

آغاز سال ۱۴۰۴ به وقت کالیفرنیا
پنج شنبه بیستم مارچ ۲۰۲۵ ساعت دو و یک دقیقه صبح

سال نو مبارک

شماره ۱۱۵ فوریه ۲۰۲۵
خواندنی‌ها
سال هشتم
محبوبترین و پرتیراژترین
مجله جنوب کالیفرنیا



دکتر کتی گوهر (310)275-4155
جراح و متخصص زیبایی



Mercedes-Benz
of Anaheim



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




دکتر مژگان کمالی
وکیل رسمی عضو ۰۸ ایرانیان
• مهاجرت • تصادفات • ترانسیت نامه • تراست
(855) 658-2545



TAX RETURN
TAX RETURN
New Clients 20% Discount

AB
Beheshti Accounting, INC.
Tax & Accounting Services
علی بهشتی
Enrolled Agent
کلیه امور حسابداری و مالیاتی
(949) 383-7426

مشاور سرمایه گذاری و
برنامه های بازنشستگی
California License No: 4428464




beheshtiaccounting.com



دکتر سینا ابهری
متخصص زنان و زایمان
و فوق تخصص ناباروری
صفحه ۳
(949) 222-1290



دکتر بهروز کلانتریان (714)444-4495
داریا بورد تخصصی جراحی پلاستیک زیبایی و ترمیمی از آمریکا
www.drKalantarian.com



دکتر جعفر شجره و همکاران
تلفن: (949) 333-2224 صفحه ۲۳



دکتر حسین تمدنی (آقای وام)
تلفن: (949) 861-0618 صفحه ۲



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



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.



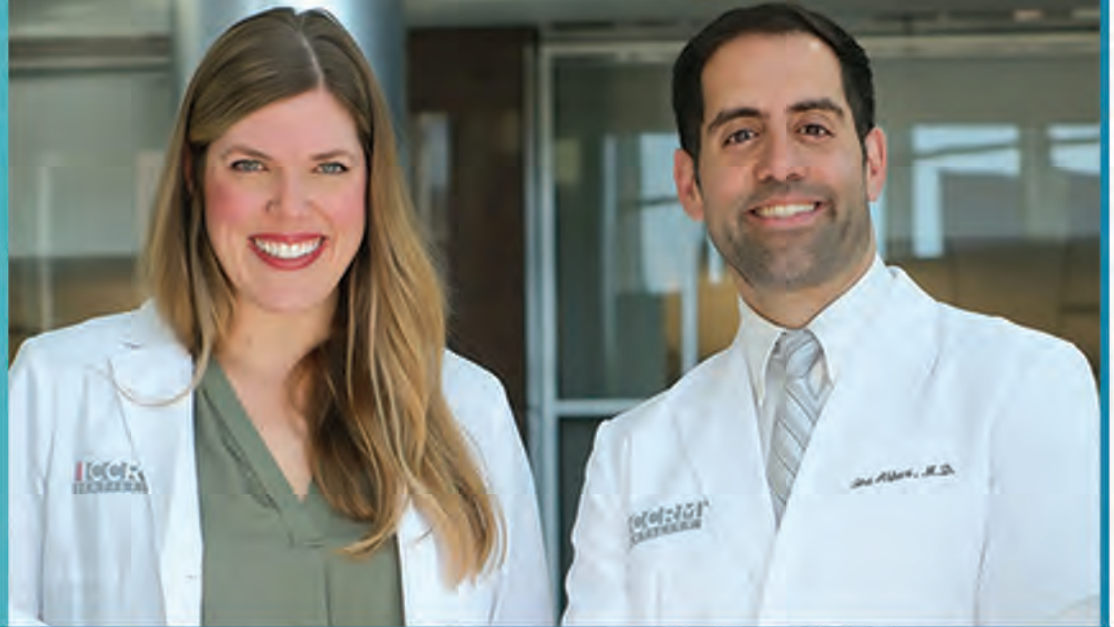
Phone: (877) 829 - 9227
Fax: (949) 502 - 7006

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،
آندوکرینولوژی 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

نوروزتان پیروز

دکتر مشتاق فروهر

آنجلس و در نیمه شب، یعنی در همان لحظه، ایرانیان در لس آنجلس، تورنتو، سیدنی و هر مکانی در کره زمین، سال نو را شروع میکنند. زمانی که سال تحویل شد، بلافاصله میتوان به دوستان و عزیزان خود در هر جای جهان تماس گرفت و شادباش گفت. این خصلت نوروز است که در اولین روز بهار و در یک آن به همه جا می رسد و به همگان نوید آمدن بهار و نو شدن را میدهد.

آیا این همان لحظه ای نیست که بنا بر افسانه ای قدیمی گاوی که بر پشت ماهی شناور در دریایی بزرگ سوار شده است و زمین را که بر روی یک شاخ خود قرار داده است بر روی شاخ دیگرش می اندازد و تکان آن لرزه ای بر نارنج شناور بر آب سفره هفت سین می اندازد؟

کسی تا کنون لرزش نارنج سفره هفت سین را در لحظه سال نو به چشم ندیده است اما هر سال این زمان دل‌هایمان را به لرزه می آورد تا او را که کنارمان است در آغوش بگیریم و آن که را از ما دور است را با دستان فشرده در سینه خود برایش از دور آرزوی شادی و پیروزی کنیم.

سال نو مبارک

تقویمهای گوناگون در سراسر دنیا ملاک و معیاری برای آغاز یک سال نو قرار گرفته اند. از معروف ترین آنها تقویم میلادی است که به خاطر دنبال کنندگان زیادش مهم تر است. اما تقریباً تمامی آنها شروع سال نو را در ابتدای روز اول سال قرار داده اند به این معنی که به عنوان مثال، سال نو مسیحی از اولین ثانیه های روز اول ژانویه آغاز می شود. این آغاز از سرزمینهای شرق استرالیا و نیوزلند شروع شده و با گردش زمین حرکت کرده و در آخر به غرب آمریکا و لس آنجلس میرسد. هنگامی که در استرالیا سال نو می شود، لس آنجلسها باید صبر کرده تا با گردش زمین و پیمایش روز آنان نیز به سال نو برسند اما تقویم ایرانی یا همان خیامی سال نو را در تمامی نقاط زمین در یک لحظه ثبت می کند. مثلاً هنگامی که در ایران لحظه آغاز سال نو در روز است در همان هنگام در لس

در این شماره می خوانیم:

صفحه:

- سخن سردبیر..... ۴
- در تاریخ..... ۵
- استفاده از فرصت های طلایی، علی بهشتی ... ۵
- مزه سیب قدیمی، تکتیم مرادی مهنه ۶
- دل بستن، حمید سلیمی ۸
- پیام نوروزی، مریم سمیع زادگان..... ۱۰
- درگوشی های خاله زکی، تبلیستان، تکتیم مرادی، مهدی علیزاده ۱۲
- پارسی بنویسیم، پارسی بگویم..... ۱۴
- تبریک سال نو، شعری از احسان صانعی کاشانی ۱۴
- مروری بر فیلم های ایران، کمال الملک..... ۱۶
- سفری در دنیای ضدآفتاب های فیزیکی و شیمیایی، دکتر علی سجادیان..... ۱۸
- کهکشان گفتار..... ۲۲
- هیچ وقت دیر نیست، سودابه فرضی پور ۲۴
- دلنوشته ها، حمید الهی ۲۸
- گزارش جلسه تنور مارکتینگ شاپینگ سول ۲۹
- رسم زمانه، مهدی علیزاده فخرآباد..... ۳۰
- برگی از گلستان سعدی..... ۳۲
- شگفتی های ایران - قلعه بابک..... ۳۴
- رها شده، فهیمه سرافراز..... ۴۲
- ظهور ما، حسین فرزین..... ۴۴

قابل توجه گیلانیان فرهیخته و گرامی مقیم خارج از کشور.



زندگینامه مفاخر و مشاهیر گیلان

جلد اول بایوگرافی بیش از ۲۸۰ نفر از مفاخر و مشاهیر گیلان در حوزه های علمی، پزشکی، فرهنگی و پژوهشی، هنری، اقتصادی، کار آفرینی، حقوقی، سیاسی، نظامی و نیکوکاری چاپ و منتشر شده است.

پژوهشگران: دکتر محمد ابراهیم گوهریان، استاد هوشنگ عباسی

ناشر: انتشارات نسل نواندیش سفارش اینترنتی www.naslenowandish.com

تلفن: ۰۲۱-۸۸۹۴۲۲۲۷ (949)992-9292

در صورت تمایل به درج بیوگرافی خود می‌توانید از طریق ایمیل به نشانی me.goharian@gmail.com با ما مکاتبه نمایید تا در ویرایش سوم لحاظ شود.آژانس مسافرتی
Passport 2 Travel

TURKISH AIRLINES

Lufthansa Emirates QATAR

مرجان پیروان

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

Text or WhatsApp: (714)743-4471

قیمت های 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 قیمت های 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

● اسفندماه ۱۳۱۸ به تهرانی‌ها دستور اکید داده شده بود تا از خانه‌های خود خارج نشوند؛ زیرا که «روز سرشماری» بود که در وطن ما برای نخستین بار به این صورت انجام می‌شد. برپایه این سرشماری، چند روز بعد اعلام شد که جمعیت تهران ۵۴۰ هزار نفر است. بعداً، به دقت بودن این رقم ایراد وارد آمد و گفته شد که افراد به این تصور که اگر شمار خانوار را بیشتر اعلام کنند سهمیه (اصطلاحاً کوپن) بیشتری دریافت خواهند کرد چنین کرده اند.

● چهار سال و چند ماه پس از برگزاری مراسم تاسیس دولت مرکزی ایران به دست کوروش بزرگ در ۲۵ قرن پیش از آن، در تهران اعلام شد که تصمیم گرفته شده است مبدأ تقویم رسمی ایران از هجری خورشیدی به سالروز ایجاد دولت واحد ایرانیان به رهبری کوروش و آغاز شاهنشاهی (امپراتوری) ایران تغییر کند که دو هفته بعد (۲۴ اسفند ۱۳۵۴) با مصوبه پارلمان، این تصمیم قطعی شد و به صورت قانون درآمد و از نوروز (شش روز بعد) در تقویم رسمی ایران به جای سال (۱۳۵۵ هجری) سال (۲۵۳۵ شاهنشاهی) قرار گرفت.

● تقویم هجری خورشیدی که مورد استفاده ما ایرانیان است، ششم مارس ۱۰۷۹ میلادی (برابر با پانزدهم اسفندماه در آن سال، و امسال ۱۶ اسفند) توسط حکیم عمر خیام نیشابوری تکمیل شد که به تقویم جلالی معروف گردیده است، زیرا که در زمان حکومت جلال الدین ملک‌شاه سلجوقی تنظیم شده بود. این تقویم دقیق تر از تقویم میلادی است که آن هم خورشیدی است، زیرا که عدم دقت آن هر ۳۷۷۰ سال، یک روز است و تقویم میلادی هر ۳۳۳۰ سال.

● دوشاه در یک زمان در ایران! از درگذشت کریم خان زند که در طول حیات راضی نشده بود او را شاه بخوانند و تا پایان عمر عنوان «وکیل مردم»، را حفظ کرده بود و از زندگی توده مردم دور نشده بود، دو برادرش زکی خان و صادق خان، هر دو خود را جانشین او و «شاه ایران» اعلام کردند. زکی خان در شیراز خود را شاه خوانده بود و صادق خان در ششم مارس ۱۷۸۰ (روزی چون امروز در ۲۲۶ سال پیش) در کرمان اعلام پادشاهی کرد. هنگام درگذشت کریم خان، صادق خان در بصره بود تا از این منطقه در برابر حمله احتمالی عثمانی دفاع کند. او پس از اطلاع از مرگ کریم خان با شتاب عازم شیراز پایتخت آن زمان ایران شده بود تا بر جای برادر بنشیند که چون زکی خان قبلاً پادشاهی خود را اعلام کرده و او را به شیراز رانده بود روانه کرمان شد و در این شهر اعلام پادشاهی کرد و کرمان را پایتخت خود قرار داد.

● اسفند سال ۱۳۳۷ (در آن سال برابر با ششم مارس ۱۹۵۹ میلادی) دکتر محمدحسن گنجی استاد جغرافیای دانشگاه تهران برای ایران «سازمان هواشناسی» به وجود آورد و از آن پس رسانه‌های کشور به طور روزانه دارای گزارش وضع هوا شدند. تا آن زمان، ایران دارای چند هواشناس بود که در فرودگاه مهرآباد مستقر بودند و کارشان تنها دادن وضعیت هوا به خلبانان هواپیماها بود. به تصمیم دکتر گنجی که یک ایراندوست خراسانی بود، تا سالها به روزنامه‌هایی که در «گزارش هوا»، دریای مازندران را «خزز» می‌نوشتند؛ گزارش پیش بینی وضع هوا داده نمی‌شد.



استفاده از فرصت های طلایی

علی بهشتی
Enrolled Agent

در شرکت حسابداری بهشتی، تخصص اصلی ما کمک به شما برای فایل کردن اظهار نامه مالیاتی اشخاص و شرکت‌ها و کلیه خدمات حسابداری برای شرکت‌هایی باشد. شرح کامل خدمات ما در وبسایت و اینستاگرام به تفصیل توضیح داده شده است.

در ادامه خدمات جدیدی که ما به مشتریان ارایه می‌دهیم بشرح زیر است: برنامه‌های بازنشستگی، سرمایه‌گذاری و بیمه عمر

همه افراد میبایست برای دوران بازنشستگی خود برنامه‌های مالی را از پیش تعیین کنند. تصور کنید هزینه زندگی شما در ۵ یا ۱۰ سال آینده بیشتر از هزینه زندگی در زمان حال حاضر می‌باشد. اما درآمد شما در چنین سن و سالی به مراتب کمتر از امروزه یا حتی فاقد درآمد هستید و توان انجام هر کاری را نخواهید داشت. بیشتر برنامه‌های بازنشستگی مزایای مالیاتی برای سرمایه‌گذاری امروز شما و درآمد آینده شما از این سرمایه‌گذاری خواهد داشت. برنامه Annuity یا حقوق و مقرری سالیانه یک محصول مالی است که برای تأمین یک جریان درآمدی پایدار، معمولاً برای دوران بازنشستگی، طراحی شده است. این برنامه معمولاً از طریق یک شرکت بیمه خریداری می‌شود و می‌تواند به صورت آنی (immediate) یا تأخیری (deferred) ساختار بندی شود. سالیانه‌های آنی بلافاصله پرداخت‌ها را آغاز می‌کنند، در حالی که سالیانه‌های تأخیری قبل از شروع توزیع، به مرور زمان سرمایه را جمع‌آوری می‌کنند. این برنامه‌ها می‌توانند بازدهی ثابت، متغیر یا شاخصی داشته باشند، بسته به میزان ریسک‌پذیری و اهداف مالی سرمایه‌گذار. سالیانه‌ها اغلب به عنوان یک راهکار برای تکمیل درآمد بازنشستگی استفاده می‌شوند و امنیت مالی را با تضمین یک جریان نقدی پیش‌بینی‌پذیر در سال‌های بعدی زندگی فراهم می‌کنند.

حساب بازنشستگی ساده‌شده کارفرمایان (SEP IRA) و حساب‌های بازنشستگی سنتی (Traditional IRA) دو نوع حساب بازنشستگی فردی هستند که به افراد کمک می‌کنند تا با مزایای مالیاتی، برای بازنشستگی خود پس‌انداز کنند. SEP IRA برای افراد خوداشتغال و صاحبان مشاغل کوچک طراحی شده است و به آن‌ها اجازه می‌دهد که سالانه مبالغ بیشتری نسبت به IRA سنتی واریز کنند. از سوی دیگر،

IRA سنتی به افراد این امکان را می‌دهد که با دلارهای پیش از مالیات سرمایه‌گذاری کنند، که این مبلغ تا زمان برداشت در دوران بازنشستگی به صورت معاف از مالیات رشد می‌کند.

حساب‌های K 401 یکی دیگر از این حساب‌های درآمدزا می‌باشد که از طریق کارفرما و محل کار شما قابل انجام است ولی عمدتاً پول‌های شما در برنامه‌های پر ریسک سرمایه‌گذاری شده و احتمال ضرر ناشی از پایین آمدن ارزش سرمایه شما در مارکت وجود دارد، علاوه بر این شما هزینه‌های کارمزد را پرداخت می‌کنید که اطلاعاتی از آن ندارید (Hidden fee) و درآمدهای احتمالی شما نیز مشمول مالیات است.

