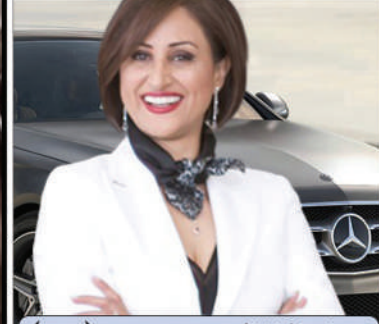
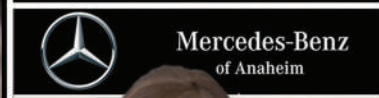




بفواب دفتره  
 بفواب  
 که شب تمام می‌شود  
 سیاهی می‌رود  
 و سمر می‌آید  
 پدرت می‌آید پیش تو  
 سرت را می‌گذارد  
 روی زانویش  
 شانه می‌کشد  
 به موهایت  
 بوسه می‌زند بر گونه‌ات  
 زمستان می‌رود  
 بهار می‌رسد  
 ابرهای سیاه می‌روند  
 آفتاب درفشان می‌تابد  
 و همه‌جا  
 پر از شادی می‌شود.  
 بفواب دفتره...



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



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



دکتر مژگان کمالی - وکیل رسمی  
 • مهاجرت • تصادفات • ترافیک  
 • وصیت نامه • ترافت (855)658-2545

**در این شماره مجله خواندنی ها می خوانیم:**

- زندگی نامه شخصیت ها
- رویدادهای تاریخی
- پندهای شاهنامه
- داستان های کوتاه
- عاشقانه ها
- اشعار شاعران معاصر
- یادداشت های فلسفی
- خاطرات
- معرفی فیلم های برتر جهان
- حکایتی از گلستان سعدی
- هنر خوش نویسی
- ضرب المثل های فارسی
- ترفندهای خانه داری
- جدول کلمات و سودوکو
- طرز تهیه غذاهای ایرانی
- چیستان



دکتر جعفر شجره و همکاران  
 تلفن: (949)333-2224 صفحه ۳۱



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



At Kanani Advisory Group, we believe everyone should be able to live the retirement they've always wanted. Our team of professionals can help you create a well-thought-out strategy, using a variety of investments and insurance products and services to help you address your financial needs and concerns.

دیوید کنعانی، مشاور سرمایه گذاری گروه کنعانی ما در گروه مشاوران مالی کنعانی بر این باوریم که هر کسی باید همانطور که دوست دارد، بازنشسته شود. تیم ما قادر است به شما کمک کند تا برنامه ریزی صحیح مالی برای همه دوران مختلف زندگی خود، به ویژه دوران بازنشستگی داشته باشید.

برنامه ریزی مالی ما در یک استراتژی سه مرحله‌ای صورت می‌گیرد:

مرحله اول: بررسی اوراق مالیاتی شما  
مرحله دوم: بررسی منابع مالی و درآمدی شما  
مرحله سوم: آنالیز دقیق ریسک پذیری شما و سرمایه گذاری براساس آن

Securities offered through Madison Avenue. Securities, LLC(MAS), member FINRA/SIPC. Investment advisory services offered through Kanani Advisory Group, a Registered Investment Advisor. MAS and Kanani Advisory Group are not affiliated companies.

CA License #0B34918 #0L51510



*Kanani*

ADVISORY GROUP

Wealth Management

**WE OFFER SERVICES IN THESE THREE AREAS:**

**GROW:** Prepare for retirement by putting your hard-earned assets to work.

**PRESERVE:** Protect the assets that can help you live the retirement you've always imagined.

**GIVE:** Provide for the people and causes you care about the most.



Phone: (877) 829 - 9227  
Fax: (949) 502 - 7006

[www.KananiAdvisoryGroup.com](http://www.KananiAdvisoryGroup.com)  
[dkanani@KananiAdvisoryGroup.com](mailto:dkanani@KananiAdvisoryGroup.com)

16510 Bake Parkway Suite 100  
Irvine, CA 92618



**ABBASSI LAW FIRM**

## دکتر ایوان خیابانی - عباسی

وکیل رسمی دادگاه های  
کالیفرنیا و فدرال

**Dr. Evane  
Khyabani Abbassi**

**BS, JD, LLM**

Attorney & Counselor at Law



### شما او را می شناسید و به او اطمینان دارید...

- Family Law, Divorce and Child Custody and Support
- Immigration Law, Visa, Detention, Deportation
- Estate Planning
- Probate & Trust

- دعاوی خانوادگی - طلاق، فرزندان
- امور مهاجرت - پناهندگی - و اخراجی
- امور انحصار وراثت
- وصیت نامه و تراست و دعاوی مربوطه

**(818) 227-5139**

[www.abbasilawfirm.com](http://www.abbasilawfirm.com)

Trillium Towers: 6320 Canoga Ave, Suite 1525, Woodland Hills, CA 91367

در این شماره می خوانیم:

- صفحه
- ۴ سخن سردبیر
  - ۵ در تاریخ
  - ۵ در باره دلکش، خواننده محبوب ایرانی
  - ۶ مصلحت - تکتم مرادی مهنه
  - ۸ پنجاهایی از شاهنامه فردوسی - دکتر علی بهرامسری
  - ۱۰ بختیاری
  - انتخاب من - حمید سلیمی
  - ۱ درگوشی های خاله زنگی، خانوم ها و آقایون - تکتم مرادی مهنه، مهدی علیزاده فخرآباد
  - ۱ پارسی بنویسیم، پارسی بگویم
  - ۱۴ ایمان سرباز - شعری از احسان صانعی کاشانی
  - ۱۵ معرفی باغ موزه - امین بابادی عکاشه
  - ۱۶ صد فیلم برتر سینما از نگاه هالیوودی ها
  - ۱ دلنوشته ها - یادداشت های فلسفی حمید الهی
  - ۲ سلام پسر - مهدی علیزاده فخر آباد
  - ۲ ضرب المثل های فارسی
  - ۲۹ حکایت هایی از گلستان سعدی
  - ۳ چیستان و ترفندهای خانه داری
  - ۳۲ حکومت نظامی - حسین فرزین
  - ۳ خوشنویسی نستعلیق - طوبی برزگر

سخن سردبیر - ساده و صادقانه حرف های خود را بزنید

تا حالا فکر کردید چرا با دیگران حرف می زنیم . روشن است که با حرف زدن، می خواهیم ارتباط برقرار کنیم ، اطلاعات بگیریم و کارهایمان را انجام دهیم. لازمه زندگی اجتماعی برقراری ارتباط است که جز با حرف زدن و برقراری ارتباط کلامی ، امکانپذیر نیست.

چگونه حرف بزنیم تا بیشترین تاثیر را در شنونده بگذاریم ؟ مهمترین مسئله در حرف زدن این است که شفاف و بدون ابهام صحبت کنیم یعنی رک و صریح اللهجه باشیم . هنگام صحبت کردن از موارد زیر

پرهیز کنیم : زیر لب سخن گفتن ، که مسلما دیگران نه صدای ما را می شنوند و نه حرفهایمان را می فهمند . من من کردن، با این کار اعتماد دیگران را از دست می دهیم. آنها پیش خودشان می گویند ، خودش هم نمی داند چه می گوید و چه می خواهد. اگر بیش از حد آرام و آهسته صحبت کنیم ، باز هم دیگران صدای ما را ندارند و حرفهای ما را نمی فهمند.

استفاده از کلمات قلمبه و سلمبه، دیگران درباره ما فکر می کنند که فقط میخوایم اظهار فضل و خودنمایی کنیم. همچنین استفاده از واژه های خاص یک گروه ، باعث می شود دیگران ما را منتسب به گروه خاص کنند مثلا اگر در صحبت های خود بیش از حد واژه های سیاسی به کار ببریم در واقع مرزی میان خود و شنونده ایجاد می کنیم .

از به کار بردن جملات ناقص و نیمه تمام خودداری کنیم . حرفمان را کامل بزنیم . از عباراتی مثل " می دونی که چی می خوام بگم" یا " متوجه منظورم که هستی " استفاده نکنیم . برای اینکه حرفهای ما بیشترین اثر خود را در شنونده بگذارد باید : واضح ، شفاف ، خوشایند و ساده باشد. رعایت این چهار فاکتور الزامی است البته اگر می خواهیم مردم ما را و حرفهای ما را فراموش نکنند و تحت تاثیر ما قرار بگیرند. حتما با کسانی که آهسته ، خجالتی و من من کنان حرف می زنند برخورد داشته اید. شما آنها را افرادی فاقد اعتماد بنفس و یا بیمار می نامید ، در نتیجه این افراد را به سرعت فراموش می کنید .

کلام آخر اینکه ساده و صادق حرف بزنیم و فقط آنچه را می خواهیم بگویم و نه بیشتر.



دکتر مشتاق فروهر

Coast New Horizon, Inc.

RCFELic #306004128

استخدام Care Giver

نگهداری از عزیزان سالمند شما



Mali Fouri  
Administrator

Assisted Living  
Care Home

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

- 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



Cell: (949) 735 - 6058

Fax: (714) 668 - 1002 CoastNewHorizon@gmail.com

آژانس مسافرتی

PASSPORT 2 TRAVEL

We are the official agent for  
Emirates, Qatar, Turkish Airlines, Lufthansa  
and many more.

Special Fares to Tehran, Shiraz, Isfahan,  
Mashad and Europe.

CALL FOR MORE DETAILS

مرجان پیروان

Tel: 714-743-4471 For Text or WhatsApp

Tel: 949-251-8900 & 949-733-3336

Email: APassport2Travel@gmail.com

## در تاریخ:



دلکش با نام اصلی «عصمت باقریور پنبه‌فروش» در ۷ اسفند ۱۳۰۳ در بابل محله چاله زمین زاده شد. به دلکش لقب‌هایی مانند زن حنجره طلائی، بانوی آواز ایران یا آتش کاروان هنر می‌دهند. وی چند ترانه سرایی نیز انجام داده که در این کار تخلص نیلوفر را به خود داده است. از جمله ترانه‌هایی که او خود نوشته و خوانده، ترانه «ساز شکسته» است. او از همان دوران کودکی استعداد خود را در خوانندگی نشان داد. عصمت دوران کودکی را بدون آن که به مدرسه برود در بابل ماند. هنگامی که دوازده ساله شد، پدرش درگذشت. مادرش تصمیم گرفت تا او را به نزد یکی از دخترانش که در تهران بفرستد تا بتواند در تهران سواد بیاموزد. عصمت در ۱۷ سالگی به پنجم دبستان رسید. آقای «ظهرالدینی» که ویولنیست هم بود از قشنگی و رسایی صدای عصمت تمجید کرد سپس عصمت را نزد روح‌الله خالقی برد و او پس از شنیدن صدای عصمت، وی را نام‌نویسی کرد. این استاد عبدالعلی وزیر بود که پسرعموی علینقی وزیر می‌شد. عصمت بسیار زود گوشه‌های درآمد، زابل، مویه و مخالف دستگاه سه‌گانه را آموخت. آموزش آواز عصمت دو تا سه سال به درازا کشید و وی دستگاه‌های گوناگون را آموخت. اولین اجرای دلکش در رادیو در سال ۱۳۲۳ بود و از همان دفعه‌ی اول که صدایش از فرستنده «بی سیم پهلوی» در چهارراه سیدخندان تهران پخش شد، توجه همگان به سوی خودش جلب کرد. در زمان فعالیت دلکش، آهنگسازی که با او همکاری کند وجود نداشت به همین خاطر نمی‌توانست تصنیف بخواند، ولی او پس از خواندن هر آواز در رادیو؛ آوازهای محلی مانند «ربابه‌جان»، «مریم‌جان»، «زهرجان»، «امیری»، «رعناجان» و... با استقبال شدید مخاطبان روبرو شد به گونه‌ای که هر یکشنبه که او در رادیو اجرا داشت، مردم بسیاری روبروی ساختمان رادیو جمع می‌شدند تا او را از نزدیک ببینند. روح‌الله خالقی در هنگام آغاز فعالیت هنری و جدی نام هنری «دلکش» را برای وی برگزید. دلکش نام گوشه‌ای از دستگاه ماهور است. دلکش تنها خواننده با صدای چپ‌کوک زنانه‌ای بود که در خوانندگی «راست‌کوک» هم تبحر کافی را داشت. صدای دلکش از قدرت و گستردگی بالایی برخوردار بود و طبق گفته‌ی استادان موسیقی آوای او یک «صدای سینه‌ای» بود. بهترین صدای دلکش در محدوده‌ی آلتو بود، ولی او در محدوده‌های صوتی تنور، سوپرانو و متزو سوپرانو نیز مهارت کافی داشت. دلکش از سلفر چیزی نمی‌دانست. اسماعیل کوشان در شرکت «پارس‌فیلم» متوجه پتانسیل بالای او برای ورود به سینما شد. نخستین فیلم دلکش در شرکت «پارس‌فیلم»، شرمسار بود که فیلم‌نامه‌اش را علی‌کسمایی نوشته بود. دلکش دو بار ازدواج کرد. بار نخست با شاپور یاسمی و بار دوم با داریوش فروزنمایه. وی از این وصلت اخیر صاحب فرزند پسری شد به نام «سهیل». دلکش طی شصت سال زندگی خود بیشتر از ۲۰۰ ترانه و تصنیف و آواز خوانده است. در ۱۱ شهریور ۱۳۸۳ در بیمارستان ایران مهر تهران درگذشت و در امامزاده طاهر کرج به خاک سپرده شد.

● بیست و سوم اکتبر سال ۱۹۶۶ نخستین فرستنده تلویزیون دولتی به نام شبکه ملی (عنوانی در برابر تلویزیون غیردولتی آن زمان که از ۱۳۳۷ فعالیت می‌کرد) آغاز بکار کرد و موفق شد بینندگان بسیاری را به خود جلب کند و همین امر کمک به تصویب قانون یکی شدن رادیو - تلویزیونهای ایران کرد که اجرای آن در سال ۱۹۷۱ تکمیل و صدا و سیما با خیرگزاری مستقل خود به وجود آمد و در محل فعلی - جام جم - مستقر شد.

● در دوم آبان سال ۱۳۱۳ نخستین پرواز مسافری ایران به خارج از کشور با خلبانان ایرانی، در مسیر تهران به آنکارا آغاز شد. سرنشینان این پرواز جمعی از کارکنان نیروی هوایی بودند.

● در دوم آبانماه سال ۱۳۱۳ نخستین پرواز مسافری ایران به خارج از کشور با خلبانان ایرانی، در مسیر تهران - آنکارا آغاز شد. سرنشینان این پرواز جمعی از کارکنان نیروی هوایی بودند.

● در ۲۵ اکتبر سال ۴۹۹ پیش از میلاد در شهر شوش، میان دولت ایران و رئیس هیات اعزامی اتحادیه یونانیان معاهده ای امضاء شد که به موجب آن این اتحادیه حاکمیت ایران بر قبرس را به رسمیت شناخت و قول به انحلال اتحادیه «دلوس» داد و در عوض دولت ایران پذیرفت که به شهرهای یونانی زبان آسیای صغیر (شهرهای ساحلی غربی ترکیه امروز، و در آن زمان معروف به ایونی) استقلال داخلی بدهد به این شرط که مالیات مقرر را بپردازند و در صورت نیاز برای ایران کشتی بسازند و برحسب جمعیت خود سرباز بدهند. مورخان اروپایی این عهدنامه را به نام رئیس هیات نمایندگی یونانیان «عهدنامه کالیاس» نامگذاری کرده اند.

● ۳۱ اکتبر سال ۶۴۱ میلادی شهر اصفهان به تصرف سپاه اعراب مسلمان در آمد. این سپاه قبلاً در نهاوند لشکریان یزدگرد سوم، شاه وقت را شکست و او را به شمال شرقی ایران عقب رانده بود. در جنگ اصفهان (سپاهان)، پادگان این شهر به فرماندهی «استندر» که موفق به دریافت کمک و نیروی تقویتی از یزدگرد نشده بود شکست خورد.

