



دکتر علی رضوی

Razavi Law Group, APC

وکیل تصادفات

صفحه ۲۳، ۲۴ و ۲۵



دکتر فریبا بیگدلی 2905 - 831 (949)

دندانپزشک و متخصص ارتودونسی از دانشگاه های تهران و USC در لاگونا بیکل



Mercedes-Benz of Anaheim



سامیا کاشانی 295-1332 (949)

تجربه خرید مرسدس بنز با کارشناس مجرب

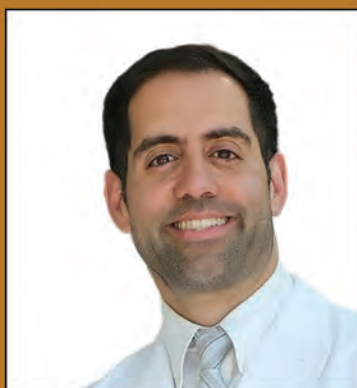



دکتر مهزگان کمالی

وکیل رسمی عضو ۰۸ ایران

• تصادفات • مهاجرت • ویت نامه • تر است

2545-658 (855)



دکتر سینا ابهری

متخصص زنان و زایمان و فوق تخصص ناباروری

صفحه ۳

1290-222 (949)



دکتر جعفر شجره و همکاران

تلفن: 2224-333 (949) صفحه ۴۳



www.octransaltors.com

نرلا نصیری (818)577-5104

خدمات ترجمه رسمی در مراکز پزشکی، قانونی و اداری - ترجمه رسمی مدارک و اسناد تنظیم کلیه فرمهای مهاجرتی - خدمات تنظیم مدارک برای کنسولگری



دکتر حسین تمدنی (آقای وام)

تلفن: 861-0618 (949) 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

Kanani Financial & Insurance Services, Inc. and Kanani Advisory Group, Inc. are two separate entities. Insurance products and services are offered and sold through individually licensed and appointed agents in all appropriate jurisdictions under Kanani Financial & Insurance Services, Inc. Investment Advisory Services are offered through Kanani Advisory Group, Inc., a registered investment adviser. Information presented is for educational purposes only and does not intend to make an offer or solicitation for the sale or purchase of any specific securities, investments, or investment strategies. Investments involve risk and unless otherwise stated, are not guaranteed. Any references to protection benefit or lifetime income generally refer to fixed insurance products, never securities or investment products. Insurance and annuity product guarantees are backed by the financial strength and claims-paying ability of the issuing company.

CA License # 6007382



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

dkanani@KananiAdvisoryGroup.com

16510 Bake Parkway Suite 100

Irvine, CA 92618



دکتر سینا ابهری متخصص زنان و زایمان و فوق تخصص ناباروری

متخصص در زمینه:
غدد درون ریز و تولید مثل،
آندوکراینولوژی تولید مثل،
ناباروری و عملکرد هورمونی



Sina Abhari, MD

Double Board Certified Obstetrics and Gynecology
Reproductive Endocrinology and Infertility

- Fertility assessment
- Intrauterine Insemination
- In Vitro Fertilization
- Preimplantation Genetic Testing
- Donor Egg Program
- Fertility Preservation/
Egg & Sperm Freezing
- LGBTQ+ Family Building.
- Third Party Reproduction
- Endometriosis and Fibroids

When your dreams of starting a family require the support of caring and experienced fertility experts, CCRM Fertility of Newport Beach (formerly Newport Fertility Center) provides the dedicated and individualized care you need.

Led by Drs. Sina Abhari and Elizabeth Dilday, CCRM Fertility specializes in the most advanced fertility treatments, with deep expertise in fertility counseling and assessment, different fertility treatment options tailored to individual's needs including intrauterine insemination (IUI), in vitro fertilization (IVF), preimplantation genetic (PGT) testing, fertility preservation, LGBTQ+ family building, and third-party reproduction, including donor gametes and use of a gestational carrier.

CCRM Fertility's diverse and caring doctors partner with each patient to develop custom-tailored analyses and treatments, and its dedicated team of in-house embryologists and molecular geneticists work together to consistently deliver some of the highest success rates in the country, consistently above the national average. Our physicians are highly involved with state-of-the art innovations in the field through research and participation in national and international committees. No matter what your fertility journey looks like, CCRM and our team of fertility experts is where to begin.



**Learn More at:
CCRMIVF.COM**

3501 Jamboree Rd., Suite 1100
Newport Beach, CA 92660

(949) 222 - 1290



سخن سردبیر

قانون و قانونمندی

دکتر مشتاق فروهر

آیا در محل کار ما قانون اجرا میشود؟ آیا به اصول قانونی کارمان واقف هستیم؟ و آیا ذاتاً فردی قانونمند هستیم؟

زمانی در یک شرکت کار می‌کردم که مدیران منضبط و مسئولی داشت که به طرز عجیبی به کارشان علاقه مند بودند و با جدیت کار می‌کردند. آنها معتقد بودند که بدون استثنا باید طبق قانون عمل کرد تا موفقیت و پیشرفت شرکت تضمین شود. کارها خوب پیش میرفت تا اینکه پس از مدتی با تغییر یکی از مدیران شرکت، شیوه کار تغییر کرد و با این بهانه که شرایط تغییر اقتضا می‌کند، سیاستهای شرکت دستخوش تغییر و تحول شد. دیگر ظاهر و باطن کارهایشان یکی نبود. نگران بودم ولی تا مدتی چشمانم را به روی آنچه دور و برم اتفاق می‌افتاد، بستم تا اینکه یک روز از من خواسته شد در یک کار خلاف قانون شرکت کنم. دیگر نتوانستم ادامه دهم و حاضر شدم حتی به شرط بیکار ماندن کارم را رها کنم.

در واقع با این انتخاب، شرافت و حیثیت کاری خود را خریدم و بلافاصله کاری در شرکت رقیب پیدا کردم. آنها درباره جزییات کارهای شرکت قبلی سوال میکردند اما من بنا به اعتقادات خود سکوت کردم نمیدانم چرا؟ شاید راز داری را کاری شرافتمندانه دانستم. به هر حال راضی از رفتار خود به کار در شرکت جدید ادامه دادم و با علاقه و جدیت کار کردم. بعدها شنیدم که اعضای شرکت قبلی را دستگیر کردند و آنها را به مجازات اعمالشان رساندند. مدیران ارشد شرکت جدید از کارم و بخصوص از رازداری من خرسند و راضی بودند. البته قبول دارم که هیچ یک از ما صد درصد از کاری که می‌کنیم رضایت خاطر نداریم. اما هر قدر بتوانیم مطلوبیت فضای کاری خود را افزایش دهیم از کار خود لذت بیشتری می‌بریم. ما برای داشتن یک زندگی بهتر و یک کار شرافتمندانه تر باید کاملاً مقید به اصول اخلاقی و قانون باشیم. با تردید و سوء ظن کار نکنیم. لازم نیست سپر بالای دیگران باشیم و سابقه کاری درخشان خود را خدشه دار کنیم. اگر دیگران به دنبال یک آدم هالو میگردند به آنها نشان دهیم که ما چنین آدمی نیستیم و به خودمان اطمینان داشته باشیم که هرگز از مسیر درست منحرف نمی‌شویم حتی به طور اتفاقی.

در این شماره می‌خوانیم:

صفحه:

- سخن سردبیر-قانون و قانونمندی ۴
- در تاریخ ۵
- به بهانه تولد کامبیز درم بخش ۵
- شوگان - تکتم مرادی مهنه ۶
- بیا بریم - حمید سلیمی ۸
- امید - مریم سمیع زادگان ۱۰
- درگوشی‌های خاله زنکی، کی اول باید بیاد جلو - تکتم مرادی مهنه، مهدی علیزاده ۱۲
- پارسی بگویم، پارسی بنویسیم ۱۴
- خبر چین، شعری از احسان صانعی کاشانی ۱۴
- از چه سنی باید درمان‌های ضد پیری را شروع کنیم؟ - دکتر علی سجادیان ۱۶
- مروری بر فیلم‌های سینمای ایران - ارتفاع پست ۱۸
- گروه حقوقی رضوی، صدای شما در لحظات سخت ۲۲
- دلنوشته‌ها - حمید الهی ۳۰
- افعی - مهدی علیزاده ۳۲
- حکایتی از گلستان سعدی ۳۴
- شگفتی‌های ایران - غار سهولان ۳۶
- کهکشان گفتار ۴۰
- رها شده - فهیمه سرافراز ۴۴
- خدیجه - حسین فرزین ۴۶
- همدلی - سودابه فرضی پور ۴۸

Coast New Horizon, Inc.

RCFELic #306004128

نگهداری از عزیزان سالمند شما

Mali Fouri
AdministratorAssisted Living
Care Home

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

- With Doctor on call
- 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 TravelTURKISH
AIRLINES

Lufthansa

QATAR
AIRWAYS

مرجان پیروان

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

Text or WhatsApp: (714)743-4471

قیمت‌های مخصوص به ایران با حمل سه چمدان و عوض کردن آسان
با ما تماس بگیرید و با خیال راحت به مسافرت خود ادامه دهید.
این قیمت‌های مخصوص به زودی خاتمه خواهد یافت. با ما تماس بگیرید.
در خدمت همه عزیزان خواهیم بود.
سفر راحت و آرامش کامل را با ما شروع کنید.

Contact Us For Our Special Rates
To Europe, Iran, and Middle East

در تاریخ

● در ۱۱ اردیبهشت ۱۳۳۱ ساختمان تازه آرامگاه استاد سخن پارسی و اندرزگوی بزرگ، مصلح الدین سعدی که به همت انجمن آثار ملی ساخته شد، در زادگاهش، شیراز، گشایش یافت.

● سوم ماه می ۱۵۱۵ پرتغالی‌ها در جزیره ایرانی هرمز مستقر شدند و فصل تازه‌ای در تاریخ منطقه باز شد که عنوان آن را «مداخله غرب در خاور میانه و استثمار این منطقه» نامیده‌اند. منطقه‌ای که مهد تمدن بشر بوده است.

● نهم ماه می سال ۱۹۲۷ (۱۹ اردیبهشت ۱۳۰۶) کاپیتالاسیون در ایران لغو شد. (کاپیتالاسیون به معنای تسلیم است و در اصطلاح قضایی به مفهوم قضاوت کنسولی - محاکمه و مجازات متهم در کشور خود، به جای محل وقوع جرم). این امتیاز را دولت قاجاریه به پاره‌ای از دولتها داده بود و به این ترتیب قسمتی از حاکمیت ملی را واگذار کرده بود. رسیدگی به جرائم محلی و مجازات متخلف تکلیف یک دولت حاکم مسئول در برابر اتباع کشور است و از تکلیف نمی‌توان گذشت و آن را واگذار کرد.

● فرانسه برای اولین بار پس از انقلاب خود، پول کاغذی را رواج داد. در ایران تا سال ۱۲۶۸ که بانک شاهنشاهی تشکیل شد، پول رایج کشور، مسکوک طلا و نقره بود. در آن سال نشر اسکناس در سراسر ایران منحصراً به بانک شاهنشاهی وابسته به انگلیس تعلق گرفت. دو سال بعد، اسکناس جدید بانک با سرلوحه فارسی و علامت شیر و خورشید و عکس ناصرالدین شاه قاجار و ذکر ارزش آن منتشر شد. مجموعاً بانک شاهنشاهی، چهل سال در ایران اسکناس منتشر کرد تا این که در ۲۳ اردیبهشت ۱۳۰۹، پنج سال پس از به سلطنت رسیدن رضا شاه، حق انتشار اسکناس از بانک وابسته به انگلیس سلب شد و در مقابل دویست هزار لییره انگلیس، به بانک ملی ایران واگذار گردید. اسکناسهای بانک ملی در سال ۱۳۱۰ منتشر شد و تا سالها، رایج بود.

● هجدهم ماه می سال ۱۰۴۸ میلادی (۲۸ اردیبهشت) روز تولد حکیم عمر خیام (غیاث الدین ابوالفتح عمر ابن ابراهیم نیشابوری) ریاضی‌دان، فیلسوف و ادیب بزرگ ایرانی است. تقویم هجری خورشیدی که مورد استفاده ایرانیان است، ششم مارس ۱۰۷۹ میلادی، حدود هزار سال پیش، توسط حکیم عمر خیام تکمیل شد که به تقویم جلالی معروف گردیده است، زیرا که در زمان حکومت جلال الدین ملک‌شاه تنظیم شده بود. این تقویم دقیق‌تر از تقویم میلادی است، زیرا که عدم دقت آن هر ۳۷۷۰ سال یک روز است و تقویم میلادی هر ۳۳۳۰ سال.



به بهانه تولد کامبیز درم بخش مشهورترین کاریکاتوریست ایرانی

کاریکاتور «یک اعتراض مصور» است و این اعتراض می‌تواند خنده‌دار باشد یا همراه با فریاد و تلخی.

این باور کامبیز درم‌بخش (زاده ۸ خرداد ۱۳۲۱ در شیراز) طراح، کاریکاتوریست و گرافیست ایرانی است. او گفته بود: «من طنز سیاه را از محله کودکی‌هایم آموختم. در چهارراه مخابراتالدوله مردی واکسی می‌نشست که هر روز کفش‌های مردم را

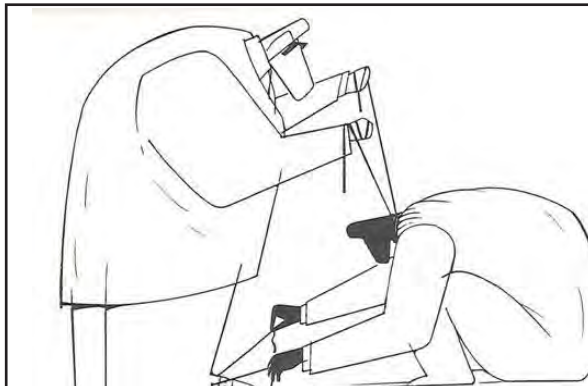
واکس می‌زد اما خودش از داشتن دو پا محروم بود و همواره دو عصا به زیر بغل و دو پای چوبی را به همراه داشت.» کامبیز درم بخش برنده چندین جایزه بزرگ معتبر جهانی است و تاکنون چندین نمایشگاه مستقل از آثارش در کشورهای مختلف جهان برگزار شده‌است. او فارغ‌التحصیل هنرستان هنرهای زیبای تهران است، از پیشکسوتان هنر کاریکاتور در ایران

به‌شمار می‌رود و در کار خود صاحب سبک بود. درم بخش از ۱۴ سالگی همکاری خود را با نشریات ایرانی از جمله توفیق شروع کرد و با دیگر مطبوعات ایرانی و خارجی همچون نیویورک تایمز، اشپیگل، نبل اشپالترو... کارش را ادامه داد. در مجموع بیش از ۶۰ سال با مطبوعات صاحب نام ایران و جهان همکاری مستمر داشته و مدتی نیز در دانشکده هنرهای زیبای دانشگاه تهران، هنر کاریکاتور را تدریس کرده‌است.

این هنرمند خستگی‌ناپذیر و جهانی، همچنین کاریکاتور را یک «طنز جهان‌فهم و سهل‌الوصول» می‌دانست که وسعت تأثیرگذاری آن «تمام مردم جهان از هر نژاد و فرهنگ و زبانی» است.

او زمینه جهانی شدن کاریکاتورها را با خلق شخصیتی بی‌نشان فراهم کرده بود؛ آدمی که جزئیات چهره‌اش مشخص نیست و در اکثر کارهای او حضور دارد. این شخصیت نمادین کاریکاتورها کامبیز درم‌بخش، به گفته خودش، می‌تواند هر کسی باشد. قهرمان‌های طرح‌های او که خودش به آنها «آدمک» می‌گفت، اشخاصی ساده متشکل از چند خط بودند. آدمک‌هایی که شاخصه و امضای خودش است. آدمکش پوشش مشخص مربوط به جایی را نداشتند. او می‌گفت «این آدمک هنرپیشه من است و من کارگردان او هستم. هنر پیشه من هر بار یک نقشی دارد.» و چه چیز بهتر برای یک هنرمند که با چند خط ساده منظورش را به مخاطب بگوید؟

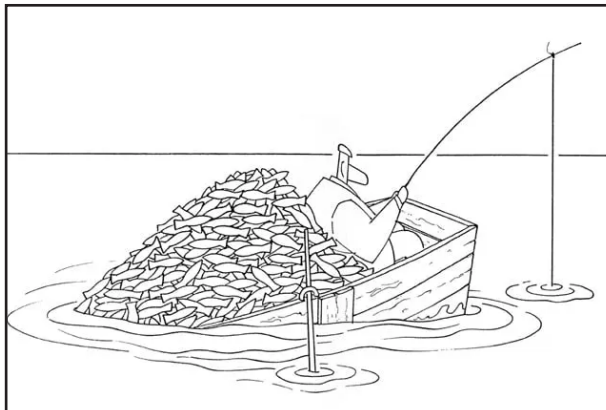
درم‌بخش که مدتی در دانشکده هنرهای زیبای دانشگاه تهران «هنر کاریکاتور» تدریس کرد، آثار



خود را در قالب کتاب نیز به چاپ رساند: بدون شرح، دفتر خاطرات فرشته‌ها، کتاب کامبیز (در ایتالیا)، میازار موری که دانه‌کش است، المپیک خنده، سمفونی خطوط، اگر داوینچی مرا دیده بود و کتاب‌های مشترک طنزاندیشان امروز ایران و طنزاندیشان امروز ایران در خارج از کشور از دیگر کتاب‌های منتشر شده درم‌بخش است.

کامبیز درم‌بخش به دلیل ابتلا به ویروس کرونا، از ۱۰ آبان ۱۴۰۰ در بخش مراقبت‌های ویژه بیمارستان آتیه تهران بستری شد.

او ۱۵ آبان ۱۴۰۰ در سن ۷۹ سالگی درگذشت. درم‌بخش با وجود حجم بزرگ از آثاری که خلق کرد، باز هم افسوس کاریکاتورها را نکشیده را می‌خورد: او می‌گفت «اگر این امکان به وجود بیاید که در دوره‌ای دوباره متولد بشوم سوژه‌هایی را اجرا می‌کنم که در این دوره نتوانسته‌ام اجرا کنم.»





