیت مالی‌اش است. ممکن است ببینیم برای افرادی که توانایی مالی ندارند تسهیلات موقتی قائل شوند مثلا از افراد بخواهند مدرک بیکاری نشان دهند تا با قیمت پایین‌تری خرید کنند"

با این حال به نظر می‌رسد طرفداران پر و پا قرص اپل به این شرکت وفادار بمانند.

آقای فروشی می‌گوید: "به نظر من این همه‌گیری تاثیری روی علاقه افراد نخواهد داشت. ما همیشه به دنبال خرید محصولات جدید هستیم. در حال حاضر دنبال دستمال توالت می‌گردیم ولی در نهایت دوباره سراغ موبایل می‌رویم.

ساخته می‌شوند. هر دو کشور از شیوع کرونا ضربه سختی خورده‌اند. شهر دگو در کره جنوبی صف می‌ایستد تا جز اولین نفرهایی باشد که آخرین مدل آیفن را می‌خرد. او می‌گوید: "از زمان عرضه آیفن ۷ به بازار، من برای خریدن جدیدترین آیفن به چند دلیل در صف می‌ایستادم. اول اینکه تبلیغات زیادی برایش می‌شد. دوم قیمت فروش آن پس از استفاده و سوم اینکه استرالیا اولین کشوریست که این گوشی در آن عرضه می‌شود و به همین دلیل مردم خیلی دوست دارند درباره‌اش بدانند."

آقای فروشی که خود طراح سیستم عامل آیفن است می‌گوید بسیاری برای خرید این تلفن به استرالیا سفر می‌کنند. به دلیل موقعیت زمانی، فروشگاه‌های اپل در استرالیا اولین فروشگاه‌های دنیا هستند که جدیدترین مدل آیفن را می‌فروشند. البته به نظر می‌رسد اسمبال با سال‌های دیگر فرق داشته باشد.

شرکت اپل هم مثل دیگران به خاطر شیوع کرونا فروشگاه‌هایش را در سراسر دنیا بسته است. هنوز خیلی زود است که ببینیم آیا فروشگاه‌ها برای عرضه محصولات جدید بموقع باز می‌شوند یا نه ولی به نظر می‌رسد در بعضی کشورها این عملی نباشد. دولت بریتانیا اعلام کرده دو تا سه ماه طول خواهد کشید تا این کشور به فعالیت عادی از جمله بازگشایی فروشگاه‌های محصولات غیرضروری بازگردد. شرکت اپل در آستانه عرضه آیفن ۱۲ به بازار است. این گوشی برای اپل اهمیت زیادی دارد، اولین آیفون ۵G که می‌تواند به نسل جدید شبکه‌های تلفنی پرسرعت متصل شود.

منابعی به انتشارات ژاپنی نیکی گشته‌اند اپل شاید تصمیم بگیرد عرضه این آیفون را عقب بیندازد. سامسونگ و شرکت‌هایی هم که از سیستم عامل اندروید استفاده می‌کنند ممکن است مانند اپل عمل کنند.

البته تولید موبایل مدتی است که مختل شده است. رازات کواو، مدیر اجرایی شرکت تحلیل زنجیره تولید خودرو ادامه دادند. اما فشار اقتصادی پس از جنگ جهانی اول باعث شد تا این قریب با یکدیگر همکاری کنند و پس از دو سال با پیوستن دو کارخانه به یکدیگر، شرکت دایملر-بنز تشکیل شد که محصولاتش را با نام مرسدس-بنز به بازار عرضه کرد.

به قطعاتی وابسته‌اند که در چین و کره جنوبی

پیک پارسیان

کرونا آرم بنز و آئودی را عوض کرد



منتشر شده که با جمله "از یکدیگر فاصله بگیرید در کنار هم بمانید" به پایان می‌رسد.

فولکس‌واگن بین دو حرفی که آرم شرکت را شکل داده فاصله ایجاد کرده و مرسدس-بنز هم ستاره سپر در نشان خود را کوچک کرده تا از دایره دور آرم فاصله بگیرد.

هر دو شرکت در پیام‌هایی از مردم به خاطر رعایت فاصله‌گذاری اجتماعی تشکر کرده‌اند و از آنها خواسته‌اند تا برای کمک به توقف شیوع ویروس کرونا در خانه بمانند.



سه شرکت آئودی، مرسدس-بنز و فولکس‌واگن در فراخوانی با هدف جلوگیری از شیوع ویروس کرونا، به طور موقت آرم‌های خود را تغییر دادند.

در آرم‌های جدید، پخش‌های به هم پیوسته نشان تجاری این شرکت‌ها از هم جدا شده تا بر اهمیت فاصله‌گذاری اجتماعی تأکید شود.

این شرکت‌ها با انتشار آرم‌های جدید خود در شبکه‌های اجتماعی در پیام‌هایی از مردم خواسته‌اند از سفرهای غیرضروری اجتناب کنند و از یکدیگر دو متر فاصله بگیرند.

آئودی این پیام

را با دور کردن چهار دایره نشان خود از یکدیگر نمایش داده است. همراه با آرم جدید، ویدیویی

یک میلیون بیکار

شصصد هزار نفر در ۲۲۹ کارخانه در صنعت خودرو کار می‌کنند. تعداد کارگران و کارمندانی که به طور غیرمستقیم با این صنعت در ارتباطند به سیزده میلیون و هشتصد هزار نفر می‌رسد.

خودروسازان آمریکایی هم وضعیت مشابهی دارند.

فورد و جنرال‌موتورز اعلام کرده‌اند که کارخانه‌هایشان فعلا تعطیل است و فیات-کرایسلر اعلام کرده حقوق کارمندانی را که موقتا اخراج نکرده، بیست درصد کاهش می‌دهد.

از طرف دیگر کاهش شدید فروش باعث ضرر هنگفت خودروسازان شده است. موسسه تحلیل بازار LMC پیش‌بینی کرده که فروش خودرو در جهان از ۹۰ میلیون دستگاه در سال ۲۰۱۹ به حدود ۷۰ میلیون دستگاه در سال ۲۰۲۰ کاهش یابد.

گروهی که در اروپا به نمایندگی از خودروسازان لابی می‌کند، گفته به خاطر تعطیلی کارخانه‌ها پس از شیوع ویروس کرونا، دست کم یک میلیون نفر در صنعت خودرو بیکار شده یا ساعت کارشان کم شده است.

گروه ACEA که شانزده خودروساز بزرگ را نمایندگی می‌کند، می‌گوید شرکت‌های خودروسازی به طور متوسط شانزده روز تعطیل بودند و معدل تولید یک میلیون و دویست هزار دستگاه ماشین ضرر کرده‌اند.

در آلمان ساعت کاری حدود ۵۷۰ هزار نفر کاهش یافته و دولت آلمان توافق کرده تا ۶۷ درصد از حقوق کارگران را پرداخت کند. در فرانسه وضعیت ۹۰ هزار کارگر نامعلوم است و در بریتانیا ۶۵ هزار نفر سرنوشتی مشابه دارند.

در کشورهای عضو اتحادیه اروپا دو میلیون و

اولین ماشین با نام مرسدس در سال ۱۹۰۰



داشت ماشین‌های دایملر را در فرانسه بفروشد، به دایملر گفت که تلفظ نامی آلمانی برای مشتریان نصب موتور روی یک کالسکه، یک خودرو با نام دختر یازده ساله‌اش مرسدس فروخته شود. ۱۸۸۷ آغاز کرد و دایملر با تأسیس شرکتی به نام خود، فروش ماشین‌هایش را از سال ۱۸۹۰ آغاز کرد.

دایملر هم‌زمان اما می‌خبر از یکدیگر در حال ساخت اولین خودروهای جهان بودند. بنز یک



۱۲۵ سال از زمانی که گوتلیب دایملر و کارل بنز اولین ماشین‌های جهان را ساختند می‌گذرد. شرکتی که در دهه بیست میلادی از همکاری این دو شکل گرفت اکنون بزرگ‌ترین خودروساز لوکس جهان است و اسمال ۱۲۰ ساله شدن نامگذاری محصولاتش را به نام مرسدس جشن می‌گیرد. در سال ۱۸۸۵، کارل بنز و گوتلیب دایملر هم‌زمان اما می‌خبر از یکدیگر در حال ساخت اولین خودروهای جهان بودند. بنز یک

هوندای آمریکایی



هوندا می‌گوید با استفاده از فن آوری جنرال‌موتورز، در هزینه ساخت مدل‌های جدیدش صرفه‌جویی خواهد کرد. هوندا در حال حاضر یک مدل الکتریکی کوچک در اروپا به بازار عرضه کرده و در آمریکا یک ماشین هیدروژنی در بین محصولاتش دارد.

