

آپریل ۲۰۲۱ شماره ۶۸
خواندنی ما

محسن خداوردی
خدمات حسابداری و مالیاتی بلبوا



BALBOA TAX & ACCOUNTING SERVICES
Accounting Firm & Business Advisor

Mohsen Khodaverdi
Enrolled Agent

- Individual and Business Tax Return
- Counseling Services

Admitted to Unlimited
Practice before IRS

Autorized IRS e-file provider

20% Discount
On Tax Return of New Clients

شرح در صفحه ۵
(949)999-5000

511 E Balboa Blvd,
Newport Beach, CA 92661

www.balboatax.com
info@balboatax.com



دکتر فریبا بیگدلی (949)831-2905
دندانپزشک و متخصص ارتودونسی از
دانشگاه های تهران و USC در لاگونا نیگل



سامیا کاشانی (949) 295-1332
تجربه خرید مرسدس بنز با کارشناس مجرب



خدمات بیمه ثابتی
سلامتی و عمر (949) 679-3500



آرمیتا سلیمی
مشورتن تار

(949) 422-5663
Armita.salimi
www.armitar.com
Armita@armitar.com



دکتر ساره بهزادی پور
کوچ والدین و
روابط خانوادگی (949)502-4721



دکتر جعفر شجره و همکاران
تلفن: 916-3134 (949) صفحه ۱۳



دکتر حسین تمدنی (آقای وام)
تلفن: 852-1760 (949) صفحه ۸

نور گالری افتتاح شد!

اورنج کانتی (آنتیک)

2841 East Coast Hwy, Corona Del Mar, CA 92625

Tel: 949 423 7887

www.noorgalleryoc.com

بورلی هیلز (آنتیک و جواهرات)

256 N Beverly Dr, Beverly Hills, CA 90210

Tel: 310 734 7978

www.noorgallerybh.com

Antiques, Interior Design
Fine Arts, Jewelry

NOOR GALLERY

**GRAND
OPENING**



Shafa Medical Center



دکتر حمید اسکندری
Dr. Hamid Eskandari, MD

پزشک خانواده، فوق تخصص در طب سالمندان

- Family Medicine
- Geriatrics Medicine
- Nursing Home
- Adiction Therapy
- Hospice Care

- متخصص در طب سالمندان
- مراقبت از عزیزان شما در خانه های سالمندان که به فراموشی مبتلا هستند
- دارای مجوز رسمی ترک اعتیاد
- قبول اکثر بیمه های PPO و مدیکر

**برای تعویض پزشک عزیزان خود در خانه سالمندان
با پزشک متخصص فارسی زبان، با این مرکز تماس بگیرید.**

26730 TOWNE CENTRE DRIVE, Suite 102 Foothill Ranch, CA 92610

Tel: (949) 559 - 5153

سخن سردبیر



دکتر مشتاق فروهر

با گذر فصل سرما تغییرات زیادی در پیرامون خود احساس می کنیم. شرایطی چون هوای معتدل و گرم، نشستن در بالکن و نوشیدن چای و پوشیدن لباس های تابستانی که چند ماه برای آن به انتظار نشسته بودیم. چند روزی که از رسیدن شرایط جدید گذشت، دوباره دلمان برای آن هوای خنک و سرد پاییزی و زمستانی تنگ می شود.

مصدوق ضرب المثل "نو که می آید به بازار، کهنه دل آزار می شود را می ماند. اما این کهنه های همیشگی و متناوب هیچگاه به یادمان نمی آورند که چگونه چندی پیش خسته از من کهنه دل آزار به دنبال نویی در بازار بودی. فصل ها در پی یکدیگر می آیند و به جبر زمان و بی هیچ پرسشی ما را با خود همراه می برند. در این زمانه با فصول گوناگون، مردمان نیز با گوناگونی خود برای ما تازگی و جذابیت خود را دارند. آنان که در جایگاه دوست برای گذر از تنهایی و لذت بردن از زندگی اندیشه ها و نظریات خود را با ما به اشتراک می گذارند. تضارب تفکرات دلیلی است برای ورود به دیدگاهی والاتر و پرهیز از گردشی بی پایان همانند فصل های یک سال. در این مسیر دیده می شود که نگرش امسال ما متفاوت با سال پیش و با دیدی وسیع تر به پیرامون قرار گرفته است. این همان راه رشدی است که با استفاده از تجربه های خود و با محک دیگران می تواند به بهر روزی منجر شود. دیگرانی که در جایگاه دوست و در لابلای همدلی ها و دلسوزی ها به اصلاح رفتارهایمان کمک می کنند. باید که ارج نهم بر دوستانی که هم صحبت و همراه ما یکنواختی و تناوب این مسیر پر پیچ و تاب زندگی را می زدایند و لحظه به لحظه باعث دگرگونی و بهبود ما می گردند.

در این شماره می خوانیم:

- صفحه
- ۴ سخن سردبیر
 - ۵ از ایران چه خبر؟
 - ۵ روز جهانی موزه
 - ۶ اسطوره های غربت - تکتم مرادی مهنه
 - ۸ مسیری از آن خود - زهرا شعفی
 - ۱۰ اتوبوس - لیلا بیات
 - ۱۱ با هم بسازیم - دکوپاژ روی صابون
 - ۱۲ پارسی بنویسیم، پارسی بگویم
 - ۱۲ چون فروغی - شعری از احسان صانعی کاشانی
 - ۱۳ تصاویر باغ گردشگری اروس - قاسم خلیج
 - ۱۷ حکایاتی از گلستان سعدی
 - ۱۷ چیستان
 - ۱۷ ضرب المثل های فارسی
 - ۱۷ ترفند های خانه داری
 - ۱۹ گزارشی از دوره می موسسه امید
 - ۲۰ نوید محمدزاده
 - ۲۱ عفونت گربه ای - یادداشتی از مهدی علیزاده فخرآباد
 - ۲۲ چاپارخانه میبد - مولود کیان راستی
 - ۲۳ سلامت روان به چه معناست - دکتر ساره بهزادی پور
 - ۲۵ آقا علی عباس - یادداشتی از حمید سلیمی

Coast New Horizon, Inc.

RCFELic #306004128

نگهداری از عزیزان سالمند شما



Mali Fouri
Administrator

Costa Mesa:
824 Presidio Dr.,
Costa Mesa, CA 92626

We send a care
giver to your home.



- Professional Menu Planning
- Family Members Visits Welcome
- In Room Housekeeping
- Personal Laundry
- Escort to Medical Apointments
- Incontinence Care
- Once a Month Visit From a Physician
- Special Holiday Treats and Activities

Home: (714) 668 - 5607 Cell: (949) 735 - 6058
Fax: (714) 668 - 1002 CoastNewHorizon@gmail.com

One & One Private Sessions

آموزش رقص

Dance Packages:

Private:

10 sessions \$75 per couples

10 sessions \$50 per singles

Groups :

10 sessions \$30 in group

(714)225-5241





BALBOA TAX & ACCOUNTING SERVICES
Accounting Firm & Business Advisor



اگر نگران گزارش مالی خود به آی-آر-اس (IRS) هستید، اگر با مشکلات پرداخت بدهی های مالیاتی و جریمه ها و بهره های آن مواجه هستید با شرکت خدمات حسابداری و مالیاتی بلبوا تماس بگیرید. متخصصان با تجربه ما آماده حل مشکلات در تمامی زمینه های مالیاتی هستند. به همین منظور شرکت خدمات حسابداری و مالیاتی بلبوا شما را برای دریافت امکانات و مزایا راهنمایی می کند.

Services:

Tax Preparation
Tax Settlement
Tax Resolution
Tax Consultation

IRS Tax Problems:

Back Taxes and Failure to File
IRS Tax Audits
Tax Liens
Tax Levies

Wage Garnishment
Payroll Tax Problems

Tax Relief Solutions:

Offer in Compromise
Installment Agreement
Penalty Abatement
Currently Not Collectible Status
Innocent Spouse Relief

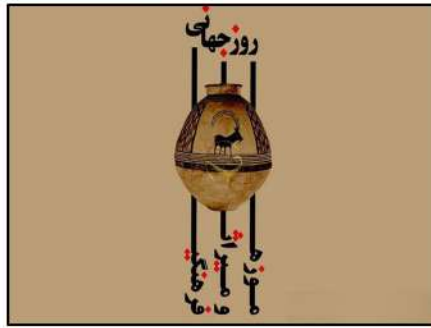
Telephone: (949)999-5000

511 E Balboa Blvd,

Newport Beach, CA 92661

Website: www.balboatax.com

email: info@balboatax.com



روز جهانی موزه (International Museum Day) مناسبت بین المللی است که هر ساله روز ۱۸ می (۲۸ اردیبهشت) توسط شورای بین المللی موزه برگزار می شود.

این رویداد هر ساله یک موضوع مشخص را برجسته می کند و فرصتی را به متخصصین موزه که امکان دیدار مستقیم با مردم را به دست بیاورند و چالش هایی که موزه با آن روبرو می باشد را برجسته می کند. در واقع هدف این است که موزه جایگاه خود را به عنوان که یک نهاد غیر خصوصی و دائمی برای عموم مردم به دست بیاورد. نهادی که در خدمت و توسعه جامعه است که میراث ملموس و ناملموس بشریت را در هر کشور نگهداری می کند و محیطی را برای اهداف آموزشی، مطالعه و خوش وقتی ایجاد می کند. در نتیجه روز جهانی موزه امکانی است برای بالا بردن آگاهی عمومی در مورد نقش موزه در توسعه جامعه امروز، در سطح بین المللی نقش ایفا می کند.

روز جهانی موزه - گسترش موزه های دنیا و همکاری همه جانبه علمی، فرهنگی و صنعتی، در جهت دستیابی به اهداف فرهنگی از طریق هماهنگ ساختن اقدامات بین المللی و تدوین برنامه هایی مؤثر است که دارای خطوط اساسی همکاری مشترک و دو جانبه بین مردم و موزه ها در سطح جهانی باشد. نخستین موزه در قاره ی آسیا، موزه ی آرمنیاز در لنینگراد روسیه است و اولین موزه ی ایران در سال ۱۲۹۵ ه. ش به نام موزه ی ملی ایران پایه گذاری و افتتاح شده است. اهداف موزه، نگهداری آثار گذشتگان و نمایش و انتقال آنها به آیندگان، ارزیابی و قیاس میان پدیدارهای تاریخی، عملی، فنی، صنعتی و هنری گذشته و حال. یکی دیگر از اهداف موزه که ایجاد و تقویت تفاهم میان ملل و اقوام است. شناخت و نمایش سهم اقوال و ملل در فرهنگ و تمدن جهانی. اعتلاء و بهبود میزان دانش محصلان، دانشجویان، پژوهشگران و جلوگیری از انهدام فرهنگ بومی و ایجاد سدی در برابر فرهنگهای نامأنوس، نیز از دیگر اهداف موزه است.