حتی اگر در حال حاضر یکی از این حساب‌ها و یا حساب K 401 را دارید می‌توانید با کمک ما این مبالغ را به حساب‌های بدون کارمزد با بهره بالاتر و تضمین شده و اغلب معاف از مالیات منتقل کنید.

بعضی افراد سرمایه خود را در حساب‌های مثل Fidelity یا Ameritrade و نظایر آن سرمایه‌گذاری کرده‌اند نه تنها سود نداشته‌اند بلکه بعضی سال‌ها متحمل ضررهای سنگینی شده‌اند. بهتر است سرمایه خود را به جای مطمئن تر و با سود بیشتر تضمین شده که هیچگاه ضرر نخواهید داشت منتقل کنید و ارزش مرکب بر سرمایه خود دریافت کنید و از مزایای مالیاتی نیز بهره ببرید.

با توجه به بالا بودن نرخ بهره در حال حاضر بهترین زمان برای سرمایه‌گذاری و انتقال برنامه‌های فعلی به برنامه‌های پیشنهادی ما می‌باشد این فرصت را از دست ندهید و نرخ فعلی را برای یک سال گارانتی کنید.

سایر برنامه‌های سرمایه‌گذاری عبارتند از:

College planning, Long-term care disability insurance, Estate planning Life and non-life insurance

برای اطلاعات بیشتر در مورد برنامه‌های بازنشستگی و حتی سپرده‌گذاری در برنامه‌های با سود بالا و تضمین شده و انواع بیمه‌های عمر با تماس بگیرید.

949-383-7426

Beheshti accounting.com

ماهنامه خواندنی‌ها: تأسیس ۲۰۱۷
صاحب امتیاز: Daily Vision Inc.
گستره انتشار: جنوب کالیفرنیا
مدیرمسئول و سردبیر: مشتاق فروهر
تکثیر مرادی مهنه: صفحه آرا و نویسنده
مهدی علیزاده 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.

مزه سیب قدیمی

تکتم مرادی مهنه



همانطور که تولیدات و رسانه‌های شما برای ما جذاب است، تولیدات و رسانه‌های ما هم برای شما جذاب است و ما این را می‌دانیم. ما می‌خواهیم در فضایی که شما زندگی می‌کنید باشیم و کنجکاو هستیم که آن طرف دنیا چه خبر است و همه اینجا در آرزوی مهاجرت هستند که البته می‌دانم آن طرف هم مشکلات خودش را دارد و آنهایی که آن سمت دنیا هستند خیلی حرفه‌ها برای گفتن دارند و شاید خیلی از آدم‌هایی که داخل کشور ما زندگی می‌کنند فقط یک بهشت از آن سمت برای خودشان تعریف کرده‌اند و هم می‌دانم شما یاد قدیم و صفای خالص ایرانی زده به سرتان و بوی کاهو سکنجبین مادر بزرگ و پستی قرمز داخل اتاق را خیلی هوس کرده‌اید. رفت و برگشت و حتی یک مسافرت هم برای هر دو طرف خیلی سخت است و هزینه زیادی دارد. ما می‌نشینیم و تلویزیون‌های شما را نگاه می‌کنیم و رسانه ما شده شما و شما هم می‌نشینید و رسانه‌های داخلی را نگاه می‌کنید و رسانه شما احتمالاً اگر دلتان هوس ایران را بکند شده

را می‌اندازند بیرون و این می‌شود جشن ما! آن وقت ما ملتی قدیمی با بهترین ایام و جشن‌های سنتی و هزاران ساله اما دل هیچکس از این برنامه‌های لوس و بی‌نمک راضی نمی‌شود. با برنامه‌های صدا و سیمای خودمان که هزار تا فیلتر دارد و از تویش ۱۰۰۰ تا حاشیه در می‌آید. من و شما هم مانده‌ایم توی تغییر فرهنگی که دیگر خانم‌ها و آقایان آن زن و مردهای قدیم نیستند و آن لوطی منشی و شخصیت پدر مادرهایمان را با توجه به شرایط نمی‌توانیم رفتار کنیم. بعد دلمان پر می‌کشد برای زمان گذشته و از خودمان می‌پرسیم چرا دیگر هیچ چیز مثل سابق نیست؟ خوب دلیلش همین است. چون آن فرهنگ ناب و بااصالتی که به ما دیکته میشد دیگر جلوی شما به نمایش گذاشته نمی‌شود. سریال دربارہ قبح دروغ‌گویی و عزت راستگویی و فداکاری ساخته نمی‌شود. بلکه سریال‌های ترکی دربارہ خیانت می‌بینیم. دیگر فردین و ناصر نداریم بلکه چند تا داستان آبیکی برای ما ساخته می‌شود و همان می‌شود ارزش‌های ما و بچه‌های ما از این‌ها چیز یاد می‌گیرند. همین هم شده است که همه به دنبال گمشده قدیمی خودمان هستیم. آن زمان که سیب مزه سیب می‌داد و گلابی شیرین بود و مردم لبخند به صورت داشتند و وقتی می‌رفتی در دم خانه همسایه و می‌گفتی نان ماتمام شده بهت نان می‌دادند. نه این زمان که حتی اسم همسایه خودمان را نمی‌دانیم

تولیدات ما! جالب است که هزینه تماشای تلویزیون ما را شما می‌دهید و هزینه تماشای تلویزیون شما را ما! جوان‌ها همه دوست دارند برونند جایی که آزاد باشند و گاهی می‌شود که تا یکی این حرف را به من می‌زند به او می‌گویم «خوب تو توی همین مملکت خودمان توانستی موفق باشی که حالا می‌خواهی بروی در مملکتی که نه زبانش را بلدی نه خانواده ای داری و نه اصلاً می‌دانی کجاست موفق بشوی؟»

همه هم می‌گویند آن سمت فرق دارد و اینقدر مشکلات نیست و بعضی وقت‌ها با خودم می‌گویم شاید راست بگویند اما مگر می‌شود جایی سختی و مشکلات نداشته باشد؟ بعد می‌نشینیم پای تلویزیون‌های لس آنجلسی و بیشتر وقت‌ها از بی‌محتوایی آنها اصلاً خوشم نمی‌آید. یک خانم نشسته است و یک جمله از کانال‌های تلگرامی ما را پیدا کرده یا یکی از فیلم‌های اینستاگرامی را پخش می‌کند و بعد دو جمله در ردیا تحلیل آن می‌گوید و موسیقی پخش می‌شود و می‌رود سراغ سوژه بعدی. یا سریال‌ها یا فیلم‌هایی که اینجا تولید می‌شود را هزار بار پخش می‌کنند. به زودی هم نوروز است و همه می‌نشینند پای همان برنامه‌های قدیمی که هر سال تکرار می‌شود و چند تا خواننده نزدیک به ۸۰ ساله می‌آیند و تهریکی می‌گویند و چند ستاره جدید هم وسطشان دو تا آهنگ که شعری بسیار بی‌محتوا دارد می‌خوانند و لنگ و پاچه

Elle & Lui

Hairstylist/Makeup Artist/Hair Extensions



- Women's haircut \$58
- Men's haircut \$40
- Shampoo & blow dry \$45
- Cut & color \$140
- Single process color root touch-up \$70
- Color & toner \$90
- Highlights, balayage, ombre (partial) \$150
- Highlights, balayage, ombre (full) \$250
- Make up \$79

Extension services:

All extension services require a prior consultation to determine the correct extension method, extension length, and color. The stylist can then provide the exact quot and schedule installation. Methods include Tape -Ins, Sew-In Hand -Tied, Nano, or Machine Wefts and Keratin Fusion.

تمامی خدمات اکستنشن، عروس و گریم انجام می‌شود و نیازمند مشاوره قبلی است



جایگزینی موی غیرجراحی،
برای مردان و زنان.
Non-surgical
hair replacement
for men and women.

- کوتاهی موی زنانه ۵۸ دلار
- کوتاهی موی مردانه ۴۰ دلار
- شامپو و سشوار ۴۵ دلار
- کوتاهی و رنگ ۱۴۰ دلار
- رنگ ریشه ۷۰ دلار
- رنگ و تونر ۹۰ دلار
- هایلایت بالیاژ، آمبره (جزیی) ۱۵۰ دلار
- هایلایت بالیاژ، آمبره (کلی) ۲۵۰ دلار
- بند و ابرو
- آرایش ۷۹ دلار
- کراتین ۱۸۹ دلار
- برزیلین بلواوت ۱۷۹ دلار

Call or Text: +1(949)910-3159

A+salon:

5315 University Dr., Irvine, CA 92612

ELLE.LUI2024@GMAIL.COM

دفتر حقوقی
دکتر کورش جعفری
دکتر کیارش جعفری
و همکاران

وکلا رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال



Family Law:

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

Criminal Matters:

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

Commercial:

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

Accidents:

- Car Accidents
- Motorcycle Accidents
- Uber / Lyft Accidents

امور خانوادگی:

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

امور جنایی:

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

امور تجاری و بازرگانی:

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

امور تصادفات:

- اتوموبیل و موتورسیکلت
- اوپر و لیفت

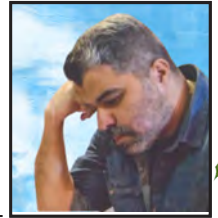
3525 Hyland Ave, Suite 270, Costa Mesa CA 92626

ChrisJafari@gmail.com

www.JafariLaw.net

دل بستن

حمید سلیمی



آدم دل که بست، دوست دارد دو نفر بشود. یک نفر زندگی کند، و یک نفر مدام بایستد دلبرکش را نگاه کند، همانطور که دارد کارهای ساده روزمره می‌کند. زنی که دارد شالش را اویزان میکند که چروک نشود. مردی که دارد شلوار جینش را در می‌آورد تا لباس راحت بپوشد. زنی که می‌رقصد. مردی که دارد ریشش را می‌زند، و آینه بخارگرفته را با دست‌پاک می‌کند. دارد سالاد درست می‌کند، نه با مهارت یک سرآشپز فرانسوی، با یک سادگی دلچسب و با یک لبخند شرقی. دارد موهایش را می‌بافد که وقتی می‌خواهد نریزد روی صورتش. دارد چای می‌نوشد، داغ است و لبش می‌سوزد و زیر لب فحش می‌دهد. دارد همانطور که روی مبل خوابیده، جواب مسیج کسی را می‌دهد. دارد در خانه را با دقت قفل می‌کند، دارد سوار تاکسی می‌شود، دارد ماشینش را پارک می‌کند، دارد پشت چراغ

چطور میتوانی برای دستی که به شوق نوازش به سمت سرزمین صورتت می‌آید توضیح بدهی که داری شراره‌های آتش را می‌بینی به جای نرمی نوازش؟ چطور می‌توانی به لبانی که شوق بوسیدن دارند توضیح بدهی سالهاست می‌دانی پس هر بوسه ای دریاچه مذاب دوری نشسته؟ چطور شرح بدهی هر دوستت دارم که شنیده ای تازبانه فراق شده به جان تکیده ات؟ چگونه شرح بدهی در جهان غمبار تاریکت جایی برای شب پره‌های نورپرست خندان نیست؟ چگونه گریختنت از آغوشهای امن را توجیه کنی، برای کسی که در هیچ آغوش امنی بدترین زلزله عمرش را تجربه نکرده است؟ تازه آخرش هم کم می‌آوری. سنگ که نیستی، آدمی. یک دوستت دارم می‌شنوی با لهجه ای که تورا رام می‌کند، تن می‌دهی به بازی تازه ای که می‌دانی سهمت از آن کمی مرهم است و بسیاری درد. و بعد، یک شب که بی مرهم و بی طاقت نشسته ای کنج دنج سرداب تنهایی، به سرت می‌زند یک گوشه دنیا بنویسی میان همه ترسهای دنیا، کیودترینش سهم ما شد، هراس دوست داشته شدن...

قرمز با خواننده همصدایی می‌کند، دارد به دختر کوچولوی ماشین کناری لبخند می‌زند. آدم دوست دارد دلبرش را ببیند، در تمام ساعات و در همه حال. دوست دارد صدایش را بشنود که حرفهای ساده می‌زند. همین سلام‌ها، خوبی‌ها، بد نیستم‌های ساده و گیرا. همین واژه‌های ساده که در ترکیب با آن صدای خاص غزل می‌شوند. زن و مرد که ندارد دلتنگی. آدم دل که بست، در تمام ثانیه‌های روز نفسش بند آمده. میان همه وقایع، بهانه‌های مختلف پیدا می‌کند تا سرگشتگی خودش را، خستگی‌اش را، کلافگی‌اش را فریاد بزند. بدون این که کسی بتواند بفهمد تمام این بند آمدن نفس، از آوار بغض سنگین بیرحم دوری است.

راستش را گفت روباه، راستش را گفت وقتی با صدایی که بغض خشدارش کرده بود به شازده کوچولو گفت: آدم اگر گذاشت اهلیش کنند، کارش به دیار اسرارآمیز اشک خواهد کشید...



میان ترسهای پرشماری که مبتلابشان هستیم؛ شاید دریده ترین و هولناک ترین و عجیب ترینش ترس از "دوست داشته شدن" باشد. ترس از شنیدن دلم برایت تنگ شده. ترس از شنیدن می‌خواهت...

دکتر حسین تمدنی با ۵۵ سال تجربه در امریکا

(949)861-0618

BRE#01173539

NMLS#322529

آفتاب وام



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

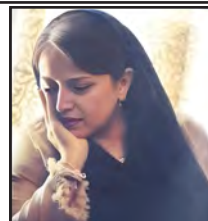
(949) 202 - 7288 (949) 338 - 4705
(310) 975 - 4677

Propertyiran@Gmail.com

26632 Towne Centre Drive, Suite 300
Foothill Ranch, CA 92610

پیام نوروزی

مریم سمیع زادگان



بابا یک عمر است که موقع پیام نوروزی کانال تلویزیون را عوض میکند و میزند کانال دیگر، بعد وقتی می بیند همه ی کانالها همزمان با هم پیام نوروزی پخش میکنند، به این نتیجه میرسد که تلویزیون را خاموش کند و آن چند دقیقه سر سفره ی هفت سین، تخم مرغ های کهربایی رنگی را که از مادر بزرگ یاد گرفته و همیشه با پوست پیاز رنگشان میکند، روی هم بزنیم و هر که برنده ی تخم مرغ بازی شد، تخم مرغش را بخورد. در واقع آن ساعتی که عالم و آدم جلوی تلویزیون هایشان نشسته اند و دارند به پیام نوروزی گوش میکنند، ما داریم تخم مرغ میخوریم. امروز فکر کردم چه اشکالی دارد من هم پیام نوروزی بدهم، این همه آدم پیام نوروزی میدهند و آب از آب تکان نمیخورد، نخواستید، نخوانید، تخم مرغتان را بخورید:

را نمیگیرد سمتم. پیش آمده دوستی نقد کرده، حس کرده ام توی میدان جنگم، حتی یکی دو بار رفتم کنج اتاق، دستها را گذاشتم روی سرم که اگر بمبی، نارنجکی چیزی توی دستش منفجر شد، خیلی آسیب نینم و زنده بمانم. در مورد مقوله ی وزن آدم ها هم: آدمی که خودش اندازه ی یک بچه فیل است، به دیگری طعنه نمیزند که چه چاق شده ای! کسی که توی کار خودش مانده، برای یکی دیگر نسخه نمی پیچید. آدمها فقط بلدند خوب حرف بزنند، بروند بالای منبر، نطق کنند، از آن بالا نگاهت کنند و مدام حرفهای قلمبه تحویل بدهند. اما موقع عمل همیشه اندر خم همان کوچه ای باقی میمانند که تو قبلا مانده بودی، اگر توی همان خم کوچه ایستاده ایم کاری به آمد و شد دیگران نداشته باشیم. چند روز دیگر عید است و قرار است بیشتر همدیگر را ببینیم، وقت دیدار، نسخه های مان را توی خانه هامان بگذاریم و بی جهت حملشان نکنیم که شاعر می فرماید کم گوی و گزیده گوی چون دُر، سال جدید، تصمیم جدید، کمتر حرف بزنیم و بیشتر گوش کنیم.