جنرال‌موتورز و هوندا در پروژه‌های دیگری هم با یکدیگر همکاری می‌کنند. هر دو کارخانه با هم مشغول ساخت فن‌آوری ماشین‌های هیدروژنی هستند و در شرکتی به نام کرووز اورجین سهام دارند که قصد دارد ماشین‌های خودران الکتریکی تولید کند.

هستند و با کارکنان باغ وحش ارتباط برقرار می‌کنند. هیچ کدام از گربه سانان بزرگ دیگر این باغ وحش بیمار نشده‌اند.

هر چهار باغ وحش نیویورک از نیمه ماه مارس تعطیل بوده‌اند و به گفته مسئولان باغ وحش برانکس تدابیر جدیدی برای حفاظت از حیوانات و نگهداران‌ها به اجرا گذاشته خواهد شد.

این باغ وحش در بیانیه خود تأکید کرد که نشانه‌ای مبتنی بر انتقال این بیماری از حیوانات از جمله حیوانات خانگی مانند گربه و سگ به انسان وجود ندارد.

اگرشناسان حیات وحش پیش تر درباره خطر ویروس کرونای جدید برای میمون‌های بزرگ مانند گوریل‌ها، شامپانزه‌ها و اورانگوتان‌ها هشدار داده بودند.

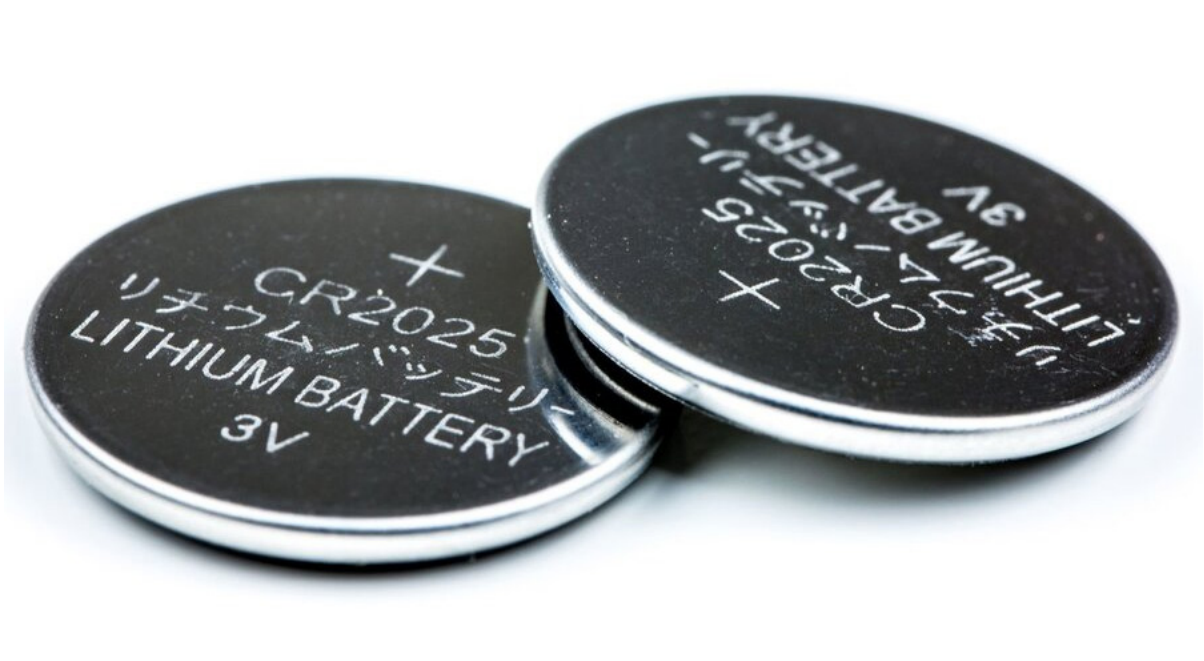
یک ببر مالایی ماده در باغ وحش برانکس در شهر نیویورک به ویروس کرونا مبتلا شده است. باغ وحش برانکس اعلام کرد که آزمایشگاه ملی خدمات دامپزشکی در ایالت آیووا، آزمایش ویروس کرونا این ببر ماده چهارساله را که نادیا نام دارد، مثبت ارزیابی کرده است.

نادیا، خواهرش آژول، دو ببر دیگرو به سه شیر آفریقایی در روزهای گذشته دچار سرفه خشک شده بودند.

گفته می‌شود این ویروس از یکی از نگهداران باغ وحش به این گربه سانان منتقل شده است و پیشبینی می‌شود آنها به طور کامل سلامتی خود را به دست بیاورند.

بر اساس بیانیه باغ وحش برانکس، اشتهای این جانوران کم شده است ولی آنها همچنان هوشیار

شارژ باتری پروتونی در ۱۰۰ ثانیه



شده‌اند. این کینون‌ها در محلول اسیدی و آبی غوطه‌ور میشوند که به عنوان الکترولیت عمل می‌کنند و به الکترون‌ها اجازه می‌دهند تا با حرکات رفت و برگشت، شبیه «صدای راحتی»، بین کاتد و آند حرکت کنند. این همان مکانیسم اصلی باتری‌های لیتیوم-یون است، اما در این طراحی، یون‌های هیدروژن از یک سو به سوی دیگر حرکات رفت و برگشت دارند. از آنجا که این یون‌ها فقط حاوی پروتون هستند، از این سیستم به عنوان باتری پروتونی نام برده می‌شود. البته شما نمی‌توانید با این باتری، برای اتومبیل یا حتی تلفن خود انرژی لازم را فراهم کنید. بنابراین، محققان در این مطالعه جدید اقدام به تولید باتری‌های آلی کرده‌اند. یعنی از عناصری استفاده کرده‌اند که به راحتی در طبیعت یافت می‌شود. در این مورد هم ماده اصلی، گروهی از ترکیبات آلی به نام کینون‌ها (quinone) است. این عناصر اغلب به وسیله باکتری‌ها و گیاهان در فرایندهایی مثل فتوسنتز و تنفس سلولی مورد استفاده قرار می‌گیرند.

برای طراحی این باتری جدید، الکترودها از پلیمرهای جامد کینون‌های خاصی ساخته

AUST ARIA

FOOD IMPORTS PTY LTD

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 تکدانه

فقط مرغوب ترین در ایران نیست

بلکه مرغوبترین در خاورمیانه

اروپا و استرالیا



در کلیه فروشگاههای ایرانی در سراسر استرالیا

ترامپ خواهد گفت که من بسیار عالی عمل کردم. ترامپست ها هم خواهند گفت که نیم میلیون جان باخته، ساخته دموکراتهاست. به خصوص فرماندار دموکرات ایالت نیویورک که تا ظهر ۵ آوریل ایالتش ۱۲۲۰۳۱ مبتلا و ۴۱۵۹ فوتی کرونا داشته است.

بسته ۲.۲ تریلیون دلاری کنگره آمریکا نیز بیشتر کمک به کمپانی های ثروتمند- مانند خود ترامپ- است. در بخش کمک به بیمارستان ها نیز گفته شده که پول تست کرونا از افراد فقیر و فاقد بیمه اخذ نمی شود، اما هزینه درمان فقرا و فاقدان بیمه را باید خود مبتلایان کرونا بپردازند. ستانور برنی سندرز در ۳ آوریل در مصاحبه با بیل مار گفت: «خیلی دیوانگی است که به مردم بگوییم، آنچنان که لایحه اخیر برای کمک به مردم می گوید، که انجام تست مجانی است، ولی اگر مجبور باشی که بستری شوی، هزینه آن را خودت باید بپردازی.»(دقیقه ۱:۵۰) آمریکا به عنوان قدرتمندترین اقتصاد جهان و صاحب دلار، قادر به اختصاص چنین بسته هایی است و افزایش بدهی دولت فدرال از ۲۲ تریلیون و ۸۴۰ میلیارد دلاری کنونی به هر عددی، مشکل چندانی ایجاد نخواهد کرد.