شوگان

تکتم مرادی مهنه

حتماً سربال شوگان را دیدید. جامعه سنتی ژاپن و آن همه رسوم عجیب و غریب که مردم به طرز وحشتناکی به آن پایبند بودند و عمل می‌کردند. طوری که به آن آقای اروپایی می‌گفتند وحشی. اما چیزی که من را به فکر فرو برد نقش‌ها زن‌ها در آن جامعه بود. کاملاً جنس دوم بودند و حتی با آن که تمدنی ایجاد شده بود باز هم باید گوش به فرمان می‌بودند و شوهرشان حق داشت هر بلایی سر آنها بیاورد و حتی آنها را بکشد. و بدی قضیه این بود که خودشان هم این را قبول کرده بودند. یعنی قبول این مسئله که من یک کالا هستم و یک شیء هستم و مرد من این اجازه را دارد که هر بلایی سر من بیاورد. من باید فاحشه شوهرم باشم و اوست که تصمیم می‌گیرد مدتی از من استفاده کند و یا اصلاً چگونه استفاده‌ای از من داشته باشد. ما در این دوران به خاطر حجاب اجباری می‌جنگیم و در آن دوران خانم‌ها حتی به دستور شوگان باید جان خود را فدا می‌کردند و یا به مرد دیگری به جز شوهرشان خدمت می‌کردند. حتی جان نوزاد خود را به یک ارباب بالاتر

می‌سپردند تا او به عنوان مجازات جان فرزند آنها را بگیرد! همین هم هست که من هرچند به سنت به عنوان یک قانون مفید نگاه می‌کنم اما اعتقاد دارم هر سنتی هم خوب نیست و بازنگری در سنت‌ها پیوسته باید منطقی و با تعقل صورت گیرد. یعنی در هر جامعه‌ای قرار نیست مایک رسم همیشگی داشته باشیم و حتی در چنین تمدن‌های محکمی که همه چیز برنامه‌ریزی شده است و اصلاً جای چون و چراند ندارد باید بحث کرد و همه چیز را سنجید و آن را به روز کرد. اما طوری که همه به منطقی بودن این تغییر اذغان داشته باشند. حالا حکایت ماست. چون ما هم در رسم و رسوم جامعه خودمان از این سنن عجیب که خیلی هم روی آنها پافشاری می‌شود کم نداریم. بعضی که اصلاً فوق العاده آزاردهنده هستند و باعث هرج و مرج و شلوغی هم می‌شوند و چقدر افسوس که مغزهای پوسیده جمودی داریم که انگار وحی منزل باشند باز هم از آنها کوتاه نمی‌ایند. خانم‌ها هم به عنوان جنس دوم در جوامع سنتی مجبورند بجنگند و بجنگند و در نهایت نتوانند نقش مفیدی در جامعه ایفا کنند چون تمام انرژی آنها صرف جنگیدن با همین بایدها و نبایدها می‌شود. همین هم شده است که ما در کشورمان تعداد زیادی خانم جنگنده داریم که گاهی به حق و گاهی به ناحق با هر اجباری سر عناد دارند و مقصر هم نیستند. چون از کودکی یاد گرفتند که باید برای خواسته‌های کوچک



949-867-2060

آدرس:

Wells Fargo Tower
2030 Main Street,
Irvine, CA 92614

وب سایت:

www.10xDiamondGroup.com

گروه حقوقی و مالی الماس

مشاوره رایگان - با مناسبترین قیمت در اسرع وقت
خدمات ما:

- تنظیم تراست، وصیتنامه و وکالتنامه
- انتقال قانونی پول از ایران، معاف از مالیات
- انجام امور سیتیزن شپ، گرین کارت و ویزا
- اخذ پذیرش از دانشگاه‌های معتبر برای متقاضیان واجد شرایط
- امور مربوط به ویزای تحصیلی، کاری و توریستی
- امور مربوط به حقوق و مزایای سالمندان و بچه‌ها
- انجام امور بیمه‌های مدیکال، مدیکر و دریافت تلفن رایگان
- انجام امور پاسپورت و شناسنامه ایرانی بدون حضور شما
- ثبت ازدواج و طلاق توافقی
- انجام اوراق مالیاتی و تکس ریترن (IRS Enrolled Agent)
- امور مربوط به حقوق کارمند و کارفرما، ثبت شکایت و پیگیری
- امور مربوط به مالک و مستاجر، تنظیم قرارداد اجاره و دریافت حکم تخلیه
- ثبت و انحلال شرکتهای تجاری، اخذ شناسه مالیاتی، اخذ سند مالکیت شرکت
- راه اندازی شرکت و بیزینس جدید، صفر تا صد شامل مشاوره، ثبت شرکت، بیزینس پلن، استخدام کارمند و غیره
- تنظیم اعلام ورشکستگی و پاک کردن بدهی‌ها
- ثبت و طراحی وب سایت برای انواع بیزینس‌ها همراه با تولید محتوا

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:

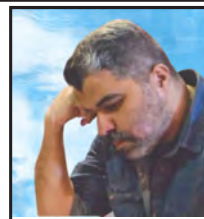
- دعاوی تجاری، تهیه و تنظیم قراردادهای تجاری،
- ثبت شرکت ها، ثبت علایم تجاری

امور تصادفات:

- اتوموبیل و موتورسیکلت
- اوپر و لیفت

بیا بریم

حمید سلیمی



دخترکی سه ساله آرام دراز بکش کنار من،
برایت شعر بخوانم به زمزمه، نوازشت کنم،
ببوسمت. بی هیچ هراسی، سرت را بگذار
روی سینه من و چشمهایت را ببند.

من با تمام جانم سرباز بی وطن نترسی
میشوم که خلق شده برای محافظت از
مرزهای بودندت. با هر نفست، دوبار شهید
گمنام می شوم در تیرگی های شبی که
خورشیدش تویی. بوی تنت بیچد در تمام
روزگارم، مست شوم از عطر بودندت، بی باده.
باده تویی، شراب ناب تویی، بید مجنون
جوان من...

دیر رسیده ایم به هم. حیف از تو که با من
بمانی، گل نیلوفر مرداب شوی...

اگر هم شبی کنار هم بودیم، یادت باشد
صبح که شد، از تمام خیال ها بروی.

قبل از آن که عادت کنی به تیرگی های
طولانی دنیای من، ماه صورتت را بردار و برو.
قبل از آن که عادت کنی به آغوش سرد
ناامنم. به تلخی مداومم.

به دردهای جاری در ثانیه های زشت شبانه
روزم.... برو. تو فکر کن گم شده بوده ای،
من هم فکر می کنم خواب دیده ام، خواب
دلچسبی که هرگز تکرار نخواهد شد...

کم کم صبح بشه. بریم چمخاله، صبح زود
بیدارت کنم بغل دریا راه بریم و تو بهشت
رو از نزدیک ببینی. بریم بازار بزرگ تهران،
با هم دیزی بخوریم تو قهوه خونه ناصر
پشت نوروزخان، وسط چشمه ها و سیبیلها
من ببوسمت و تو بخندی و شهر ذوق کنه
از ذوق کردن ما. بریم لب خط، وایسیم بغل
بچه های پایین، واسه قطاری که رد میشه
دست تکیون بدیم و بوس بفرستیم. بریم
شیراز، حافظیه و سعدیه رو بگردیم و تو
برام غزل بخونی و من به تو نگاه کنم،
غزل دلریا. بیا بریم هرکجای جهان که
تو دوست داری.

بیا بریم. چیه این دوری؟



شاید هم به کام ما شد دنیا
خدا را چه دیدی؟ شاید هم به کام ما شد دنیا.
یک شب لاقیل...

یک بار کنار هم بیدار می مانیم تا
صبح. تو شب گیسوانت را بریز روی
ظهر داغ تنت، بخند، آن طوری از ته دل
بخند که چشم هایت هم می خندند،
چشم های درشت دلنشینت.

نیمه های شب که خوابت گرفت، بیا مثل

بین، بیا بریم از کنار کلیسای وانک راه
بیفتیم، آروم آروم راه بریم کنار رودخونه،
مست بشیم از عطر تاریخ و کاشی و
معاشقه و غزل. بگردیم دور میدون اصلی
چالوس، ببرمت جلوی بیمارستانی که
توش به دنیا اومدم برات داستان تولدمو
وسط سفر خونوادم تعریف کنم غش غش
بخندی. بریم یزد، جلوی مسجد جامع
ببوسمت، اون پیرمرد مهربونه برامون اسفند
دود کنه. بریم اردبیل، تو مقبره شیخ صفی
گریه کنیم برای آغشتگی خون و دین. بریم
آبادان، با بچه های شط برقصیم، لنج
سواری کنیم و من تو رو به اقیانوس نشون
بدم و بگم هوی، بین پری دریایی منو....
بریم نوشهر، آتیش روشن کنیم نزدیک
دکه مجید، نوشابه شیشه ای بخوریم،
مست بشیم از بودن هم، دراز بکشیم روی
شن های خنک اردیبهشت و حرف بزنیم و

دکتر حسین تمدنی با ۵۵ سال تجربه در امریکا

(949)861-0618

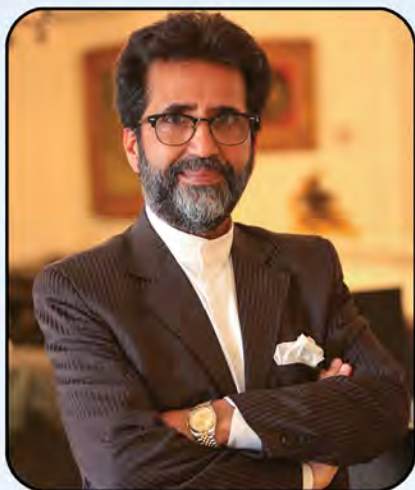
BRE#01173539

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



شرکت طلوع املاک

با همکاری وکلای رسمی دادگستری

منوچهر معتمر و همکاران

متخصصین املاک صادره شده در ایران

شرکت طلوع املاک، دفتر وکالت در امور قوانین امریکا نمی باشد.



- تعویض گذرنامه در دو هفته
- مهر خروج ویژه مشمولین
- اجازه خروج همسر
- تعویض و اخذ شناسنامه
- تنظیم صلح نامه که پس از فوت نیاز به انحصار وراثت و مالیات بر ارث نباشد
- وکالت نامه کاری و فروش تام الاختیار با حق توکیل به غیر در دو هفته
- دریافت حقوق بازنشستگی یا مستمری از ایران
- ثبت ازدواج و طلاق ایرانی
- گرفتن انحصار وراثت
- و کلیه امور حقوقی در ایران
- گرفتن مجوز اوفک
- ترجمه مدارک به کلیه زبانها
- تمام خدمات و امور حقوقی و کنسولی ایرانیان در آمریکا و کانادا

استخدام فوری

(949) 202 - 7288 (949) 338 - 4705
(310) 975 - 4677

Propertyiran@Gmail.com
26632 Towne Centre Drive, Suite 300
Foothill Ranch, CA 92610



امید

مریم سمیع زادگان

از مانتو و مقنعه و جزوه‌های کنار دستشان پیدا بود که دانشجو هستند. پشت نیمکت پارک کپی هم، شانه به شانه حلقه زده و روی چمن‌ها چهارزانو نشسته بودند. بینشان اندازه یک دایره کوچک فضای خالی بود که آن را هم بسته چپرسی باز شده پُر کرده بود. از روی ادب طوری روی نیمکت پارک خود را جا دادم که پشت به آنها نباشم. کتابی از کیفم بیرون آوردم و آن را ورق زدم. به صفحه آخر نگاه کردم. ۱۱۰ صفحه بیشتر نبود. با خودم حساب و کتاب کردم، اگر دل بدهم و فکرم هزارجا نرود، خواندنش یک ساعت بیشتر طول نمی کشد که صدای خسته یکی از دخترها کنجکاو می کرد: «حال خوبی ندارم. دست و دلم به هیچ کاری نمی رود. نمی دانم اسمش چیست؟ شاید یک جور ول معطلی. حوصله درس خواندن ندارم، انگار یکی نشسته توی سرم و مدام غر می زند: درس بخوانم که چه؟ راستش دلم می خواست یک تکه زمین داشتم. شخم می زدم و دانه می کاشتم، آبش می دادم و می رفتم یک گوشه منتظر می نشستم که کاشته‌هایم سبز شود.» لحظه‌ای مکث کرد، شانه‌ها را

و مدل خودرو و برند لباسشان باشد، حالا یکی از همین بچه‌ها نگران عمو و زن عموی بازنشسته بی پولش بود. زیرچشمی نگاهش کردم. صورت ساده و معصومی داشت. چشمش افتاد به چشم من و بی توجه به نگاه من ادامه داد: «حس می کنم توی یک قایق شکسته وسط دریایم، پارو می زنیم و خوشحالیم که زنده‌ایم.» بقیه با تعجب نگاهش کردند، معلوم نبود سکوتشان به معنای تأیید است یا چیز دیگر. سکوتی برقرار شد، آنها با خوردن چپس شان مشغول شدند و من با کتابم که صدای یکی از آنها من را برگرداند توی جمع‌شان: «آن خانم را می بینید بربری به دست می آید؟ فخری خانم همسایه ماست، مادرم می گوید تو هنوز به دنیا نیامده بودی که خبر مفقودالاثر شدن پسرش را آوردند. فکر کنم سی سالی می شود که امیدوار، منتظر نشسته تا پسرش برگردد.» سر بلند کردم سمتی که دختر با ابرو نشان داد. خانم مسنی از دور می آمد، مانتوی سبز بلندی به تن داشت و یکی از پاهایش را روی زمین می کشید. آمد و رسید به نیمکتی که من روی آن نشسته بودم. توی یک دستش نان و کف دست دیگرش گلدان سبز کوچکی داشت. نگاه کنجکاو را که دید، لبخندی زد و نان را گرفت سمتم، گفت: «فرما نان تازه...» چشم افتاد به چین و چروک‌های زیرچشمش. زیاد بود، خیلی زیاد، شاید سی تا، به اندازه تمام سال‌های انتظارش.

داد بالا، لب‌ها را ورچید و گفت: «سبز نشد هم نشد.» آن یکی که کنارش نشسته بود، با تعجب پرسید: «مگر دیوانه‌ای؟ شخم بزنی و دانه بکاری و آب بدهی، آخرش هم هیچ به هیچ؟» نفر سوم سر باز بسته را چرخاند سمت خودش و مشتی چپس کف دستش گذاشت و گفت: «چرا سبز نشود؟ اگر خوب شخم بزنی و به موقع آب بدهی، خب سبز می شود.» یک پُر چپس برداشت و به دهانش گذاشت. دلم می خواست توی بحث‌شان شرکت کنم و یک چیزی بگویم که امیدوارشان کند. مثلاً بگویم ذات دانه همین است، زمین که خوب باشد و خوب سیراب شود، بدون شک سبز می شود که همانی که دلش می خواست زمینی داشته باشد، به آن بحث خاتمه داد، ساقمه‌ای به پهلوی بغل دستی‌اش زد و پرسید: «چرا دمگی؟» دخترک توضیح داد: دیشب زن عمومیش زنگ زده و از مادرش ۱۰۰ هزار تومان پول خواسته. گفت: «عمو و زن عموم هر دو زمانی کارمند بوده‌اند و چندسالی هست که بازنشسته شده‌اند. از خودشان خانه دارند و خوشبختانه نباید اجاره خانه بدهند. اهل بریزوپاش هم نیستند.» صدایش خسته بود و لحنش ناامید، وقتی گفت: «قرض خواستن زن عمو فکرم را بدجور مشغول کرده. چرا باید معطل ۱۰۰ هزار تومان پول باشد؟ چرا باید توی این سن و سال زنگ بزنی و از جاری‌اش پول بخواهد؟» تعجب کردم. حرفش و لحنش غافلگیرم کرد. فکر می کردم دغدغه بچه‌های این نسل مارک گوشتی

RED HOT
PROPERTIES
BUSINESS SALES

"Sam"
Siavosh Ardalan
Certified Business Broker

Experience Does Count
DRE Licence# 01067058 Since 1991

We Sell Your Business
Retail. Service. Manufacturing. Doctors. Online

www.CABusinessBroker.com

(714) 858 - 0507

Siavosh.Ardalan@yahoo.com

Best Travel & Tours
آژانسی مسافرتی بست تراول

هایدی حجازی
۱۸ سال مشاور صدیق شما
در کالیفرنیا و سراسر آمریکا

Special Business and Economy Class Fares!
نرخ های استثنایی به ایران با حمل ۳ چمدان پنجاه پوندی

4000 Barranca PKWY., #250, Irvine, CA 92604
(949)419-4709 www.FlyBTT.com



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 شیب

● 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

درگوشی های خاله زنگی

کی اول باید بیاد جلو

خانومه: نکتم مرادی مهنه، آقاهه: مهدی علیزاده

آقاهه میگه: یکی از مشکلات فرهنگی ما این است که برای شروع یک رابطه و یا برای تقاضای ازدواج باید آقا درخواست بدهد. یعنی مثلاً یک دختر و پسر در محیطی مدتی با هم معاشرت می کنند و هر دو نسبت به هم احساسی پیدا می کنند. اما دختر خانم حتی اگر مطمئن باشد که این مرد، مرد او است و حتماً با هم خوشبخت می شوند برای شروع یک رابطه جدی تر پا پیش نمی گذارد تا آقا دل به دریا بزند و تقاضا بدهد. اما پسرها هم که انصافاً در این گونه موارد خنگ تشریف دارند و با می ترسند تقاضایی بدهند و خانوم واکنش بدی نشان بدهد. چون هستند خانمهایی که طرف را تا لب چشمه می برند و بعد از شنیدن تقاضای ایجاد رابطه یا ازدواج طوری الم شنگه به پا می کنند که تو چطور به خود جرات دادی و رابطه ما یک رابطه کاری است و من هیچ منظوری نداشتم و با همه همینطور گرم می گیرم و الی آخر که حتماً تمامی شما این تجربه را دارید و خوب می دانید من چه می گویم. بنده خدا آقا پسر هم سر دوراهی می ماند که اصلاً حرفی بزند یا بی خیال بشود. توی فیلم و سریال ها هم که تا دلتان بخواهد می بینید که اگر از کسی

خوشت میاید برو خواستگاریش! یعنی هیچ شناخت قبل از ازدواجی را قبول ندارند و باید وارد این هندوانه سر بسته بشوی و زیر بار مهریه و مسئولیت بروی و خودت و خانواده ات را بدبخت بکنی شاید این رابطه سرانجامی داشته باشد یا نه! و باور بفرمایید از نظر من مقصر خانمها هستند و کلاً اینها توقع زیادی پیدا کرده اند که هر کاری وظیفه آقا است و برای خودشان هیچ وظیفه ای تعریف نکرده اند. همین هم می شود که آقای بیچاره که صدمه بارش این اتفاق افتاده جرات پا پیش گذاشتن نمی کند و البته که اگر پا پیش بگذارد احتمال موفقیت هم دارد. اما چون می ترسد همین اندک رابطه را با کسی که دوستش دارد از دست بدهد در انتظار زمان مناسبتری می نشیند. شاید چرخ روزگار در طی این مدت انتظار کس دیگری را در مسیر سرکار خانم نگذاشته باشد.

خانومه میگه: خانمها مشکلاتی دارند که واقعاً آقایون درک نمی کنند. یک خانم در جامعه ما همیشه مجبور است ملاحظات داشته باشد. بعضی خط قرمزها برای خودش تعیین کرده باشد. و قوانینی برای خودش کرده باشد و سعی کند به آنها تا جایی که می تواند پایبند باشد. خانمها نمی توانند هر توقعی را که آقایان دارند قبول کنند. در جامعه ما برای هر خانومی هر تقاضای به جا یا نابجایی همیشه هست. خانمها هر روز ممکن است از بعضی بشنوند که رابطه عمیق تری

با من داشته باش. اما اینکه در آن رابطه چه چیزی در انتظار خانمهاست مشخص نیست. البته خانمها خوب متوجه می شوند و بعد از مدت کوتاهی می فهمند که با آن شخص آینده ای دارند یا نه. اما شاید همان مدت کوتاه هم تبعات خودش را داشته باشد و دیگر جبران پذیر نباشد. پس این دلهره همیشه با ایشان هست. یعنی از در که وارد می شوی از آبدارچی شرکت به تو پیشنهاد می دهد تا حتی بقال سر کوچه. بعضی را زیر سیبیلی رد می کنی و برای بعضی باید خوب واکنش جدی نشان بدهی وگرنه طرف بی آبرویت می کند. آقایان هم که انگار فقط خودشان را می بینند و از مشکلات طرف مقابل هیچ درکی ندارند و نمی دانند بنده خدا خانمها چقدر تجربیات وحشتناکی دارند و مار گزیده هم که از ریسمان سیاه و سفید می ترسد. پس بهتر است کمی بیشتر خودشان را بگذارند جای ما و اینقدر بی دلیل بهانه های الکی نگیرند و نخواهند خانمها برایشان سهل الوصول باشند. هر خانومی ارزش خودش را می داند و باور کنید ما خودمان اگر کسی باب میلمان پیدا کنیم بلدیم چطور دلش را ببریم که صد بار تقاضای ازدواج کند و تشریف بیاورد به خواستگاری. آنهایی که جواب منفی شنیدند خودشان می دانند گیرشان کجا بوده. ما هم قرار نیست به هر کسی که از راه می رسد بگوییم بله! زندگی خودمان است و حق داریم برای آن تصمیم .. بله!

OC Mail Store

- Mailbox Rentals
- International Shipping
- Passport Photos
- Amazon Returns / Drop Offs
- iPhone Repairs
- PC Computer Repairs
- Notary Services
- Copy / Print / Fax / Scan
- & More!

● اجاره صندوق پستی

● ارسال محمولات بین المللی

● عکس پاسپورتی

● پذیرش برگشتی های آمازون

● تعمیرات آیفون

● تعمیرات کامپیوتر کامپیوتر

● خدمات نوتاری

● کپی / پرینت / فکس / اسکن

و دیگر خدمات

ارسال محموله های پستی به ایران Ship to IRAN



949-690-4729

میشن ویهو، جنب میشن رنچ مارکت: 23166 Los Alisos Blvd, Ste 108, Mission Viejo, CA 92691

لاگونا نیگل: 30100 Town Center Dr, Ste C, Laguna Niguel, CA 92677



OCMailStoreMissionViejo



OC Mail Store Mission

Coffee
Speaks
and
Tea Talk !

هرچه می خواهد دل تنگت بگو

- | | |
|-------------------------|--------------------|
| ● Success | ● موفقیت |
| ● Prosperity | ● رفاه مالی |
| ● Business | ● کسب و کار |
| ● Overcome difficulties | ● غلبه بر مشکلات |
| ● Time management | ● مدیریت زمان |
| ● Education | ● تحصیلات |
| ● Family | ● خانواده |
| ● Relationship | ● روابط و ارتباطات |
| ● & More | ● و موارد دیگر |

"The permanent consolidation of peace"

Please call: 949-284-6767 For appointment



DRE#0203 3878

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



Buying?
Selling?

