



جمعه ۱۸ آبان ۱۳۹۷ - ۹ نوامبر ۲۰۱۸

هفته‌نامه اجتماعی، فرهنگی

سال اول - شماره سی و سوم

دوربین

فیلم نخستین انسان:
پیشگام غمگین

۳۷

باشگاه

نگاهی کوتاه
به قوانین هاکی

۴۰

گذر زمان

کانادا در سوگ
شقایق‌ها

۵۰

پایین و بالای گیا‌ه‌خواری





www.medad.ca

مداد، مجله آنلاین مونترال
هفته‌نامه اجتماعی، فرهنگی
شماره سی و سوم، جمعه ۱۸ آبان ۱۳۹۷

سردبیر: شهرام یزدان‌پناه
مدیر تحریریه: پوریا ناظمی
تحریریه:

مهرنوش اردلان یکتا، مریم ایرانی، هدی حسینی
علی زندیه وکیلی، پریسا کوکلان، آزاده مقدم، پوریا ناظمی
شهرام یزدان‌پناه، زینب یوسف زاده، گلرنگ درویشیان،
فرمهر امیردوست، امیرحسین عبدلی ناصر
صفحه‌آرایی، طراحی و گرافیک: مانا نریمی

«مداد» هفته‌نامه دیجیتالی است و چاپ نمی‌شود.
اشتراک مجله هفتگی «مداد» رایگان است.
مشترکان هر جمعه نسخه الکترونیک «مداد» را روی ایمیل دریافت می‌کنند.
برای اشتراک اینجا کلیک کنید
برداشت و استفاده از مطالب «مداد» در صورت ذکر منبع مجاز است.
اگر مایل به نوشتن در «مداد» هستید، مطالب خود را به ایمیل زیر ارسال کنید:
editor@medad.ca

«مداد» در استفاده، ویرایش و کوتاه کردن مطالب رسیده آزاد است.

«مداد» هیچ مسئولیتی در قبال آگهی‌های تجاری ندارد.

تلفن: 4387388068

آدرس:

3285Cavendish blvd, #355 - Montreal, QC - H4B2L9

ایمیل:

info@medad.ca



با تبلیغ در «مداد» نه تنها به مشتریان خود وصل می‌شوید بلکه ادامه این حرکت فرهنگی را نیز ممکن می‌سازید. پیشاپیش از شما سپاسگزاریم.
برای درج آگهی در «مداد» با ما تماس بگیرید. ما فقط آگهی نمی‌فروشیم،
مشاوره تبلیغاتی رایگان هم می‌دهیم.

تلفن واحد آگهی‌ها: 5149160083
ایمیل: ads@medad.ca

پایان یک دوران

تازه وارد مونترال شده بودم. تازه‌ی تازه هم که نه! یکسالی بود که هوای این شهر را نفس می‌کشیدم و زرق و برق مونترال برایم از رونق افتاده بود. دنبال ریشه‌ای بودم که ساقه قطع شده خودم را به آن پیوند بزنم. شاید به همین دلیل در کوچه‌پس‌کوچه‌های مونترال بی‌هدف قدم می‌زدم. چشم‌هایم باز بود و تماشا می‌کردم اما نمی‌دیدم.

ناگهان ایستادم. چیزی در مغزم متوقفم کرد، مجبور شدم چند قدمی به عقب برگردم تا دلیل را بیابم.

یک ویترین شیشه‌ای تمیز، با چند کتاب درباره ایران و چند تابلوی خطاطی، چند تکه تذهیب و بوی وطن. میخکوب شدم و قلبم گرم شد. کسی داخل نبود. من ماندم و یک تکه از خاک ایران پشت شیشه‌های تمیز یک مغازه در یک محله قدیمی مونترال.

از آن روز بارها و بارها با خودم برنامه‌ریزی کردم که برگردم به آن محله قدیمی و سراغ صاحبان کالری میکی را بگیرم و به آنها بگویم در آن روز یخ‌زده و غمگین زمستانی، این ویترین ایرانی چقدر قلبم را گرم و روشن کرد، اما هیچ‌وقت نشد که بشود.

تا اینکه چند ماه پیش و زمانی که برای دیدن نمایشگاه «گره» به آنجا رفتم، شنیدم که میکی قرار است تعطیل شود.

و حالا درهای میکی بسته می‌شود تا پایان یک دوران را رقم بزند. دورانی که در آن با سختی و مرارت فراوان قلب‌های یخ‌زده بسیاری با هنر و فرهنگ ایرانی، گرم و عاشق نگه داشته شدند.

شهر کدال بهانه

**معصومه علی محمدی
(بهبهانی)**

عضو رسمی شورای

مشاوران مهاجرت به کانادا



موبایل : 514-778-9011

دفتر کانادا : 514-289-9044

فاکس : 514-289-9022

دفتر تهران : 021-2289-4567

تماس مستقیم از ایران : 021-8531-2878

info@icpimmigration.com

www.icpimmigration.com

**1117 Ste.Catherine west, suite 511
Montreal, Quebec, Canada, H3B 1H9**



تحقق شغل رویایی شما با شرکت در یکی از دوره‌های تخصصی ما



- دوره استارتینگ بزنس (۵ ماه)
- دوره فروش حرفه‌ای (۹ ماه)
- دوره نمایندگی فروش (۷ ماه)

دوره‌های رایگان

دوره‌های رایگان با امکان پرداخت
وام و بورس

تلفن:

۴۸۳۸ - ۵۱۳ ۵۱۴ (۵۱۴)

ثبت‌نام و مشاوره به زبان فارسی:

دوشنبه‌ها ساعت ۱۰ تا ۱۴ و چهارشنبه‌ها ساعت ۱۲ تا ۱۷

4055 St. Catherine west, #161, Montréal, QC

www.edudite.academy

شرکت تجاری پاسیفیک

- ✓ ارائه مشاوره مالی جهت انتقال سرمایه
- ✓ ارائه کلیه خدمات مبادلات ارزی
- ✓ به ایران و برعکس

Tel. : (514) 289 9011 Office

(514) 946 9011 Mobile

Add. : 1117 Ste. Catherine west

Suite #511 Mtl. Qc. H3B 1H9



PA

I.C. Pacific Trading Inc.



برنارد لندری، نخست‌وزیر اسبق کبک در سن ۸۱ سالگی درگذشت

لندری به‌عنوان رهبر پارتي کبک‌وآ از سال ۲۰۰۱ تا ۲۰۰۳ نخست‌وزیر کبک بود

مدا برنارد لندری، نخست‌وزیر اسبق کبک در سال‌های ۲۰۰۱ تا ۲۰۰۳، امروز ششم نوامبر و در سن ۸۱ سالگی و پس از مدت‌ها تحمل بیماری درگذشت.

رهبری پارتي کبک‌وآ در مارس سال ۲۰۰۱ و زمانی که لوسین بوشار از رهبری حزب و نخست‌وزیری کناره گرفت، بر عهده برنارد لندری گذاشته شد. یک هفته بعد او به‌عنوان نخست‌وزیر کبک قسم خورد و دوران کوتاه دوساله حاکمیت پارتي کبک‌وآ بر استان را تا زمانی که حزب لیبرال در سال ۲۰۰۳ قدرت را از دستشان درآورد، رهبری کرد. او تا دو سال بعد از شکست در انتخابات همچنان رهبر پارتي کبک‌وآ باقی ماند تا اینکه تصمیم گرفت بازنشسته شده و دنیای سیاست را برای همیشه ترک کند.

او در نهم مارس ۱۹۳۷ در روستای سن‌ژان در نزدیکی ژولیت در استان کبک به دنیا آمد. در دانشگاه مونترال حقوق خواند و بعد در موسسه تحقیقات سیاسی پاریس، دوره اقتصاد گذراند.

او از ابتدای به روی کار آمدن ماجرای جدایی کبک از کانادا، یکی از ملی‌گرایانی بود که رویدادهای زیادی را در سال ۱۹۶۰ برنامه‌ریزی کرد.

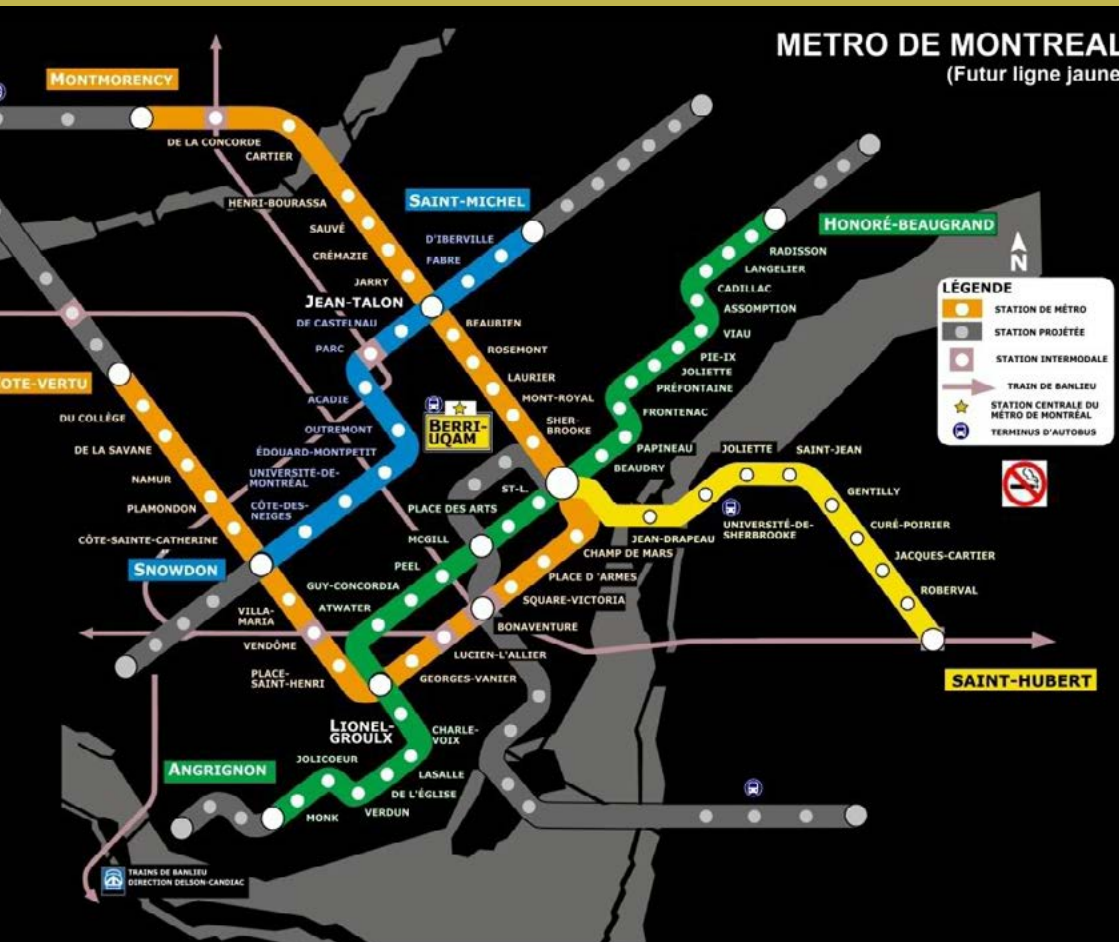
گشایش خط زرد مترو در لانگوی

خط زرد متروی مونترال در لانگوی توسعه می‌دهد

فرمهر امیردوست با موافقت برای توسعه خط زرد و پیشروی آن در شهر لانگوی، آینده این شهر قدیمی در ساحل جنوبی رودخانه سن لوران روشن‌تر دیده می‌شود.

لانگوی سال‌هاست که منتظر توسعه خط زرد و ایجاد تحول در زیرساخت‌های حمل‌ونقل شهری است. شهردار لانگوی، سیلوی پرنه، در زمان انتخابات اعلام کرده بود که رسیدگی به این امر در رأس فهرست خواسته‌های شهر قرار دارد. حالا مردم شهر بیش از گذشته امیدوارند که شاهد احداث ایستگاه‌های چندگانه مترو باشند.

فرانسوا لوگو، نخست‌وزیر کبک، روز سه‌شنبه تأیید کرد که وزیر حمل‌ونقل جدید کبک این هفته در ارتباط با پروژه‌های مهم از شهرداری لانگوی بازدید کرده است.





نخست‌وزیر گفت: «می‌دانم که آقای بانرادل دیروز با شهردار دیدار کرده. چند ماه پیش گفتیم که خط زرد نهایتاً از سوی دولت ما موردبررسی قرار خواهد گرفت.»