اما جیب های دولت روحانی در اثر «تحریم های ناقض حقوق بشر آمریکا که کمر مردم ایران را شکسته » و «تخلیلی کارها به علت کرونا و رکود اقتصادی» خالی است. ترامپ با عهده شکنی و نقض مصوبه شورای امنیت سازمان ملل در خصوص برجام، از توافق هسته ای خارج شد و شدیدترین تحریم های طول تاریخ را علیه مردم ایران وضع کرد. بدین ترتیب، رشد اقتصادی با میانگین سالانه ۵ درصدی، در سال های ۲۰۱۸ و ۲۰۱۹ و ۲۰۲۰ به حدود سالانه منفی ۹ درصد کاهش پیدا کرد. تورم تک رقمی ۹ درصدی نیز به حدود ۵۰ درصد افزایش یافت. ترامپ بارها با افتخار اعلام کرده که با تحریم ها اقتصاد ایران

ترامپ خواهد گفت که من بسیار عالی عمل کردم. ترامپست ها هم خواهند گفت که نیم میلیون جان باخته، ساخته دموکراتهاست. به خصوص فرماندار دموکرات ایالت نیویورک که تا ظهر ۵ آوریل ایالتش ۱۲۲۰۳۱ مبتلا و ۴۱۵۹ فوتی کرونا داشته است.

بسته ۲.۲ تریلیون دلاری کنگره آمریکا نیز بیشتر کمک به کمپانی های ثروتمند- مانند خود ترامپ- است. در بخش کمک به بیمارستان ها نیز گفته شده که پول تست کرونا از افراد فقیر و فاقد بیمه اخذ نمی شود، اما هزینه درمان فقرا و فاقدان بیمه را باید خود مبتلایان کرونا بپردازند. ستانور برنی سندرز در ۳ آوریل در مصاحبه با بیل مار گفت: «خیلی دیوانگی است که به مردم بگوییم، آنچنان که لایحه اخیر برای کمک به مردم می گوید، که انجام تست مجانی است، ولی اگر مجبور باشی که بستری شوی، هزینه آن را خودت باید بپردازی.»(دقیقه ۱:۵۰) آمریکا به عنوان قدرتمندترین اقتصاد جهان و صاحب دلار، قادر به اختصاص چنین بسته هایی است و افزایش بدهی دولت فدرال از ۲۲ تریلیون و ۸۴۰ میلیارد دلاری کنونی به هر عددی، مشکل چندانی ایجاد نخواهد کرد.

اما جیب های دولت روحانی در اثر «تحریم های ناقض حقوق بشر آمریکا که کمر مردم ایران را شکسته » و «تخلیلی کارها به علت کرونا و رکود اقتصادی» خالی است. ترامپ با عهده شکنی و نقض مصوبه شورای امنیت سازمان ملل در خصوص برجام، از توافق هسته ای خارج شد و شدیدترین تحریم های طول تاریخ را علیه مردم ایران وضع کرد. بدین ترتیب، رشد اقتصادی با میانگین سالانه ۵ درصدی، در سال های ۲۰۱۸ و ۲۰۱۹ و ۲۰۲۰ به حدود سالانه منفی ۹ درصد کاهش پیدا کرد. تورم تک رقمی ۹ درصدی نیز به حدود ۵۰ درصد افزایش یافت. ترامپ بارها با افتخار اعلام کرده که با تحریم ها اقتصاد ایران

بدین ترتیب، اگر ملاک هر ۱۰۰ نفر جمعیت را در نظر بگیریم، شمار مبتلایان آمریکا از ایران بیشتر است. در هر دو کشور نیز شمار مبتلایان واقعی بیشتر از شمار آمارهای رسمی است، برای این که به هر میزانی که تست انجام شود، آمار مبتلایان بالا خواهد رفت. اما شمار فوتی های آمریکا از ایران کمتر است. اگر شمار فوتی های آمریکا را به هفتی های آینده آمریکا در فوتی ها نیز از این جلو خواهد زد. ترامپ گفته است که ۱۰۰ تا ۲۴۰ هزار فوتی خواهیم داشت و «اگر مجموع قربانیان ویروس کرونا در آمریکا کمتر از ۱۰۰ هزار نفر شود همه ما بسیار خوب عمل کرده ایم».

حسن روحانی دستور داده تا ۲۳ فروردین همه چیز باید به حالت عادی باز گردد. شنبه و یکشنبه (۱۶ و ۱۷ فروردین) ترافیک افزایش چشمگیری پیدا کرد. این تازه ۲۳ فروردین نیست.

جهان پور سخنگوی ستاد ملی مقابله با کرونا امروز در پاسخ روحانی گفت: وضعیت در هیچ استانی سفید نیست و عدم رعایت محدودیت ها بعد از ۲۳ فروردین «معضل ایجاد می کند».

جهان پور سخنگوی ستاد ملی مقابله با کرونا امروز در پاسخ روحانی گفت: وضعیت در هیچ استانی سفید نیست و عدم رعایت محدودیت ها بعد از ۲۳ فروردین «معضل ایجاد می کند».

اکبر گنجی

«حسن ترامپ» تا ده ها هزار ایرانی را به کشتن ندهد، دست بردار نیست

بدین ترتیب، اگر ملاک هر ۱۰۰ نفر جمعیت را در نظر بگیریم، شمار مبتلایان آمریکا از ایران بیشتر است. در هر دو کشور نیز شمار مبتلایان واقعی بیشتر از شمار آمارهای رسمی است، برای این که به هر میزانی که تست انجام شود، آمار مبتلایان بالا خواهد رفت. اما شمار فوتی های آمریکا از ایران کمتر است. اگر شمار فوتی های آمریکا را به هفتی های آینده آمریکا در فوتی ها نیز از این جلو خواهد زد. ترامپ گفته است که ۱۰۰ تا ۲۴۰ هزار فوتی خواهیم داشت و «اگر مجموع قربانیان ویروس کرونا در آمریکا کمتر از ۱۰۰ هزار نفر شود همه ما بسیار خوب عمل کرده ایم».

حسن روحانی دستور داده تا ۲۳ فروردین همه چیز باید به حالت عادی باز گردد. شنبه و یکشنبه (۱۶ و ۱۷ فروردین) ترافیک افزایش چشمگیری پیدا کرد. این تازه ۲۳ فروردین نیست.

جهان پور سخنگوی ستاد ملی مقابله با کرونا امروز در پاسخ روحانی گفت: وضعیت در هیچ استانی سفید نیست و عدم رعایت محدودیت ها بعد از ۲۳ فروردین «معضل ایجاد می کند».

جهان پور سخنگوی ستاد ملی مقابله با کرونا امروز در پاسخ روحانی گفت: وضعیت در هیچ استانی سفید نیست و عدم رعایت محدودیت ها بعد از ۲۳ فروردین «معضل ایجاد می کند».

جهان پور سخنگوی ستاد ملی مقابله با کرونا امروز در پاسخ روحانی گفت: وضعیت در هیچ استانی سفید نیست و عدم رعایت محدودیت ها بعد از ۲۳ فروردین «معضل ایجاد می کند».

آرش حسینی

کرونا در اقتصاد ایران؛ صندوق های بازنشتگی در پر تگاه ور شکستگی

به فعالیت هستند. این بخش همچنین سهمی ۴۰ تا ۵۰ درصد از کل تولید ناخالص داخلی ایران را داراست. فرض چهار هزار کشته با هزینه ۶۸۰ میلیارد تومانی مرکز پژوهش های مجلس شورای اسلامی نیز با انتشار گزارشی در سه سناریو مختلف با اعداد و ارقام متفاوتی از قربانیان کرونا و بیکاران، بار مالی بر صندوق های بازنشتگی را در هر سناریو برآورد کرده است. پیش فرض مشترک در این سناریوها بدین شرح است که ۷۰ درصد از مردم تحت پوشش بیمه های بازنشتگی قرار دارند و همین نسبت برای قربانیان کرونا نیز در نظر گرفته شده است. در سال ۲۰۲۰ سخن می گویند، دیگر تکلیف اقتصاد نیمه جان ایران معلوم است که افتان و خیزان از پس تحریم و سوء مدیریت ها، حال به دامن کرونا افتاده است.