خرید و فروش
املاک
مسکونی و تجاری

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"

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

خبرچهره

از مجموعه جای پای عشق، گزیده‌ای از دیوان

احسان صانعی کاشانی



پارسی بنویسم، پارسی بگویم

اکثر قریب اتفاق = بیش‌تر

ملحق شدن = پیوستن

ذره = خرده

شیوع = گسترش

مداوم = همیشگی

سایت اینترنتی = تارنما

مخفی = پنهان، نهان

ضمن تایید = افزون بر درست شمردن

قیام = شورش، خیزش

منحصر به فرد = بی همتا

منازل = خانه‌ها

کابوس = بختک

سؤال = پرسش

جرم = بزه

قدیمی = کهن، باستانی، کهنه

کفایت = بسنده

تحسین برانگیز = آفرین‌انگیز

کسرکردن = کاستن

نقیصه = کاستی

مبتنی بر = بر پایه

شبهات = همانندی، همانندگی



اصیل = ریشه‌دار

سارق = دزد

تشریفات = آیین‌ها

متخصصان = کارآزمودگان

معضل = کاستی، دشواری

طوس = توس (نام شهر)

علیرغم = با اینکه

موفقیت = کامیابی

مسلط = چیره

محذوریات = تنگنا

مدل = الگو

تحقیقاتی = پژوهشی

چهره را با دو دست خود پوشید
گفتم او را که از چه می‌ترسی
گفت آخر مگر نمی‌دانی
رفت و بر ماه این خبر را داد
ما هم با ستارگان این راز
بعد از آن رفت جانب دریا
یارو آن را شنید از لب موج
با خبر گشت مرد قایق ران
باز اگر این سبکسر نادان
آن قدر بد نبود اما او
زن او هم به مادر من گفت

زود باشد که هر کسی داند

آنچه بین من و تو تنها رفت

دکتر احمد ترابی

عضو انجمن داوری کالیفرنیا

PhD in Law

Member of California Arbitration Association

Mediation and Arbitration



پیگیری کلیه خدمات کنسولی

تمدید گذرنامه، شناسنامه،
کارت ملی، تنظیم وکالت نامه،
تایید اسناد، نظام وظیفه،
امور دانشجویی

پیگیری دعاوی حقوقی در ایران

ازدواج و طلاق، انحصار وراثت،
مدیریت اموال، اجاره و فروش
اموال در ایران

داوری و میانجی‌گری

دعای خانوادگی،
کارگر و کارفرما،
امور تجاری و شراکت



(909) 689 - 6903



www.Dr.AhmadTorabi.Law



Dr.AhmadTorabi.Law@Gmail.com

_ کسانی را که تنها به خاطر سرگرمی و یا ناچاری با شما طرح دوستی می‌ریزند، جدی نگیرید.

_ نگذارید کسی بین شما و افراد شایسته و صادق قرار بگیرد.

_ نگذارید کسانی که از شما متنفرند، شما را به وادی نفرت بکشند.

_ نگذارید مردم تخم کینه را در دل شما بکارند.

_ نگذارید کسی با آگاهی از گذشته شما، حالای شما را تباه کند.

_ نگذارید ترسوها شما را متقاعد کنند که تغییر چیز بدی است.

_ نگذارید شما را از تعقیب اهدافتان دور کنند.

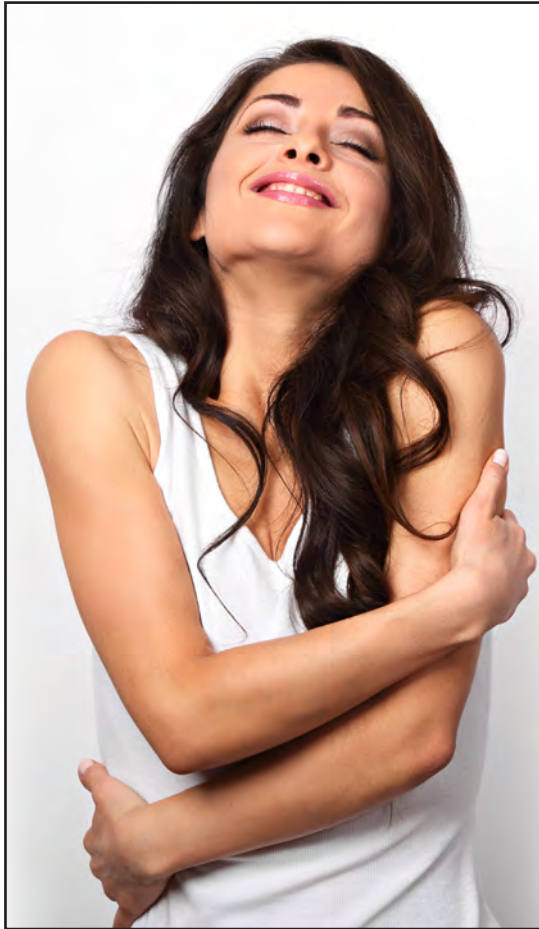
_ نگذارید کسی رؤیاهایتان را مسخره کند.

_ نگذارید کسی شما را از تلاش بیشتر، دلسرد کند.

_ نگذارید کسی شما را به چیزهای سطح پایین قانع کند.

_ نگذارید کسی بهانه شادی را حتی به خاطر خوشی‌های کوچک از شما دریغ کند.

فهرست کردن و تأیید این نبایدها ساده



بیست کاری که نباید اجازه دهید کسی شما را وادار به انجام آن‌ها کند

_ نگذارید دیگران، شما را به بحث‌های غیرضروری بکشند.

_ نگذارید دیگران، منفی‌بافی خود را به شما منتقل کنند.

_ نگذارید دیگران، نقاط تاریک و زخم‌های زندگی شما را مدام به یاد شما بیاورند و شما را خجالت‌زده کنند.

_ نگذارید دیگران، مدام اشتباهات شما را شما را فهرست کنند و اعتماد به نفس شما را مختل کنند. هیچ کس بدون اشتباه کردن، بزرگ نمی‌شود.

_ نگذارید دیگران، راستی‌های حقیقی را در پیش شما کز جلوه دهند.

_ نگذارید کسی به شما زور بگوید.

_ با دوستانی که صادق نیستند، دمخور نشوید.

_ با کسانی که کارشان دروغ‌گویی است، هم کلام نشوید

_ با کسانی که تنها هدفشان از معاشرت با شما، سود جستن از توانایی‌ها و امکانات شماست، نگردید.

(949) 351-0731
(310) 666-4932
Solimir21@icloud.com

گروه حقوقی دکتر سیملا میرزائی

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ☑ ترجمه مدارک ☑ ترجمه کتب و متون و مدارک و تایید مدارک ☑ امور بین المللی ☑ دعاوی تجاری بین المللی اعم از بیع بین المللی کالا ☑ حل و نقل مالی بین المللی ☑ سیدنامه و امور بانکی بین المللی ☑ ارزیابی و اعلام نظریه مالی کارشناسی ☑ خبرگی بین المللی در مراجع بین المللی و کشورهای خارجی ☑ انجام و قبول داوریهای داخلی، خارجی و بین المللی | <ul style="list-style-type: none"> ☑ کلیه امور کنسولی مربوط به هموطنان مقیم امریکا و کانادا ☑ اخذ پاسپورت و شناسنامه - استعلام و رفع ممنوع انخروجی ☑ انجام ازدواج و طلاق آریایی و شرعی اسلامی و ثبت رسمی - تایید مدارک ☑ انجام کلیه امور حقوقی و اداری در سراسر ایران ☑ پیکیری پرونده های صادره و دادگاه اطلاق و غیره ☑ ثبت و تثبیت ازدواج و طلاق ☑ ثبت فوت در ایران - انحصار وراثت و تقسیم ارث - یافتن عزیزان شا ☑ خرید و فروش و اجاره املاک - اکتلاح حساب و انجام امور بانکی ☑ استعلام وضعیت سید و برقراری حقوق باز نمستی |
|--|--|



- ☑ **Iranian Consular Services for US and Canadian Residents:** Passports, birth certificates, travel ban inquiries, Aryaie and Islamic marriage/divorce documents, registrations, authentication.
- ☑ **Legal and administrative matters in Iran:** Court cases, Marriage, Divorce, Death registration in Iran, inheritance, finding your family or friends, property transactions, banking, insurance, pension.
- ☑ **Translation:** Documents and books translation.
- ☑ **International services:** International services include commerce, transport, insurance, banking, expert opinions, and arbitration.



از چه سنی باید درمان های ضد پیری را شروع کنیم؟

دکتر علی سجادیان

هیچ روش واحدی وجود ندارد که بتواند تمام تغییرات پوستی ناشی از سن را متوقف کند یا به طور کامل چین و چروک ها را از بین ببرد. پیری فرآیند پیچیده ای است که افراد را به طرق مختلف تحت تاثیر قرار می دهد. اکثر دانشمندان بر این باورند که پیری نتیجه چندین اثر متقابل در طول زندگی است. وراثت، محیط، فرهنگ، نداشتن رژیم غذایی متعادل، ورزش، چربی اضافی و انواع متغیرهای دیگر همگی در پیری پوست نقش دارند. ایجاد پوست زیبا زمان می برد و داشتن پوست شاداب و زیبا نیاز به توجه و رسیدگی دایمی دارد و باید از سنین پایین شروع به انجام آن کرد.

بیماران چه زمانی باید درمان های پیشگیرانه را شروع کنند؟

این یکی از متداول ترین سوالاتی است که از بیماران دریافت می کنیم. حقیقت این است که هرچه زودتر شروع کنید، با افزایش سن، پوست شما کمتر علائم پیری را نشان خواهد داد. اقدامات پیشگیرانه ای که در اوایل دهه بیست سالگی انجام می شود می تواند تاثیرات چشمگیری بر کند کردن روند پیر شدن پوست شما بگذارد.

پیری پوست چه نشانه هایی دارد؟

چین و چروک ها و خطوط ریز روی پوست بیشتر به چشم می آیند.

پوست شفافیت خود را از دست می دهد

لکه های تیره بر پوست ایجاد میشوند

پوست خشک و خشن می شود

منافذ پوست قابل مشاهده می شوند.

چروک های صورت چگونه ایجاد می شوند؟

چروک های دینامیک (پویا) و چروک های استاتیک (ساکن) دو نوع چین و چروک هستند که با افزایش سن بر صورت پدیدار می شوند.

چین و چروک های پویا

فعالیت مکرر عضلات صورت در طی زمان عامل ایجاد چروک های پویای صورت است. انقباض عضلات در هنگام بیان احساسات مانند اخم کردن، لبخند زدن و چشم دوختن میتوانند در گذر عمر این خطوط را ایجاد کنند. با افزایش سن می توان چروک های پویا را در اطراف چشم، خطوط عمودی اخم و خطوط افقی پیشانی پیدا کرد

بهترین درمان برای چین و چروک های پویا چیست؟

بوتوکس و ترکیبات مشابه، تعدیل کننده های عصبی هستند که به طور موقت فعالیت و تحرک عضلات

را کاهش می دهند. با شروع تزریق بوتوکس در دهه بیست و سی زندگی، می توانید با مهار فعالیت این عضلات از ایجاد زودرس این چروک ها جلوگیری کنید. **افتادگی صورت و ایجاد شدن چین و چروک های ساکن**

از دست دادن چربی و حجم از عوامل ایجاد چین و چروک های ساکن است. پوست به دلیل از دست دادن کلاژن، الاستین و اسید هیالورونیک و همچنین به دلیل آب شدن تدریجی بافت چربی، استخوان و حتی عضلات، شروع به افتادگی می کند و در نتیجه بافت صورت به سمت پایینی چهره و فک پایین می افتد. افتادگی صورت به ویژه در دوران یائسگی، زمانی که سطح استروژن در بدن

زنان به طور چشمگیری کاهش می یابد، تشدید پیدا می کند.

هنگامی که پوست شروع به افتادگی می کند، چین و چروک های ساکن ظاهر می شوند، مانند چروک های دور دهان و ناحیه چانه و خطوط خنده. همچنین با از دست رفتن تدریجی بافت چربی، گونه ها تخت و لب ها نازک میشوند

بهترین درمان برای چین و چروک های ساکن چیست؟

فیلر ها یا پرکننده های پوستی مواد ژل ماندی هستند که

جایگزین حجم از دست رفته زیر پوست می شوند و همچنین دارای مزیت تحریک تولید کلاژن هستند. این پرکننده های به فرم پیشگیرانه می توانند به پوست شما کمک کنند تا با روند تولید چین و چروک های ساکن پوست مبارزه کند.

پیشگیری از پیری زود هنگام پوست:

گزینه های جایگزین چیستند؟

وقتی صحبت از پیری پوست می شود، پیشگیری همیشه بر درمان اولویت دارد. بسیاری از شاخص های معمولی پیری، مانند چین و چروک، کاهش حجم و آسیب های ناشی از نور خورشید را می توان با مراقبت بهتر از پوست به تاخیر انداخت. در حالی که کرم ضد آفتاب معمولاً اولین خط محافظتی است، درمان های دیگری وجود دارند که ممکن است به جلوگیری از ایجاد پیری و آسیب اشعه ماوراء بنفش کمک کند و به شما امکان می دهد پوست خود را برای مدت طولانی تری جوان تر نگه دارید.

درمان IPL

IPL می تواند به درمان تیرگی پوست، لکه های تیره ناشی از اثرات نور خورشید و قرمزی و منافذ باز صورت کمک کند. بر اساس مطالعات، سه مرحله درمان IPL می تواند تولید کلاژن در پوست را تحریک کند و

در نتیجه پوست جوان تر و شاداب تر شود. IPL درمانی ساده و بدون درد برای افراد است.

لایه برداری شیمیایی یا پیلینگ

(Chemical Peel) می تواند بدون ایجاد ناراحتی یا عارضه، ظاهر پوست را بهبود بخشد. پوست جدید معمولاً صاف تر و شاداب تر و حتی کمتر از پوست قدیمی دارای چین و چروک است.

لیزر فرکشنال:

این لیزر با تحریک تولید کلاژن و بهبود کیفیت پوست نتیجتاً باعث پیشگیری از ایجاد چین و چروک و پیری زودرس پوست می شود. لیزرهای فرکشنال در جوانسازی پوست بسیار موثر هستند و دوره نقاهت کوتاهی دارند.



مورفیوس / فراکتورا و پروفاند

این دستگاه های جوانسازی دارای تعدادی سوزن نازک و ظریف هستند که به پوست نفوذ می کنند و با تولید امواج رادیوفرکانس و گرم کردن کنترل شده بافت زیر پوست، تولید کلاژن را تحریک میکنند و پوست را سفت و جوان می کنند.

کرم های رتین آ موضعی

این کرم ها با افزایش تولید کلاژن خطوط ریز و چین و چروک را کاهش می دهند. آنها همچنین تولید رگ های خونی جدید در پوست را تحریک می کنند که باعث بهبود رنگ پوست می شود. مزایای اضافی شامل محو شدن لکه های پیری و نرم شدن زبری های پوست است. با این حال، سه تا شش ماه استفاده منظم طول می کشد تا بهبودی در چین و چروک ها آشکار شود و بهترین نتایج شش تا ۱۲ ماه طول می کشد. کرم های رتین آ برای پیشگیری از پیری پوست بسیار موثر هستند.



Scan Me

BANK



**Iman
Shajari**

NMLS # 1872968



برای دریافت وام مسکن و ریفای نانس «Refinance»
مشاوره با متخصص حرفه ای و با تجربه
ایمان شجری به نفع شماست!



(949) 994 - 9464

دانستنی های جالب در مورد موسیقی : موسیقی یکی از چیزهایی است که محال است هیچ انسانی دوست نداشته باشد. سبک های مختلفی که در موسیقی وجود دارد سلايق مختلفی را به خود جذب می کند. موسیقی یا موزیک (به فرانسوی: musique) که در فارسی به آن خُنیا هم گفته می شود، یکی از فعالیت های بشری است که بُن مایه تشکیل دهنده آن، صدا و سکوت است. عناصر اصلی تشکیل دهنده موسیقی شامل زیروبمی (نواک) (تعیین کننده ملودی و هارمونی) و ریتم است.

دانستنی های جالبی در مورد موسیقی که ممکن است تا الان نمی دانستید.

۱ - گوش دادن به موسیقی در هنگام ورزش کردن به شکل قابل توجه ای عملکرد بدنی را افزایش می دهد.

۲ - شرکت وارنر موزیک ۸۲ میلیون دلار را برای حق امتیاز استفاده از موسیقی "تولدت مبارک" در رسانه ها به دست آورده است.

۳ - ضربان قلب هنگام گوش دادن به موسیقی متناسب با ریتم و نوع آن موسیقی تغییر می کند.

۴ - گل ها با شنیدن موسیقی می توانند سریع تر رشد کنند.

۵ - متن آهنگ های خواننده مشهور، الویس پرسلی توسط خود او نوشته نشده است.

دانستنی های جالب در مورد موسیقی

۶ - وبولن استرادیواریوس با قیمت ۱۵/۹ میلیون دلار، گران ترین آلت موسیقی دنیا است.

۷ - موسیقی که برای مدت زیادی در ذهن شما باقی می ماند و شما آن را ناخودآگاه با خود می خوانید، earworm یا کرم گوش نام دارد!

۸ - گروه موسیقی بیتلز توانایی خواندن متن موسیقی را نداشتند.

۹ - برای اولین بار در سال ۲۰۱۵، میزان فروش موسیقی های عرضه شده برای دانلود از نسخه های موجود بر روی CD پیشی گرفت.

۱۰ - بر اساس یک تحقیق، کودکان هنگام شنیدن آواز و موسیقی نسبت به گوش دادن به یک صحبت حدود دو برابر آرام تر خواهند بود.



زندگی صحنه یکنای هنرمندی ماست

هر کی نغمه خود خواند و از صحنه رود

صحنه پیوسته بجاست، خرم آن نغمه که مردم بپارند به یار

Shahrzad Vocal Academy آکادمی آواز شهرزاد

✓ آواز کلاسیک و صداسازی:

• حضوری و آنلاین

• فردی و گروهی

• از مبتدی تا پیشرفته

✓ دوره های:

• صداسازی

• پاپ اپرا

• پاپ

تست صدا و مشاوره رایگان برای انتخاب دوره مناسب
تخفیف ویژه ده درصدی برای دوره های سه ماهه

خواننده اپرا، شهرزاد توکل

(949)274-1396

Happy Face Day Care

CPR & First Aid Certified
License 304314180

هم اکنون ثبت نام می کند

مراقبت از نوزادان و کودکان

نیمه وقت و تمام وقت

همراه با غذا و خوراکی

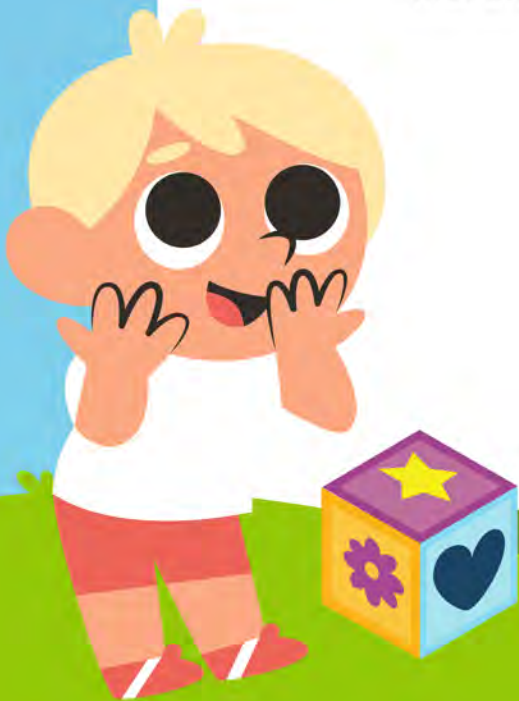
(949)309-9178

HappyFaceDayCare23@gmail.com

Near Mission Hospital & Mission Viejo Mall

We also offer a 10% discount to
military families and families affiliated
with the Mission Viejo Hospital.

10%
OFF



دوزادهمین فیلم او نیز که الگوی گیر افتادن در مکانی بسته با حضور جمعی از مردم را دنبال می‌کرد مورد استقبال بالایی مخاطبان عام و بخش زیادی از منتقدین قرار گرفت و سیمرغ بلورین بهترین فیلم جشنواره فجر را نیز از آن او کرد.



قصه شوهرش خبر دارد. قاسم هویما را می‌دزد.