عزیزان من! (بین خودمان بماند فقط خدا میداند من چقدر از این کلمه و لحن گفتار متنفرم، چه کنم که همه ی آدمها برای موثر بودن حرفشان با این دو کلمه شروع میکنند) همگی ما در زندگی نیاز به تایید داریم. تایید رنگ مو و مدل آن، نوع پوششمان، روش زندگی و انتخاب دوستانمان، رژیم غذایی و وزنمان حتی. درست است که انتخاب اول و آخر با ماست، اما دلمان میخواهد یکی بگوید این راهی که میروی صحیح است، نه این ره که میروی به ترکستان است و کردستان است و قبرستان است. میگویند بفرما و بشین و بتمرگ همه یک معنی دارند. چطور به زبان آوردن آن کلمه هنر میخواهد. گفتن آدابی دارد و نقد کردن اصولی، الله بختکی نمیشود ایراد گرفت. از روی غرض و مرض نمیشود حرف زد. من گاه گذاری برای دوستی داستان میفرستم، اول از خوبیها شروع میکند، نقاط قوت را میگوید و دلم را گرم میکند، آماده ام میکند برای شنیدن ایرادها، کاستی ها را یکی یکی می شمارد و جلو میرود. نقد کردن بلد است. مسلسل



Family Dentistry

Whiter, Healthier Teeth For Life

SERVICES PROVIDED:

- Implants
- Teeth Whitening
- Root Canals
- Laser Dentistry
- Sleep Apnea
- Dentures & Bridges
- Gum Disease
- Partial Dentures
- Cosmetic
- Preventive
- Restorative
- Oral Cancer Screen

No Insurance! No Problem!

Ask About Our In-office Membership Dental Plans

- 24 months, 1 year commitment
- Two routine cleanings per year
- Two periodic exams per year
- X-rays, intraoral photos, oral cancer screenings & 1 emergency visit at no charge

Individual Plan: Adults \$280 a year paid in one payment, or Two payments of \$140 every 6 months



Most Insurance Accepted, Scan, PPO, AARP, Delta Care, Cal Optima
CareCredit
invisalign

Same Day Emergency Service

949-588-7525

www.LagunaHillsFamilyDentistry.net

Near Gate 2 Next to Saddleback Medical Center
24407 Calle de La Louisa Ste 200, Laguna Hills, CA 92653Kristin A Soraya DDS
Habla Español & Farsi

Best Travel & Tours

آژانس 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

نشو! و من که دائم در حال تمیز کردن منزل هستم. و اگر هم جای خاکی جمع شده باشد به من نشان می‌دهد که: بین! خاک نشسته! و بعد ناراحت هم هستند که جلوی تلویزیون دارم تمیزکاری می‌کنم چون قلمرو و محدوده ایشان است و یعنی نقطه‌ای که آنقدر کثیف است که هیچ وقت تمیز نمی‌شود و همین الان هم کثیف‌تر شده به این دلیل که دارد تخمه می‌شکند یا اصلاً حرکت می‌کند که حرکت یک مرد در خانه را خانم‌ها می‌دانند که یعنی کثیف کردن عجیب آن نقطه. بعد جناب عالیجناب که اینقدر تبیل تشریف دارند به این علت که حتی حوصله گرفتن پنچری ماشین را ندارند دارند غر می‌زنند که ما خانم‌ها تبیل هستیم و بعضی کارها را وظیفه آقایان می‌دانیم. شما عرضه داشته باشید و فقط یک چای برای خودتان بتوانید درست کنید بعد از این گیرهای الکی به ما بدهید. همین الان دست آقایان را بگیرید و ببرید داخل آشپزخانه و از او پرسید مثلاً فلان ملاقه را از کجا باید برداری؟ یا من سفره‌ها را کجا می‌گذارم؟ یا فلان چیز را از داخل خانه پیدا کن. اگر توانست پیدا کند هرچه می‌خواهید بگوید. حالا به ما گیر می‌دهند. خودشان کوه اورست تبیلی و بدبویی صندلی خودشان هستند و شما همان مبلی را که می‌نشینند فقط یک ماه تمیز نکنید ببینید چه بویی می‌دهد بعد بگویید ما تبیلیم یا ایشان؟

خودشان حل می‌کنند. اما خانم‌ها در همه چیز همین هستند و هر چند توی تربیون‌ها هارت و پورت می‌کنند و ادای فمینیست‌ها را در می‌آورند اما موقعی که کامپیوترشان خراب می‌شود و یا لوله می‌ترکد آقای شوهر یا برادر است که باید همه چیز را درست کند و به این تبیلی خودشان می‌گویند پشتوانه داشتن و اینکه یکی باید باشد که ما به او تکیه کنیم! تکیه کردن هم یعنی آقایی که به شما نزدیک است و او وظیفه دارد همیشه پشت شما راه بیفتد و خرابکاری‌های شما را درست کند و کارهایی را که شما از عهده‌اش بر نمی‌آید را انجام بدهد. و جالب هم این است که این فرهنگ بین ایشان جا افتاده است و طلبکار هم هستند. خانومه می‌گه: سرکار آقا پشت کامپیوترش نشسته و من برای او چای می‌آورم. بعد بلند می‌شود و توی خانه راه می‌رود و می‌پرسد شام کی حاضر می‌شود؟ چون گرسنه اش شده است و من دارم آشپزی می‌کنم و ایشان وظیفه آشپزی کردن ندارند. چون این یک کار زنانه است. بعد لباس‌هایش را می‌اندازم توی ماشین لباسشویی. بعد سفره را می‌اندازم و همه چیز را می‌آورم سر سفره و مثل یک مهمان می‌آید غذایش را نوش جان می‌کند و می‌رود و دوباره جلوی تلویزیون به ادامه سریالی که هیچ وقت تمام نمی‌شود و اگر هم تمام شود یکی دیگر را شروع می‌کند می‌نشیند. تازه غرولند هم می‌کند که از جلوی تلویزیون اینقدر در

درگوشی های خاله زنگی

تیلستان

خانومه: نکتم مرادی مهنه، آقاهه: مهدی عزیزاده

آقاهه می‌گه: خانم‌ها به صورت پیش فرض یک سری از کارها را وظیفه آقایان می‌دانند و اصلاً وارد آن کار نمی‌شوند. مثلاً اگر لاستیک ماشین خانومی وسط راه پنچر بشود اول که زنگ می‌زنند به شوهرش و به او می‌گویند بیا و تازه چند تا دری‌وری هم به او می‌گویند که چرا حواست به لاستیک ماشین نبوده و داخل آن فوت نکرده‌ای؟ بعد می‌رود پایین و هاج و واج به دور و برش نگاه می‌کند و منتظر هر مرد بیچاره قهرمانی است که فقط آن دور و بر باشد. اصلاً هم از هیچکس تقاضا نمی‌کنند چون اولاً که این را وظیفه تمامی آقایانی می‌دانند که از آن اطراف دارند رد می‌شوند و دوماً دستشان کثیف می‌شود. پس فقط به مردهای اطراف نگاه می‌کنند که البته بیچاره ما آقایان که همیشه قهرمانیم و غیرت ما اجازه نمی‌دهد یکی اینطور نگاه کند. که البته منظور از «یکی» خانم‌ها هستند وگرنه اگر همین اتفاق به عینه برای آقایی وسط خیابان افتاده باشد هیچ مردی از ماشینش پیاده نمی‌شود و همه اتفاقاً تندتر حرکت می‌کنند که تقاضایی از ایشان نشود و البته که آقایان را می‌بینید که خودشان آستین‌ها را بالا زده‌اند و دارند مشکل خودشان را



Full Service Remodeling

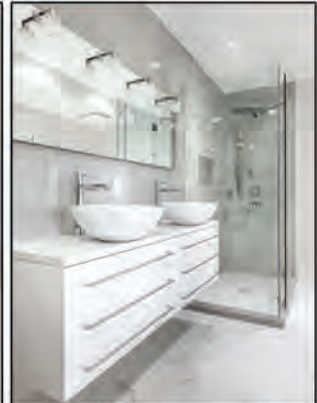
Flooring & General Building Contractor Lic# 1069549
4000 sqft Showroom, 35 years of experience Residential & Commercial

12 Months
Interest-Free
Financing!



- سینک مجانی
- طراحی کابینت مجانی
- انتقال رایگان ضایعات ساختمانی
- تخفیف ویژه برای سالمندان

Google 5 Star Rating



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 و اینال 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 ما تماس بگیرید و از وام بدون بهره ۱۲ ماهه بهره مند شوید.

- Carpet ● Luxury Vinyl Plank ● Hardwood ● Laminate
- Stone & Tile ● Kitchen & Bath ● Painting ● Remodeling
- Custom Stairs ● Windows ● Doors ● Cabinet

949.328.9390

جنب میشن رنج مارکت

www.afcRemodeling.com



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

DRE#0203 3878



ماندانا سرکشیک امین، امین شما در املاک

*Call me for a complimentary
market analysis.*

949-424-6339

HomesbyMandana@gmail.com

HomesByMandana.com

KWSP "EACH OFFICE INDEPENDENTLY
OWNED AND OPERATED"

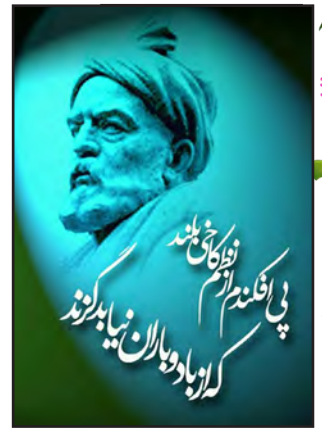
Buying?
Selling?

خرید و فروش

املاک

مسکونی و تجاری

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



پاری بنویسیم، پاری بگوئیم

طیور = پرندگان
قوی = نیرومند
وضوح = روشنی
شخصیت = منش
خط مشی = راه و روش
زوال = فروپاشی
حق السکوت = خاموشانه
فرکانس = بسامد
متفوق = پراکنده
خسارت = زیان
منظره = چشم انداز
جغرافیا = گیتاشناسی
بی سلیقه = بد پسند
فلاسک = دما بان
راحت = آسان
دقیق = ریزبین
معاون = دستیار
استشمام = بو کردن، بویدن
مختصر = ناچیز
بی احساس = سنگدل
لازم نیست = نیاز نیست

حد = مرز، کران
مستراح = دستشویی، آبخانه
فقر = تهیدستی، نداری
مکلف = ناچار، وادار
لاینقطع = پیوسته، همواره
عرض حال = دادخواست
کماکان = همچنان
مهیا = آماده
حمل و نقل = ترابری
ابتلاء = دچاری
ضد و تقیض = ناسازگار
فرار = گریز



تبریک سال نو
از مجموعه جای پای عشق، گزیده ای از دیوان

احسان صانعی کاشانی

دل‌تنگ دلدارم بیا، ای نامه فرمانم ببر تبریک سال تازه‌راه از من به جانانم ببر
دیدار کن روی مهش، ایثار کن جان در رهش حظی از این دیدار خود از ماه رخشانم
با عشق رویش زنده ام، از مهر او آکنده ام ببر از قلب شیدایم خبر در خدمت جانم
پس بوسه زن بر دست او، وان دیدگان مست او ببر کامی ز ماه عارض دلدار فتانم ببر
یار سخندان مرا، آرامش جان مر تکریم کن، فیضی تمام از لطف یزدانم ببر
برگو بدان آرام جان، خواهم بمانی جاودان روزی بیا ای مهربان، بیرون ز هجرانم ببر
گل نغمه دستان، تویی عاری ز هر دستان تویی جان میدهم بر بوسه ات اینم بده آنم ببر

احسان به راحت ارمغان، سر میدهد ای دلستان

منت بنه بر عاشقان، کالای ارزانم ببر

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
Siavosh.Ardalan@yahoo.com (714) 858 - 0507

Logos: CABB, NATIONAL ASSOCIATION of REALTORS, California Association of Business Brokers, IBBA

املاک مسکونی
با سلیقه ایرانی

COLDWELL BANKER

امیر برادران رفیعی

Realtor® | CaRe#: 02243343

Cell: 310.880.7693
Office: 949.552.2000

Amir.Rafii@CBRealty.com
6833 Quail Hill Pkwy.,
Irvine, CA 92603

Amir Ateshfaraz
Attorney at Law


UNIVERSAL LAW FIRM, APC
INJURY & EMPLOYMENT

دکتر امیر آتش فراز


وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال امریکا

تصادفات و صدمات بدنی
(Uber, Lyft & Truck, Motorcycle)
Automobile Accident
گاز گرفتگی حیوانات و حوادث
زمین خوردگی
Dog Bite & Slip and Fall



 (949) 510-0038

 (310) 709-2488

 16133 Ventura Blvd, Suite 1101 Encino, CA 91436

 Universallawapc@gmail.com

اعلام مشروطیت مظفرالدین شاه درمی گذرد و کمال الملک که دربار را رها می کند و در مقابل توصیه رضا شاه نیز ایستادگی می کند و تبعید ارمغان دوران کهولت اوست. کمال الملک به سال ۱۳۱۸ در نیشاپور به سن ۹۶ سالگی درمی گذرد.



و دیالوگ‌هایی که به سنت حاتمی شبیه شعر هستند. انکار کاراکترها با هم مشاعر می کنند. را به تصویر می کشد. فیلم کمال الملک در میان لیست ۱۰۰ فیلم برتر تاریخ ایران رتبه ۵۸ را با امتیاز و رأی مردم کسب کرده است. و همچنین جمشید مشایخی برنده جایزه نقش اول مرد برای فیلم کمال الملک شده است.

خلاصه داستان: گذری است بر بخش‌هایی از زندگی تاریخی "محمد غفاری" ملقب به "کمال الملک" نقاش بزرگ معاصر، "کمال الملک" در ده "قله" از توابع کاشان به دنیا آمد. در ده سالگی عازم تهران شد و در مدرسه دارالفنون نزد استادان وقت هنر نقاشی را فرا گرفت. ناصرالدین شاه قاجار که هر ساله دارالفنون را بازدید می کرد به محمد غفاری برمی خورد و او را به نقاشخانه کاخ گلستان می برد. کمال الملک جوان در دربار قاجاری فرصت می باید که هنر خود را به تکامل برساند و در عین حال شاهد جنایات دربار قاجاری باشد. در دوران مظفرالدین شاه به فرنگ می رود. قصد سفری است برای تکمیل و آموزش هنری. لیکن نقاش می داند که ره توشه اش به میهن عسل است یا حنظل. در دوران مظفرالدین شاه به ایران بازمی گردد و تحمل فساد درباری نمی کند، راهی عتبات عالیات می شود. اوج گیری انقلاب مشروطیت او را به وطن بازمی خواند. بعد از



مروری بر فیلم های سینمای ایران

«کمال الملک»

کارگردان: علی حاتمی، بازیگران: جمشید مشایخی، عزت‌الله انتظامی، محمدعلی کشاورز، پرویز پورحسینی، سال ساخت: ۱۳۶۳
«در میان کواکب هم یکی می شود ستاره درخشان. الباقی سوسو می زنند.» این جمله درخشان ناصرالدین شاه در فیلم «کمال الملک» درباره کارگردانش هم صدق می کند. علی حاتمی که پیش از انقلاب با موزیکال‌هایی مثل «حسن کچل» فرهنگ فولکلور را زنده نگهداشته باشد بعد از انقلاب فیلم‌هایی حول ایران قدیم زمان قاجار ساخت. «کمال الملک» روایت زندگی نقاش معروف ایرانی در درباره چند پادشاه قاجار و اوایل حکومت رضاخان است. با قاب‌های چشم‌نوازی



آژانس مسافرتی ویلا و هواپیمایی امارات
با بهترین شادباش های بهاری
نوروز را به همگان تبریک می گویند



از مزایای استثنایی با هواپیمایی امارات در سالن پذیرایی «مرحبا» در فرودگاه دبی و با امکان حمل ۳ چمدان و با یکبار تغییر تاریخ پرواز در ایران بهره مند شوید

www.villatravel.com
Email: fly@villatravel.com
Tel: 949-752-8484
Newport Beach
Tel: 949-831-8484
Laguna Niguel



کارشناس موسیقی با بیش از ۲۰ سال سابقه تدریس

صلاح صفدری

(خواننده، مدرس آواز و تنبک)

آموزش آواز اصیل و تنبک ایرانی

ترانه ها و تصانیف ایرانی
ردیف آوازی
صدا سازی
مبتدی تا پیشرفته

فردی، گروهی
حضوری و آنلاین
(اورنج کانتی، لس آنجلس)

+1 949 919 0672

جلسه مشاوره و تست رایگان

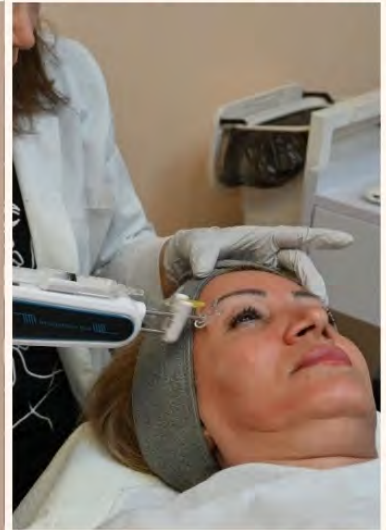
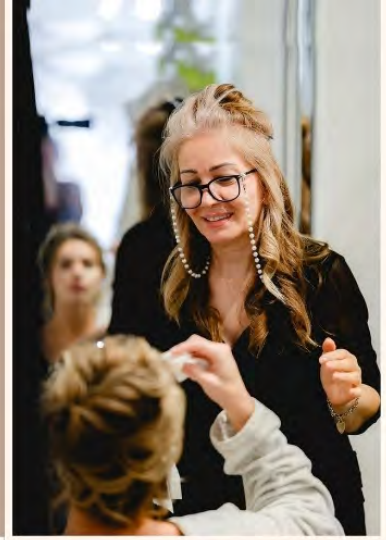




(949)245-5859

23881 Via Fabricante #505,
Mission Viejo, CA 92691

بعضی سالنها فقط زیبایی می بخشند، ولی ما اینجا "اعتماد" می سازیم.
جایی که زیبایی شما با علم و هنر ترکیب می شود!