اگر بخواهیم مهم ترین بحران های اقتصاد ایران را به ترتیب رتبه بندی کنیم مشخص می شود که آثار اقتصادی ناشی از بیماری کرونا تقریباً بر همگی این بحران ها اثر منفی خواهد گذاشت و روند این بحران ها را تسریع و تعمیق خواهد کرد. نرخ منفی رشد اقتصادی یا رکود، تداوم نرخ تورم بالا، نرخ رشد نقدینگی فزاینده، نرخ بیکاری دو رقمی، بحران در عملکرد نظام پولی و بانکی و بحران صندوق های بازنشتگی از جمله بحران هایی است که در این فهرست جای می گیرند و از قضا بحران ناشی از شیوع کووید-۱۹ به نوعی بر آنها اثر گذار خواهد بود. در این میان تشدید بحران بیکاری و تعمیق بحران صندوق های بازنشتگی ابعادی فراتر از حوزه اقتصاد خواهد داشت.

بیکاری بیش گوش حدود پنج میلیون شاغل چندی پیش وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی با انتشار گزارشی مقدماتی از آثار کرونا بر نرخ بیکاری، اعلام کرد که این بحران باعث خواهد شد تا طرف عرضه اقتصاد «دست کم ۵۴ رسته فعالیت با حدود یک میلیون کارگاه کوچک و بزرگ (از یک نفره تا چندصد نفره) و دست کم ۴۸ میلیون کارکن یعنی حدود ۲۰ درصد از شاغلان با کاهش شدید سطح فعالیت، تعطیلی و بیکاری» مواجه شوند.

هوشیار فتیحی، معاون اقتصادی و برنامه ریزی اتاق اصناف ایران نیز پیشتر گفته بود که بیش از ۴۸ میلیون و ۶۰۰ هزار شغل تحت تاثیر همه گیری این بیماری قرار خواهد گرفت و احتمال داده بود که یک میلیون و ۶۰۰ هزار شاغل فقط در واحدهای صنعتی، بیکار شوند. تا اینجای کار روشن شده است که بیشترین اثرگذاری بیماری کرونا بر بخش خدمات در واحدهای مختلف است. بر اساس گزارش مرکز آمار ایران، بیش از ۵۲ درصد از کل شاغلان ایران در این بخش مشغول

به فعالیت هستند. این بخش همچنین سهمی ۴۰ تا ۵۰ درصد از کل تولید ناخالص داخلی ایران را داراست. فرض چهار هزار کشته با هزینه ۶۸۰ میلیارد تومانی مرکز پژوهش های مجلس شورای اسلامی نیز با انتشار گزارشی در سه سناریو مختلف با اعداد و ارقام متفاوتی از قربانیان کرونا و بیکاران، بار مالی بر صندوق های بازنشتگی را در هر سناریو برآورد کرده است. پیش فرض مشترک در این سناریوها بدین شرح است که ۷۰ درصد از مردم تحت پوشش بیمه های بازنشتگی قرار دارند و همین نسبت برای قربانیان کرونا نیز در نظر گرفته شده است. در سال ۲۰۲۰ سخن می گویند، دیگر تکلیف اقتصاد نیمه جان ایران معلوم است که افتان و خیزان از پس تحریم و سوء مدیریت ها، حال به دامن کرونا افتاده است.

اگر بخواهیم مهم ترین بحران های اقتصاد ایران را به ترتیب رتبه بندی کنیم مشخص می شود که آثار اقتصادی ناشی از بیماری کرونا تقریباً بر همگی این بحران ها اثر منفی خواهد گذاشت و روند این بحران ها را تسریع و تعمیق خواهد کرد. نرخ منفی رشد اقتصادی یا رکود، تداوم نرخ تورم بالا، نرخ رشد نقدینگی فزاینده، نرخ بیکاری دو رقمی، بحران در عملکرد نظام پولی و بانکی و بحران صندوق های بازنشتگی از جمله بحران هایی است که در این فهرست جای می گیرند و از قضا بحران ناشی از شیوع کووید-۱۹ به نوعی بر آنها اثر گذار خواهد بود. در این میان تشدید بحران بیکاری و تعمیق بحران صندوق های بازنشتگی ابعادی فراتر از حوزه اقتصاد خواهد داشت.

بیکاری بیش گوش حدود پنج میلیون شاغل چندی پیش وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی با انتشار گزارشی مقدماتی از آثار کرونا بر نرخ بیکاری، اعلام کرد که این بحران باعث خواهد شد تا طرف عرضه اقتصاد «دست کم ۵۴ رسته فعالیت با حدود یک میلیون کارگاه کوچک و بزرگ (از یک نفره تا چندصد نفره) و دست کم ۴۸ میلیون کارکن یعنی حدود ۲۰ درصد از شاغلان با کاهش شدید سطح فعالیت، تعطیلی و بیکاری» مواجه شوند.

هوشیار فتیحی، معاون اقتصادی و برنامه ریزی اتاق اصناف ایران نیز پیشتر گفته بود که بیش از ۴۸ میلیون و ۶۰۰ هزار شغل تحت تاثیر همه گیری این بیماری قرار خواهد گرفت و احتمال داده بود که یک میلیون و ۶۰۰ هزار شاغل فقط در واحدهای صنعتی، بیکار شوند. تا اینجای کار روشن شده است که بیشترین اثرگذاری بیماری کرونا بر بخش خدمات در واحدهای مختلف است. بر اساس گزارش مرکز آمار ایران، بیش از ۵۲ درصد از کل شاغلان ایران در این بخش مشغول

کرونا در افغانستان؛ یازده نفر در نتیجه کرونا جان داده اند

بیماری کرونا نیز در افغانستان به ۱۸ نفر می رسد. به گفته آقای مایار در افغانستان ۲۷ درصد بیماران کرونا زنان و ۲۳ درصدشان مردان هستند. هرات با داشتن ۳۲۰ بیمار و کابل با داشتن ۵۷ بیمار، ولایتی هستند که بیشترین بیماران کرونا را دارند. در کابل امروز برنامه ضد عفونی شهر از سوی دفتر ولایت آغاز شد. محمد یعقوب حیدری، والی کابل در مراسم آغاز این برنامه گفت هر روزه به اساس برنامه تمامی نوای شهر کابل ضد عفونی خواهد شد. حکومت پیش از این محدودیت های تردد روزانه در شهرهای هرات، فراه، زرنج و کابل وضع کرده و در شماری از ولایات نیز مقام های محلی تدابیری در این بخش روی دست گرفتند. پس از گذشت یک هفته از وضع شدن محدودیت در تردد روزانه در شهر کابل با جمعیت حدود پنج میلیون نفر، این مقررات از سوی بسیاری از مردم جدی گرفته نشد. روز گذشته قواعد سخت تر شد و وزارت داخله/

بیماری کرونا نیز در افغانستان به ۱۸ نفر می رسد. به گفته آقای مایار در افغانستان ۲۷ درصد بیماران کرونا زنان و ۲۳ درصدشان مردان هستند. هرات با داشتن ۳۲۰ بیمار و کابل با داشتن ۵۷ بیمار، ولایتی هستند که بیشترین بیماران کرونا را دارند. در کابل امروز برنامه ضد عفونی شهر از سوی دفتر ولایت آغاز شد. محمد یعقوب حیدری، والی کابل در مراسم آغاز این برنامه گفت هر روزه به اساس برنامه تمامی نوای شهر کابل ضد عفونی خواهد شد. حکومت پیش از این محدودیت های تردد روزانه در شهرهای هرات، فراه، زرنج و کابل وضع کرده و در شماری از ولایات نیز مقام های محلی تدابیری در این بخش روی دست گرفتند. پس از گذشت یک هفته از وضع شدن محدودیت در تردد روزانه در شهر کابل با جمعیت حدود پنج میلیون نفر، این مقررات از سوی بسیاری از مردم جدی گرفته نشد. روز گذشته قواعد سخت تر شد و وزارت داخله/