از ایران چه خبر؟

● زهرا زاویه از ارومیه و عضو تیم دانش آموزان ایران، برنده مدال طلای المپιάد ریاضی جهان شد. او با کسب مدال طلا جزو نفرات برتر این مسابقات قرار گرفت. وی دانش آموز دبیرستان فرزنانگان ارومیه است و در پایه یازدهم تجربی تحصیل خواهد کرد. تیم دانش آموزی ایران با «۵۴ نوجوان دختر و پسر» در این المپیاد شرکت کرده بود و توانست با کسب ۵ مدال طلا، ۱۸ نقره، ۱۷ برنز و ۱۴ دیپلم افتخار جایگاه ارزشمند دومی جهان را کسب کند.

● رئیس انستیتو پاستور با اشاره به زمان اجرایی شدن فاز انسانی واکسن این مرکز، تصریح کرد: امیدواریم خردادماه اولین تولید واکسن برای واکسیناسیون عمومی را داشته باشیم و واکسن شرکت رازی هم با چند ماه تأخیر قابل عرضه باشد. این یک واکسن برای پیشگیری کامل است؛ یعنی مناسب افرادی است که تاکنون کرونا نگرفتند. واکسن دیگر برای افرادی است که تاکنون کرونا گرفته اند و بسیار هوشمند است.

● جشنواره لاله های امسال نیز از هفتم فروردین ماه در کرج آغاز شده و اختتامیه رسمی نیز برای آن تعیین نشده است. از این مجموعه روزانه ۳۰ هزار نفر بازدید می کنند. ۲۵۰ هزار پیاز لاله در ۴۸ وارپته برای این جشنواره در مجموعه باغ گل های پارک چمران کرج کاشته شده است. برای افزایش جاذبه های این باغ به جز لاله، گل های دیگری از جمله نرگس، شب بو، بنفشه و... نیز کاشته شده است. علاوه بر آن ۱۵۰ هزار گل فصلی نیز در این مجموعه کاشته شده تا زیبایی این جشنواره دو چندان شود.

● تیم تکواندوی بانوان ایران با کسب ۶ مدال به کار خود در تورنمنت بین المللی ترکیه پایان داد. هشتمین دوره تورنمنت بین المللی ترکیه در رده سنی بزرگسالان با حضور ۵۳۵ تکواندوکار دراستانبول برگزار شد که در روز پایانی این پیکارها؛ مهلا مومن زاده در وزن ۴۹- کیلوگرم با یک پیروزی مقابل ترکیه و شکست برابر نماینده ازبکستان، از دور رقابت ها کنار رفت.





نمی توانند همکاری عملی با هم داشته باشند و این وسط بیشتر از خودشان این ما هستیم که ضرر می کنیم. رسانه های خارج از کشور این وظیفه را دارند که پل ارتباطی این عزیزان با ما داخلی ها باشند. چون هم دوستشون داریم و هم اساطیر هنر معاصر ایران زمین هستند.

عکسها از آنها ببینیم. خیلی دلم میخواهد خوانندگان دیگر کشورها به ایران بیایند یا با هم تعامل بیشتری داشته باشند. شاید هیچ چیزی بدتر از این شکاف فرهنگی نیست. یک فرهنگ دویاره یا چندپاره که تکه تکه شده و به همین دلیل چون هر کدام در گوشه ای از دنیا هستند

اسطوره های غربت



من گاهی اوقات می نشینم و با خودم فکر میکنم که مثلاً سوسن تسلیمی کجاست یا ستار الان دارد چکار می کند؟ می دانید

تکنم مرادی مهنه

بخاطر پیشرفت تکنولوژی و شبکه های ماهواره ای و اینترنت ما از حال خیلی ها خبر داریم. اما مثلاً بیشتر از حال "شهبال شب پره" خبر داریم تا "داود بهبودی" یا "مارتیک". دوست داریم بدانیم "کامران و هومن" که هر چند سال می آیند و غیب می شوند کجا هستند یا الان "حمیرا" کجاست و آیا دیگر هیچ ترانه جدیدی نمی خواند؟ دلمان می خواهد گاهی اوقات اخبار خصوصی از آنها بشنویم و فقط عده خاصی از سلبریتی ها نباشند که آنتن را تصاحب کرده باشند و از بقیه هیچ خبری به گوش ما نرسد. از میهمانی ها و خاطرات آنها بشنویم و گاهی بعضی عکسها از آنها ببینیم. خیلی دلم میخواهد خوانندگان دیگر کشورها به ایران بیایند یا با هم تعامل بیشتری داشته باشند.

آرمیتا سلیمی

مکترس تار



☎ (949) 422-5663

📷 Armita.salimi

🌐 www.armitar.com

✉ Armita@armitar.com

One & One

Fereshteh Kalbassi
Master Stylist



Beauty Services
are available
by
appointment
only

(714) 225-5241

دفتر حقوقی

دکتر کورش جعفری

دکتر کیارش جعفری

و همکاران

وکلائی رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال



Family Law:

- Divorce & Child Custody Rights
- Child & Spousal Support
- Enforce Pre-Post Marital Agreement

Criminal Matters:

- All drug Cases
- Misdemeanors
- DUI, Theft, and all other Felonies

Commercial:

- Partnership / Business Litigation
- Contracts & Agreements
- Corporations, Partnerships, LLC
- Trademarks/Copyright Registration
- Real Estate

Accidents:

- Car Accidents
- Motorcycle Accidents
- Uber / Lyft Accidents

امور خانوادگی:

- طلاق، حفظ حقوق و سرپرستی فرزندان
- گرفتن حکم نفقه و اصلاح آن
- تنظیم قراردادهای پیش و پس از ازدواج
- تقسیم اموال

امور جنایی:

- مواد مخدر، رانندگی در حال مستی
- سرقت و دیگر امور جنایی

امور تجاری و بازرگانی:

- دعاوی تجاری، تهیه و تنظیم قراردادهای تجاری،
- ثبت شرکت ها، ثبت علائم تجاری

امور تصادفات:

- اتوموبیل و موتورسیکلت
- اوبر و لیفت

دغدغه هایش و اینکه معتقد بوده زن نویسنده باید در آمد داشته باشد و اتاقی مستقل، در کتابی به نام "اتاقی از آن خود" به رشته تحریر در آورده است. اگر قرار بود فصلی به اتاقی از آن خود، اضافه کنم دغدغه های بیشتر نویسندگان و هوش سرشار و خلاقیت آنها در نوشتن و استمرار و صبر و شکیبایی آنها بود. و در مورد زنان نویسنده، زمانی را که به آنها تعلق نداشت، لحظه ها و دغدغه هایی که ذهنشان را مشغول می کرد. حتی وقتی اتاقی برای خود داشتند.. محوطه بزرگ دانشگاه فردوسی را آنقدر پیاده راه می روم که متوجه نمی شوم در خروجی که روبه رویش ایستاده ام، به سمت خیابان دیگری باز می شود، خیابانی که برای برگشتن به خانه باید دو برابر، پیاده روی کنم.

در تمام این مدت بی آنکه متوجه زمان بشوم با افکارم و پرداختن به طرح رمان جدیدم، قدم زده ام و روی چمنی راه رفته ام که هرگز احساسش نکرده ام. سرم را بالا می گیرم، چند نفس عمیق می کشم، شکوفه های ریز درختان لبخند می زنند و انگار زمزمه می کنند: بهار دارد می آید، بهارهای دیگر هم می آیند.

این حال خوش این سلام شکوفه ها یعنی، زندگی در کنار اندیشیدن و قدم زدن در مسیر ادبیات و هنر، به معنایی ژرف و تازه می رسد. چه رسیدن با شکوهی! عجب وصل دل انگیزی.

که دستهایش را بالا و پایین می برد متوجه این موضوع می شود و ناگاه تمام مطالبی که در ذهنش به انسجام رسیده از ذهنش پرمی کشد.

دانشگاهی که در آن قدم می زنم هرگز به زیبایی کمبریج نیست، بخصوص که رودخانه ای در امتدادش وجود ندارد تا با حرکت منظم آب، به رویاهایم جهت بدهد یا مسیری مخصوص برای اساتید، که مبدا اشتباه ورود کنم و با سوت نگهبان مجبور باشم با شرمساری خارج شوم...

به حد کافی برای ورود به دانشگاه به نگهبانها توضیح داده ام و حالا می توانم هر چقدر بخواهم روی آسفالت یا چمن دانشگاه راه بروم. در مورد کتابخانه رو به رویم می دانم که متعلق به دانشجویان است، عقلانیست که توقع ورود به آنجا را نداشته باشم چون کتابخانه های بزرگی خارج از دانشگاه برای عضویت وجود دارد اما ویرجینیا وولف می خواسته وارد کتابخانه دانشگاه بشود که برای دومین بار با تذکر نگهبان مواجه می شود.

او نویسنده ای خلاق و حرفه ای بوده شاید کتابخانه های شهر کتابهایی را که او می خواسته، نداشته اند. به علاوه کتابخانه عظیم و میلیونها کتاب در کتابخانه دانشگاه کمبریج که بعضی از آنها به خاطر ارزش و قدمتی که دارند، با زنجیر در قفسه خود محکم شده اند با کتابهای خارج از دانشگاه قابل قیاس نبوده است. ویرجینیا وولف تمام

مسیری از آن خود



زهرا شافقی

وقتی در دانشگاه فردوسی در کنار درختها و گلهای ریز و بوته های سرسبز قدم می زدم به ویرجینیا وولف فکر می کردم. در زمان او دبیرستان یا دانشگاهی برای حضور زنان وجود نداشته است. دانشگاه آکسفورد و بعد کمبریج و بقیه دانشکده ها در طی زمان همه مختص مردان بوده اند. بنابراین ویرجینیا علم و رشد ادبی اش را، مدیون کتابخانه پدرش بوده است.

برای زنی روشنفکر مثل او چقدر سخت است که نبوغ ادیبش نادیده گرفته شود و راهی برای حضور در هیچ مدرسه ای پیدا نکند.

سالها بعد از او دعوت می کنند برای کالج نیونهام که مخصوص دختران است مقاله ای بنویسد و سخنرانی کند. وولف در دانشگاه با شکوه کمبریج قدم می زند و به موضوع زن و داستان که دقایقی دیگر باید در موردش سخنرانی کند، فکر می کند.