داستان این فیلم بر اساس یک رویداد واقعی که در ۲۳ آذر ۱۳۷۹ در مسیر اهواز به بندرعباس انجام شد، ساخته شده است. در این هویما (یاک ۴۰)، ۲۳ نفر از اعضای یک خانواده حضور داشتند که سه نفر از آن‌ها به نام‌های خالد حردانی، فرهنگ پورمنصوری و شهرام پورمنصوری، اقدام به این هویما رایی کردند که با واکنش گارد پرواز، اقدام آن‌ها ناکام ماند. حکم اولیه برای این متهمان، اعدام برای حردانی و حبس ابد برای برادران پورمنصوری بود. ولی وکیل آن‌ها محمد مصطفایی با تلاش خود توانست در سال ۱۳۸۶، احکام آن‌ها را به ۲۰ و ۱۵ سال حبس، کاهش دهد و نهایتاً به درخواست ابراهیم حاتمی کیا از رئیس دستگاه قضا، این متهمان در تاریخ نهم فروردین ۱۴۰۰ مصادف با نیمه شعبان، عفو و آزاد شدند. حاتمی کیا «ارتفاع پست» را بعد از فیلم توقیف شده‌اش - موج مرده - و قبل از فیلم مهم کارنامه‌اش - به رنگ ارغوان - جلوی دوربین برد.



مروری بر فیلم های سینمای ایران

ارتفاع یست

کارگردان: ابراهیم حاتمی کیا، نویسنده: ابراهیم حاتمی کیا و اصغر فرهادی، بازیگران: حمید فرخ‌نژاد، رضا شفیعی جم، لیلا حاتمی، گوهر خیراندیش، امیرکاوه آهین جان، سال پخش: ۱۳۸۱
فیلمنامه این فیلم را حاتمی کیا همراه با اصغر فرهادی نوشت و حمید فرخ‌نژاد همراه با لیلا حاتمی در نقش زوج اصلی قصه مقابل دوربین حاتمی کیا نقش آفرینی کردند. «ارتفاع پست» روایتگر ماجرای قاسم - حمید فرخ‌نژاد - است که ادعا می‌کند برای خانواده و دوستانش در یک شرکت صنعتی در بندرعباس کار پیدا کرده. او آن‌ها را سوار هواپیما می‌کند اما در دل نیتی دیگر از این پرواز جنجالی دارد. تنها نرگس، همسر قاسم - لیلا حاتمی - از



AMERICAN FLOOR COVERING & REMODELING

Full Service Remodeling

Flooring & General Building Contractor Lic# 1069549
4000 sqft Showroom, 35 years of experience Residential & Commercial

12 Months Interest-Free Financing!

Distressed Laminate Flooring	From \$2.49 sq. ft
Engineered Wood Flooring	From \$3.99 sq. ft
Luxury Vinyl Flooring	From \$2.99 sq. ft
Shaw & Mohawk Carpet (installed)	From \$2.45 sq. ft





انجام کلیه امور فروش و نصب و ریمادل کردن در محل مسکونی و تجاری زیر نظر فلورینگ و جنرال کانترکتر با ۳۵ سال تجربه کاری به همراه بهترین سرویس و قیمت در خدمت شما

عرضه کننده بهترین محصولات و مارک های شناخته شده شامل: چوب، موکت، لمینت، لاکچری واینال ضد آب، کانترتاپ، ماربل، تایل، کابینت، درب، پنجره و سنگ نما و غیره

برای سرویس کامل در نو سازی آشپزخانه، دستشویی، حمام و کف پوش با ماتماس بگیرید و از وام بدون بهره ۱۲ ماهه بهره مند شوید.

●Carpet ●Luxury Vinyl Plank ●Hardwood ●Laminate **949.328.9390**
●Stone & Tile ●Kitchen & Bath ●Painting ●Remodeling **جنب میشن رنج مارکت**
●Custom Stairs ●Windows ●Doors ●Cabinet **www.afcRemodeling.com**

میشن رینچ کیترینک

در خدمت جشهای عروسی، نامزدی، میهمانی در منزل و محل کار شما

ORDER ONLINE FOR PICKUP OR DELIVERY

The advertisement features a central smartphone displaying the Mission Ranch Market Restaurant logo and ordering information. The logo includes a barn illustration and the text "MISSION RANCH MARKET Restaurant". Below the logo, a red banner reads "ORDER FOOD ONLINE". At the bottom of the phone screen, logos for GrubHub and DoorDash are shown, along with the website "MissionRanchMarkets.com". The phone is surrounded by images of various food items: a plate with meat, rice, and vegetables; a bowl of soup; a plate of fried food; and a plate of meat and rice.

Mission Ranch Restaurant • *Quality and Freshness!*



گروه حقوقی رضوی، صدای شما در لحظات سخت است.

ارائه اجباری پایان سال برای او کابوس بود. این ترس او را در طول تحصیل در دانشگاه و دانشکده حقوق نیز همراهی می‌کرد، جایی که روش سقراطی (مجادله استاد و دانشجو) ابزاری آموزشی کلیدی و البته دلهره‌آور به شمار می‌رفت. او می‌گوید: «ضربان قلبم به قدری بالا می‌رفت که حتی صدای خودم را نمی‌شنیدم. با این حال، من به شدت به خروج از محدوده امن اعتقاد دارم و برای غلبه بر ترس از سخنرانی در جمع، همین کار را انجام دادم. با وجود تمام نگرانی‌ام، در هر فرصتی خودم را به چالش می‌کشیدم و در جمع صحبت می‌کردم.»



مهارت‌های او به طور پیوسته تقویت شد. وی در کلاس‌های مذاکره فعال شد و به عنوان عضو تیم مسابقات انتخاب شد که در نهایت نماینده دانشکده در مسابقات بین‌المللی بود. در طی این فرآیند، رضوی متوجه شد که واقعاً مهارت‌های لازم برای دفاع از حقوق دیگران را داراست.

مستقل و قدرتمند: رمز موفقیت در وکالت

با فرا رسیدن زمان انتخاب مسیر شغلی، رضوی تصمیم گرفت دفتر حقوقی مستقل خود را تأسیس کند. در ابتدا، او در حوزه‌های مختلف حقوقی فعالیت داشت تا اینکه یکی از راهنمایان او، با یادآوری این ضرب‌المثل که «تخصص در یک کار، بهتر از دانستن همه کار است»،

در شرایط دشوار ناشی از حوادث ناگوار، تعداد کمی از افرادی که به شدت آسیب دیده‌اند، توانایی و منابع لازم برای دفاع از حقوق خود در سخت‌ترین نقطه زندگی‌شان را دارند. رسالت ما در گروه حقوقی رضوی، ارائه وکالت اخلاقی و قوی از موکلانمان و بر عهده گرفتن مبارزه‌ای است که آن‌ها به تنهایی قادر به انجام آن نیستند. شعار ما «صدایتان را به گوش عدالت برسانید» است. ما همان صدای قدرتمندی هستیم که شما به آن نیاز دارید.

علی رضوی، بنیانگذار و مدیر ارشد گروه حقوقی رضوی

گروه حقوقی رضوی، تأسیس شده در سال ۲۰۱۶، یک موسسه حقوقی تخصصی در زمینه دعاوی مربوط به جراحات شخصی و تصادفات است که در سانتا آنا مستقر است. این موسسه با بهره‌مندی از ۳۰ کارمند، از جمله هفت وکیل دادگستری مجرب، در پنج شعبه به ارائه خدمات به کلیه مناطق کالیفرنیا و نوادا می‌پردازد.

موکلانی که به دنبال وکلی با صدایی رسا و قدرتمند هستند، از خدمات این موسسه، وکلای آن و نتایجی که به دست می‌آورند، رضایت کامل دارند. دژسای یکی از موکلان گروه حقوقی رضوی می‌گوید این موسسه حقوقی فراتر از انتظارات ما در خصوص پرونده همسر عمل کرد. ما هرگز چنین نتیجه‌ای مطلوبی را پیش‌بینی نمی‌کردیم. علی رضوی بسیار صبور بود، به قول خود عمل کرد و درک بالایی از شرایط ما داشت. او یک وکیل صادق و درستکار است که تمام تلاش خود را برای تحقق خواسته‌های شما به کار می‌گیرد.»

تعهد علی رضوی به دفاع از حقوق کسانی که عملاً صدایی برای بیان خواسته‌های خود ندارند، ریشه در یک سنت خانوادگی دارد. پدر بزرگ، پدر بزرگ مادری و عموهای پدر بزرگ مادری او وکلای نامداری در ایران بودند و حتی خیابانی در ایران به نام آنها وجود دارد. پدر او نیز قصد داشت وکیل شود، اما با وقوع انقلاب، در آمریکا ماند، مدرک کارشناسی ارشد مدیریت کسب‌وکار (MBA) گرفت و به یک تاجر بسیار موفق تبدیل شد. بدین ترتیب، مشعل وکالت به نسل بعدی خانواده رضوی، یعنی علی، منتقل شد. علاقه و اشتیاق رضوی به وکالت از سن کم، یعنی از شش سالگی، در او شکل گرفت و مسیر زندگی او را رقم زد. او مصمم به رسیدن به این هدف بود. علی رضوی می‌گوید: «تأسیس یک موسسه حقوقی و تبدیل شدن به یک وکیل، به نوعی یک توفیق بزرگ بود؛ چرا که علاوه بر مدرک دکترای حقوق (JD)، تجربه عملی ارزشمندی در کسب‌وکار را نیز از پدرم آموخته بودم.»

باورکردنی نیست که یک وکیل موفق در حوزه‌ای که مستلزم مهارت‌های ارتباطی قوی است، از سخنرانی در جمع هراس داشته باشد. با این حال، این دقیقاً چالشی بود که علی رضوی بر آن غلبه کرد. از دوران دبیرستان،

پشتکار و نوآوری در پرونده های حقوقی پیچیده: رویکرد علی رضوی

کشف یک مشکل پزشکی پیچیده برای وکیلی که پزشک نیست، بسیار دشوار است. با این حال، تیم حقوقی علی رضوی موکل خود را فردی بسیار قابل اعتماد یافتند. آنها در حالی که موکلشان همچنان به دنبال درمان مناسب بود، هزاران صفحه از پرونده های پزشکی او را بررسی کردند و با پزشکان، کلینیک ها، متخصصان مغز و اعصاب و روانشناسان مختلفی مشورت نمودند. سرانجام، علت درد و رنج او که یک عارضه عصبی نادر (کمتر از یک درصد جمعیت را تحت تاثیر قرار می دهد) بود، کشف شد. رضوی می گوید: «اکثر وکلا به دلیل سختی یافتن علت اصلی مشکلات این فرد، پرونده را زودتر مختومه می کردند. ما با اطمینان از دریافت درمان مناسب برای موکل، همزمان پرونده را برای او به نتیجه رساندیم.»



در سناریوی چالش برانگیز دیگری، پرونده ای به موسسه حقوقی رضوی ارجاع داده شد که قبلاً توسط یک وکیل دیگر رها شده بود. این پرونده مربوط به زنی روی ویلچر بود که در پیاده راه توسط یک خودرو با او برخورد شده بود. او هیچ چیزی از حادثه به یاد نمی آورد و هیچ کدام از کلانتری ها گزارشی مطابق با نام او نداشتند. وکیل قبلی نتوانسته بود در این پرونده فاجعه بار، بیمه ای پیدا کند.

تیم رضوی با درخواست پرونده های بیمارستانی او، شرکت آمبولانسی که او را حمل کرده بود را پیدا کردند. آنها خیابان محل حادثه و حوزه قضایی مرتبط با آن منطقه را شناسایی نمودند. با استفاده از نام مستعار «جان دو» (نامی فرضی برای افراد ناشناس) گزارشی را یافتند که نشان می داد موکل آنها در حالی که راننده یک سرویس حمل و نقل اشتراکی در حال کار بوده، با آن خودرو تصادف کرده است.

ادامه در صفحه بعد...

مسیر درست را به او گوشزد کرد. در آن زمان، تعداد قابل توجهی پرونده تصادفات رانندگی به دست او می رسید. او استعداد خاصی در این نوع پرونده ها داشت و دریافت که از کار در این زمینه لذت می برد. او می گوید: «من ارتباط مستقیمی را که بین عملکرد خوبم برای موکل و موفقیت دفترم وجود دارد، دوست دارم. همچنین این ایده که هر پرونده مانند یک مشارکت کوچک بین دفتر حقوقی ما و موکل است، مرا جذب کرد.»

مزیت کلیدی: تجربه کسب و کار

زمانی که رضوی دفتر خود را راه اندازی کرد، یک مزیت واقعی داشت و آن تجربه ارزشمند کسب و کار و آموخته های او از پدرش بود. او خاطرنشان می کند که دانشکده های حقوق در آموزش قوانین بسیار خوب عمل می کنند، اما اغلب در آموزش دانشجویان در مورد جنبه های تجاری وکالت، کمبودهای جدی دارند. برخلاف بسیاری از دفاتر تازه تأسیس که با اصول اولیه راه اندازی درگیر هستند، او موفق شد در بازه زمانی کوتاهی به سرعت فعالیت خود را آغاز کند و عملکرد تجاری خوبی داشته باشد. در توضیح این موفقیت، او می گوید: «به عنوان مثال، توانستم ظرف دو هفته دفتر حقوقی خود را از هیچ به یک سایت اینترنتی فعال تبدیل کنم و همه کارها را خودم انجام دادم. دلیلش این است که پدر و خانواده ام را در راه اندازی و اداره کسب و کارهای موفق دیده ام. بنابراین، این جنبه از کار برای من کاملاً طبیعی بود. من هنوز در حال تسلط بر بخش تجاری هستم، اما به لطف خانواده ام، شروع عالی داشتم.»

تعادل همدردی و قاطعیت

رضوی می گوید او و تیمش با تک تک موکلان همدردی دارند، اما آنها متوجه هستند که موکلان در پرونده های جراحات شخصی به کسی نیاز دارند که قوی و کنترل کننده باشد - چیزی فراتر از صرفاً یک همدم برای درد دل کردن. «در کار ما بسیار مهم است که همدردی داشته باشیم. اولین چیزی که از هر موکلی می پرسیم این است که حالتان چطور است؟ چون واقعاً می خواهیم بدانیم.» عامل انسانی برای ارائه وکالت حرفه ای ضروری است، اما یک وکیل باید قدرت را نیز نشان دهد.

او می گوید: «اگر یک جعبه دستمال کاغذی بیاورم و همانجا با موکل شروع به گریه کنم، باعث نمی شود جلسه مشاوره مثمر ثمر باشد. شاید آنها همدردی را قدردانی کنند، اما فکر نمی کنم به آن درجه از اعتماد به نفس برای وکالت من برسند که نیاز دارند. ما گوش می دهیم، اما رهبری می کنیم و به این ترتیب است که می توانیم با تأثیرگذاری برای آنها صحبت کنیم.» موکلان با فلسفه او موافق هستند.

ساجه، یکی دیگر از موکلان او می گوید: «علی رضوی یک گوهر واقعی در این زمینه است. او در مورد آسیب دیدگی ناشی از تصادف خودرو به خانواده من کمک کرد و در هر مرحله از پرونده با دانش، سرعت، پاسخگویی، حرفه ای بودن و حمایتی که ارائه می داد، فوق العاده ظاهر شد. حتی بهتر اینکه توانستیم گرامتی بسیار بیشتر از آنچه برای آسیب خواهرم پیش بینی می کردیم، دریافت کنیم.»

به عنوان نمونه ای از رویکرد خود، رضوی به موکلی اشاره می کند که شرکت او برای او نتیجه ای هفت رقمی به دست آورد. یک جانباز نیروی هوایی ۲۳ ساله در یک تصادف رانندگی از ضربه پشت دچار تعدادی مشکلات جدی سلامتی شد. یکی از این مشکلات بیماری POTS بود که باعث ضربان قلب با سرعت غیرعادی بالا می شود. آزمایشات پزشکی او نتوانست ارتباطی بین تصادف و این بیماری را نشان دهد، با این حال این مرد دچار مشکلات جدی گوارشی بود، دیگر نمی توانست غذای جامد بخورد و حدود ۵۰ پوند وزن کم کرده بود - همه اینها علائم رایجی هستند که در نتیجه تصادفات رانندگی ایجاد می شوند. وکیل اول این جانباز در ارائه وکالت او ناموفق بود.



گروه حقوقی رضوی، صدای شما در لحظات سخت است.

(... ادامه از صفحه قبل) علی رضوی بخش زیادی از موفقیت شرکت حقوقی خود را به لطف پیدا کردن افراد با استعداد برای تیمش می داند. او معتقد است یک رهبر باید الهام بخش، انگیزه دهنده و همچنین به اعضای تیم خود استقلال زیادی بدهد. او اهل کنترل بیش از حد نیست. رضوی می گوید: «آنها انتظارات من را می دانند: آنها ارزش های اصلی موسسه حقوقی ما را می شناسند. و من عملاً به همه اجازه می دهم کسب و کار کوچک خود را اداره کنند. وقتی افراد با استعدادی دارید، زمانی بهترین عملکرد را دارند که به آنها آزادی عمل بدهید و دائماً مزاحم کارشان نشوید. وقتی آزادانه کار می کنید، می توانید بهترین کار خود را ارائه دهید.» نصیحت او به جوانان علاقه مند به وکالت یا وکلای جوانی که به دنبال تخصص مناسب هستند، بر باور به خود استوار است. زمان ایده آل برای پیدا کردن شغل مناسب، زمان ایده آل برای تأسیس شرکت حقوقی خود یا زمان ایده آل برای گسترش یک موسسه حقوقی وجود ندارد. یک وکیل به اعتماد به نفس واقعی نیاز دارد و این اعتماد به نفس تنها از طریق شکست و توانایی یادگیری از آن شکست ها و بازگشت به مسیر و حرکت به جلو به دست می آید. او می گوید: «چه چیزی از دنیا می خواهید و چقدر آن را می خواهید؟ شما باید به خودتان ایمان داشته باشید. باید روی خودتان ریسک کنید و هر چه زودتر این را درک کنید، برایتان آسان تر خواهد شد.»

علی رضوی: وکیلی موفق با روحیه ای پویا

نگاهی به زندگی شخصی: «بعد از گشت و گذار در نوار 50 مایلی جنوب کالیفرنیا، فکر می کنم اورنج کانتی بهترین منطقه برای املاک و مستغلات در کل دنیا است. هیچ جا مثل اینجا نیست. هیچ جا از اینجا بهتر نیست. من اینجا بزرگ شدم. خانواده و دوستانم اینجا هستند. از نظر تجارت نیز، بودن در جایی که مردم از قبل مرا می شناسند و به من اعتماد دارند، واقعاً به پیشرفت شرکت من کمک می کند.» این صحبت های علی رضوی، وکیل مجردي است که کار خود را با زندگی پویایی بیرون از دفتر متعادل می کند.

او هر روز با یک مربی تمرین می کند که تمرکز اصلی آن بر تمرینات با وزنه است. رضوی همچنین از زیبایی های فضای باز جنوب کالیفرنیا از طریق کوهپیمایی و رفتن به ساحل لذت می برد. او با بازی فوتبال بزرگ شده و این ورزش را از طریق فوتبال داخل سالن ادامه می دهد. «به عنوان یک وکیل متخصص در آسیب های شخصی، زمانی که سالم، متناسب و ذهنی شفاف باشم، در کارم احساس بهتری دارم. همچنین گذراندن وقت با دوستان و خانواده ام، چه در خانه پدر و مادرم یا سفر به مکان های جدید برای کسب دیدگاهی متفاوت، برایم باارزش است.»

او از خواندن لذت می برد و در بسیاری از کنسرت ها شرکت می کند و به طور خاص از موسیقی الکترونیک و رپ لذت می برد. عادات خواندن او بر روی زندگینامه ها و کتاب های خودیاری متمرکز است. «دوست دارم از برندهای بازرگانان زن و مرد دیگر سر در بیاورم. من طرفدار یادگیری از اشتباهات دیگران هستم.»

یکی از علایق او کار کردن و حمایت از سازمان های کودکان نابینا است. او می گوید می داند که همه، فرصت هایی را که او تجربه کرده، نداشته اند. «صادقانه بگویم، برخی افراد وضعیتی بسیار بد را تجربه کرده اند. من می خواهم بدون توجه به شرایط فعلی شان، به بچه ها برای تلاش بیشتر برای خودشان الهام بدهم. این بچه ها آینده ی ما هستند و باید هر کاری که می توانیم انجام دهیم تا اطمینان حاصل کنیم که آینده ی خوبی را به ارث می برند.»

رضوی می گوید که او برای موفقیت در تجارت خود، بلکه برای تک تک افراد و خانواده هایی که نماینده ی آنها است، تلاش می کند. «احساس می کنم وظیفه دارم کارهای بزرگی انجام دهم. می خواهم بهترین باشم. این چیزی است که واقعاً هر روز مرا به حرکت در می آورد - فرصت مبارزه کردن و تمام تلاشم را کردن. نکته ی جالب در مورد من این است که من واقعاً فردی بسیار معمولی هستم. من فقط چیزهای بیشتری از زندگی می خواهم و بیش از هر چیزی حاضرم برای رسیدن به جایی که می خواهم. سخت کار کنم. هنوز راه درازی در پیش دارم، اما در مسیر درستی حرکت می کنم.»