- موهایی درخشان، چهره‌ای بی نقص با جدیدترین متدهای رنگ، کراتین و احیای مو، زیبایی ماندگار را تجربه کنید.
- مراقبت‌های حرفه‌ای از پوست میزوتراپی، هایفو، آر اف مایکرونیدلینگ و درمان‌های تخصصی برای طراوت و شفافیت پوست.
- میکاپ دائم و میکروبلیدینگ حرفه‌ای ابرو، لب و خط چشم شما، همیشه بی نقص با طراحی طبیعی و تکنیک‌های پیشرفته.
- درمان‌های تخصصی پوست سر و مو اسکالپ تراپی، ماساژ سر، تقویت فولیکول‌ها و درمان ریزش مو با تکنولوژی روز دنیا.
- ترکیبی از فناوری و آرامش ماساژ بدن، اسپا، فیشال‌های لوکس و روش‌های بازسازی عمیق پوست و مو، برای احساسی متفاوت از زیبایی.



زیبایی فقط یک تغییر نیست...
اینجا، شما نسخه‌ای درخشان‌تر از خودتان را خواهید یافت!
پلاتونیک، جایی که هنر، مهارت و تخصص در کنار هم،
زیبایی شما را متحول می‌کند!



دستگاهی هوشمند با طراحی مدرن برای شستشوی سر و ماساژ جهت موارد ذکر شده با تجربه‌ای دلپذیر و متفاوت

(949) 245-5859





سفری در دنیای
ضد آفتاب های
فیزیکی و شیمیایی
دکتر علی سجادیان

خورشید، ستاره درخشان ما، گرما، نور و زندگی را به ارمغان می آورد. اما پرتوهای قدرتمند آن نیز توجه و حفاظت را می طلبد. همانطور که ما از طبیعت زیبای اطرافمان لذت می بریم، به خصوص در فصل های آفتابی، کرم ضد آفتاب اولین خط دفاعی ما در برابر اشعه مضر فرابنفش (UV) است. با این حال، انتخاب ضد آفتاب مناسب می تواند بسیار گیج کننده باشد، به خصوص زمانی که با انتخاب بین ترکیبات فیزیکی و شیمیایی مواجه می شوید. هدف این مقاله ابهام زدایی از دنیای ضد آفتاب است و به شما این امکان را می دهد که انتخاب های آگاهانه ای برای سلامت پوست خود داشته باشید.

شناخت پرتوهای خورشید:

قبل از پرداختن به ویژگی های ضد آفتاب، اجازه دهید تاثیر خورشید را درک کنیم. خورشید دو نوع اولیه اشعه ماوراء بنفش را که به سطح زمین می رسد ساطع می کند UVA و UVB - اشعه UVA: این اشعه به عمق پوست نفوذ می کند و باعث پیری زودرس، چین و چروک و برخی سرطان های پوست می شود. اشعه UVB: این اشعه در درجه اول روی سطح پوست تاثیر می گذارد و باعث آفتاب سوختگی می شود و در اکثر سرطان های پوست نقش بسزایی دارد. ضد آفتابی مؤثر و مناسب است که محافظت کامل و گسترده ارائه کند و در برابر هر دو اشعه های UVA و UVB پوست را محافظت کند.

ضد آفتاب های فیزیکی یا مینرال (mineral):

ضد آفتاب های معدنی که اغلب به عنوان ضد آفتاب های فیزیکی شناخته می شوند، یک لایه محافظ و مانع بر روی سطح پوست ایجاد می کنند. آنها مانند آینه های کوچک عمل می کنند و پرتوهای فرابنفش را منعکس می کنند و از بدن دور می کنند.

ترکیبات کلیدی و نحوه عملکرد آنها:

اکسید روی: این ماده معدنی 'حفاظتی با طیف گسترده را فراهم می کند و در برابر اشعه های UVA و UVB محافظت می کند. اکسید روی به دلیل ماهیت ملایم خود شناخته شده است و به همین دلیل آن را افراد با پوست حساس مناسب می کنند.

دی اکسید تیتانیوم: مشابه اکسید روی، دی اکسید تیتانیوم محافظت گسترده ای را ارائه می دهد. همچنین دی اکسید تیتانیوم، ایمن و مؤثر در نظر گرفته می شود. این مواد معدنی با نشستن در سطح پوست عمل می کنند و از نظر فیزیکی اشعه UV را مسدود می کنند. این حفاظت فیزیکی به این معنی است که آنها بلافاصله پس از استفاده شروع به کار می کنند.

مزایا و معایب ضد آفتاب های فیزیکی:

مزایا: به طور کلی برای انواع پوست، از جمله پوست های حساس و کودکان بی خطر است و احتمال ایجاد واکنش های آلرژیک بسیار کم است. بلافاصله پس از مصرف مؤثر هستند و ترکیباتشان سازگار با محیط زیست میباشد. معایب: می تواند ظاهر گچ سفیدی ایجاد کند، به خصوص در پوست های تیره تر، اگرچه نسخه های رنگی به طور فزاینده ای در دسترس هستند. ضد آفتاب های فیزیکیال قوام ضخیم تری بر پوست دارند، که برخی آن را از نظر زیبایی شناختی کمتر دلپذیر می دانند. ممکن است نیاز به استفاده مجدد مکرر داشته باشند زیرا این ضد آفتابها به راحتی از بین می روند.

ضد آفتاب های شیمیایی، رویکرد جذبی:

ضد آفتاب های شیمیایی که به عنوان ضد آفتاب های ارگانیک نیز شناخته می شوند، با جذب اشعه ماوراء بنفش و تبدیل آن به گرما عمل می کنند که سپس گرما از سطح پوست آزاد می شود. ترکیبات کلیدی و نحوه عملکرد آنها:

فیلترهای شیمیایی رایج عبارتند از اکسی بنزون، آووبنزون، اکتینوکسات، اکتیسلالات و هموسالات. این مواد اشعه ماوراء بنفش را جذب می کنند و از نفوذ آن به پوست جلوگیری می کنند.

مزایا و معایب ضد آفتاب های شیمیایی:

مزایا: بر سطح پوست میتوانند سبک باشند و راحت، پخش و جذب شوند. ظاهر گچ سفید نمی دهند. معایب: ممکن است ۲۰ تا ۳۰ دقیقه طول بکشد تا مؤثر واقع شوند. می تواند در برخی افراد باعث تحریک پوست یا واکنش های آلرژیک شوند. برخی از فیلترهای شیمیایی نگرانی های زیست محیطی ایجاد می کنند. همچنین نگرانی هایی در مورد اختلال احتمالی هورمونی از برخی مواد شیمیایی وجود دارد. انتخاب ضد آفتاب شیمیایی مناسب:

به لیست مواد تشکیل دهنده توجه کنید، به خصوص اگر پوست حساسی دارید. اگر اثرات محیطی برای شما نگران کننده است، به دنبال ضد آفتاب هایی باشید که فاقد اکسی بنزون و اکتینوکسات هستند.

کدام کرم ضد آفتاب برای شما مناسب است؟

- پوست حساس/کودکان: کرم های ضد آفتاب فیزیکی اغلب ملایم ترین گزینه هستند. - شیوه زندگی فعال: اگر شما می کنید با عرق می کنید، در هر دو صورت نیاز به استفاده مجدد کرم ضد آفتاب دارید (هر دو ساعت). به دنبال برچسب های "مقاوم در برابر آب" باشید.

- رنگ پوست تیره تر: به دنبال کرم های ضد آفتاب فیزیکی رنگی یا ضد آفتاب های شیمیایی باشید تا از سفید شدن پوست جلوگیری کنید.

- استفاده روزمره: هر دو نوع ضد آفتاب های فیزیکی یا شیمیایی مؤثر هستند. بر اساس ترجیح شخصی خود از قوام/سبکی و رنگ کرم بر سطح پوست انتخاب کنید. - پوست چرب: به دنبال فرمولاسیون های سبک و

بدون چربی باشید.

- پوست خشک: ضد آفتاب های مرطوب کننده با مولدی مانند اسید هیالورونیک انتخاب کنید.

- قوام: ضد آفتاب به فرم کرم غلیظ تر است و به فرم لوسیون سبک تر است و اسپری سبک ترین است.

- ظاهر نهایی کرم بر پوست: مات، براق، بی رنگ یا رنگی

فرا تر از ضد آفتاب. محافظت جامع در برابر آفتاب:

کرم ضد آفتاب جزء حیاتی محافظت در برابر آفتاب است، اما تنها روش مبارزه با اثرات منفی آفتاب نیست. به یاد داشته باشید که:

- بیشتر در سایه قدم بزنید: به خصوص در ساعات اوج آفتاب (۱۰ صبح تا ۴ بعد از ظهر).

- لباس های محافظ بپوشید: پیراهن های آستین بلند، شلوار و کلاه های لبه پهن.

- از عینک آفتابی استفاده کنید: برای محافظت از چشمان خود در برابر آسیب اشعه ماوراء بنفش.

- هیدراته بمانید: مقدار زیادی آب بنوشید تا به سلامت پوستتان کمک کنید.

- شاخص UV را بررسی کنید: از شدت نور خورشید در منطقه خود آگاه باشید.

نکاتی برای موفقیت در استفاده از کرم ضد آفتاب:

• کرم ضد آفتاب را سخاوتمندانه بر پوست خود بمالید! اکثر مردم به اندازه کافی استفاده نمی کنند.

• هر دو ساعت یکبار یا بلافاصله پس از شنا یا تعریق مجدد استفاده کنید.

• گوش، گردن و قسمت های بیرون از لباس پاهای خود را فراموش نکنید.

• از ضد آفتاب حتی در روزهای ابری استفاده کنید.

• همیشه رتبه SPF را بررسی کنید و یکی را با SPF ۳۰ یا بالاتر انتخاب کنید.

• ضد آفتاب را داخل ماشین نگه ندارید گرمای مزمن هوای داخل ماشین میتواند محتویات کرم را تجزیه کند

• تاریخ انقضا را بررسی کنید.

نتیجه گیری:

محافظت در برابر آفتاب یک جنبه ضروری برای حفظ سلامت پوست است. چه یک ضد آفتاب فیزیکی یا شیمیایی انتخاب کنید، مهم ترین عامل استفاده مداوم است. با درک تفاوت بین این انواع و در نظر گرفتن نیازهای فردی خود، می توانید با اطمینان از پوست خود محافظت کنید و با خیال راحت از قدم زدن در فضاهای باز لذت ببرید.

Scan Me





Safari Builders

ROOFING SOLAR HVAC

کلیه امور روفینگ
و سولار سیستم

۲۰٪
تخفیف ویژه
برای مشتریان
جدید تا آخر
این ماه

برآورد قیمت
و مشاوره
رایگان



Scan Me to visit
Website



با مدیریت مهندس شاهرخ صفری

- ✓ کلیه امور روفینگ و سولار سیستم در لس آنجلس و اورنج کانتی
- ✓ انجام کلیه خدمات روفینگ، از اخذ پرمیت، تا نصب اسفالت شینگل، تایل، تورچ داون، متال، تی پی او با ۵۰ سال وارانتی
- ✓ انجام کلیه خدمات سولار سیستم. از اخذ پرمیت تا طراحی و نصب با ۲۵ سال وارنتی
- منتظر زمستان و بارش باران نشوید ● منتظر قبض برق پرهزینه خود و روف خود را هم اکنون نو کرده و از تخفیفات ویژه ما بهره مند شوید. در مخارج خود صرفه جویی کنید

سیستم سرمایش و گرمایش از \$199 در ماه New HVAC \$0 down & starting at \$199 per month

روف (پشت بام) جدید از \$199 در ماه
New Roof \$0 down &
starting at \$199 per month

سولار (انرژی خورشیدی) از \$199 در ماه
Solar \$0 down &
starting at \$199 per month

☎ 855-7 SAFARI ☎ 714-717-8727
☎ 855-772-3274 ☎ 310-980-7304

🌐 SafariBuilders.us
✉ Home@SafariBuilders.us
📷 Insta@ safaribuilders



ORANGE COUNTY
13 Bedar

**MASON PARK
IRVINE, CA
12-4PM**

**SUNDAY
APRIL 6TH**

**DEEJAY AL
DJ TAAHAA - DJ MAHA**

SPECIAL GUEST
SHALLY ZOMORODI



WWW.NIPOC.ORG



HOMA
Cultural & Educational
Foundation

بنیاد آموزشی و فرهنگی هما

کلاسهای فارسی شامل پیش دبستانی، اول تا هفتم

مکالمه انگلیسی

English Creative Writing

Business Writing

ESL Writing



A

آموزش کاربرد نرم افزارهای آنلاین

کامپیوتر و تلفن همراه

گرافیک

یوگا

رقص

دفاع شخصی

نقاشی

نقاشی روی صورت

مجسمه سازی

سرامیک

کاردستی

C



عروسک سازی

خطاطی

خیاطی

طراحی سفره عقد

آموزش میوه آرایی

طراحی جواهرات (دوبعدی)

موسیقی

شیرینی پزی

پایه ماشه



برای اطلاعات بیشتر در مورد ثبت نام تماس بگیرید

تلفن: ۰۴۱۱ ۳۹۴ ۹۴۹

23201 Orange Ave, Lake Forest, CA 92630



کپکشان گفتار

من و دخترم مسافر اوبر بودیم و با هم حرف می‌زدیم. راننده زبان فارسی را که شنید با اشتیاق گفت من هم عراقی هستم و چند سال ایران زندگی کرده‌ام. گفت زمان جنگ ایران و عراق، پدرم با پسران اش حجت را تمام کرد که اگر رخت جنگ به تن کنیم، برای همیشه از فرزندای اش خلع خواهیم شد چون هیچ انسانی، انسان دیگر نمی‌گُشد.

من در هیجده‌ساله‌گی مجبور به معرفی کردن خودم برای سربازی و طبعا اعزام به جبهه بودم و ناچاراً تن به فرار از دیارم دادم و به عنوان پناهنده، از طریق مرز زمینی وارد ایران شدم. به کمپ پناهنده‌گان در کرج انتقالم دادند و بعد از اتمام دوره‌ی پناهنده‌گی خودمو به میدان انقلاب رساندم. از عابری سراغ میدان آزادی رو گرفتم و از اونجایی که پول خیلی کمی داشتم بدون درخواست چیزی، فقط پرسیدم می‌تونم از اینجا پیاده برم که گفت راه طولانی‌ست و با اصرار زیاد به من پولی داد خیلی بیشتر از کرایه‌ی سفرم که تا به امروز محبت اش را فراموش نکرده‌ام. از ترمینال آزادی با اتوبوس به شهرکرد رفتم و چند سالی سخت مشغول کار شدم که سرمایه‌ام، دست‌مایه‌ی کار بعدی‌ام شد و به تهران برگشتم. بدون هیچ دست‌اندازی مغازه‌ای در لاله‌زار اجاره کردم که چراغ و لامپ و سیم می‌فروختم. با تموم شدن جنگ و رونق اقتصادی، درآمدم بیش از هزینه‌های زندگی‌ام شد. مغازه را خریدم و بعدها فروختم و راهی کانادا شدم.

در مدت بیست سال زندگی در ایران، خواندن و نوشتن زبان فارسی را با اشعار حضرت مولانا و دیوان عطار نیشابوری آموختم و سهروردی خواندم و دانستم که ایران فرهنگی کهنه، غنی و مردمانی چشم و دل سیر دارد. مادرانی که از کودکی به فرزندان خود نجابت، شرافت و معرفت می‌آموزند و من جز خاطرات خوش و مهربانی هیچ ذهنیت تلخی از همسایه‌ی خاک پدری‌ام ندارم و گویا جنگ با تمام سیاهی‌اش، برای من تنها کورسویی بود

که بعدها روشنایی راه زندگی‌ام شد چون در واقع هم‌نبرد من دشمن من نبود و وطن دوم من شد.

