

گفتگو

در این شماره:

جشن مهرگان و جشنواره‌های فیلم

تلفن همراه یا همزاد

و مطالب متنوع دیگر

ماهنامه رسمی کانون ایرانیان ویکتوریا - شماره ۱۸۰ - آذر - دی ۱۳۹۵

Official Monthly Magazine of The Iranian Society of Victoria - Issue 180 - December 2016

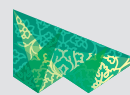


گلبانگ

ماهنامه رسمی کانون ایرانیان ویکتوریا
شماره ۱۸۰ - آذر - دی ۱۳۹۵

Official Monthly Magazine of
The Iranian Society of Victoria
Issue 180 - December 2016

ماهنامه گلبانگ، خبرنامه داخلی کانون ایرانیان ویکتوریا بوده و به عنوان یکی از کانال‌های رسمی ارتباطی این نهاد با اعضا تلقی می‌گردد.



AISOV
Australian Iranian
Society of Victoria
کانون ایرانیان ویکتوریا

این ماهنامه زیر نظر مستقیم هیأت مدیره کانون متشکل از افراد زیر، اداره می‌شود:

- احسان حائری (رئیس)
- فریده خانپاشی (نایب رئیس)
- احسان مظلومی (خزانه‌دار)
- رضا هنرور (دبیر)
- سحرقلی زاده (عضو هیأت مدیره)
- مهشید قربانی (عضو هیأت مدیره)

طراحی و صفحه‌آرایی: ایمان برآبادی
چاپ و بسته‌بندی: اسنپ کارلتون

ضمن ارج نهادن به آزادی عقاید، از درج مطالب ارسالی بدون نام و نشان معذوریم. درج مطالب رسیده دلیل بر تأیید آنها نمی‌باشد. حق انتخاب، ویرایش و چاپ مطالب برای هیأت تحریریه و در نهایت هیأت مدیره کانون محفوظ می‌باشد.

نشانی دفتر کانون:

Level 1, 79 Mahoney's Road

Forest Hill VIC 3131

03 9894 2644

0468 460 698

info@aisov.org.au

www.aisov.org.au

/AISoVictoria



نشانی پستی:

P.O. Box 1161

Doncaster East VIC 3109



فهرست مطالب

- پیام کانون
- جشن مهرگان
- جشنواره‌های فیلم‌های ایرانی
- تلفن همراه یا همزاد
- تلفن همراه و رانندگی
- خوراکی‌های لاغرکننده
- انجمن سالمندان ایرانی استرالیایی ایالت ویکتوریا
- Persian Love Cake
- جدول
- کلیسای وانک
- یلدا
- فرم عضویت کانون
- برنامه موسیقی و فیلم خانه ایران
- تعارف آگهی‌های گلبانگ - برنامه‌های آینده و همراه کانون
- تبلیغات

نسخه چاپی فرم عضویت کانون در این شماره گلبانگ موجود است. برای دریافت نسخه الکترونیکی فرم عضویت کانون لطفاً با ایمیل membership@aisov.org.au تماس حاصل فرمایید.



از کلیه عزیزانی که در جمع‌آوری و تهیه مطالب، صفحه‌آرایی و صفحه‌بندی، چاپ، بسته‌بندی و ارسال این شماره ما را یاری رساندند، کمال تشکر را داریم.



پیام کانون

یران دیرین سلام،

در آغازین روزهای سال ۲۰۱۷ دیگر بار و با گلبانگی نو مهمان خانه‌های پرمهرتان هستیم؛ امیدواریم سال پیش رو را با پیروزی، تندرستی و کامیابی آغاز کنید. پیش از هر چیز بر خود لازم میدانم به نمایندگی از طرف تیم اجرایی کانون بابت وقفه‌های پیش آمده در روند انتشار منظم گلبانگ از یکایک شما عزیزان پوزش بطلبم. تکتک اعضای تیم اجرایی کانون مجدانه در پی رفع این کاستی هستند و با ایجاد پاره‌ای تغییرات اولین گام‌ها در مسیر بهبود را استوار برداشته‌اند. در دو ماه گذشته اتفاقات ریز و درشت زیادی در جامعه ایرانی رخ داده است که در سطور پیش رو به خلاصه‌ای از اهم این وقایع اشاره خواهد شد.

در هفته ابتدایی ماه نوامبر، جشن مهرگان کانون (که امسال به دلایل اجرایی با تاخیر حدوداً یک ماهه نسبت به زمان اصلی همراه بود) با شرکت قریب به ۲۰۰ نفر از هموطنان با شکوه خاصی برگزار شد. اجرای موفق این برنامه با مدیریت خانم فریده خانباشی و ذوق و سلیقه خانم‌ها سحر قلیزاده و مهشید قربانی دیگر بار مهر تاییدی بر توانمندی بانوان ایرانی زد. در اینجا جا دارد از تمامی عزیزانی که به هر نحو ما را در برگزاری باشکوه این جشن باستانی یاری نمودند قدردانی نمایم. گزارش تصویری این برنامه در صفحات پیش رو از نظرتان خواهد گذشت.

با بسته شدن پروژه جشن مهرگان و باتوجه به نزدیکی نوروز و لزوم برنامه‌ریزی دقیق برای برگزاری منظم و فاخر مراسم چهارشنبه‌سوری، جشن نوروز و سیزده‌بدر، کارگروه مربوطه در تیم اجرایی تشکیل و آماده‌سازی مقدمات موردنیاز آغاز شده است. تاریخ‌های در نظر گرفته شده برای این برنامه‌ها به ترتیب سه‌شنبه ۱۴ مارس، شنبه ۲۵ مارس و یکشنبه ۲ آوریل ۲۰۱۷ است. اطلاعات تکمیلی در مورد این برنامه‌ها به زودی در اختیار شما عزیزان قرار خواهد گرفت.