تحصیلات:

دانشگاه لس آنجلس، کالیفرنیا: لیسانس هنر، تاریخ و مطالعات ایرانی (فرعی)، با درجه ممتاز، ژوئن ۲۰۱۱ بورسیه تحصیلی ملی برادری فی کاپا سای برای برتری علمی (۲۰۱۱-۲۰۰۹)

دانشکده حقوق دانشگاه چپمن، دانشکده حقوق دیل ای. فاولر، اورنج، کالیفرنیا دکترای حقوق، می ۲۰۱۵

مذاکرات و میانجیگری بین المللی در کمبریج، انگلستان (تابستان ۲۰۱۳) دارای گواهینامه برنامه حل و فصل اختلافات (۲۰۱۶)

جوایز و افتخارات:

انتشار مقاله در لس آنجلس دیلی ژورنال، ۲۰۲۴
جایزه سوپر لیور، ستاره نوظهور ۲۰۲۰، ۲۰۲۱، ۲۰۲۲، ۲۰۲۳ و ۲۰۲۴
انتخاب به عنوان بهترین وکیل سال ۲۰۱۸ توسط اورنج کانتی ویکلی

عضویت ها:

کانون وکلای ایالت کالیفرنیا، ۲۰۱۶
عضو کانون وکلای اورنج کانتی، ۲۰۱۶
عضو انجمن وکلای دادگستری لس آنجلس، ۲۰۱۶
عضو انجمن وکلای کارگری کالیفرنیا، ۲۰۱۶
عضو انجمن وکلای دادگستری اورنج کانتی، ۲۰۱۶

فروش موفق بیش از نیم بلیون دلار در تمامی نقاط کالیفرنیا جنوبی
تنها کمپانی تمام ایرانی برای خدمات وام، خرید و فروش
در خدمت هموطنان عزیز

مشاورین املاک
و امور وام



**SELLING A HOME?
SAVE THOUSANDS
WITH OUR 1.5%
FULL SERVICE LISTING FEE!**

Limited Time offer!



New Listing

1) Laguna Niguel, SFR,
3Bed, 2Bath, 1510sqft, Fully
Remodeled \$1,499,999



Bank Owned

Fullerton, SFR, 5Bed, 5Bath,
3229sqft Built in 2003,
Corner Lot \$1,499,000



Coming Soon

Mission Viejo, 3Bed, 2Bath,
1950sqft on 7500sqft Lot,
Ready to Move in \$1,550,000

برای فروش با بالاترین قیمت و کمترین خرج (فقط ۱/۵٪ خرج لیستینگ)،
برای خرید خانه بهتر و یا گرفتن وام، با تیم مجرب ما تماس بگیرید.



BINESH REALTY

(949)222-0234

www.BineshRealty.com

f BineshRealtyGroup

@BineshRealty



کتی بینش

Cathrin Elliye Binesh
Real Estate and Mortgage Broker
CAL RE# 01708409-NMLS# 318343

پیام نیک بینش

Nick Payam Binesh
Real Estate and Mortgage Broker
CAL RE# 01708370 NMLS# 318207

ارائه وام مسکن با
بیش از ۱۸ سال تجربه

- ✓ No Tax Return and Stated Income Loans.
- ✓ FHA, Conventional, VA and Reverse Mortgage.
- ✓ Bank Statements, Investment and Hard Money Loans.
- ✓ 100% Financing for First Time Buyers.

دکتر نوین صاحب تالار پذیرایی کارمل

بازگشایی تالار خانوادگی کارمل واقع در لیک فارست کالیفرنیا با مالکیت بانو دکتر نوین کارمل، نویسنده، آهنگساز، خواننده، هنرپیشه و تهیه‌کننده شناخته شده، خبری خوب برای کسانی است که می‌خواهند آخر هفته‌های شاد و خاطره انگیز داشته باشند. بانو نوین کارمل با آغوش باز به جامعه ایرانیان جنوب کالیفرنیا خوش آمد می‌گوید و درهای تالار خانوادگی کارمل را هر جمعه و شنبه از ساعت هفت شب تا نیمه شب می‌گشاید. محلی که به سرعت به مرکز توجه جامعه ایرانیان تبدیل شده است.

بانو دکتر نوین کارمل با لبخندی گرم آماده پذیرایی از جشن‌ها و مراسم شما از عروسی‌ها گرفته تا جشن تولدها، جشن‌های فارغ التحصیلی و هر جشن دیگری است. در این شب‌ها، مهمانان می‌توانند تا دلشان بخواهد با موسیقی زنده ایرانی برقصند، از بلی دنس و غذاهای خوشمزه لذت ببرند و شادی کنند.



موزیک زنده، رقص، بلی دنس و پذیرایی در قمار کارمل

**EVERY
FRIDAY AND
SATURDAY**

**7 TO 12
PM AM**



www.CarmelleBanquetHall.com **949-273-3327**
24416 MUIRLANDS BLVD., LAKE FOREST, CA 92630

کلینیک پوست و زیبایی اورنج کانتی OC Beauty Medspa

زیر نظر دکتر علی سجادیان

دارای ۳۰ سال تخصصی در جراحی پلاستیک و زیبایی



خدمات پوست و زیبایی شامل:

- تزریق بوتاکس
- تزریق فیلر
- لیزر رفع موهای زاید
- لیزرهای مدرن و دستگاههای جوانسازی پوست
- میکرونیدلینگ و PRP برای جوانسازی صورت
- درمان آکنه با پیشرفته ترین دستگاه لیزر
- پیکرتراشی و رفع چربی های شکمی و غب غب
- روشهای جدید لاغری
- دستگاه پروفاند برای لیفت صورت بدون جراحی

Before



Botox



Profound

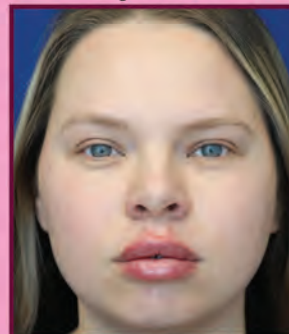
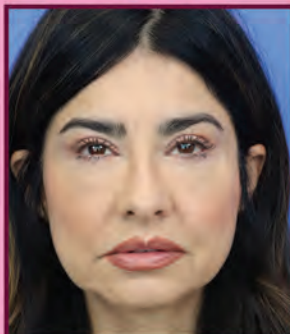


Lipfiller



Microneedling

After



496 Old Newport Blvd #3, Newport Beach, CA 92663



www.DrSajjadian.com/Medspa



(949) 515-0550

Shafa Medical Center



دکتر حمید اسکندری
Dr. Hamid Eskandari, MD

پزشک خانواده، فوق تخصص در طب سالمندان

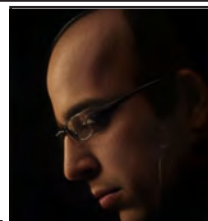
- Family Medicine
- Geriatrics Medicine
- Nursing Home
- Adiction Therapy
- Hospice Care

- 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



دانش‌ها

حمید الهی

آدمها. وارونه‌ها (یکم)

سید احمد و سوفیا لورن

اگر همه چیز همان طور پیش می‌رفت که باید. اگر همه چیز وارونه نمی‌شد. سید احمد، الان جلوی سینما هویزه که نه، سینما دیاموند و توی مشهد که نه، سناباد. دکه ی کوچک روزنامه فروشی داشت. با ریشی کوتاه تر و سیبلی که سیگار بهمن کوتاه زردش کرده بود. عکس سوفیا لورن بالای سرش رنگ و رو رفته، اما با همان درخشش چشمهای درشتش خود نمایی می‌کرد. راجع به «ازدواج به سبک ایتالیایی» گرم می‌گرفت و از «دوزن» می‌گفت. صدایش وقتی آن روزها را به یاد می‌آورد می‌لرزید.... بعد هم صدایش را با همان ته لهجه بلند می‌کرد و داستان «یک روز بخصوص» را از سر تا ته می‌گفت. وبعد آهی میکشد و روبرو را تماشا می‌کرد. پوک عمیقی می‌زد به ته سیگار.

بعد سکوت می‌کرد و زل میزد، به صف تماشاچی های بهترین فیلم اسکار دو هزار و هجده. اما خب همه چیز وارونه شد...



توی زندگی یک جاهایی هست که بعضی کلمات سراغت می‌آیند. روی لبه ی آنها دست میکشی. چیزی به تو نمی‌دهند. برشان می‌داری و مثل انتخاب هندوانه دستی به پوستشان به ضرب می‌زنی تا بیینی رسیده اند یا نه. اما باز صدا هم کمکی نمی‌کند. بعد می‌نشینی و پاکت سر به مهر و موم شان را میگری زیر آفتاب تا از درونشان با خبر شوی. باز نمی‌شود خواندشان. تا شب می‌شود و تو خود را دهانه غاری عظیم درون آن کلمه می‌بینی که باید بروی داخل غار و راهی جز ورود به درون غار کلمات برای دیدن آنچه پشت آن است نیست. راهی که درست تو را می‌برد به عمق تاریکی. یا از آن بیرون می‌آیی و یا لمسشان میکنی و تازه درون خودت را می‌فهمی. درون کلمه را با این که هزار بار شنیده بودی درک میکنی. تنها این کلماتند که ارزش زندگی کردن را دارند. کلماتی که تو را به درون خودشان میبرند. اگر

از این کلمات نداری ... جای می‌لنگد...و اگر داری درون غارشان نمیروی ..خودت می‌لنگی...اگر پیدایشان کردی و درونشان نرفتی زندگی نکرده ی ...بی شک عشق یکی از این کلمات است ..



«بودن به جای دیگری» ما به بودن به جای دیگری فکر می‌کنیم. می‌خواهیم این تجربه را درونی سازی کنیم. آرزومندش می‌شویم. چیزی شبیه به بیرون رفتن از خود را. این میل به بیرون شدن یک فعالیت ذهنی است و یک خواهش عمیق قلبی و همیشگی است. چیزی فراتر از دوست داشتن این میان در ما حرکت می‌کند. چیزی که گاهی عشق می‌نامیمش. گاهی هم دردی. گاهی خیال. گاهی همذات پنداری. گاهی مادرانگی. و نام های که هر کدام توضیحی بر این میل پیوستن ما به بیرون از خودمان است. نوعی میل به پیوستگی به جایی بیرون از خودمان. این تمام آرزوی عاشقانه ماست. زیستن در قلب و جهان و جای دیگر. جایی غیر از خودمان. این بیرونی شدن حتی در حرف زدن با یک دوست یا یک پست فیس هم از همین میل بر می‌خیزد.

**DIVAN GRILL
& LOUNGE**

GREAT FOOD | MUSIC | HOOKAH

303 EL CAMINO REAL TUSTIN, CA 92780

OPEN 11AM TO 2AM

714-725-7233

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



Injury & Accident Law Firm

دکتر کاوہ کشمیری
وکیل تصادفات

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

**LAW OFFICE OF
KAVEH KESHMIRI, PC**

WWW.KAVEHLAW.COM

T: (949) 514 - 8167

F: (949) 835 - 0581

Locations:

Irvine: 2102 Business Center Dr., Irvine, CA 92612

LA: 145 S Spring St #850, Los Angeles, CA 90012

OC: 1327 N Broadway, Santa Ana, CA 92706

South Bay: 2916 W 164th St, Torrance, CA 90504

San Diego: 591 Camino de la Reina #1020,
San Diego, CA 92108

- **Auto Accident**
- **Uber/Lyft Accident**
- **Bicycle Accident**
- **Slip and Fall Accident**
- **Dog Bite**

- **Harassed or Discriminated at work?**
- **Wrongful terminated?**

- **تصادفات اتوموبیل**
- **تصادفات اوبر و لیفت**
- **تصادفات دوچرخه**
- **زمین خوردگی**
- **گاز گرفتگی حیوانات**

We can help!

آنها متوجه شده بودند که من عذاب می‌کشم چون نه غذایی خوردم و نه رفتار عادی داشتم طوری که یک روز صبح مادرم ناخودآگاه از من پرسید: «از چی عذاب می‌کشی؟» در نهایت بعد از دوماه که دیدن من عرضه کار دیگری ندارم و نمی‌توانم بروم از چه می‌دانم پاک‌های اطراف برای این هاساکی پیدا کنم یک روز پدر و مادرم را حراست ناحیه خواست و همه چیز را برای آنها تعریف کرد. پرونده اماکن هم نمی‌دانم چه شد. شاید چون همه چیز برای اماکن بچه‌گانه بود یا به هر دلیل پیگیری نشد پدر و مادرم هم کاری از دستشان بر نیامد فقط یک قشقراق بزرگ توی خانه به راه افتاد و بعد از چند هفته تغییر رفتار منطقی رفتار کردند تا به درس من آسیب نرسد.

اما تمام این‌ها به خاطر همان مدیر بود دو سال در آن مدرسه مدیریت کرد و چقدر کارهای بدی انجام داد. مادر بچه‌های تبیل را می‌خواست و می‌برد داخل اتاق و پرده را می‌کشید و در را قفل می‌کرد. همه را می‌زد. بچه‌های معصومی که هیچ گناهی نداشتند بعد از دو سال هم ترفیع گرفت و مشخص نشد کجا رفت. حالا می‌خواهم بگویم اولاً خیلی خلاصه تعریف کردم و ماجرا خیلی بزرگتر و سه‌همگین‌تر بود. دوماً اگر آن مدیر را پیدا کنم حالا که نزدیک به ۳۰ سال از آن زمان گذشته خوب ایش می‌کنم حالا به هر کجا که رسیده باشد و قرار هم نیست که یک نفر چون مدیر مدرسه است یا معلم است هر بلایی می‌خواهد سر کودکان معصوم بیاورد و کودک آزادی کند اتفاقاً آقای معادی ای کاش می‌زدی ای کاش اول این‌ها را ادب کنیم کسانی که حتی به بچه‌ها هم رحم نمی‌کنند و همان‌ها هستند که جامعه ما را خراب کردند حالا نظر شما چیه؟ همچنین آدمی حقش هست که بروم پیدایش بکنم؟ یا نه او را ببخشم؟

من آن فیلم را ببینم. آن زمان هم نوارهای ویدئویی بود و البته که این فیلم‌ها ناباب هم بودند و مردم هم زیر باران تبلیغاتی ضرر و زیان ویدیو و تلویزیون قرار داشتند بگنایم خیلی خلاصه تعریف می‌کنم که فیلم را از دوستم گرفتم اما تا خواستم فیلم را به همان همکلاسی تحویل بدهم مشخص شد این‌ها همه یک بازی بوده و برنامه‌ریزی شده بوده و بلافاصله جلوی درب مدرسه همان همکلاسی من که اصرار داشت برای او چنین فیلمی پیدا کنم من را به همراه دو نفر دیگر از اعضای مدرسه به داخل مدرسه بردند و بعد مدیر دبیرستان که همان آقا بود آمد و شروع کرد به ضرب و شتم شدید من. یعنی به طرزی کتک خوردم که جای کتک‌های آن روز برای چند ماه روی بدن من باقی ماند. بعد هم من را به حراست ناحیه بردند و یک بچه ۱۶ ساله را بازجویی کردند و در نهایت پرونده داخل ناحیه برای من تشکیل شد. در نهایت مدیر گفت باید بروی و از یکی یک فیلم دیگر بگیر و فیلم را هم صورت جلسه کردند و فرستادند اماکن. از همان روز شکنجه‌های من شروع شد من از کجا باید یک فیلم دیگر اینطوری پیدا می‌کردم؟ و اصلاً این فیلم‌ها خیلی کمیاب بودند و دلیل اصلی این بود که اصلاً خودم نمی‌خواستم یک نفر دیگر را بدبخت کنم پس شکنجه‌های روزانه برای من شدت گرفت. مدیر مدرسه هر شب بعد از اتمام مدرسه مرا نگه می‌داشت و کتک می‌زد. دوماً تمام روزی یک ساعت باید کتک می‌خوردم و منظور از کتک خوردن یعنی یک پسر نحیف که توسط یه غول کتک بخورد چند بار هم من را به اماکن بردند و آنجا بازجویی شدم که نمی‌دانید در آن زمان این یعنی چه رسماً شده بودم یک مجرم که در محیط مدرسه انگشت‌نماشده بودم به خانوادهم اشتباه کردم و چیزی نگفتم و این بزرگترین اشتباه من بود. اما

افعی

مهدي عزيززاده فخرآباد



در سریال افعی تهران سکاسی هست که پیمان معادی یکی از معلم‌های زمان کودکی خودش را بعد از سال‌ها ملاقات می‌کند و به لومی گوید سورا ماشینم شو تا خودم تو را به مقصد برسانم اما در طول مسیر به لوبادآوری می‌کند که چقدر در دوران مدرسه بچه‌های معصوم را کتک می‌زد و چقدر آن زمان ظالمانه با بچه‌های مدرسه رفتار می‌کرده و بعد می‌گوید حالا می‌خواهی یک سیلی به تو بزنم؟ که معلم سابق جواب می‌دهد: مگر من پیرمرد زن دارم؟ می‌دانید این سکاس من را یاد خاطره‌های زمان نوجوانی خودم انداخت. البته کلاً بچه‌های دهه ۶۰ از این خاطرات همه دارند. سال اول دبیرستان که بودم یک مدیر جدید وارد دبیرستان شد که ادعا داشت بسیجی است و به همین دلیل مدیر دبیرستان شده بود. از همان ابتدا خواست قاطعیت خودش را نشان بدهد و شروع کرد به ضرب و شتم بچه‌های دبیرستان. طوری که آوازهاش در همه جا پیچید و همه از او صحبت می‌کردند. من هم در همان دبیرستان بودم و بعد از چند ماه از حضور او اتفاق خاصی برای من افتاد. یکی از همکلاسی‌های من از من خواست برای لویک فیلم بزرگسال ببرم جالب بود که من اصلاً فکر نمی‌کردم این چیزها نبود اما بعد از اصرارهای لوگشتم و از یکی دیگر از دوستانم خواستم روز چهارشنبه برای

A.N. FINANCIAL SERVICES INC.

US. Financial Services. US. RESIDENTIAL REALTY.

DRE LIC #: 01183964

MLO LIC #: 1523543

949.583.7200

Getmymortgage.com



دکتر نقیبی مرد اول وام

قوی تر از همیشه، موفق تر از همیشه

دکترای اقتصاد و مدیریت

دکترای حقوق قضایی

فوق دکترای حقوق در رشته حقوق بین المللی

و ورسکستگی از دانشگاه

Thomas Jefferson School of Law

با اتکا به امکانات وسیع،

ارائه دهنده بهترین سرویس در املاک و وام شما

DR. Alex A. Naghibi, Ph.D., J.D.. L.L.M.

A.N. Financial Services Inc.

A Mortgage Banker Corporation



دکتر فرنوش 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

- 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

قبول اکثر بیمه های درمانی

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

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

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

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



برگی از گلستان

باب سوم در فضیلت قناعت، حکایت بیست و ششم

دزدی گدایی را گفت: شرم نداری که دست از برای جوی سیم پیش هر لثیم دراز میکنی؟
گفت:
دست دراز از پی یک حبه سیم به که ببرند به دانگی و نیم شرم: آرم؛ حیا؛ حالت انفعال که هنگام حرف زدن یا ارتکاب عملی به شخص دست می‌دهد.
جوی: نهر، نهر کوچک.

سیم: نقره
لثیم: بخیل، پست، پست فطرت، خسیس، دنی، رذل، فرومایه،
گدا، گدامنش، ممسک، نادیده، ناکس.
حبه: یک دانه

حکایت بیست و هفتم

درویشی را شنیدم که به غاری در نشسته بود و در به روی از جهانیان بسته و ملوک و اغنیاء را در چشم همت او شوکت و هیبت نمانده.

هر که بر خود در سؤال گشاد تا بمیرد نیازمند بود
از بگذار و پادشاهی کن گردن بی طمع بلند بود
یکی از ملوک آن طرف اشارت کرد که توقع به کرم اخلاق
مردان چنین است که به نمک با ما موافقت کنند. شیخ رضا
داد، به حکم آن که اجابت دعوت سنت است. دیگر روز ملک
به عذر قدمش رفت. عابد از جای برجست و در کنارش گرفت
و تلافی کرد و ثنا گفت. چو غایب شد، یکی از اصحاب پرسید
شیخ را که چندین ملاطفت امروز با پادشه که تو کردی خلاف
عادت بود و دیگر ندیدیم، گفت نشنیده‌ای که گفته‌اند:

هر که را بر سماط بنشستی واجب آمد به خدمتش برخاست
گوش تواند که همه عمر وی نشنود آواز دف و چنگ و نی
دیده شکید ز تماشای باغ بی گل و نسرين به سر آردماغ
ور نبود بالش آکنده پر خواب توان کرد خذف زیر سر
ور نبود دلبر همخوابه پیش دست توان کرد در آغوش خویش
وین شکم بی هنری بیچ صبر ندارد که بسازد به هیچ

ملوک: پادشاهان، شاهان،
اغنیاء: غنی
همت: قصد، اراده و عزم قوی، بلندطبعی.
شوکت: قوه و قدرت، جاه، مرتبه.
هیبت: شکوه و بزرگی.