وزارت صحت/بهداشت افغانستان از شناسایی ۳۰ بیمار جدید کرونا در یک روز گذشته خبر داده است. وحیدالله مایار، سخنگوی وزارت بهداشت امروز دوشنبه ۱۸ حمل فروردین در یک نشست خبری گفت شمار مبتلایان کرونا اکنون به ۳۶۷ نفر رسیده است. آقای مایار همچنین تأیید کرد که روز گذشته سه نفر؛ دو نفر در بلخ و یک نفر در کابل در نتیجه بیماری کرونا جان داده و با این موارد شمار تلفات کرونا در این کشور به یازده نفر رسید. پیش از این هشت مرگ ناشی از کرونا در ولایات هرات، بلخ، تخار، کابل و دایکندی ثبت شده بود. او همچنین تأیید کرد که یک بیمار جوان کرونا در ولایت بدخشان نیز جان داده است اما گفت هنوز مشخص نیست که دلیل مرگ او کرونا بوده یا ضربه مغزی زیرا این مشخصه به معناد بوده به دلیل مشکلات روانی سر خود را چندین بار به دیوار کوبیده و صدماتی به سر او نیز رسیده بود. وزارت بهداشت گفته که شمار بهبودیافتگان از

DESIGNED BY PARSIAN

PERSIAN BUSINESS DIRECTORY OF AUSTRALIA

راهنمای مشاغل فارسی زبانان استرالیا با امکانات بیشتر و تبلیغات گسترده تر در سال 2020

تلفن تماس برای کسب اطلاعات بیشتر

0418 660 399

اپلیکشن injob را هم اکنون به رایگان دانلود کنید

AUTOMOTIVE

اینجا-انجوب NSW

تایر لند

Tyre Land

MECHANICAL REPAIRS

25 Elizabeth Street
WETHERILL PARK
Telephone: 02 9756 1300

DRIVING SCHOOL

اینجا-انجوب NSW

Noor Driving School

آموزشگاه رانندگی نور

PH: 0402 251 014

LAWYERS SOLICITORS

اینجا-انجوب NSW

DAVID LEGAL

دکتر وکالت
دیوید لیگال

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

MONEY EXCHANGE

اینجا-انجوب NSW

صرافی نیک

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

PH: 0422 10 20 77
www.sarafinik.com.au
mohsen@sarafinik.com.au
Shop 7/20 McFarlane St. Merrylands

MONEY EXCHANGE

اینجا-انجوب NSW

MP MoneyPars

صرافی مانی پارس
(ادلید - سیدنی)

PH: 1300 104070
08 8344 3877
SYDNEY 02 9760 0706
www.moneypars.com.au
Email: info@islandtravels.com.au

TRAVEL AGENTS

اینجا-انجوب NSW

آژانس مسافرتی

آیلند تراول
(ادلید - سیدنی)

PH: 1300 104070
08 8344 3877
SYDNEY 02 9760 0706
www.islandtravels.com.au
Email: info@islandtravels.com.au

SUPERMARKETS GROCERY

اینجا-انجوب NSW

فروشگاه بهار

مرغوبترین و تازهترین مواد غذایی خوراکی برای
آسیر خانه ایرانی را در فروشگاه بهار بخوانید

PH: 02 9760 0706
www.islandtravels.com.au

BUTCHERY

اینجا-انجوب NSW

فروشگاه گوشت

پرسپولیس

PH: 0450 500 838
T: 02 8054 2870
10 Memorial Ave, Merrylands
PH: 0450 500 838
T: 02 8872 8433

FUNERAL DIRECTORS

اینجا-انجوب NSW

Funerals are too important to leave to anyone...

WN BULL FUNERALS

PH: 02 9519 5344
www.wnbull.com.au

FINANCE BROKERS & LOANS

اینجا-انجوب NSW

MBR ASSOCIATION

Loans & Mortgage

PH: 0434 272 018
info@mbrassociation.com.au
2/254, Pitt St. Merrylands

MONEY EXCHANGE

اینجا-انجوب NSW

KAYHAN INTERNATIONAL

صرافی کیهان

PH: 03 9787 8942
Mob: 0410 303 415

PIZZA & SANDWICHES

اینجا-انجوب NSW

پیتزا آتش

PH: 02 8810 5682
10 McFarlane St. Merrylands

RESTAURANT & CATERING

اینجا-انجوب NSW

رستوران فارسی

PH: 02 8964 6337
02 8095 0039
20A Church St. Ryde, NSW

SUPERMARKETS GROCERY

اینجا-انجوب NSW

فروشگاه زمزم

PH: 02 9683 7330
36 Station St. Auburn

DRIVING SCHOOL

اینجا-انجوب NSW

ARIAN DRIVING SCHOOL

آموزش رانندگی

PH: 0413 395 444
Ryde

FUNERAL DIRECTORS

اینجا-انجوب NSW

GUARDIAN FUNERALS

North Ryde

PH: 9887 2244
guardianfunerals.com.au

FOOD IMPORTERS

اینجا-انجوب NSW

AUST ARIA

Bestaste

PH: (02) 9645 6003

MONEY EXCHANGE

اینجا-انجوب NSW

ارز پویا

PH: 02 9801 5588
Mob: 04 11 33 44 01
Fax: 02 9801 5058
Email: pooya@optusnet.com.au

SUPERMARKETS GROCERY

اینجا-انجوب NSW

سوپرمارکت

PH: 03 8759 0006
0401 004 463
0401 660 810

RESTAURANT & CATERING

اینجا-انجوب NSW

رستوران مارال

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

SUPERMARKETS GROCERY

اینجا-انجوب NSW

ARIA FOOD STORE

فروشگاه آریا

PH: 02 9683 7330
34 Ross Street North Parramatta

با مراجعه به سایت خبری هفته نامه پارسیان روزانه در جریان آخرین رویدادهای خبری قرار بگیرند

هر جمعه میتوانید نسخه جدید الکترونیکی هفته نامه پیک پارسیان را در این سایت بیابید

Read The Persian Herald online www.persianherald.com.au/Persian Herald Weekly

فواید تخم، دمنوش و عرق رازیانه

همچنین کلسترول را در سطح سالمی نگه می‌دارد. این کار می‌تواند کلسترول‌هایی را که باعث حملات قلبی و سکته می‌شوند از بین ببرد. ۲۸. از سرطان سینه پیشگیری می‌کند طبق مطالعات انجام شده عصاره تخم رازیانه در پیشگیری از سرطان بسیار مفید است. این عصاره نه تنها از رشد تومورها پیشگیری می‌کند، بلکه می‌تواند در طول درمان سرطان نیز از شما محافظت کند. عصاره تخم رازیانه در پیشگیری از کبد و سرطان سینه پیشگیری می‌کند. ۳۹. به سلامت استخوان‌ها کمک می‌کند تخم رازیانه به پیشگیری از پوکی استخوان کمک می‌کند. استفاده از این ماده به صورت روزانه به مدت شش هفته می‌تواند از شکستگی استخوان‌ها پیشگیری کند. مطالعات انجام شده نشان داده‌اند که این تقویت استخوان ممکن است به خاطر توانایی تخم رازیانه در پیشگیری از فعالیت سلول‌های مخرب استخوان باشد. ۴۰. فشار داخل چشم را کاهش می‌دهد مطابق مطالعه‌ای که در ۲۰۱۲ انجام شده است خواص شیمیایی موجود در تخم رازیانه گردش خون سالم را تحریک می‌کند. در این مطالعه دریافتند که تخم رازیانه باعث اتساع (انبساط) در بافت چشم و در نتیجه کاهش فشار وارده بر آن می‌شود. پژوهشگران ذکر کرده‌اند که رازیانه نسبت به سایر داروهای این نیتريت بیشتری بر بخوردار است.