شهردار سیلوی پرنٹ در کمپین‌های تبلیغاتی خود ایجاد تحول در حمل‌ونقل را در رأس خواسته‌ها قرار داده بود: علاوه بر توسعه خط مترو، تراموا و اتوبوس‌های سریع‌السیر نیز در فهرست نیازمندی‌های شهر لانگوی دیده می‌شود. شهردار پرنٹ می‌گوید سی سالی می‌شود که در زیرساخت‌های حمل‌ونقل در لانگوی سرمایه‌گذاری نشده است. «الآن در حمل‌ونقل عمومی لانگوی مشکلاتی وجود دارد. تعداد ساختمان‌ها، آدم‌ها، اتوبوس‌ها و ماشین‌ها زیاد است. همه‌چیز در ترافیک گرفتار شده.»

در حال حاضر سه ایستگاه مترو در طرح‌های توسعه خط زرد وجود دارد و اگر این پیشنهادها مورد موافقت قرار گیرد، شش ایستگاه در لانگوی احداث خواهد شد؛ اما تصویب پروژه ممکن است ده تا دوازده سال طول بکشد.

لوگو تأکید کرده است که راه درازی در پیش است. او همچنین در پایان این گفتگو فراموش نکرد که تأکید کند با طرح خط صورتی متروی مونترال که وعده انتخاباتی والری پلانت، شهردار مونترال بود، موافقت نخواهد کرد.

«فکر می‌کنم طبق بررسی‌های ابتدایی، خط صورتی هزینه کلانی در پی خواهد داشت که در مقایسه با تعداد افرادی که از آن استفاده می‌کنند، منطقی نیست؛ اما درها (برای توسعه بقیه خطوط مترو) باز است. قبلاً هم گفته بودیم که در به روی طرح (توسعه) خط نارنجی در لاوال باز است.»

شهردار لانگوی نظری درباره زمان‌بندی طرح یا هزینه توسعه خط زرد نداده است.

از ترس کلاهبرداران کانادایی‌ها جواب مأموران واقعی اداره مالیات را هم نمی‌دهند

دو گروه کلاهبرداری مالیاتی در هندوستان که کانادایی‌ها را هدف قرار داده بودند، کشف شدند.

اداره مالیات کانادا (Canada Revenue Agency) می‌گوید کانادایی‌ها آن‌قدر تماس قلبی از کلاهبرداری که خود را مأمور مالیات معرفی می‌کنند، دریافت کرده‌اند که دیگر حتی به تماس مأموران واقعی اداره مالیات هم جواب نمی‌دهند.

به گزارش فاینانشیال پست، سخنگویان اداره مالیات کانادا (CRA) و پلیس سواره نظام کانادا (RCMP) می‌گویند که همه تلاش خود را برای به زیر کشاندن متقلبانی که به کانادایی‌ها زنگ شده و خود را مأمور مالیات معرفی می‌کنند، خواهند کرد. در سال‌های اخیر حجم تماس‌های تقلبی از طریق کلاهبرداری که با ترساندن مردم از بدهی مالیاتی آن‌ها را مجبور به پرداخت پول از طریق ارزهای دیجیتالی مثل بیت‌کوین کرده‌اند بالا گرفته است. حجم تماس‌ها باعث شده حالا مردم حتی جواب مأموران واقعی را نیز نمی‌دهند.

پلیس کانادا می‌گوید با همکاری همکاران خود در هندوستان توانسته حداقل دو باند کلاهبرداری مالیاتی را در هند متلاشی و چند ده نفری را نیز اینجا در کانادا دستگیر کند؛ اما با این همه پلیس می‌گوید که قادر به بازگردان ۱۵ میلیون دلاری که طی این مدت از حدود ۴ هزار کانادایی، کلاهبرداری شده، نیست. بیشتر تماس‌های تقلبی به نام اداره مالیات کانادا از هندوستان انجام می‌شود. سخنگوی اداره مالیات کانادا هم در ادامه گفت که مأموران CRA هیچ‌گاه در تماس با مردم از کلمات درشت و حمله کلامی به مخاطبان خود استفاده نمی‌کنند و تهدید مردم به پرداخت بدهی مالیاتی به هیچ‌وجه جایی در مکالمات مأموران این اداره ندارد. تماس مأموران اداره مالیات کانادا صرفاً جهت تکمیل اطلاعات واصله یا رفع ابهام خواهد بود و در صورت بدهی مالیاتی، این موضوع از طریق نامه به اطلاع شهروندان خواهد رسید.

سخنگوی پلیس در خاتمه افزود که مورد کلاهبرداری قرار گرفتن می‌تواند هم از نظر مالی و هم احساسی، افراد را تخریب کند و این قبیل حملات معمولاً سالمندان یا تازه‌مهاجران به کانادا را هدف می‌گیرد که قدرت دفاع کمتری از خودشان دارند.

دانشگاه مونترال

برترین دانشگاه کبک

در جذب منابع مالی

مداد موسسه پژوهشی Infosource رتبه‌بندی سالانه خود از دانشگاه‌های کانادا، بر اساس درآمدهای پژوهشی آن‌ها را منتشر کرد. بر اساس نتایج این تحقیق، دانشگاه مونترال برترین دانشگاه استان کبک در جذب منابع مالی برای بخش پژوهشی خود بوده است. همچنین این دانشگاه در سطح ملی توانسته رکورد ده‌ساله خود را حفظ کند و بعد از دو دانشگاه تورنتو و بریتیش کلمبیا، در جایگاه سوم کانادا بنشیند. دکتر گی برتون، رئیس دانشگاه مونترال در این باره به خبرنگاران گفت: «دانشگاهی که در تحقیق برجسته است، دانشگاهی است که راه آینده را تغییر می‌دهد.» او همچنین افزود: «من مایلم مراتب تبریک و قدردانی خود را به استادان، پژوهشگران و همه کارکنانی تقدیم کنم که با کار سخت آشکارا توجه مؤسسات مالی و کمک‌های حمایتی محلی را جلب کرده‌اند. موضوعی که به پیشرفت دانش در جامعه ما کمک می‌کند و تأثیر مثبتی در شکل‌گیری آینده دارد.»

در سال ۲۰۱۶ تا ۲۰۱۷ که در این تحقیق، سال مرجع پژوهشی موسسه اینفوسورس بوده است، دانشگاه و مؤسسات پژوهشی وابسته به دانشگاه مونترال مثل پلی‌تکنیک مونترال و HEC Montréal توانسته‌اند جمعاً ۵۳۶ میلیون دلار، منابع مالی برای تحقیقات خود جمع‌آوری کنند. این یعنی سهم هر استاد دانشگاه مونترال از این منبع به ۲۷۱ هزار دلار می‌رسیده است. پول هنگفتی که می‌تواند ضرباهنگ تحقیقاتی دانشگاه را سریع‌تر و گام‌ها را در راه رسیدن به اهداف بزرگ، بلندتر کند.

ارزش کل منابع مالی جمع‌آوری‌شده توسط مؤسسات پژوهشی دانشگاه مونترال در سال گذشته ۶/۲ درصد افزایش داشته است. این بالاترین میزان رشد در استان کبک با میانگین رشد ۹/۰ درصدی بوده است؛ اما از سوی دیگر این عدد در کل کشور کانادا ۸/۶ درصد بوده که نشان‌دهنده افزایش مداوم حجم سرمایه‌گذاری شرکت‌ها در مؤسسات پژوهشی کاناداست.





معافیت مالیاتی برای مشاغل کوچک در بودجه مونترال

مداد بر اساس بودجه تازه شهرداری مونترال مشاغل و کسب و کارهای کوچک با معافیت مالیاتی تازه ای مواجه خواهند شد. بر اساس این گزارش بر اساس این طرح بیش از ۲۳ هزار رستوران و مغازه شهر، شاهد معافیت مالیاتی بین ۸۰۰ تا ۲ هزار دلار خواهند بود.

اگرچه این کاهش مالیات به نظر چندان بزرگ نیست؛ اما گام مثبتی از سوی شهرداری مونترال برای تشویق و تقویت کسب و کارهای کوچک ارزیابی و با استقبال آن‌ها مواجه شده است. اصلاح ساختار مالیاتی شهر یکی از برنامه‌های والری پلانت، شهردار مونترال است. در حال حاضر بیش از ۶۸ درصد درآمد شهرداری از مالیات املاک و مستغلات است و شهردار معتقد است این روند باید اصلاح شود. این معافیت مالیاتی نخستین گام عملی در مسیر اصلاح ساختار مالیاتی و در آمدزایی شهرداری به شمار می رود.

هرم بندر قدیم

مداد گی لیبرته، کارآفرین برجسته مونترالی که نامش به واسطه بنیان گذاشتن سیرک خورشید، در سراسر جهان شناخته شده است، قصد دارد پروژه دیگری را در مونترال تاسیس کند. به گزارش شبکه CTV پروژه تازه او یک سالن سرگرمی متحرک و هرمی شکل به نام PY1 است که با هدف میزبانی از رویدادهای هنری و ارایه دست آوردهای فناوری قرار است در بندر قدیمی شهر تاسیس شود. بر اساس این طرح، این هرم تازه شهر، قرار است در آخر هفته‌ها به باشگاه سرگرمی شبانه بدل شود. لیبرته در ویدیوی کوتاهی که این پروژه را معرفی کرده است از آن به محلی برای تجربه ای استثنایی و کم نظیر موسیقایی نام برده است که به آخرین فناوری های روز مجهز خواهد بود. او معتقد است این هرم به نوعی نقش میزبان اصلی موسیقی شهر را ایفا خواهد کرد.

قرار است این هرم با ارتفاع ۲۸ متر در بندر قدیمی و در پشت برج ساعت بنا شود. نخستین کنسرتی که قرار است در این سازه برگزار شود برای روز اول ژوئن ۲۰۱۹ برنامه ریزی شده است که قرار است ترکیبی از موسیقی، نمایش لیزری و نمایش نور باشد.





و اگر رومئو و ژولیت ...

ET SI ROMÉO
ET JULIETTE...

چهارشنبه ۱۴ نوامبر، ساعت ۱۹:۳۰
محل نمایش:

Centre culturel de Notre-Dame-de-Grâce

تئاتر «و اگر رومئو و ژولیت ...» با استفاده از هنرهای نمایشی، حرکات آکروباتیک، لطافت در حرکات بدن و شعر و استفاده از فضای ایجادشده با صدا و نورپردازی، نگاهی جدید به دنیای شکسپیر می‌اندازد. تئاتر رومئو و ژولیت تابه‌حال بارها و بارها بر صحنه رفته است و قصه‌ی آن را همه می‌شناسند؛ اما چه می‌شد اگر دو خانواده شخصیت‌های اصلی داستان سلاح‌های خود را زمین می‌گذاشتند؟ لازم به ذکر است که این نمایش برای افراد ۸ تا ۱۴ سال در نظر گرفته شده است.

توجه کنید که در این نمایش از نورپردازی و انعکاس نور استفاده می‌شود که می‌تواند برای بعضی افراد دارای حساسیت به نور مناسب نباشد. برای تهیه بلیت این اجرا اینجا  را لمس/کلیک کنید.

این جزیره

THIS ISLAND

پنج‌شنبه ۱۵ نوامبر، ساعت ۱۹:۳۰

محل اجرا : Maison de la culture de Rosemont–La Petite-Patrie

هنرمند موسیقی‌دان، Alejandra Ribera برای آلبوم جدید خود با عنوان This Island به تجربه‌ای نو برای فتح قلب مخاطب خود دست می‌زنند. او به شور و شادی در نوشته‌های خود اهمیت می‌دهد و آن‌ها را هر چه بیشتر برای مخاطبش دست‌یافتنی می‌کند. Alejandra تلاش می‌کند تا کارهایش را به‌گونه‌ای بسازد که تاریخ‌مصرف نداشته باشند. برای تهیه بلیت این اجرا اینجا  را لمس/کلیک کنید.



پسر چی؟

FILS DE QUOI ?

جمعه ۱۶ نوامبر، ساعت ۱۹:۳۰

محل نمایش: Maison de la culture Frontenac

چگونه می‌توان پسر پدری بود که ظرافت‌های زبان و نشانه‌های رفتارهای اجتماعی که در آن زندگی می‌کنیم را نمی‌شناسد؟ چگونه می‌توان هویتی را درک کرد که در میان دو فرهنگ شکل می‌گیرد. آن‌هم زمانی که یکی از این فرهنگ‌ها را تنها با زبان و خاطرات پدر و مادرمان می‌شناسیم؟ ساشا سمر Sasha Samar هنرمندی با اصالت اکرایی است که در تئاتر «پسر چی؟» به مسائل موجود میان رابطه‌ی یک پدر مهاجر با پسر خود می‌پردازد. این دو تلاش می‌کنند تا یکدیگر را در تفاوت‌هایشان بهتر بشناسند. این نمایش برای افراد زیر ۱۲ سال مناسب نیست. برای تهیه بلیت این اجرا اینجا را لمس/ کلیک کنید.