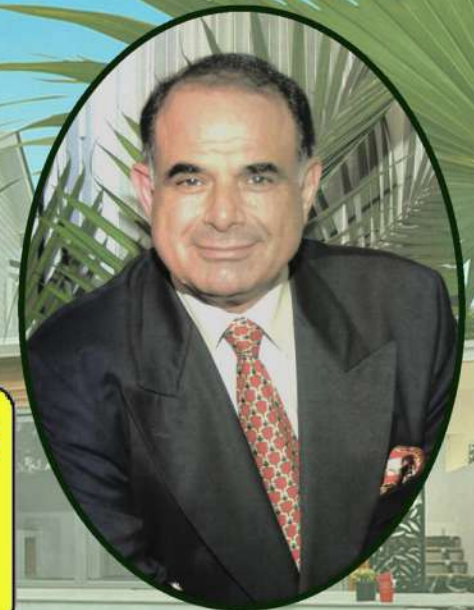
ویرجینیا آنقدر در افکارش غرق بوده که متوجه نمی شود پایش را روی چمنی که مخصوص رفت و آمد اساتید بود، گذاشته است. با اشاره نگهبان

دکتر حسین تمدنی با ۵۵ سال تجربه در امریکا

1760 - 852 (949)

BRE#01173539

NMLS#322529



قبل از خرید هرگونه ملک،
برای مشاوره رایگان
با من تماس بگیرید

قدیمی ترین و خوشنام ترین شرکت وام ایرانی در کالیفرنیا که همواره پاسخگوی مشکلات وام شما بوده است



Beheshti Accounting, INC.
Tax & Accounting Services

علی بهشتی

Enrolled Agent

(Admitted to unlimited Practice Before IRS)

Authorized IRS e-File Provider

Authorized Payroll Reporting Agent

Registered Corporate Agent

Certified Quickbooks ProAdvisor

کلیه امور حسابداری و مالیاتی شامل :

تهیه اظهار نامه مالیاتی اشخاص و شرکتهای
حسابداری - تهیه و تجزیه و تحلیل صورتهای مالی
حقوق و دستمزد
مالیات خرید و فروش
ثبت شرکت

تخفیف ویژه دانشجویان و افراد کم درآمد
تخفیف ویژه افراد دیسبل و معلولین

OC County **(949) 383-7426**

LA County **(818) 639-2334**

Fax: **(949) 281-0031**



✉ taxaccoc@gmail.com

www.Beheshtiaccounting.com

📷 @beheshti_accounting



از وقتی صاحب یک ماشین شده بودم، هرچند خیلی قدیمی؛ کمتر متوجه گرما و سرمای هوا می شدم، ولی امروز که همان ماشین قدیمی مرا در خیابان بدون بنزین گذاشت تازه فهمیدم که شدت گرمای هوا، چقدر زیاد است.

باید برای مصاحبه به یک کمپانی خیلی معروف می رفتم؛ که همیشه آرزوی کار کردن در آنجا را داشتم ولی اگر می خواستم منتظر کمک بمانم یا خودم دنبال بنزین بروم قطعاً وقت مصاحبه را از دست می دادم. پس بهترین تصمیم رفتن به ایستگاه اتوبوس و رساندن خودم به ساعت قرار بود.

بعد از کلی پیاده روی و در حالیکه از گرما کلافه و عرق ریزان بودم بالاخره همزمان با رسیدن اتوبوس وارد ایستگاه شدم.

بعد از سوار شدن و پرداخت کرایه روی تنها صندلی خالی کنار پنجره نشستم و از خنکای داخل اتوبوس حالم جا آمد.

همان طور که خیابانها را از نظر می گذراندم و به گفتگویی که قرار بود انجام بدهم فکر می کردم؛ با ترمز اتوبوس رشته افکارم پاره و توجهم به مسافری جدید جلب شد.

بین آنها یک خانم جوان و زیبارو دیدم که شکم برآمده اش نشان از بارداری می داد و دنبال جایی برای نشستن می گشت. فوراً از جا بلند شدم و زن جوان را مخاطب قرار دادم.

خانم بفرمایید اینجا، جای من!

زن جوان با لبخندی قدرشناسانه به سمت آمد و گفت:

خیلی ممنون عزیزم.

و روی صندلی نشست و با کشیدن نفس عمیقی گفت:

خدا خیرتون بده واقعا با این وضع نمی تونستم بایستم.

با مهربانی گفتم:

خواهش می کنم هر کس دیگه ای هم جای من بود همین کارو می کرد.

با لبخندی خاص که همراه با عشو و لوندی بود گفت:

البته نه هر کسی!

لبخندی تحویلش دادم و سکوت کردم. زن جوان مشغول تلفنش شد و من هم همه حواسم را به بیرون از اتوبوس معطوف کردم. در این فاصله تلفن زن جوان مرتب زنگ می خورد و او بدون پاسخ فقط به صفحه گوشی نگاه می کرد. بالاخره وقتی متوجه نگاههای معترض مردم از صدای تلفنش شد، جواب داد:

الو... چی می خوای؟... نه گفتم که دیگه به اون خونه بر نمی گردم...

تلفن بدون خداحافظی قطع شد زن زیر گریه زد؛ از آن گریه های سوزناک.

با دلسوزی نگاهش کردم و به سرعت دستمالی از کیفم بیرون کشیدم و به دستش دادم.

با صدای بغض آلودی گفتم:

مرسی... نمی دونین چقدر احساس بدبختی می کنم.

با ناراحتی گفتم:

عزیزم! به خاطر این بچه هم که شده نباید خودتو ناراحت کنی.

با بغض گفتم:

شما چه می دونی که به من چی می گذره. شوهرم هر روز داره منو تهدید می کنه که آگه بچه دنیا بیاد منو ول می کنه و می ره اخه هیچ وقت بچه نمی خواست وقتی هم که فهمید من زیربار سقط بچه نمی رم منو از خونه انداخت بیرون و گفت تا بچه رو ننداختی دیگه پاتو اینجا نمی ذاری. منم که جایی رو ندارم. همه

خوانواده ام شهرستان هستن. یه دوستی دارم که فعلاً پیش اون هستم و اونم صاحبخونه اش فهمیده که یه نفر بهش اضافه شده گفته یا از اینجا بلند شی یا باید اجاره بیشتر بدی...

اشک هایش را پاک کرد و ادامه داد:

برای همین من باید هر طور شده یه پولی جور کنم بدم به دوستم که بذاره رو پول پیش خونه اش... خدا باید کمکم کنه، دیگه نمی دونم چی کار کنم. برای همین توی این گرما با شکم سنگین، با اتوبوس دنبال کار و پولم.

ولی هر جا می رم و می بینم باردارم بهم کار نمیدن.

چند نفری که دور ما بودند و به صحبت هایمان گوش می دادند مبالغی را به زن جوان دادند؛ که اول از گرفتن امتناع می کرد ولی بالاخره با خجالت پولها را گرفت.

من هم وقتی دیدم همه چه طور ته کیفشان را

جارو کردند با اینکه پول زیادی نداشتم ولی نصف بیشتر پولم را به او دادم و او هم بعد از کلی تشکر پولها را داخل کیفش گذاشت و ایستگاه بعدی با خداحافظی کوتاهی پیاده شد.

هنوز گیج و مبهوت بدبختی زن و بچه داخل شکمش بودم و به بی رحمی همسرش فکر می کردم و اینکه چه آینده ای در انتظار این زن خواهد بود که ناگهان متوجه شدم از ایستگاهی که باید پیاده می شدم رد شده ام.

با التماس از آقای راننده خواستم نگه دارد، او هم مصر بود که باید تا ایستگاه بعد صبر کنم.

کم مانده بود گریه کنم که راننده با کلی غر زدن راضی شد و نگه داشت.

با عجله پیاده شدم، خدا را شکر خیلی از مسیرم دور نشده بودم. با عجله به سمت

کمپانی مورد نظرم می رفتم که ناگهان متوجه زن جوان داخل اتوبوس شدم که شکمش خالی از بچه بود. با عجله به طرفش رفتم و صدایش کردم.

بیخشید خانم...!

تا مرا دید رنگش پرید ولی سریع خودش را جمع و جور کرد و اصلاً به روی خودش نیاورد که مرا می شناسد. دوباره صدایش کردم و با تعجب و تحکم پرسیدم:

چه بلایی سر بچه تون اومد؟ اصلاً بچه تو شکمت کو؟

با پررویی گفتم:

اشتباه گرفتی، مزاحم نشو خانم...

هر لحظه احساس می کردم چشمانم از حدقه بیرون می زند، باورم نمی شد این زن همین چند دقیقه پیش از آدمهای اتوبوس پول گرفت. حتی من بدبخت که نصف بیشتر پولم را به او دادم.

حالا به جای دلسوزی برای آن زن باردار بدون آینده، به سادگی خودم فکر می کردم.

با صدای بوق ماشینی دوباره پرت شدم وسط بازی این زن به اصطلاح بدبخت! زن جوان به سرعت سوار ماشین مرد جوانی شد و فلنگ را بست و مرا با دنیایی ناباوری برجا گذاشت.

از ذهنم گذشت، چطور بعضی انسانها مثل این زن دروغگو و حيله گر و بعضی دیگر مثل من ساده و احمق هستند!؟

با همین افکار به راهم ادامه دادم و سعی کردم به پول بی زبانم که از دستم رفت فکر نکنم!

سپس صبر کنید تا کارت‌تان خشک شود. سپس یک لایه ی دیگر چسب دکوپاژ را به همان ترتیب با قلم مو روی سطح صابون بمالید. بعد اجازه دهید تا کار کامل خشک شود و چسب دکوپاژ بی رنگ شود.

مرحله ی پنجم: اگر بعد از پایان خشک شدن کار سطح صابون زیر شده بود صابون رو داخل یک تشت آب کمی بشوید و به آرامی با دست تان سطح صابون را مالش دهید تا از زبری صابون کاسته شود.

مرحله ششم: سپس صابون را در جایی قرار دهید تا کامل خشک شود.

مرحله ی نهایی: بعد از خشک شدن صابون حالا دیگه کارت‌تون آماده شده و از اینجا به بعد دیگه با سلیقه ی شماست که صابون رو داخل پلاستیک بسته بندی کنید و تزیینش کنید یا اون رو داخل سبد و کنار وسایل تزئینی یا خوشبو کننده ها قرار دهید یا...



روی آن دکوپاژ رو انجام بدیم رو کاملا با چسب دکوپاژ پوشانیم. به این روش که چند قطره ی کوچک از چسب دکوپاژ را روی سطح صابون میریزیم و بعد آن ها را با قلم مو روی سطح صابون پخش میکنیم. بعد اجازه بدهید تا چسب خشک شود.

مرحله ی سوم: حالا کاغذ دکوپاژ یا دستمال کاغذی طرحدار رو آماده کنید. و حالا دور تا دور طرح رو برش بدید. اگر با دستمال کاغذی اینکار و انجام میدید، میتونید سر قلم مو رو با آب خیس کنید و بعد دور تا دور طرح رو با قلم مو بکشید با اینکار با تمیزی و دقت طرح جدا میشه. اضافه های دستمال رو دور بریزید.

مرحله ی چهارم: چند قطره از چسب دکوپاژ رو توی یک ظرف بریزید و بعد از اینکه طرح را روی سطح صابون ثابت کردید، با استفاده از قلم مو روی طرح و کل سطح صابون رو یک لایه چسب دکوپاژ بزنید.



با هم بسازیم آموزش دکوپاژ روی صابون

وسایل مورد نیاز برای دکوپاژ روی صابون:

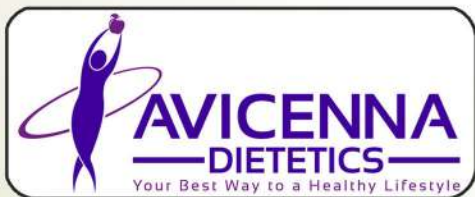
صابون ساده، کاغذ دکوپاژ یا دستمال کاغذی طرحدار، چسب دکوپاژ، قلم مو، سمباده، قیچی

مرحله ی اول: برای دکوپاژ روی صابون ابتدا باید سطح صابون رو برای کار دکوپاژ آماده کنید. روی سطح برخی از صابون ها آرم شرکت سازنده وجود داره و باعث میشه که سطح کار ناهموار باشه. بنابراین ابتدا باید آن را از بین ببریم تا سطح صابون صاف و مناسب برای کار دکوپاژ بشه. برای اینکار سطح صابون را روی یک سنباده بکشید و این کار را تا به دست آوردن یک سطح صاف و یکدست ادامه بدهید.