در عرصه فرهنگی، طی ماه‌های سپتامبر و اکتبر شهر ملبورن میزبان دو جشنواره فیلم «جشنواره بین‌المللی فیلم‌های پارسی» و «جشنواره فیلم‌های ایرانی استرالیا» بود؛ کانون ایرانیان ویکتوریا امسال در جمع

حامیان فرهنگی هر دو جشنواره حضور داشت. گزارش هر دو جشنواره در صفحات پیش رو از نظر شما عزیزان خواهد گذشت.

علاوه بر فعالیت‌های یادشده، تیم سمینارهای کانون با برگزاری دو نشست تخصصی «بررسی استانداردهای ساختمان‌سازی» و «پرسش و پاسخ ساختمان‌سازی»، یک دوره چهارهفته‌ای در زمینه والدگری (Parenting)، دو دوره چهارهفته‌ای یوگا و بیش از دوازده جلسه کلاس رقص دو ماه پرکاری را پشت سر گذاشته‌اند. بر اساس سیاست جدید کانون اغلب این برنامه‌ها با دریافت هزینه‌ای اندک از شرکت‌کنندگان به منظور پوشش بخشی از هزینه‌های اجرایی سمینارها (نظیر پذیرایی و...) برگزار شد. بر اساس برنامه‌ریزی فعلی، کلاسهای رقص و یوگا در سال آینده نیز ادامه خواهد داشت و علاوه بر آن سمینارهای متعددی در زمینه‌های مختلف مورد اقبال و نیاز هموطنان طراحی و برگزار خواهد شد.

همانطور که پیشتر نیز بدان اشاره شد، با آغاز سال نوی میلادی دعوتنامه‌های تمدید عضویت برای اعضای محترم ارسال شده است که تکمیل و بازگرداندن به موقع فرمها ما را در اجرای سریعتر و بهتر پروژه ساماندهی سیستم عضویت کمک خواهد کرد. در همین راستا تیم زیرساخت کانون نیز در تلاشند تا امکان تمدید آنلاین عضویت از طریق وبسایت جدید کانون را فراهم آورند. همچنین به عنوان بخشی از سیستم جدید عضویت، صاحبان مشاغل و دارندگان آگهی در گلبانگ از این پس از امتیازات ویژه‌ای نظیر برخورداری رایگان از مزایای عضویت، دریافت بلیط رایگان جشن نوروز (تعداد بلیط رایگان برحسب نوع بسته انتخابی متغیر است)، انتشار آگهی در وبسایت جدید کانون و... برخوردار خواهند شد. جزئیات مربوط به مزایا و تعرفه‌های جدید درج آگهی در گلبانگ در همین شماره و یا از طریق وبسایت کانون به آدرس www.aisov.org.au در دسترس است.

در پایان بابت یک سال دیگر همراهی‌تان از شما سپاسگزاریم و امیدواریم با پشتوانه اعتماد و همراهی شما عزیزان بتوانیم خدماتی درخورد و شایسته به شما هموطنان گرامی ارائه کنیم. تیم اجرایی کانون اعتقاد راسخ دارد پیشرفت و بهبود خدمات ارائه‌شده در گرو ارتباط مستقیم اعضا با کانون و شنیده‌شدن صدای آنهاست. صمیمانه پذیرای نظرات، پیشنهادات و انتقادات سازنده شما اعضای محترم هستیم.

با احترام، احسان حائری

از جمله مزایای عضویت در کانون:

- دریافت نسخه چاپی ماهنامه گلبانگ به صورت رایگان
- دریافت دعوت‌نامه ویژه برای مراسم چهارشنبه‌سوری و سیزده‌بدر
- اولویت خرید بلیط جشن نوروز و سایر برنامه‌های کانون
- بهره‌مندی از تخفیف ویژه اعضا در قیمت بلیط برنامه‌ها
- اولویت ثبت‌نام در سمینارهای تخصصی

از آنجا که انطباق دوره یکساله عضویت با آغاز و پایان هر سال تاثیر بسزایی در تسهیل مدیریت و بروزرسانی بانک اطلاعاتی اعضا دارد از کلیه اعضای محترم فعلی کانون و همچنین علاقمندان به پیوستن جمع اعضای کانون دعوت میشود که تا پایان ماه ژانویه 2016 نسبت به تمدید/درخواست عضویت خود اقدام نمایند.



نسخه چاپی فرم عضویت کانون در صفحه ۱۵ این شماره گلبانگ موجود است. برای دریافت نسخه الکترونیکی فرم عضویت کانون کافی است کد مقابل را با تلفن همراه خود اسکن کرده یا به وب سایت کانون به آدرس www.aisov.org.au مراجعه یا با ایمیل membership@aisov.org.au تماس حاصل فرمایید. عزیزانی که آدرس ایمیل آنها در بانک اطلاعاتی اعضا موجود باشد به زودی دعوت‌نامه تمدید عضویت خود را به صورت الکترونیک دریافت خواهند نمود.



گزارش

عکس: بابک عطار

جشن مهرگان

تصویر به روایت





گزارش

جشنواره های فیلم های پارسه

عکس و گزارش:
بابک عطار

بخش بین المللی خود را تجربه می کرد سومین روز خود را پر بار سپری کرد. در آخرین روز این جشنواره، فیلم های «والدrama» کاری از عباس امینی و «وارونگی» ساخته بهنام بهزادی به نمایش درآمدند. فیلم های نمایش داده شده در افتتاحیه و اختتامیه هر دو از جشنواره کن به جشنواره فیلم های پارسه آمده بودند. برگزارکنندگان مراسم افتتاحیه و اختتامیه، با تدارک انواع لقمه های لذیذ و نوشیدنی های گوارای ایرانی میزبانی اصیل ایرانی را در حق میهمانان خود تمام کردند. امسال یک بخش مسابقه هم به جشنواره اضافه شده بود که داوران پس از تماشای هفت فیلم بلند و هفت فیلم کوتاه، بهترین فیلم بلند و بهترین فیلم کوتاه را انتخاب و معرفی کردند.