● در پی یک رشته تظاهرات در تهران و شهرهای دیگر که چهار روز طول کشیده بود و تظاهرکنندگان خلع قاجاریه را سلطنت را درخواست کرده بودند، نهم آبان ۱۳۰۴ (در آن سال مصادف با ۳۱ اکتبر ۱۹۲۵ میلادی)، مجلس شورای ملی طرح نمایندگیان را مبنی بر خلع قاجاریه تصویب کرد که متن طرح با جمله «به منظور تامین سعادت ملت ایران ...» آغاز شده بود.

● در سوم نوامبر سال ۱۹۳۲ ایران به نظام «متریک» پیوست. از این روز جای «مئثال»، «سیر»، «من» و «خروار» را گرم، کیلو گرم و تن، و جای «گزر» و «فرسنگ» را متر و کیلومتر قرار داده شد.

● ۱۲۱۹ - شکست و عقب نشینی روس‌ها در نبرد ایران. دولت روس که از زمان پتر کبیر در صدد اتصال به دریای آزاد از طریق جنوب بود، با هر بهانه‌ای متصرفات خود را افزایش می‌داد. در سال ۱۲۱۸ ق مردم قره باغ و گنجه شورش کردند که با عکس العمل خشن دولت روس سرکوب شدند. مردم آن نواحی به ایران متوسل شدند و این امر باعث آغاز جنگ اول ایران و روسیه گردید.

## مهر، ماه مدرسه رفتن، ماه دوستی است

امروز ۳۱ شهریور است، ولی یک پنجشنبه عادی نیست. امروز یک پنجشنبه فوق‌العاده مهم در ایران و جهان است. روز «بازگشایی مدارس» و حضور در کلاس و ساعت‌های خوش همراهی با کتاب و کاغذ و مداد و معلم و همشاگردی است.

بین مدرسه و صلح و آزادی و وطن، ارتباط عمیقی وجود دارد.

بیابید اول از همه «صلح» را معنی کنیم. صلح یعنی این که جنگ نباشد، یعنی آرامش باشد، امنیت باشد، بهداشت باشد، همه به آب و هوا و غذا و طبیعت سالم دسترسی داشته باشند، همه بتوانند سواد بیاموزند و بخوانند و بنویسند، کتاب باشد، قصه باشد، شعر باشد، آواز و ترانه باشد، بازی و سفر باشد، همه بتوانند بر اساس علاقه و استعدادی که دارند دنبال چیزی بروند که دلشان می‌خواهد، کاری انجام دهند و پولی دربیابند و ...

همه ما از مدرسه، خواندن و نوشتن را می‌آموزیم. اولین دیکته‌ها و مشق‌ها را می‌نویسیم. با معلم و همشاگردی‌مان، از روی کتاب‌ها می‌خوانیم و تمرینات ریاضی و علوم و اجتماعی را انجام می‌دهیم. پشت میز و نیمکت مدرسه است که یاد می‌گیریم علم به چه درد می‌خورد؟ قانون درست چه قانونی است؟ حق یعنی چه؟ چطور باید از سؤال پرسیدن ترسید و تا رسیدن به پاسخ درست، تلاش کرد. برای رسیدن به جواب مسأله‌ها، چه راه‌هایی وجود دارد و بپذیریم که همه از یک فرمول استفاده نمی‌کنند. جغرافیا و تاریخ می‌خوانیم تا بدانیم کجا هستیم و زندگی ما با زندگی مردمان جهان، چه تفاوت‌هایی دارد. در کلاس‌های انشا درباره روایا و آرزوهایمان حرف می‌زنیم و در هر امتحان و مسابقه، شکست و پیروزی را تجربه می‌کنیم. ساعت‌های تفریح، وقتی لقمه چاشت خودمان را با دیگری تقسیم می‌کنیم می‌فهمیم مهربانی با دیگران چه حال خوبی دارد. ما در مدرسه، کنار هم بودن و با هم بزرگ شدن را یاد می‌گیریم.

پس اگر بگویم «مدرسه» یعنی «صلح»؛ می‌پذیرید؟ اگر بگویم هر جا «مدرسه» نباشد، «نادانی» و «غرور» و «جنگ» و «خشونت» زیاد می‌شود؛ می‌پذیرید؟ اگر بگویم صلح وقتی برقرار است که همه بتوانند به مدرسه بروند و معنای عدالت و احترام به دیگران را بیاموزند؛ می‌پذیرید؟

اگر از شما بخواهم دعا کنید همه کودکان دنیا مدرسه و کلاس درس داشته باشند؛ این کار را همین الان انجام می‌دهید؟

کاش می‌توانستم صدای پاسخ‌های شما را بشنوم. کاش می‌توانستم خوشحالی شما را موقع مدرسه رفتن ببینم.

کاش همه دختران و پسران، قصه‌های مدرسه‌شان را با رنگی‌ترین نقاشی‌ها گوشه دفتر خاطراتشان بنویسند تا وقتی بزرگ شدند، هر پاییز از یادآوری سال‌های خوب مدرسه، چنان به شوق بیایند که دلشان بخواهد مثل یک دانش‌آموز، مسیر مدرسه تا خانه را بدون و سوت بزنند و هر چند قدم یک بار، لی کنند و از روی همه جوه‌های آب ببرند و برای همه پرنده‌ها دست تکان بدهند.

وجیهه تیموری

زمین تا آسمان فرق دارد. در دنیای من یک آدم بی سواد به دلیل رابطه فامیلی با صاحب شرکت می‌شود رئیس اداره و هیچ سواد ندارد. در دنیای من، من قسط و قرض دارم و سر برج که می‌شود باید قبض ها را پرداخت کنم. در دنیای من، همسری هست که من را دوست دارد و باید با هم برای خانه خرج کنیم. در دنیای من، من دلم می‌خواهد بی پول نباشم، دستم را جلوی کسی دراز نکنم، هرچه می‌خواهم بتوانم بخرم. دلم می‌خواهد پولهای من تا آخر برج دوام بیاورد، در آسایش باشم و شاید برای پدر و مادرم هدیه بخرم. دنیای من دنیای واقعی است و در این دنیا به خاطر بعضی مصلحتها باید بعضی بی عدالتی ها را دوام بیاورم. گاهی باید بیشتر کار کنم و گاهی مجبورم پا روی دلم بگذارم و صورتم را با سیلی سرخ کنم. گاهی باید لبخند بزنم در حالی که دلم خون است و سختی بکشم تا یک انسان قوی دیده بشوم. هرچند خودم از درون می‌شکنم و این شیشه مدت‌هاست که خیلی ترک خورده است. اما باز هم طاقت می‌آورد و به امید فرداهای بهتر است که دم نمیزند و از خداوند می‌خواهد هیچوقت او را تنها نگذارد.

دنیای من دنیای واقعی است. نه دنیایی که داخل کتابها نوشته شده است و یا در یک فیلم سینمایی می‌بینید. دنیایی است که هر روز هر کدام از ما ممکن است تجربه کنیم. به همان تلخی و به امید شیرینی در آینده..... سخت و طولانی!

عیدیه مالی باشد و تنها به خودش فکر کند یعنی مثلا یک دانشجو می‌تواند به این دلیل که استادش به او زور می‌گوید ترک تحصیل کند و یا یک کارمند می‌تواند به راحتی یکی بزند زیر گوشه رئیسش و بیخیال شغلش بشود که چی بعد حتما برود سر یک شغل دیگر و باز با یک انسان دیگر که او هم عقاید و علایق خودش را دارد درگیر بشود. و این در حالتی است که حق واقعا با شما هم باشد. یعنی بدانید که کار درستی انجام می‌دهید و واقعا حرف حق می‌زنید. چقدر دردناک است که مطابق با فکر و اندیشه خودتان رفتار نکنید. این باید این را هم بگویم که منظورم کارهای کوچک است. مثلا اگر خود من در دوران نازی بودم و زیر سلطه هیتلر این را می‌دانم که حاضر نمی‌شدم به عضویت ارتش آلمان در بیایم. اما خود من این را باز میدانم که اگر مدیر اداره ما گاهی زورگویی کند حتما آن را تا جای ممکن زیر سیلی رد خواهم کرد. شاید چون اینجا جان کسی در میان نیست و تنها چند ساعت اضافه کار رایگان یا ناراحتی بیشتر در میان است. منظورم این است که فکر میکنم تمامی ما گاهی حاضریم فداکاری هایی بکنیم و بعضی وقتها به دلایلی خون جگر بخوریم و زبان باز نکنیم. باور کنید خود من خیلی دلم می‌خواهد مثل کارمند فیلم Need For Speed یکبار وسط اداره لباسهایم را در بیاورم و لخت بشوم و بروم به دنبال ماشین سواری خودم. اما حیف که آن فیلم بود و در واقعیت دنیا با رویاهای من از

## مصلحت



تکم مرادی مینه

وای که چقدر از دستمال کشی در اداره بدم می‌آید و از بد روزگار همیشه هم گیر آدم هایی می‌فتم که آدم را ناچار می‌کنند طوری رفتار کنیم که دوست ندارم. به هر حال پیدا کردن کار در ایران حالا هر تخصصی هم داشته باشی سخت است و بهتر است امن و حساب شده رفتار کنیم. باید همیشه سیاست داشته باشی و طوری حرف بزنی که حتی یک کلمه هم برخلاف میل بعضی انسان‌های ناشایست که در صدر قدرت اداره قرار گرفته اند از زبانت خارج نشود. این یعنی گاهی باید مطابق میل جناب آقای رئیس رفتار کنی و بعضی خرده فرمایشات را که خودت اصلا به آن اعتقادی نداری فقط چون فکر و عقیده یک نفر دیگر است رعایت کنی. این واقعا غم انگیز است. حتما خودتان خوب می‌دانید چه می‌گویم! برای هرکسی پیش آمده است که گاهی مجبور بشود علیرغم میل باطنی با مصلحتی رفتار کند. من و شما گاهی به انجام این کار رضایت نداریم اما منافعی داریم یا مشکلاتی برای ما پیش می‌آید که نمی‌توانیم مطابق میل و غرور خود رفتار کنیم. اکثرا هم از این نوع رفتار متنفر هستیم. اما واقعا چه کسی می‌تواند هر روز شغل عوض کند و یا دچار مشکلات



## مجری کلیه طرحها و تعمیرات ساختمانی

دوستان عزیز منطقه اورنج کانتی و حومه  
تبدیل کاربری ADU, Design, Addition  
Sunroom and All Renovations

آشپزخانه، حمام، بالکونی، انواع کفپوش ها،  
خدمات سریع در Plumbing, Electrical

WITH OVER 20 YEARS EXPERIENCE AND QUALITY

(949) 284-8874 درخشان (678) 232-6998



دفتر حقوقی

دکتر کورش جعفری

دکتر کیارش جعفری

و همکاران

وکلا 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 علایم تجاری

#### امور تصادفات:

- اتوموبیل و موتورسیکلت
- اوپر و لیفت

3525 Hyland Ave, Suite 270, Costa Mesa CA 92626

ChrisJafari@gmail.com

www.JafariLaw.net

اگر پادشا را بود پیشه داد  
بود بی گمان هر کس از داد شاد  
از امروز کاری به فردا ممان  
که داند که فردا چه گردد زمان

فردوسی ورجاوند می فرماید اگر فرمانروا  
داد و عدل را بگستراند، بی گمان همه از داد  
و عدل شادمان خواهند شد. کار امروز را به  
فردا مسپارید چون کسی نمی داند در آینده  
زمان چگونه خواهد شد.

سوی نیکی و نیک نامی گرای  
جزین نیست توشه به دیگر سرای  
چنین بود تا بود کار جهان  
گرافه نکردند نامش جهان

فردوسی بزرگ می فرماید به سوی نیکی  
کردن و بخشش که پیامد آن نیک نامی  
است گرایش پیدا کنید چون برای جهان  
دیگر توشه ای جز نیکی کردن نیست و تا  
جهان بوده و خواهد بود کار جهان چنین است  
و بیهوده نیست که نامش را جهان گذاشتند.



## پندهایی از شاهنامه فردوسی، فرزانه ایران زمین

دکتر علی بهرامسری بختیاری

ستون بزرگیت آهستگی  
همان بخشش و داد و شایستگی  
بدانید کنز کردگار جهان  
بدو نیک هرگز نماند نهان  
نیاکان ما تاجداران دهر  
که از دادشان آفرین بود بهر  
نجستند جز داد و بایستگی  
بزرگی و گردی و شایستگی

فردوسی فرزانه می فرماید آهستگی،  
بخشش، داد و شایستگی ستون های بزرگی  
هستند. بدانید که نیک و بد هرگز از پروردگار  
جهان نهان نمی ماند. نیاکان ما تاجداران  
زمانه بودند که دادگستری شان جای آفرین  
دارد. چون بجز داد، بایستگی، بزرگی، پهلوانی،  
و شایستگی چیزی نجستند.

چه گنت آن سخنگوی بافر و هوش  
چو خسرو شوی بندگی را بکوش  
به یزدان هر آن کس که شد ناسپاس  
به دلش اندر آید ز هر سو هراس

در هر جایگاهی که هستی سخن آن پیر فرزانه  
را آویزه گوش ات کن و همیشه به یاد آفریدگار  
باش چون هر کس به یزدان ناسپاسی کند به  
سوی بدی و نابودی خواهد رفت.

**khondaniha**  
Daily Vision Inc. صاحب امتیاز: سردبیر: مشتاق فروهر  
سردبیر: مشتاق فروهر  
تحریریه: تکتم مرادی مهنه  
مهدی علیزاده ه فخرآباد  
هادی علیزاده ه فخرآباد  
طراحی و گرافیک: آناهیتا مجلسی

**خوادنی‌ها**  
ماهنامه فارسی زبان جنوب کالیفرنیا  
[www.khondaniha.com](http://www.khondaniha.com)  
[khondaniha@khondaniha.com](mailto:khondaniha@khondaniha.com)

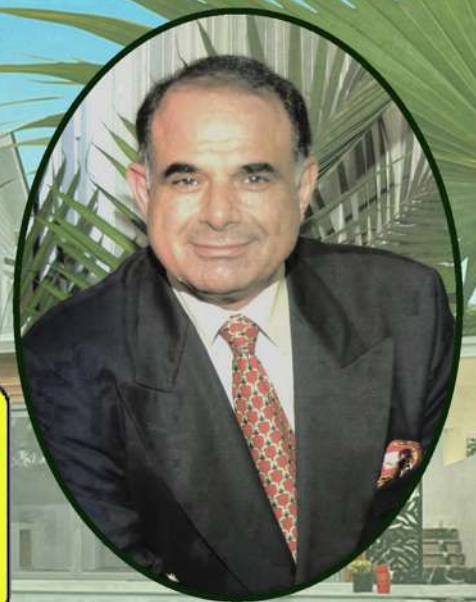
**(949) 923 - 0038**

# دکتر حسین تمدنی با ۵۵ سال تجربه در امریکا

(949) 852 - 1760

BRE#01173539

NMLS#322529



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

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





### سخنی با شما:

امروزه و با پیشرفت علم و تکنولوژی، بسیاری از دردهای استخوانی-عضلانی را میتوان بدون جراحی و با استفاده از ارتزها درمان کرد و یا بطور قابل توجهی کاهش داد.