مرحله ی دوم: حالا باید سطحی که میخوایم



تغذیه درمانی



مدیکر و اکثر اینشورنس های شخصی شامل تغذیه درمانی برای دیابت و بیماریهای کلیه می شوند. برای اطلاعات بیشتر با ما تماس بگیرید.

Saghar Sefidbakht **ساغر سفیدبخت**
Registered Dietitian Nutritionist **متخصص تغذیه**

We accept Medicare, United, Healthnet, and Blue Cross.



(949)259-0787

Address#1 26730 Towne Centre Dr, STE 102, Foothill Ranch CA 92610

Address#2 1735 W Romneya Dr, Anaheim CA 92801

چون فروغی

از مجموعه "جای پای عشق"

گزیده ای از دیوان

احسان صانعی کاشانی



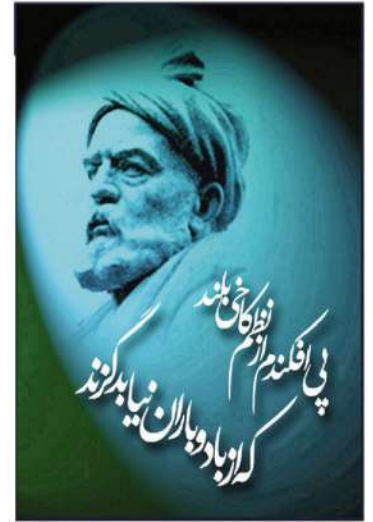
ای صبا امشب تو را چون جان به برخواهم گرفت
جمله رفتار تو را زیر نظر خواهم گرفت
بعد چندی دوری جانکاه از دیدار یار
باتو از کیفیت حالش خبر خواهم گرفت
عطر زلفش را که با خود ارمغان آورده ای
از نفس های دل آویز تو بر خواهم گرفت
چهره زیبای او در قالب وهم و خیال
با نثار اشک غم در قاب زر خواهم گرفت
گر نیاز ما رسانی آن سراپا ناز را
بیکرت از پای تا سر در گهر خواهم گرفت
تا بلور اشک من شایان تقدیمش شود
چون گهر سرمایه از خون جگر خواهم گرفت
بیش از این بر ما اگر جور و جفا دارد روا
چون فروغی دامن آه سحر خواهم گرفت
آتشی در دل نهان دارم ز بیداد غمش
شعله ای خواهم شدن در خشک و تر خواهم گرفت
یا اگر لیلی صفت با دیگری پیمان کند
همچو مجنون زندگی را مختصر خواهم گرفت

بی خیال دوست احسان بگذرد گر عمر من

واعظانه مزد منبر بیشتر خواهم گرفت

پارسی بنویسیم،
پارسی بگویم

والد = پدر
آخر = پایان
حرفه = پیش
جاهل = نادان
عبوس = ترشو
بی روح = بی جان
محافظ = نگهبان
قیامت = رستاخیز
بکر = دست نخورده
معروف = سرشناس
امداد = یاری رسانی
منحل شد = برچیده شد
طباخ خانه = آشپزخانه
آل بویه = خاندان بویه
ناشی می شود = بر می آید
جمع آوری = گردآوری
عقب نشینی = واپس نشینی
مینیا توری = ریزنگارگی
ایجاد کردن = پدید آوردن
جعلی = بر ساخته، ساختگی
زبان محاوره ایی = زبان گفتاری
وحشت کردن = ترسیدن، هراسیدن



متفک = جدا
قطعا = بی گمان
اهتمام = کوشش
چارت = نمودار
فامیلی = خانوادگی
به خصوص = به ویژه
قدرت بالقوه = توان نهفته
وفات = مرگ، درگذشت
حیله، مکر = نیرنگ، شيله
ملاحت = سرزنش، سرکوفت
در اسرع وقت = هر چه زودتر

ENSI Insurance Services

ENSIEH FARVARD
LIC# 0C05053



برای انتخاب بیمه مناسب خود و خانواده
خود از سالها تجربه خانم انسیه بهره بگیرید

بیمه سلامتی Obama Care
بیمه مدیکل و مدیکر

در صورتی که ۶۴ سال دارید برای دریافت بیمه مدیکر
با ما تماس بگیرید

- Medicare Supplement Plans
- Medicare Advantage Plans
- Prescription Drug Plans
- Prescription Drug Assistance

Cell: (949) 502 - 1811

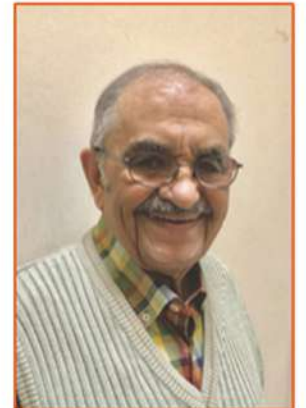
Email: ensiifar@gmail.com Fax: (949) 861 - 6077
www.ensiinsuranceservices.com

دفتر خدمات و همیاری ایرانیان اورنج کانتی

با مدیریت

آرمین انوری پور

و گروه متخصصان



تلفن دفتر: (949) 472-3686
تلفن دستی: (949) 230-4658

- امور کنسولی (تجدید پاسپورت ایرانی، امریکایی و اخذ پاسپورت سفید)
- اجرای امور ازدواج و طلاق (خواندن متن شرعی و ایرانی به فارسی)
- تصدیق امضاء (Notary Public) برای امریکا و ایران
- انجام ترجمه رسمی (شناسنامه، قبالة ازدواج و قبالة طلاق و هرگونه مدارک اداری و دادگاهی)
- انجام و ترتیب هرگونه وکالتنامه و ارسال آن به واشنگتن تا مرحله اسکایپ و تحویل به متقاضی

Email: armin.anvaripour@gmail.com

Website: www.PersianLegals.com



Minimally Invasive Medical Group

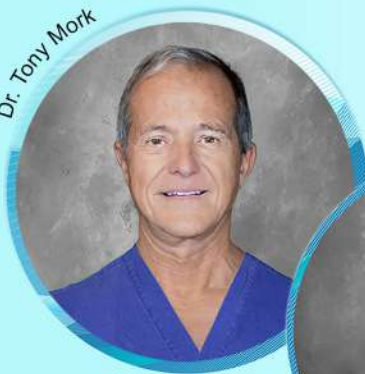


مراکز جراحی های کوچک با مدیریت دکتر جعفر شجره و همکاری کادر خبره و جراحان با تجربه برای درمان صدمات ناشی از جراحات های ورزشی ، تصادفات اتومبیل و سایر جراحات های شخصی و موارد زیر در اورنج کانتی در خدمت هموطنان عزیز میباشد.

- General Surgery
- Minimally Invasive Spine Surgery
- Orthopedic Surgery
- Plastic Surgery
- Neurosurgery
- Pain Management
- Physical Therapy
- Chiropractic

- جراحی های عمومی
- جراحی های کوچک ستون فقرات
- جراحی های ارتوپدیک
- جراحی های زیبایی چهره و اندام
- جراحی های اعصاب
- کلینیک درد
- فیزیکیال تراپی
- کایرو پرکتیک

Dr. Tony Mork



Dr. Andres Belts



Dr. Taylor R. Pollei



Dr. Jeff Shad



Dr. Larry Ding



Dr. Mohammad Hashemi



Dr. Denis Cramer



Dr. Saeed Iraniha



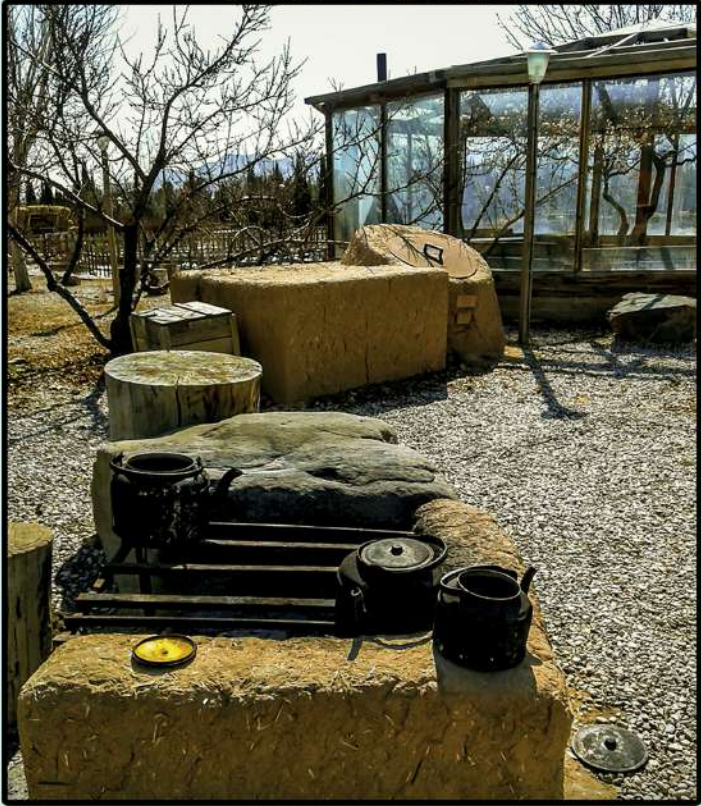
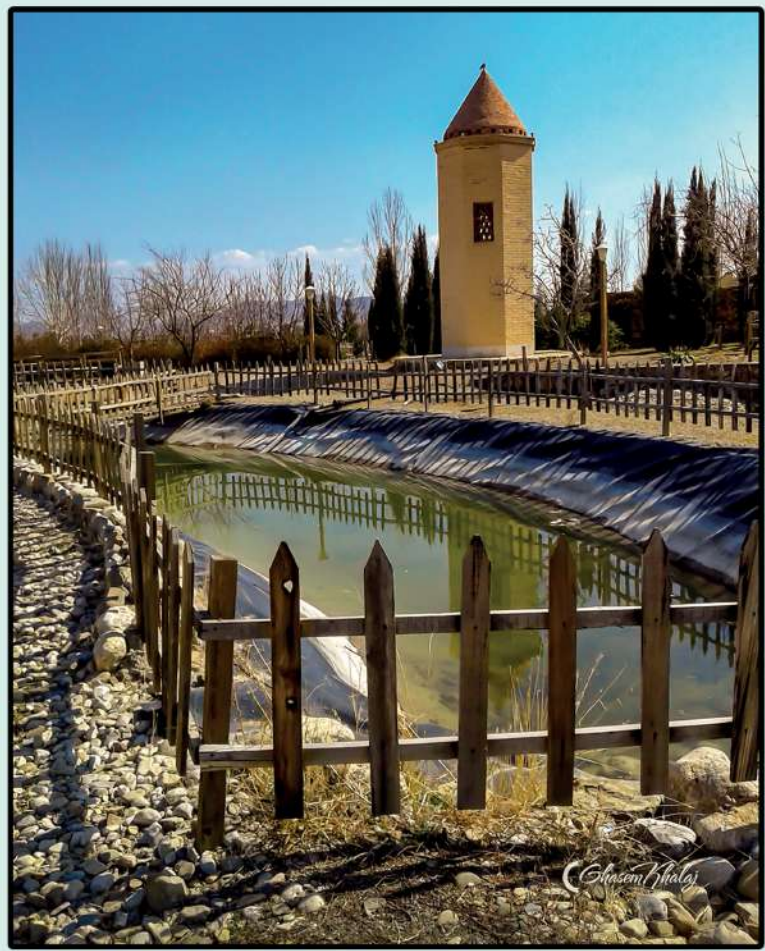
949.916.3134