همه فیلم های نمایش داده شده در این جشنواره محصول یکی دو سال اخیر و ساخته کارگردانی از ایران، افغانستان و تاجیکستان بودند. جشنواره فیلم های پارسه پس از چهار شب به یادماندنی با نمایش «کپی برابر اصل» ساخته زنده یاد عباس کیارستمی در محل سینما Place Kino Melbourne به کار خود پایان داد. کانون ایرانیان ویکتوریا امسال در جمع حامیان فرهنگی این دوره از جشنواره حضور داشت.

جشنواره فیلم ایرانی

۲۷ اکتبر - ۱ نوامبر، ملبورن

ششمین دوره جشنواره فیلم ایرانی در فاصله روزهای ۲۷ اکتبر تا اول نوامبر با نمایش فیلم های فروشنده، ابد و یک روز، لاتتوری، خشت و آینه، دختر، مالاریا، من، خشم و هیاهو، ازدها وارد می شود. خشکسالی و دروغ، برادرم خسرو و چند فیلم شاخص دیگر سینمای ایران در محل مجموعه سینمایی ACMI شهر ملبورن برگزار شد. در این دوره از جشنواره کانون ایرانیان ویکتوریا در جمع حامیان فرهنگی این جشنواره حضور داشت.

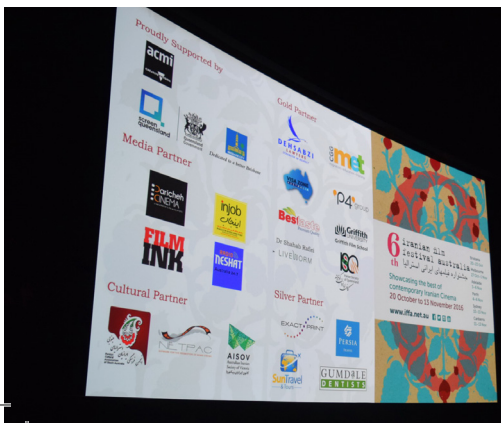


جشنواره بین المللی فیلم های پارسه

۲۲-۲۵ سپتامبر، ملبورن

در روز ۲۲ سپتامبر امسال، جشنواره فیلم های پارسه همزمان با برگزاری پنجمین دوره خود در سیدنی، اولین حضور در دیگر شهرهای استرالیا از جمله ملبورن را تجربه کرده و اجرای بسیار موفقی را رقم زد. آیین گشایش رسمی این دوره از جشنواره با نمایش فیلم «فروشنده» ساخته اصغر فرهادی در روز پنج شنبه ۲۲ سپتامبر برگزار شد که با استقبال بی نظیر فارسی زبانان و غیرفارسی زبانان روبرو شد. آقای امین پلنگی تهیه کننده، کارگردان و مدیر هنری جشنواره، هدف از برگزاری این جشنواره را دعوت از غیرفارسی زبانان برای آشنایی با فرهنگ ایرانی دانست.

در دومین روز جشنواره، فیلم «خانه دختر» به کارگردانی شهرام شاه حسینی به نمایش درآمد که با استقبال خوبی روبرو شد. این جشنواره با نمایش سه فیلم «یک شهروند معمولی» کاری از مجید برزگر، «ناهید» به کارگردانی آیدا پناهنده و «ماهی» ساخته داوود خیام که اولین



تلفن همراه یا همزاد

به قلم: علی شاملو



متوجه شدم که پنج پیام برایم گذاشته اند و چند تلفن هم به من شده است. به محض آنکه خواستم جواب تلفن ها و پیام ها را بدهم متوجه شدم که موبایلم بازی در می آورد و ارتباط برقرار نمی کند. معلوم شد موبایل عزیزم قهر کرده و جنگولک بازی در می آورد. بالاخره این موبایل من به صدا درآمد و شروع کرد به غرغر کردن و شکایت از من. اجازه بدهید صحبت هائی که با او داشتم و جریان های بعدی اش را برایتان بازگو کنم. تلفن همراهم گفت: آهای صاحب، من دیگه از دست تو ذله شدم چرا هر وقت از خونه میری بیرون منو با خودت نمی بری و به قول همسرت همه اش ازم فرار می کنی؟ یادت رفته سر بزنگاه همیشه یاریت کردم و از گرفتاری ها نجاتت دادم؟ تو فکر می کنی من متوجه نیستم که چطور مثل به بیگانه به من نگاه می کنی و با اکراه به من دست می زنی؟ بهش جواب دادم: موبایل جان، درسته که تو بعضی وقت ها به دادم رسیده ای مثل همین هفته گذشته که در خارج شهر ماشین ام خراب شد و این تو بودی که برام به تعمیرکار پیدا کردی اما راستشو بخوای وقتی درست فکر می کنم می بینم ضررت برای ما آدمیان بیش از نفعته. حالا که خودت سر صحبت رو باز کردی بذار صاف و پوست کننده بهت بگم شما تلفن های همراه، امروزه انسان ها را از هم جدا کرده اید. میگی نه از همین لحظه هر جائی میریم صحنه هائی رو بهت نشون میدم که از خودت شرمنده بشی. به هر صورت قرار گذاشتیم که اون نکات مثبت وجود موبایل ها را به صورت عینی به من نشان دهد و من هم جنبه های منفی این وسیله را.