### موضوع این شماره: آرتروز Arthritis

بسیاری از ما به دلیل درد مفاصل به پزشک مراجعه کرده و تشخیص پزشک، آرتروز بوده. آرتروز به دو دسته کلی تقسیم میشود: Rheumatoid arthritis و Osteoarthritis

Osteoarthritis که شایع تر می باشد به تغییر شکل مفصل و غضروف بین مفصلی گفته میشود. این تغییر شکل معمولاً باعث تحلیل رفتن و یا از بین رفتن غضروف بین مفصلی و مایع بین مفصلی بوده و غالباً با درد همراه است. شایعترین مفصل بدن که دچار آرتروز میشود، مفصل زانو می باشد. دیگر مفاصل شامل مچ پا، لگن، ستون مهره ای، شانه و مفاصل دست هم دچار آرتروز می شوند. مهمترین عواملی که باعث آرتروز می شوند عبارتند از: افزایش وزن، فشار بیش از حد بر روی مفصل (به طور مثال بلند کردن اجسام سنگین)، افزایش سن و آسیب به مفصل.

راه های بسیاری وجود دارند تا از ابتلا به Osteoarthritis در سنین جوانی پیشگیری کنیم. همچنین چنانچه دچار این بیماری شده اید، میتوانید از فیزیوتراپی، زانوبندهای مخصوص، تزریق داخل مفصل، و یا در موارد شدید تر، جراحی به عنوان درمان استفاده کنید. گاهی اوقات یک جفت کفی طبی میتواند از آرتروز زانو جلوگیری کند.

حتماً با پزشک متخصص خود در مورد راه های جلوگیری و یا درمان آرتروز مشورت کنید. از آنجایی که انواع مختلف زانوبند و کفی موجود است، استفاده از زانوبند ها و یا کفی های طبی حتماً میبایست با تایید پزشک متخصص و زیر نظر ارتزیست باشد: استفاده غلط از هر یک، میتواند مشکل شما را بیشتر کند.



داریا شاهرخی Darya Shahrokhi

CPO, FAAOP

دارای بورد ارتز و پروتز

ممتحن بورد ارتز و پروتز آمریکا



### خدماتی که میتوانید از ما دریافت کنید:

- کفی های مخصوص پای صاف
- پروتزهای دست و پا
- پروتزهای سینه بعد از عمل جراحی برداشتن سینه و یا برای بزرگ کردن سینه بدون جراحی
- کمربندهای پیش ساخته و یا Custom made
- بریس مخصوص اسکولیوز برای اطفال و بزرگسالان
- زانوبندهای پیش ساخته و یا Custom made
- بریس های مچ دست و یا مچ پا

We provide all orthotics and prosthetics services

اکثر بیمه های درمانی از جمله Medical و Medicare هزینه های ارتزها را پرداخت می کنند

از یاد برده ام مرا از یاد برده ای.



شاید نفسگیرترین زیبایی را زنان وقتی دارند که مردی را پناه می دهند در معبد تن خود. بعد از تنانگی، زمانی که مرد رها شده از همه دردها و رنج ها، کودکی سرخوش است و پنهان می شود در خاک مقدس تن زن.

در این حال، خوب که نگاه کنی، زنان خود اغلب غمگینند، یا ساکت، یا ساکت و غمگین. انگار که به نیکی دریافته اند سهمشان از این دنیا همین است، همین صخره شدن در مسیر تندباد. همین پناه بودن و نجات آدمیزاد گم شده در خود. زنان، چراغ های دریایی اقیانوس خلقتند، با نوری به بهای جان. نشانه های زیبایی بر مسیر زن اگر نبود، همین تن ساده زن، کتف برهنه زن اگر نبود، استخوان ترقوه و انحناهای نفسگیر زن اگر نبود، اعجاز بوسه اگر حذف می شد از دنیا، جهنمی که مقیمش هستیم از این هم که هست داغ تر می شد.

تنانگی را انگار مردها خوب درک نمی کنند، نه که نخواهند، مغز ساده مرد تحلیل پیچیدگی رابطه ای شورانگیز را بلد نیست. زن اما نه فقط با تن، که با همه جان خود پا به این وادی مقدس می گذارد، که او بی که بداند یا بخواهد پیامبری برگزیده است بر بلندای مناره های تن.

مرد ابر بود، در اسفند دلگیر. رسید به زن، خاک تن زن کویر بود. ابر دلش گرفت و بارید، باهار شد.....

میخواندم و چشمهایت که سنگین میشد، برای صدای نفسهایت می مردم. انتخاب با من نیست، اگر بود حالا عاشقم بودی و خورشید شخصی هر سحر من، نه ترسیده ای هراسان و گریخته از تماشای جنون های مستمر من. دوستم نداشته باش، اما لابلای خشم و تنفر فقط بدان انتخاب با من نبود و نیست. تنها سر من بین این ولوله پایین است. با من همه غمگینند، تا طالع من این است.....



بیدار که می شوم، چشمهایم را باز نمی کنم. همانطور که خوابیده ام، می غلتم به سمت تو، خودم را می چسبانم به تن داغت، کتف برهنه ات را می بوسم. تو خودت را می چسبانی به من و آغوشم را فتح میکنی. دستم حلقه می شود دور تن کوچک خواستنی تو. سرم را غرق می کنم لای موهایت که همیشه بوی بهار می دهند، به نیت تبرک و شفا. نفسهای تو را می نوشم، گرمای تنت را به تن می کنم تا روئین تن شوم. بعد، آرام زیر گوشت زمزمه می کنم بین دستهایم از تو دورند، بین پاهایم مرا به تو نمی رسانند، بین روی دست زمانه مانده ام.

جواب که نمی دهی، می فهمم روز تازه ای آغاز شده. چشمهایم را باز میکنم. هوا هنوز تاریک است، کنار پنجره می ایستم، و به روی خودم نمی آورم که چقدر نیستی. آفتاب به تدریج به آسمان می رسد، روز بر می آید، و من میان مردم گم می شوم و در تمام روز وانمود میکنم

## انتخاب من



حمید سلیمی

اگر به انتخاب من بود، گلی می شدم سرخ، نشسته برموهای دخترک بازیگوش ایل، در مسیر کوچ. سیاره ای می شدم

مسکون و خوش آب و هوا، که مامنی باشم برای رانندگان زمین، در آغوش خودم پناهشان بدهم. جنگلی می شدم سرسبز و بی درنده، امن و ساکت و مه آلود، خانه مادری عاشقان دنیا. راهی می شدم نزدیک و کوتاه، میان هر دو نفری که از هم دورند.

نگاه کن، انتخاب با من نیست. طالعهم همین است. گل اگر بودم، لابد گلایل سفید بی رنگ و بوی پژمرده ای بودم بر قبر تازه نوعروسی ناکام. سنگی بودم رهاشده در مدار زمین، که برای اید دور خودش می چرخد و تنهایی را مرور می کند. جنگلی سوخته بودم در عزای درختان، گریان از یادآوری صدای بچه گرگی که زنده زنده به آتش زد به نیت گریز.

انتخاب اگر با من بودم، لابد آدم دلخواهت می شدم. کاکتوس اما حق انتخاب ندارد، روزگارش همین است که از دور نگاهش کنی، و خواست باشد نیت نوازش نکنی، مبدا که تیغ های تنش زخمیت کند. دارم برای تو توضیح می دهم که بدانی انتخاب با من نیست، وگرنه الان لابد سر تو روی سینه من بود و داشتم برایت کتاب

## Aram Interior Design

Enhance the beauty of your home & your office.

اگر تناسب رنگها و هماهنگی مبلمان و وسایل یک منزل  
تحسین برانگیز است حتماً دست یک دکوراتور ماهر در کار بوده است

از تجربه سه ساله ما استفاده کنید  
و بر زیبایی خانه و محل کار خود بیفزائید

دوخت و نصب پرده های مدرن و کلاسیک

با طرحها و رنگهای زیبا، با پارچه های سیلک و غیر سیلک،

منگوله های تزئینی، میله پرده های شیک و مدرن،

کوسن های تزئینی در اسرع وقت با قیمت مناسب

Roller shades, Zebra shades, Silhouette (sheer shades),  
Shutter, Bamboo shades, Wood blinds, Faux wood.

Automatic cordless and Manual  
With installation

برآورد اولیه رایگان است  
(949)236-1877

تعویض روکش مبلمان پذیرفته می شود



دفتر حقوقی

دکتر یاسمین عظیمی

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال

## Immigration

## مهاجرت

### ● Green Card/Permanent Residency through:

Family, Extraordinary Ability, Employment, Investment, Asylum

### ● Visa through:

Fiancé, Work, U-Visa (victim of crime), Investment, Specialty Visas/ Extraordinary Ability

### ● Citizenship

### ● Deportation & Removal Proceedings

## Personal Injury

Auto accident, Uber/Lyft, Motorcycle accident, Common Carriers, Slip and Fall, Brain Injuries, Wrongful Death, Burn Injuries, Dog Bites

### ● کارت سبز از طریق:

فامیل، استعدادهای درخشان، اجازه کار، پناهندگی سیاسی و مذهبی، سرمایه گذاری

### ● ویزا از طریق:

نامزدی، کار، قربانی جنایت، سرمایه گذاری، ویزای تخصصی \ استعدادهای درخشان

### ● سیتیزن شپ

### ● دفاع در مورد اخراج از امریکا

## تصادفات و صدمات بدنی

اتوموبیل، موتور سیکلت، اوپر و لیفت، شرکت های حمل و نقل، زمین خوردگی، حمله حیوانات، صدمات مغزی، قتل غیر عمد، جراحات سوختگی

**FREE CONSULTATION**

**949.222.2272**

**info@azimilawfirm.com**

**1401 Dove Street, Suite 450 Newport Beach, CA 92660**

## در گوش‌های خاله زنگی از دید مرد و زن خانوم‌ها و آقایان خانومه میگه: (تکم مرادی مهنه)

این آقای شوهر از آن مرد هاست که فعال حقوق آقایان است و دایم دارد توی فضای مجازی از حقوق پایمال شده مرد‌ها می‌گوید. اینکه مهریه چه قانون مزخرفی است و اینکه مردها چقدر کار می‌کنند و زن‌ها چقدر در کشور ما راحت هستند. خود من هم البته اعتقاد دارم بعضی از حرف‌هایش درست است اما دیگر باور کنید شورش را در آورده. یعنی الان حالا ما که سربازی نمی‌رویم واقعا از مردها کمترین؟ یا اینکه هر کسی در خانه وظیفه خاص خودش را دارد یعنی اینکه آقایان بیشتر کار و فعالیت دارند و ما هیچ کاری انجام نمی‌دهیم؟ یعنی کار ما سبکتر است آن هم چون ابتدای ازدواج آقایان کار سخت‌تری دارند و چند سال اول خانم‌ها کمی راحت‌تر هستند؟ تقصیر این دوستانش هم هست. هرچه نویسنده میبینم به خاطر اخلاق خاصش از زنش طلاق گرفته و دارد مهریه می‌دهد و این آقای شوهر هم باورش شده که مردها بی‌تقصیر هستند. حالا نگو که خودش میدانند چه دوستانی دارد و هر کدام چه افکار عجیبی دارند. بعضی حتی رفتارهایی دارند که آدم شرمش می‌آید بنویسد و بعضی واقعا جای تعجب دارد که توانسته‌اند دختری را گول بزنند تا با آنها ازدواج کند. اما به جای اینکه بنشینند و فکر کنند که چقدر اشتباه می‌کنند که با آنها همراه شده است هی مقاله می‌نویسد و برضد ما خانم‌ها منتشر می‌کند و حتی چند کتاب بر علیه ما خانم‌ها نوشته.

همیشه به خودم می‌گویم الان خانم‌های دیگر در مورد من چه فکر می‌کنند؟ با خودشان نمی‌گویند این زنش چرا تکلیف این را روشن نمی‌کند و یک شب که خواب است سرش را نمی‌برد و روی سینه اش نمی‌گذارد؟ از همه بدتر هم فامیل خودم که همه این مطالب را می‌خوانند و البته که جناب آقا مثل گربه چکمه پوش یک ظاهر مظلوم به خودش می‌گیرد و همه را گول می‌زند تا باور کنند چه انسان منطقی و موجهی است اما من می‌دانم این موجود شیطانی چه مرد خبیث و خطرناکی است.....

### آقاهه میگه: (مهدی علیزاده فخرآباد)

در اینکه به ما آقایان در جامعه ظلم بیشتری می‌شود هیچ شکی نکنید. یعنی ما اصولا به هیچ عنوان نمی‌گوییم به خانمها ظلم نمی‌شود اما می‌گویم برخلاف تصور عامه به مردها ظلم بیشتری می‌شود. قانون نفقه، مهریه، خدمت سربازی، وظیفه معاش، قوانین خانواده به طور کامل، وظایف مرد در جامعه و هزاران قانون من‌درآوردی دیگر همه و همه یعنی این آقایان هستند که باید بار بیشتری بر دوش می‌کشند. کلا وظیفه گرداندن یک خانواده بر عهده مرد است. مرد است که از صبح تا شب کار میکند و سرکار خانوم تا لنگ ظهر خواب هستند. مرد است که در محیط کار هزار بار پایین و بالا می‌شود و خانوم در همان زمان دارند سریال نگاه می‌کنند. مرد است که باید به بازار برود و در این گرانی‌ها گوشت و مرغ بخرد و خانوم غرغر کنند که این چیست که خریدی؟ مرد است که باید هزینه ازدواج را فراهم کند و خانوم غرغر کنند که خواستگار

و تو عرضه نداری به خواستگاری من بیایی. مرد است که باید اجاره منزل بدهد. مرد است که باید ماشین بخرد. مرد است که باید هزینه حتی لوازم آرایش خانوم و تمام معاش خانه را تامین کند. مرد است که باید هزینه پزشکی بدهد. مرد است که باید یخچال را ببرد. مرد است که خسته و کوفته به منزل میرسد و تازه باید واشر شیر آب حمام را تعمیر کند. مرد است که نمی‌تواند اخبار و فوتبال نگاه کند چون سریال دارد. مرد است که باید پول تحصیل بچه‌ها را بدهد. مرد است که حتی پول بنزین ماشین زنش را می‌دهد. این مرد است که همه از او توقع دارند و هیچ کس از زنش توقع ندارد. مرد است که مهربان است و غرغر نمی‌کند و این زن است که همیشه توقع دارد و از نظر خانومها هیچ چیز کامل نیست. این مرد است که همیشه فکر میکند چیزی کم گذاشته و این زن است که همیشه فکر میکند خیلی دارد لطف می‌کند. آقایان فرشته‌های روی زمین هستند. مرد ایرانی یعنی یک گونه خاص و بزرگ از انسانیت که حتی با وجود مهربانی و سکوتش از او قدردانی هم نمی‌شود. یک گونه کمیاب که به دلیل شرایط زندگی این باور در مورد او است که وظیفه اش است. همه چیز وظیفه است و هیچ چیز وظیفه سرکار خانوم نیست. فقط باید از او انتظار داشت. کسی که روز زن باید طلا هدیه بدهد و روز مرد جوراب هدیه بگیرد. کسی که هیچ عیبی ندارد. به خدا هیچ عیبی ندارد و فقط دارد می‌جنگد اما حتی کسی درک نمی‌کند که او یک سرباز است. همه به او به چشم مرد باید اینطور باشه و آن طور باشه نگاه می‌کنند. اما هیچ کس نمی‌داند او چه درد می‌کشد و چه حالی دارد....



تست شنوایی رایگان

۵۰٪ تخفیف ویژه برای خرید سمعک



hearing systems

آیا صدای تلویزیون خود را بالا می‌برید؟

آیا از دیگران می‌خواهید که حرف‌هایشان را تکرار کنند؟

ما با استفاده از آخرین مدل‌های سمعک شنوایی شما را تضمین می‌کنیم

قبول اکثر بیمه‌های درمانی

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

United Healthcare, Epic Hearing Care Solutions,

مشاوره رایگان برای تشخیص مناسب‌ترین 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





DRE#0203 3878

**As your realtor, I will  
commit to finding a house  
for you to call a home**



# ماندانا سرکشیک امین، امین شما در املاک

**Call me for a complimentary  
market analysis.**

**949-424-6339**

**HomesbyMandana@gmail.com**

**HomesByMandana.com**



"EACH OFFICE INDEPENDENTLY  
OWNED AND OPERATED"

Buying?  
Selling?