Minimally Invasive Medical Group

Airport Business Center
18102 Sky Park Circle South, Suite D
Irvine, CA 92614

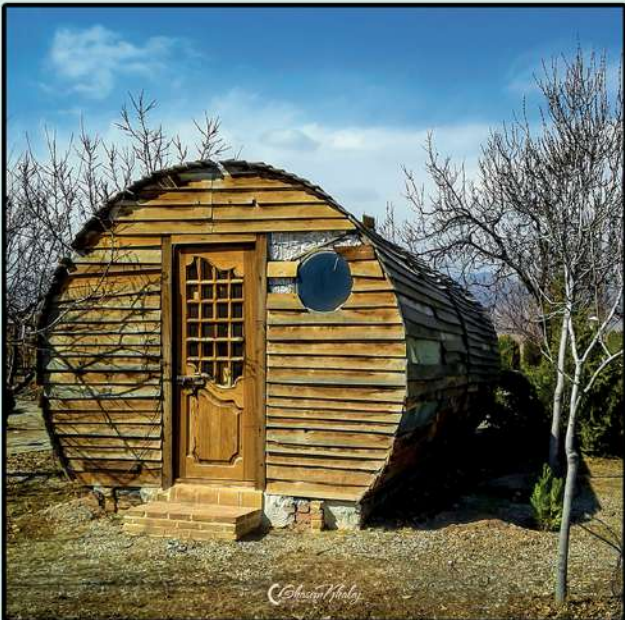
26921 Crown Valley Parkway, Suite 110,
Mission Viejo, CA 92691

www.HealthMediaNetwork.Net
www.SouthCountySpineCare.Com
www.MiSurgicalCenter.Com



باغ گردشگری اورس
شاهرود، کیلومتر ۸ جاده مچن
آوریل ۲۰۲۱
بهار ۱۴۰۰
عکاس: قاسم خلیج

Shasen Khalaj





**جراحان و متخصصین
بیماری های پا
در مرکز**

**ALL IN ONE
FOOT CARE CENTER**



دکتر فرشاد بطحایی

دارای بورد تخصصی جراحی پا از دانشگاه
Temple University in Philadelphia

دکتر آرشیبا روحیان

دارای بورد تخصصی جراحی پا از دانشگاه
University of Southern California (USC)

اعضای انجمن جراحان پا و قوزک پا

تزریق سلول های بنیادی

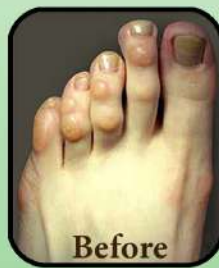
Stem Cell Injection



Before



After



Before



After

- جراحی بانین
- جراحی کجی انگشتان پا
- باز سازی پا
- درمان انواع شکستگی و جراحات پا
- درمان مشکلات پا ناشی از صافی کف پا
- درمان انواع پیچ خوردگی های قوزک پا
- تشخیص و درمان دردهای پاشنه و کف پا
- درمان میخچه، زگیل و پینه کف پا
- درمان ورم پا و رگهای واریس
- تشخیص و درمان بیماری های پوستی، قارچ ناخن و فرورفتگی ناخن در گوشت
- تشخیص و درمان ناراحتی های پا ناشی از بیماری قند، گردش خون و آرتروز
- تشخیص و درمان دردهای کمر و زانو ناشی از مشکلات پا
- تشخیص و درمان جراحات ورزشی کودکان و بزرگسالان
- تزریق PRP با تخفیف ویژه

مطب ها در اورنج کانتی

Irvine

113 Waterworks Way
Suite 250
Irvine, CA 92618

Laguna Woods

24331 El Toro Road
Suite 370
Laguna Woods, CA 92637

تلفن: (949) 588-8833

زیبایی طبیعی را با ما تجربه کنید

تمامی خدمات میکروبلیدینگ،
میکروپیگمنتیشن، میکرو اسکالپ سر
با بهترین بی حسی و بهترین رنگها



سهیلا 3306 - 353 (949)

- Split System
- Package Unit
- Condenser
- Gas furnace
- Heat Pump
- Hydronic
- Mini Splits
- Air Purification
- Air Filtration
- Ducting
- Zoning



Lic #1001663 California

Ali Manafi
with 31 years
Experience

Repairs, Maintenance
Tune up, Installation
Consultation
Second opinion
Sales

Call Us for
Any Heating and
Air Conditioning
Services

Address: 6 Eucalyptus Irvine, CA 92612

(949) 468-8380

Email: amanafi@araair.com

www.araaircalifornia.com

باب دوم حکایت پنجم گلستان سعدی



تنی چند از روندگان متفق سیاحت بودند و شریک رنج و راحت. خواستم تا مراقت کنم موافقت نکردند. گفتم: این از کرم اخلاق بزرگان بدیع است روی از مصاحبت مسکینان تافتن و فایده و برکت دریغ داشتن، که من در نفس خویش این قدرت و سرعت می شناسم که در خدمت مردان یار شاطر باشم نه بار خاطر.

ان لم اکن راکب المواشی اسعی لکم حامل الغواشی
یکی ز آن میان گفت: از این سخن که شنیدی دل تنگ مدار که در این روزها دزدی به صورت درویشان برآمده- خود را در سلک صحبت ما منتظم کرد. چه دانند مردم که در خانه کیست نویسنده داند که در نامه چیست و از آنجا که سلامت حال درویشان است گمان فضولش نبردند و به یاری قبولش کردند.

صورت حال عارفان دلق است این قدر بس چوری در خلق است در عمل کوش و هرچه خواهی پوش تاج بر سر نه و علم بر دوش ترک دنیا و شهوت است و هوس پارسایی، نه ترک جامه و بس در قزا کنند مرد باید بود بر مخنث سلاح جنگ چه سود روزی تا به شب رفته بودیم و شبانگه به پای حصار خفته که دزد بی توفیق ابریق رفیق برداشت که به طهارت می رود و به غارت میرفت.

پارسا بین که خرقة در بر کرد جامه کعبه را جل خر کرد چندان که از نظر درویشان غایب شد به برجی بر رفت و درجی بدزدید. تا روز روشن شد آن تاریک، مبلغی راه رفته بود و رفیقان بی گناه خفته. بامدادان همه را به قلعه در آوردند و بزدند و به زندان کردند. از آن تاریخ ترک صحبت گفتیم و طریق عزلت گرفتیم.

والسلامه فی الوحده

چو از قومی یکی بی دانشی کرد نه که را منزلت ماند نه مه را شنیدستی که گاوی در علف خوار بیالاید همه گاوان ده را گفتم: سپاس و منت خدای را عزوجل که از برکت درویشان محروم نماندم گر چه به صورت از صحبت وحید افتادم. بدین حکایت که گفتم مستفید گشتم و امثال مرا همه عمر این نصیحت به کار آید.

به یک ناتراشیده در مجلسی برنجد دل هوشمندان بسی اگر بر که ای پر کنند از گلاب سگی در وی افتد کند منجلا ب



متفق: با هم

مراقت: با هم دوست و رفیق شدن

شاطر: پیادگانی با لباس های مخصوص که پیشاپیش موکب پادشاهان و امیران می رفته اند.

سلک: رشته ای که چیزی به آن بکشند مثل رشته مروارید؛ رشته؛ نخ؛ سیم. گمان: ظن.

مخنث: مردی که حالات و اطوار زنان را از خود بروز بدهد؛ زن مانند. ابریق: نوعی ظرف سفالی یا بلوری لوله دار و دارای دسته که در آن آب یا شراب می ریختند.

خرقه: جبه ای که از دست پیر می پوشیده اند و گاهی از تکه های گوناگون دوخته می شد.

مستفید: استفاده کننده؛ فایده گیرنده؛ بهره مند



ضرب المثل های فارسی

- ۱- صبر، کلید کارهاست.
- ۲- ماست را کیسه کردن: گول زدن.
- ۳- لبش بوی شیر می دهد: بی تجربگی فرد.
- ۴- پولش از پارو بالا می ره: ثروت زیادی دارد.
- ۵- رو که نیست سنگ پای قزوینه: پررو بودن.
- ۶- نور علا نور بودن: کار خیلی خوب بودن.
- ۷- دروغی مصلحت آمیز به که داشتی فتنه انگیز.
- ۸- ریگ تو کفششه: منظور داشتن نقشه ی بدی در فکر.
- ۹- هر پستی، بلندی دارد: بعد از هر سختی آسانی هست.
- ۱۰- ریش در دست دیگران داشتن. اختیار در دست خود نداشتن.
- ۱۱- تا تور گرم است نان را بچسبان: کاملا از فرصت استفاده کردن.
- ۱۲- چشمش آلبالو گیلان می چینه: چیزی را به طور درست نمی بیند.
- ۱۳- ترسم نرسی به کعبه ای اعرابی که این ره که تو می روی به ترکستان است.
- ۱۴- نان خود خوردن و نشستن به که کمر زرین بستن و به خدمت ایستادن: قناعت.
- ۱۵- ضرب، ضرب اول: در مبارزه آن کسی برنده است که ضربه اول را زده باشد.
- ۱۶- حسنی به مکتب نمی رفت وقتی می رفت جمعه می رفت: کار را بی موقع انجام دادن.
- ۱۷- ز تعارف کم کن و بر مبلغ افزا: هنگامی گفته می شود که تعارف بی فایده و باعث رنجش دیگران می شود.
- ۱۸- خر بیار و باقالی بار کن: در موردی گفته می شود که آشوب و معرکه بر سر موضوعی باشد.
- ۱۹- چرا عاقل کند کاری که باز آرد پشیمانی: عاقل کاری را که پشیمانی به بار می آورد نمی کند.