همه ابداعات بشری جنبه های مثبت و منفی در زندگی ما دارند. مثالی بزمن، ماشین را در نظر بگیرید؛ ابداع آن هم رفاه و سرعت را به ارمغان آورده و هم تنبلی و تصادفات منجر به مرگ را موجب شده است. اجازه دهید در مورد یکی از این ابداعات با شما سخن گویم. اسمش موبایل است و ما فارسی زبانان به آن تلفن همراه می گوئیم. این وسیله همانطور که مشاهده می کنید هرروزه جای خودش را در جامعه بشری بیش از پیش باز نموده و بالطبع این وابستگی و دلبستگی روزافزون انسان ها، به این پدیده با چنین شتاب و شیئی تند موجب شده که ما موجودات زمینی به ورطه اسارت آن درآئیم. بحق باید اذعان نمود تلفن همراه وسیله ایست که در بعضی مواقع می تواند در زندگی ما نقشی سازنده، مفید و پویا داشته و حتی جان انسانی را به موقع نجات بخشد. با این وسیله، ارتباط با دیگران سریع تر برقرار شده و نیازهای روزانه را تا حدودی برطرف می کند. همیشه و به راحتی در دسترس است. در خانه، اتوبوس و قطار، محل کار، بیمارستان، رستوران و حتی در توالت های عمومی. بدیهی است هرچه تولیدکنندگان این وسیله، تسهیلات و امکانات بهره وری بیشتری به آن می افزایند، بندگی و تعلق انسان ها به این وسیله جادوئی بیشتر می گردد.

من گاهی اوقات فراموش می کنم که در موقع ترک منزل تلفن همراهم را بردارم و لذا وقتی به خانه برمی گردم می بینم کلی پیام SMS دارم و چندتائی هم تلفن های بدون جواب. دیشب هم وقتی که به خانه برگشتم



و بازار فروش شون نگاه می کنند. صاحبان این کمپانی ها همه امکانات رو برای ما تسهیل می کنند تا بیشتر بشر رو اسیر و بنده محصولاتشان کنند. ضمناً بهت بگم یکی از علت هائی که ما مردا از شما دل خوشی نداریم جاسوسی شما موبایل هاست. شماها خانواده های بی شماری رو متلاشی کردید. مثلاً همین هفته گذشته یادت میاد چقدر من به جمشید تلفن کردم و دلداری و راهنمایی اش کردم. میدونی چی شده بود؟ نازی خانم همسر جمشید برای تولدش میره یه موبایل میخره و فروشنده همه امکانات موبایل جدید رو به نازی خانم نشون میده و از جمله میگه با این امکان جدید شما هرگاه به دارنده موبایل تلفن کنید محل گیرنده در موبایل مشخص میشه. از اونجا که خانم جمشید خیلی شکاک و بدخیاله با خوشحالی این لم تلفن همراه رو یاد می گیره. جمشید خان ما، این بنده خدا سال ها بود که هفته ای یک بار بعد از کارش به دوراز چشم زنش با دوستاش می رفت به یه کافه ای و با رفقا گپی می زدند و لبی تر می کردند و خداوکیلی نه زنی بین اشان بود و نه دختری. برحسب تصادف این بار این دوست بد بیارمن موبایلش همراهش بود. وقتی به خونه میاد همسرش ازش می پرسه چرا دیرآمدی خونه و جمشید هم مثل همیشه میگه: توی اداره لای پروندها شنا می کردم. همسرش با فریاد میگه: تو، تویی حیا اداره بودی یا در رستورانی تو شاپینگ سنتر دانکستر؟ خیال کردی خر گیر آوردی باید همین حالا بهم بگی با کدوم زن بودی. من خام و ساده اگر با این موبایل چک نمی کردم فکر می کردم که تو توی اون اداره خراب شده ات هستی. اما موبایلم جاتو نشونم داد که تو دروغگو توی اون شاپینگ سنتر بودی. اداره ات کجا و محله دانکستر کجا. بالا بگو با کدوم زن و دختری بودی؟ داشت زندگی اشون بهم می ریخت که خوشبختانه یکی از همان دوستانش عکسی رو که تو رستوران از جمع دوستان گرفته بود برای جمشید ایمیل کرد و خانم جمشید با دیدن چهره خندان و گل انداخته آقایون تا حدی از خر شیطان پیاده شد و زیر لب با غرغر گفت ببین چقدر هم شنگولند مث اینکه عروسی مادراشونه. خلاصه جمشید خان هم اولین کاری که می کنه موبایلش رو در میاره و با یه تیپا میندازه تو زباله دونی سرمحل. موبایل عزیزم با یک غرور و پوزخندی گفت: صاحب من، جمشید خان به خودش ضرزده چون مجبوره بره یه موبایل دیگه بخره. با خنده ای بلند به موبایلم گفتم: موبایل جان اشتباه می کنی! چند نفری رو می شناسم که اصلا در عمرشون موبایل نداشته و نخریدنند.

مثلاً پرفسوری را می شناسم علی رغم اصرار خانواده، دوستان و همکارانش هیچ گاه به طرف تلفن همراه نرفته و خودشو اسیر و بنده شماها نکرده.

خلاصه هر روزه من و موبایلم مشغول یکه به دو با هم هستیم تا به بینم کدام یک از ما در این مبارزه پیروز می شود. راستی تو خواننده خوب مقالاتم در این مورد چه فکر میکنی!!؟