**خرید و فروش  
املاک  
مسکونی و تجاری**

- RESIDENTIAL & COMMERCIAL REAL ESTATE, SERVING COASTAL CITIES, NORTHERN & SOUTHERN ORANGE COUNTY
- OVER 15 YEARS OF RELOCATION EXPERIENCE
- SHORT SALE EXPERT

## ایمان سرباز

از مجموعه "جای پای عشق"

گزیده ای از دیوان

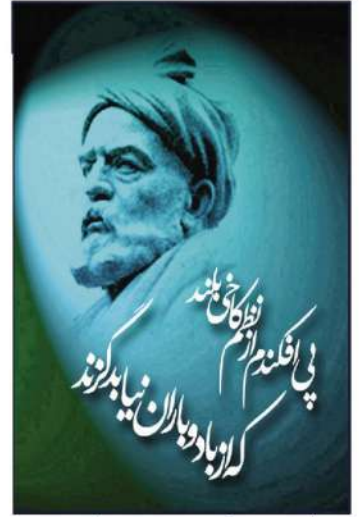
### احسان صانعی کاشانی



در دیار عاشقان بازار غم باز است و بس  
 سعی خوبان بر فروش عشوهِ و نازست و بس  
 مایه از جان بایدت در عرصه جولان عشق  
 گر تو را در سر هوای یار طنازست و بس  
 سالم از این ماجرا بیرون نمی آید کسی  
 رستن از این دام تنها کار اعجاز است و بس  
 گوش ها را می خراشد بانگ ناساز رقیب  
 چاره این نحس آوا نغمه سازست و بس  
 در چنین وضعی که غم می بارد از دیوار و در  
 انبساط آدمی در شعر و آوازست و بس  
 با، می و معشوق در شهر غزل گر بگذرد  
 زندگانی را همین شایان ابزار است و بس  
 در مصاف عشق باشد فتح با دلدادگان  
 سرنوشت جنگ در ایمان سربازست و بس  
 نیست احسان را به غیر از عاشقی اندیشه ای  
 کلک من با این مساعی نکته پرداز است و بس

## پارسی بنویسیم، پارسی بگویم

یقین = باور  
 در مقابل = در برابر  
 تقریبا = نزدیک، کم و بیش  
 حیرت آور = شگفت انگیز  
 دفن کردن = خاکسپاری  
 مشکل = سخت، دشوار  
 عکس العمل = واکنش  
 فوقانی = بالایی  
 متقاضی = درخواست کننده  
 تردد = آمد و شد  
 رعد = آذرخش  
 متخصصین = کارآزمودگان  
 قوز = گوژ  
 متزلزل = لرزان عدم موفقیت = ناکامی  
 دستور العمل = دستور کار  
 بدین طریق = بدین روش  
 تاثیر = کارایی  
 حسنه = نیک، نیکو  
 موجبات = زمینه ها  
 لاابالی = بی بندوبار  
 اشتباها = ندانسته  
 عالی رتبه = والا جایگاه  
 عالیجناب = بزرگوار، والا گهر  
 خانم = بانو  
 طلوع آفتاب = برآمدن آفتاب  
 تا حدی = تا اندازه ای



خجالت می کشم = شرم دارم  
 استقامت = پایداری  
 اتحاد = همبستگی  
 مضطرب = پریشان  
 انعکاس = بازتاب  
 شرح وقایع = نگار یا رویداد نامه  
 حنجره = خشکناهی  
 جلسه کارمندان = نشست کارمندان  
 تظاهر = خود نمایی  
 رعب = ترس  
 قضا و قدر = سرنوشت  
 معروفترین = نامی ترین  
 تحولات = دگرگونی ها

**What is Your Injury Worth?  
Call for Free Consultation**

## Injury & Accident Law Firm

### دکتر کاوه کشمیری وکیل تصادفات

**هزینه های وکالت را پس از موفقیت  
کیس خود، پرداخت کنید!**

**LAW OFFICE OF KAVEH KESHMIRI  
T: (949)514-8167**

F: (949)835-0581 WWW.KAVEHLAW.COM  
2102 Business Center Dr., Irvine, CA 92612



**فرا رسیدن جشن مهرگان  
خجسته باد**



و سومین بنای بزرگ تاریخی جهان هست. پاسارگاد: پایتخت هخامنشی در مرغاب فارس که ۱۵۸ هکتار وسعت دارد و آرامگاه کوروش بزرگ اینجاست. تخت جمشید شیراز: محل اداری و برگزاری جشن های هخامنشی که ساختش توسط داریوش از ۵۲۰ ق.م شروع و بعدا تکمیل شده. گنبد قابوس گلستان: مربوط به سده ۴ ه.ق و به شیوه رازی ساخته شده. تخت سلیمان آذربایجان غربی: حدود ۱۳ هکتار و مربوط به دوره ساسانی هست که اونجا مراسم مذهبی انجام میدادن. مجموعه میدان نقش جهان اصفهان: عالیقاپو، مسجد شاه، سر در بازار قیصریه و مسجد شیخ لطف الله از عناصر این مجموعه هستن. قره کیسا چالدران: اولین کلیسای مسیحیت و محل دفن تادئوس. کلیسای زور زور چالدران: توی سال ۱۳۶۷ با آبگیری سد بارون جابجا شد. بازار تبریز: بزرگترین ماکت و کاملترین بازار ایرانی و ۱ کیلومتر مربع مساحت دارد. سازه های آبی شوشتر: به عنوان نمادی از مهندسی ایرانیان باستان در زمان ساسانی همچنان پا بر جا هستن. مجموعه بیستون کرمانشاه: مجسمه معروف هرکول مربوط به دوره سلوکی اونجا قرار دارد. نقش برجسته و کتیبه داریوش در کرمانشاه: توی مسیر جاده شاهی قرار دارد و از با ارزش ترین اسناد تاریخی ایران به حساب میاد. مجموعه شیخ صفی الدین اردبیلی: دارای کاشیکاری ناب فیروزه ای ایرانی، قندیل خانه و تالار هشت گوش چینی خانه. زیگورات چغازنبیل شوش: در ۵ طبقه و ابعاد مربع ۱۰۰ در ۱۰۰ توسط اونتاش ناپیریشا، شاه ایلام در قرن ۱۳ ق.م ساخته شده و اولین اثر ایرانی هست که به ثبت جهانی رسیده.

کلیساهای ارامنه، کوه و کتیبه بیستون، مجموعه شیخ صفی الدین اردبیلی، بازار تبریز، آبشارهای شوشتر و گنبد قابوس میشن. تمامی این آثار در فهرست میراث جهانی ثبت شدن و هر کدام از ارزش مادی و معنوی زیادی برخوردارن و در سطح جهانی میتونن بهترین شناسه از تاریخ، هنر، معماری و فرهنگ اصیل ایرانی باشن. بیننده برای بازدید از ارگ بم شروع میکنه و همه آثار رو که از طریق راهروهای سنگفرش شده به هم متصل شده را به ترتیب بازدید می کنه و در نهایت به آخرین اثر می رسه که مجموعه جهانی آبشارهای شوشتر هست. کنار هر کدام از این آثار، تابلوهای راهنمایی وجود دارد که خلاصه ای از چیستی و کارکرد همون اثر رو به زبان فارسی و انگلیسی برا بازدید کننده توضیح داده و از این بابت دیگه احتیاج به راهنما نیست. توی ۷۵۰ متر مربع گالری باغ موزه مینیاتور، تعدادی تصاویری از آثار باستانی کشورمون هم به نمایش درآورده که در فهرست میراث جهانی ثبت شدن. اینجا به نمایشگاههای میراث فرهنگی، کتابخونه، فروشگاههای فرهنگی، چاپخونه و... اختصاص دارد از اونجایی که توی ساخت این ماکت ها ظرافت و دقت زیادی بکار رفته و مصالح بسیار نزدیک به نمونه واقعی هستن، نباید به این ماکتها دست زد و وارد حریمی که برای اونا مشخص شده شد تا همچنان شکل خودشون رو حفظ کنن. در ادامه میخوایم به توضیحات خیلی خلاصه درمورد آثاری که ماکت هاشون رو اینجا ساختن، بدیم تا بیشتر با این مجموعه دیدنی آشنا بشید. ارگ بم کرمان: اولین ماکت مورد بازدید که مربوط به قبل از زلزله هست. گنبد سلطانیه زنجان: در قرن ۸ ه.ق ساخته شده و بزرگترین گنبد آجری و

## معرفی باغ موزه مینیاتور تهران



امین بابادی عکاشه

میخوایم شما رو ببریم به جایی که بتونید بدون دردسر سیزده تا از شاخص ترین آثار تاریخی ایران رو یکجا بازدید کنید. باغ موزه مینیاتور تهران: تو خیابان جانبازان غربی، نبش بزرگراه امام علی چسبیده به بوستان تمدن. په فضایی به وسعت ۳ هکتار که توسط شهرداری تهران توی سال ۱۳۹۲ افتتاح شد و ساخت اون ۲ سال زمان برد ایده جالبی که توی این موزه پیاده شده، هدفش آشنایی با ۱۳ مکان تاریخی ایران هست. آثار این موزه که اتفاقا نخستین موزه مینیاتوری کشور هم به حساب میاد، توی مقیاس یک بیست و پنجم و به شکل و پلان واقعی خودشون ساخته شدن. وقتی وارد موزه می شین، ترکیب از معماری جدید و سبک باغ های سنتی ایرانیان باستان رو بخوبی حس می کنید که همین موضوع باعث جذابیت چند برابر این موزه شده. توی ساخت این باغ موزه از سبک کاشی کاری که زمان صفوی و قاجار مرسوم بوده استفاده شده تا رنگ و بوی معماری ایرانی به بازدید کننده منتقل بشه. ماکت های این موزه توی موقعیت جغرافیایی سازه های واقعی خودشون ساخته شدن و حتی اطراف ماکت ها، سعی شده عناصر طبیعی و واقعی به نمایش در بیاد. ماکت ها دارای جزئیات و دقت فراوانی هستن. این ماکت ها شامل: تخت جمشید، چغازنبیل، میدان نقش جهان، پاسارگاد، تخت سلیمان، گنبد سلطانیه، ارگ بم،

## 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

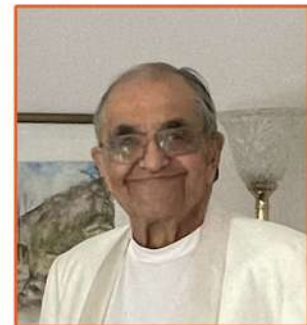
- Medicare Supplement Plans
- Medicare Advantage Plans
- Prescription Drug Plans
- Prescription Drug Assistance

Cell: (949) 502 - 1811

Email: ensifar@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
- اجرای امور ازدواج (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.translation@gmail.com

Website: www.PersianLegals.com

سال پیش رابطه‌اش با آنی هال تمام شده، در حالی که به نظر می‌رسید آن‌ها زوج مناسبی برای هم هستند. علی‌رغم این که آلی با هیچ‌کدام از زن‌های زندگی‌اش رابطه‌ی خوبی نداشته به نظر می‌رسید که رابطه‌اش با آنی خوب پیش می‌رود. این دو نفر با همدیگر شوخی می‌کردند و آدم‌های گذشته‌ی یکدیگر را دست می‌انداختند. آنی به آلی می‌گوید که دوستش دارد و آلی هم می‌گوید احساسش نسبت به آنی فراتر از عشق است. سرانجام آن‌ها تصمیم می‌گیرند اسباب‌کشی کرده و با هم زندگی کنند و تنش‌ها از همین لحظه آغاز می‌شود.

نمی‌کنی تا این که چیزها رو از نگاه اون ببینی. تا زمانی که زیر پوستش بری و به همراه اون قدم برداری. اقتباسی از رمانی به همین نام نوشته‌ی هارپر لی، که بیش از نیم قرن از ساخته شدن آن می‌گذرد و هنوز هم یکی از بهترین فیلم‌ها درباره‌ی نمایش ماجرای تبعیض نژادی و وضعیت روستاهای آمریکا در دوران رکود بزرگ است. داستان وکیلی که پدر دو بچه است و دفاع از یک مرد سیاهپوست را بر عهده می‌گیرد که به او اتهام قتل زده‌اند.



۱۵. بربادرفته Gone With the Wind

کارگردان: ویکتور فلمینگ، بازیگران: ویوین لی، کلارک گیبل، اولیویا دوهاویلاند، امتیاز متاکریتیک: ۹۷ از ۱۰۰، سال ساخت: ۱۹۳۹  
دیالوگ معروف: الان درباره‌ش فکر نمی‌کنم. اگه الان فکر کنم دیوونه می‌شم. فردا درباره‌ش فکر می‌کنم.  
این فیلم نزدیک به ۴ ساعت است و هنوز هم طولانی‌ترین فیلمی است که توانسته جایزه‌ی اسکار بهترین فیلم را از آن خودش کند. به علاوه حتی مک‌داننیل بازیگر نقش مامی اولین بازیگر آفریقایی-آمریکایی بود که توانست اسکار ببرد. جالب اینکه اولیویا دوهاویلاند، تنها بازیگر باقی مانده از این فیلم، اصلی‌ترین کسی بود که در فیلم مرد داستان یک دختر جنوبی جذاب و مغرور به نام اسکارلت است که عاشق اشلی ویلکز می‌شود. اما اشلی یا ملانی که از اقوامش است نامزد می‌کند و هم زمان جنگ داخلی آمریکا هم آغاز می‌شود.

۱۶. کشتن مرغ مقلد To Kill a Mockingbird

کارگردان: رابرت مولیگان، بازیگران: گریگوری پک، رابرت دووال، امتیاز متاکریتیک: ۸۸ از ۱۰۰، سال ساخت: ۱۹۶۲  
دیالوگ معروف: تو هیچ‌وقت کسی رو واقعا درک

۱۷. اینک آخرالزمان Apocalypse Now

کارگردان: فرانسیس فورد کوپولا، بازیگران: مارتین شین، مارلون براندو، رابرت دووال، امتیاز متاکریتیک: ۹۴ از ۱۰۰، سال ساخت: ۱۹۷۹  
هاروی کایتل سر این فیلم اخراج شد. براندو در شرایطی سر صحنه آمد که وزن اضافه کرده بود و آمادگی نداشت. شین دچار حمله‌ی قلبی شد و نزدیک بود بمیرد و طوفان‌ها خیلی از دکورها را خراب کردند. از چنین شرایط فاجعه‌باری فیلمی بهتر از این می‌شد ساخت؟ داستان یک افسر ارتش آمریکا در جنگ ویتنام که وظیفه پیدا می‌کند یک کتل ارتش را ترور کند که در ویتنام مانده و عقلش را از دست داده و خودش را در جایگاه خدا می‌بیند.