WOÂNDA

شنبه ۱۷ نوامبر، ساعت ۱۱

محل نمایش: St Jax Montréal

نمایش عروسکی Woânda با یاری از نمایش سایه‌ها و ویدئو، دنیای کوچک لورا Laura را روایت می‌کند. رؤیاهای خیال‌پردازی‌های دختر کوچکی در کنار Woânda و دنیای تاریک لوله‌ها زندگی می‌کند. به کمک این دوستی عجیب و غریب، دخترک از غمی که بر دوش می‌کشد و مسائلی که سرنوشت بر سر راهش قرار داده، عبور می‌کند. لورا بیش از هر چیز یاد می‌گیرد که با ترس‌هایش در برابر ناشناخته‌ها مبارزه کند و نگاهی مثبت به آینده داشته باشد.

Woânda برای کودکان ۴ تا ۸ سال در نظر گرفته شده است.



MOZAÏKA

یکشنبه ۱۸ نوامبر، ساعت ۱۵
 محل اجرا: Église de La Visitation

گروه موسیقی Mozaïka تلاش دارد تا تلفیقی از موسیقی غرب و شرق را در گذر زمان، پدید بیاورد. آن‌ها از سازهایی چون پیپا (ساز عود چینی)، عود، bouzouki و گیتار استفاده می‌کنند تا در کنار هم ترکیبی متفاوت و پویا خلق کنند. این گروه موسیقی چهارنفره مخاطب را به سفری تازه، با گوشه چشمی به موسیقی سنتی کشورهای چین، ارمنستان، مجارستان، ایرلند و اندلس دعوت می‌کند.



کتابفروشی خانم گرین

LA LIBRAIRIE DE MADEMOISELLE GREEN

دوشنبه ۱۹ نوامبر، ساعت ۱۹
 محل نمایش: Maison de la culture Maisonneuve

دهکده‌ی Hardborough در شمال انگلستان واقع شده است. در سال ۱۹۵۹ زندگی در آن به آرامی در جریان است تا اینکه روزی Florence Green تصمیم می‌گیرد، یک بنای قدیمی، به نام The Old House را بخرد. او قصد دارد یک کتابفروشی راه بیندازد. این تصمیم به مذاق همه خوش نمی‌آید. به محض اینکه کتابفروشی رمان Nabokov با عنوان Lolita را برای فروش می‌گذارد، گویی مردم روستا از رخوت خارج شده، به خشونت غیرمنتظره‌ای روی می‌آورند. برای تهیه بلیت این اجرا اینجا را لمس/کلیک کنید



پیشنهاد مداد

حماسه‌ی کولی:

کوئین بر پرده سینما

Bohemian Rhapsody

پریسا کوکلان اکران فیلم Bohemian Rhapsody از دوم نوامبر ۲۰۱۸ در سالن‌های نمایش فیلم استان کبک آغاز شده است. این فیلم داستان زندگی یکی از مشهورترین و پراهمیت‌ترین گروه‌های موسیقی راک به نام کوئین Queen و خصوصاً زندگی خواننده و نوازنده‌ی گروه، یعنی فردی مرکوری Freddie Mercury را روایت می‌کند. Bohemian Rhapsody به کارگردانی Bryan Singer و با بازی Rami Malek در سال ۲۰۱۸ ساخته شده، محصول کشورهای انگلستان و ایالات متحده آمریکا است.

فیلم Bohemian Rhapsody داستان شخصیت متفاوت، نترس و درخشان فردی مرکوری است و زندگی او را از آغاز همکاری با گروه Smile که در نهایت به تشکیل Queen منجر شد تا مراحل ساخت قطعات مشهور و خلاقانه‌ی گروه و در نهایت کنسرت تاریخی Live Aid در سال ۱۹۸۵ روایت می‌کند. Live Aid در ۱۳ ژوئیه ۱۹۸۵ توسط موسیقی‌دان و فعال اجتماعی سیاسی ایرلندی باب گلداف Bob Geldorf و Midge Ure موسیقی‌دان اسکاتلندی، در لندن و فیلادلفیا برگزار شد.





HISTORYVSHOLLYWOOD.COM - BOHEMIAN RHAPSODY

کنسرت Live Aid به منظور کمک به قحطی‌زدگان اتیوپی برپا شد. در این کنسرت بزرگ هنرمندان و گروه‌های موسیقی مشهوری چون U2، David Bowie، Dire Straits، Phil Collins و دیگر هنرمندان چون Cat Stevens و Elton John، Madonna، Bob Dylan حضور داشته‌اند. آمار نشان می‌دهد که مخاطبانی در حدود یک و نیم میلیون نفر این کنسرت را در ۱۰۰ کشور جهان دنبال کرده‌اند.

کوبین، ملکه یا پادشاه راک دنیا

«مامان، من یک مرد را کشته‌ام، یک اسلحه گذاشتم روی سرش
ماشه را کشیدم، حالا او مرده
مامان، زندگی تازه شروع شده بود
اما حالا من رفته‌ام و همه چیز را رها کرده‌ام
مامان ... نمی‌خواستم گریه‌ات را در بیاورم
اگر فردا دیگر به خانه بازنگشتم
ادامه بده، ادامه بده
انگار که هیچ چیز اهمیتی ندارد.»

فردی مرکوری Freddie Mercury نوازنده و خواننده‌ی گروه کوبین Queen، اجرای خود در Live Aid سال ۱۹۸۵ در لندن را با این جملات از قطعه‌ی افسانه‌ای «حماسه‌ی کولی» Bohemian Rhapsody آغاز می‌کند. فرخ بلسارا، بانام هنری فردی مرکوری در دنیا شناخته می‌شود. این هنرمند در یک خانواده‌ی پارسی زرتشتی گجراتی، در سال ۱۹۴۶ متولدشده و در نوامبر ۱۹۹۱ به بیماری مجاری تنفسی مبتلا می‌شود که به دلیل ابتلای او به ایدز این بیماری در نهایت منجر به مرگ او می‌شود. مجله‌ی آمریکایی Rolling Stone نام این هنرمند را در فهرست بهترین خوانندگان دنیا قرار داده است.

گروه بریتانیایی کوین از پراهمیت‌ترین گروه‌های موسیقی راک در بریتانیا و در جهان به حساب می‌آید. این گروه در سال ۱۹۷۰ توسط Freddie Mercury خواننده گروه، Brian May خواننده و نوازنده گیتار و Roger Taylor خواننده و نوازنده‌ی جاز تشکیل شد. Brian May و Roger Taylor از قبل با یکدیگر در گروه Smile همکاری داشتند و با ورود فردی مرکوری گروه کوین Queen را به وجود آوردند. یک سال پس از تشکیل گروه John Deacon، نوازنده‌ی گیتار باس به گروه ملحق می‌شود.

فیلم حماسه‌ی کولی

نام فیلم از قطعه‌ای جاودانه به همین عنوان الهام گرفته شده است. این قطعه که در سال ۱۹۷۵ ساخته شده، بدون شک نقطه‌ی عطفی بی‌نظیر در تاریخ موسیقی دنیا رقم زده است. باینکه خیلی از متخصصین در آن زمان قطعه Bohemian Rhapsody را بیش از حد سنت شکن و طولانی می‌دانستند، اما از همان آغاز این قطعه با موفقیتی بی‌نظیر روبرو شد. Bohemian Rhapsody در دسته موسیقی راک اپرایی قرار می‌گیرد، ساختاری غیرمتعارف دارد و با تلفیق چند سبک موسیقی ساخته شده است.

نگاهی به فیلم حماسه کولی

برخی از منتقدان معتقدند که فیلم بیش از حد خوش‌بینانه ساخته شده، در برخی موارد حقیقت را کتمان کرده و آن‌طور که باید به نکات منفی موجود در تاریخچه‌ی این گروه نپرداخته است. فیلم به شکل واضحی تمرکز زیادی بر روی گرایش‌های جنسی فردی مرکوری دارد و گاه باعث می‌شود تا خلاقیت و ذکاوت گروه و خلق آثار افسانه‌ای آن‌ها در سایه قرار گیرد.



به همین دلیل هم می‌توان گفت که فیلم Bohemian Rhapsody بیشتر به داستان زندگی فردی مرکوری می‌پردازد تا روند شکل‌گیری این گروه موسیقی. زندگی جنسی، داستان‌های عشقی و ابتلای مرکوری به بیماری ایدز نیز بیشتر از آن چیزی که خود او در زمان حیاتش برملا می‌کرد، مورد تمرکز فیلم قرار گرفته است.

باینکه برخی صحنه‌ها، خصوصاً در نماهای نزدیک با دندان‌های اغراق‌آمیز در گریم هنرپیشه، با تصویری که از فردی مرکوری در ذهن داریم مغایرت دارد؛ اما نمی‌توان توانایی هنرپیشه فیلم Rami Malek را در اجرای نقشش نادیده گرفت. او به‌طور کلی تصویری مانا در ذهن برجای می‌گذارد.

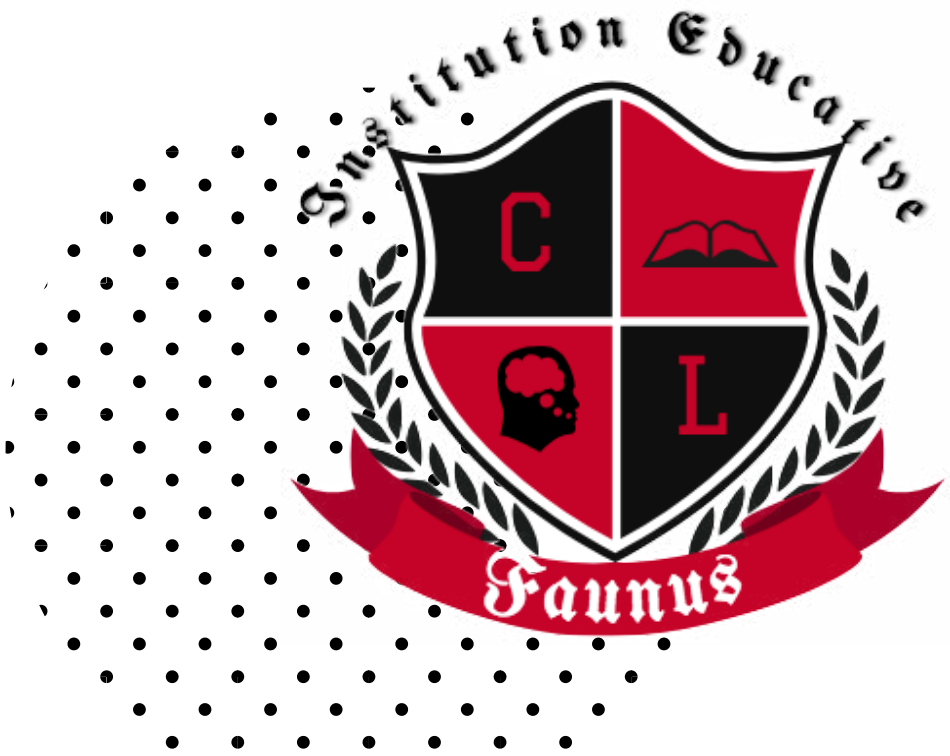
زنده‌بودن گروه کوپین، حضورش که همچنان با قدرت به زندگی خود در موسیقی دنیا ادامه می‌دهد و محبوبیت Freddie Mercury را نمی‌توان کتمان کرد. هنوز هم قطعات این گروه را در موقعیت‌های مختلف گوش می‌کنیم. این‌ها از جمله مسائلی هستند که ساخت فیلم و تجسم نقش این ستاره را برای هنرپیشه فیلم، سخت‌تر کرده‌اند.

به گفته‌ی MARC-ANDRÉ LUSSIER، روزنامه‌نگار La Presse، حتی اگر این نقد به‌طور جدی به فیلم وارد باشد که استفاده از برخی کلیشه‌ها در دهه ۸۰، خصوصاً در مورد زندگی هم‌جنس‌گرایان و زندگی شخصی مرکوری بیش‌ازحد در فیلم محوری است، موجب نمی‌شود که لذت دیدن فیلم از تماشای گرفته شود.