عصر فردای آن روز بچه ها و نوه ها به منزل ما آمدند. پس از چندی متوجه شدم که چهار نوه ام با موبایل های پدر و مادرشان مشغول ور رفتن هستند و یک نوه هم پشت کامپیوتر نشسته و سرگرم بازی گیمه. فوراً سقلمه ای به موبایلم زدم و گفتم: تحفه نگاه کن که شماها چه به سر این بچه ها آورده اید. این بچه ها به جای بازی در حیاط و نشاط کودکانه هر کدوم با یکی از هموعان تو مشغولند و انگار هیچ تنابنده ای دورو برشون نیست. نگاه کن، خوبم نگاه کن، که چطور شما موبایل ها نشاط و تحرک، فکر و اندیشه رو از این کودکان معصوم گرفته اید، حالا بزرگ ترها که جای خود دارند. تلفن همراهم فوری خاموش شد و تظاهر به این کرد که باطریش تمام شده است. شب با خانواده به یک رستوران رفتیم. با نگاهی کنجکاوانه به میزهای اطراف نظر کردم. یک خانواده چهار نفری به دور میزی نشسته بودند. مادر و یکی از بچه ها با موبایل کلنجار می رفتند. دو میز آن طرف تر یک پسر و دختری جوان روبروی هم نشسته بودند و به جای نگاه های پرتما و نغمه ها و زمزمه های عاشقانه هر کدام سر در موبایل خویش داشتند. در کنار میز ما بانویی از آسیای شرقی با موبایلش نه بلند آوا که فریاد می کشید و پنداری هیچ موجودی در اطرافش و داخل رستوران نیست. فوراً به عنوان مدرک، تلفن همراه را روشن کردم و از صحنه ها عکس و فیلم گرفتم. رو به موبایلم کردم و گفتم: حالا می بینی که شما عزیز کرده ها چه دیوار قطوری بین افراد بشر کشیده اید. قبول می کنی شما موبایل ها چه به روز اون دختر و پسر جوان و عاشق آورده اید و چطور مثل طاعون به جون خانواده ها افتاده اید. حالا می بینی چطور شما تلفن ها محل آسایش مردم در فروشگاه ها، اتوبوس و قطارها و رستوران ها شده اید. پس از لحظه ای درنگ موبایلم گفت: مواردی که گفتمی درست ولی بذاریه چیزی بهت نشون بدم. خوب به اون میزدم دری نگاه کن. اون مردی که کت و شلوار آبی نفتی تنشه یه دکتر متخصص قلبه. صاحب می فهمی چی میگم یه متخصصه که داره با موبایلش حرف میزنه. او داره با بخش سی سی یو بیمارستان در مورد یه مریض حال خراب دستوراتی میده. صاحب من، تو درازا رو می بینی اما پهنارو نمی بینی. ما اگه نباشیم همین دکتر تا برسه خونه و از طریق تلفن منزلش با بیمارستان تماس بگیره و بعد راهی بیمارستان بشه مریضه صد تا کفن پوسونده. صاحب من، اجازه بده مطلبی رو بهت بگم. خالقان ما یعنی کارخونه های موبایل سازی، ما رو جوری خلق کرده اند که همه چیز رو براتون مهیا کنیم. مثلاً تو به جای داشتن یه تلفن تو خونه ات، داشتن ساعت، دوربین عکاسی و فیلمبرداری، کامپیوتر، ضبط صوت و حتی تلویزیون همه اینها رو می تونی تو وجود و درون من داشته باشی. ما به انسان های تنها، همه امکانات رو میدیم که سرگرم باشند و بطور کلی مرکز همه اطلاعات برای هر فرد نیازمندیم. ما به زعم شما آدما تلفن همراه شما نیستیم ما همزاد شمایم. نگاه کن هر چند ماهی یه نسل و مارک جدیدی از ما به بازار میاد. یادته دیروز جلوی اون فروشگاه بزرگ موبایل فروشی چه صف طولانی بود که هموعان تو شانس بیارن و با موبایل نو و امکانات جدید اون آشنا بشن و اونو هر طور شده بخرند. رو به موبایلم کردم و گفتم: این خالقان شما یعنی کارخونه های موبایل سازی امریکائی و اروپائی و آسیائی عاشق چشم و ابروی ما انسان ها نیستند و اون ها فقط به سود

تلفن همراه و رانندگی

قوانین استفاده از تلفن همراه در حین رانندگی در ایالت ویکتوریا

ترجمه احسان حائری



www.autosaint.co.uk

رانندگان P1، L و P2

رانندگان P1، L و P2 در حین رانندگی مجاز به استفاده از هیچ‌یک از قابلیت‌های تلفن همراه (چه به صورت مستقیم و چه از طریق گوشی hands-free) نیستند. این محدودیت شامل زمانی که خودرو متوقف بوده ولی پارک نشده نیز می‌باشد.

سهام رانندگان جوان در تصادفات جدی جاده‌ای بسیار قابل توجه است. تلفن‌های همراه و سایر وسایل الکترونیک قابل حمل (مانند دستگاه‌های پخش DVD و تبلت‌ها) از جمله عوامل اصلی حواس پرتی رانندگان جوان هستند، خصوصاً از این جهت که این دسته از رانندگان در مراحل اولیه کسب تجربه و مهارت رانندگی نیز به سر می‌برند.

به خاطر داشته باشید کسب ۵ امتیاز منفی در دوره آزمایشی ممکن است منجر به توقیف گواهینامه شما شود.

رانندگان با گواهینامه تمام

استفاده از تلفن همراه در حین رانندگی ممنوع می‌باشد مگر برای برقراری یا پاسخ دادن تماس و یا استفاده از قابلیت پخش موسیقی به شرطی که:

- به صورت کامل درون پایه نگهدارنده‌ای که به صورت تجاری طراحی شده ثابت شده باشد؛ و یا
- امکان استفاده برای راننده بدون هیچ‌گونه تماس با اجزای تلفن فراهم باشد و نیز تلفن روی هیچ‌یک از اعضای بدن راننده قرار نگرفته باشد.

استفاده از تلفن همراه با عنوان ابزار ناوبری (جی‌پی‌اس) در حین رانندگی نیز ممنوع می‌باشد مگر در صورتی که تلفن به صورت کامل درون پایه نگهدارنده‌ای که به صورت تجاری طراحی شده ثابت شده باشد. استفاده از سایر قابلیت‌های تلفن همراه (تماس ویدیویی، ارسال پیامک و ایمیل) در حین رانندگی ممنوع می‌باشد.