کمی بخندیم



- رفتن آپاندیسمو عمل کنم، ترسیده بودم اولین بارم بود میرم اتاق عمل، دکتر قبل از بیهوشی اومد بالا سرم آروم گفت: مهران درسته این اولین عملته ولی ترس انشالله با موفقیت تمام میشه، گفتم ببخشید د کتر من مهران نیستم، گفت نه با خودم بودم
- تونوایی از جمعیت داره منفجر میشه یه یارو اومده میگه اینا همه توی صف هستن گفتم نه پس اینا اومدن شاطرو تشویق کنن!
- سر کلاس به بچه ها گفتم انشا بنویسید با این موضوع. اگر مدیرعامل بودید چه می کردید؟ همه تند و تند و با هیجان شروع کردند به نوشتن، به جز یک نفر که نشسته و داره از پنجره بیرون رو تماشا می کنه. ازش پرسیدم: چرا تو هیچی نمی نویسی؟ گفت: منتظرم تا منشی بیاد تایپ کنه یعنی قوه تخیلش هلاکم کرد!!!!
- تونوونوایی یه کارتن کوچیک گذاشته بود روش نوشته بود عیدی یادت نره هیچی دیگه نمم از توش ده تومن عیدی برداشتم برا خودم. دمش گرم به یادمون بود.
- آقاهه زنگ زده بانک میگه اگه من وام. ماشین رو ندم بانک ماشین رو از من میگیره؟؟؟ بانک: بله آقا حتما این کار رو خواهیم کرد. آقاهه: در مورد وام ازدواج هم همین شرایط رو دارین؟؟
- بابام برام یکدونه ماسک خریده پنج هزار تومن، بعد هر بار میخوام برم بیرون میگه الان زن، بذار واسه مواقع مهم... فکر کنم منظورش از مواقع مهم موقعیه که من کرونا گرفتم و نباید بهش انتقال بدم.
- سالاد الویه از افتادگی و خاکی بودنشه که خودشو جزو سالادا حساب میکنه! و گرنه ده هیچ از آبگوشت جلونه!
- چند وقت پیش شماره مخاطب خاصمو دادم به دوستم که امتحانش کنه! انشالله هفته بعد عروسیشونه؛ به پای هم پیر شن...
- هیچ کادوی زشت و به درد نخوری دور انداخته نمیشود! فقط از خانه ای به خانه دیگر و از شخصی به شخص دیگر منتقل میشود!

چیستان



- ۱- بچه ی شیر و پلنگ چی میشه؟
- ۲- وقتی سر پرگار گیج بره چی میکشه؟
- ۳- آن چیست که سه چشم و یک پا دارد؟
- ۴- آن چیست پا دارد، اما نمی تواند راه برود؟
- ۵- اولین بزی که دیابت داشت چه نام داشت؟
- ۶- آن چیست که روز و شب دست به کمر ایستاده؟
- ۷- آن چیست که در پای کوه نشسته و عمامه ای بر سر دارد؟

پاسخ چیستان

۱- شیر و پلنگ ۲- گیج ۳- چشم ۴- پا ۵- بزی ۶- کمر ۷- کوه

ترفندهای خانه داری



- برای حفظ سفیدی برنج، هنگام پخت چند قطره آب لیمو به آب برنج اضافه کنید.
- افزودن یک قاشق مریاخوری سرکه به روغن هنگام سرخ کردن پیراشکی و نان، مانع جذب روغن می شود
- اگر می خواهید پوست گردوی سبز را از آن جدا کنید و دستتان سیاه نشود، پوست گردو را داخل ظرف پر از آب بکنید..
- برای جلوگیری از حمله حشرات، به ظرف حبوبات چند دانه میخک اضافه کنید.

- شستن درها و پنجره ها را قبل از مرتب کردن خانه انجام دهید. این کارها انرژی زیادی می خواهد و بهتر است اول کار انجام شوند که هنوز خیلی خسته نشده اید. اول خاک و دود پنجره ها را بگیرید بعد با دستمال و مواد شوینده مناسب آنها را تمیز کنید.
- برای تمیز کردن شیشه از ابرهای اسفنجی استفاده کنید. به جای این که با اسپری مایع را روی شیشه بپاشید، اسفنج را داخل مایع بکنید و روی شیشه بکشید. مایع را به مدت ۵ دقیقه روی شیشه بگذارید و بعد با دستمال تمیز کنید. نکته دیگر این که شیشه ها را در روزهای آفتابی و در مقابل نور مستقیم آفتاب تمیز نکنید چون نور خورشید باعث بخار کردن و خشک شدن سریع ماده شوینده می شود. برای خشک کردن پنجره ها از دستمال کاغذی استفاده کنید.
- برای تمیز کردن سرویس بهداشتی؛ سرامیک و... توسط شوینده های قوی، حتما به توضیحات درج شده روی محصول قبل از مصرف توجه کنید و برای جلوگیری از استنشاق مواد شوینده از ماسک یا پارچه ای که روی دهان و بینی را بگیرد استفاده کنید. اگر آلرژی دارید، از ماسک های فیلتر دار استفاده کنید و بعد از یک ساعت حتما ماسک تان را عوض کنید.
- از مواد شوینده قوی مانند جوهر نمک و وایتکس، در مکان هایی که هواکش مناسب ندارند یا هوا در آنها جریان ندارد، استفاده نکنید. این کار باعث التهاب و سوزش در برونش ها، تنگی برونش، خس خس و تنگی تنفس می شود. اگر هنگام استفاده از مواد شوینده دچار سرفه و تنگی نفس شدید، به پزشک مراجعه کنید.
- برای تمیز کردن لوازم چوبی از به کار بردن موادی که دارای آمونیاک، سیلیکون یا الکل هستند خودداری کنید. بهترین راه برای تمیز کردن لوازم چوبی استفاده از روغن زیتون یا به کار بردن تمیز کننده های مخصوص چوب است. همچنین می توانید از مخلوط ترابنتین، روغن بزرک و سرکه برای تمیز کردن سطوح لوازم چوبی مثلثان استفاده کنید.

دوره‌می موسسه امید

یکی از خدمات موسسه امید برگزاری دوره های آموزشی، گروه های حمایتی، سمینارهای مهارت آموزی، ارزیابی های جامع در خصوص سالمندان بررسی مشکلات زندگی میانسالان، ارجاع آنها به منابع و خدمات قابل دسترس و حمایت های لازم جهت این گروه می باشد.

هدف از برگزاری این برنامه شروع و پیش بینی مشکلات بهداشتی رفتاری گروه سالمند، فراهم آوردن حمایت های اجتماعی و روانشناختی لازم و ایجاد و ترویج راهکارهای سالم زندگی فعال و مثبت نگر در دوران سالمندی می باشد که به بهبود عملکرد در تعاملات اجتماعی، حفظ و ارتقاء بهداشت روانشناختی و کیفیت زندگی آنها منجر می گردد.

در همین راستا بعد از گذشت یک سال از پاندمی با توجه به واکسینه شدن تمام اعضای شرکت کننده و همچنین حفظ پروتکل های بهداشتی اولین دوره‌می موسسه امید برای گروه سالمندان در پارک لاگونا نیگل برگزار شد.



و به تبلیغ یک برند آبیومو و عطری به نام خودش می پردازد و این اقدام آقای بازیگر با واکنش های متعدد روبرو شده است. وی در تبلیغ عطر نوید نوشت: بماند به یادگار از من به تو....

مسعود فراستی منتقد سینما و تلویزیون در برنامه هفت به صورت غیرمستقیم به فعالیت های تبلیغاتی نوید محمدزاده اشاره کرد و از این موضوع انتقاد کرد. بیلوردی های تبلیغاتی این بازیگر که در سطح شهر پخش شده است خیلی بد است و از حالت دوربین و جای بازیگر و پوستر تبلیغاتی او انتقاد کرد و به موضوع اشاره کرد که من از این بازیگر تعریف کرده بودم و آینده درخشانی در انتظار او بود اما ممکن است با این کار تعریفم را پس بگیرم. وی در خصوص حضورش در دنیای تبلیغات به فعالیت های تبلیغاتی سلبریتی هایی مانند رابرت دنیرو، مسی و رونالدو اشاره کرد و از این موضوع که چرا تبلیغات چهره های خارجی مورد استقبال ایرانی قرار میگیرد اما حضور هنرمندان ایرانی در این عرصه مورد انتقاد واقع میشود گله کرد.

حمید گودرزی در برنامه دورهمی مهران مدیری نوید محمدزاده را مورد نقد قرار داد وی گفت در گذشته فیلم ها مردم را شاد می کرد، اما این روزها فیلم های غیر واقعی و سیاه نمایی و خیانت را مبینیم و سینما زن ها و مردها را نسبت به هم بدبین می کند. با یک زیر پیراهنی در هشت فیلم بازی می کنند، تعداد زیادی از این بازیگران چرک هستند و نمی شود به آن ها نگاه کرد، آن ها پلشت هستند. چون دو تا داد بیشتر می زنه و رگ گردنش بیشتر می زنه بیرون، با زیرپوش و رگ بیرون زده ی گردن سیمرغ بلورین می گیرند چند روز بعد از این اتفاق یغما گلرویی ترانه سرای شناخته شده کشورمان در پستی شدیداً از گودرزی بابت حرفهایش انتقاد کرد.

سلیقه شخصی نوید در انتخاب لباس به هیچ وجه سنتی نیست و همیشه شاهد هنجارشکنی در پوشش او هستیم مهمترین ویژگی استایل محمدزاده همین هنجارشکنی است اغلب پوشش های روزانه او اسپرت و طبق معمول بارنگ های تند همراه است. با توجه به انتخاب لباس های او متوجه علاقه شخصی اش به طیف رنگ های گرم مثل زرشکی و کفش های اسپرت قرمز می شویم. نوید محمدزاده هم یکی از چهره هایی است که به تازگی وارد عرصه تبلیغات شده است



نوید محمدزاده

نوید محمدزاده متولد ۱۷ فروردین ۱۳۶۵ در ایلام بازیگر سینما و تئاتر است از همسر نوید محمدزاده اطلاعی در دست نیست و به احتمال زیاد او مجرد است. او فارغ التحصیل فوق دیپلم رشته عمران است محمد زاده این روزها بازیگری توانا، خاص و صاحب سبک است. وی یکی از پرافتخارترین بازیگران سینمای کشور ایران محسوب می شود. دو بار پیاپی موفق به دریافت سیمرغ بلورین بهترین بازیگر نقش مکمل مرد جشنواره فیلم فجر و هم چنین تندیس بهترین بازیگر مرد جشن حافظ گردیده است هم چنین برای بازی در فیلم بدون تاریخ بدون امضاء موفق به دریافت جایزه بهترین بازیگر مرد بخش افق های جشنواره ونیز شد.

khondaniha
 Daily Vision Inc: صاحب امتیاز:
 سردبیر: مشتاق فروهر پاک
 تحریریه: تکم مرادی مهنه
 مهدی علیزاده فخرآباد
 هادی علیزاده فخرآباد
 طراحی و گرافیک: آناهیتا مجلسی
 26701 Quail Creek, Suite 252, Laguna Hills, CA 92656
 وبسایت: www.khondaniha.com ایمیل: khondaniha@khondaniha.com

Free Online Meditation

Guide to Life, Love & Relationships

کلاسهای مدیتیشن با فرشته کلباسی

Fereshteh Kallbassi has trained from a young age in Rumi and Sufi mystical tradition as well as related fields such as Jungian psychology and meditation.

مطالعات علمی که از سال ۱۹۶۰ تا به حال صورت گرفته است نشان می دهد که مدیتیشن (فقط نیم ساعت) متابولیسم و سوخت و ساز بدن را تحت تاثیر قرار می دهد و در نتیجه فشار خون کاهش یافته و امواج مغزی آلفا افزایش می یابد و اینها موجب کاهش اضطراب و استرس گشته و در نتیجه:

- باعث کاهش افکار منفی می گردد،
- عزت نفس را افزایش داده و کمرویی و خجالت را کاهش می دهد،
- سردردهای میگرنی و عصبی را کاهش می دهد،
- در راستای هدف کاهش وزن کمک می کند،
- سیستم ایمنی بدن را تقویت کرده و از میزان ابتلا به بیماری ها کاسته و به بهبود بیماری ها کمک می کند،
- امیدوارم با مطالعه این مطالب مختصر به فواید مدیتیشن پی برده باشید و شکی در شروع تمرینات نداشته باشید.