ب - عوارض و مضرات رازیانه چه هستند؟

مصرف رازیانه به صورت خوراکی یا موضعی هیچ گونه عوارض جانبی مهمی ندارد، البته اگر رازیانه را در حد اعتدال استفاده کنید. مصرف بیش از حد روغن تخم رازیانه یا عصاره‌ای از آن ممکن است باعث سردی، خارش، یا عفونت جلوی منجر شود. هر زمان که متوجه علائم و نشانه‌های غیرمعمول بدن در واکنش به رازیانه شدید، باید استفاده از رازیانه را متوقف کنید و بلافاصله یک پزشک را برای معاینه و تشخیص بفرستید. از آن‌جا که رازیانه خواص قوی‌تری دارد، زنان باردار نباید از آن استفاده کنند. اگر به رازیانه مزایای شگفت‌انگیز فراوانی برای بهداشت و زیبایی دارد، اما باز هم دانستن عوارض جانبی شایع رازیانه برای جلوگیری از هر گونه نتیجه ناخواسته آن بسیار مهم است. برای اطمینان بیشتر بهتر است با پزشک مشورت کنید.

آهن نیز به تشکیل گلبول‌های قرمز خون کمک می‌کند. روی رشد و نمو گلبول‌های قرمز را تحریک می‌کند. پتاسیم ماده‌ی مهمی برای کمک به کنترل فشار خون است. مگنیز نیز یک آنتی اکسیدان قدرتمند است. ۲۲. از ابتلا به سرطان روده بزرگ پیشگیری می‌کند فیبر موجود در رازیانه به همراه آنتی اکسیدان‌ها از روده در برابر سرطان‌ها محافظت می‌کند. عصاره تخم رازیانه در محافظت از سرطان کاملاً موثر است. رازیانه یک درمان از رشد تومورها پیشگیری کند بلکه می‌تواند در محافظت از بدن در برابر رادیکال‌های آزاد در دوران درمان سرطان کمک کننده باشد. تخم رازیانه از بدن در برابر سرطان‌های متعددی در رازیانه زخمی را کاهش می‌دهد ۳۳. کولیت زخمی را کاهش می‌دهد مطالعات اولیه حاکی از آن است که مصرف رازیانه در ترکیب با قاصدک، گل همیشه بهار، و بادرنجبویه می‌تواند درد افراد مبتلا به ورم کولون را کاهش دهد. ۳۴. از قاعدگی‌های دردناک پیشگیری می‌کند بعضی از مطالعات انجام شده حاکی از آن است که مصرف روزانه عصاره رازیانه می‌تواند درد قاعدگی را که دیسمنوره نامیده می‌شود کاهش دهد. رازیانه همچنین قاعدگی را تسهیل و تنظیم می‌کند. از رازیانه برای تسکین اثرات علائم پیش بیماری‌های عصبی از ما محافظت می‌کند. تخم رازیانه قاعده‌های متعددی برای سلامتی دارد، اول از همه آنکه به عنوان یک آنتی اکسیدان عمل می‌کند. مشکلات گوارشی را کاهش می‌دهد تخم رازیانه سرشار از موادی آنتی اکسیدان است. این ماده شیمیایی رادیکال‌های آزاد را از بدن می‌زداید و در برابر پیری، عفونت، سرطان‌ها، و گوارش غذا کمک می‌کند و وضعیت بیوست را بهبود می‌بخشد. تخم رازیانه رایج‌ترین درمان استفاده شده برای نفخ شکم است. ۳۶. گلبول‌های قلبی قرمز خون تولید می‌کند رازیانه حاوی مواد معدنی بسیاری مانند آهن، روی، مس، مگنیز، منیزیم، کلسیم، و پتاسیم است. مس تولید گلبول‌های قرمز خون را تحریک می‌کند.

منبع عالی از مواد معدنی ضروری مانند روی، آهن، کلسیم، و سلنیوم است. بنابراین، مصرف تخم رازیانه می‌تواند پوست‌تان را سالم کند. ویتامین‌های موجود در تخم رازیانه به شما پوستی جوان می‌دهد. برای رسیدن به مزایای جلوگیری می‌کنید. علاوه بر این، استفاده از روغن رازیانه کمک می‌کند که عفونت بعد از جراحی و کزاز از شما دور بماند. ۲۵. التهاب را درمان می‌کند. التهاب دارای خواص ضد التهاب است و به همین دلیل می‌تواند آن را برای درمان التهاب ناشی از بیماری و ناخوشی‌های مختلف استفاده کنید. استفاده از پیاز رازیانه می‌تواند هم التهاب خارجی و هم التهاب داخلی را درمان کند. رازیانه همچنین حاوی آنتول (یک فلاونوئید ضد التهابی قوی) است. رازیانه یک درمان خانگی موثر برای التهاب است بدون این‌که هر گونه عوارض جانبی ناخواسته‌ای برای بدن داشته باشد. ۲۶. اسپیدیته را کاهش می‌دهد. غیر ممکن است که در مورد فواید شگفت‌انگیز رازیانه صحبت کنیم بدون این‌که از اثرات A به میزان فراوان در رازیانه وجود دارد. موثری کاهش دهد. دمنوش رازیانه با خارج کردن سموم از بدن، شما می‌توانید تخم رازیانه مزایای زیبایی زیادی برای پوست شما دارد. تخم رازیانه دارای خواص آنتی‌اکسیدانی و ضدعفونی‌کننده است. و مزایای زیبایی رازیانه مانند جلوگیری از آکنه و بهبود پوست ناشی از همین خواص است. تخم رازیانه همچنین در حین خطوط ریز، چین و چروک، و لکه‌های سیاه موثر است. مصرف منظم رازیانه می‌تواند به شما پوستی درخشان و بی‌عیب و نقص بدهد. تخم رازیانه دارای اثرات خنک‌کننده هم هست؛ بنابراین، می‌تواند یک درمان خانگی عالی برای تحریک پوست و التهاب باشد. از آن‌جا که رازیانه حاوی آنتی‌اکسیدان‌های قدرتمندی است، مصرف موضعی آن با مصرف خوراکی آن به طور منظم به جلوگیری از علائم پیری مانند چین و چروک و خطوط ریز و از بین رفتن آنها کمک می‌کند. تخم رازیانه یک

۲۰. رشد و نمو کودکان را بهبود می‌دهد. مصرف منظم رازیانه برای رشد و نمو اطفال و کودکان مفید است، و این یکی از خواص درمانی شگفت‌انگیز رازیانه است که باید در این مقاله جای داشته باشد. دلیل این تاثیر وجود روی ۲۱. مواد معدنی ضروری را به بدن شما می‌رساند. رازیانه یک گیاه معدنی است. مصرف منظم آن می‌تواند مواد معدنی ضروری را به بدن شما برساند. آب رازیانه یک نوشیدنی سالم و معدنی است. بسیاری از خواص رازیانه برای سلامتی و زیبایی به دلیل حضور مواد معدنی ضروری در آن است. بتاکاروتن، ویتامین C، B، و A به میزان فراوان در رازیانه وجود دارد. مواد معدنی مانند آهن، منیزیم، پتاسیم، کالیم، سدیم، و روی و سیلیکون نیز در رازیانه به وفور یافت می‌شود. این ادویه‌های کوچک سرشار از پروتئین، آنتی‌اکسیدان، و فلاونوئیدها است. عرق تخم رازیانه به مبارزه با چاقی کمک می‌کند. علاوه بر این، رازیانه تازه می‌تواند چربی‌سوزی را از طریق افزایش سوخت و ساز بدن بسوزاند. رازیانه مدر (ادرارآور) هم هست و بنابراین مصرف آن به طور منظم کمک می‌کند تا احتباس آب که عامل اصلی و شایع اضافه وزن است، از بین برود. پیشگیری از چاقی یکی از خواص رازیانه برای سلامتی است. شما می‌توانید تخم‌های رازیانه را آسیاب کنید، بو بدهید یا از آن دمنوش تهیه کنید. شما همچنین می‌توانید یک دوم قاشق چایخوری پودر تخم رازیانه را به یک فنجان آب گرم اضافه کنید و آن را مصرف کنید. ۱۹. احتباس آب را کاهش می‌دهد. کاهش احتباس آب یکی دیگر از فوایدی است که تخم رازیانه برای سلامتی دارد چون شامل خواص مدر است. نوشیدن دمنوش رازیانه به گزینشی توصیه شده‌است چرا که به خارج کردن آب اضافی از بدن شما کمک می‌کند. احتباس آب اضافی در بدن ممکن است منجر به افزایش وزن شود. احتباس مایعات همچنین باعث پف کردن چشم‌ها می‌شود. شما می‌توانید با استفاده از دمنوش رازیانه‌ی ولرم در ناحیه‌ی اطراف چشم با این مشکل مقابله کنید. علاوه بر این، نوشیدن دمنوش رازیانه سموم و مواد زائد را از بدن شما حذف می‌کند، و به این ترتیب به جلوگیری از مشکلات دستگاه ادراری کمک می‌کند.