موتورسیکلت سواران

قوانین مربوط به تلفن همراه برای دارندگان گواهینامه تمام رانندگی خودرو، موتورسیکلت سوارانی که گواهینامه تمام خودرو دارند را نیز شامل می‌شود. البته، موتورسوارانی که کمتر از سه سال از دریافت گواهینامه موتورسیکلت آن‌ها می‌گذرد مجاز به استفاده از هیچ‌یک از قابلیت‌های تلفن همراه در حین رانندگی نمی‌باشند (این محدودیت شامل زمانی موتورسیکلت متوقف بوده ولی پارک نشده نیز می‌باشد). موتورسوارانی که گواهینامه P1، L و P2 دارند نیز مجاز به استفاده از هیچ‌یک از قابلیت‌های تلفن همراه در حین رانندگی نمی‌باشند (این محدودیت شامل زمانی موتورسیکلت متوقف بوده ولی پارک نشده نیز می‌باشد).

کلیه رانندگان

کلیه رانندگان در صورت استفاده غیرمجاز از تلفن همراه و یا سایر وسایل الکترونیک دارای صفحه نمایش که فاقد نقش کمکی برای راننده هستند (مانند دستگاه‌های پخش DVD و تبلت‌ها) در حین رانندگی با جریمه‌های سنگین مواجه خواهند شد.

قانون در استرالیا

استفاده از تلفن همراه در حین رانندگی در تمامی ایالت‌ها و قلمروهای استرالیا ممنوع می‌باشد. این ممنوعیت شامل:

- صحبت کردن
- ارسال پیامک
- بازی کردن
- عکس / فیلم گرفتن
- استفاده از هر قابلیت دیگر تلفن همراه
- استفاده از تلفن همراه هنگامی که خودرو متوقف بوده ولی پارک نشده نیز ممنوع می‌باشد. مانند موقعی که پشت چراغ راهنمایی ایستاده‌اید.

در ایالت ویکتوریا رانندگان متخلف علاوه بر کسب ۴ امتیاز منفی مبلغ \$443 جریمه خواهند شد.

رانندگان P1، L و P2 در حین رانندگی مجاز به استفاده از هیچ‌یک از قابلیت‌های تلفن همراه (چه به صورت مستقیم و چه از طریق گوشی hands-free) نیستند.

وسایل دارای صفحه نمایش، ابزارهای ناوبری و GPS

استفاده از خودروهای مجهز به گیرنده تلویزیونی و یا وسایل دارای صفحه نمایش در صورتی که تمام یا بخشی از صفحه نمایش در دید راننده قرار داشته باشد و یا باعث حواس پرتی سایر رانندگان شود ممنوع می‌باشد. استفاده از ابزارهای کمکی مانند دستگاه‌های ناوبری تنها در صورتی مجاز است که این ابزارها بخشی از طراحی خودرو بوده و یا به صورت کامل روی پایه نگهدارنده‌ای که به صورت تجاری طراحی شده نصب شده باشند.

استثنا

قانون مربوط به ثابت کردن ابزارهای کمکی (مانند دستگاه‌های ناوبری) مشمول موتورسیکلت‌ها نمی‌شود. این بدان معناست که نیازی به نصب دستگاه‌های ناوبری روی پایه نگهدارنده برای موتورسیکلت نیست ولی موتورسیکلت سوار نباید این وسایل را در حین رانندگی در دست نگه دارد.



منحرف شدن از خط عبوری خود

هنگام استفاده از تلفن همراه در حین رانندگی شما بیشتر در معرض خطر منحرف شدن از خط عبوری خود هستید حتی در مسیرهای مستقیم و با ترافیک سبک.

بی توجه بودن به محیط اطراف

هنگام استفاده از تلفن همراه در حین رانندگی شما زمان کمتری صرف نگاه کردن به آینه‌ها و کنترل محیط اطراف خود می‌کنید. این مساله توانایی شما برای پیش و تعامل با ترافیک اطراف تان را تحت تاثیر قرار می‌دهد.

تفاوت صحبت با سرنشینان خودرو با استفاده از تلفن همراه

اگر در موقعیت خطرناکی قرارگیرید سرنشین خودرو با سکوت خود اجازه تمرکز روی رانندگی را به شما خواهد داد. هنگام استفاده از تلفن همراه، طرف مقابل بی اطلاع از شرایط اطراف شما به صحبت کردن ادامه خواهد داد و این باعث حواس پرتی بیشتر شما خواهد شد درست در زمانی که به تمرکز بیشتری احتیاج دارید.

ارسال پیامک

ارسال پیامک در حین رانندگی باعث کاهش تمرکز فیزیکی، بصری و تصمیم‌گیری می‌شود. تحقیقات نشان داده است دریافت و ارسال پیامک باعث افزایش زمانی می‌شود که راننده توجه خود را از مسیر برمی‌دارد. چشمان شما ممکن است تا چهار برابر بیشتر از شخصی که در حالت عادی رانندگی می‌کند از مسیر برداشته شود.

- ارسال پیامک در حین رانندگی باعث:

- تغییر نادرست مسیر عبوری
- منحرف شدن از مسیر عبوری
- بی توجهی به علائم جاده‌ای و خطرات بالقوه مانند عابرین پیاده، دوچرخه / موتورسواران و سایر وسایل نقلیه

هرچه بیشتر صحبت کنید کمتر خواهید دید

حتی بهترین رانندگان در پردازش بیش از یک کار در یک زمان دچار مشکل می‌شوند، بخصوص زمانی که کارها شبیه به هم باشند و یا نیازمند تمرکزی بیش از آنچه راننده در یک زمان می‌تواند صرف کند باشند.