بازسازی صحنه‌ها و قطعات موسیقی که همچنان در ذهن مردم زنده هستند، روایت زندگی ستاره‌ی موردعلاقه‌ی آن‌ها و روند جان‌گرفتنش در طول مدت فیلم بسیار دلپذیر است. به نظر می‌آید قدرت موسیقی راک کوپین، محبوبیت هنرمندانش در میان مردم و عطش شنیدن نوای ساز آن‌ها، دقیقاً همان چیزی است که علاقه‌مندان را برای دیدن این فیلم به سالن سینماهای کبک می‌کشاند و بدین ترتیب است که «تماشای باید ادامه پیدا کند».

برای تماشای تریلر این فیلم اینجا  را لمس/کلیک کنید.





FAUNUS

**CENTER FOR CREATIVE
LANGUAGE LEARNING**

ENGLISH FRENCH

FARSI-SPEAKING COUNSELING

WWW.FAUNUS.CA

info@faunus.ca

fb:@faunus.institute

5144313345

420-3285 Blvd.Cavendish, Montreal, QC,H4B 2L9



Farhang

دارالترجمه رسمی فرهنگ

ترجمه رسمی کلیه اسناد و مدارک
گواهی امضا و کپی برابر اصل
ترجمه شفاهی در محاکم و ادارات
تکمیل فرمهای مختلف
اخذ ویزای توریستی

Downtown

1650, Maisonneuve West, #202,
H3H 2P3 - Montréal, Québec, Canada
Tel : +1-514 691 4383
Toll free from Iran: (021)-853 128 32
Email: r.davoudi@farhang.ca

NDG

3285 Cavendish Blvd, #355
Montreal Quebec, H4B 2L9
Tel : +1-514 916 0083

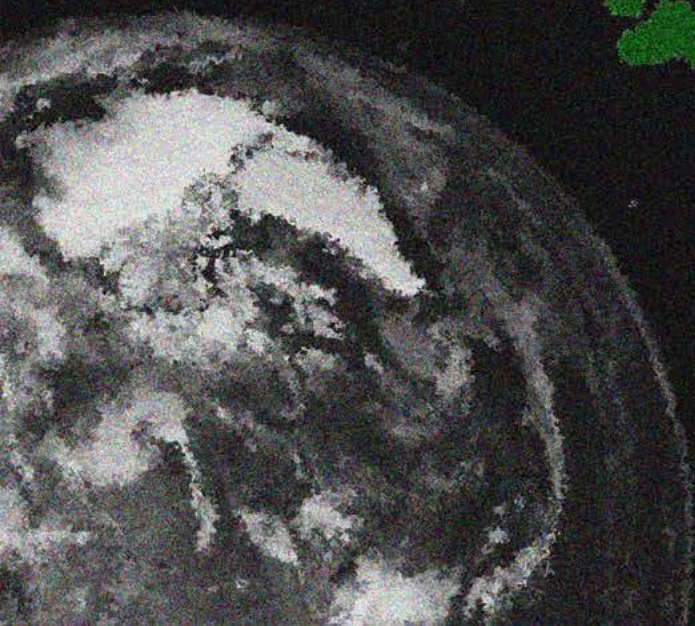
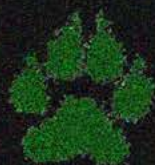
IRAN

تهران، کارگر شمالی، تقاطع بلوار کشاورز،
نیش کوچه گیتی، پلاک ۱۱۷۲، طبقه ۲، واحد ۲
Tel : +98- 21 6642 1511 / 6694 8154
Email: h.davoudi@farhang.ca

طراحی: آتلیه گرافیک مانا ۳۷۴۶-۸۳۴-۵۱۴

کنکاش در یک رژیم غذایی که خود را
دوست دار محیط زیست می داند

پایین و بالای گیاخواری



زینب یوسف زاده حتماً شما نیز با افرادی روبرو شده‌اید که به دلیل گیاهخوار بودن، غذاهای مختلفی را رد می‌کنند. در نظر بعضی‌ها گیاهخواری نوعی ژست است که برای آدم‌ها وجهه می‌آورد ولی برخی دیگر، گیاهخوارها را افراد بالاراده‌ای می‌دانند که می‌توانند در مقابل هوسشان به غذاهای چرب و خوشمزه مقاومت کنند؛ اما فارغ از اینکه نظر شما درباره گیاهخوارها چه باشد، گیاهخواری یک پدیده اجتماعی رو به رشد است که به سرعت بر ابعاد محیط‌زیستی، فرهنگی و اقتصادی‌اش افزوده می‌شود.

هم‌اکنون حدود ده درصد از جمعیت ۳۶ میلیونی کانادا، گیاهخوار هستند. اغلب این افراد کمتر از سی‌وپنج سال سن دارند و بنابراین برآورد می‌شود که در آینده به شکل قابل‌توجهی بر تعدادشان اضافه گردد.

انواع شیرها و پنیرهای غیرلبنی، سوسیس‌ها، کالباس‌ها و محصولات مشابه گوشت که از پروتئین‌های گیاهی تولید می‌شوند و انواع کیک‌ها و خوراکی‌هایی که محصولات حیوانی از مواد اولیه آن‌ها حذف شده‌اند، بیش‌ازپیش بر قفسه سوپرمارکت‌ها خودنمایی می‌کنند. هرروز رستوران‌ها و کافی‌شاپ‌های گیاهی بیشتری در اطراف خود می‌بینیم و با مرور زمان بر تعداد غذاهای گیاهی در منوی رستوران‌های عادی افزوده می‌شود.

گیاهخواری به‌طور عام به حذف کامل یا برخی از محصولات حیوانی از رژیم غذایی یک فرد گفته می‌شود. بسته به اینکه هر فرد گیاهخوار کدام‌یک از محصولات حیوانی نظیر گوشت، لبنیات و تخم‌مرغ را از رژیم غذایی‌اش حذف کند می‌تواند در دسته خاصی از گیاهخواری قرار گیرد.

VEGAN



Compassion



Nonviolence



For the people



For the planet



For the animals

برخی معتقد هستند که انسان‌های اولیه با توجه به شکل دستگاه گوارش و آرواره‌هایشان، اساساً موجوداتی گیاهخوار بوده‌اند ولی بعضی دیگر این نظر را رد می‌کنند. آن‌ها اعتقاد دارند همان‌طور که میمون‌ها به‌عنوان اجداد آدمیان، گونه‌های شکارگر دارند، انسان‌ها نیز از ابتدا بخشی از غذای خود را از شکار حیوانات دیگر تأمین می‌کرده‌اند. به هر صورت به نظر می‌رسد گیاهخواری که امروزه در میان بخشی از مردم جهان رایج است با گیاهخواری پیشینیان ما نسبت چندانی ندارد و یک پدیده جدید است که باید به‌صورت مجزا مورد مطالعه قرار گیرد.

به‌غیر از کسانی که از زمان کودکی از خوردن گوشت امتناع می‌کرده‌اند و والدینشان موفق نشده‌اند تا آن‌ها را به گوشت‌خواری عادت دهند، کسانی که نوع خاصی از گیاهخواری را به انتخاب خود برمی‌گزینند، معمولاً رژیم غذایی‌شان را با اهداف ویژه‌ای گره می‌زنند.

چرا گیاهخواری؟

از آنجاکه گیاهخواری برگزیدن یک سبک زندگی است، گیاهخوارها معمولاً بر سر سفره‌های غذا با این سؤال مواجه می‌شوند که چرا گیاهخواری را انتخاب کرده‌اند؟ در اغلب مواقع آن‌ها در پاسخ این پرسش چند دلیل مشخص دارند.

بسیاری از گیاهخواران اعتقاد دارند که رژیم غذایی گیاهی سالم‌تر از رژیم غذایی مبتنی بر محصولات حیوانی است. به اعتقاد گیاهخواران گوشت یکی از عوامل افزایش بیماری‌های سختی چون سرطان، دیابت، و بیماری‌های قلبی است. چربی اشباع که مصرف زیاد آن باعث تولید کلسترول بد در خون می‌شود در گوشت، محصولات حیوانی و غذاهای فرآوری شده زیاد است درحالی‌که غذاهای چرب گیاهی نظیر زیتون و مغزی‌جات دارای چربی‌های غیراشباع هستند که به تولید کلسترول خوب در خون می‌انجامند.



مضرات گوشت‌های تولید صنعتی با توجه به تزریق هورمون‌ها و آنتی‌بیوتیک‌ها به دام‌ها افزایش نیز پیدا کرده است. نکته مهم دیگری که در مورد غذاهای گیاهی به‌خصوص گیاهان تازه و خام ذکر می‌گردد وجود مقادیر بالای آنتی‌اکسیدان است که باعث ارتقا سیستم ایمنی بدن و مقابله با بیماری‌ها می‌گردد.

دلیل انتخاب گیاهخواری برای بعضی از افراد رعایت حقوق حیوانات است. به اعتقاد این افراد حیواناتی که غذای ما هستند، موجوداتی با سیستم عاطفی و روانی پیچیده‌ای هستند که درد و رنج حاصل از کشتار یا نگهداری در شرایط نامناسب کارخانه‌های تولید محصولات دامی را با تمام وجود درک می‌کنند. از آنجا که انسان‌ها به راحتی می‌توانند از منابع گیاهی نیاز خود را به غذا برطرف نمایند، پس رنج بی‌پایان حیواناتی که به‌عنوان غذا پرورش می‌یابند از دیدگاه این گروه اخلاقی نیست.

برخی به دلایل مذهبی یا متافیزیکی از خوردن محصولات حیوانی اجتناب می‌کنند. پیروان ادیان شرقی مانند هندوها و بوداییان بر اساس آیین مذهب خود از تعداد و یا تمام محصولات حیوانی اجتناب می‌کنند. روزه در بعضی از مذاهب مانند مسیحیان ارتودوکس با حذف غذاهای حیوانی در روزهای ویژه‌ای از سال همراه است. بعضی از گیاهخواران نیز گوشت را غذای پرخشونتی می‌دانند که به‌نوعی با ترس و وحشت حیوانات در هنگام کشتار آمیخته‌شده و وقتی به‌عنوان غذا مصرف می‌شود انرژی این خشونت را به روان انسان‌ها منتقل می‌کند. آن‌ها معتقدند که گیاهخواری خوی را آرام‌تر و رفتار را صلح‌آمیزتر می‌کند.

اما دلیل مهم دیگری وجود دارد که متخصصان تغییرات اقلیم و محیط‌زیست را بر آن داشته است که ساکنان زمین را به کاهش محصولات خوراکی دامی و جایگزینی آن با غذاهای گیاهی تشویق کنند.



آیا غذای ما بر محیط زیست اثر دارد؟

یکی از مشکلاتی که امروزه بشر با آن دست و پنجه نرم می کند، افزایش انتشار گازهای گلخانه ای به سبب فعالیت های انسانی و در نتیجه افزایش دمای زمین است. صنعت پرورش احشام مسئول تولید سالانه ۶ میلیارد تن گاز گلخانه ای و به عبارتی هجده در صد از گازهای گلخانه ای در سراسر جهان است. این گازها شامل ۱،۶ تا ۲،۷ میلیارد تن متان حاصل از هضم غذا در معده احشام، ۱،۳ تا ۲ میلیارد تن اکسید نیتروژن حاصل از صنعت تولید غذای دام و ۱،۶ میلیارد تن دی اکسید کربن حاصل از جنگل زدایی جهت ایجاد مرتع برای پرورش دام است. برآورد می شود که با توجه به افزایش جمعیت جهان، میزان تولید محصولات حیوانی تا سال ۲۰۵۰، هفتاد درصد افزایش یابد و این به معنی افزایش میزان گازهای گلخانه ای حاصل از تولید محصولات دامی است.  به غیر از موضوع گازهای گلخانه ای، مصرف آب شیرین نیز برای غذاهای حیوانی چندین برابر بیشتر از غذاهای گیاهی است. برای تولید هر کالری غذای گوشتی، ۲۰ برابر تولید هر کالری غذای گیاهی به آب شیرین نیاز است.

نکته مهم دیگر این است که افزایش تقاضا برای غذاهای حیوانی و تغییر کاربری زمین ها از جنگل به مراتع کشت خوراک دام، باعث کاهش تنوع گونه های گیاهی از گیاهان جنگلی و به تعداد محدود گیاه که غذای احشام هستند می شود. همچنین با جنگل زدایی آشیانه بسیاری از جانوران و در نتیجه تنوع حیوانی زمین فدای تولید تعداد محدودی از حیواناتی می شوند که هدف غذایی انسان ها هستند.