بی طمع: بی حرص و آرزو؛ آن که طمع ندارد.
توقع: انتظار حصول چیزی داشتن. در انتظار وقوع امری بودن.
کرم: بخشش، بخشندگی، بذل، جود، سخا، سخاوت
اجابت: جواب دادن؛ پاسخ دادن.

سنت: روش؛ طریقه.
عذر: حجت و بهانه‌ای که هنگام اعتذار و برای رفع گله و انتقاد بیاورند. بهانه.
عابد: عبادت کننده؛ پرستنده.
تلافی: نرمی و مهربانی کردن؛ اظهار لطف و محبت کردن.

ثنا: مدح؛ ستایش.
غایب: [مقابل حاضر] کسی که حاضر نیست و در جای دیگر است؛ ناپیدا؛ ناپدید؛ دور از نظر.

ملاطفت: نیکویی و نرمی کردن؛ نسبت به کسی لطف و مهربانی کردن.

سماط: آنچه بر زمین بگسترانند و بر روی آن طعام بگذارند؛ بساط؛ سفره؛ خوان. صف؛ رده؛ رسته.

دف: دایره، دایره زنگی. وسیله برای نواختن موسیقی خذف: ظرف سفالی.

وین: مخفف و این.

آموزش رقص ONE & ONE Private Dance Lessons

- خصوصی
- گروهی
- عروس و داماد

Couples: \$75
per session
Singles: \$50
per session
Package for
bride & groom

714-225-5241



Scan Me

به مطالب خواندنی‌ها
در اینستاگرام گوش کنید!
@khondaniha_magazine



ماهنامه خواندنی‌ها: تأسیس ۲۰۱۷
صاحب امتیاز: Daily Vision Inc.
گستره انتشار: جنوب کالیفرنیا
مدیر مسئول و سردبیر: مشتاق فروهر
تکتم مرادی مهنه: صفحه آرا و نویسنده
مهدی عزیزاده فخرآباد: نویسنده

تلفن: 949-923-0038 وبسایت: www.Khondaniha.com
مسئولیت درستی آگهی‌ها با صاحبان آگهی است. خواندنی‌ها هیچگونه مسئولیتی را در این مورد نمی‌پذیرد. استفاده از طراحی‌های این نشریه بدون اجازه از خواندنی‌ها حتی برای صاحبان آگهی غیرقانونی است. دیدگاه نویسندگان الزاماً بیانگر نظر خواندنی‌ها نیست.

تصادفات ACCIDENTS



جام طلایی حسن‌لو



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 حسن‌لو

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

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

(818) 4.000.000

شگفتی‌های ایران - غار سهولان

غار سهولان در مجاورت روستای سهولان قرار دارد که شاید به همین دلیل به این نام خوانده می‌شود و نامی کردی است. در زبان مردمان کرد، این منطقه نیز «سهول» به معنای یخ است. علاوه بر این نام، مردمان محلی منطقه به خاطر لانه‌سازی و زندگی کبوترها در این غار به آن «کونه کوتر» یعنی «لانه کبوتر» می‌گویند. کونه کوتر را برای بخش آبی غار و «کونه مالان» را برای بخش قسمت خشکی به کار می‌برند. «مالان» نیز به معنای پناهگاه است. همچنین در این مجموعه علاوه بر کبوتر، خفاش و ماهی‌ها نیز زندگی می‌کند.



در این غار قایقرانی انجام می‌شود و عمق آن بین ۲۰ و ۶۰ متر و ارتفاع آن از سطح آب تا سقف در حدود ۵۰ متر است.

طی سال گذشته بیش از ۱۷۰ هزار نفر از این مجموعه بازدید کردند و در سال جاری نیز تعداد بازدیدکنندگان از غار سهولان مهاباد به حدود ۴۷ هزار نفر رسیده است. این غار که از سال ۱۳۷۹ میزبان گردشگران است، در فهرست میراث طبیعی و ملی ایران به ثبت رسیده است و جزو مناطق تحت حفاظت سازمان محیط زیست قرار دارد.



گفتنی است در داخل این مجموعه آثار تاریخی از دوران اشکانیان به جای مانده است. جالب است بدانید در بالای این غار قلعه‌ای از ۳ هزار سال پیش وجود دارد که توسط تونلی به داخل غار راه دارد و از داخل غار نیز پله‌هایی به سمت قلعه تراشیده شده است که تصور می‌شود در زمان حمله برای پنهان شدن و یا تامین نیاز آبی از بالای قلعه توسط تونل به داخل غار وارد می‌شدند.

داستان معروف شدن سهولان به سال ۱۸۹۰ میلادی برمی‌گردد؛ در این زمان بود که باستان‌شناسی فرانسوی به نام «ژاک دمرگان» با کمک مردمان محلی و با کمک وارد غار می‌شود و حتی نقشه‌ای از آن تهیه کرده است که بعد از گذشت این همه سال اهمیت دارد. ژاک در کتاب خود به نام جغرافیای ایران به این مکان اشاره می‌کند و این در حالی است که در منابع دیگر نامی از آن دیده نمی‌شود. بعد از آن، در زمان جنگ جهانی دوم یک هیئت انگلیسی و در سال ۱۳۷۵ نیز غارشناسان ایرانی مطالعه را ادامه دادند. از دالان اصلی، تالار بزرگ و دهلیز ورودی سفال‌های متعلق دوره‌های اشکانی و ایلخانی یافت شده است.



غار سهولان یکی از جاذبه‌های گردشگری آذربایجان غربی است که این غار مابین دو شهرستان مهاباد و بوکان قرار دارد. می‌توان گفت فاصله این مجموعه تا شهرستان مهاباد ۴۰ کیلومتر و تا بوکان ۲۵ کیلومتر است.

غار سهولان دو در دارد که یکی از ورودی‌ها که معمولاً از این در به داخل غار استفاده می‌شود دارای ۱۰۰ پله است، مطالعات باستان‌شناسی نشان می‌دهد حدود ۹ هزار سال پیش (۷ هزار سال قبل از میلاد) انسان با این مجموعه ارتباط داشته است. به طور قطع نمی‌توان قدمت این غار و کشف آن توسط انسان را بیان کرد اما در قسمت ورودی این مجموعه آبی، محوطه‌های باستانی به قدمت حدود ۹ هزار سال قبل باقی مانده است



مجموعه غار سهولان از بخش خشکی و آبی تشکیل شده، دارای رطوبت بسیار بالایی است و دمای داخل غار بین ۱۰ تا ۱۵ سانتیگراد است. غار سهولان غاری آهکی است بعد از غار علی صدر جزو جاذبه‌های گردشگری بسیار مهم در سطح غارهای آبی ایران و جزو غارهای آبی بزرگ کشور است. قندیل‌های زیبا و تماشایی که سقف و دیوارهای سهولان را مزین کرده‌اند و اشکال مختلف آهکی نیز که در اثر ریزش آب و ایجاد سائیدگی صخره‌های آهکی به وجود آمده‌اند که عروس دریایی، هشت پا، مار ماهی، لاک‌پشت حیوانات دریایی پای فیل، شیر، خوسه انگور از جمله آن‌ها است و



غار سهولان مهاباد

کمی بخندیم



ضرب المثل های فارسی



- پشم در کلاه نداشتن: بی مایه بودن.
- جواب دندان شکن: یعنی بامنطق و حساب پاسخ دادن.
- لگد به بخت خود زدن: در مقابل خود ایستادن.
- دهانش بوی شیر می دهد: بی تجربگی فرد.
- طلب کردم زدانایی به یک پند مرا فرمود با نادان مپیوند: هر کس با افراد بد نشست و برخاست کند اگر خلقو خوی ایشان در او اثر نکند به راه و روش آنه متهم خواهد شد.
- خر بیار و باقالی بار کن: در موردی گفته می شود که آشوب و معرکه بر سر موضوعی باشد.
- عطای او را بلقay او بخشیدم: در مورد افرادی که خیر و شر آنها یکی است.
- جوجه را آخر پاییز می شمردند: نتیجه کار آخر معلوم می شود.
- شتر در خواب بیند پنبه دانه: کنایه از آدمی است که آرزوهای دور و درازی دارد.
- سیر به پیاز میگه پیف پیف چقدر بو می دی: کنایه به کسی است که خود پر از عیب و اشکال است ولی عیب کوچک دیگران را بزرگ جلوه دهد.
- جای که نمک خوردی نکمدان مشکن: در نگوشتش خیانت به افرادی که در حق آدم خوبی کرده اند.
- گاو پیشانی سفید است: همه کس و در همه جا او را می شناسند.
- چند تا پیراهن بیشتر پاره کرده: با تجربه تر است.
- در کار نکو حاجت هیچ استخاره نیست: در انجام دادن کار خوب فکر و تأمل کردن جایز نیست.

- من از وقتی یادمون میاد آمار تلفات جاده ای هر سال ۱۰ درصد کاهش پیدا میکنه اگه این آمار درست بود قاعدتا باید الان زاد و ولد داشتیم تو جاده ها.
- شما سوار تاکسی میشدید راننده بحث های سیاسی میکنه... من امروز تو تاکسی نشستیم یکم سرفه کردم برام یک آنتی بیوتیک و یک شربت سرفه و دو تا قرص نوشت.
- دیروز از بچه ها امتحان گرفتم، سوال داده بودم مسلمانان در مراسم حج فاصله ی میان دو کوه و را هفت بار طی می کنند. یکی از شاگردام نوشته البرز و قایمشهر.
- دکتر تزریقات به حیف نون میگه برو بخواب پیام آمبولت رو بزنم. حیف نون میگه بخدا اینقدر استرس دارم خوابم نمیره.
- چطوری میفهمین یه ادکلن تلخه یا شیرین. من هر ادکلنی تا حالا خوردم تلخ بوده حتی اون که همه میگفتن شیرینه.
- معلم ریاضی: چرا ریاضی نخوندین؟ بچه ها: امتحان عربی داشتیم. معلم عربی: چرا عربی نخوندین؟ بچه ها: امتحان ریاضی داشتیم. و اینگونه بود که ما دیپلم گرفتیم.
- مورد داشتیم یارو تو "پینت بال" گلوله هاش تموم شده، بقیه رو با قنداق اسلحه زده!
- به نظرم بهترین اختراع مردها ازدواج بوده، وگرنه چطور می شد یک خانم خوشگل رو قانع کرد که تا همیشه باهات زندگی کنه؟
- مشهدی: ما قطب مذهبی ایران هستیم! شیرازی: ما فرهنگ و اعتبار ایرانیم!
- اصفهانی: ما تمدن ایران زمینیم! تهرانی: ما پایتخت ایرانیم، ایران بدون ما یعنی هیچ؟! خوزستانی: ممد، کاکا شیر نفت رو پنج دقیقه ببند بینم اینا چی میگن.
- به حیف نون میگن تا حالا مر با بالنگ خوردی؟ حیف نون میگه: درسته به من میگن ساده ام.. ولی تا این حد میفهمم که مر با رو با دست میخورن نه با لنگ.



علی بهشتی

Enrolled Agent



کلیه امور حسابداری و مالیاتی شامل:

- تهیه اظهار نامه مالیاتی اشخاص و شرکتها
- 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

Fax:
(949) 281-0031



beheshti_accounting

taxaccoc@gmail.com

www.BeheshtiAccounting.com



KIAINTECH

Ignite Your IT Journey

تبلیغ هنر فروش است! تبلیغ تخصص ماست!



شرکت کیااینتک، پیشرو در ارائه خدمات تبلیغات دیجیتال و بازاریابی در گوگل و شبکه‌های اجتماعی، به دارندگان مشاغل کمک می‌کند تا با استراتژی‌های نوآورانه و کاربردی، محصولات و خدمات خود را ارائه دهند. ما با راه اندازی روش های مختلف تبلیغاتی برای بیزینس ها، بهترین نتایج را برای ارتباط با مشتریان شان به دست می آوریم تا روابط تجاری نزدیکتری میان آنان ایجاد شود.

تبلیغات با گوگل ادز، روشی موثر برای نمایش محصولات یا خدمات

Google Ads

شما به افرادی است که به دنبال آنها هستند. این روش با دسترسی گسترده به مخاطبان توسط گوگل، پربازدیدترین سایت‌های جهان با هدف‌گذاری دقیق مخاطبان بر اساس سن، جنسیت، محل زندگی، علایق و رفتارهای کاربران و قابلیت اندازه‌گیری دقیق نتایج و ارزیابی عملکرد تبلیغ میسر می‌گردد.

مدیریت شبکه‌های اجتماعی شامل فعالیت‌هایی مانند ایجاد محتوا، انتشار محتوا، تعامل با مخاطبان و اندازه‌گیری نتایج است. هدف مدیریت شبکه‌های اجتماعی، ایجاد یک حضور مثبت و مؤثر برای کسب و کار در شبکه‌های اجتماعی است. از جمله مزایای مدیریت شبکه‌های اجتماعی می‌توان به افزایش آگاهی از برند در بین مخاطبان خود، جذب مشتریان جدید و افزایش فروش اشاره کرد.



SEO، فرآیندی است که به کسب‌وکارها کمک می‌کند تا صفحات وبسایت خود را برای موتورهای جستجو بهینه کرده و ترافیک بیشتری را به وبسایت خود جذب کنند. SEO، یک فرآیند پیچیده است که شامل عوامل مختلفی مانند محتوا، ساختار وبسایت، لینک‌سازی و عوامل فنی است.



YouTube



اینستاگرام، یوتیوب و فیس‌بوک هر کدام بیش از دو میلیارد کاربر فعال دارند که مردم از این پلتفرم‌ها برای برقراری ارتباط با دوستان، خانواده و دیگران استفاده می‌کنند. تبلیغات در این پلتفرم‌ها را می‌توان بر اساس سن، جنسیت، محل زندگی، علایق و رفتارهای کاربران هدف‌گذاری کرده و نتایج تبلیغات را به‌طور دقیق اندازه‌گیری نمود و عملکرد آنها را ارزیابی کرد.



www.Kiaintech.com



(949) 310 - 8110



نمی‌کردند. مادرش حتی همین رو هم سرکوفت میزد که چرا دوست‌پسر نداری. نگار دیگه نمیتونست به هر چیزی بخنده. زندگی براش جدی و جدیتر میشد. هر بار منو میدید می‌گفت: تو پنبه ظریف و ملوس منی. کاش کمی شبیه تو بودم شاید مادرم دست از سرم برمی‌داشت چرا کسی درک نمی‌کرد این دختر چه قلب پاک و ذات خالصی داره؟ فقط چون لاغر نیست؟ یا چون جور دیگه به زندگی نگاه می‌کنه؟ ماشین خریده بودم، بهش زنگ زدم و گفتم بیا بریم شمال. در جوابم گفت: تو رو خدا دیگه با من دوست نباش. تو رو خدا نذار مادرم بفهمه تو هی داری پیشرفت می‌کنی و من حتی بودجه ساخت فیلم کوتاه‌م ندارم. فقط ولم کن. هق هق نگار، آخرین خاطره من از این رفاقت پایان یافته است. دلم خیلی براش تنگ شده.



شرمندگی اون لحظه الهی برای هیچکس پیش
 نباد. همسرم گفت یک چیزی ته دلم بهم میگفت

همینجوری که بی هدف راه میرفتم سر از یک چهارراه در آوردم، از بس بارون شدید بود آدمهای زیادی تو خیابون نبودن. زیر سایبون یک مغازه یک آقاو خانوم با یک بچه شاید چهارپنج ساله توجه منو جلب کردن، آقاهه میخواست چیزی بگه همین که نیم خیز شد خانومش دستشو کشید و نداشت بیاد سمت من، منم از کنارشون رد شدمو رفتم چند متر جلوتر و یک دونه سیگار نسیه گرفتم، داشتم به رقص دود سیگار نگاه میکردم که دوباره متوجه اون خانواده شدم. با خودم گفتم یعنی چی میخواست بگه رفتم سمتشون، پرسیدم آقاچیزی میخواستید بگید، گفت والا! مسافریم پولمون رو زدن گشنه ایم. اگه میشه حرفشو تموم نکرده بود که بغضم ترکید گفتم من از شما هم ندار ترم، ببین؛ دوهزارتومنی توی جیبم رو نشونش دادمو گفتم بخدا این همه ی پولمه، چند روزه تو جیبمه جرات نکردم خرجش کنم، بیا انگاری قسمت شما بود بگیرید حداقل باهاش چنتا ساندویچ بخرید. حالا از ده دقیقه قبلم هم فقیر تر شده بودم کلی تو خیابونهای خیس ساری قدم زدم.

راستش روم نمیشد برم خونه از نگاه همسرم خجالت میکشیدم. با خودم گفتم زنگ بزnm دفتر مرکزی شرکت که نزدیک خونمون بود. ببینم نگهبان کیه برم پیشش خوابیدن بمونم یه تلفن کارتی پیدا کردم زنگ زدم، اونطرف دوست صمیمیم رحیم گوشو برداشت.

گفت جلال از بعد از ظهر خدا خدا میکردم یک سر بیای اینجا یا زنگ بزنی گفتم چطور، جواب داد حقوق سه ماه همراه اضافه کاری رو دادن. حقوق تو رو من تحویل گرفتم. ذهنم رفت سمت اون خانواده دویدم پیدا شون کنم. پیدا شون نکردم. تو مسیر پرواز میکردم رفتم پولو گرفتم کلی خرید کردم و برگشتم خونه اون شب شاید شادترین شب زندگی ما بود با صدای بلند میگفتم خانوم اون کبابها رو بده مثلاً میخواستم صابخونه رو بچروم.

ده سال گذشت. تومغازه یکی از دوستانم بودم. رفقای دورم حلقه زده بودن منم دایتم همین داستان بالا رو با آب و تاب شبیه یک نمایشنامه خون حرفه ای تعریف میکردم، تموم که شد یک آقا و خانوم با یک بچه وارد مغازه شدند. آقاهه گفت ببخشید ما مسافریم پولمونو زدن، گشنه ایم! جشمای رفقایم گرد شده بود.