به عنوان مثال، ایمن راندن در شرایط پیچیده مانند زمان اوج ترافیک در یک مسیر ناآشنا در یک شب بارانی همزمان با صحبت کردن معمولی با تلفن همراه کار بسیار سختی است. ایمن راندن در ترافیک سبک حین صحبت کردن معمولی با دیگر سرنشینان کار به مراتب راحت‌تری است.

هنگام مکالمات تلفنی پیچیده (مکالمات رسمی یا کاری که نیاز به تمرکز بالایی دارند) ایمن راندن حتی در ترافیک سبک و روان نیز کار دشواری است. این نوع مکالمات نیازمند توجه و تمرکز بالاتری هستند و باعث بی توجهی شما به مسیر می‌شوند.

زمانی که شما حواستان به مسیر نیست ممکن است کسی جانش را از دست بدهد!

منبع: <https://www.vicroads.vic.gov.au/safety-and-road-rules/driver-safety/mobile-phones-and-driving>

چگونه تلفن‌های همراه باعث حواس پرتی راننده می‌شوند؟

رانندگی کاری پیچیده و پرچالش است. ساده‌ترین راه برای رانندگی ایمن تر کاهش فعالیت‌هایی که با رانندگی ارتباط مستقیم نداشته و باعث حواس پرتی میشوند در حین رانندگی است.

استفاده از تلفن همراه در حین رانندگی از جنبه‌های مختلف باعث حواس پرتی شما می‌شود.

کاهش تمرکز در عملکرد

به واسطه نگاه داشتن و کار کردن با تلفن همراه در حین رانندگی. به عنوان مثال، رها کردن فرمان اتومبیل برای شماره‌گیری، پاسخ دادن و یا قطع تماس تلفنی.

کاهش تمرکز بصری

به واسطه مدت زمانی که چشم شما به مسیر نیست. تنها ۲ ثانیه چشم برداشتن از مسیر هنگامی که با سرعت ۵۰ کیلومتر بر ساعت در حال رانندگی هستید به معنی طی ۲۷ متر با چشمان بسته است.

کاهش تمرکز تصمیم‌گیری

به واسطه ایجاد وقفه در توجه و بالتبع تصمیم‌گیری. این پدیده زمانی اتفاق می‌افتد که شما باید دو کار ذهنی در یک زمان انجام دهید. صحبت کردن بخشی از توجه مورد نیاز برای رانندگی را به خود اختصاص می‌دهد (شما به صورت مداوم توجه خود را از رانندگی به صحبت کردن معطوف می‌کنید). نتیجه این کار رانندگی غیرایمن و افزایش احتمال تصادف است.

خطرات استفاده از تلفن همراه در حین رانندگی

نتایج تحقیقات موید این مطلب است که استفاده از تلفن همراه در حین رانندگی ممکن است منجر به حادثه شود.

تصمیم‌گیری‌های پرخطرتر

تصمیم‌گیری در مورد زمان مناسب برای دورزدن در ترافیک کار پیچیده‌ای است. استفاده از تلفن همراه در حین رانندگی تمرکز و قابلیت تصمیم‌گیری شما را تحت تاثیر قرار داده و ممکن است منجر به اشتباه در محاسبه فاصله ایمن شود. همچنین ممکن است هنگام تصمیم‌گیری برای دورزدن (با وجود ترافیک سمت مقابل) از در نظر گرفتن شرایط محیطی مانند بارش باران و سطح لغزنده جاده غافل شوید. اگر در حین دورزدن ایمنی را رعایت کنید ممکن است تصادف کنید.

واکنش‌های کندتر

به صورت کلی سرعت واکنش هنگام استفاده از تلفن همراه کاهش می‌یابد؛ مخصوصاً زمانی که شما سخت مشغول مکالمه هستید. این ممکن است باعث واکنش کندتر به چراغ‌های راهنمایی و یا حتی عبور از چراغ قرمز شود.

ترمزگیری کندتر و با کنترل کمتر

هنگام استفاده از تلفن همراه زمان واکنش شما برای ترمز کردن طولانی‌تر است. شما با قدرت بیشتری ترمز می‌کنید که این باعث باقیماندن فاصله کمتری بین شما و خودروی جلویی خواهد شد.

خوراکی های لاغرکننده

گردآوری: مهشید قربانی



i.ytimg.com

روی در نوشیدنی های کافئین دار برای سلامتی مناسب نیست. نوشیدن چای سبز سوخت و ساز بدن را افزایش می دهد و برای سلامتی نیز بسیار سودمند می باشد.

سوپ

سوپ به عنوان پیش غذا و یا میان وعده خوردن سوپ به عنوان پیش غذا، موجب کاهش اشتها می شود و احساس گرسنگی برطرف می شود. خوردن سوپ همچنین موجب کارکرد بهتر متابولیسم بدن می گردد.

سالاد به عنوان پیش غذا

خوردن سالاد به عنوان پیش غذا موجب کنترل اشتها می شود. عادت به خوردن سالاد قبل از شروع به خوردن غذای اصلی موجب پر شدن شکم می شود و نیاز به خوردن غذای اصلی را کاهش می دهد همچنین مصرف سالاد میزان فیبر دریافتی روزانه شخص را بالا می برد و موجب سوخت و ساز بهتر بدن می گردد.

سبزیجات تازه

سبزیجات دارای کالری پایین می باشند، سیستم ایمنی بدن را قوی می سازند حجیم و سیرکننده می باشند و مصرف زیاد آنان در مقایسه با سایر مواد غذایی بسیار کمتر موجب افزایش وزن می شود. سبزیجات حاوی فیبر فراوان هستند و کارایی دستگاه گوارش را بهتر می کنند. سبزیجات سوخت و ساز بدن را افزایش می دهند.

سیب و گلابی

سیب و گلابی سرشار از فیبر می باشند. این دو میوه کم کالری هستند و احساس گرسنگی را برطرف می کنند.