آیا گیاهخواری توجیه‌پذیر است؟

گیاهخواری بر پیش فرضی استوار است که می‌گوید رژیم غذایی گیاهی برای بدن انسان مناسب و کامل است، ولی بسیاری از افراد با این پیش‌فرض مخالف‌اند. مخالفان رژیم‌های گیاهی، پروتئین غذاهای حیوانی را برای سلامت بدن ضروری می‌دانند. آن‌ها معتقدند که منبع اصلی ویتامین‌های گروه B و مخصوصاً ویتامین B12 که بر روی میزان تولید گلبول‌های قرمز خون اثر می‌گذارد غذاهای حیوانی است. همچنین کسانی که مخالف رژیم غذایی صرفاً گیاهی هستند معتقدند که عدم مصرف محصولات حیوانی باعث کاهش کلسیم و کم‌خونی می‌گردد و عدم مصرف محصولات دریایی باعث کمبود ویتامین D در بدن می‌شود.

بر همین اساس گروهی از گیاهخواران فقط گوشت قرمز و مرغ را از رژیم غذایی خود حذف می‌کنند ولی همچنان ماهی مصرف می‌کنند. به این گروه از گیاهخواران نیمه گیاهخوار (Semi-Vegetarian) گفته می‌شود. برخی از گیاهخواران نیز از خوردن هر گوشتی احتراز می‌کنند ولی همچنان لبنیات و تخم‌مرغ را در رژیم غذایی خود دارند. این دسته به وجترین (Vegetarian) ها مشهور هستند.

بعضی از گیاهخواران اعتقاد دارند تمام نیازهای بدن از محصولات گیاهی قابل تأمین است و دانه‌های گیاهی نظیر حبوبات و مغزی جات می‌توانند پروتئین و کلسیم موردنیاز بدن انسان را تأمین کنند. همچنین ویتامین B12 از نوعی جلبک دریایی، نوشیدنی تخمیری کومبوچا یا مکمل‌های موجود در داروخانه‌ها قابل تأمین است. به این دسته از گیاهخواران وگان (Vegan) می‌گویند. گیاهخواران وگان معمولاً از چرم و پوست حیوانات نیز استفاده نمی‌کنند.



دسته دیگری از گیاهخوارها که رژیم گیاهی را دوی بسیاری از بیماری‌های صعب‌العلاج می‌دانند، به رژیم غذایی خام گیاهی به‌عنوان روشی برای درمان نگاه می‌کنند. این‌گونه گیاهخواران را که فقط غذاهای طبیعی گیاهی و نپخته استفاده می‌کنند خام گیاهخوار (Raw-Vegan) می‌گویند. این گروه اعتقاد دارند که پختن غذاها یا اعمال هرگونه فرآیند که موجب تغییرات شیمیایی در غذاها شود (مانند ترشی کردن سبزی‌ها) باعث کاهش شدید آنتی‌اکسیدان موجود در غذاها می‌گردد و اثر حیات‌بخش آن‌ها را از بین می‌برد. بر اساس نظر این دسته، کنار گذاشتن غذاهای دامی و خوردن غذاهای گیاهی خام، به‌سرعت سطح ایمنی بدن افراد را ارتقا می‌دهد و باعث می‌شود که بعد از مدتی بسیاری از بیماری‌های آن‌ها شفا یابد.

آیا گیاهخوار شویم؟

درحالی‌که بحث‌های پر تب‌وتابی در مورد فواید و مضرات رژیم‌های گیاهی در حوزه تغذیه و سلامت در جریان است، مسائل محیط‌زیستی پیچیدگی‌های جدیدی را به آن افزوده است. روش‌های پرخشونت تولید انبوه محصولات دامی که زندگی طبیعی موجودات زنده‌ای مانند گاوها، مرغ‌ها، گوسفندها و خوک‌ها را در سراسر جهان از آن‌ها گرفته و آن‌ها را صرفاً به‌عنوان ابزاری در دست انسان قدرتمند می‌بیند، پای مسائل اخلاقی را نیز به این داستان گشوده است.

با توجه به آخرین تغییرات هرم غذایی که تأیید بخش قابل‌توجهی از متخصصین تغذیه را دارد، سبزی‌ها و غذاهای تازه گیاهی به‌قاعده هرم منتقل شده‌اند و اهمیتشان بیشتر شده است و سهم و اهمیت محصولات حیوانی در یک رژیم سالم کم‌رنگ‌تر از سابق گشته است؛ بنابراین هرچند توصیه افراد به یک رژیم صرفاً گیاهی کار چندان ساده‌ای به نظر نمی‌رسد ولی می‌شود گفت که اگر برای سلامتی و محیط‌زیست خود اهمیت قائل هستید می‌توانید مصرف محصولات دامی

خود را تا جای ممکن کاهش دهید تا دنیای صلح‌آمیزتر و پاک‌تری را تجربه کنید.



مریم دلشاد

مشاور سفرهای شما

◀ مناسب ترین قیمت بلیت

◀ تور و کروز

◀ بیمه سفر

◀ حج عمره و تمتع



VOYAGES MENARA



Cell: 438-405-8323

Tel: 514-940-0911

Email: maryamdelshad @ voyagesmenara.ca

Address: 1620B Sherbrooke St. W

Montreal, QC H3H 1C9

داستان‌های عامیانه بومیان آمریکا

پَر سفید

(بخش اول)

ترجمه: گلرنگ درویشیان پیرمردی به همراه نوه‌اش در جزیره‌ای زندگی می‌کرد. پسرک نه پدر و مادر داشت و نه خواهر یا برادری. شش غول که کیلومترها دورتر زندگی می‌کردند همه‌شان را کشته بودند. پسرک هرگز هیچ‌کس را غیر از پدربزرگش ندیده بود. آن‌ها باهم در خوشبختی زندگی می‌کردند. پیرمرد، پسرک را بسیار دوست داشت و خیلی با او مهربان بود. همچنان که پسرک قوی می‌شد و قد می‌کشید پیرمرد به او یاد می‌داد چگونه شکار کند تا زمانی که مرد جوانی می‌شود شکارچی ماهری باشد.

یک روز هنگامی که پسرک در جنگل قدم می‌زد صدایی شنید. با تعجب به‌سوی صدا برگشت چون هرگز غیر از پدربزرگش صدای کسی دیگری را نشنیده بود. هرچه نگاه کرد کسی را ندید ولی بازهم صدا را شنید که می‌گفت: «تو روزی پَر سفید خواهی بود.»

به اطرافش نگاهی انداخت و سپس متوجه چیزی شد که فکر می‌کرد درختی خشکیده است ولی در حقیقت مردی بود که از سینه به پایینش از چوب بود. به نظر خیلی پیر می‌رسید و به زمین چسبیده بود. مرد چوبی هنگامی که دید مرد جوان به او نگاه می‌کند گفت: «بیا اینجا، می‌خواهم چیزی به تو بگویم.»

در قبیله تو باوری قدیمی وجود دارد که می‌گوید روزی پسری خواهد آمد که جنگجوی بزرگی می‌شود. پر سفیدی را به لباسش خواهد زد که نشان شجاعت و مهارت‌های بسیارش است. تو همان پسر هستی. وقتی به خانه رفتی یک پر سفید، یک پیپ و یک کیسه تنباکو پیدا خواهی کرد. پر سفید را در موهایت بگذار و تنباکو را هم دود کن و با پیپ بکش. خواهی دید که دود تبدیل به کبوتر خواهد شد. این هم نشانه دیگری است که تو مردی عاقل و شایسته خواهی بود.»

پیرمرد از سخن گفتن بازایستاد و پسر جوان به خانه برگشت. پر و پیپ را در کلبه پیدا کرد که گوشه‌ای افتاده بودند. همان کاری را که پیرمرد گفته بود انجام داد و هنگامی که تنباکو را دود کرد از پیپش کبوترهایی آبی و سفید به پرواز درآمدند. پدربزرگش دید که کبوترها از در کلبه‌شان به بیرون پرواز کردند و خیلی غمگین شد چون می‌دانست که اکنون نوه کوچکش دیگر مردی جوان است و به‌زودی او را ترک خواهد کرد. سپس پیرمرد وارد کلبه شد و مدتی طولانی باهم صحبت کردند. به مرد جوان همه‌چیز را درباره شش غولی که خواهرها و برادرهایش را کشته بودند گفت و مرد جوان که دیگر لقبش پر سفید بود، گفت: «فوراً می‌روم و آن‌ها را پیدا می‌کنم و می‌کشم چون آن‌ها به قبیله ما خیلی ظلم کردند.»

پدربزرگ پیر گفت: «نه به این زودی نرو. مدتی صبر کن تا بزرگ‌تر و قوی‌تر شوی.»

مرد جوان قول داد که چند ماه صبر کند.

یک روز در جنگل مشغول شکار بود که بازهم از کنار مرد چوبی گذشت. شنید که مرد چوبی می‌گوید: ای پر سفید، به من گوش کن. باید تا چند روز دیگر بروی و دنبال غول‌ها بگردی. آن‌ها در کلبه‌ای بزرگ در وسط این جنگل زندگی می‌کنند. وقتی به آنجا رسیدی باید از آن‌ها بخواهی که یکی‌یکی با تو مسابقه بدهند. شاخه‌ای نازک و سبز از درخت مو به او داد و گفت: «این را بگیر، جادویی است

و غول‌ها نمی‌توانند آن را ببینند. هنگامی که می‌دوی چوب را روی سر غول‌ها پرت کن. آن‌ها زمین می‌خورند و می‌افتند.» پر سفید از پیرمرد تشکر کرد و چوب را به خانه برد و به پدربزرگش نشان داد.

چند روز بعد آماده رفتن شد. خیلی راهی نرفته بود که به کلبه غول‌ها رسید. غول‌ها وقتی دیدند که پر سفید به سمتشان می‌آید فریاد زدند: «اوه، پر سفید دارد می‌آید. همان مرد کوچکی که قرار است کارهای بزرگی انجام دهد.» اما وقتی نزدیک‌تر شد، تظاهر کردند که از او خوششان آمده و به او گفتند که چقدر شجاع است. می‌خواستند فریبش بدهند تا او فکر کند که باهم دوست هستند، ولی مرد جوان حرف‌هایشان را باور نکرد چون می‌دانست که آن‌ها دشمنش هستند. از آن‌ها پرسید آیا حاضرند با او مسابقه بدهند و غول‌ها هم قبول کردند.

بزرگ‌ترین غول گفت: «اول با کوچک‌ترینمان شروع کن.» پس مسابقه آغاز شد. باید به سمت یک درخت می‌دویدند و دوباره به نقطه آغاز برمی‌گشتند که با یک گرز آهنی نشانه‌گذاری شده بود. هرکس زودتر می‌رسید باید گرز را برمی‌داشت و دیگری را می‌گشت. پر سفید شاخه مو را روی سر جوان‌ترین غول پرتاب کرد و او هم تلوتلو خورد و افتاد. پر سفید دوید و گرز آهنی را برداشت و غول را کشت. روز بعد با غول جوان دیگری مسابقه داد و او را هم به همین شکل کشت. هرروز همین کار را تکرار کرد تا این که تنها بزرگ‌ترین غول برای مبارزه باقی ماند که البته از همه هم خطرناک‌تر بود. پر سفید می‌دانست که اگر با او مسابقه بدهد می‌تواند او را هم بکشد پس تصمیم گرفت که صبر کند و گفت که می‌خواهد به خانه برگردد و قبل از آخرین مبارزه پدربزرگش را ببیند. وقتی از جنگل می‌گذشت مرد چوبی صدایش کرد و گفت ...

متین تیره دست

مشاور امور مالی
و فارغ التحصیل دانشگاه
صنعتی شریف و ETS



514 690 6181

www.ia.ca

- بیمه عمر
- بیمه مسافرتی
- بیمه وام مسکن
- بیمه از کار افتادگی
- حساب های پس انداز و سرمایه گذاری
- برنامه های بازنشستگی
- حساب های سرمایه گذاری کودکان

مداد

را در

رسانه‌های اجتماعی

دنبال کنید!

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

goo.gl/4xL4yV

fb.me/MTLMedad

twitter.com/Medad_MTL



FIRST MAN

پیشگام غمگین

نخستین انسان: قصه‌ی فزانوردی که
غم بزرگش را به کاری بزرگ تبدیل کرد

پیشنهادهای مداد

فاطمه موسوی برای افرادی که دهه‌ی شصت میلادی را به چشم ندیده‌اند شاید قصه‌ی اولین فرود انسان‌ها بر روی ماه حقیقت ساده و پذیرفته‌شده‌ای به نظر بیاید، بدون اینکه به‌واقع توانایی بشر در سفرهای خارج از اتمسفر زمین آن‌هم با فناوری که در قیاس با امکانات امروز ابتدایی و ناچیز بودند - را قدر بدانیم. در این بین تماشای فیلم‌هایی با موضوع پروژه‌های فضایی ناسا می‌تواند به ما درک بهتری از این دستاورد شگفت‌انگیز بدهد، هرچند اگر با چنین هدفی به تماشای فیلم نخستین انسان بنشینید ممکن است تا حدی توی ذوقتان بخورد، چراکه تمرکز دیمین شزل در این اثر نه روی ارزش علمی ماجرا و تلاش گروهی عده‌ای دانشمندان، بلکه روی زندگی شخصی نیل آرمسترانگ است.