صمیمانه بدون مقدمه ادامه داد اگر سیستم پرداخت، خودکار نبود حتما کرایه نمی‌گرفتم چون سال‌ها من میهمان شما بودم. داشبورده ماشین را باز کرد در ظرفی را برداشت که چند نون برنجی سفید با سیاه‌دانه‌های ریز و براق در آن با نظم چیده شده بود. تعارف‌مان کرد و گفت این بهترین نون برنجی این شهر است که عطر آشنایی‌های مرا در همان شیرینی‌فروشی خیابان سعدی پلاک ۲۵ زنده می‌دارد و خندید که آیا راننده تاکسی‌های ایران هنوزم در صندوق عقب ماشین‌شان بشکه‌های چای دارند و قند؟! و هنوزم زیر سایه‌ی درختان خیابان دور هم چای می‌نوشند و هر روزه از سیاست و قیمت دلار و ترافیک می‌گویند؟! فلاسک و ظرف قندش را نشان‌مان داد و یادآور شد که من ذائقه‌ی زندگی‌ام را از طعم ایران دارم.

نون برنجی برنداشتیم. دل‌مان نیامد قوت زحمت‌کشی‌اش را به جان‌مان بنشانیم و برای اینکه ناراحتش نکرده باشم گفتم ایران که در خون من جاری‌ست، شما با خوردن شیرینی‌اش، مکرر مزه‌مزه‌اش کنین!

پیاده شدیم و تمام روز به گفته‌ی بزرگی می‌اندیشیدم که میز شادی جهان چهار پایه دارد: مرنج و مرنجان بنوش و بنوشان



می‌خوام به اعتراف کنم!

من چند سال پیش دیوانه وار عاشق شدم، وقتی که فقط ده سال داشتم؛ عاشق به دختر لاغر و قد بلند شدم که عینک ته استکانی می‌زد و پانزده سال از خودم بزرگتر بود! اون هر روز به خونه پیرزن همسایه می‌اومد تا پیانو یاد بگیره...

از قضا زنگ خونه پیر زن خراب بود و معشوقه دوران کودکی من زنگ خونه ما رو می‌زد، منم هر روز با یه دست لباس اتو کشیده می‌رفتم پایین و در رو واسش باز می‌کردم، اونم می‌گفت ممنون عزیزم، لعنتی چقدر تو دل برو می‌گفت عزیزم!

پیر زنه همسایه چند ماهی بود که داشت آهنگ «دریاچه قو» چایکوفسکی را بهش

یاد می‌داد و خوشبختانه به اندازه کافی بی‌استعداد بود تا تونه آهنگ رو بزنه، به هر حال تمرین رو بی‌استعدادی چربید و داشت کم کم یاد می‌گرفت... اما پشت دیوار حال و روز من چندان تعریفی نداشت، چون می‌دونستم پیر زنه همسایه فقط بلده همین آهنگ «دریاچه قو» را یاد بده و دیگه خبری از عزیزم گفتن ها و صدای زنگ نیست واسه همین همه هوش و ذکاوت خودم رو به کار گرفتم. یک روز با سادیسمی تمام یواشکی ده صفحه از نت‌های آهنگ رو کش رفتم و تا جایی که می‌تونستم نت‌ها رو جابجا کردم و از نو نوشتم و گذاشتمشون سر جاش! اون لحظه صدایی تو گوشم داشت فریاد می‌کشید، فکر کنم روح چایکوفسکی بود. روز بعد و روزهای بعدش دوباره دختره اومد و شروع کرد به نواختن «دریاچه قو»! شک ندارم کل قوهای دریاچه داشتن زار می‌زدن، پیرزنه فقط جیغ می‌کشید، روح چایکوفسکی هم تو گور داشت میلرزید! تنها کسی که لذت می‌برد من بودم، چون پیر زنه هوش و حواس درست و حسابی نداشت که بفهمه نت‌ها دست کاری شده... همه چی داشت خوب پیش می‌رفت، هر روز صدای زنگ، هر روز ممنونم عزیزم و هر روز صدای پیانو بدتر از دیروز!

تا اینکه پیرزنه مرد، فکر کنم دق کرد! بعد از اون دیگه دختره رو ندیدم. ولی بیست سال بعد فهمیدم تو شهرمون کنسرت تکنوازی پیانو گذاشته... یک سبد گل گرفتم و رفتم کنسرتش، دیگه نه لاغر بود و نه عینکی، همه آهنگ‌ها رو با تسلط کامل زد تا اینکه رسید به آهنگ آخر!

دیدم همون نت‌های تقلبی من رو گذاشت رو پیانو... این بار علاوه بر روح چایکوفسکی به انضمام روح پیرزنه، تن خودمم داشت می‌لرزید؛ «دریاچه قو» رو به مضحکی هرچه تمام با نت‌های اشتباهی من اجرا کرد، وقتی که تموم شد سالن رفت رو هوا!

کل جمعیت ده دقیقه سر پا داشتن تشویق می‌کردن از جاش بلند شد و تعظیم کرد و اسم آهنگ رو گفت، اما اسم آهنگ «دریاچه قو» نبود!

اسمش شده بود «وقتی که یک پسر بچه عاشق می‌شود» فکر می‌کنم هنوزم یک پسر بچه‌ام!



مشاورین املاک و امور وام

با بیش از ۲۰ سال تجربه و فروش موفق بیش از نیم بلیون دلار در تمامی نقاط کالیفرنیا جنوبی در خدمت هموطنان عزیز.

خدمات خرید، فروش و وام همه در زیر یک سقف



From finding your dream home to securing the perfect loan, we're your one-stop shop for Real Estate and Mortgage needs.

- **First-time buyers:** We make buying your first home simple and stress-free.
- **Move-up buyers:** Time for an upgrade? We'll sell your home and finance your next one.
- **Investors:** Smart real estate and mortgage solutions for building wealth.
- **Refinancing:** Lower your mortgage rate and save—let's find the best deal for you!

Cathrin Elliye Binesh

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

Nick Payam Binesh

Real Estate and Mortgage Broker
CAL RE# 01708370 NMLS# 318207

 www.BineshRealty.com

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

 [@BineshRealty](https://www.instagram.com/BineshRealty)

(949)222-0234

چشم‌هایت همان است، برو برای دوختن روشنی‌اش به قشنگی‌های دنیا، برو برای تجربه‌ی همه‌ی نوجوانی‌ای که از خودت دریغ کرده‌ای.

با صدای بلند بز زیر آواز... درست مثل آن موقع‌ها که نوار تمام می‌شد و آهنگ نه خواننده می‌خواند "دشت پونه‌های... و ضبط می‌گفت تق، و شاسی‌اش می‌پرید بالا. آنوقت‌ها دلت می‌خواست ادامه‌ی آهنگ را بخوانی، بلند بخوانی، نمی‌خواندی، شرم داشتی. حالا بخوان: "پونه‌های وحشی، رنگ التماس و خواهش..." نوشتیم: سرخ‌تر از ماتیکی که همیشه در نوجوانی دلت می‌خواست بزنی تا ببینی صورت رنگ‌پریده‌ات چه رنگی می‌گیرد، مدت‌هاست توی کیفیت خاک می‌خورد. بز، جلوی آینه لب پاینت را به دندان بگیر، لوندی کن. گیرم بیست و چند سال دیر باشد، به تجربه کردنش می‌ارزد.

نوشتیم: عزیزم! دل مشغولی‌ها، دغدغه‌ها، غم‌ها، خلاءها، خاطره‌ها، نشدن‌ها، نبودن‌ها، حفره‌ها، و سردرگمی‌هایت به هیچ‌جای دنیا و هرکه در دنیاست، نیست. آدم‌ها در چنبره‌ی خودشان گرفتارند، خودت دست خودت را بگیر. نوشتیم: نوجوان چهل و دو ساله‌ی عزیز!

بعضی از خالی‌های زندگی را بپذیر؛ آن تکه‌های ندوخته‌ی کوبلن به‌جامانده از مامان، خالی قشنگی‌ست... همیشه که نباید همه‌چیز کامل باشد.

نوجوانی، برای لبخند توی آینه، با این خیال که تو زوی هستی که داری برای جک، پیش از غرق شدن تایتانیک دلبری می‌کنی. نوشتیم: عزیزم! اگر هیچ‌چیز از نوجوانی‌ات نمانده باشد،



هیچ وقت دیر نیست

سودابه فرضی پور



نوجوان که بودیم پیش سارا، یکی از دخترعموها، مشق عشوه‌گری می‌کردم!

سارا می‌گفت: "ببین! اول به چشم‌های طرف نگاه می‌کنی، بعد چشم‌هات رو آروم می‌بندی؛ وقتی چشم‌هات رو باز می‌کنی باید در حال نگاه کردن به یک طرف دیگه باشی."

من: "باشه، باشه، فهمیدم."

وانمود می‌کردم به طرف نگاه میکنم، بعد چشم‌هام پرپر می‌زد، و تا بخواهم بندم و خیره به جای دیگری بازشان کنم، چیزی می‌شدم شبیه کسی که ثانیه‌ای پیش از غش یا حمله‌ی صرع است!

چندوقت پیش سارا می‌گفت: "تو بی‌استعدادترین شاگرد درس عشوه‌گری من بودی!"

از من لوند در نمی‌آمد.

دیروز نامه‌ای برای خودم نوشتیم؛ نامه‌ای از من به من.

نوشتیم: عزیزم! ببخشید که گمان کردم پیر شده‌ای؛ ببخشید که خیال کردم دیر شده، برو برای راند دوم



تست شنوایی رایگان

+۵٪ تخفیف ویژه برای خرید سمعک



آیا صدای تلویزیون خود را بالا می‌برید؟

آیا از دیگران می‌خواهید که حرف هایشان 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 مناسب ترین نوع سمعک

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

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

(949) 768-4327

Life Hearing Ctr: 1635 E. Lincoln Ave., Orange, CA 92865

(714) 282-9911

Life Hearing Ctr: 18672 Florida St., Suite #202A, Huntington Beach, CA 92648

(714) 375-7776

www.1stChoiceHearing.net

www.LifeHearingInc.com



Omega Cooling and Heating

Your Trusted HVAC EXPERTS

HVAC License # 1091292

با خدمات ما از گرمای تابستان و
سرمای زمستان لذت ببرید.

نصب و تعمیر سیستم های گرمایشی و سرمایشی شامل:
کولر مرکزی و فرنس و هیت پمپ و غیره

Our Service (Residential & Commercial, Industrial)

- AC installation
- Heating Repair
- Maintenance
- Air Purification system Installation
- Air Duct installation & Repairs
- Heat pump unit Installation
- Electric, gas furnace installation and repair

10% OFF
New Customers

- 👉 **Walk-in cooler & Freezer**
- 👉 **Licensed & Insured / 20 years of Experience**
- 👉 **Competitive Pricing**
- 👉 **24/7 Emergency Service**
- 👉 **Limited-time Offer!**
- 👉 **Safety furnace inspection and Tune-up \$85.00**

خدمات سرویس فصلی ◀
با کارشناسان مجرب و متخصص ◀
قیمت های مناسب و خدمات ۲۴ ساعته در تمام طول هفته ◀

۱۰ درصد تخفیف برای خدمات با ارایه این آگهی



Call us today at **832.992.4547** or visit
OmegaCoolingandHeating.com for appointment.

برای اطلاعات بیشتر با شماره تلفن زیر تماس بگیرید
۸۳۲۹۹۲۴۵۴۷

کلینیک پوست و زیبایی اورنج کانتی OC Beauty Medspa

- Past President The Rhinoplasty Society
- Past president OC Society of Plastic Surgeons
- Member of American Society of Plastic Surgeons
- Member of American Board of Facial Plastic Surgery
- Member of American Board of Head and Neck Surgery/ Otolaryngology

زیر نظر دکتر علی سجادیان
دارای بوردهای تخصصی در جراحی پلاستیک و زیبایی



خدمات پوست و زیبایی شامل:

- کاهش وزن با اوزمپیک
- تزریق بوتاکس و فیلر
- بیش از ۱۰ مدل لیزرهای جوانسازی
- رفع چروک های پوست با دستگاه جدید مورفیوس ایگنایت
- لیفت بدون جراحی صورت با دستگاه پروفاند
- دستگاه رفع دائمی چربی های اضافی شکم و اندام
- درمان آکنه با پیشرفته ترین دستگاه لیزر
- لیزر رفع موهای زاید
- رفع لکه های تیره پوست با پیلینگ و فوتوفیشیال

Before



Morpheus Ignite
مورفیوس ایگنایت



Botox & Eyelid surgery
بوتاکس و جراحی پلک



Lipfiller
فیلر لب



Profound
پروفاند



Ozempic Weight Loss
کاهش وزن با اوزمپیک

After



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

www.DrSajadian.com/Medspa

(949) 515-0550

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

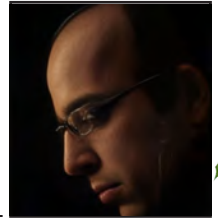
قبول اکثر بیمه های درمانی

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>



دلی نوشته‌ها

حمید الهی

سال نومثل کشتی نوح است. بچه که بودم برایم قصه ی نوح، با آن عمر طولانی اش جذاب و غریب بود. کشتی نوح همیشه جایی بود که می شد در آن پایان دنیا را دید، بی آن که غرق شد با همه ی حیوانات دنیا و یک کشتی که آنها را از نابودی نجات می دهد برای شروع دوباره. و پایان سال همیشه به طوفان دیگری نیاز بود. و هست...

نزدیک عید که می شود، دور ریختنی ها بیشتر به چشم می آید. دور ریختنی هایی همه یک جور نیستند، بعضی ها را دوست داری اما راهی نداری جز این که دور بریزی و آن دورتر دور ریختنی هایی هستند که ناگزیری نگاهشان میداری. اما همیشه برای آمدن چیزهای جدیدی رها باید کرد و از شر چسبندگی شان رها شوی، و بودن غیر واقعی را از دور ریختنی های، از نبودنشان در واقع و بودن بیهوده شان به ظاهر،

تشخیص دهی... رها کنیشان. رها شوی شان..

نسبت ظریفی بین رفتارهای انسانی و ظرافت هست. انگار هر چه ظریف تر نمایش بلوغ مفهوم فهم انسانی در ما بیشتر نمایان می شود. این ظرافت از یک دست ساخته انسانی تا واژگانی که در گویش و زبانمان است، گسترده می شود...

چرا اینقدر فرق می کند؟ تاریکی با تاریکی. "روشنی با روشنی. چرا وقتی راه می آفتی. می روی تمام شهر تاریک می شود. چقدر فرق دارد با آن وقتی که کنار من هستی و چشمهایم را می بندم و تاریک می شود. اما همه جا روشن است. چرا هیچ وقت تاریکی ها مثل هم نیست. چرا وقتی نیستی، دلم می خواهد روی لبه ی تاریکی بدوم و شیرجه بزنم توی دره ی تاریکی که انتهای آن هیچ وقت پیدا نیست. می دانی این آخرین تکه ی باقیمانده ی من و توست. درون جهانی که هر روز تاریک تر می شود. این بار هم دستم را میبرم روی صفحه و سینه ی کاغذ و دوباره برایت می نویسم. از همه ی تاریکی های نبودنت.

برای مردن وقت هست. این جهانشهر هنوز دادگاه هایش را پر می کند از انبوه داد زندگی. آدمهایی که می خواهند زندگی کنند، زنانگی کنند، مردانگی

کنند. مرد زنی زنده باشند و زن مردی واقعی. مردانی که آن وقتها که باید راز مرد بودن را از لابلای حجم تکرار عبث شمارش کاغذها بیرون می کشیدند و نتوانستند و حالا زیر سیطره ی مقایسه ها نفسشان، خیس عرق و حبس عدد می شود. می میزند. برای مردن وقت هست، از عددها بیرون که بروی، هنوز لابلای کلمات آفتاب با همه ی بی رمقی اش دنبال مشتری گرم می گردد، وقتی زنی تمام قلبش را گرم نگاه مردی زلال و راستین ببیند. آن وقت برای زنده بودن وقت کم است، زندگی را بچسب... از میان همان نگاهی که قیاس را فراموش کرده وعنوانها را می ریزد توی جا کفشی پشت در... برای مردن وقت هست... زندگی کن... بدون کاش و کفش و کلاه...

زبان فارسی. هم درد است و هم درمان. کمتر زبانی این همه بی تغییر می ماند. ما هنوز سعدی را دور نشده ایم، اما کدام انگلیسی امروز به ادبیات شکسپیر سخن می گوید... اما همین زبان با همه ی ناتوانی اش... گاهی چنان قدرتی در پیچش های معنایی پیدا میکند که نمیتوانی دوستش نداشته باشی. جایی که بیت الغزل های حافظ را می یابی و می بینی تازه مانده است از پس قرون... و مادر نوشتن یک متن علمی واژه های الکن و ناقص رها می کنند... از لعنتی های دوست داشتنی است این یکی هم انگار...