۱۷. آنی هال Annie Hall

کارگردان: وودی آلن، بازیگران: وودی آلن، دایان کیتون، امتیاز متاکریتیک: ۹۲ از ۱۰۰، سال ساخت: ۱۹۷۷  
دیالوگ معروف: به رابطه شبیه به کوسه است اگر همیشه حرکت نکنه، می‌میره و فکر می‌کنم رابطه‌ی ما مثل یه کوسه‌ی مرده است. آلی سینگر یک کم‌دین عصبی نیویورکی است که سعی دارد بفهمد چرا یک

۱۹. رفقای خوب Goodfellas

کارگردان: مارتین اسکورسیزی، بازیگران: رابرت دنیرو، جو پشی، ری لیوتا، امتیاز متاکریتیک: ۹۰ از ۱۰۰، سال ساخت: ۱۹۹۰  
دیالوگ معروف: از وقتی یادم میاد همیشه می‌خواستم یه گنگستر باشم. برای من حتی بهتر از رئیس جمهور ایالات متحده‌ی آمریکا شدن بود. گنگستر بودن به این معنا بود که صاحب جهان هستی. اولین فیلم مارتین اسکورسیزی در این فهرست برای دوستداران سینما یادآور خیلی چیزهاست. مثل ترجیح بند حرف‌های جو پشی که دائم در فیلم می‌گوید: «تو فکر می‌کنی من بامزهم؟» اما از طرف دیگر فیلم رکورد به کار بردن کلمات ناشایست را دارد و حدود ۳۰۰ بار کلمه‌ی \*\*FU در آن استفاده می‌شود. البته اسکورسیزی بعدتر با ساختن فیلم «گرگ وال استریت» که ۵۲۹ بار از این کلمه استفاده کرده بود رکورد خودش را زد. یک فیلم گنگستری که رابطه‌ی یکی از سران مافیای با همسر و با شریکش در سندیقای جنایتکاران به تصویر می‌کشد.

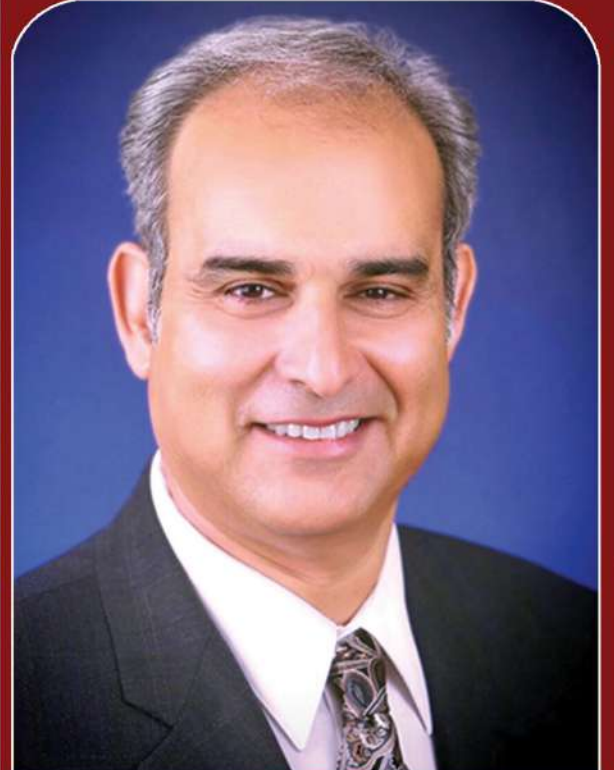


مشاور آگاه، با تجربه و مطمئن  
در امور خرید و فروش املاک  
مسکونی در منطقه اورنج کانتی  
با بیش از ۱۸ سال سابقه

Tel: 949-432-6473 805-680-5421  
Stevefaghii@gmail.com  
LIC#01425261 Since 2004



HomeSmart Evergreen Realty



Steve Faghii



# شرکت مهاجرتی سفیر

(Not an Attorney)

با چندین سال سابقه درخشان و بیش از صدها پرونده موفق (حتی در ترامپ بن)



ارایه خدمات به شما عزیزان شامل:

- کلیه خدمات ویزا تحصیلی امریکا و کانادا از پذیرش از بهترین دانشگاه ها تا اخذ ویزا
- ویزا توریستی کانادا و امریکا
- ویزای کاری و گرین کارت امریکا
- تکمیل فرم های مهاجرتی، سیتیزن شپ و امور مهاجرت توسط مشاور رسمی اداره مهاجرت



نمونه ویزاها و تاییدیه های اخذ شده ما را میتوانید در وبسایت و اینستاگرام ما مشاهده کنید.



[www.VisaSafir.com](http://www.VisaSafir.com)



[instagram.com/VisaSafir](https://www.instagram.com/VisaSafir)



[facebook.com/VisaSafir](https://www.facebook.com/VisaSafir)



[youtube.com/c/VisaSafir](https://www.youtube.com/c/VisaSafir)

شماره دفتر: (949)367-5600

شماره همراه: (909)222-5025

شماره واتسآپ: (949)334-8622

تلفن دفتر ترکیه: +902123352508

آدرس دفتر آمریکا: 18008 Sky Park Cir, Irvine, CA 92614 (صرفاً با وقت قبلی)

آدرس دفتر ترکیه: Istanbul, Maslak Beybi Giz Plaza, Floor 26th, Unit 2630

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



**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



## دانشته ها

آن هنگام که درون تاریکی چشمها تشنه ی یک چکه نوردند، بی تاب و ترسان می شود تمام دلمان، میل به روشنی می سرانندمان به فرار از تاریکی که گویی تداوی مرگ است و ابهام و اما غریب این است به محض آنکه درون روشنایی وضوح می یابد، همه چیز، ملال انگیز می شود زندگی از وضوح خیال کش و نابودگر رویاهای ما، باز می دویم به سمت تاریکی و سایه ها، انگار کن، ما به زیستن در سایه روشنایی در هم تنیده شعری سیال می شویم، لغزش در میان امنیتی از فهم مختصات پیچیده و همراه با تعزلی از



حمید الهی

دور از دسترس ماندن جهان واقع، جایی که از ارتفاع نا شاعرانه واقعیت روزمره زندگی در امان است... آن هنگام است که امکان وقوع شعر زندگی میسر تر به نظر می رسد، به تعبیر سهراب و "عشق صدای فاصله هاست، فاصله هایی که غرق ابهامند..." شاید در ابتدا به نظر برسد که همین کنج ها عافیت طلبانه ما را مصون بدارند، از مرگ بر روزمرگی اما واقعیت این است که تنها راه برای رسیدن به شعر حقیقی راهی جز عبور از "نور" نیست... و البته هیچ کس از جهان پس از نور به ما به سادگی سخن نگفته... چرا که میل به سخن کم و کمتر می شود در اتحاد با حقیقت زندگی، جای درست بیرون غار افلاطون... آنجا که از سایه های افتاده بر دیوار توهم عشق گریخته ایم... عشق حقیقی رخ می دهد... طنابهای بسته به دستت را پاره کن از غار سایه ها بیرون برو... آنجا تو و حقیقت همداستان خواهید شد... برای همیشه



از کودکی همیشه "طناب" ها برایم جذاب بوده اند، هرچه تجربه ی زیسته زندگی هم بیشتر شد بار نمادین و لایه مند این شیء غریب نیز پیش شده آرام آرام قصه هایی برایش می ساختم. طناب هم نماد بستن است و بسته شدن، هم نماد اتصال است و رابطه هم یافتن را نمایندگی میکند و هم در هم تافتن را رهنمون است، هم در هم تنیدگی رشته های پارک و نازک است که استحکام حاصل می شود از این همنشینی، هم می تواند، بندی باشد بیجان بر دستان زندانی! هم می تواند بر گردن اعدای برای مرگ، هم بر دهانه پچاهی آب بیرون می کشد از اعماق برای زندگی، هم پدک کشمی شود بر ماشینی از کار افتاده برای کمک، هم تکه های در حال گسستن را متصل میکند و به یکدیگر برای از هم نگسستن، طناب هم همچون بسی چیزها هم می کشد هم می کشد هم بار می شود بر افتاده دستی، هم بند می شود بر آزاد جانی، این که با آن هم می کنیم... از ما آبی را نمود می شود که واقعا هستیم... یار یا آشکار... قاهری مرگ آفرین یا قادری زندگی ساز و یاری رسان... طناب ها این قصه ساز ها مثل آدم ها و قصه هایشان...

## FIND YOUR NEW HOME TODAY WITH US



**Nina Zandy**

(949) 463 - 6666

ZandyNina@gmail.com

www.NinaZandy.com

LIC#02085635



**برای خرید و فروش املاک مسکونی و تجاری با ما تماس بگیرید  
تا از بهترین سرویس های ویژه و اختصاصی ما بهره مند شوید.**



**Farshad Alijani**

(949) 426 - 8743

Farshad.alijani@yahoo.com

www.farshadrealtor.com

LIC#02129553





**IRAJ EBRAMI DDS**

**دکتر ایرج ابرامی**

با هنکاری متخصصین دندانپزشکی بزرگسالان و کودکان

جراح - دندانپزشک

**پذیرش بیمه مدیکل و اکثر بیمه های دندانپزشکی**

برای کسانی که بیمه دندانپزشکی ندارند تسهیلات مخصوص در نظر گرفته می شود.

- Dental Implants
- Oral Surgery
- Root Canal Therapy
- Cosmetic Dentistry
- Porcelain Crowns & Bridges
- Full Partial Dentures
- Bleaching
- Periodontal Treatments
- کاشتن دندان
- جراحی دهان و دندان
- روت کانال، معالجه ریشه دندان
- دندانپزشکی زیبایی
- روکش های چینی و بریج چینی
- دست دندان های کامل و متحرک
- سفید کردن دندانها
- درمان بیماری های لثه از طریق جراحی و غیر جراحی

**انسینو**

**818-905-8337**

16311 Ventura Blvd., #640,  
Encino, CA 91436

**اورنج کانتی**

**714-543-7770**

2200 E Fruit St., #206  
Santa Ana, CA 92701



901 Dover Drive #204A  
Newport Beach, CA 92660  
(949) 312-8664



# مرکز خدمات درمانی کیان

Dr.Kianfard

kian\_chiropractic

## دکتر نیما کیانفرد

دکتر نیما کیانفرد متخصص استخوان و بافت های عضلانی است. در این مرکز خدمات درمانی از آخرین تکنولوژی روز و توانایی های بدن برای درمان استفاده می شود.

**درد نباید به زندگی زیبای شما صدمه بزند. همین امروز برای درمان اقدام کنید.**

- Herniated or Degenerated Disc
- Stem Cell Therapy
- Non Surgical Treatment
- Spinal Decompression
- Weight Loss
- Body Sculpting
- Spinal Arthritis
- Spinal Stenosis
- Nerve Root Pressure
- Chiropractic
- Physiotherapy
- Cupping

● ارائه خدمات درمانی در منزل  
برای دارندگان مدیکر

- دیسک متورم و دفرمه شده
- درمان با سلول های بنیادی
- پیشگیری از جراحی
- گشایش درمانی
- کاهش وزن
- تراش اندام
- آرتروز ستون فقرات
- تنگی نخاع
- فشار ریشه عصبی
- کاپروپراکتیک
- فیزیوتراپی
- گشایش عضلانی

**پذیرش مدیکر و اکثر بیمه های PPO**





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



Before



After



Before



After

درمان با لیزر

نوروپاتی و درد، ناخن های قارچی پا،  
میخچه کف پا

برای دریافت تخفیف ویژه با مطب تماس بگیرید

Stem Cell Injection تزریق سلول های بنیادی

- 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

گاهی میشود که یک چیزی برای پدرم می نویسم و همان لحظه چک نمی کنم. اما بعد که تلگرام بابا را باز می کنم می بینم برایم چیزی نوشته. نمی دانید چقدر دلم می لرزد. بیکو انگار از آن دنیا به من پیام داده باشد دلم می لرزد. راستی دیگر با خط او با کسی از خانواده تماس نمیگیرم. به خصوص مادرم. چون یکبار بدچور وقتی با آن شماره تماس گرفتم تنش لرزید و غش کرد.... ای کاش برای هیچکدامتان پیش نیاید... ای کاش...



دلتنگی جزئی از این زندگیست، غم جزئی از این زندگیست، شادی، لبخند، اشک، جزئی از این زندگیست. باید تجربه کرد، باید قیل از رفتن، همه چیز را تجربه کرد. مانند مسافری که اینهمه راه آمده تا ببیند و بچشد و بشنود و لمس کند و برگردد. باید طعم و عصاره‌ی همه چیز را چشید، باید تفاوت عمق اندوه و شادی را تشخیص داد، باید آرامش بعد از گریه‌ها و لبخندهای طولانی را تجربه کرد، باید عاشق شد، دلتنگ بود، اشتیاق داشت، در آغوش کشید. باید تلاش کرد و به دست آورد و از دست داد. باید سفر کرد و باید آدم‌های تازه‌ای را ملاقات کرد و باید درودها و بدرودهای بسیاری گفت و باید طلوع‌ها و غروب‌های بسیاری را با احساسات متفاوت بسیاری به نظاره نشست. باید دید و شنید و فهمید و خواند و دانست و آموخت و رشد یافت و آسیب دید و تجربه کرد، باید همه چیز این جهان را به قدر گنجایش فهم و درک و پذیرش گونه‌ی انسان، تجربه کرد...  
نرگس صرافیان طوفان

بعد از فوت او متوجه این موضوع نمی شوم. اما داشتم می گفتم. پدرم فوت کرد و من وارث آن خط و موبایل شدم. همان ابتدای کار واتس اپ و تلگرام را روی موبایل خودم از آن خط نصب کردم و موج تسلیت را دریافت کردم. و بعد شروع کردم با آن خط چت کردن. -سلام بابا جان خوبی دلم برات تنگ شده است. -سلام عزیزم من هم دلم برات تنگ شده است. -بابا منم با خودت بپر -نه پسرم تو بمان و مواظب مامانت باش به باغ سر بزن .....

...پسرم یادت نرود امروز بروی دنبال کود باغ .....پسرم برای مادرت نان بگیر..... پسرم امروز مبادا با رئیسست دعوا کنی..... پسرم به باغچه خانه آب بده. درخت ها خشک شد..... پسرم در خانه خراب است. برو درستش کن .....پسرم با خواهرت آشتی کن.....پسرم سه کارتن کیک و کلوچه هر شب جمعه برای من خیرات کن .....پسرم ماشین مامانت خراب شده برو درستش کن .....پسرم .....پسرم .....پسرم با اسم او و خط او با خودم از زبان او چت می کردم .... البته که من هم جوابش را می دادم...باباجان امروز رفتم ستاد یکم مشکل داشتیم... بابا جان دارم میرم آزمایشگاه برایم دعا کن...بابا جان انسولین گیر نمی‌آید حالم بد شده...باباجان قرارداد با فلان شرکت کارش گیر کرده...باباجان چشم میروم ماشین مامان را درست میکنیم .... بابا جان رفتم باغ را آب دادم .....بابا جان تیم ملی رفت جام جهانی...بابا در مسجد ذکر خیر تو بود .... بابا جان...

## سلام پسرم



مهدی علیزاده فخرآبادی

وقتی یک نفر فوت می کند حتما از خودش یادگاری‌های به جا می گذارد. مثلا تلفن همراهش به هر حال کار می کند و شاید خودش نباشد اما یک نفر آن تلفن همراه را برمی دارد و استفاده می کنند.

وقتی پدرم فوت کرد به دلیل عدم توقف مشغولیات و کارها تلفن همراه او به من به ارث رسید. یک تلفن قدیمی بود که هوشمند نبود. دکمه های بزرگی داشت که به دلیل ضعف بینایی چشمان پدرم بود. یک دکمه بزرگ قرمز رنگ پشتش بود که دکمه SOS روی آن نقش بسته بود. به هر حال قلبش ضعیف بود و شماره خودم را روی آن دکمه ثبت کرده بودم تا اگر مثلا خدایی نکرده در خیابان حالش بد شد و افتاد آن دکمه را فشار بدهد و من متوجه بشوم و خودم را به او برسانم. این تلفنی بود که خودم برای او خریده بودم و چیزی که متوجه آن نشدم و بعد از فوت پدرم خبردار شدم این بود که آن تلفن همان اول کار توی استخر باغ میفتد و خراب می شود. اما پدرم که نمی خواسته من متوجه بشوم میروم و مجددا از همان تلفن خودش سه عدد خریداری می کند و دوباره روی دکمه کمک را می دهد شماره من را ذخیره کنند و به من هم نمی گوید تلفن اولی افتاد و سوخت و من هم تا



## دکتر فنوش طینوش متخصص و جراح چشم، دارای بُرد تخصصی از امریکا

فوق تخصص در جراحی های لیزر و آب مروارید  
با بیش از ده ها هزار عمل جراحی موفقیت آمیز

قبول اکثر بیمه های درمانی



- جراحی آب مروارید،
- آب سیاه و دیابت چشم
- جراحی نزدیک بینی، دوربینی،
- و آستیگماتیسم بالیزر
- جراحی آب مروارید با روش جدید
- بدون سوزن و بخیه
- با عدسی های چنددید

Farnoosh Tinoosh, M.D., FAO  
Universal Vision Medical Center

(714) 424-9955 (800) 699-2802

1503 South Coast Drive, Ste. 120, Costa Mesa, CA 92626

<http://www.2greateyes.com>



صبر نکنید، خانه بخرید،  
خانه بخرید،  
بعد صبر کنید!