جاش سینگر فیلم‌نامه‌ی نخستین انسان را بر اساس کتابی نوشته که توسط جیمز آر. هنسن در سال ۲۰۰۵ از زندگی نیل آرمسترانگ فزانورد مشهور آمریکایی منتشر شد. سینگر که پیش‌تر برای نوشتن فیلم‌نامه‌ی Spotlight (۲۰۱۵) برنده‌ی اسکار شده بود، علاوه بر کتاب آقای هنسن از مصاحبه‌های طولانی که با خانواده‌ی آرمسترانگ داشت نیز برای شناخت بهتر او استفاده کرد؛ بنابراین می‌توان انتظار داشت قصه‌ای که او از شخصیت و زندگی نیل آرمسترانگ روایت می‌کند دقت قابل قبولی داشته باشد، روایتی که به گفته‌ی مارک آرمسترانگ پسر کوچک نیل، صادقانه‌ترین بازگویی از پدرش تا به امروز به شمار می‌آید. شزل در این فیلم به بخش ظریف‌تری از ماجرای فرود بر ماه می‌پردازد: چه وقایعی در



زندگی یک فرد می‌تواند باعث شکل‌گیری رؤیایی به‌ظاهر غیرممکن در او شود؟ و سؤال مهم‌تر اینکه برای رسیدن به این رؤیا چه چیزهایی را باید تحمل کرد؟ تلاطم در زندگی خانوادگی؟ مرگ دوستان؟ سروکله زدن با سیاستمدارانی که تمام نگرانی‌شان دلارهای مالیات‌دهندگان است؟

فیلم که هشت سال از زندگی آرمسترانگ را پوشش می‌دهد (از سال ۱۹۶۱ که خلبان آزمایشی برای ناسا بود تا جولای ۱۹۶۹ که مأموریت آپولو ۱۱ را با موفقیت به انجام رساند) ظاهراً معتقد است تراژدی مرگ دختر دوساله‌ی نیل محرک اصلی او در تلاش برای رسیدن به هدفی دور از دسترس بود: فرود بر روی ماه. اگر فیلم‌های دیگر دیمین شزل را دیده باشید حتماً متوجه تم رایج هنرمند شوریده‌ای که به دنبال رسیدن به رؤیاهایش است شده‌اید. میا و سباستین در لالاند را به خاطر بیاورید: هر دو با الهام از افرادی که برایشان مهم بوده اما از دنیا رفته‌اند (خاله‌ی میا که بازیگر بود و هنرمندان جازی که از دید سباستین به‌اندازه کافی قدر ندیده بودند) تمام تلاش خود را صرف تحقق رویایشان می‌کنند و در این بین بهای سنگینی نیز در انتظارشان است: هر دو عشق زندگی‌شان را از دست می‌دهند؛ اما نگاه پرحسرت آن‌ها به یکدیگر در انتهای فیلم ما را نیز دچار این شک می‌کند که آیا ارزشش را داشت؟

حالا در فیلم نخستین انسان نیز با داستان مشابهی مواجهیم. شزل که معتقد است فرود روی ماه لحظه‌ی نمادین و شاعرانه‌ای است و دست‌کمی از یک اثر هنری ندارد، به‌جای اینکه درگیر مباحث علمی این واقعه باشد رویکردی روایی و احساسی را در پیش می‌گیرد. از همین روست که کارگردان تا جایی که بتواند بر لحظات مشترک نیل و دخترش کارن تأکید می‌کند. صحنه لالایی اول فیلم را به یاد بیاورید: «من ماه را می‌بینم و ماه مرا و از لابه‌لای برگ‌های درخت بلوط پیر می‌درخشد، بگذار نوری که من می‌بینم، بر محبوبم بتابد.» از همین لالایی ساده، فیلم ارتباط بین کارن و ماه را برایمان روشن می‌کند و در ادامه بارها می‌بینیم که نگاه دوربین و البته خود نیل بر روی ماه ثابت مانده است. نقش ماه در قصه‌ای که شزل برایمان روایت می‌کند بی‌شابهت به نقش فانوس دریایی سبزرنگ در کتاب (و البته فیلم) گتسبی بزرگ نیست. گتسبی عادت داشت از ساحل غربی به نور سبزرنگی که به‌سختی از ساحل شرقی و در نزدیکی

خانه معشوقه‌اش دیزی پدیدار بود خیره شود. نوری که اگرچه دور بود اما درعین حال نزدیک‌تر از هر زمان دیگری به نظر می‌رسید. همان‌طور که فانوس سبزرنگ نمادی بود از آینده‌ی دلخواه و وصال محبوب برای گتسبی، در اینجا ماه برای نیل هم نمادی است از هدفی که برایش تلاش می‌کند و هم یادآور دخترک خردسالش که دیگر در دنیای ما نیست. شاید ماه در دسترس‌ترین مکان برای نزدیک‌تر شدن به کارن باشد. شاید به همین دلیل است که سازندگان تصمیم گرفتند صحنه‌ای که نیل دستبند کارن روی ماه جا می‌گذارد را در فیلم بگنجانند، اتفاقی که هرگز به‌طور رسمی از جانب خانواده‌ی آرمسترانگ تأیید نشد.

آنچه از فیلم دریافت می‌شود این است که آرمسترانگ شاید برای کنار آمدن با فقدان کارن و شاید هم برای فرار از آن تصمیم می‌گیرد خود را وقف کار و هدفش کند؛ اما بهایی که آرمسترانگ برای این کار پرداخت، دوری بیشتر و بیشتر از همسرش بود. اگر این نکته را هم در نظر بگیریم که مرگ کارن در سالگرد ازدواج نیل و جنت اتفاق افتاد شاید از جدایی نهایی این زوج چندان هم تعجب نکنیم. ظاهراً در ابتدا سازندگان نیز پایان غمگین‌تری را برای رابطه این دو در نظر گرفته بودند اما با توجه به این که آن‌ها تا ۲۵ سال بعد از وقایع فیلم نیز در کنار یکدیگر ماندند این پایان‌بندی تغییر کرد. در انتها ما صحنه دیدار دوباره جنت و نیل پس از بازگشت او از ماه را داریم: زوجی که از پشت شیشه ضخیم قرنطینه تلاش می‌کنند دست هم را بگیرند، نشانه‌ای از اینکه این دو همچنان به یکدیگر اهمیت می‌دهند اما حائلی در این بین هست که هرگز نمی‌شکند.

نهایتاً این فیلم بیشتر از هر چیزی نمایش‌دهنده‌ی یک ادیسه‌ی فضا - زمانی است و توصیه می‌شود تماشا‌ی آن را از دست ندهید. گرچه از نظر من صحنه‌های پرتاب آپولو و نهایتاً فرودش روی ماه به‌قدر کافی جذاب بود، اما اگر شما هم از آن جمله عاشقان فیلم‌های فضایی هستید که منتظر جلوه‌های ویژه‌ی کامل و بی‌نقص‌اند شاید بهتر باشد عمده‌ی توجه خود را بر مسیری متمرکز کنید که یک انسان دردکشیده طی کرده است. هرچه باشد اسم فیلم نخستین انسان است نه نخستین آپولویی که بر ماه نشست. برای تماشای تریلر این فیلم اینجا [را لمس/کلیک کنید](#).



نگاهی کوتاه به قوانین هاکی



هدی حسینی هفته گذشته در «مداد» به داستان جام استنلی و تاریخ مسابقات هاکی روی یخ در کانادا پرداختیم. مسابقاتی که ورزش ملی این کشور به شمار می‌رود و جمعیت‌های هواداری پرشوری را به ورزشگاه‌ها می‌کشد. در این مقاله به‌طور مختصر به قوانین و روش انجام بازی پرداخته‌شده است تا علاقه‌مندانی که آشنایی قبلی با این ورزش ندارند، بتوانند آن را دنبال کرده و آشنایی مقدماتی با روش بازی آن پیدا کنند.

شش در برابر شش

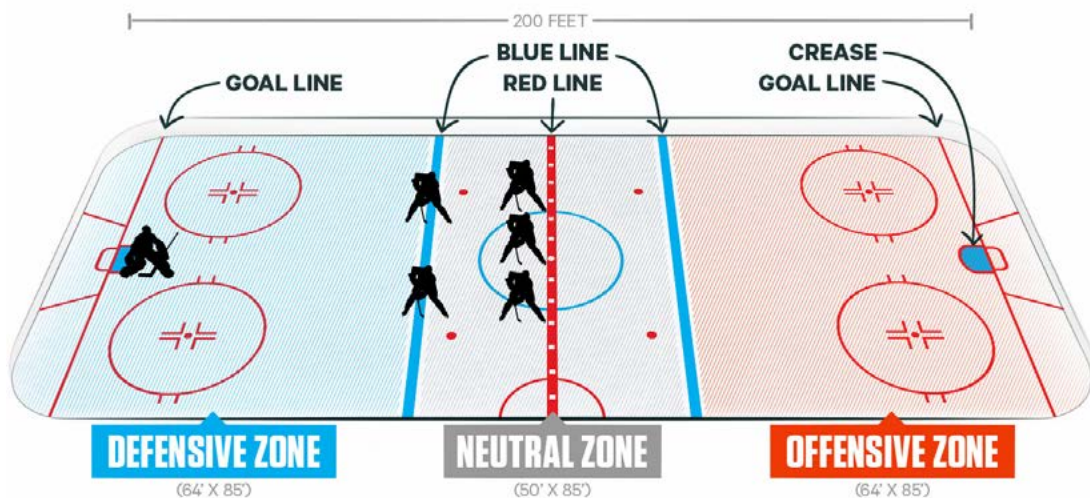
چیزی که مسابقات هاکی را دستکم در کانادا برای مردم جذاب کرده فضای پرشور و سروصدای ورزشگاه است. جایی که در آن موسیقی و تبلیغات و صفحه‌های تلویزیون بزرگ و زوم شدن دوربین‌ها روی هواداران در وقفه‌های بازی، دست‌به‌دست هم داده‌اند تا تماشاگر خودش را در این مصاف‌های تن‌به‌تن شریک ببیند. بازیکنان هم با آن محافظ‌های رنگارنگی که به تن کرده‌اند بزرگ‌تر و قوی‌تر از آدم‌های عادی به نظر می‌آیند، چیزی شبیه ابر انسان‌ها که تماشای مبارزه‌شان به هواداران این مجال را می‌دهد که در عالم واقع شاهد یک زورآزمایی باشند. مبارزه‌ای که تنها قوی‌ترین‌ها در آن پیروز نمی‌شوند. بلکه باید سرعت و دقت و تکنیک را هم در نظر گرفت.

پست‌ها و قانون گل

هر تیم هاکی از شش بازیکن تشکیل شده است که هر کدام پست‌های مختلفی دارند. دروازه بان، بال‌های چپ و راست، بازیکن میانی و دفاع‌های چپ و راست. هر مسابقه سه بخش بیست‌دقیقه‌ای دارد. زمان‌بندی بازی هم به این صورت است که فقط مدتی که پوک یا همان توپ روی یخ در حال گردش است به‌عنوان زمان بازی محسوب می‌شود و به هر دلیلی بازی متوقف شود آن زمان را حساب نمی‌کنند. اگر بعد از این سه ست بازی مساوی شد داور اعلام وقت اضافه می‌کند و اولین تیمی که گل بزند برنده بازی است. به همین خاطر است که مسابقات اصولاً بیشتر از یک ساعت طول می‌کشد و در این میان تماشاگران با موسیقی، تصاویر تلویزیون‌های بزرگ و تبلیغات سرگرم می‌شوند. هر وقت پوک از دروازه تیمی رد شد گل به ثمر رسیده است. البته به شرطی که فقط با قسمت کج چوب هاکی که در پایین آن واقع شده این ضربه زده شود. گل‌هایی که با پا یا دست زده شوند مردود خواهند شد.

اخراجی‌ها و باکس مجازات

در کنار نیمکت‌های کنار زمین که اعضای دو تیم روی آن‌ها می‌نشینند یک قسمت دیگر هم هست: قسمت تنبیه یا مجازات. تنه زدن، پشت پا انداختن و هل دادن از جمله خطاهای معمول در هاکی هستند که چهره خشنی به این ورزش داده. برحسب نوع خطایی که یک بازیکن در بازی مرتکب می‌شود داور ممکن است تصمیم بگیرد که بازیکن خاطی برای دقایقی زمین را ترک کند. آن وقت بازیکن باید برود و در این قسمت تنبیه بنشیند تا دوباره نوبتش برای برگشتن به بازی فرا برسد. در این میان تیم مقابل شانس خوبی به دست می‌آورد چون حریفش یک یار کمتر دارد و می‌تواند از این فرصت برای گل زدن بهره ببرد.