لاله مبارک

لاله مبارک
من از تو
فولان

جشن چهارشنبه سوری در
DIVAN GRILL

DIVAN GRILL
& LOUNGE

GREAT FOOD | MUSIC | HOOKAH
303 EL CAMINO REAL TUSTIN, CA 92780
OPEN 11AM TO 2AM
714-725-7233



سخنران اصلی حضور داشت و به ارائه مطالب ارزشمندی در حوزه تخصصی خود پرداخت. سخنرانی وی که با محتوایی کاربردی و تحلیلی همراه بود، مورد استقبال گسترده حضار قرار گرفت. همچنین، شرکت‌کنندگان فرصت یافتند تا سوالات خود را مطرح کرده و در یک فضای تعاملی از تجربیات و دانش این سخنران بهره‌مند شوند.

در ادامه جلسه، صاحبان کسب‌وکارهای مختلف به معرفی فعالیت‌های خود پرداخته و با دیگر شرکت‌کنندگان به تبادل اطلاعات و تجربیات کاری پرداختند. این بخش از برنامه، بستر مناسبی برای

گزارش جلسه نتورک مارکتینگ

شاینینگ سول - ۲۷ فوریه ۲۰۲۵

در تاریخ پنج‌شنبه ۲۷ فوریه ۲۰۲۵، جلسه ماهانه نتورک مارکتینگ «شاینینگ سول» به مدیریت خانم دکتر زرین آزادی در اورنج کانتی برگزار شد. این جلسه که معمولاً در سومین چهارشنبه هر ماه برگزار می‌شود، این ماه به‌طور استثنایی در روز پنج‌شنبه برگزار گردید. این تغییر زمان به‌منظور تسهیل حضور شرکت‌کنندگان و هماهنگی با برنامه‌های سخنرانان انجام شد.

در این رویداد، خانم بنفشه وثوق به‌عنوان



شبکه‌سازی، آشنایی با فرصت‌های همکاری و توسعه ارتباطات حرفه‌ای فراهم کرد. فضای پویا و انگیزشی جلسه باعث شد تا شرکت‌کنندگان بتوانند راهکارهای جدیدی برای ارتقای کسب‌وکار خود بیابند.

گفتنی است که جلسات نتورک مارکتینگ «شاینینگ سول» هر ماه با هدف ایجاد بسترهای مناسب برای توسعه روابط حرفه‌ای و افزایش سطح آگاهی کسب‌وکارها برگزار می‌شود. علاقه‌مندان می‌توانند اطلاعات دقیق و زمان‌بندی برنامه‌های آینده را از طریق مجله «خواندنی‌ها» و مراکز اطلاع‌رسانی معتبر دریافت کنند.

این نشست به‌عنوان فرصتی ارزشمند برای کارآفرینان و صاحبان کسب‌وکار جهت تبادل ایده‌ها، توسعه شبکه ارتباطی و یادگیری مهارت‌های جدید شناخته می‌شود.

SOLD OUT

Shining Souls

CELEBRATING LIFE & RED CARPET EVENT 2025

Join us for an unforgettable evening of dinner, music and dance to benefit Cancer Society.

We will be honoring cancer survivors and inspiring cancer warriors.

Music by:
Sharzad Tavakol, Asal & Dj Behnam

Dance performance by: Shantel

Friday, March 7th, 2025 at 6:30 pm

Location: Club 7, Laguna Hills
24111 Moulton Pkwy. Laguna Woods, CA 92637

Tickets/Donations:
Individual: \$150 each
Table for 10: \$98/person + 1 free ticket
Offer ends: February 7th, 2025

(949) 368-5870 (818) 990-3339

Dr. Zarrin Azadi





رسم زمانه

مهدی علیزاده فخرآباد

آدم هر چه سنش بالاتر می‌رود عاقل‌تر و با تجربه‌تر می‌شود و به جز خودش زندگی اطرافیانش هم برایش مهم‌تر می‌شود. وقتی سن کسی می‌رود بالا دیگر خیلی از مشکلات اولیه خودش مثل سرپنجه یا ماشین یا شغل یا درآمدهای کناره‌رایی خود حل کرده است. صاحب فرزند شده است و همسری دارد و هرچند این موارد هم استثنا دارد و همه روی خط مستقیم نمی‌توانند زندگی کنند اما معمولاً یک سری مشکلات حل شده است. و حالا دیگر به مرحله بالاتری از هرم مزلومی رسد که به معنی خود شکوفایی و کمک به دیگران است. حالا اگر موفق شده باشد زندگی برادر و خواهر و فرزندش ست که دوست دارد به سرانجام برساند و کسانی که سن و سال بالاتری دارند به همین دلیل در حق کوچکترهای خودشان پدیری می‌کنند. آن هم نه فقط برای نزدیکان که حتی اگر خانم مسنی ببیند مثلاً همسایه طبقه بالایی خانم بارداری است از پختن غذا و مثلاً دادن یک سوپ گرم موقع ناهار دریغ نخواهد کرد. نیازی هم نیست که حتماً کسی فقط تمکن مالی داشته باشد بلکه حتی دادن یک مشاوره خوب

هیچ تجربه و آگاهی ندارند. این نه دخالت است نه اشتباه که انسان با تجربه از تجربه خودش استفاده کند و به کوچکتر از خودش مشاوره ای بدهد هر چقدر هم سیر تغییرات دنیا سرعت داشته باشد اما باز هم یک اصول و فروعی هستند که همیشه هستند و کسی نمی‌تواند بگوید حرف بزرگتری که روی حرفش پافشاری می‌کند و به فرزندش فشار می‌آورد که این اشتباه را تکرار نکن اسمش دخالت باشد یعنی خودتان کلا هتان را قاضی کنید بنده خداها دیگر از دست ما سگت می‌کنند و تازه خیلی هم می‌خواهند درست رفتار کنند و با چه دلسوزی حرفشان را می‌زنند و چند برابر ما می‌خواهند جلوی اشتباه را بگیرند و فعالیت می‌کنند اما انگار رسم زمانه همین است و باید جلوی چشم خودشان دوباره تکرار همان خطا را ببینند. طرفی هم که قرار است در آینده ضرر بزرگی بکند انگار نه انگار و تازه دو قورت و نیمش هم باقی است و تازه دشمن هم می‌شود و ناراحت هم می‌شود. آن هم در زمانی که کسی به فکر کسی نیست و اینقدر برای شما دلسوزی ندارد. بله این‌ها را گفتم چون حتماً همین حالا که دارید این‌ها را می‌خوانید خودتان درگیر چنین مشکلی هستید و بایکی دارید کلنجار می‌روید و اصلاً چیز عجیبی است که این اتفاق یک اتفاق دائمی در مسائل ریز و درشت جامعه و خانواده ماست. پس بنشینید و منطقی هر دو طرف فکر کنید که حق با کیست و با هم همین چند تا جمله را بخوانید که هیچ کاری بهتر از تعقل و تحقیق و تصمیم درست نیست. حالا از ما گفتن بود.

هم خودش کمک بزرگی است. همین هم می‌شود که بزرگترها می‌شوند تاج سر و یک سرمایه عالی برای اطرفیان. این وسط اما جوان‌ها چون هنوز به آن تجربه نرسیده‌اند و غرور جوانی دارند و به بزرگترهای خودشان هنوز اعتماد ندارند و متأسفانه حتی فکر می‌کنند آنها همیشه اشتباه می‌کنند. مقاومت می‌کنند و جلوی حرف درست آنها می‌ایستند. اگر مثلاً پدری به فرزندش بگوید این تلویزیون را نخر چون من قبلاً از این سری داشتیم و قطعات گران دارد و زود خراب می‌شود، ممکن است به حرف چند نفر دیگر هم سن و سال خودشان گوش کنند یا اگر از بواجی در حال وقوع باشد و رابطه‌ای بین دو نفر جدی شده باشد و بزرگتری مخالفت جدی داشته باشد جلوی او می‌ایستند و کار خودشان را می‌کنند. حالا آن بزرگتر بنده خدا هم با منطقی و دلیل مخالفت خودش را توضیح می‌دهد و می‌گوید مثلاً سرمایه‌گذاری در فلان کار بسیار غیر عاقلانه است و تمام دلایل خودش را می‌شمارد اما آن جوان که به صورت پیش فرض، همه چیز را بر نافع‌همی طرف مقابل گذاشته است مگر زیر بار می‌رود؛ حتماً باید برود و سرش به سنگ بخورد و همان بلا سر خودش بیاید تا متوجه بشود و بشود همان بزرگتر در ۱۰ سال آینده که همان مشاوره را به دیگری بدهد و او هم به حرفش گوش نکند! هرچند همه هم همیشه درست نمی‌گویند و هیچکس هم عقل کل نیست و بزرگترها هم اشتباهات خودشان را دارند اما ضرب خطای آنها خیلی کمتر از ضرب خطای کسانی است که در مورد آن مسئله



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 و ام
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

Saffron BAKERY

شیرینی زعفران در نان های ارگانیک هنری، محصولات پخته شده، قهوه، چای و انواع غذاهای سالم که هر روز تازه تهیه می شوند، تخصص دارد.



\$5 Off

Your Minimum
Spending of
\$25

ما آرد و مواد اولیه ارگانیک خود را از بهترین شرکت های آسیاب و کشاورزان محلی سفارش می دهیم تا غلات، میوه ها، آجیل و لبنیاتی که در نان ها، شیرینی ها و سایر محصولات پخته شده ما استفاده می شوند، تأمین کنیم. شما می توانید تفاوت مواد اولیه با کیفیت بالا و اشتیاق و مراقبتی که نانوایان ما در هر نان تازه پخته شده، شیرینی، کیک و نان های ویژه می گذارند را بچشید.

Call us at **(949) 505-5510** to place an order
23411 Aliso Viejo Pkwy, Suite C, Aliso Viejo, CA 92656

پاسخ داد: آرزوی دیدار داشتن بهتر از بیزار گشتن و دلتنگ آمدن [از ملاقات بسیار]
دیر آمدی ای زیبای مستِ بادهٔ حسن، دامنت را به آسانی و شتاب رها نمی‌کنیم.
محبوب را چون زود زود نتوان دید، به هر حال کمینه آنکه وی را در همان یکبار ملاقات چندان که دل می‌خواهد، باید دیدار کنند.
زیبارویی که با یاران به دیدار یار آید، به ستم و بی‌مهری آمده است، چه این گونه دیدار بی‌رشک و خلاف میان رقیبان متصور نمی‌شود.
چون با گروهی به دیدار آمدی، اگر به آشتی هم آمده باشی، در حقیقت سرِ جنگ و ستیز داری.
یکدم که یار با رقیبان به عسرت نشست، چیزی نماند که رشک مرا به هلاکت رساند.
خندان می‌گفت که ای سعدی، من چراغ انجمنم، مرا پروا نیست که پروانه‌ای جان در شعلهٔ من.
مشتاق: دارای شوق و اشتیاق؛ مایل و راغب به چیزی.
ملولی: ملالت و حزن و اندوه. ملول بودن. به ستوه آمدگی. گرفتگی خاطر.
نگار: بت، دلبر، دلداد، صنم، محبوب، معشوق.
سرمست: مست؛ سرخوش؛ بانشاط.
جفا: هر چیزی که نفع و فایده نداشته باشد؛ بیهوده.
مضادت: با هم مخالفت کردن؛ خلاف کردن.
اغیار: غیر، غریبه‌ها، ناآشنایان، نامحرمان.

به یک نفس که برآمیخت یار با اغیار
بسی نماند که غیرت وجود من بکشد
به خنده گفت که من شمع جمعم ای سعدی
مرا از آن چه که پروانه خویشتن بکشد؟
خلاصه

در این متن، شاعر به ملاقات دوستی قدیمی می‌پردازد و ابراز اشتیاق می‌کند. دوست در پاسخ می‌گوید که آیا واقعاً او به او علاقه‌مند است یا نه. شاعر با اشاره به تأخیر در دیدار معشوق، بیان می‌کند که وقتی معشوق دیر دیده می‌شود، آدم به او سیر نمی‌شود. سپس به جفاهایی که ممکن است معشوق با رقیبان داشته باشد اشاره می‌کند و می‌گوید که اگر یار با دیگران باشد، به این معناست که در دلش غیرتی وجود دارد. او همچنین اشاره می‌کند که اگر دوباره با یار دیدار کند، ممکن است غیرت او را وادار به واکنش کند، و در نهایت، این دوستی را با شمع می‌مقایسه که به پروانه مربوط است مقایسه می‌کند و می‌گوید که او نمی‌خواهد به خاطر دیگران بسوزد. این شعر به حس عاطفی و غیرت در روابط عاشقانه پرداخته و از دیرکردها و اشتیاق‌های عاشقانه سخن می‌گوید.

برگردان به زبان ساده

کسی به دوستی که مدت‌ها دیدار نکرده بود گفت: به کدام جایگاه رفته بودی که آرزومند دیدار بوده‌ام؟



برگی از گلستان

باب پنجم در عشق و جوانی حکایت ششم

یکی، دوستی را که زمان‌ها ندیده بود گفت: کجایی که مشتاق بوده‌ام؟ گفت: مشتاقی به که ملولی.
دیر آمدی، ای نگار سرمست زودت ندهیم دامن از دست معشوقه که دیر دیر بینند آخر، کم از آنکه سیر بینند؟ شاهد که با رقیبان آید، به جفا کردن آمده است؛ به حکم آنکه از غیرت و مضادت خالی نباشد.
إذا جئتنی فی رُقعةٍ لِتُرورنی
وَ اِنْ جئْت فی صَلْحٍ فَانْتِ مُحارِبُ

خوانندگان گرامی:

جهت حمایت از

مجله محبوب خود، خواندنی‌ها،

هنگام تامین نیاز هایتان،

ابتدا با آگهی دهندگان این مجله

تماس بگیرید.

از حمایت شما سپاسگزاریم



تصادفات ACCIDENTS



جام طلایی حسن لو



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

۱۹٪

پس از
بسته شدن
پرونده

Law Offices of Ray Hassanlou

دکتر رضا حسن لو

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

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

(818) 4.000.000

شگفتی‌های ایران - قلعه بابک



سال از زمان ساخت این قلعه می‌گذرد، طراحی آن به قدری هوشمندانه است که سازه همچنان پابرجا مانده است. قدرت و استحکام قلعه بابک تنها به دیوارهای محکم آن محدود نمی‌شود؛ در چهار سوی قلعه برج‌ها و باروهای نگهدارنده طراحی شده‌اند که بار اصلی استحکام بنا را به دوش می‌کشند. این برج‌ها به نگهدارنده‌ها این امکان را می‌دادند تا از ارتفاع بالا، محیط اطراف را به خوبی تحت نظر داشته باشند. در واقع، هر نگهدارنده می‌توانست با چشم‌اندازی دقیق و وسیع، همه حرکات مشکوک و تهدیدها را شناسایی کند. این ویژگی نه تنها به امنیت قلعه کمک می‌کرد، بلکه اثباتی بر توانایی‌های نظامی و دفاعی آذربایجان در آن دوران بود.



بررسی آثار به جا مانده از این قلعه به ویژه سفال‌های زینتی موجود در آن، نشان‌دهنده زندگی و فرهنگ مردمان این منطقه در گذشته است. به عنوان مثال، سفال‌های متعددی با نقش و نگارهای خاص در این قلعه یافت شده و موجب شده برخی از کارشناسان به این نتیجه برسند که این دژ ممکن است در قرن ششم و هفتم میلادی محل سکونت مردم بوده باشد. علاوه بر آثار سفالی، چندین سکه مسی نیز در این قلعه کشف شده است. با این حال، به دلیل کهنگی و آسیب‌دیدگی‌های ناشی از گذر زمان متأسفانه امکان خواندن نوشته‌های روی این سکه‌ها وجود ندارد. این مسئله باعث شده شناسایی دقیق زمان ساخت قلعه و دوره تاریخی آن دشوار باشد. اطلاعات زیادی از تاریخ احداث این قلعه در دوران پیش از اسلام در دسترس نیست و اکثر کارشناسان معتقد هستند که در قرون قدیم، قومی از نواحی جنوب غربی دریای خزر که به احتمال زیاد همان زرتشتیان یا طالشی‌ها بودند، در این منطقه سکونت داشته‌اند. این افراد به نوعی با هخامنشیان درگیر جنگ و نزاع بودند و این موضوع خود نشانه‌ای از اهمیت این ناحیه در تاریخ ایران است. با نگاهی به زمان ساخت قلعه بابک می‌توان حدس زد که این قلعه احتمالاً بنایی متعلق به دوران‌های ساسانی و اشکانی است.