International Connections, Local Knowledge

ALEC JAVAN  
DRE # 01847056

به عنوان نماینده RE/MAX® متعهد هستیم که به مشتریان خود در یافتن خانه رویاهای خود کمک کرده و پشتیبانی و خدمات خود را ارائه دهیم. من جامعه محلی را هم به عنوان نماینده و هم به عنوان همسایه می شناسم و می توانم به شما در راهنمای تفاوت های ظریف بازارهای محلی کمک کنم. با دسترسی به لیست های برتر، یک شبکه جهانی، استراتژی های بازاریابی استثنایی و فناوری پیشرفته، من سخت تلاش می کنم تا تجربه املاک شما را ماندگار و لذت بخش کنم.

(949) 584 - 3456

پنجاه سال ہمنوایی با آہنگساز خاطرہ ہا  
کنسرت «شب عشق»

Nojouki

صادق نوجوکی



19

NOVEMBER  
2022

شروع برنامہ ۸ شب



ADDRESS : 7111 TALBERT AVE, HUNTINGTON BEACH, CA 92648

AJ ENTERTAINMENT PHONE NUMBER : 949-502-1908

SPONSORED BY MORTGAGE BANKERS شہرام الیاس زادہ

DESIGN AMIR NOORI



# Cadeau Jewelry and Gifts



- خرید و فروش طلا و جواهر
- ارایه طرح های مختلف زیورآلات با طلای 18 عیار
- انواع سکه های پهلوی و بهار آزادی
- عرضه ترمه های اصل یزد و اصفهان
- انواع صنایع دستی

زیور آلات و طلاجات با پایین ترین قیمت عرضه میشود و به بالاترین قیمت خریداری می گردد.

23162 Los Alisos Blvd,  
#106, Mission Viejo  
جنب میشن رنج مارکت  
(949)566-4596

**خیال شما آسوده است چون بهترین را انتخاب کرده اید.**





کمی بخندیم



## ضرب المثل های فارسی



- ۱- چو انداختن: جال و جنجال را انداختن.
- ۲- نور علا نور بودن: کار خیلی خوب بودن.
- ۳- چیزی بارش نیست: ساده لوح بودن.
- ۴- عالم از بهر دین پروردن است نه از بهر دنیا خوردن.
- ۵- عجله کار شیطونه: عجله کار درستی نیست.
- ۶- وقت نداره سرشو بخارونه: منظور آنست که گرفتار است.
- ۷- يك پاش لب گور است: پیر است.
- ۸- گامون زائیده: دردسر به سراغ آدم آمدن.
- ۹- روکه نیست سنگ پای قزوینه: پررو بودن.
- ۱۰- خانه به دوش: بی خانه بودن.
- ۱۱- طاووس را به نقش و نگاری که هست خلق تحسین کنند و او خجل از پای زشت خویش: ظاهر بینی افراد.
- ۱۲- خر پیار و باقالی بار کن: در موردی گفته می شود که آشوب و معرکه بر سر موضوعی باشد.
- ۱۳- قاشق نداره آش بخورد: کنایه از شخص بینهایت تهیدست است و وسیله لازم را در اختیار ندارد.
- ۱۴- تو را خواهند پرسید که عملت چیست نگویند پدرت کیست: باز خواست آخرت.
- ۱۵- چرا عاقل کند کاری که باز آرد پشیمانی: عاقل کاری را که پشیمانی به بار می آورد نمی کند.
- ۱۶- سالی که نکوست از بهارش پیداست: مواقعی گفته می شود که کاری بر وفق مراد باشد.
- ۱۶- گاو بی شاخ و دم: کسی که فقط در ظاهر قوی و وحشتناک به نظر می رسد.
- ۱۷- فلانی اجاقش کوره: منظور از کسی است که بچه دار نمی شود.
- ۱۸- جوچه را آخر پائیز می شمردند: نتیجه کار آخر معلوم می شود.
- ۱۹- هشتش گرو نهش است: آه در بساط ندارد.
- ۲۰- خودم کردم که لعنت بر خودم باد: مانند از ماست که بر ماست.
- ۲۱- گاو پیشانی سفید است: همه کس و در همه جا او را می شناسند.

- معلم به جعفر گفت: آگه سه بسته خرما داشته باشی و علیمراد یک بسته از آن را ببرد چه چیزی می ماند؟ جعفر گفت: جنازه ی علیمراد و سه بسته خرما...
- بزرگترین شکست زندگی زمانی بود که توی دانشگاه سر جلسه امتحان استاد اومد بالاسرم بهش گفتم استاد تو رو خدا به کمکی کنی! استادی لبخند زد بعد دست کرد توی جیب شلوارش یک پونصد تومنی گذاشت روی برگه ام! یعنی شکستی که اون روز تو زندگی خوردم هیتلر از متفقین نخورد.
- از یک نفر می پرسند: فرق حادثه با فاجعه چیه؟ میگه: فرض کن مادرشوهرت کنار استخر باشه و تو اونو بندازی تو استخر، این میشه حادثه؟ اما وای به روزی که شنا بلد باشه و بیرون بیاد، این میشه فاجعه!
- یک بارم رفتم سر قرار به دختره زنگ زدم گفتم: من نیم ساعته رو نیمکت نشستم نتونستی بیای؟ گفت: تو همونی که تیشرت باب اسفنجی پوشیدی جوراب صورتی پاته با صندل؟ گفتم: اره گفت: نه نتونستم بیام.
- به غضنفر میگن تاحالا کسی رو از مرگ نجات دادی، میگه آره، ۱۰ هزار تومن به یک فقیر دادم، داشت از خوشحالی میمرد، ازش گرفتم.
- سوار تاکسی شدم گفتم چه خبر از اوضاع خاورمیانه..؟ گفت پیاده شو سوار تاکسی زرده شو من تخصصم فساد در فوتباله!
- پلیس جلو بابامو گرفت بابام میگه جناب سروان ننویس به قرآن ندیدم، پلیسه گفت یعنی تو چراغ قرمزو ندیدی بابام گفت اونو دیدم تورو ندیدم.
- فقط یک ایرانی می تونه بعد از اینکه جواب آزمایششو گرفت و سالم بود بگه: "این همه ولخرجی کردیم و هیچمونم نبود!"
- لپ تاپم رو بردم نمایندگیش می گم ضربه خورده کار نمیکنه. یارو میگه: ضربه فیزیکی؟! گفتم نه، یکم بی محلی کردم، ضربه روحی خورده!
- جعفر میره مصاحبه برای استخدام ازش میپرسن قشنگترین شهر دنیا کجاست! میگه: سانفرانسیسکو، بهش میگن بنویسش. میگه: غلط کردم، قم.
- شهره یه جووری میگه: "داره کم کم نفسم میگیره، برگرد"
- خب مادر من! همسنای تو علاوه بر آلزایمر و آسم، تا حالا سه بارم ایست قلبی کردن.. وای!!!!!!!!!!!!!! الکی پای پسر مردمو وسط نکش!



متخصص ارتودونسی  
با بیش از ۳۱ سال سابقه

دکتر فریبا پیگدلی

ADVANCED & LIFE CHANGING ORTHODONTICS  
AND RESTORATIVE DENTISTRY



ALL IN ONE DENTAL PRACTICE

**Orthodontics**  
TRADITIONAL & CERAMIC BRACES  
ALSO CLEAR ALIGNERS

**Oral Surgery**

WISDOM TEETH EXTRACTIONS  
INDIVIDUAL & FULL ARCH IMPLANTS

**General Dentistry**

METAL FREE CROWNS & FILLINGS  
ROOT CANALS & LASER GUM THERAPY  
YEARLY CHECK-UPS & CLEANINGS

SEDATION & NITROUS

LAGUNA DELTA & ORTHODONTICS  
27932 La Paz Rd. Laguna Niguel  
CA 92677  
949-831-2905



پذیرش کلیه  
بیمه های درمانی  
MEDICAL  
PPO

Email: info@lagunaDentalandOrtho.com

27932 La Paz Rd F, Laguna Niguel, CA 92677

پذیرش بیماران مدیکر و بالای ۶۵ سال  
برای نیازهای دندان پزشکی

# تصادفات ACCIDENTS



A precious 3000-year-old golden antique cup has been dug out at Iran's Hassanlou historical site, which is one of the most important ancient spots in the Iranian plateau with international reputation.

۱۹٪

پس از  
بسته شدن  
پرونده

Law Offices of Ray Hassanlou

دکتر رضا حسن لو

Attorney at Law//MBA//J.D.

همراه پرتوان شما برای عبوری موفق و فروش فرجام از چهارراه حوادث

(818) 4.000.000

# جدول شماره ۸۶

حل جدول در همین شماره

افتی

- ۱- از شهرهای مهم افغانستان- امیدوار و متکی به یاری و حمایت کسی ۲- بخشی از لباس- پشیمان- رودی جاری در مازندران ۳- رمق پایانی- از نقوش اسلیمی- آرامش یافتن- حائل میان دو چیز ۴- زندانی- کتاب قانون مغولان- نهایت آرزو ۵- جواب- در توضیح کلام به کار می رود- غزال ۶- سوره سی و نهم قرآن- طراحی اولیه- بیماری کم خونی ۷- ماقبل پیشین- نوعی نان توری- مخترع بیل الکتریکی ۸- پایتخت ایتالیا- لقب تیم فوتبال منچستر یونایتد- افسار گسیخته ۹- قلیل- فدراسیون جهانی کشتی- از عناصر تشکیل دهنده هوا ۱۰- روز عرب- دفعه، بار- زراعت کردن ۱۱- منجمد- نرده- آسوده خاطر ۱۲- همراه پشتک- ساز و برگ زین اسب- بی چیز ۱۳- ستون بدن- آلیاژی از مس و نیکل و روی- پناهگاه- عدد ماه ۱۴- نوعی طلاق- پایه و اساس- پشیمانی ۱۵- نوعی راه رفتن اسب- نمایش نامه ای مشهور از مارتین مک دونای ایرلندی

عمودی:

- ۱- شهید زنده- مسابقه اتومبیل رانی- فیلمی ساخته داریوش مهرجویی با بازی نیکو کریمی ۲- زبان عربی- پناهگاه- زیباترین پل تاریخی ایران ۳- پیش درآمد آشفال- افسرده- جهان- نیم صدای دراز گوش ۴- علم طلسمات- ظرف بزرگ برای نگهداری مایعات- مشاهده کردن ۵- ضمیر متکلم وحده- پیاله گردان- آتش ۶- شکل ظاهری- درختی با برگ های پنجه ای- مقدار اندک

- ۷- شب زنده داری کردن- میانه- ته نشست ۸- بله روسی- کارگردان آمریکایی فیلم های بعد از ظهر سگی و شبکه- رطوبت ۹- کالا- معصیت- سرشماری ۱۰- نمایش نامه- پست و فرومایه- شیشه آزمایشگاهی ۱۱- بنیان گذار حزب کمونیست-

۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰ ۱۱ ۱۲ ۱۳ ۱۴ ۱۵


## جدول سودوکو آسان

۹			۴					۵
		۲	۵					۳
۳	۵	۷		۶	۹			
۷		۶	۲					۱
	۲							۳
	۳				۷	۴		۶
			۳	۲		۸	۷	۹
۸					۵	۱		
۲					۸			۴

## جدول سودوکو سخت

۳			۲			۷		
			۴	۵				۸
		۱	۴			۹		
					۵		۸	۷
		۵						۲
۸		۹				۲		
			۷			۲	۴	
۹				۴	۵			
			۷			۳		۱

## کردیت بد دارید؟ نگران نباشید!



## بهترین گارانتی:

اول موارد اشتباه را از  
کردیت شما تصحیح یا  
حذف می کنیم.

بعد شما به ما پرداخت  
می کنید.

با استفاده از تجارب ما  
می توانید یک کردیت  
خوب داشته باشید.

### مواردی که ما می توانیم به شما کمک کنیم:

- Bankruptcies
- Repossessions
- Charge Off
- Late payments
- Collections
- Foreclosures
- Debt Settlement and ...

Toll Free: 855-349-6674 Direct : 858-774-0231

www.Babboomers.com MEL@babboomers.com

## باب دوم حکایت چهل و یکم گلستان سعدی



رایت و پرده را خلاف افتاد  
گفت با پرده از طریق عتاب:  
زبنده بارگاه سلطانیم  
گاه و بیگاه در سفر بودم  
نه بیابان و باد و گرد و غبار  
پس چرا عزت تو بیشتر است  
با غلامان یاسمن بویی  
به سفر پایبند و سرگردان  
نه چو تو سر بر آسمان دارم  
خویشتن را به گردن اندازد

این حکایت شنو که در بغداد  
رایت از گرد راه و رنج رکاب  
من و تو هر دو خواجه تاشانیم  
من ز خدمت دمی نیاسودم  
تو نه رنج آزموده ای نه حصار  
قدم من به سعی بیشتر است  
تو بر بندگان مه رویی  
من فتاده به دست شاگردان  
گفت من سر بر آستان دارم  
هر که بیهوده گردن افراز



شنو: شنیدن، شنونده (در ترکیب با کلمه دیگر): پندشنو، نصیحت شنو.  
رایت: بیرق؛ پرچم؛ علم. علامت نصب شده در جایی.  
خلاف: ناسازگاری؛ مخالفت، عمل ناشایست.  
رکاب: جمع: رکب، حلق فلزی که به زین اسب آویزان می کنند و هنگام  
سوار شدن پا در آن می گذارند. پله مانندی در کنار درشکه، اتومبیل، یا  
اتوبوس که مسافران هنگام سوار شدن و پیاده شدن پا بر آن می گذارند.  
خواجه تاش: هریک از غلام یا نوکرانی که یک خواجه یا رئیس دارند.  
عتاب: ملامت کردن؛ سرزنش. گفتن کلمه ای از روی خشم به کسی؛ خشم  
گرفتن؛ درشتی کردن.