**Now on Zoom every Tuesday night
from 7:30 for 45 min**

To get a link to join, please call :
(714) 225 - 5241



مطمئنی که گفت گربه ما؟ اسمش را نگفت؟ فکر می کنی از خودم در آورده ام؟ اصلا گفت همین الان بهشان زنگ بزن خودم بهشان بگویم.
نه! اما اسمش را نمی دانست؟ نمی دانست اسمش فردریکو فرانچسکو است؟ یا نگفت فقط از گربه های سیاه و سفید می گیری؟ چرا با سگه مشکل نداری؟ اون چون خوشگل و اصیل است بیماری منتقل نمی کند؟
نه فقط گفت گربه. اصلا گربه ها بیماری هایی منتقل می کنند که سگها منتقل نمی کنند. اصلا گربه کثیف است.
این زبان بسته که دائم دارد خودش را لیس می زند. آن سگه است که تمام حیاط را با دستشویش به گند کشیده.
چون سگه را دوست داری می گویی او بیماری منتقل می کند و چون گربه را دوست نداری می گویی از او مریض شده ای؟ اصلا دخترچه ات را بده بینم. بده بینم!
و بله مشخص شد داروها همه داروهای سرما خوردگی هستند و سرکار خانم هم سرما خورده بوده اند. اما در ماشین به ایشان وحی شده است که این بهترین راه خلاص شدن از دست گربه است و از خودشان تفکر در کرده اند.
و همین شد که این گربه هنوز روی توالت داخل حیاط است و دارد میومی می کند. زن داداش هم با غیظ خاصی لباسهایش را دیگر روی بند حیاط پهن نمی کند.
چون گربه فهمیده و تا لباسی روی بند پهن می شود آن را میندازد پایین و رویش تا صبح می خوابد. ما هم دیگر ککش ندادیم. چون نخواستیم یک روز اشتباه در باز بماند و گربه مان بی خانمان شود..

چی بود؟ زن داداش هم نه گذاشت و نه برداشت و جواب داد: از گربه شما! دهان ما باز ماند و صدای میوی گربه از روی توالت داخل حیاط آمد و فرشته نگهبان گربه ها دو دستی محکم زد توی سرش!
زن داداش چشمی نازک کرد و ادامه داد: بله! دکتر گفت بخاطر گربه طبقه بالایی است و من از او عفونت گرفته ام.
من دیگر طاقت نیاوردم و پرسیدم: آخه دکتر از کجا می دانست ما گربه داریم؟
زن داداش که در طی مسیر نقشه را چیده بود مثل قطار دهانش را باز کرد و جواب داد: گفت عفونت از یک بیماری عجیب است. حتما خانه شما کثیف است. بعد من بهش گفتم ما همسایه بالایی مان گربه دارد. دیگر دکتر همانجا فهمید. گفت این عفونت بخاطر این است که گربه میاید داخل خانه شما و روی مبل شما می نشیند. آن هم با آن دست و پای کثیف و چقدر هم که دست و پایش کثیف است. به موی گربه هم حساسیت دارم. دیشب هم که خواب بودم دوباره از پنجره آمده تو و رفته توی آشپزخانه. اصلا این گربه باعث مریضی است. خودم داخل اینترنت خواندم که تمام مریضی ها از این "موجود" به آدم منتقل می شود. من دیگر نتوانستم طاقت بیاورم و گفتم: آخر پس چرا ما مریض نشدیم؟ این که همش توی خانه ماست؟!
انگار برق سه فاز بهش وصل کرده باشند چون فکر اینجایش را دیگر نکرده بود جواب داد "چه میدانم؟! شاید و بروسش فقط به من منتقل می شود."

عفونت گربه ای

زن داداش وسواس دارد و کمی هم سنتی است. دلش می خواهد خانه اش همیشه تمیز باشد و خیلی هم بشور بساب دارد. از طرفی گربه ما



مهدی عزیززاده فخرآبادی هم عاشق بازیگوشی است و تا چشمش را دور می بیند می پرد داخل خانه او و همه چیز را به هم می ریزد. حالا خودتان تصور کنید که چه اوضاعی درست می شود. یک گربه بازیگوش و یک زن وسواسی. دیگر غرغرها و شکایات زن داداش را خودتان تجسم کنید..

چند روز پیش زن داداش مریض شد و رفت دکتر و گویا در همان زمان، ارشمیدس به او الهام کرد که چکار کند و لامپ روی پیشانیاش روشن شد.
ما همه نگران بودیم که نکند کرونا باشد. همه ناراحت و داخل خانه ماسک زده بودیم. این را هم بگویم که اینها طبقه پایین می نشینند و ما طبقه بالا و خانه هم ویلایی است و آقای گربه هم از این طبقه به آن طبقه و یا داخل حیاط برای خودش عالمی دارد. زن داداش تشریف آوردند و شروع کردند به سرفه و در همان ابتدا خودشان را تبرئه کردند که: خدا را شکر کرونا نیست! خاتم برسیدند: پس این حال بدی که داشتی و آب ریزش بینی و سرفه ها از

2960 Harbor Blvd, #3 & 4

Costa Mesa, CA 92626

(949) 707 - 7777

www.ezinsurance123.com

ragahi@ezinsurance123.com



- اتومبیل
- مسکونه
- مشاغل
- سلامتیه
- عمر
- Uber & Lyft
- Auto
- Home
- Business
- Health
- Life



Reza Agahi

Principal Agent

Ez Insurance Services, Inc

CA DOI License # OE86532

**مشاور رایگان شما
در کلیه امور بیمه ها**

چاپارخانه میبد مولود کیاز راستی

تصور کنید دلتنگ عزیزانتان شده اید و می‌خواهید به رسم قدیم، چند خطی نامه بنویسید: «باری... اگر از احوال اینجانب پرسید... ملالی نیست جز دوری شما...».

و یا عمه خانم قرار است برایتان قدری سبزی خشک اعلاء و از نوع ایرانیش بفرستد. نامه را می‌نویسد... و عمه سبزی‌ها را می‌خشکاند و هر دو به مقصد یکدیگر به پستخانه می‌روید.

پیش از این، ایرانیان برای رفع این نیاز چاره‌ای اندیشیده بودند؛ یکی از این ابداعات چاپارخانه‌ها و منسوب به کوروش بزرگ می‌باشند. چاپارخانه یا لُپست‌خانه زمان هخامنشیان، ساختمان‌های مهمی بودند که در میان راه‌ها ساخته می‌شدند تا اسب‌ها و سوارکاران تازه نفس را، با خسته شدگان از طی مسیر، تعویض نمایند.

چاپارخانه میبد، از جمله چاپارخانه‌های به جای مانده در مسیر کرمان-ری می‌باشد. بر بالای در ورودی چاپارخانه میبد، اتاق نگهبانی قرار دارد که مرد سنگی از بالای آن به اطراف چشم دوخته است. وارد که می‌شوید وسط حیاط کوچک کاهگلی، مجسمه اسب است و درشکه و یک آتشدان برای گرم کردن، که به آن کلک می‌گفتند.

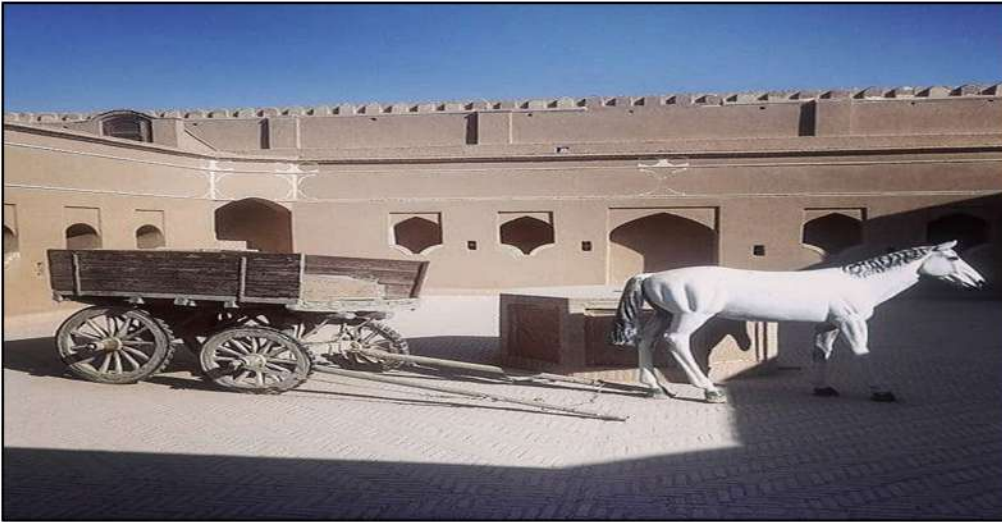
حجره‌های اینجا به نام اصطبل شناخته می‌شوند؛ در اصطبل زمستانی محل‌هایی برای بستن اسب‌ها و انبار علوفه قرار دارد، ولی اکنون تبدیل شده است به: موزه اسناد و لوازم اداره پست.

در اتاقی دیگر... و اینبار مرد سنگی مشغول ساختن آلات و یراق اسب‌هاست، و مجسمه اسبی که سر در آخورش فرو برده است. بر روی دیوار تصاویری از چاپارخانه و اداره پست زمان قاجار نصب می‌باشد، و صندوق سبزرنگی که مزین به گل‌های قرمز زیباست و جهت نگهداری مسکوکات، اسکناس، اوراق

بهادار و بیمه‌های پستی بوده است. جناب آقای «علی قلی خان مخبرالدوله» اولین وزیر پست هم هست!! آیا می‌داند چه بلایی بر سر وزارتخانه اش آمده؟ و آیا می‌داند جای اسب‌های تندرو زمان وزارتش را، موش‌های زبل و بازیگوش هزاره یخی گرفته‌اند؟!

و اما این روزها... سبزی خشک‌های عمه خانم را نه تنها شما، که مردم سراسر جهان می‌شناسند. و این روزها.. هر گاه دلتنگ عزیزانتان شدید، به جای نوشتن ملالی نیست جز دوری شما، تنها کافی است انگشت اشاره‌تان، صفحه‌گوشی را لمس کند، در چشمانشان خیره شوید و عاشقانه بگویید:

سلام!!





نارگیل

نارگیل خواص زیادی برای بدن دارد. این میوه خوشمزه باعث تنظیم قند خون می شود، سرشار از پتاسیم و آنتی اکسیدان است و به هضم غذا کمک می کند. علاوه بر این التهاب بدن را نیز کاهش می دهد. نارگیل حاوی میزان زیادی فیبر است بنابراین برای پیشگیری از یبوست فوق العاده است. این میوه همچنین به مهار اشتها و برطرف کردن گرسنگی کمک می کند. نارگیل خشک شده نیز منبع ویتامین B5 است. زمانی که این ویتامین جذب بدن می شود روی سیستم عصبی و غدد فوق کلیوی تأثیر می گذارد. ویتامین B5 نقش موثری در کنترل آدرنالین و انسولین دارد. نارگیل منبع مواد مغذی است. آهن این ماده غذایی از نوع گیاهی است. گفتنی است که شیر نارگیل نیز منبع خوب منگنز، فسفر و مس و منیزیم است منیزیم نقش موثری در بهبود عملکردهای بدن دارد. این ماده برای بهبود عملکرد قلب، کنترل فشارخون و سوخت و ساز چربی ها کمک می کند. شیر نارگیل نیز منبع فولات، زینک و ویتامین B3 است.