قلعه بابک خرم‌دین یکی از شاهکارهای معماری تاریخی ایران و جاذبه‌ای بی‌نظیر در استان آذربایجان شرقی است. این قلعه که در میان کوه‌های ارسباران قرار دارد، به عنوان یک نشانه از مقاومت و شجاعت ایرانیان در برابر اجانب در تاریخ معاصر ایران شناخته می‌شود. بابک خرم‌دین یکی از بزرگترین سرداران تاریخ ایران، به مدت دو دهه در این قلعه زندگی کرده و به دفاع از سرزمین خود در برابر تهاجم‌های اعراب مشغول بود. این قلعه نه تنها به عنوان یک پناهگاه، بلکه به عنوان یک مرکز فرماندهی برای او و بارانش عمل می‌کرد. با توجه به موقعیت جغرافیایی ممتاز قلعه، جلوگیری از نفوذ دشمنان به راحتی امکان‌پذیر بود و به همین خاطر، قلعه بابک به مکانی تاریخی تبدیل شده است.



محیط محصور این قلعه در دره‌های عمیق ۴۰۰ تا ۶۰۰ متری که طراوت و زیبایی خاصی به آن بخشیده، به صورت طبیعی قلعه را از هر سو محافظت می‌کند. قلعه بابک در شهرستان کلیبر استان آذربایجان شرقی و در منطقه طبیعی جنگل ارسباران واقع شده است. این قلعه در فاصله ۱۴ کیلومتری از شهر کلیبر (حدود ۳۰ دقیقه رانندگی)، ۲۰۰ کیلومتری از تبریز (حدود ۳ ساعت رانندگی) و ۷۵ کیلومتری از شهر اهر (حدود ۱ ساعت و ۴۰ دقیقه رانندگی) قرار دارد. این موقعیت جغرافیایی خاص باعث شده تا قلعه بابک به عنوان یکی از مهم‌ترین مقاصد گردشگری کلیبر در این منطقه به شمار آید.



جنس مصالحی که در ساخت و بازسازی قلعه بابک به کار رفته شامل سنگ، آجر، ملات ساروج و چوب است. این انتخاب‌ها نه تنها دانش فنی و مهارت معماران را نشان می‌دهد، بلکه دوام و استقامت سازه را نیز تضمین کرده است. این قلعه سه طبقه دارد که یکی از ویژگی‌های بارز آن محسوب می‌شود. هر طبقه با پلکان‌های سنگی به راحتی قابل دسترسی است و در هر طبقه اتاق‌هایی برای کاربردهای مختلف وجود دارد. با وجود اینکه بیش از ۱۰۰۰



VIP RESTAURANT

به دهکده کباب خوش آمدید!

Full Bar & Hookah Bar

دهکده کباب، جایی که طعم اصیل کباب‌های مدیترانه‌ای با بهترین مواد اولیه و عطر و طعم بی نظیر، شما را به سفری لذت بخش در دنیای غذاهای خوشمزه دعوت می کند.



جمعه و شنبه تا پاسی از نیمه شب!
موزیک زنده و رقص عربی
با هنرمندان سورپرایز

هر روز هفته از
۱۱ صبح تا ۹ شب

www.kabobvillage.net

(818) 404 - 2029

info@kabobvillage.net

31952 Camino Capistrano ste a1, San Juan Capistrano, CA 92675



فروشگاه Cadeau

وسایل سفره هفت سین و صنایع دستی





Cadeau Jewelry and Gifts



- خرید و فروش طلا و جواهر
- ارایه طرح های مختلف زیورآلات با طلای ۱۸ عیار
- انواع سکه های پهلوی و بهار آزادی
- عرضه ترمه های اصل یزد و اصفهان
- انواع صنایع دستی

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

زیور آلات و طلاجات با پایین ترین قیمت عرضه
میشود و به بالاترین قیمت خریداری می گردد.
تعمیر طلا و جواهر انجام می شود.
خیالتان راحت، چون بهترین را انتخاب کرده اید.



کمی بخندیم



- زمانی که ما مدرسه میرفتیم معلم دستاها اکثرا خانم بودند. کلاس دوم بودیم؛ پسر عموم که همسن خودم بود یک روز هیجان زده و خوشحال اومد خونمون داد زد بچه‌ها امسال خانم ما آقااست."
- یکبار معلم از پرسید قدیمی ترین حیوون جنگل کدومه؟ گفتیم: گورخر. گفت: چرا؟ گفتیم: چون سیاه سفیده.
- رفتم مسواک بخرم، فروشنده گفت زنونه میخوای یا مردونه؟ گفتیم زنونه با توجه به حساسیت لثه‌ی بانوان و اندازه‌ی فکشون مهندسی شده؟ گفت: نه. گفتیم پس چه فرقی داره؟ گفت زنونه هاش صورتیه.
- مردی از یک حکیم پرسید: چگونه عیب‌های خودم را بشناسم؟ حکیم گفت: کفایت یک عیب زنت را به او بگویی و خواهی دید که تمام عیبهای خودت پدر و مادر و بستگان و همسایگان و دوستان و حتی آشنایان در کشورهای خارجی را به تو خواهد گفت!
- اینستا پست گذاشتم: یا به دستت میارم یا تموم دنیا رو نابود می‌کنم... بابام کامنت داده: الان زمستونه سرده، آوارمون نکن، بزار برا بعد عید.
- یارو یک نیسان گوجه قاچاق میاره گمرک دستگیرش میکنند. مدیر گمرک بهش میگه واسه جریمه باید یک جعبه گوجه بخوری! یارو شروع میکنه به خوردن گوجه و داد میزنه: آخ بمیرم برات ممد... بدبخت شدی ممد... دهننت سرویس ممد. مدیر گمرک بهش میگه: ممد کیه؟ میگه: ممد برادرمه با یک نیسان فلفل هندی قاچاق پشت سرم داره میاد.
- زنه به شوهرش پیامک داد وقتی خواستی بیای خونه لیست خریدی که ادم و بخر بیار، درضمن لیدا سلام میرسونه شوهرش نوشت: لیدا کیه؟ زنه گفت: هیچکس، فقط خواستم مطمئن بشم پیام منو خوندی.

ضرب المثل های فارسی



- صدا از ته چاه بر آمدن: ضعیف بودن.
- چیز بی بارش نیست: ساده لوح بودن.
- حرفهای گنده تر از دهنش می زنه: سخنان نامناسب زدن.
- حرف حق تلخه: درست گفتن هر حرفی را گویند.
- کوزه گر از کوزه شکسته آب می خورد: خسیس بودن.
- تا مرد سخن نگفته باشد عیب و هنرش نهفته باشد.
- زیر کاسه، نیم کاسه است: یعنی فریب و حقه ای در کار است.
- زدیم و نگرفت: کسی که خود را به خطر بیاندازد و نتیجه ای نداشته باشد.
- رفت که ریش در بیاورد، سیبش را هم باخت: خواست وضع بهتری پیدا کند، آنچه داشت از دست داد.
- نم پس نمی دهد: کارش عیب و ایراد ندارد.
- جان کسی را به لب آوردن: زیادی منتظر شدن.
- جنگ دوسر دارد: یعنی پایان جنگ گاهی پیروزیت و گاهی شکست است.
- توبه گرگ مرگ است: کسی که دست از عادتش بر ندارد.
- در دوازه رو می شه بست ولی در دهان مردم را نمی شود بست: هر کاری بکنی مردم درباره ات حرف می زنند.
- ضرب، ضرب اول: در مبارزه آن کسی برنده است که ضربه اول را زده باشد.
- صلاح مملکت خویش خسروان دانند.
- چرا عاقل کند کاری که باز آرد پشیمانی: عاقل کاری را که پشیمانی به بار می آورد نمی کند.

رانندگی صحیح را با من تجربه کنید.

ضمن خوش آمد گویی به هموطنان تازه وارد به اورنج کانتی

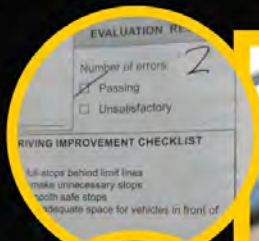
- صفر تا ۱۰۰ دریافت گواهینامه رانندگی کالیفرنیا
- مهارت رانندگی حرفه‌ای و قانونمند

بار اول در آزمون رانندگی قبول نشده اید؟! نگران نباشید، شما ۲ بار دیگه فرصت دارید و با آموزش‌های صحیح در آزمون رانندگی، حتما قبول خواهید شد.

مطمئنم که شما راننده حرفه‌ای هستید، اینجا قوانین رانندگی کالیفرنیا به آسانی و بدون استرس به شما آموزش داده می‌شود.

**تضمین قبولی
در آزمون رانندگی**

**Hooman 9557 - 519 (949)
Orange County**





Kamran Salari
Automotive Sales Specialist

Purchase, Loan, and Lease

Call for more information

(714)804-4991



2025 Prius LE:

36-month lease
\$2999 due at signing, 10,000 miles per year at \$.15 per mile thereafter, two years maintenance free, one year tire protection free. Based on qualified Credit.

\$368 per month
+ tax



Corolla



Crown Signia



bZ4X



Cross



Sienna



Camry



Crown



Tacoma



Grand Highlander



Sequoia



Land Cruiser



Tundra

جدول شماره ۱۱۵

حل جدول در همین شماره

افقی:

- ۱- از نام‌های خرما در مراحل رشد- متکا- آب کشیدن آن کنایه از ریاکاری است ۲- کلمه استثنا- سوخت‌پاش- کناره و حاشیه ۳- معادل فارسی اختاریه- وطن- پاسخ مثبت ۴- دانه خوراکی مقوی- گوشه‌ای در دستگاه چهارگاه ۵- گل شقایق- وقفه در خون رسیدن به مغز- اعلان ۶- از بخش‌های اوستا- واحد پول کانادا- جرقه آتش ۷- از عناصر مغذی- عقیده و مسلک- حادثه ۸- پوستین- پادشاه ساسانی که دعوت حضرت محمد(ص) را به اسلام قبول نکرد- درخت زبان‌گنجشک ۹- گاو وحشی بومی آمریکا- لوله باریک در ساقه گیاه- خانه بزرگ ۱۰- شعور- مرتفع- بیشه ۱۱- نوعی نان ضخیم- غلاف شمشیر- نتیجه مطلوب ۱۲- بازیگر رزمی کار- تر و تازه و شاداب ۱۳- از بند رسته- پدر- شهر بندری چین ۱۴- درخت انجیر معابد- کتابی نوشته علی‌مودنی با موضوع حضور امام زمان(عج)- گذشته ۱۵- حمل‌ونقل نیروها به وسیله هلی‌کوپتر- قله- میوه ریز شیرین

عمودی:

- ۱- عقیده- ورزشی با تمرینات هوازی- تقویت امواج الکتریکی ۲- زر- کشوری درون خاک آفریقای جنوبی- ناشناخته ۳- نوعی قایق- از خودگذشتگی ۴- فوق- بیرونی ۵- پرتو- مرام- برترین حجاب زن ایرانی ۶- طقیلی- راه قرار- معدوم ۷- جایگاه ویژه در سالن نمایش- قومی از نژاد هندواروپایی- تهیدست ۸- مجموعه دستگاه گوارش- پایتخت کشور آفریقایی اوگاندا- پیش‌قراول ۹- هنر ششم- هدیه چهره‌گشایی

عروس- سرای محبت ۱۰- عرضه و توانایی- شیوه انجام کار- قرض ۱۱- بین ساعد و بازو- از سبزی‌های خوراکی- دنباله ۱۲- پرداخت وجه به حساب بانکی- نوعی ماهی استخوانی دریای خزر ۱۳- آلب ارسلان سلجوقی، رومیان را در این نبرد شکست داد- فیلمنامه‌نویس ۱۴- فرمانده اصحاب فیل- چند ورق- پیش‌مقدمه مکالمه تلفنی ۱۵- آفرین- مجموعه مقالاتی که به یاد کسی یا رویدادی منتشر شود- از مهم‌ترین منابع انرژی

۱۵ ۱۴ ۱۳ ۱۲ ۱۱ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱

جدول سودوکو آسان

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

جدول سودوکو سخت

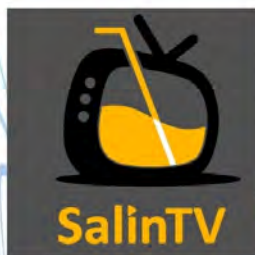
			۷					۸
۱			۹				۴	
			۳	۶	۴		۷	۹
۴	۵					۹		
۷	۱						۵	۳
			۹				۱	۷
		۷	۶		۱	۹	۵	
	۴				۳			۹
۳					۸			

تلویزیون جهانی دیدنی‌ها

برای ایرانیان سراسر دنیا

- معرفی مشاغل و خدمات
- گزارشات گردهمایی‌ها
- نقد و بررسی فیلم
- گشت و گذار در ایران
- موسیقی سنتی و محلی
- موزیک ویدیو
- آموزش آشپزی
- راه شب
- و برنامه‌های متنوع دیگر

هم اکنون در پلتفرم‌های:



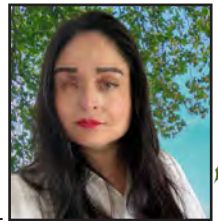
didaniha.tv

info@didaniha.tv

+1(949)820-2379



دیدنی‌ها آرامش را به خانه شما می‌آورد



رها شده

فهیمه سرافراز
بازمانده خشونت اسیدپاشی

یک صبح زیبای دیگر از بستر خواب برخاستم و بعد از نوشیدن لیوان آب رنتم 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 اپارتمان 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؛ دو دومی دختر خانم جوان زیبا و یک بچه کوچک ناز که تلو تلو کنار 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 خود 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 ان 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 ان 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 خاطر بیکه هم فکر و هم نظر نباشند اما چرا حیوان ها را رها میکنند ان 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؟ او چندین ایا های دیگر؛ فکر کردم شاید زخمی بر صورت داشته و دیگر دوستان



Black Crown

REALTY | MANAGEMENT | LAW



Christopher M. Naghibi, Esq.

- Medical Malpractice
- امور جنائی
- تصادفات رانندگی
- زمین خوردگی
- حمله حیوانات

- ثبت شرکت ها
- دعاوی خانوادگی
- امور مهاجرت
- دعاوی قراردادهای
- مالی و ملکی

کمترین هزینه
سرینتترین خدمات
مجزبترین کارشناسان

- تراست
- انحصار وراثت
- ورشکستگی



دکتر الکس نقیبی

دکترای اقتصاد، مدیریت و حقوق
پرفسور حقوق مدنی و جنائی

فوق دکترای حقوق در رشته حقوق بین المللی و ورشکستگی
از دانشگاه Thomas Jefferson School Of Law
معاون ارشد دانشگاه American Heritage College of Law

با ۲۰ سال تجربه تدریس در دانشگاههای بزرگ آمریکا

دفتر حقوقی با همکاری وکلای با تجربه

949-583-7326

Fax: 949-583-7565

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



MINIMALLY INVASIVE MEDICAL GROUP

درمان دردهای مزمن زانو، شانه، گردن و کمر بدون جراحی
با جدیدترین روش درمانی Interventional Radiology

Non-surgical treatment of chronic knee, shoulder, neck, and back pain using advanced, minimally invasive interventional radiology procedures.

949-916-3134

mimedicalgroup.com

29300 Portola Parkway, Suite B
Lake Forest, CA 92630

Kevin Burns, MD
Interventional Radiology



Jeff Shadjareh, DC, CEO



Alireza Bozorgi, MD
Pain Management & Neurology



Afzaal Iqbal, MD
Pain Management & Anesthesia



Jason Liouw, MD
Neurosurgery

ظهور ما

حسین فرزین



بلاخره در چنین روزی برخلاف خواست تمامی اعضای خانواده ما به عنوان دوازدهمین فرزند خانواده ظهور کردیم مانده ام اون بنده ی خدایی که همه می خوان ظهور کنه ، چرا ظهور نمی کنه. بماند.