در چنین موقعیت‌هایی تیمی که یک یار اخراجی داشته باید به تاکتیک‌های مربی‌اش اتکا کند تا این چند دقیقه را دوام بیاورد و جلوی حریفی با یک بازیکن بیشتر دوام بیاورد. البته این امکان هم وجود دارد که هر دو تیم تقریباً هم‌زمان یک بازیکنشان را از دست بدهند که در این صورت دوباره با همدیگر هم‌تراز خواهند شد.

این آفساید بحث‌برانگیز

در این ورزش هم آفساید گرفته می‌شود به این معنی که در هر شرایطی گل زده‌شده پذیرفته نمی‌شود. خط آبی قبل از دروازه همان خطی است که بازیکن مهاجم باید قبل از گل زدن به آن توجه کند. اگر هر دو اسکیت بازیکن از این خط بگذرد اعلام آفساید می‌شود. وقتی بازیکنی در آفساید باشد عملاً کل تیم او در آفساید قرار دارد. اگر به بازیکنی پشت این خط آبی پاس داده شود هم این حرکت آفساید اعلام می‌شود.

لوازم و تجهیزات

بازیکنان هاکی کلی لوازم و وسیله سنگین دارند که با پوشیدن آن‌ها باید وزن سنگینی را تا آخر مسابقه تحمل کنند. کلاه، محافظ شانه، محافظ آرنج، محافظ زانو، شلوار مخصوص و به همه این‌ها اسکیت‌ها را هم باید اضافه کرد. اخیراً در لیگ ملی هاکی قانون جدیدی را به اجرا درآورده‌اند که بر اساس آن از حجم و اندازه محافظ‌های شانه و بدن کم می‌شود بنابراین جثه‌های کوچک‌تری خواهند داشت و این مسئله نگرانی‌هایی را در مورد سلامت بازیکنان و احتمال مصدومیت‌های شدید آنان به خصوص در مورد دروازه‌بان‌ها که آماج ضربات متعدد پوک یا توپ یا حتی مشت و لگدها و ضربات چوب هاکی قرار می‌گیرند.



vorud.com

بزرگترین مرکز خدمات اسکان و استقبال در کانادا



- 1- اخذ ویزای 5 ساله کانادا
- 2- استقبال در فرودگاه های تورنتو ، ونکوور و مونترال
- 3- اجاره آپارتمان های مبله در تورنتو ، ونکوور و مونترال
- 4- انجام تمام نیاز های روز های اول مهاجرت به کانادا
- 5- تور مراکز خرید و معرفی مکان های مورد نیاز روزمره
- 6- افتتاح حساب بانکی و دریافت کردیت کارت به نام متقاضی
- 7- اخذ بیمه درمانی و انجام امور مالیاتی
- 8- ثبت نام مهد کودک ، مدرسه دولتی و خصوصی
- 9- انجام کلیه خدمات بیمارستانی برای مادران باردار
- 10- انجام کلیه امور مربوط به ثبت شرکت ، برند و اخذ نمایندگی
- 11- خرید و اجاره اتومبیل و دریافت گواهینامه

دفتر تهران: 021 22 42 51 47

021 22 42 97 22

دفتر مونترال: 438 807 7705

دفتر تورنتو: 647 491 0098

دفتر ونکوور: 604 259 4340

کلینیک دندانپزشکی

ویلری



دکتر انوش عندلیبی

جراح دندانپزشک

تلفن: ۵۱۴۲۷۰۰۰۷۷

61, rue Villeray
métro De Castelnau
Montréal, Qc. H2R 1G2

به مناسبت هفته آگاهی از افزایش مقاومت آنتی‌بیوتیک

وقتی دشمن بدن را تقویت می‌کنیم

مهرنوش اردلان یکتا در سال‌های اخیر با افزایش سرعت مقاوم شدن باکتری‌ها، بحث بر سر استفاده درست از آنتی‌بیوتیک‌ها و مقاومت آنتی‌بیوتیکی افزایش یافته است. این مسئله برای بسیاری از افراد شاید آن‌قدرها مهم به نظر نرسد، اما زمانی که متوجه شوند که رفتار آن‌ها تا چه میزان در این افزایش سرعت تأثیر دارد و مقاومت آنتی‌بیوتیکی تا چه اندازه می‌تواند خطرناک باشد بیشتر به آن توجه می‌کنند. به همین مناسبت از سال ۲۰۱۵ سازمان بهداشت جهانی هر سال یک هفته را در ماه نوامبر به آگاهی‌سازی در مورد افزایش مقاومت آنتی‌بیوتیکی اختصاص داده است که امسال ۱۲ تا ۱۸ نوامبر است.

مصرف آنتی‌بیوتیک در جوامعی مانند ایران بسیار خواهان دارد و اغلب جامعه، آنتی‌بیوتیک یا چرک‌خشک‌کن را دوی تمامی بیماری‌های تب‌دار می‌دانند. در اطرافیانمان افراد بسیاری را دیده‌ایم که همیشه به‌عنوان مثال آموکسی‌سیلین به همراه دارند و با بروز کوچک‌ترین علائم گلودرد از آن استفاده می‌کنند؛ اما آیا این نوع مصرف آنتی‌بیوتیک می‌تواند مفید باشد یا این رفتار برای فرد بیمار و کل جامعه مشکل‌زا خواهد بود؟



آنتی‌بیوتیک و مقاومت به آن

آنتی‌بیوتیک‌ها داروهایی هستند که رشد و تکثیر باکتری‌ها را آهسته کرده و سپس آن‌ها را از بین می‌برند. تا به امروز چندین نوع باکتری شناخته و انواع متعددی آنتی‌بیوتیک نیز ساخته شده است. با گذشت زمان، بعضی از باکتری‌ها به تدریج خاصیت مقاومت در برابر آنتی‌بیوتیکی که قبل‌تر به آن حساس بوده‌اند را پیدا می‌کنند که امری طبیعی و قابل‌انتظار است. این بدان معنی است که دیگر نوع خاصی از آنتی‌بیوتیک نمی‌تواند آن نوع باکتری را که حال مقاومت پیدا کرده است، از بین ببرد و باکتری در بدن تکثیر می‌شود. از سال‌های قبل راهی که برای این مسئله اتخاذ شده، ساختن آنتی‌بیوتیک‌های جدیدتر بوده است؛ اما در سال‌های اخیر سرعت ایجاد مقاومت در باکتری‌ها از سرعت تولید آنتی‌بیوتیک‌های جدید سبقت گرفته است که نگرانی‌های زیادی را به همراه داشته است. علت اصلی این افزایش سرعت مقاومت در چیست؟

علل ایجاد مقاومت آنتی‌بیوتیکی

● استفاده بیش‌ازحد

یکی از مهم‌ترین دلایل افزایش مقاومت، استفاده بیش‌ازحد و نامناسب از آنتی‌بیوتیک‌هاست. تنها در آمریکا تخمین زده می‌شود که یک‌دوم تا یک‌سوم از مصرف آنتی‌بیوتیک‌ها غیرضروری و نامناسب باشد. لازم به ذکر است که آنتی‌بیوتیک تنها در درمان بیماری‌هایی که علت بیماری باکتری است، مؤثر واقع می‌شود و هر نوع آنتی‌بیوتیک تنها بر گروه خاصی از باکتری‌ها می‌تواند تأثیر بگذارد و در بیماری‌های ویروسی نه‌تنها تأثیری ندارد بلکه با کشتن باکتری‌های مفید و غیر آسیب‌رسان بدن می‌تواند طول درمان را طولانی‌تر کند. به همین دلیل است که استفاده از آموکسی‌سیلین یا اصرار به تجویز پنی‌سیلین یا سایر آنتی‌بیوتیک‌ها در هنگام ابتلا به سرماخوردگی یا آنفلوانزا، امری کاملاً غلط است.





● مصرف نامنظم و غیرمسئولانه آنتی‌بیوتیک

بسیاری از افراد زمانی که آنتی‌بیوتیک برایشان تجویز می‌شود، بعد از رفع علائم بیماری دوره درمان خود را نیمه‌کاره رها می‌کنند. این کار می‌تواند منجر به ایجاد باکتری‌های مقاوم شود. در برخی موارد افراد از آنتی‌بیوتیک‌هایی که در بیماری خاصی برایشان تجویز شده و باقی‌مانده در بیماری دیگری استفاده می‌کنند و یا به فرد دیگری به‌منظور درمان می‌دهند. تمامی این موارد در ایجاد مقاومت آنتی‌بیوتیکی مؤثر هستند.

● مصرف بی‌رویه آنتی‌بیوتیک در دام‌ها و مواد غذایی

در سال‌های اخیر مصرف بی‌رویه آنتی‌بیوتیک در دامداری‌ها و محصولات کشاورزی یکی دیگر از عوامل مقاومت آنتی‌بیوتیکی است.

عوارض ناشی از مقاومت آنتی‌بیوتیکی

عوارض ناشی از مقاومت آنتی‌بیوتیکی می‌تواند بسیار گسترده باشد. باکتری‌های مقاومی که به وجود می‌آیند می‌توانند این خصوصیت خود را به نسل‌های بعد از خود منتقل کنند آن‌ها می‌توانند به‌سرعت منتشر شوند و افراد در هر سنی را درگیر کنند و با توجه به میزان سفرهای بین‌قاره‌ای به‌سرعت در تمامی کشورها پخش شوند و به‌این‌ترتیب خطری برای بهداشت جهانی باشند. آن‌ها ممکن است موجب بستری‌های طولانی‌مدت بیمارستانی، هزینه‌های بیشتر طبی و افزایش میزان مرگ‌ومیر شوند.

برای کاهش میزان مقاومت آنتی‌بیوتیکی چه کارهایی می‌توان انجام داد؟

- از اصرار به پزشک خود برای تجویز آنتی‌بیوتیک بپرهیزید.
 - توصیه‌های بهداشتی برای پیشگیری از ابتلا به بیماری‌های عفونی را به‌دقت رعایت کنید.
 - نسبت به انجام کامل واکسیناسیون خود و فرزندان حساس باشید. بعضی از بیماری‌های باکتریایی مانند دیفتری با انجام واکسن کاملاً قابل‌پیشگیری هستند.
 - هرگز از آنتی‌بیوتیکی که برای فرد دیگری تجویز شده است، استفاده نکنید.
 - با مصرف نکردن شیر غیرپاستوریزه، شستن مرتب دست‌ها، پختن کافی مواد غذایی میزان خطر ابتلا به عفونت‌های باکتریایی ناشی از غذا را کاهش دهید.
 - مصرف آنتی‌بیوتیک تنها با تجویز پزشک و دقیقاً به میزان گفته‌شده صورت گیرد و درمان را کامل کنید.
 - از آنتی‌بیوتیک باقی‌مانده در بیماری دیگری استفاده نکنید، شاید برای این بیماری مناسب نباشد.
- با رعایت نکات گفته‌شده، می‌توان بخشی از مسئولیت این نگرانی که مربوط به جامعه عمومی است را کاهش داد. بخش دیگر این نگرانی متوجه پزشکان و مراقبین بهداشتی و امور دامی و کشاورزی است. امید که با رعایت و آگاهی هر چه بیشتر نسبت به استفاده بهینه از آنتی‌بیوتیک‌ها بتوانیم جامعه سالم‌تری داشته باشیم.





مهرنوش اردلان یکتا سال‌ها در ایران طبابت کرده و حالا اینجا در مونترال تلاش دارد با روزنامه‌نگاری، تجربیات خود را در اختیار شما قرار دهد. او پاسخگوی سؤالات شما در حوزه سلامتی خواهد بود. این پاسخ‌ها صرفاً جنبه اطلاع‌رسانی دارد. برای هرگونه درمانی باید به پزشک خود مراجعه کنید. سؤالات پزشکی خود را به آدرس زیر ارسال کنید:

info@medad.ca

درمان سینوزیت حاد

سلام! برای مدت چند روز علائم گرفتگی بینی و سردرد داشتم که در مراجعه به پزشک، سینوزیت حاد تشخیص داده شد. نظر پزشک این است که نیاز به آنتی‌بیوتیک ندارم و عامل ویروسی است و می‌توانم از داروهای بدون نسخه استفاده کنم. به نظر شما چه دارویی استفاده کنم و چه کارهای دیگری برای بهبودی می‌توانم انجام دهم؟

با سلام به شما دوست عزیز. با توجه به این که سینوزیت شما از نوع ویروسی است می‌توانید از داروهای بدون نیاز به نسخه‌ای که شامل دکونژستان (خون‌رسانی را با باریک کردن عروق به سینوس‌های ملتهب کم می‌کند) و کاهنده درد مانند ادویل استفاده کنید. شرکت‌های ادویل و تایلنول داروهای مخصوص سینوزیت نیز تولید کرده‌اند که هر دو این گروه را شامل می‌شود.