مشکلات گوارشی از قبیل باد شکم، نفخ، سوء هاضمه، کولیک، یبوست، سوزش معده، گاز روده، و حتی سندرم روده‌ی تحریک‌پذیر موثر است. استفاده از رازیانه که حاوی خواص ضد نفخ است، می‌تواند به تسکین دستگاه گوارش شما و جلوگیری از تشکیل گاز کمک کند. علاوه بر این، رازیانه باید پس از شیمی‌درمانی یا پرتو درمانی مصرف شود تا به درمان دستگاه گوارش کمک کند. بهبود گوارش یکی از خواص رازیانه برای سلامتی است که دوست داشتیم با شما در این مقاله در میان بگذاریم. ۱۸. از چاقی جلوگیری می‌کند. چاقی یک بیماری شایع در بسیاری از کشورهای جهان است. رژیم غذایی ناسالم، پرچربی، یا غذا خوردن احساسی سبب بروز چاقی می‌شود. رازیانه یک اپوراخوری فوق‌العاده است که اشتها را سرکوب می‌کند و سبب می‌شود که معددی مدت زمان طولانی‌تری را احساس سیری کند، و به این ترتیب به مبارزه با چاقی کمک می‌کند. علاوه بر این، رازیانه تازه می‌تواند چربی‌سوزی را از طریق افزایش سوخت و ساز بدن بسوزاند. رازیانه مدر (ادرارآور) هم هست و بنابراین مصرف آن به طور منظم کمک می‌کند تا احتباس آب که عامل اصلی و شایع اضافه وزن است، از بین برود. پیشگیری از چاقی یکی از خواص رازیانه برای سلامتی است. شما می‌توانید تخم‌های رازیانه را آسیاب کنید، بو بدهید یا از آن دمنوش تهیه کنید. شما همچنین می‌توانید یک دوم قاشق چایخوری پودر تخم رازیانه را به یک فنجان آب گرم اضافه کنید و آن را مصرف کنید. ۱۹. احتباس آب را کاهش می‌دهد. کاهش احتباس آب یکی دیگر از فوایدی است که تخم رازیانه برای سلامتی دارد چون شامل خواص مدر است. نوشیدن دمنوش رازیانه به گزینشی توصیه شده‌است چرا که به خارج کردن آب اضافی از بدن شما کمک می‌کند. احتباس آب اضافی در بدن ممکن است منجر به افزایش وزن شود. احتباس مایعات همچنین باعث پف کردن چشم‌ها می‌شود. شما می‌توانید با استفاده از دمنوش رازیانه‌ی ولرم در ناحیه‌ی اطراف چشم با این مشکل مقابله کنید. علاوه بر این، نوشیدن دمنوش رازیانه سموم و مواد زائد را از بدن شما حذف می‌کند، و به این ترتیب به جلوگیری از مشکلات دستگاه ادراری کمک می‌کند.

۱۵. از بروز مشکلات چشم جلوگیری می‌کند. چشم بسیار مهم است اما اختلالات چشمی زیادی مربوط به دژنراسیون ماکولا (تباهی لکه‌ی زرد) و پیری زودرس وجود دارند. خوردن غذاهای سالم باید در برنامه‌های خواص رازیانه بود که دوست داشتیم در این مقاله به شما معرفی کنیم. ویتامین C و اسید آسینوی آرزین موجود در این سبزی خام آنتی‌اکسیدان، محرک، و سم‌زداه هستند. علاوه بر این، روغن معطر رازیانه حاوی مواد معدنی ضروری مانند منیزیم و کالیم است. به همین دلیل استفاده از این روغن در ناحیه‌ی اطراف چشم می‌تواند خستگی چشم و سوزش آن را از بین ببرد. فلاونوئیدهای موجود در رازیانه می‌تواند اثرات استرس اکسیداتیو را بر سلول‌های رنگدانه‌ی مهار کند. برای حفظ سلامت چشم، باید مصرف رازیانه را افزایش بدهیم یا روغن معطر رازیانه را در ناحیه‌ی اطراف چشم استفاده کنیم. روغن معطر رازیانه همچنین یکی از داروهای خانگی موثر برای رفع لکه‌ی تیره‌ی دور چشم است. ۱۶. بوی بد دهان را درمان می‌کند. بسیاری از آدم‌ها به خاطر ناتوانی در خلاص شدن از بوی بد دهان پس از هر وعده غذایی مستاصل شده‌اند، و با وجود این‌که دندان‌های‌شان را با دقت مسواک می‌زنند، باز هم افاقه نمی‌کند. خوشبختانه، داروهای خانگی زیادی برای از بین بردن بوی بد دهان وجود دارد، و یکی از این داروها رازیانه است. توصیه می‌شود که پس از خوردن یک وعده غذای پودر، کمی تخم رازیانه بجوید تا نفس‌تان تازه شود. درمان بوی بد دهان یکی از خواص رازیانه است که دلیل خواص ضد میکروبی آن که به کشتن میکروب‌های مضر کمک می‌کند. علاوه بر این، رازیانه شامل خواص ضد التهابی و ضد باکتری است که می‌تواند درد لثه را کاهش دهد. علاوه غذایی، می‌توانید دمنوش رازیانه ولرم آماده کنید و از آن برای غرغره کردن استفاده کنید تا بوی بد دهان‌تان کاهش یابد. ۱۷. به فرایند هضم کمک می‌کند. جویدن کمی تخم رازیانه یا نوشیدن دمنوش رازیانه‌ی ولرم به فرایند هضم کمک می‌کند. رازیانه در پیشگیری و تسکین بسیاری از

ادامه از صفحه ۶

۱۵. از بروز مشکلات چشم جلوگیری می‌کند. چشم بسیار مهم است اما اختلالات چشمی زیادی مربوط به دژنراسیون ماکولا (تباهی لکه‌ی زرد) و پیری زودرس وجود دارند. خوردن غذاهای سالم باید در برنامه‌های خواص رازیانه بود که دوست داشتیم در این مقاله به شما معرفی کنیم. ویتامین C و اسید آسینوی آرزین موجود در این سبزی خام آنتی‌اکسیدان، محرک، و سم‌زداه هستند. علاوه بر این، روغن معطر رازیانه حاوی مواد معدنی ضروری مانند منیزیم و کالیم است. به همین دلیل استفاده از این روغن در ناحیه‌ی اطراف چشم می‌تواند خستگی چشم و سوزش آن را از بین ببرد. فلاونوئیدهای موجود در رازیانه می‌تواند اثرات استرس اکسیداتیو را بر سلول‌های رنگدانه‌ی مهار کند. برای حفظ سلامت چشم، باید مصرف رازیانه را افزایش بدهیم یا روغن معطر رازیانه را در ناحیه‌ی اطراف چشم استفاده کنیم. روغن معطر رازیانه همچنین یکی از داروهای خانگی موثر برای رفع لکه‌ی تیره‌ی دور چشم است. ۱۶. بوی بد دهان را درمان می‌کند. بسیاری از آدم‌ها به خاطر ناتوانی در خلاص شدن از بوی بد دهان پس از هر وعده غذایی مستاصل شده‌اند، و با وجود این‌که دندان‌های‌شان را با دقت مسواک می‌زنند، باز هم افاقه نمی‌کند. خوشبختانه، داروهای خانگی زیادی برای از بین بردن بوی بد دهان وجود دارد، و یکی از این داروها رازیانه است. توصیه می‌شود که پس از خوردن یک وعده غذای پودر، کمی تخم رازیانه بجوید تا نفس‌تان تازه شود. درمان بوی بد دهان یکی از خواص رازیانه است که دلیل خواص ضد میکروبی آن که به کشتن میکروب‌های مضر کمک می‌کند. علاوه بر این، رازیانه شامل خواص ضد التهابی و ضد باکتری است که می‌تواند درد لثه را کاهش دهد. علاوه غذایی، می‌توانید دمنوش رازیانه ولرم آماده کنید و از آن برای غرغره کردن استفاده کنید تا بوی بد دهان‌تان کاهش یابد. ۱۷. به فرایند هضم کمک می‌کند. جویدن کمی تخم رازیانه یا نوشیدن دمنوش رازیانه‌ی ولرم به فرایند هضم کمک می‌کند. رازیانه در پیشگیری و تسکین بسیاری از

مهارتها برای مهار و کنترل استرس و نگرانی

از کمبود تفریح و سرگرمی در زندگی‌مان نیز ناشی می‌شود. با انجام این کار، می‌توانید عوامل استرس‌زا را در نقطه خفه کنید، و خواص‌تان را از دردهایی که از ارتباط می‌دهند پرت کنید و خودتان را با چیزی ارتباط بدهید که برای تان شادی به همراه می‌آورد!