[illegible]



Orange County Pain Clinics



Dr. Alireza Bozorgi, MD

Medical Director

Neurologist
Interventional Pain Management



Dr. Jeff Shad, DC

Clinical Director

Chiropractor
Spine Specialist

- Traumatic Brain Injury Experts
- Neurological Evaluations
- Pain Management Services
- Orthopedic and Spine Surgeons
- Physical Therapy
- Transportation for Patients
- Same Day Appointments

949.333.2224

OrangeCountyPainClinics.com

Irvine • Mission Viejo • San Clemente





رها شده

فهیمه سرافراز

بازمانده خشونت اسیدپاشی

یک صبح زیبای دیگر از بستر خواب برخاستم و بعد از نوشیدن لیوان آب رفتم تا برای عبادت صبحگاهی آماده بشوم؛ صدای نم نم باران به گوش میرسید؛ از پنجره نگاهی به بیرون انداختم؛ از رنگ سبز درختان و تمیزی راه روهای کنار آپارتمان معلوم بود که شب تا صبح باران باریده. پنجره را گشودم تا کمی هوای تازه را تنفس بکنم. بعد از عبادت صبح گاهی دلم هوای بیرون و رانندگی کرد تصمیم گرفتم با ماشینم کمی کار بکنم و از آب و هوای زیبا صبح لذت ببرم. معلوم بود؛ که روز را خوب آغاز کرده بود اولین مسافر من خانم مسن و خوش کلامی بود؛ و دومی دختر خانم جوان زیبا و یک بچه کوچک ناز که تلو تلو کنان از پشت مامانش میدوید؛ سوار ماشین شدن بچه کوچولوی آن خانم سگ خوشگل ناز بود و خیلی کوچک. ازش خواست اجازه است دست به سر بچه ش بکشم و او با خوشحالی جواب مثبت داد. بچه با ناز دادن من حسای خودش را لوس میکرد. خانم جوان گفت اینو یک سال پیش از خیابان پیدا کردم

من ناگهان صورتم را برگرداندم و گفتم خب کجا چه جوری او تعریف کرد روزی برای قدم زدن رفته بودم و این را بین ترافیک ماشین ها رها کرده بودن او گفت بچه خیلی ترسیده بود؛ ادامه داد شتابان به طرفش رفتم و آن را به اغوش کشیدم بعد که بچه کمی آرام شد. اوردمش به منزل خودم و تا حالا نزد من است؛ او گفت خیلی دوستش دارم و زندگی جدیدی به من بخشید. من از شیشه عقب آنها را تماشا میکردم خانم جوان آن را میبویید و میبوسید؛ از نگاه بچه معلوم بود که چقدر احساس آرامش و امنیت کنار او دارد گاه احساس میکردم لبخندی به من هم میزند و یا شاید از دل من با خبر شده بود شاید من را احساس میکرد که من هم رها شده ی بودم. من با خود در فکر فرو رفتم به یاد روزهای که از هر طرف ترد و رها میشدم با خود فکر کردم انسانها اگر رها میشوند شاید به خاطریکه هم فکر و هم نظر نباشند اما چرا حیوان ها را رها میکنند آن هم در خیابان؛ حیوان که گناهی ندارد او نه میتواند حرف بزند نه میتواند مخالف نظر و خواست دیگران باشد. او زبان برای حرف زدن ندارد او حتی کاری مخالف میل انسانها هم انجام نمیدهد. از او پرسیدم ایا هوا سرد بود؟ ایا روزی که پیدایش کردی روز بارانی بود؟ ایا او زخمی بر صورت و تن خود داشت؟ و چندین ایا های دیگر؛ فکر کردم شاید زخمی بر صورت داشته و دیگر دوستان

و اطرافیانش علاقه ی بهش نداشتن. او جواب داد؛ معذرت میخواهم که باعث شدم ناراحت و احساسات برانگیخته شود؛ لبخندی زدم گفتم ادامه بده من خبم. در حالی که بچه اش را نوازش میداد گفت بله روز بارانی و سردی بود. و بچه ام آن زمان خیلی کوچک بود گفت سر تا پایش خیس و آب ریزان بود؛ ولی سالم بود هیچ زخمی نداشت فقط خیلی سردش بود؛ ادامه داد آن روز ترافیک سنگینی بود و تصمیم گرفتم مقدار از مسیر را پیاده بروم و در بین راه این را پیدا کردم؛ ادامه داد: خداوند من را سر راه این قرار داد و من به این پناه و یک اغوش پر محبت دادم؛ و بعد او را بوسید. با خود فکر کردم که هیچ کار خداوند بی دلیل نیست مهم این است که بفهمیم و درک کنیم که خدا مواظب ما است. کم کم ما به منزل خانم جوان نزدیک میشدیم و زمان جدای نزدیک بود بعد از رسیدن از خانم جوان اجازه گرفتم تا بتوانم بچه را بغل کنم و یک عکس یادگاری با او داشته باشم و او چنان خودش را اغوش من انداخت و رها کرد گه گویا من را از دل و جان احساس کرده بود. آن روز و روزهای دیگر یکی پی دیگر پر از خوبی و خوشی سپری شد و میشود. بیایید با همدیگر مهربان باشیم و دوست خوب برای همدیگر و حیوانات؛ دنیا با مهربانی زیباتر خواهد شد. احترام و محبت بهترین دین در دنیا است. بخند تا دنیا به رویت لبخند بزند

نقاشی زبان بیلان عمیق ترین احساسات انسانه بدون کلمات است.

آموزش سیاه قلم
و رنگ روغن
برای تمامی سطوح
و تمامی سنین

قبول سفارش سیاه قلم
و رنگ روغن
برای انواع مدلها در
سایرهای دلخواه

ماندانا

۶۸۷۷-۶۸۷۷ (۹۴۹)

mandana_artist_ca



علائم روی لباس و معنی آنها

هنگام خرید و استفاده ی پوشاک شناخت علائم روی لباس امری ضروری است. این برچسب ها برخی از علایم جدول زیر را در خود جای داده اند. برای اینکه لباسی که خریده ایم عمر مفیدتر و ظاهری آراسته تر داشته باشد بهتر است معنا و مفهوم هرکدام را به درستی بدانیم.



۱	۱۲	۲۳	۳۴	۴۵	I
۲	۱۳	۲۴	۳۵	۴۶	II
۳	۱۴	۲۵	۳۶	۴۷	III
۴	۱۵	۲۶	۳۷	۴۸	IV
۵	۱۶	۲۷	۳۸	۴۹	V
۶	۱۷	۲۸	۳۹	۵۰	VI
۷	۱۸	۲۹	۴۰	۵۱	VII
۸	۱۹	۳۰	۴۱	۵۲	VIII
۹	۲۰	۳۱	۴۲		IX
۱۰	۲۱	۳۲	۴۳		X
۱۱	۲۲	۳۳	۴۴		XI



۲۸: از برنامه عادی شستشو / همراه با چرخش استفاده شود

۲۹: از برنامه ضد چروک / همراه با چرخش استفاده شود

۳۰: از برنامه شستشو برای لباس های ظریف / بدون چرخش استفاده شود

۳۱: خشک کردن با دمای بالا انجام شود

۳۲: خشک کردن با دمای متوسط انجام شود

۳۳: خشک کردن با دمای پایین انجام شود

۳۴: خشک کردن بدون دما / با هوای آزاد انجام شود

۳۵: اتوکشی با حرارت پایین انجام شود

۳۶: اتوکشی با حرارت متوسط انجام شود

۳۷: اتوکشی با حرارت بالا انجام شود

۳۸: امکان اتوکشی وجود دارد

۳۹: اتوکشی مجاز نیست

۴۰: از اتوی بخار استفاده نشود

۴۱: خشکشویی شود

۴۲: خشکشویی نشود

۴۳: خشکشویی با تمام مواد

۴۴: خشکشویی با مواد خاص نفتی / پترولیوم

۴۵: به صورت آویزان خشک شود

۴۶: روی بند یا به حالت آویزان خشک شود

۴۷: به صورت مسطح پهن و خشک شود

۴۸: نم دار آویزان شود

۴۹: دونه شود

۵۰: در سایه خشک شود

۵۱: شستشو فقط با دست انجام شود

۵۲: چالانده نشود

خدیجه

حسین فرزین



روبروی بن بست خونه‌ی پدر مادری ما، یک بن بست دیگه بود. داخل این کوچه چندین حیاط وجود داشت و افراد گوناگونی با جایگاه‌های مختلف طبقاتی زندگی می‌کردند حیاط‌های بزرگ از آن افراد متمول و منزل‌های کوچک و بسیار کوچک از آن افراد هم چون ما، البته شاید وضع خانواده‌ی مانسبت به بعضی از لونا کمی ناقص‌تری بهتر بود توی یکی از این حیاط‌های بزرگ خانواده‌ای زندگی می‌کردن که دو دختر داشتن و دوتا پسر، دختر ارسیده بودن به سن ازدواج، یکی عقب مونده بود و تپیل می‌پیل که گاهی توسط بچه‌های بزرگ محل مورد دست‌مالی قرار می‌گرفت و دیگه درس خون بود، دوتا پسرایی که چندسالی از من کوچکتر بودند و اون یکی کودکی بیش نبود، پسر بزرگتر به من علاقه داشت و زمینه ورود من به منزلشون فراهم کرده بود و من بارها برای دیدن برنامه‌های تلویزیون در منزلشان همراهیش می‌کردم همین موضوع باعث شده بود که از او خواهرانش در مقابل دیگر پسران محله دفاع نموده و سینه سپر کنم که این خودش قصه مفصلی داره که اگر عمری بود در جای خود به آن خواهرم پرداخت در کنار منزل آن‌ها یک منزل کوچکی بود که یک دختر بامادرش زندگی می‌کردند، خاوری بودند و به قول

اون زمان تمام اطراف شهر پر از باغ‌های کوچک و بزرگ بود که در حال حاضر جاییش راداده به هتل‌های لوکس و آسمانخراش و گویا فعلاً از ما بهترن برای گذران با دوستانشون یا به این هتل‌های ساخته شده بعد از انقلاب و مهیا برای سرویس دهی به این جماعت راهی می‌شوند در سرتان نهم ما که کودکی بیش نبودیم و قصه باغ توسط بزرگتر به گوشمان رسیده بود با این که بنام گرفته بود با زبانی الکن در حالی که پنج‌ریالی در مقابل چشم‌مانم بزرگ‌نمایی می‌کرد، گفتم خدیجه امشب میای بریم باغ، هنوز باغ از دهانم خارج نشده بود که خدیجه در حالی که چند فحش آبدار نثارم می‌کرد فریاد می‌زد آخه تو عرضه باغ و مودن داری، روزگار بدسراغتان نیاید و بعد چنان سیلی بصورت من نواخت که پخش زمین شدم. از اون زمان به بعد قصه باغ شد سوژه بچه‌های محل برای دست‌انداختن من، اما خرج کردن اون پنج‌ریال نمی‌دونید چه لذتی داشت، خوشبختانه خدیجه عروس شد و من هم در عروسیش دعوت بودم، هر وقت نگاهش به من می‌افتاد لبخندی می‌زد و سری تکان می‌داد، او از محل مافرت، دیگه خبری ازش ندارم اما می‌لورم زندگی خوبی داشته باشه توصیه ام این است شما هم حواستون به گفتار تون باشه و آگه خواستید چیزی به گردن کلفت‌رو یا نازک‌تر از خودتون بگین، سیلی خدیجه به من رو در نظر بگیرین. عزت زیاد الان که این کلمات رو به پایان می‌برم یاد مادر خدا بیامرز می‌افتم که یکی از دعا‌های همیشگیش به من این بود که خدا عمرت با عزت بهت بده و من در جوابش می‌گفتم با زهرا همیشه و جالب اینکه در نهایت خدا زهرا را برایم لطف کرد.

ما مشه‌دی‌ها بربری، دختر هیکل درشتی داشت و بزن بهادر بود، به عبارتی می‌تونست گلیم خودشو از آب بکشه، بچه‌های محل جرات نزدیک شدن به اون رو نداشتن، چون می‌دونستن اهانت به او پاسخش دریافت مشت و لگد است و آبروریزی در نزد دیگر پسران محله خدیجه یا همان دختر یاد شده کمی تا قسمتی لوندی هم داشت جوری لباس می‌پوشید که چشم‌ها و دل‌ها رو بطرف خودش بکشه، از طرف دیگه از این که بچه‌های محل هم جرات نمی‌کردن بهش چیزی بگن دلش غنچ می‌رفت، از طرفی نگاه لونا و می‌خواست و از سوی دیگر از حسرت لونا لذت می‌برد قبلاً گفته بودم که من کمی ناقص‌تری شرم بودم و بدم نمی‌آمد که سر بر سر افراد بذارم، بچه‌های هم‌سن و سال محل من رو تهییج کردن که آگه به خدیجه متلک بگی پنج قرون (ریال) پیش ماداری، گفتم این که چیزی نیست، باشه پنج قرونه عشقه هر کدوم از بچه‌ها موجودیشو رو کردن، ده شاه‌ی‌ها و یک قرونی‌ها که جمعا شد پنج قرون و سپرده شد به فردی مورد احترام که بعداً بچه‌جر نزن و پرداخت جایزه‌ها نشه، تنتون سلامت تو همین حال و هوا بودیم که خدیجه سالانه سالانه از کوچه بن بست لومد بیرون و بچه‌ها که کمین کرده بودن فراری شدن به کوچه بن بست خونه‌ی ما و من ماندم و خدیجه که روبروی من و لیساده بود و چشم تو چشم دوخته بود و من در حالی که باد لقهو که همون لرز باشه تمامی بدنم به ارتعاش آورده بود در مقابلش، در قلمیم گویا از ما بهترن وقتی با دختری دوست می‌شدن و قرار بود ساعتی با هم باشند، با طرف میرفتن باغ‌های اطراف و ساعتی رامی‌گذرانن، چون در



متخصص ارتودونسی
با بیش از ۳۱ سال سابقه

دکتر فریبا بیگدلی

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
بیمه‌های 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 دندانپزشکی

زندگی راحت و استقلال مالی بدون پرداخت وام مسکن

با Reverse Mortgage از سالهای طلایی بازنشستگی لذت ببرید!

چنانچه مالک خانه با Equity زیاد هستید و حداقل ۶۲ سال دارید
با Reverse Mortgage بدون اقساط ماهیانه می توانید:

- در خانه خود زندگی کنید
- وام مسکن موجود خود را پرداخت کنید
- درآمد ماهیانه داشته باشید
- کارت های اعتباری را تسویه کنید



جهت مشاوره رایگان با ما تماس بگیرید
(949) 259-4400



Babak Moghaddam
Reverse Mortgage Specialist
37 Years Experience
NMLS # 278061
DRE #00966614



Charter Pacific Lending Corp.
9891 Irvine Center Drive #190
Irvine, CA 92618
Phone: (949) 259-4400
Babak@ChartPac.com
www.ChartPac.com



مرزهای قراردادی

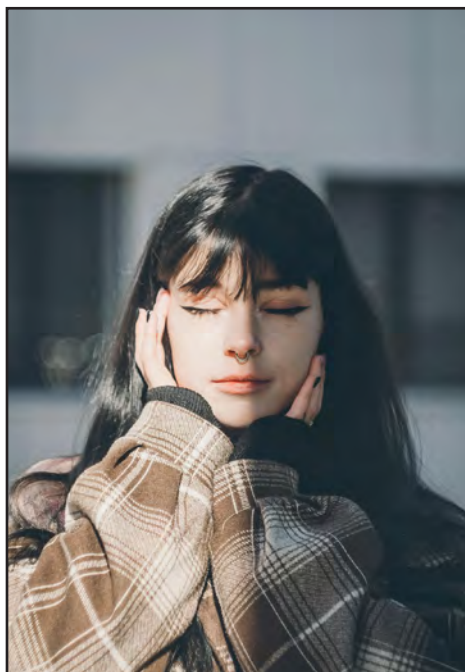
سودابه فرضی پور



خانه ما یک خواب داشت که خب، آن هم مال مامان و بابا بود. ما دو خواهر و برادری بودیم که عاشق اتاق شخصی، حریم شخصی، وسیله‌ی شخصی بودیم. عاشق مالکیت خصوصی، عاشق «مال من»... به خاطر همین، طی روز، وقت نوشتن مشق‌ها، هال را بین خودمان تقسیم می‌کردیم؛ بخشی اتاق من، بخشی اتاق او.

ما شاعرانه‌ترین مرزبندی تاریخ را داشتیم. آفتاب تعیین می‌کرد تا کجای هال مال من، و از کجا به بعدش مال برادرم باشد. تا آنجا که آفتاب، لاکی فرش را روشن‌تر می‌کرد مال یکی، و از سایه به بعد مال دیگری. ظهرهای تابستان، سهم من می‌رفت و می‌رفت تا ۱۱:۱۱ نزدیک دیوار آخر هال... یعنی برادرم باید می‌رفت می‌چسبید به دیوار تا انگشتش هم توی اتاق من نباشد! و ظهرهای زمستان، سهم من می‌شد همین

جلوی در، همین‌جا که خورشید، خسیسانه، یک کف دست نور می‌ریخت، انگار که به گدا آفتاب بدهد!



بعدها مادرم پیشنهاد کرد ترنج وسط فرش را مبنا قرار بدهیم. از گل وسط قالی تا دیوار مال او، از همان‌جا تا در هم مال من...

برابر... پر به پر... مدتی هر دو راضی بودیم، تا اینکه حوصله‌مان سر رفت. مرز ثابت، مرز قراردادی، مرز قانونی کسل‌کننده بود. تنوع نداشت، ما دفتر به دست دور اتاق نمی‌چرخیدیم پی قلمروی تازه‌ای که خورشید خانم ساخته.

انگار تبعیدی‌هایی بودیم در جزیره‌ای که پا از آن نمی‌توانستیم بیرون بگذاریم. آزادی در تغییر بود، در جابجایی، در استحاله.

برگشتیم به همان مرزبندی خودمان. اما این بار یاد گرفتیم گاهی به هم ویزا بدهیم؛ گاهی دیگری راه بدهیم، گاهی مثل یک مهمان برویم توی مملکت دیگری، و بنشینیم لب آفتاب آن یکی.

روزهای آخر نوروز، اغلب ما شروع می‌کنیم به نوشتن برنامه‌های تازه توی صفحه اول سررسید تازه...

این بار وقت نوشتن، وقت فهرست کردن، وقت اولویت‌بندی، یک خط را توی اولویت‌های اول شماره بزنیم و بنویسیم «از مرز فراتر رفتن».

به خودمان قول بدهیم یک جایی توی سال جدید، پا را فراتر بگذاریم از مرزهای قراردادی؛ یک جایی بزنیم بیرون از خط؛ یک جایی راه بیفتیم.



تست شنوایی رایگان

برای خرید
سمعک ۵۰٪ تخفیف ویژه

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



گاهی دلم تنگ می شود

می شد من هم مثل تمام زن ها، آرامش و رهایی و زنانگی را تجربه کنم. می شد من هم هر صبح با آسودگی خیال بیدار شوم و هیچ نگرانی آزار دهنده ای در قبال مخارج و پروژه ها و کارهای عقب افتاده نداشته باشم و دغدغه های شیرین و دلچسبی مانند خرید لباسی جدیدتر و پارچه و استکان و فرشی به روزتر و نوبت مانیکور و پدیکور و رنگ مو و هزار موضوع خوشایند دیگر داشته باشم و حالم با پوست لطیف و شادابم خوب باشد. می شد مسئولیت های مغایر با روحیه ی ظریفم به عهده بگیرم و با اعصاب آرامم، چهره ای مهربان و خونسرد از خودم به عنوان یک خواهر، مادر یا همسر دوست داشتنی و یک کدبانوی نمونه در ذهن ها ثبت کنم تا هرکجا ترشی هایشان جا نیفتاد، برنج هایشان قد نکشید، فسنجان هایشان روغن نینداخت یا شیرینی هایشان خمیر شد، بدون مکث از من سوال کنند و برای داشتن فرزندی آرام و حرف گوش کن از من راهکار بخواهند. ولی من آنقدر مسئولیت های زمخت و طاقت فرسا روی شانه هایم ریخته بود و آنقدر به کارهای سخت تری مشغول بوده ام و برای تداوم داشتن و زیستن، دویده ام و جنگیده ام، که هرگز فرصت نکردم یک کدبانوی نمونه باشم و در این حیطه به کمال برسم. من به جای دستور پختی هیجانی تر برای مرغ و قرمه سبزی و پیتزا، دنبال

شغل و درآمد دوم و سوم گشتم و عادت کرده ام بیشتر در این گوشه از معادله بایستم! من شاید ندانم فسنجان چطور به روغن می افتد ولی خوب می دانم ماه که به نیمه رسید، چطور و با چه سرعت و هراسی باید دوید و کار کرد و کم نیاورد. من شاید برنج های کوتاه قدی درست کنم، ولی طاقت بلندی در به دوش کشیدن رنج های مردانه دارم. من شاید فرصت کمتری برای رسیدگی به خودم و تفریح کردن و با دوستان نشستن داشته باشم ولی خوب می دانم تفاوت سرِ برج با آخرِ برج چیست و قسط های عقب افتاده چقدر ترسناکند.

من پذیرفته ام که از من کدبانوی خوبی در نمی آید و اصلا هم ناراحت نمی شوم که کسی دست پخت مرا دوست نداشته باشد و اصلا هم ناراحت نمی شوم کسی از من نپرسد اجاق گازم را با چه محلولی تمیز می کنم و اصلا ناراحت نمی شوم اگر کسی بپرسد با این سن، چرا موهای شقیقه ام نقره ای شده و چرا از وقت ترمیم ناخنم خیلی گذشته، چرا لاک نزده ام یا چرا حواسم نبوده کتانی را با کت و شلوار نباید بپوشم و رنگ شالم را باید با کیفم ست می کردم... من پذیرفته ام هرکسی در این جهان هدف و مسئولیتی دارد و آدم ها شبیه به هم نیستند و شبیه به هم زندگی نمی کنند و شبیه به هم راضی و خوشحال نمی شوند. از کجا معلوم؟ شاید اگر من کدبانوی نمونه ای بودم و این دغدغه ها و مسئولیت ها را نداشتم، حالم خوب نبود و احساس خوبی نداشتم! هرچند... گاهی وسط

هزارتوی رنج های زمانه، واقعا دلم تنگ می شود برای در نهایت آرامش «زن» بودن و به گل ها آب دادن و بدون فکر و خیال، خانه را گردگیری کردن

و ظرف ها را سر حوصله و با وسواس در کابینت چیدن و برنج های قدبلند دم کردن و خورشت های به روغن افتاده پختن! گاهی واقعا

دلم تنگ می شود برای آرام بودن و هیچ نگرانی ناگزیر و آزار دهنده ای نداشتن و با

کفش های پاشنه بلند و ذهنی آرام وسط حوضچه ای اکنون ایستادن و دلبری کردن...