بزئید تا خوش طعم تر شود. کف ظرفی که مناسب فرست گوچه فرنگی ها را حلقه ای برش میزنیم و روی آن را با پیازهایی که برای مزه دار کردن گوشت استفاده کرده بودیم می پوشانیم و کباب دنده را روی آن میچینیم و در فری که از قبل با حرارت ۲۵۰ درجه سانتی گراد گرم کرده بودیم به مدت ۲ الی ۲ ساعت و نیم قرار میدهیم تا دنده ها کاملا پخته شوند.

دنده کباب را چجوری درست کنیم؟ بعد از اینکه نصف این زمان گذشت دنده ها را از فر خارج میکنیم و آنها را برمیگردانیم تا طرف دیگر آن هم پخته شود و دوباره داخل فر میگذاریم. بخاطر وجود گوچه فرنگی و پیاز داخل ظرف، گوشت دنده خیلی لطیف و نرم پخته شد. این غذای خوشمزه را میتوانید در کنار ماست و سبزیجات و با نان یا برنج نوش جان کنید.

نکات تکمیلی در مورد کباب دنده: کباب دنده جزو انواع کباب می باشد و زمان آماده سازی مواد اولیه و مایحتاج آن حدودا ۱۵ دقیقه و زمان پخت و انتظار آن در حدود ۱۰ دقیقه میباشد. کباب دنده را می توانید در وعده نهار - شام - سرو کنید. توجه نمایید مقدار مواد اولیه و دستور تهیه برای ۴ نفر مناسب میباشد.



کباب دنده

مواد لازم برای درست کردن دنده کباب:
گوشت دنده گوسفندی ۸۰۰ گرم، پیاز ریز خرد شده ۲ عدد بزرگ، لیمو ترش ۲ عدد، روغن زیتون ۳ قاشق غذا خوری، نمک، فلفل سیاه، پودر آویشن به میزان لازم، گوچه فرنگی ۲ عدد

اصول پخت دنده کباب در فر: گوشت دنده را به قطعه های منظم برش میدهیم و با پیاز خرد شده و آب لیموی تازه گرفته شده و مقدار خیلی کمی نمک به همراه فلفل سیاه، آویشن و روغن زیتون مخلوط میکنیم و تا گوشت مزه دار شود. روی گوشت را با سلفون می پوشانیم و در داخل یخچال به مدت ۵ ساعت قرار میدهیم.

طرز تهیه کباب دنده با ترفند های خوشمزه: هنگام پختن دنده ها میتوانید به آن کمی دیگر نمک

15 Years of Social Worker Experience

- سیتی زن شیب (Citizenship)
- بیمه های دولتی (Medicare - Medical)
- حقوق بازنشستگی (SSI - SSA)
- حقوق بیکاری (Unemployment)
- حقوق برای کسانی که تابعیت آمریکار اندارند (Capi)
- حقوق پرستاری (IHSS)
- حقوق و مزایای از کار افتادگی (Disability)



Tel: (949) 615 - 2891
(818) 425 - 2181

Email: Bahara_Fattahi@yahoo.com

دفتر خدمات اجتماعی
با مدیریت

Bahar Social Services

خواب دریای آبی خوشحال. در خوابم، ساحل پر از گوش ماهی است. گوش ماهی را به گوشت بچسبانی، صدای کسی را که دلتنگش هستی می شنوی. در گوش راستم زنی می گوید حالا بهار که هوا خوب شد می ریم شیراز. در گوش چپم پدرم آرام می گوید درست میشه ترس.

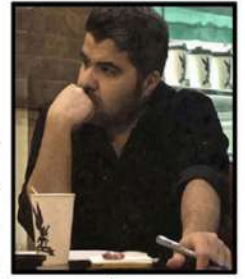
لبخند می زنم، و می دانم به زودی زیر برفهایی که روی موهایم نشسته اند، دفن می شوم ...



همانگ می کنم که بیاید دفترخبریه و سهم مواد غذاییشان را بگیرد. جانش را ندارم که دوباره با ژاله گپ بزنم، از بس که مظلوم است وقتی می پرسد دریا آبی؟ آبی چه جوری؟ آبی خوشحال یا آبی غصه دار؟

اول خیابان بهار، در پارک کوچک خلوت روی نیمکتی می نشینم. بی هوا یاد حرف نیلوفر می افتم که وقتی گفتم دیگر هیچ چیز چندان خوشحال یا ناراحتم نمی کند، گفت تو زود پیر شده ای. یادم باشد به او بگویم پیر نشده ام، کنار آمده ام. مثل پاروی پیری در ساحلی متروک و بی قایق، که بداند دیگر سفری و ماجرای در کار نیست. به خانه برمی گردم، و همان طور که به صدای سمج عشقبازی پسرهمسایه با مهمانش گوش می دهم، به آقا علی عباس فکر می کنم، و به این که اگر امشب به خوابم آمد خواهش کنم مرابه کودکیم برگرداند، یا به آخرین جشن تولد بابا قبل از این که بمیرد، یا به ثانیه ای که پسرم به دنیا آمد، یا به روزی که برای اولین بار طوری بوسیده شدم که انگار واقعا بوسیدنی باشم. دلم تند تپیدن قلبم را می خواهد... دم صبح چشمهایم را می بندم، و وانمود می کنم خوابیده ام، و وانمود می کنم دارم خواب می بینم، خواب دریا. خواب دریای نوشهر.

آقا علی عباس



غروب است که پیاده از طالقانی می اندازم توی خیابان بهار می رسم جلوی در خانه ژاله. زنگ زنده در را باز حمید سلیمی می کند، می دانم از ساعتی قبل تر پشت پنجره چشم به راهم بوده. در درگاه خانه اش می ایستم، دختر خواهرش ندا پارچه را از دستم می گیرد و به او می دهد، ژاله بلند می پرسد: چه رنگیه؟ می خندم و می گویم: داد نزن بابا وحشی. زرده دیگه. زرد خوشحال که دستور دادی. ژاله نابیناست، مادرزاد. در پنجاه و دوسالگی هنوز امیدواراست که یک روز آقا علی عباس به خوابش می آید و صبح که بیدار می شود چشمهایش خوب شده اند. آقا علی عباس ظاهرا امامزاده ای است دور از تهران. وقت خداحافظی ژاله نصیحتم می کند که زن بگیرم و غصه نخورم و اینقدر تندتند پیرنشوم و بداخلاق نباشم و هزار دستور دیگر. بعد وقت رفتن، ژاله می پرسد بیرون بهار شده؟ جواب سرسری ای می دهم و از خانه اش بیرون می زنم و تلفنی با خواهرزاده ژاله



تست شنوایی رایگان

برای خرید سمعک ۵٪ تخفیف ویژه



آیا صدای تلویزیون خود را بالا می برید؟
آیا از دیگران می خواهید که حرف هایشان را تکرار کنند؟
ما با استفاده از آخرین مدلهای سمعک شنوایی شما را تضمین می کنیم

قبول اکثر بیمه های درمانی

Medi-Cal, CalOptima, Blue Shield, P.P.O

مشاوره رایگان برای تشخیص مناسب ترین نوع سمعک

مراکز شنوایی در سه نقطه اورنج کانتی با بیش از ۱۵ سال سابقه

1635 E. Lincoln Ave., Orange, CA 92865

(714) 282 - 9911

22622 Lambert St., Suite #301B Lake Forest, CA 92630

(949) 768 - 4327

18672 Florida St., Suite #202A, Huntington Beach, CA 92648

(714) 375 - 7776

www.1StChoiceHearing.net

www.LifeHearingInc.com

All services are under supervision of our **Medical Director** and **Director of Nursing**.



Greater Southern California

سرویس دهمی در اورنج کانتی، لس آنجلس، سندیکو، ریورساید و تمامی شهرهای جنوب کالیفرنیا و حومه



Home Healthcare (Medical) Services

Skilled Nursing (RN, LVN, CNA, HHA)

Medical Social Services

Registered Dietitian

Rehab Services (Physical Therapy, Speech Therapy, Occupational Therapy)

Pharmacy Services



با معرفی دوستان، آشنایان و اطرافیان تا **\$500** هدیه بگیرید!



Homecare (Non-Medical) Services

Companionship

Meal prep & feeding

Transferring & mobility

Incontinent care & bathing

Custodial care

Personal attendance

Light housekeeping

Errands & appointments

Especially custodial care for Alzheimer's, Dementia & Parkinson's patients



تا ۵ ساعت خدمات رایگان در شروع سرویس دهمی برای اطمینان و رضایت شما از سرویس و کارکنان



All Payments Accepted

Credit Card, Check, Long-Term Care, Veteran Benefits, Medicare, Medicaid, and other Insurances



مشاوره رایگان حضوری و تلفنی (949) 666 - 2233



ردان مدیکال با سالها تجربه و تخصص در تجهیزات و خدمات پزشکی، مفتخر است تا سرویس های مراقبتی، سلامتی و درمانی خود را در تمامی جنوب کالیفرنیا به شما ارائه دهد. خدمات ما شامل کمک رسانی در امور داخل و خارج منزل، بهداشت شخصی، همراهی بیمار و همچنین تمامی خدمات پزشکی و پرستاری، توانبخشی، غذایی و دارویی در منزل شما می باشد.

CUSTOM LIGHTING, CUSTOM FURNITURE, UNIQUE ACCESSORIES, FINE ARTS

بازیابی نور
و زیبایی محیط



خانه شیک

Chic Home



ChicHomeOC.com | 949-379-0090

Visit Our Showroom at: 23742 Ridge Route Dr., Laguna Hills, CA 92653

Pars Pharmacy

Now in Irvine



با مدیریت دکتر آرشی اکمل



با انتقال بیش از ۵ نسخه

هدیه ای به مبلغ ۷۵ دلار

دریافت خواهید کرد

Not valid for prescriptions paid in whole or in part by government or private programs that restrict participation in such incentive plans (e. g. Medicaid, Medicare, Tricare). Offer restrictions and exclusions apply. See pharmacy for details. Limit one for households.

در شهر ارواح

تقاطع خیابان
کالور و برانکا پارک وی

داروخانه پارس

Tel: (949) 716 - 2300 Fax : (949) 716 - 2301

4050 Barranca Pkwy Suite 150 Irvine, CA 92604

At the intersection of Culver & Barranca in
the same shopping center as Mini's Cafe
& Islands Restaurant

mail@ParsRX.com
www.parsrx.com

Culver@Barranca Parkway

اکثر بیمه ها پذیرفته می شود از قبیل:

CALOPTIMA, ONE CARE, MEDI-CAL, MEDICARE, MSI,
WORKERS COMPENSATION AND MANY MORE

We beat Costco and all Chain Pharmacies Price



خدمات رایگان ارسال پستی دارو و تحویل در منزل شما در سراسر اورنج کانتی