بله ما در فروردین ماه ایرانی و در شعبان ماه عربی در حالی که هیچکس نمی خواست بیایم، آمدیم و حسین نام گرفتیم. هیچکسی ب فکر گرفتن شناسنامه برای ما نبود و شناسنامه یازدهمین فرزند خانواده که بدرود حیات گفته بود و سه سالی از آن گذشته بود اختصاص داده شد به ما و ما در خانه شدیم حسین متولد فروردین ماه و در شناسنامه شدیم محمدرضای متولد خرداد ماه. مانده ام چرا بعضی ها به معجزه اعتقاد ندارند، معجزه از این بالاتر که تو در بدو تولد سه ساله باشی. این سه ساله بودن ما در بدو تولد داستان هایی بدنبال داشت و دارد که این مقوله را در این جا، مجال آوردن نیست. از آن جا که خانواده مسلمان بودند و گویا تنها

و عنقریب است که ما راهی مدرسه شویم و از آن مهمتر که خانواده محترم از نگهداری یک نامسلمان در خانه در رنج بودند گفتند حالا اقدام می کنیم شاید رفت. چرا که آورده آن از این ستون تا اون ستون فرج است. بلکه عزیزان خدایشان بیامرزد آن ها رفتند و ما ماندیم و به عبارت شناسنامه تا امروز شصت و هشت سال از خدا عمر گرفته ایم و به عبارت امروز، شصت پنج سال. راستی تا یادم نرفته تولدم مبارک.



زندگی صحنه یکنای هنرمندی است
هرکس نقشه خود خواند و از صحنه رود
صحنه پیوسته بجاست، خرم آن نقشه که مردم بپارند به یاد

Shahzad 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

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 مدیگر

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

چیستان



- ۱- آن چیست که هم انسان دارد هم تخم مرغ هم جاده؟
- ۲- آن چیست که سوراخ‌های زیادی دارد ولی آب را درون خود نگه می‌دارد؟
- ۳- آن چیست که تاسرش را نبریم، رازش را فاش نمی‌کند؟
- ۴- آن چیست که پر و خالی اش یک وزن دارد؟
- ۵- آن چیست که هم بچه دارد و هم تفنگ؟
- ۶- آن چه کشوری است که در چشم ماست؟
- ۷- آن چیست که دست به کمر است، تپل میل است حرف می‌زند قل قل؟

پاسخ چیستان

۱- کاس ۲- پن ۳- کبوتر ۴- کوزه ۵- کبوتر ۶- آمریکا ۷- کله‌کند

ترفندهای خانه داری



رسوب زدایی کتری و سماور
_ استفاده از حلال‌های آهک: ساده‌ترین روش
برای از بین بردن رسوبات درون کتری و سماور
استفاده از حلال‌های آهک است، اما برای حفظ
بهداشت و سلامتی بهتر است برای رسوب زدایی از
راه‌های طبیعی و سالم استفاده کنید.
_ داغ کردن کتری: برای از بین بردن جرم‌های
آهکی، کتری را داغ کنید سپس درون آن آب یخ
بریزید تا جرم‌ها از جدار کتری جدا شوند. در این

روش اگر کتری بیش از حد داغ شود لحیم آن از بین می‌رود.
_ ریختن سرکه در کتری: برای رسوب زدایی کتری و سماور مقداری سرکه درون
آنها بریزید و بگذارید ۱۰ دقیقه بجوشد. سپس آب آن را خالی کرده و بشوید
دوباره کتری را از آب پر کنید و اجازه دهید، بجوشد تا بوی نامطبوع سرکه از
داخل کتری رفع شود.
_ استفاده از فلس صدف: برای از بین بردن رسوب کتری و جلوگیری از رسوب
مجدد آن، درون کتری یا سماور فلس صدف یا همان گوش ماهی بریزید تا
آهک موجود در آب را به خود جذب نمایند. برای اینکه کتری‌های نورسوب را
به خود جذب نکنند، می‌توانید از این روش استفاده کنید.
_ استفاده از جوش شیرین: می‌توانید برای جرم‌گیری کتری و سماور مقداری
جوش شیرین را در آب حل کنید. مقدار آب باید دو برابر جوش شیرین باشد.
می‌توانید این کار را چند بار تکرار کنید تا به نتیجه دلخواه برسید.
_ استفاده از سیب زمینی رنده شده: برای رسوب زدایی از سیب زمینی رنده شده
استفاده کنید. با توجه به اندازه کتری دو یا سه سیب زمینی رنده کرده و درون
کتری بریزید سپس اجازه دهید با آب به مدت نیم ساعت بجوشد، درون کتری
یک تکه زاج سفید کوبیده شده ریخته و بگذارید نیم ساعت دیگر بجوشد سپس
آب کتری را خالی کرده و آن را بشوید و آب تازه درون آن پر کنید و دوباره بجوشانید.
_ از بین بردن رسوب کتری با آبلیمو: برای از بین بردن رسوب ضخیم کتری
و از بین بردن رسوب ضخیم سماور از چند عدد لیموترش یا آبلیمو (کامل یا
قاچ شده) استفاده کنید. در این روش لیموها را درون آب کتری ریخته و آب را ۱۰
دقیقه بجوشانید تا رسوب کتری کنده شود.
_ قرار دادن کتری در فریزر: اگر کتری کوچک است و مقدار رسوبات آن کم است
درون آن آب بریزید و نصف روزکتری را در جایخی یخچال قرار دهید. سپس آن را
بشوید و با آب پر کنید و بگذارید به جوش بیاید تا جرم آهکی آن از بین برود.

حل جدول های این شماره

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

سودوکوی سخت
سودوکوی آسان

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

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



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 12 ماه سال در جنوب فلوریدا هستید.

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

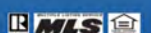
بامن تماس بگیرید.

Cell: (954) 789- 9979

Email: maxkavehhome@gmail.com

Web: floridahomesbymax.com

I will be with you all the way



CKS Law Group



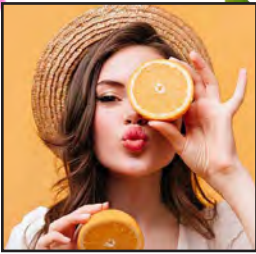
www.CKSLawGroup.com

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



خواص پرتقال

پرتقال سرشار از ویتامین های B, C، کلسیم، فسفر، پتاسیم، سدیم و مس است. ویتامین C که از عوامل مهم مهارکننده سرطان است و پرتقال منبع اصلی این ویتامین محسوب می‌شود. اگرچه پرتقال منبع خوبی از آهن نیست، اما منبع عالی اسیدهای ارگانیک مانند ویتامین C (اسید آسکوربیک) و اسید سیتریک محسوب می‌شود. ویتامین C و اسید سیتریک هر دو می‌توانند جذب آهن از دستگاه گوارش را افزایش دهند. یکی دیگر از خواص پرتقال، کمک به حفظ سلامت و ظاهر پوست است. ویتامین C موجود در پرتقال به تولید کلاژن کمک می‌کند، که این موضوع برای بهبود زخمها و استحکام پوست مفید است. این میوه به دلیل داشتن ویتامین A و همچنین وجود ماده‌ای به نام کاروتنوئید باعث رفع اختلالات کبدی شده و برای سلامت کبد و بهبود کبد چرب بسیار مفید است. فلاونوئیدهای موجود در پرتقال، به‌ویژه «هسپریدین» از شما در برابر بیماری قلبی محافظت کنند. فیبرهای موجود در پرتقال نقش مهمی در سلامت قلب دارند. و سطح کلسترول خون را کاهش می‌دهد. پرتقال در کاهش خطر ابتلا به دیابت، کاهش فشار خون و پیشگیری از سنگ کلیه مفید است.

مناسبی بریزید و روغن را به آن بیافزایید. پس از آنکه پیازها مقداری سبک و طلایی رنگ شدند تکه‌های مرغ را به آن اضافه نمایید و هم بزنید. پس از آنکه تکه‌های مرغ تغییر رنگ دادند، نمک، فلفل سیاه و قرمز، زردچوبه، پودر دارچین، آویشن و زنجبیل را به آنها اضافه نمایید و هم بزنید. پس از آغشته شدن تکه‌های مرغ به ادویه‌ها، رب گوجه فرنگی را به آن اضافه نمایید و مجدداً مرغ‌ها را به رب گوجه فرنگی آغشته نمایید. در این مرحله هویج‌ها را به صورت حلقه‌ای خرد نمایید و به مرغ‌ها اضافه نمایید. فلفل دلمه‌ای و گوجه فرنگی را نیز اضافه نمایید. پودر جوانه گندم و پودر سبوس گندم را نیز به مرغ‌ها بیافزایید. سپس آب جوشیده را به تابه اضافه نمایید. پس از آن درب قابلمه را ببندید و شعله را ملایم نمایید. حدوداً یک ساعت زمان برای پخت مرغ‌ها نیاز می‌باشد. بهتر است در حین پخت مرغ‌ها درب قابلمه را باز و بسته نمایید. در مراحل پایانی پخت درب قابلمه را بردارید و مرغ‌ها را هم بزنید و جابه‌جا نمایید. سپس نیم دیگر زعفران دم کرده را به آن اضافه نمایید و پودر هل را روی مرغ‌ها بریزید. پس از پخت کامل مرغ‌ها شعله را خاموش نمایید. می‌توانید این نوع مرغ را با برنج ایرانی همراه با زرشک سرو نمایید. نوش جان.



طرز تهیه چلو مرغ مجلسی آبدار

مواد لازم: ران یا سینه مرغ ۴ تکه، پیاز متوسط و هویج متوسط و فلفل دلمه‌ای متوسط و گوجه فرنگی متوسط ۱ عدد، رب گوجه فرنگی ۱ ق غذا خوری، زعفران دم کرده ۴ ق غذا خوری، پودر جوانه گندم و پودر سبوس گندم ۱ ق غذا خوری، روغن و نمک و زردچوبه و فلفل سیاه و فلفل قرمز و پودر دارچین، آویشن، زنجبیل و پودر هل به میزان لازم

طرز تهیه: برای تهیه چلو مرغ مجلسی آبدار ابتدا تکه‌های مرغ را به خوبی بشوید و آبکشی نمایید. سپس هویج، فلفل دلمه‌ای و گوجه را بشوید و آبکشی نمایید. فلفل دلمه‌ای را به صورت مربعی خرد نمایید. گوجه را به صورت چهار قاچ خرد نمایید. سپس پیاز را بشوید و ریز خرد نمایید. پیازهای خرد شده را در تابه

20 Years of Social Worker Experience

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

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

Email:
BaharSocialServices@gmail.com



با مدیریت

دفتر خدمات اجتماعی

بهاران بهارا فتاحی

Bahar Social Services

چرا در خواندنی‌ها آگهی تبلیغ کنیم؟



- محبوبترین و پرتیراژترین مجله جنوب کالیفرنیا استقبال مردم از خواندنی‌ها را در مراکز ایرانی به چشم می‌توان دید!
- عالی‌ترین کیفیت طراحی آگهی‌ها، آنهم رایگان! مقایسه کنید تا تفاوت را ببیند.
- خواندنی‌ها عالی‌ترین طراحی را رایگان ارائه می‌کند.

- بهترین نوع کاغذ همین صفحه‌ای که در دست شماست، بهترین است. مقایسه کنید. این کاغذ، زیبایی شما را زیباتر، و کیفیت محصولات شما را واقعی‌تر نشان می‌دهد.

- مطلوبترین مقالات و نوشته‌ها خواندنی‌ها خواندنی است. پر است از مقالات مثبت، آموزنده و لذت بخش. این، دلیل محبوبیت خواندنی‌هاست.

- انتشار ماهانه (سیزده بار در سال!!!) تبلیغ یعنی دیده شدن. به جای چاپ سالانه ۴ بار آگهی شما در فصلنامه‌ها، و یا به جای چاپ ۶ بار آگهی شما در دو ماهنامه‌ها، خواندنی‌ها ۱۲ بار آگهی شما را در سال چاپ می‌کند، و اگر پیش پرداخت کنید، یک بار هم اضافه‌تر چاپ خواهد کرد. ۱۳ بار! تیراژی معادل ۵۲ هزار نسخه چاپی! بگذارید آگهی شما هر ماه به دست خوانندگان برسد. هر ماه دیده شوید.

- بدون عقد قرارداد سالانه و شش ماهه نیازی به قرارداد نیست. ما قرارداد یک ساله و شش ماهه و ... نمی‌بندیم! با خیال راحت، هر ماه پرداخت کنید! قرارداد بی‌قرارداد!

با شرایط استثنایی و نرخ‌های رقابتی در محبوبترین و پرتیراژترین مجله جنوب کالیفرنیا، خواندنی‌ها، بیزینس خود را معرفی کنید!

درج آگهی در خواندنی‌ها، به اندازه تماس یک تلفنی، آسان است.

0038 - 923 (949)



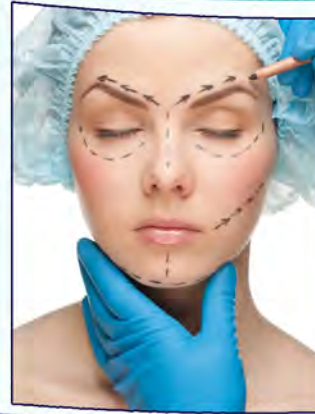
دکتر بهروز کلانتریان جراح پلاستیک و زیبایی



دارای بورد تخصصی جراحی پلاستیک زیبایی و ترمیمی از آمریکا، عضو انجمن جراحان پلاستیک و زیبایی آمریکا، عضو انجمن جراحان پلاستیک آمریکا، عضو کالج جراحان آمریکا

Board Certified by the American Board of Plastic Surgery, Member of American Society of Plastic Surgeons, Member of American Society for Aesthetic Plastic Surgery, Member of American Society of Maxillofacial Surgeons, Fellow of the American College of Surgeons

Behrooz Kalantarian M.D., F.A.C.S.
Board Certified Plastic Surgeon



- جراحی زیبایی چهره ، پلک و گردن
- جراحی زیبایی گونه و چانه
- انتقال چربی اتولوگ (بدن) به باسن
- بوتاکس

- زیبا سازی سینه
- کشیدن چربی های اضافه
- زیبا سازی شکم (تامی تاک)
- زیبا سازی بدن بعد از زایمان

- Face and Neck lift
- Botox
- Otoplasty
- Fat Trnasfer to Face
- Arm lift (Brachioplasty)
- Thigh lift
- Mommy Makeover
- Liposcupturing
- Tummy Tuck and mini tummy tuck
- Breast Augmentation and Breast Lift
- Fat Transfer to Buttock (Brazilian Butt Lift)
- Gynecomastia surgery (breast reduction in men)
- Blepharoplasty.
- Brow Lift
- Breast Reduction
- Labiaplasty
- Upper lip lift
- Lowering of anterior
- Hairline

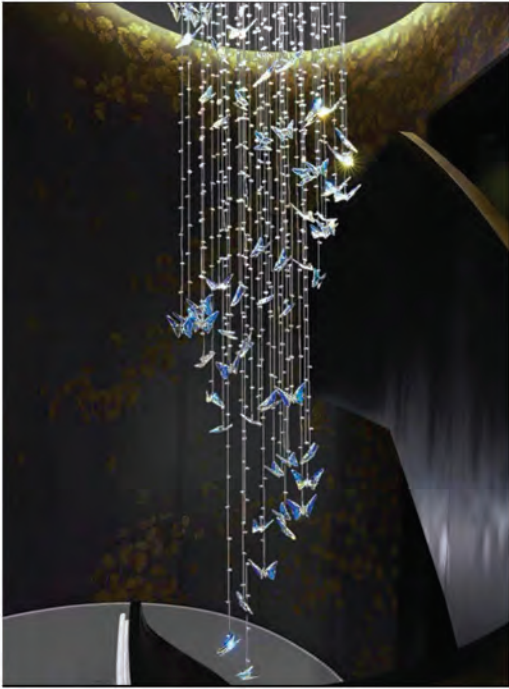
(714) 444 - 4495

www.OCDrK.com

www.DrKalantarian.com

22 Odyssey, #155,
Irvine, CA 92618

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



**C
H
I
C
H
O
M
E**



**C
H
I
C
H
O
M
E**





HEIDARI LAW GROUP P.C.

INJURY LAWYERS

Sam Ryan Heidari

سامان حیدری

وکیل رسمی دادگاههای کالیفرنیا، نوادا و فدرال آمریکا

تصادفات

صدمات شدید بدنی

امور کارمند و کارفرما در

لس آنجلس، لاس وگاس، اورنج کانتی



- تصادف اوبر - لیفت
- تصادف با ماشینهای سنگین
- تصادفات با موتور سیکلت
- تصادفات منجر به فوت
- اخراج از کار
- صدمات در کازینوها
- رفتار خصومت آمیز در محیط کار
- Uber & Lyft Accidents
- Trucking Accidents
- Motorcycle Accidents
- Wrongful Death
- Wrongful Termination
- Casino Accident & Injury
- Hostile Work Environment

LOS ANGELES: 818-818-0707

LAS VEGAS: 702-722-1500

IRVINE OC: 949-239-1020

SACRAMENTO: 916-461-1818

تلفن و تکست ۲۴ ساعته پذیرش پرونده:

818-818-0707

www.HeidariLawGroup.com