چیستان



- ۱- تو برادر من هستی اما من برادر تو نیستم. من کی هستم؟
- ۲- کدام حیوان درنده را اگر وارونه کنی بر روی مردان می روی؟
- ۳- واژه ای است که همه افراد آن را غلط می خوانند؟
- ۴- آن چیست که حرف دارد اما صحبت نمی کند؟
- ۵- آن چیست که بالا می رود ولی هرگز پایین نمی آید؟
- ۶- چه چیزی به اندازه شما بزرگ است و در عین حال وزنی ندارد؟
- ۷- من بال ندارم اما پرواز می کنم، دندان ندارم اما گاز می گیرم؟

پاسخ چیستان

۱- منم ۲- کبک ۳- هیچ ۴- سبزه ۵- باد ۶- سایه ۷- منم

ترفندهای خانه داری



– تمیز کردن مایکروویو: مایکروفرها می توانند بسیار کثیف شوند، اما یک راه آسان برای درخشش دوباره آنها وجود دارد. مقادیر مساوی آب و سرکه را در یک ظرف قابل قرار دادن در مایکروویو قرار دهید (به همراه یک جسم چوبی کوچک مانند یک خلال دندان برای جلوگیری از جوش یا خطرات دیگر). سپس، آن را به مدت ۵ تا ۱۰ دقیقه روی حرارت بالا تنظیم کنید. چند دقیقه صبر کنید تا خنک شود، وقتی آن را باز کردید، تنها کاری که باید انجام دهید این است که

داخل مایکروویو را با اسکاچ یا حوله کاغذی پاک کنید. همچنین برای ایجاد یک رایحه تازه و تمیز می توانید به مخلوط بالا لیمو اضافه کنید! – تمیز کردن کف کفشهای ورزشی با مسواک: گل و لای، آلودگی و هر چیز دیگری که به کف کفشهای ورزشی می چسبد می تواند مدت طولانی باقی بماند! یک راه آسان برای تمیز کردن آن آب گرم و استفاده از مسواک برای پاک کردن گل و لای باقی مانده ای است که با آب شسته نمی شود. – از بین بردن بوی بد کفشهای ورزشی: وقتی کفش های کثیف کنار درب گذاشته می شوند، بوی آنها در سراسر اتاق به مشام می رسد! کافی است مقداری جوش شیرین را داخل کفش بپاشید تا بوی آن از بین برود. قبل از استفاده مجدد جوش شیرین را بیرون بریزید. – تمیز کردن اکلیل ریخته شده: اگر دوست دارید خانه را مرتب نگه دارید، ریختن اکلیل می تواند بدترین کابوس شما باشد. خبر خوب این است که یک راه حل برای مشکل شما وجود دارد! از خمیر بازی برای پاک کردن اکلیل های ریخته شده استفاده کنید! (اگر خمیر بازی ندارید، از نوار چسبندگی ای مانند نوار چسب استفاده کنید!) – تمیز کردن تابه سوخته با سرکه، آب و جوش شیرین: ماهی تابه را با آب پر کرده و سپس یک فنجان سرکه سفید اضافه کنید. آن را به جوش بیاورید، سپس از روی اجاق بردارید و ۲ قاشق غذاخوری جوش شیرین اضافه کنید. بگذارید چند ثانیه بگذرد تا خنک شود سپس مخلوط را از قابلمه پاک کنید! – از بین بردن لکه های روغنی: برای تمیز کردن لکه های روغنی روی فرش یا سطوح دیگر، الکل و نمک را مخلوط کنید (نسبت چهار به یک)، و سپس مخلوط را روی لکه بمالید. در صورت لزوم بگذارید سطح خشک شود سپس جاروبرقی بکشید. – تمیز کردن عینک با سرکه: کافی است از یک حوله کاغذی و مقدار کمی سرکه استفاده کنید تا عینک شما براق و تمیز شود! – شستشوی تمیزتر لباس ها با جوش شیرین: کافی است یک لیوان جوش شیرین را به مواده شوینده خود اضافه کنید و لباسهای روشن تر و تمیز تر تحویل بگیرید!

حل جدول های این شماره

سودوکوی آسان
سودوکوی سخت

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

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

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

منصور کاوه زاده

Mansour Kavehzadeh

مشاور املاک فارسی زبان شما در فلوریدا



FLORIDA
MIAMI COUNTY
BROWARD COUNTY
PALM BEACH COUNTY

اگر مایل به خرید، فروش و یا اجاره ملک در جنوب فلوریدا هستید.

اگر قصد سرمایه گذاری در ملک از طریق اجاره و یا بازسازی در جنوب فلوریدا هستید.

اگر تصمیم به راه اندازی بزنس airbnb در سواحل زیبای قابل استفاده در همه ۱۲ ماه سال در جنوب فلوریدا هستید.

و اگر برای دوران بازنشستگی خود مایل به داشتن خانه یا آپارتمان خود در جنوب فلوریدا هستید.

بامن تماس بگیرید.

Cell : (954) 789- 9979

Email : maxkavehhome@gmail.com

Web : floridahomesbymax.com

I will be with you all the way

UNITED
Realty Group



۱۰ حقیقت حیرت‌انگیز درباره عنکبوت‌ها

احتمالاً خیلی از ما از عنکبوت‌ها می‌ترسیم، اما باید بدانید که این همسایگان ترسناک - که عمدتاً در هر جایی یافت می‌شوند - بسیار برای طبیعت مفید هستند. بیش از چهل هزار نوع عنکبوت در دنیا وجود دارد که تنها نیمی از آن‌ها قادر به ساختن تار هستند. روزانه ۲۵۰ حشره در هر تار به دام می‌افتد.

۱. تار تنیده‌شده سرشار از ویتامین K است که به انعقاد خون و توقف خونریزی کمک می‌کند. یونانیان و اهالی روم بوستان از تار عنکبوت برای جلوگیری از خونریزی و پانسمان زخم استفاده می‌کردند.



۲. تار عنکبوت از پنبه سبک‌تر و تا هزار برابر نازک‌تر از یک تار موی انسان است. با این حال، تار از مقاومت بسیار بالایی برخوردار بوده که واقعاً حیرت‌انگیز است. شاید مقایسه تار عنکبوت با فولاد عجیب به نظر بیاید، اما اگر فولاد را به اندازه تار عنکبوت نازک کنیم، از تار عنکبوت ضعیف‌تر است! هرچند ممکن است تار به اندازه فولاد سخت نباشد، اما استحکام کششی آن در تحمل وزن بیشتر است. مطالعات در دانشگاه «بريستول» نشان داده است که تار عنکبوت پنج برابر قوی‌تر از تار فولادی با همان قطر است. علاوه بر این، تار عنکبوت بسیار کشسان است و تا چهار برابر طول اولیه خود کشیده می‌شود - بدون آنکه پاره شود؛ درحالی‌که تار فولادی با همان قطر چنین قابلیت‌ای ندارد. تار عنکبوت می‌تواند تا دمای منفی چهل درجه نیز استحکام خود را حفظ کند.

۳- عنکبوت‌ها برای هر هدفی یک نوع تار می‌بافند! برخلاف سایر حشرات که قابلیت تنیدن تنها یک نوع تار را دارند، عنکبوت‌ها می‌توانند انواع مختلفی تار برای اهداف متفاوت تولید کنند. دانشمندان می‌گویند هیچ‌کس هنوز نمی‌داند دقیقاً چند نوع تار عنکبوت وجود دارد، اما محققان چند دسته اصلی برای ساختار تار شناسایی و دسته‌بندی کرده‌اند و باور دارند هر عنکبوت تا هفت نوع مختلف تار می‌سازد.

عنکبوت‌ها مانند کارخانه‌های تولید ابریشم هستند. در داخل بدن آن‌ها، نوعی پروتئین به‌صورت مایع در غلظت بالا ذخیره می‌شود و پس از آنکه از بدن عنکبوت به‌منظور تنیدن تار خارج می‌شود، تبدیل به نخ‌های جامد از جنس ابریشم می‌شود. تارها با اهداف خاصی تنیده می‌شوند. برای مثال، اگر عنکبوت بخواهد حشراتی را جذب کند که بزرگ‌تر هستند، از نوعی ابریشم تولیدشده در بدنش استفاده می‌کند که کشسانی بیشتری دارد.

۴- همه قسمت‌های تار چسبنده نیست ساختار یک تار عنکبوت بزرگ را تصور کنید؛ تارها عمدتاً چندضلعی‌های هم‌مرکز هستند که توسط تارهای کوتاه‌تر به هم متصل شده‌اند. عنکبوت‌ها در ساخت هر قسمت از تار عمدتاً از انواع مختلف پروتئین در بدن خود استفاده می‌کنند. پس لزومی ندارد که تمام قسمت‌های یک شبکه تار چسبنده باشد.

قسمت‌های چسبنده تار از نوعی پروتئین در بدن عنکبوت ساخته می‌شود که از چسب‌های پلیمری قوی‌تر هستند. عنکبوت‌ها عمدتاً مرکز تار را با پروتئین‌های نجسب می‌سازند تا خود به راحتی در آن ناحیه مرکزی حرکت کنند. اگر عنکبوت نیاز به حرکت روی نواحی چسبنده داشته باشد، روی پنجه‌های پاهای خود راه می‌رود که به تار نمی‌چسبند!



۵- بسیاری از عنکبوت‌ها هر روز تار خود را تعویض و با تار جدیدی جایگزین می‌کنند. این کار بسیار انرژی‌بر بوده و گاهی عنکبوت تمام روز را مشغول جایگزینی تار است. هرچه تار بزرگ‌تر باشد، حشرات بیشتری به دام می‌افتند و عنکبوت غذای بیشتری برای خوردن دارد، اما از سویی دیگر، جایگزینی هر روز آن نیز کار دشوارتری است.

۶- عنکبوت‌ها تار خود را مانند گیتار کوک می‌کنند. تار تنیده‌شده نسبت به هر ارتعاشی بسیار حساس است، زیرا عنکبوت به کمک همین ارتعاش از به دام افتادن حشرات در آن به‌عنوان وعده غذایی یا وجود شکارچی‌ها آگاه می‌شود.

دانشمندان در سال‌های اخیر دریافته‌اند که عنکبوت می‌تواند تار را مانند گیتار کوک کند؛ به این معنا که کشش ریسمان‌های ابریشم میان اتصالات آن‌ها در تار را تنظیم کند! اگر تارها محکم شده باشند، ارتعاش کمتری احساس می‌شود. اندام‌های میکروسکوپی که روی پاهای عنکبوت هستند، به او اجازه می‌دهند که ارتعاشات را حتی تا حد نانومتری احساس کند.

این حشرات خارق‌العاده حتی قادرند دلیل آنچه سبب ارتعاش تار شده است، حدس بزنند. نوع ارتعاش به‌وجودآمده اطلاعات ارزشمندی را در اختیار عنکبوت قرار می‌دهد. عنکبوت‌ها خودشان گاهی تار را به ارتعاش درمی‌آورند تا کیفیت آن را بررسی و ارزیابی کنند. اگر کیفیت تار موردتأیید آن‌ها نباشد، تار را جایگزین کرده یا آن را مجدداً کوک می‌کنند.

۷- استحکام تار به نور، دما و رطوبت محیط بستگی دارد. هرچند که تارها بسیار مستحکم و قوی هستند،

اما استحکام آن‌ها تحت تأثیر نور، دما و رطوبت محیط متغیر است. دانشمندان کشف کرده‌اند که نور فرابنفش بر میزان چسبندگی تار تأثیر مستقیم دارد. عنکبوت‌هایی که در نواحی مانند باغ با تابش مستقیم آفتاب زندگی می‌کنند، تارهایی مستحکم‌تر و مقاوم‌تر در برابر تابش خورشید تولید می‌کنند. در عوض، عنکبوت‌های شب‌بزی که در شب تار می‌تنند، تارهای نازک‌تری دارند که از مقاومت کمتری برخوردار است.

۸- تنیدن تار تنها برای به دام انداختن حشرات نیست. شاید همه ما تصور کنیم تار عنکبوت برای به دام انداختن حشرات است؛ اما این تنها هدف عنکبوت در تنیدن تار نیست. گونه‌های مختلف عنکبوت با اهداف مختلف تار تولید می‌کنند. برخی با استفاده از تار، محفظه‌های تخم‌مرغ‌شکل می‌سازند تا از آن به‌عنوان پناهگاه برای خود استفاده کنند.

هدف برخی دیگر، جلوگیری از جریان باد است. درواقع عنکبوت تار می‌سازد تا سرعت باد را در محل زندگی کوچک خود کاهش دهد. درنهایت گونه‌هایی از عنکبوت نیز هستند که از تار خود همانند نردبان استفاده کرده و مهاجرت می‌کنند. آن‌ها تار می‌سازند تا روی آن حرکت کرده و به نقاطی دیگر بروند.



۹- برخی عنکبوت‌ها آبش دارند! گونه خاصی عنکبوت در اروپا و آسیا وجود دارد که تمام عمر خود را زیر آب می‌گذرانند. این گونه خاص در زیر آب تارهایی می‌سازد که به گیاهان آبی وصل می‌شود و تا سطح آب ادامه پیدا می‌کند. عنکبوت روی این تارها حرکت کرده، خود را به سطح آب می‌رساند و قسمت توبی‌مانند پشت خود را از آب بیرون می‌آورد تا حباب‌های هوا را میان موهای ریز بدن خود جمع کند و پس از آنکه به درون آب بازگشت، از آن برای نفس کشیدن استفاده کند.

۱۰- حشرات خودشان به‌سمت تار جذب می‌شوند تازی که عنکبوت تهیه می‌کند، در نور فرابنفش بسیار درخشان و زیباست. اکثر حشراتی که عنکبوت آن‌ها را می‌بلعد نیز قادرند نور فرابنفش را ببینند و به‌سمت آن جذب شوند. پس حشرات خودشان به‌سمت تار می‌آیند و در آن به دام می‌افتند. این یک توانایی خارق‌العاده است که عنکبوت تنها با تنیدن تار حشرات موردنظر خود را به‌سمت خانه‌اش می‌کشد اما با این حال، برای خود عنکبوت نیز خطرناک است. هرچه تار بزرگ‌تر باشد، درخشش آن در فرابنفش بیشتر بوده و احتمال آن که خود عنکبوت توسط شکارچی‌هایش بلعیده شود نیز بیشتر است.

خواص توت



توت فرنگی منبع عالی ویتامین C، منگنز، فولات (ویتامین B9) آنتی اکسیدان و پلی فنرها و ویتامین K، پتاسیم، فسفر، کلسیم، و فیبر، است. این میوه باعث تنظیم میزان

قند خون، افزایش سیستم ایمنی و کاهش کلسترول می گردد. مقوی خنک، ادرار آور و تصفیه کننده خون می باشد. مصرف توت فرنگی به سوزاندن چربی های ذخیره شده در بدن کمک می کند. به دلیل اینکه توت فرنگی حاوی آنتی اکسیدان است می تواند در برابر رادیکال های آزاد عمل کرده و رشد سلول های سرطانی را مهار نماید و برای جلوگیری از آب مروارید، ماکولار و سایر بیماری های چشمی بسیار مفید است. توت فرنگی به دلیل داشتن پتاسیم بالا، به افرادی که دچار فشارخون بالا هستند، توصیه می شود. و همچنین دارای قند پایین و میزان فیبری بالا است و هردو این فاکتورها برای حفظ تعادل قندخون کمک می کند. اسید فولیک موجود در توت فرنگی برای درمان افسردگی مفید است. و باعث می شود تا تغییرات نوروں ها خنثی شود و در نهایت منجر به بهبود سلامت مغز خواهد شد. بیماری های مغزی مثل؛ پارکینسون و آلزایمر را کاهش می دهد.

چلو کباب
اگه آدم بود!

در برنج این چلو کباب را هم به صورت جداگانه در قابلمه یا پلو پز بپزید. برای تهیه کباب کوبیده با گوشت گوساله به تنهایی امکان پذیر نیست چون گوشت گوساله چربی ندارد. البته قسمت خیلی چرب گوشت گوسفند نیز برای پخت کباب کوبیده مناسب نیست. اگر استرس ریختن کباب در هنگام پختن را دارید می توانید یکی دو تخم مرغ) به مایه کباب اضافه کنید.

چلو کباب کوبیده

مواد لازم: گوشت چرخ کرده: یک کیلوگرم، پیاز: ۳۰۰ گرم، زعفران ساییده شده: یک قاشق چای خوری، نمک و فلفل: به مقدار کافی

طرز تهیه: ابتدا پیاز را با رنده ریز رنده کنید و آب آن را بگیرید. سپس پیاز را با گوشت چرخ کرده، نمک، فلفل زعفران دم کرده مخلوط کنید و با دست ورز دهید تا مواد خوب یکدست شوند. وقتی گوشت حالت چسبندگی پیدا کرد آن را به مدت ۲ تا ۳ ساعت در یخچال نگه دارید. بعد از مزدار شدن گوشت، آن را به سیخ بکشید.

برای این کار هم مقداری آب کنار دستتان داشته باشید و قبل از برداشتن مایه گوشت دستتان را در آن فرو ببرید و خیس کنید. سپس یک مشت از مایه بردارید و به شکل دوک در بیاورید. همان طور که مایه گوشت در دست راستتان قرار دارد. سیخ را روی آن بگذارید و کاملاً سطح آن را با مایه بپوشانید. سپس دوباره دستتان را خیس کنید و روی سیخ فشار دهید تا اثر انگشت شما بر روی گوشت باقی بماند. در مرحله آخر، با فشار دست ابتدا و انتهای گوشت را به سیخ بچسبانید. سپس سیخ ها را بر روی آتش آماده شده قرار دهید و در ابتدا مدام آتش را باد بزنید تا گوشت خودش را بگیرد و وقتی گوشت خودش را گرفت دیگر باد نزنید تا کباب ها برشته شوند. برنج این چلو کباب را هم به صورت جداگانه در قابلمه یا پلو پز بپزید. برای تهیه کباب کوبیده با گوشت گوساله به تنهایی امکان پذیر نیست چون گوشت گوساله چربی ندارد. البته قسمت خیلی چرب گوشت گوسفند نیز برای پخت کباب کوبیده مناسب نیست. اگر استرس ریختن کباب در هنگام پختن را دارید می توانید یکی دو تخم مرغ) به مایه کباب اضافه کنید.

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 را ندارند (Capi)
- حقوق پرستاری (IHSS)
- حقوق و مزایای از کار افتادگی (Disability)



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

Email:
BaharSocialServices@gmail.com

دفتر خدمات اجتماعی
بهاران
با مدیریت بهارا فتاحی

Bahar Social Services



خواندنی‌ها

تلفن درج آگهی

0038 - 923 (949)



در خواندنی‌ها تبلیغ کنید.

قرارداد بی قرارداد

نیازی به قرارداد نیست. هر ماه پرداخت کنید!
از همین ماه آگهی خود را در خواندنی‌ها شروع کنید،
ما قرارداد یک ساله و شش ماهه و ... نمی‌بندیم!

اگر یک ساله پرداخت کنید:

به جای چاپ ۴ بار آگهی شما در فصلنامه‌ها
و یا به جای چاپ ۶ بار آگهی شما در دوماهنامه‌ها

با پرداخت همان مبلغ

ماهنامه خواندنی‌ها ۱۲ بار آگهی شما را چاپ می‌کند،
و یک بار هم اضافه تر چاپ خواهد کرد. **جمعا سیزده بار!**

تیراژ ۵۲ هزار نسخه چاپی

درج آگهی در خواندنی‌ها، پرتیراژترین مجله چاپی جنوب کالیفرنیا،
با روزانه هزاران بازدید در وبسایت، به اندازه تماس یک تلفن، آسان است.

خواندنی‌ها پرتیراژترین و محبوبترین مجله جنوب کالیفرنیاست.

استقبال مردم از خواندنی‌ها را در مراکز ایرانی به چشم می‌توان دید!

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



Chic Home



949-379-0090

ChicHomeOC.com



Visit Our Showroom at:

**23472 Ridge Route Dr.
Laguna Hills, CA 92653**



CHIC HOME



CHIC HOME





DRE#01839955

مشاورین املاک و امور وام

کتی بینش

پیام نیک بینش

ارائه دهنده خدمات وام، خرید و فروش و اجاره
در تمامی نقاط کالیفرنیا و جنوبی

**1 Stop Shop Real Estate & Mortgage Company
With Over Half a Billion Dollars in Successful Sales**

(949)222-0234

www.BineshRealty.com

 **BineshRealtyGroup**

 **@BineshRealty**