# Black Crown

REALTY | MANAGEMENT | LAW



**Christopher M. Naghibi, Esq.**

دفاتر حقوقی با همکاری وکلای با تجربه

**949-583-7326**

Fax: 949-583-7565

23276 South Pointe Dr., Suite 208  
Laguna Hills, CA 92653

- وثب شرکت ها
- ورشکستگی Bankruptcy
- دعاوی خانوادگی
- Medical Malpractice
- انحصار وراثت
- امور جنائی
- امور مهاجرت
- تصادفات رانندگی
- دعاوی قراردادهای
- زمین خوردگی
- مالی و ملکی
- حمله حیوانات



**دکتر الکس نقیبی**

دکترای اقتصاد، مدیریت و حقوق  
پرفسور حقوق مدنی و جنائی  
فوق دکترای حقوق در رشته حقوق بین المللی و ورشکستگی  
از دانشگاه Thomas Jefferson School Of Law  
معاون ارشد دانشگاه American Heritage College of Law

با ۲۰ سال تجربه تدریس در دانشگاههای بزرگ آمریکا

زیاد قوی نیستند که خودشان را از نوار جدا کنند بنابراین با چسبیدن به نوارها می میرند. استفاده از آب جوش: برای از بین بردن شپشک برنج در خانه می توانید آب جوش روی برنج بریزید زیرا آب جوش شپشک و تخم های آنها را می کشد. پس از مردن شپشک ها، آنها در سطح آب شناور می شوند و خیلی راحت می توانید آنها را جدا کنید. با حرارت دادن برنج هم می توانید شپشک ها و تخم های شان را بکشید. قرار دادن برنج در فریزر: برای از بین بردن شپشک برنج و تخم های آن، برنج چهار روز در فریزر بگذارید و پس از چند روز آن را در یابورید و بسته بندی کنید. استفاده از برگ بو یا چربش: یکی از بهترین راه ها برای از بین بردن شپشک برنج، قرار دادن برگ بو و برگ چربش در برنج است که حشرات را از برنج دور می کند. استفاده از میخک: برای دور کردن شپشک ها از برنج، کمی میخک درون ظرف برنج بگذارید تا حشرات از بین بروند و از ورود آن ها به ظرف جلوگیری شود. گذاشتن کمی میخک در قفسه های نگه داری غذا یا آشپزخانه اجازه ورود شپشک را نمی دهد. استفاده از جعبه کبریت: برای از بین بردن شپشک برنج از یک جعبه کبریت داخل برنج بگذارید. گوگرد کبریت ها حشرات را فراری می دهد زیرا این حشرات از گوگرد متنفر هستند. استفاده از قرص سیر یا قرص ضد پید: این قرص را از داروخانه ها و عطاری ها تهیه کنید و درون برنج قرار دهید. استفاده از قرص برنج ممنوع: قرص برنج یا فسفید آلومینیوم که بسیار سمی و کشنده است، قابلیت تصعید شدن دارد و موجب از بین رفتن شپشک برنج می شود. بهتر است از روش های امن تر برای پیشگیری از حشره زدن برنج استفاده کنید و از این روش خطرناک استفاده نکنید. عرضه و فروش قرص برنج در تمام داروخانه ها و سم فروشی های ممنوع اعلام شده است. عوض کردن گونی برنج: شپشک روی گونی برنج تخم گذاری می کند بنابراین پس از نابودی حشرات دوباره برنج را در گونی قبلی نریزید. بطور کلی برای از بین بردن حشره برنج می توانید درون ظرف برنج سنگ نمک، زنجبیل، سیر یا زرد چوبه قرار دهید.

## چیستان



- ۱- آن چیست که در هوا می پرد، اما نه دم دارد نه بال و پا؟
- ۲- آخرین دندانی که در دهان انسان ها دیده می شود چه نام دارد؟
- ۳- از چوب ساخته شده است ولی به هیچ وجه اره نمی شود؟
- ۴- میوه ای که دو حرف اولش یک عدد دو رقمی است؟
- ۵- در آسمان فقط یکی از آن هست اما در زمین بسیار زیاد؟
- ۶- کدام یک از حبوبات را واروونه کنیم نام یکی از وعده های غذایی می شود؟
- ۷- آن چیست که دو تا چشم و دو تا دست. همیشه با دستهایش گوش هایمان را می گیرد؟

## پاسخ چیستان

۱- باد ۲- دندان عقل ۳- کلاه ۴- میوه دو رقمی ۵- ستاره ۶- عدس ۷- گوش

## ترفندهای خانه داری



اگر برجتان به هر دلیلی شپشک زده می توانید با استفاده از روش های زیر شپشک برنج را از بین ببرید: استفاده از تله های چسبناک: تله های چسبناک متنوعی در بازار وجود دارد. شپشک ها به علت اینکه جذب نور می شوند با ریختن برنج در سینی به اطراف پراکنده خواهند شد بنابراین در اطراف ظرف تله های چسبناک قرار دهید تا زمان فرار شپشک ها، آنها به تله بچسبند و نتوانند خود را از تله رها کنند چون این آفت ها،

**Wedding Officiant**  
**رشید ایرانی - عاقد**  
 فارسی و انگلیسی در سراسر کالیفرنیا

Customizable wedding ceremonies  
 from Northern  
 to Southern California

20% discount for  
 Los Angeles and Orange Counties

www.RasheedIrani.com 805-990-3263

**نوشین**  
**زاهدی صبوری**  
 LMFT

متخصص در روان درمانی اضطراب، افسردگی، اعتیاد،  
 اختلالات ناشی از ضربه های روحی (PTSD)

با تخصص در گفتار درمانی (Jungian informed)  
 تراuma و دلبستگی (Attachment Focused EMDR)  
 و تفکر و رفتار درمانی (CBT)

برای ۱۵ دقیقه مشاوره رایگان با شماره (714)698-4876 تماس بگیرید

GoodTherapyWithNooshin@gmail.com



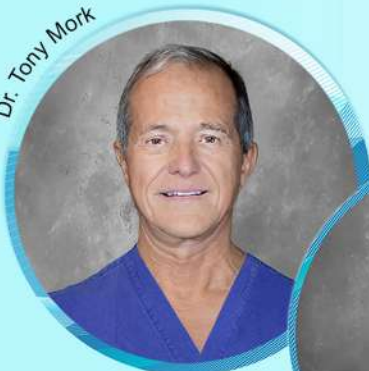
# Minimally Invasive Medical Group

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 Betts



Dr. Taylor R. Polje



Dr. Jeff Shad



Dr. Larry Ding



Dr. Mohammad Hashemi



Dr. Denis Cramer



Dr. Saeed Iraniha



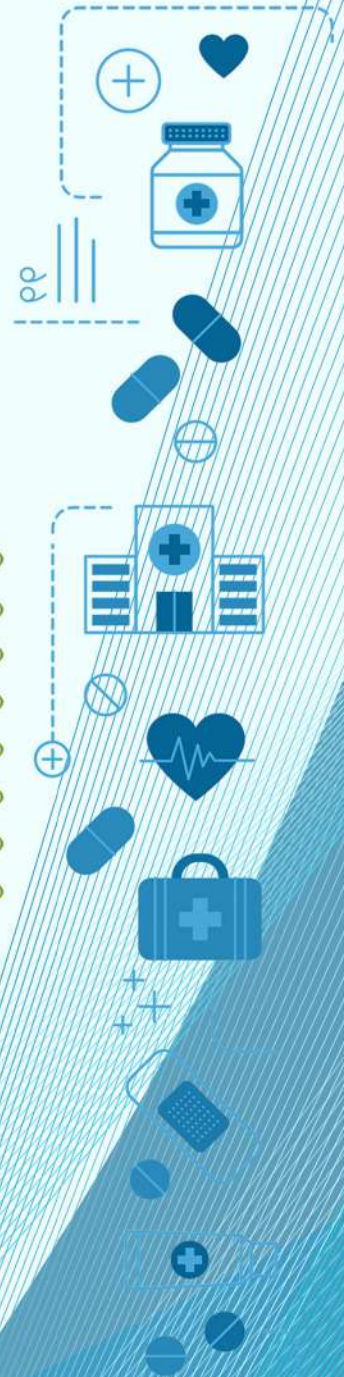
**(949) 333-2224**

**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](http://www.HealthMediaNetwork.Net)  
[www.SouthCountySpineCare.Com](http://www.SouthCountySpineCare.Com)  
[www.MiSurgicalCenter.Com](http://www.MiSurgicalCenter.Com)



راهی بالکن شدیم، با شروع برنامه ها فراوان حظ سمعی و بصری بردیم، از دیدن نمایش های کمدی روحوضی گرفته تا رقص های زیبای بانوان حاضر در برنامه و دست آخر حضور آغاسی و خواندن چندین ترانه که حظ ما را کامل کرد.

از سالن تاتر که خارج شدم پاسی از شب گذشته بود و تا دقایقی دیگر حکومت نظامی آغاز می شد و من که مانده بودم چگونه خود را به ابتدای جاده قم برسانم و با اتوبوسی به سمت پادگان بروم، در این میان بنا به سفارش دوستی یک مجله جوانان هم به قیمت بیست ریال خریدم و در دست داشتم، کمتر وسیله ای گیر می آمد که مرا به سمت هدفم ببرد، سرگردان در خیابان بودم که ماشین گشت حکومت نظامی به سراغم آمد و وقتی فهمیدم سربازم مرا به مقر خودشان بردند تا صبح شود و من راهی پادگان شوم.

خلاصه این که من بر روی نیمکت به خواب رفتم و صبح که توسط سربازی از خواب بیدار شدم دیدم از مجله جوانان خبری نیست از هرکس پرس و جو کردم خبری نداشت.

مجله رفته بود و ما هم راهی شدیم، بیست ریال زبان مالی عیش ما را ضایع کرد، الان که این مطلب رو می نویسم اون زبان هنگفت آزارم می دهد، مخفی نماند اون زمان بیست ریال پولی بود اونم برای یک سرباز یک لا قبا که کس و کاری نداشت.

تازه حکومت نظامی شده بود، اما جوانی و کله خری، کی توجه به حکومت نظامی داشت، من برای این که به شب نزدیک شوم تا در تظاهرات حضور پیدا کنم همیشه راهی خیابان لاله زار می شدم تا ساعاتی را در سینمایی یا سالن تاتری بگذرانم، از هر گوشه و کنار این خیابان صدای ضبط و صوت نوار فروشان بلند بود که ترانه های کوچه بازاری پخش



می کردند، ترانه های از آرتا و گیتا تا آغاسی و دیگران و من که عاشق ترانه های کوچه و بازاری، از سوی دیگر از در ورودی هرکدام از سالن های تاتر که می گذشتی صدای بلندگویی بلند بود که تورا دعوت به خرید بلیت و دیدن آن چه در آن سالن خواهد گذشت می کرد، بلاخره ما هم وسوسه شده بلیطی خریدیم و چون پول کمی داشتیم

## حکومت نظامی



حسین فرزین

با کسب اجازه از دوستانی که قلمی های من را مرور کرده اند، به خاطر آن چه این روزها در ایران می گذرد

یک جهش چند ساله در خاطراتم داشته و اگر عمری بود دوباره برمگردم به روال گذشته.

اواخر سال پنجاه و شش عازم سربازی شدم و اون زمان اوایل حرکت های مردمی بر علیه شاه و سلطنت بود، دوران آموزشی رو در تربت حیدریه گذارندم شهری که تا حتی بعد از پیروزی انقلاب به شاه وفادار بود و از نادر شهرهایی که به انقلاب نپیوست. در پایان دوران آموزشی تقسیم شدیم و من برای ادامه خدمت به پادگان منظره قم منتقل شدم، که در آن زمان محل دیوی مهمات کشور بود و گویا در حال حاضر یکی از مراکز هسته ای.

درد سرتان ندهم، حرکت های مردمی سرعت بیشتری به خود گرفته بود و من هم از طریق رادیو ترانزسیتوری کوچکی که داشتم از طریق اخبار بی بی سی در جریان وقایع قرار می گرفتم، چون شهر قم نزدیک و کوچک بود امکان شناسایی ما در تظاهرات می رفت لذا ما برای پیوستن به مردم راهی تهران می شدیم.



ez™

insurance  
auto . home . commercial

**(949) 707 - 7777**

**We Cover  
48 States**

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

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

2960 Harbor Blvd, Suite D, Costa Mesa, CA 92626  
www.ezinsurance123.com ragahi@ezinsurance123.com



**Reza Agahi**

Principal Agent

Ez Insurance Services, Inc  
CA DOI License # OE86532

Founded 2005





# دکتر طیانی جراح دندانپزشک

**Tel: 949-741-0795**

- *Dental Implants*
- *Sedation dentistry*
- *Wisdom Teeth Extraction*
- *Root Canal Therapy*
- *Crown, Bridge, Dentures*
- *Invisalign*
- *Teeth Whitening (Zoom)*
- *Botox*
- *No Interest Financing,  
In-House Payment Plans*
- *Saturday appointments*

گروه دندانپزشکی دکتر طیانی  
در خدمت جامعه فارسی زبان اورنج کانتی  
با تسهیلات ویژه، کیفیت و استاندارد بالا  
برای بیمارانی که بیمه ندارند تسهیلات زیردر نظر  
گرفته میشود:

- معاینه رایگان
- تصویربرداری ایکس ری رایگان
- مشاوره ایمپلنت رایگان
- پذیرش بیمه های PPO

● پذیرش بیمه مدیکل و دنتیکل

**تا وقتی دکتر طیانی هَس، مکزیک رفتن پر هزینه اس**

**1460 N Harbor Blvd., Suite 120, Fullerton, CA 92835**



[www.tayanidental.com](http://www.tayanidental.com)



Tayani Dental Group Inc

[dr.tayani@tayanidental.com](mailto:dr.tayani@tayanidental.com)



@tayanidentalgroup

@tayanidental



در این روزهای حساس که اندوهی بزرگ، ملت ایران را مصمم ساخت تا با امید و به پشتوانه یکدیگر قدم در راه بگذارند و برای رسیدن به فردایی روشن جان بر کف بکشند، درحالیکه چشم امید به یاری هموطنان و جهانیان دارند، در غربت و به یاد وطن، سطری از حافظ می نویسم:

”صد هزاران گل شکفت و بانگ مرغی برنخاست  
عندلیبان را چه پیش آمد، هزاران را چه شد؟!“  
غزل کامل را در اینجا بخوانید:

یاری اندر کس نمی بینیم یاران را چه شد؟  
دوستی کی آخر آمد دوستداران را چه شد؟  
آب حیوان تیره گون شد خضر فرخ پی کجاست  
خون چکید از شاخ گل باد بهاران را چه شد؟  
کس نمی گوید که یاری داشت حق دوستی  
حق شناسان را چه حال افتاد یاران را چه شد؟  
لعلی از کان مروت برنیامد سال هاست  
تابش خورشید و سعی باد و باران را چه شد؟  
شهر یاران بود و خاک مهربانان این دیار  
مهربانی کی سر آمد شهریاران را چه شد؟  
گوی توفیق و کرامت در میان افکنده اند  
کس به میدان در نمی آید سواران را چه شد؟  
صد هزاران گل شکفت و بانگ مرغی برنخاست  
عندلیبان را چه پیش آمد هزاران را چه شد؟  
زهره سازی خوش نمی سازد مگر عودش بسوخت  
کس ندارد ذوق مستی میگساران را چه شد؟  
حافظ اسرار الهی کس نمی داند، خموش  
از که می پرسی که دور روزگاران را چه شد؟

۱	۶	۱	۳	۳	۲	۷	۸	۵
۳	۸	۲	۵	۷	۱	۶	۹	۳
۳	۵	۷	۸	۶	۱	۲	۳	۱
۷	۱	۶	۲	۳	۳	۵	۱	۸
۵	۲	۴	۱	۸	۶	۱	۳	۷
۱	۳	۸	۱	۵	۷	۴	۲	۶
۶	۱	۵	۳	۲	۴	۸	۷	۱
۸	۴	۳	۷	۱	۵	۱	۶	۴
۲	۷	۱	۶	۱	۸	۳	۵	۴

**حل**  
**جدول های**  
**این شماره**  
آسان      سخت

۳	۸	۵	۲	۱	۶	۷	۱	۴
۶	۱	۲	۴	۵	۷	۱	۳	۸
۷	۱	۳	۵	۸	۱	۶	۵	۴
۲	۴	۳	۵	۸	۱	۸	۶	۷
۱	۵	۶	۸	۷	۴	۱	۲	۳
۸	۷	۱	۶	۳	۲	۴	۱	۵
۵	۳	۱	۷	۶	۸	۲	۴	۱
۱	۲	۸	۱	۴	۵	۳	۷	۶
۲	۶	۷	۱	۲	۳	۵	۸	۱