به فعالیت‌ها و سرگرمی‌هایی فکر کنید که مدت‌ها است انجام ندادهای. با همیشه دلتان می‌خواسته است امتحان کنید. برنامه ریزی برای انجام این فعالیت را در اولویت‌تان قرار دهید و به طور کامل از آن لذت ببرید! توجه داشته باشید وقتی به خودتان اجازه‌ی خودنمایی و تفریح و لذت بردن می‌دهید چه احساس خوبی پیدا می‌کنید!

برای سرگرمی وقت بگذارید حتی اگر استرس از چیزهای زیادی نشأت گرفته باشد و به اشکال مختلف بسیاری باشد، به توانیم هر کاری را که می‌خواهیم به انجام

خلوت کنیم و با کشمکش‌های ذهنی‌مان روبرو شویم. وقتی مشکل حل شد پیروز ماندن از آن چالش بیرون بیاییم. با وجود این، درد دل کردن با کسی که به او اعتماد دارید باعث احساس حمایت و کمک می‌شود. این کار بار را از روی شانه‌تان برمی‌دارد. باز کردن چنین کانال ارتباطی و قرار گرفتن نیز شما را در وضعیت زیبایی قرار می‌دهد تا بازخوردها و چشم‌اندازهایی را درک کنید که ممکن است قبلاً به آن‌ها توجهی نداشته‌اید.

در زمینه‌ی قدرت دهی به ما برای تمیز قابل شن بین اینکه چه وقت و چگونه آنچه دیگری برای ما فایده، لذت، یا هدفی ندارد را کنیم مفید واقع شود. متوجه‌ام آن نیست که همه چیز را کنترل کنیم، و پذیرش آن می‌تواند حقیقتاً تجربه‌ی رهایی بخشی باشد.

۱۲. دانستن اینکه چه چیزی را کنترل کنیم و چه چیزی را نه سازیم طبیعتاً، ما دوست داریم پیامدها، وضعیت‌ها و استرس‌زا، چنین تمایلی به کنترل می‌تواند اغلب سختی‌های بیش از انتظاری برای‌مان رقم بزنند. اینکه بدانیم چه وقت از یک وضعیت، درگیری یا شخص فرار کنیم می‌تواند شیوه‌ای قدرتمند در تسکین استرس باشد. همچنین می‌تواند

۱۱. به جای پرخاشگر بودن اظهارگر باشید موقعیت‌های استرس آفرین می‌توانند بیانگر حد پرخاشگر بشویم. شاید با همکارها یا اعضای خانواده درگیر شویم، یا خوشنودی‌مان را در یک جلسه یا مباحثه از دست بدهیم. این موارد می‌توانند اثری به جا بگذارند که اغلب — پس از فروکش کردن استرس از بین بردن دشوار است.

یادگیری اظهارگر بودن به جای پرخاشگری



راهنمای مشاغل ایرانیان
و فارسی زبانان استرالیا

PERSIAN BUSINESS DIRECTORY AUSTRALIA

Powered by Parsian Media Australia



Platinum Plan 2020

MAKE YOUR BUSINESS STAND OUT FROM THE CROWD

At Parsian we are not just publishing your adverts,
we promote your business through our broad and official networks.

Easy to Route, Contact and Share

Publish on Injob App

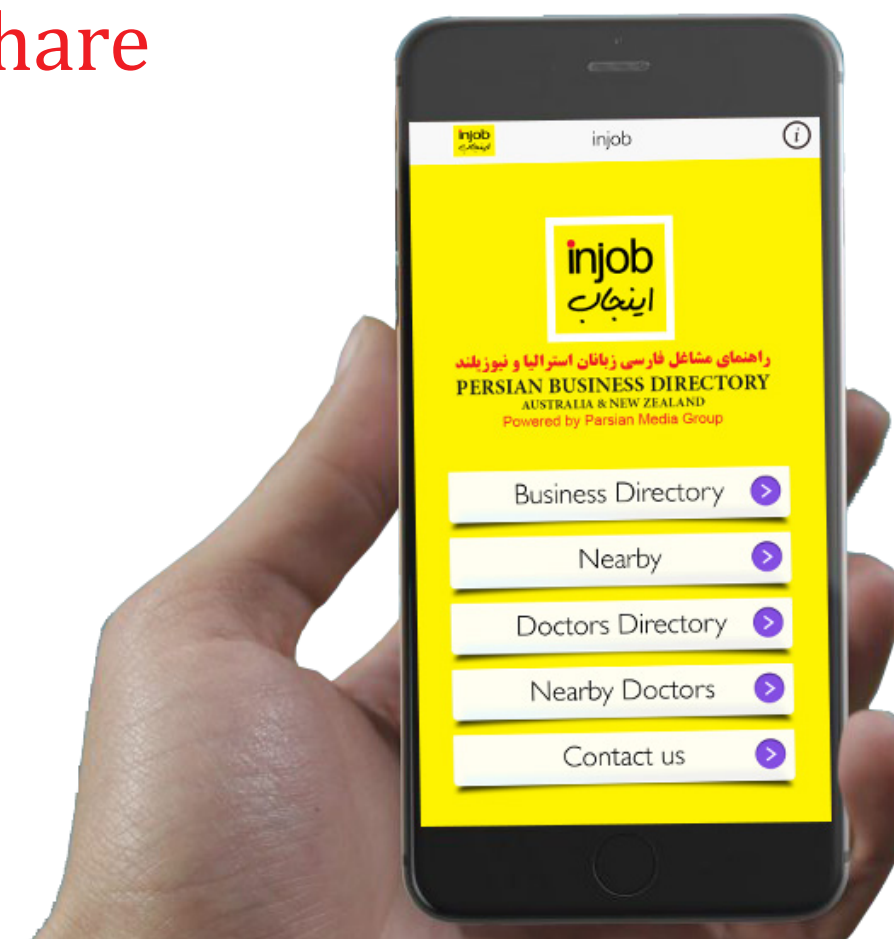
Injob Persian Business Directory mobile app is a sure way of strong presence in Persian/Farsi speakers in Australia, NZ and all over the world. You'll be easy to reach and available right in their pockets. Your business will be placed on their mobile phone on Injob Directory and Nearby.

\$15.00/weekly, incl.
GST when you prepay

Injob Persian Business Directory online

Added to Directory List, Company's Logo, Contact Details
Website Link, Photo Gallery, Reviews and Sharable.

\$10.00/weekly, incl.
GST when you prepay



Publish on Persian Herald National Weekly Newspaper

The Persian Herald weekly Newspaper is available every Thursday in all Persian / Farsi speakers retails in all over Australia.

Also is available online on www.persianherald.com.au

\$25.00/weekly, incl.
GST when you prepay



Promoting Your Business on our facebook

Injob Persian Business Directory in Australia & New Zealand

\$70.00/weekly, incl.
GST when you prepay



We Design, Install, maintain with one time revision
and helping your business for Search Engine
Optimisation with no extra cost. Extra charges
would be apply for second revision and more.

Please check Privacy Policy & Terms & Condition on our
official website www.injob.com.au

Contact: 0418 660 399

Our advisors can help
to find the right solution
for your business



injobau@gmail.com | parsianaustralia@yahoo.com
www.injob.com.au | www.persianherald.com.au
www.parsianaustralia.com



www.facebook.com/Injob-Persian-Business-Directory-In-Australia-NZ
www.facebook.com/parsian.australia
www.facebook.com/Parsian.Australia