همین‌طور می‌توانید از بخور آب گرم چه به صورت انداختن حوله و گرفتن صورت بر روی ظرف حاوی آب داغ یا دوش گرفتن با آب گرم استفاده کنید. استفاده از کمپرس گرم بر روی سینوس‌ها و شستشوی بینی و سینوس‌ها با اسپری یا محلول شستشوی سالین نیز می‌تواند کمک‌کننده باشد. نوشیدن مایعات فراوان و استفاده از وسیله ویژه‌ای به نام neti pot که به شستشو و خروج موکوس داخل بینی و سینوس کمک می‌کند، از روش‌های دیگر درمان هستند.

شما هم اگر سوالی در زمینه مسایل پزشکی و سلامت عمومی دارید می‌توانید با ما تماس بگیرید تا در این بخش به سوال شما پاسخ داده شود

به مناسبت ۱۱ نوامبر، روز یادبود سربازان جنگ

کانادا در سوگ شقایق‌ها

مریم ایرانی در جبهه‌های نبرد، گل‌های شقایق، دسته دسته به پای هر صلیب و به یاد کسی نثار می‌شوند.....در هر گوشه‌ای و در هر مکانی.... آوازهای بلبلان خسته با سوت گلوله‌های توپ در هم می‌پیچند....ما کسانی هستیم که مرده‌ایم، اما هنوز در یاد خانواده و دوستان خود هستیم....ما در این دشت شقایق آرمیده‌ایم....آهای جوانانی که نا امید هستید، با شما هستیم، به پا خیزید، جامه‌های نبرد را به تن کنید و روح آزادگی را در خود بیدار نگه دارید....مبارزه را از یاد نبرید زیرا در این صورت شقایق‌های این دشت در خاطره زمان محو خواهند شد.....

این بخشی از منظومه ای معروف به «دشت شقایق‌ها» (Flanders Field) به انگلیسی و به فرانسه، (champ d'honneur) سروده کلنل جان مک کر John McCrae، پزشک جراحی است که در واحد توپخانه ارتش کانادا در جریان جنگ جهانی اول در سال ۱۹۱۵ خدمت می‌کرد. از آنجایی که در جریان سرودن این شعر، سربازان کانادایی در نزدیکی یک دشت شقایق در بلژیک می‌جنگیدند، او این سرود را به نام دشت شقایق نامید و از آن زمان گل شقایق تبدیل به نماد سربازان وطن شد که در میدان‌های جنگ کشته می‌شوند.



در کانادا روز ۱۱ نوامبر هر سال ساعت ۱۱ صبح، هزاران کانادایی با نصب گل‌های شقایق روی سمت چپ سینه و روی قلب‌هایشان، یاد و خاطره چندین هزار سرباز کانادایی که در جنگ کشته شده‌اند را گرمی می‌دارند. این همان روز و ساعتی است که جنگ جهانی اول به پایان رسید.

در اوایل دهه ۱۹۲۰، اولین دوشنبه بعد از ۱۱ نوامبر را روز یادبود سربازان وطن نامیده بودند ولی این روز با روز شکرگزاری که در آن سال‌ها در همین تاریخ برگزار می‌شد، تداخل داشت. برای همین، مردم به دلیل مشغول بودن به مراسمات آن روز از حضور در مراسم‌های این مناسبت مهم و تاریخی غافل می‌شدند. بنابراین، دولت کانادا در سال ۱۹۲۸، بعد از پیگیری‌های زیادی که جانبازان و بازماندگان جنگ‌های جهانی انجام دادند، تاریخ جشن شکرگزاری را به ماه اکتبر منتقل کرد و ۱۱ نوامبر را با عنوان «روز یادبود» در تقویم باقی گذاشت.

جنگ و تاثیرات آن روی کانادا

در جریان جنگ‌هایی که کانادایی‌ها در آن مشارکت کردند، در حدود ۱۶۱ هزار نفر کشته و ۱۷۲ هزار نفر دیگر زخمی و مجروح باقی ماندند. بسیاری از این سربازان بازمانده جنگ، نه تنها زخم‌هایی در بدن بلکه زخم‌هایی عمیق در روح و قلب خود داشتند. تنها در یکی از بخش‌های کوچک استان نیوفاندزلند، ۱۳۰۵ نفر کشته و مجروح جنگی وجود دارد. مجموعاً ۶۱۹۶۳۶ کانادایی در جنگ‌ها حضور پیدا کردند که از این تعداد در حدود ۵۹۴۴۴ نفر زن و مرد در جریان مستقیم مبارزات جنگی کشته شدند. ۱۵۰ نفر در نیروی دریایی سلطنتی کانادا و ۱۳۸۸ نفر هم در نیروی هوایی گارد سلطنتی انگلیس کشته شدند. از آمار زخمی‌ها و کشته‌های دقیق کانادایی‌هایی که برای ملکه انگلیس به میدان



جنگ رفته و احتمالا زخمی و کشته شده اند، آمار دقیقی در دست نیست. ۳۴۶۱ نفر در جریان این جنگ‌ها، جانباز شدند و طبق آمارهای پزشکان کانادایی، ۹۰۰۰ کانادایی بازمانده از جنگ از آثار پنهان آن رنج می‌برند. یک سرباز کانادایی به نام کیورلی کریستیان Curley Christian یکی از سربازانی بود که هر چهار عضو دست و پای خود را در جریان جنگ جهانی اول از دست داد ولی زنده ماند.

بنای یادبود سربازان جنگ

اولین یادبود ملی برای مبارزان کانادایی را شاه جورج ششم و ملکه الیزابت در سال ۱۹۳۹ در میدان کنفدراسیون در اتاوا، نصب کردند. این بنای یادبود که ۱۳ سال ساخت آن به طول انجامید، در اصل برای گرامی‌داشت، کشته‌شدگان جنگ جهانی اول بود. در این بنا، ۲۲ شخصیت حاضر در جنگ از پیاده نظام توپخانه، سواره نظام، پزشک، پرستار، خدمات پشتیبانی و... به چشم می‌خورند. علاوه بر این یک برج صلح هم در کنار این یادبود، در نزدیکی ساختمان پارلمان ساخته شد و تمام خاطرات، کتاب‌ها و یادگاری‌های دوران جنگ در آن نگهداری می‌شود.

در سال ۱۹۸۲، بنای دیگری برای یادبود کشته‌شدگان جنگ جهانی دوم به این بنا اضافه شد و در سال ۲۰۰۰ هم آرامگاه «سرباز گمنام» به این منطقه اضافه شد که هم اکنون تمام مراسمات مربوط به روز یادبود، در کنار این بناها در اتاوا برگزار می‌شود.

آرامگاه «سرباز گمنام» در واقع مقبره، یکی از سربازان گمنامی است که بقایای جسدش در جریان جنگ جهانی دوم در خاک کشورهای اروپایی پیدا شده‌بود. دولت کانادا در سال ۲۰۰۰، این جسد را به اتاوا انتقال داد و در مراسمی نمادین و به یادبود ۶۸۴۶ سرباز کانادایی گمنامی که در جنگ‌ها کشته شده‌بودند، در روز ۲۸ ماه مه سال ۲۰۰۰ در کنار بناهای یادبود ملی جنگ در اتاوا به خاک سپرد.



مردم در روز یادبود در کانادا چه می‌کنند؟

سیاری از مردم در هفته‌های قبل از روز یادبود، گل شقایق قرمز را به نشان احترام روی سینه خود نصب می‌کنند. برخی هم از گل شقایق سفید استفاده می‌کنند که نماد افراد غیرنظامی است که در جنگ کشته شدند. در ۱۱ نوامبر، کلیساها برنامه‌های ویژه‌ای هم دارند. از جمله اینکه به یاد درگذشتگان جنگ دعا می‌خوانند، یک دقیقه سکوت کرده و عود روشن می‌کنند.

مراسم رسمی دولت کانادا برای یادبود جنگ در اتاوا، انتاریو، برگزار می‌شود. مردم بر سر آرامگاه سرباز گمنام و بنای یادبود در میدان کنفدراسیون گرد هم می‌آیند و شمع روشن کرده و یا دسته گل می‌گذارند. یادگارهای جنگی مثل عکس‌ها، نامه‌ها و خاطرات سربازان هم در این بنای یادبود برای مردم نمایش داده می‌شود.

بعضی از مدارس در روز یادبود با برپایی جلسات، درس‌ها و سخنرانی‌های ویژه در جنگ و سربازان از این روز استقبال می‌کنند. در همه استان‌های کانادا، این روز را گرمی می‌دارند ولی برخی از استان‌ها برای این روز تمهیدات ویژه‌تری دارند و در قالب تعطیلی و یا مقررات خاصی آن را برگزار می‌کنند.

در استان مانیتوبا، به احترام سربازان جنگ، بین روزهای ۹ صبح تا ۱ بعد از ظهر در روز یادبود هر گونه خرید و فروش کالا و داد و ستد، به استثنای خدمات بهداشتی، دارویی، غذا و سوخت رسانی و کمک‌های اولیه، ممنوع است.

این روز تعطیل عمومی تحت قانون کار مانیتوبا نیست، اما

اکثر صنایع در مانیتوبا مجاز

به کارنیستند مگر اینکه

شرایط خاصی وجود

داشته‌باشد. در انتاریو،

بعضی از کارفرمایان،

در روز یادبود کارکنان

خود را تعطیل

می‌کنند.



این روز، یک تعطیلات قانونی در کبک نیست، هرچند شرکت‌هایی که از طرف دولت فدرال در کبک حضور دارند، این روز را تعطیل می‌کنند. اگر مثل امسال، روز یادبود روز تعطیل مثل شنبه یا یکشنبه باشد، کارگران و کارمندان می‌توانند، روز قبل یا بعد کاری را مرخصی با حقوق داشته باشند.

درنوا اسکوشیا، برخی از کارکنان در برخی شرکت‌ها، تعطیل می‌کنند. طبق قانون اگر کارکنان در این روز کار کنند، می‌توانند از کارفرمایان خود تقاضای اضافه‌کاری داشته باشند.

روز یادبود فقط در کانادا برگزار نمی‌شود

روز یادبود در بسیاری از کشورها، به ویژه جمله استرالیا و نیوزیلند هم که تحت سلطه بریتانیای کبیر هستند، گرامی داشته می‌شود. در ایالات متحده، روز جانبازان درهمین روز ۱۱ نوامبر برگزار می‌شود. در بریتانیا، یکشنبه نزدیک به ۱۱ نوامبر به عنوان روز یادبود انتخاب شده‌است.





دریچه مهاجرت
دریچه ای روبه مهاجرت



مشاور رسمی مهاجرت کانادا
(RCIC)



<https://t.me/immigrationdoor>

iccrc
IMMIGRATION CONSULTANTS OF
CANADA REGULATORY COUNCIL



crcic
CONSEIL DE RÉGLEMENTATION DES
CONSULTANTS EN IMMIGRATION DU CANADA

سهیل احمدی

+1 (514) 748-0949

تماس مستقیم و رایگان از ایران با دفتر کانادا

+98 21 86081897

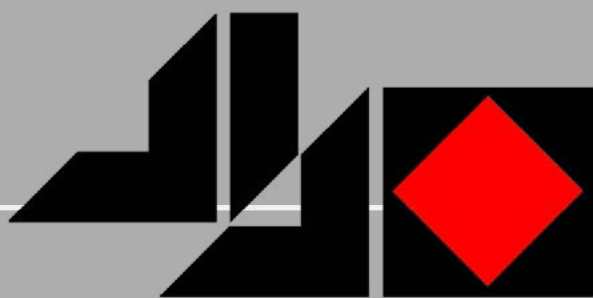
+98 21 88207093

کبک، مونترال، خیابان سن کترین غربی، پلاک ۴۰۵۵

واحد ۱۶۵ - کد پستی H3Z 3J8

ارزیابی رایگان در وبسایت

www.ImmigrationDoor.com



اگر از خواندن **مداد** لذت می‌برید
اشتراک آن را
به دوستان خود پیشنهاد دهید
اشتراک مداد رایگان است

فرم اشتراک