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
ج	ل	ل	ا	ب	ا	د	پ	ش	ت	گ	ر	م		
۲	ا	س	ن	ی	ن	ح	ا	م	ی	ه	ر	ا	ز	
۳	ن	ا	م	ا	ر	ی	ت	س	ل	ی	س	د		
۴	ب	ن	د	ی	ا	س	ا	ن	ه	م	ت			
۵	ا	پ	ا	س	خ	ی	ع	ن	ی	ا	ه	و		
۶	ز	م	ر	ا	ت	و	د	ا	ن	م	ی	ص		
۷	۷	ا	س	ب	ق	س	ن	ک	ک	و	ل	ا		
۸	۸	م	ش	ی	ا	ط	ی	ن	س	ر	خ	و		
۹	۹	ا	ن	د	ک	ف	ی	ل	ا	ر	ک	ن		
۱۰	۱۰	ل	ن	ه	ا	ر	و	ه	ل	ه	ز	ر	ع	
۱۱	۱۱	ی	خ	ی	ت	ا	ر	م	ا	ی	ن	ا		
۱۲	۱۲	و	ا	ر	و	س	ت	ا	م	ن	د	ا	ر	
۱۳	۱۳	پ	ا	و	ر	ش	و	م	ل	ج	ا	س	ی	
۱۴	۱۴	ر	ج	ع	ی	م	ب	ن	ا	ن	د	ا	م	ت
۱۵	۱۵	ی	و	ر	ت	م	ه	م	ر	د	ب	ا	ل	ش

## Mortgage and Refinance Specialist in State of California and Nevada



**(702) 449 - 5155**

**Lower your rate,  
shorten your term, or  
take cash-out with a  
refinance today**

- Purchase
- Refinance
- New Costruction

**Sahar Rasti**

**Superior Mortgage**

**مشاور وام مسکن  
و امور ری فایننس**

Nmls 1520648

**Sahar@superiorml.com**



# 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



## ذرت

ذرت یک منبع غنی از ویتامین B1 است که در سوخت و ساز کربوهیدراتها استفاده می‌شود و سرشار از ویتامین B5 است که به فعالیت‌های فیزیولوژیکی در بدن کمک می‌کند و حاوی مقادیر قابل توجهی ویتامین C است که برای مقابله با بیماری‌ها مفید است. ذرت سرشار از فیبر خوراکی است که به شما کمک می‌کند با مشکلات هاضمه و دستگاه گوارش مثل یبوست مقابله کنید. ذرت غذای خوبی برای پیشگیری از سرطان است. فیبر خوراکی ذرت به پایین آوردن سطح کلسترول خون کمک می‌کند، احتمال ابتلا به سرطان روده را کاهش می‌دهد. برای کمک به کاهش میزان قند خون در افراد مبتلا به دیابت مفید است. در حقیقت روغن موجود در دانه و پوست ذرت سبب پائین آمدن کلسترول توسط پلاسمای خون به ویژه در میان افراد میانسال و سالمند می‌شود. مصرف روزانه یک فنجان دانه های ذرت در میان وعده های غذایی، می تواند احتمال ابتلا به سرطان روده بزرگ (ناشی از یبوست) را کاهش دهد. زنان مبتلا به کم خونی بویژه کم خونی ناشی از کمبود ویتامین می توانند با مصرف ذرت به بهبود این نوع از اختلال کمک کنند برخی از املاح موجود در ذرت مانند منیزیم می‌توانند گرفتگی‌های عضلانی را بهبود بخشند. همچنین کلسیم و فسفر موجود در آن تاثیر چشمگیری بر استخوان‌سازی می‌گذارد.

پیاز را به گوشتی که از قبل دو بار چرخ شده اضافه کرده مجدداً یک بار دیگر چرخ کنید. سپس گوشت را در یک ظرف بزرگ بریزید و آن را با کف دست حسابی ورز دهید. برای این کار می‌توانید از غذاساز نیز استفاده کرده و به مدت ۵ تا ۷ دقیقه بگذارید تا گوشت حسابی کش بیاید. سپس به مدت ۱۵ دقیقه گوشت را در یخچال قرار دهید تا قدری سرد شود. سپس از گوشت تکه‌هایی به وزن ۱۰۰ تا ۱۵۰ گرم چانه بگیرید. دست را با آب پیاز مرطوب کرده و گوشت را به سیخ بکشید. وسط هر برش یک تکه از فیله مرغ به صورت نگین قرار دهید. در صورت تمایل از زعفران غلیظ دم کشیده نیز می‌توانید استفاده کنید. به این صورت که آن را یا در مایه کوبیده یا روی کباب بریزید.

### نکاتی برای تهیه کباب کوبیده نگینی:

- ۱- بهتر است پیاز چرخ کرده را یک شب تا صبح در یخچال قرار دهید تا آب بیندازد و آب آن جدا شود. سپس پیاز را چنگ زده در تنظیف بریزید و حسابی فشار دهید تا آب آن خارج شود تا تفاله پیاز به دست آید. دقت کنید ظرف پیاز حتماً باید دارای درپوش چفت باشد!
- ۲- جوش شیرین به مقداری مصرف شود که کباب زود سرخ نشود. زیرا جوش شیرین باعث زودتر بریان شدن کباب می‌شود.
- ۳- اینکه پیاز شما آب نداشته باشد نکته بسیار مهمی است که ممکن است در صورت عدم توجه باعث ریختن کباب از سیخ شود.
- ۴- بهتر است برای کباب کردن از آتش بسیار تند استفاده کنید و چند ثانیه اول کباب را زود به زود بچرخانید تا مایه آن نریزد.



### خوراک لقمه نگین دار

کباب نگینی ترکیبی از گوشت و مرغ است که به صورت ترکیبی تهیه می‌شود و طعم بسیار لذت بخشی به غذای شما می‌دهد.

**مواد اولیه کباب کوبیده نگینی برای ۱۰ نفر:**  
نمک به میزان لازم، مرغ (فیله) نیم کیلو، جوجه هندی (اختیاری) یک سوم عدد، پیاز نیم کیلو، جوش شیرین ۱ هشتم قاشق چایخوری، گوشت (نیم کیلو قلوه گاه گوسفندی و نیم کیلو ماهیچه گوساله) ۱ کیلو، زعفران به میزان لازم

**طرز تهیه کباب کوبیده نگینی:** ابتدا دو نوع گوشت گوسفند و گوساله را پاک کرده و بشویید و یک ساعت اجازه دهید کاملاً خشک شوند. سپس آنها را با هم مخلوط کرده و دوبار چرخ کنید. پیازها را پوست کنده و چرخ کنید و آب آنها را کامل بگیرید به طوری که اصلاً آب نداشته باشند. کمی از آب پیاز را نگه دارید. نمک، جوجه هندی و جوش شیرین را به پیاز اضافه کرده و

## 15 Years of Social Worker Experience

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



با مدیریت

دفتر خدمات اجتماعی

بهارا فتاحی بهاران

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

Email: BaharSocialServices@gmail.com

Bahar Social Services



کمک می‌کنه زندگی‌های دیگه‌ای رو که هیچ وقت نمی‌تونستی تجربه کنی رو تجربه کنی. فیلم هم همین کار رو توی یک ابعاد دیگه‌ای می‌کنه اما کتاب همیشه یک سر و گردن بالاتر از فیلمه چون قوه تخیلت رو به کار می‌گیره؛ و روند ذهنی‌تر و عمیق‌تره. تا می‌تونی بخون. وسط کتابها حتما چند صفحه هم در مورد ستاره‌ها و کهکشان‌ها بگذار چون کمکت می‌کنه که ابعاد چیزها رو بهتر درک کنی و یادت نره که توی کل هستی کجا وایسادی. برای همین قدیم‌ها بیشتر فیلسوف‌ها ستاره‌شناس هم بودن. شاید نخوای یا نتونی منجم بشی، ولی همیشه می‌تونی وقتیهایی که غمگینی به آسمون نگاه کنی و ببینی که غم‌ها در برابر عظمت کهکشان چقدر کوچیکه. طناب‌های دیگه‌ای هم هست؛ چیزهایی مثل مجسمه ساختن، نقاشی کردن، کاشتن یک درخت؛ آشپزی با ادویه‌های جدید، سفر کردن، حرکت. ما برای نشستن خلق نشدیم. صندلی یکی از خطرناک‌ترین اختراعات بشریه. به جای نشستن قدم بزنی؛ بدو؛ شنا کن، جفتک بنداز. اگر مجبور شدی بشینی؛ برای خودت هم‌نشینی‌هایی پیدا کن و از مصاحبتشون لذت ببر. پیدا کردن دوست خوب خیلی هم آسون نیست اما اگه دوست خوبی باشی؛ دیر یا زود چند تا آدم خوب دورت جمع خواهند شد. در ضمن، دایره دوستات رو به آدم‌ها محدود نکن. تو می‌تونی تقریباً با همه موجودات زنده دنیا دوست باشی؛ گل‌ها، علف‌ها، ماهی‌ها، پرندها، و حتی گربه‌ها. حیوون‌ها گاهی حتی از آدم‌ها هم دوستهای بهتری هستن. توی زندگی چاه غم زیاده ولی طناب هم هست؛ سر ریسمان رو ول نکن. اما مراقب باش که به طناب‌های پوسیده مثل آدمهای بخیل، الکل، دود، پول و حتی

موفقیت، آویزون نشی چون از توی چاه بیرون نمی‌آره و بدتر ولت می‌کنه ته چاه بگرد و طنابهای خودت رو پیدا کن و اگه نتونستی پیدا کنی؛ بیافش. کسی چه می‌دونه؛ شاید یک روز تو هم طناب خودت رو بافتی... می‌توان تخت بلندی ساخت از فواره‌ها یا منور گشت و آسان از ره پنهان گذشت.

زندگی یک جورایی سخته. یعنی به شکل گریز ناپذیری سخته و این ربطی به جایی که هستی و جوری که زندگی می‌کنی نداره. من بهش می‌گم اصل بقای سختی. یعنی سختی از شکلی به شکل دیگه تبدیل می‌شه ولی نابود نمی‌شه. برای همین هم توی یک زندگی خیلی خوب و عادی، جایی که هیچ کی به هیچ کی به خاطر عقایدش شلیک نمی‌کنه و همه چی آرومه؛ آدمهای زیادی مشیت مشیت قرص ضد افسردگی می‌خورن که بتونن خودشون رو هر روز صبح از توی رختخواب بکشن بیرون و نعششون رو برن سر کار. آدمهای پف کرده، آدمهای بد حال؛ آدمهای روی لبه ی تیغ، خیلی‌ها معتقدن که پیشرفت تکنولوژی، اینترنت، خودفرنگی غیر ارگانیک و گلوتن، ما رو اینجوری کرده و قدیم‌ها مردم خوشبخت‌تر بودن. تو بشنو و باور نکن. حتی هزارها سال پیش شاهزاده‌ای هندی به نام سیزارتا "یا همون بودا" گفت که زندگی رنجه. رنج، یا به زبون بودا «دوکا». هایدگر بهش می‌گه «اضطراب وجودی». خلاصه‌ش اینه که وضعیت بودن در مجموع وضعیت اسف ناکیه چون بودن ما توی این دنیا متزلزله؛ اگه بد بگذره که داره بد می‌گذره و اگه هم خوش که باید هم‌ش رو بگذاری و یک روز بری و این هم یک جور دیگه‌ای دردناکه.

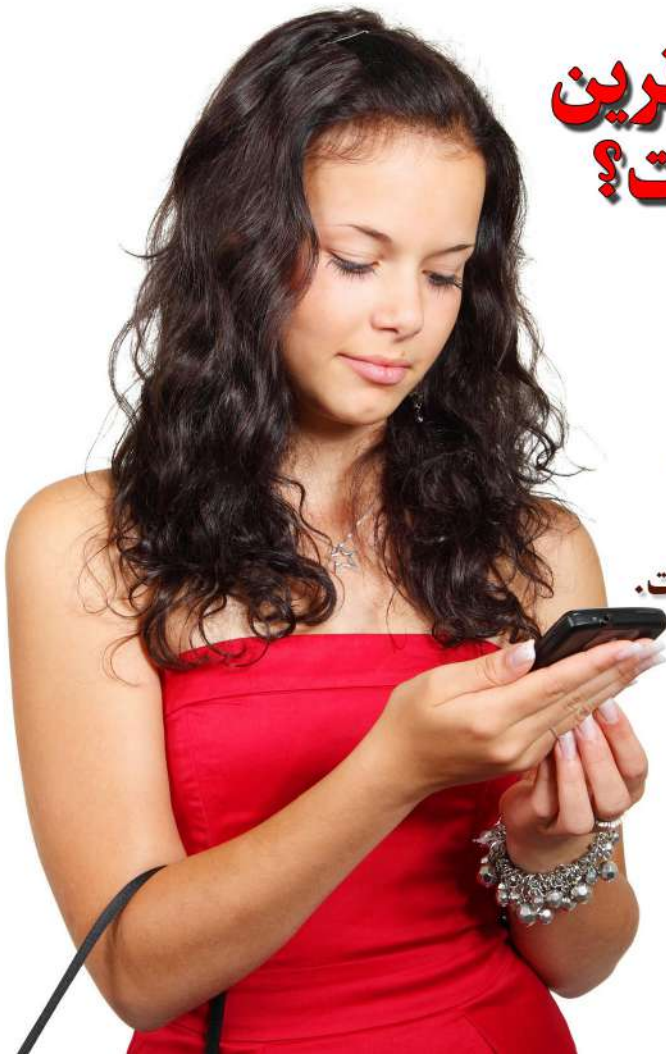
چیزهای خوب و دلنشین هم توی دنیا کم نیست. می‌تونی ازشون توی راه کمک بگیر و هر وقت داشتی توی چاه غم فرو می‌رفتی مثل «ریسمان» بهشون چنگ بندازی و بیای بیرون. یکی از این طناب‌ها؛ موسیقیه. چیز دیگه‌ای که می‌تونی بخونی کتابه. خوندن بهت

## چرا تبلیغ در خواندنی‌ها موثرترین راه برای معرفی بیزینس شماست؟

- پرتیراژترین نشریه جنوب کالیفرنیاست.
- به خاطر داشتن مطالب گوناگون و مثبت، محبوبترین مجله در میان ساکنان کالیفرنیا است.
- هر ماه منتشر می‌شود، دو تا سه بار در هفته توزیع می‌شود، پس بیشتر و بیشتر دیده می‌شوید.
- رایگان است و در تمامی مراکز بزرگ ایرانی در دسترس عموم است.

**(949) 923-0038**

درج آگهی برای شما، به اندازه یک تماس تلفنی آسان است!



CKS Law Group



www.CKSLawGroup.com

دکتر  
کوروش شهریاری  
وکیل تصادفات



- We have focused our practice in seeking justice for individuals and families who have suffered serious personal injuries. Our attorneys have more than 20 years of experience in litigation work, and have a passion for trial work. We will make sure that you get your rightful compensation for your damages, however simple or complex your personal injury case may be.
- We guarantee effective and aggressive representation for you and your loved ones. Our reputation and history of successful trials span over more than two decades.

(310) 400 - 0002

CUSTOM LIGHTING, CUSTOM FURNITURE, UNIQUE ACCESSORIES, FINE ARTS

بازیابی نور  
و زیبایی محیط

خانه شیک



Chic Home



949-379-0090

ChicHomeOC.com

Visit Our Showroom

23472 Ridge Route Dr., Laguna Hills, CA 92653





**RUMI Pharmacy Next to:  
Mission Ranch Market  
in Mission Viejo**

**داروخانه رومی**  
جنب میشن رنچ مارکت

**برنامه ریزی کامپیوتری برای پر کردن داروهای ماهیانه  
پذیرش اکثر بیمه های دارویی:**

**Medicare, MediCal, CalOptima, OneCare,  
Express Scripts Caremark, Atnea**

● مشاوره رایگان دارویی برای هموطنان عزیز  
● خدمات رایگان ارسال دارو و تحویل در منزل

**(949) 457-2246**

**23162 Los Alisos Blvd # 102,  
Mission Viejo, CA 92691**