گریپ فروت: گریپ فروت سرشار از ویتامین C است و سطح انسولین را در خون پایین می آورد و موجب فشار خون و کاهش قند خون می شود. موجب سوزانده شدن چربی در بدن می شود. اگر تحت درمان برای بیماری خاصی می باشید در مورد مصرف گریپ فروت با دکتر خود مشورت کنید زیرا مصرف این میوه با بعضی از داروها تداخل دارد.

کرفس

کرفس کم کالری است و سوخت و ساز بدن را افزایش می دهد.

ماست کم چربی

کلسیم نقش موثری در رژیم لاغری دارد. ماست کم چربی دارای کلسیم فراوان است و بر اساس تحقیقات دریافت روزانه ۶۰۰ میلی گرم

امروزه بسیاری از مردم جهان از چاقی و عوارض آن رنج می برند لاغر شدن به جهت یافتن اندام متناسب و پیشگیری از بیماری هایی که با چاقی در ارتباط مستقیم هستند مطلوب عده بسیاری شده است. خوردن به عنوان یکی از لذتهای زندگی معزل چاقی را برای بسیاری از افراد به همراه آورده است. واقعیت آن است که برای لاغر شدن لازم نیست که کاملاً و به طور جدی دست از غذا خوردن کشید. در واقع باید فقط از پرخوری دوری کرد و از خواص خوراکی ها در بالابردن سوخت و ساز بدن سود جست. کلید لذت بردن از خوراکی ها در شناختن آنان و شناختن نیاز بدن و متابولیسم بدن خویش است. شما می توانید با مصرف متعادل خوراکی های مناسب، متابولیسم بدن خود را بالا برده و منجر به سوزاندن کالری شوید. آنچه در مصرف خوراکی ها بسیار مهم است آن است که تعادل میان مصرف و سوزاندن کالری بدن حفظ شود. مصرف کالری به اندازه و ورزش متعادل و منظم موجب رسیدن به وزن دلخواه و نگهداری آن وزن می گردد. در کنار توجه متعادل به مصرف کالری و سوزاندن آن استفاده از مواد غذایی چربی سوز مفید و اثربخش است. مواد غذایی چربی سوز خوراکی هایی هستند که موجب کارکرد بهتر متابولیسم بدن می گردند مصرف مداوم آنان موجب سوخت و ساز بالاتر و بهتر بدن می شود.

این نکته را به خاطر داشته باشید که در واقع هیچ ماده غذایی وجود ندارد که خوردن آن موجب کاهش وزن شود اما جایگزین کردن غذاهای کم کالری و حاوی فیبر فراوان در رژیم غذایی به جای غذاهای پر کالری و پر چرب موجب کاهش کل میزان کالری دریافتی روزانه می گردد.

مواد غذایی چربی سوز

آب: بر اساس تحقیقات انجام شده نتیجه گرفته شده است که نوشیدن آب موجب کاهش وزن می شود. سوخت و ساز بدن با نوشیدن هشت لیوان آب در روز به مقدار سی درصد افزایش می یابد. نوشیدن زیاد آب موجب کاهش اشتها می گردد و نوشیدن آب موجب دفع سدیم و سموم از بدن می گردد. بر اساس تحقیقات به نظر می رسد که معمولاً احساس تشنگی به اشتباه به احساس گرسنگی تعبیر می شود. در صورت احساس گرسنگی یک لیوان آب بنوشید و اگر کمی بعد از آن هنوز احساس گرسنگی داشتید به رفع آن اقدام نمایید. آب یکی از پارامترهای مهم در کاهش اشتها و در نتیجه جلوگیری از پرخوری است.

چای سبز

کافئین می تواند سرعت سوخت و ساز بدن را افزایش دهد اما زیاد



موجب احساس سیری طولانی تری را می شوند.

جو

جواز بهترین کربوهیدرات ها می باشد. جو منبع خوبی برای تامین فیبر روزانه مورد نیاز بدن است. جو احساس گرسنگی را برطرف می کند، انرژی زا و کم کالری است.

فلفل تند

فلفل تند سوخت و ساز بدن را افزایش می دهد و موجب کاهش اشتها می شود. کیپاساسین موجود در فلفل هورمون های بدن را تحریک می نماید و این عمل متابولیسم سوخت و ساز را در بدن بالا می برد. طبق تحقیقات انجام شده یک قاشق غذاخوری فلفل تند کارکرد متابولیسم بدن را ۲۳ درصد افزایش می دهد. با خوردن فلفل احساس تشنگی افزایش می یابد و این خود موجب نوشیدن آب می شود و نوشیدن آب با کاهش اشتها و دفع سموم بدن مساوی است.

کدو

کدو حاوی فیبر فراوان است و بسیار ملین می باشد. ۳۰۰ گرم کدو فقط ۵۰ کالری دارا می باشد. کدو با اینکه بسیار کم کالری است دارای مقادیر قابل توجهی از املاح معدنی است و بنابراین در رژیم لاغری بسیار مفید است.

کلسیم بیش از نیاز روزانه شخص به کلسیم است و موجب کاهش سطح کلسترول بدن می گردد. مصرف ۲۰۰ گرم ماست کم چربی کلسترول بدن را به میزان ۵ درصد کاهش می دهد. این خاصیت ماست به دلیل وجود باکتری لاکتوباسیون و اسید و فیلوس موجود در ماست است بنابراین مصرف فرآورده های لبنی کم چرب در رژیم غذایی لاغری توصیه می شود.

کلم بروکلی

بروکلی سرشار از کلسیم و ویتامین C، ویتامین A و فیبر است. این سبزی با چربی ها مقابله می کند و حاوی موادی است که سیستم ایمنی بدن را تقویت و بدن در برابر بیماری ها محافظت می کند. بروکلی موجب سوخت و ساز بهتر بدن می شود و در نتیجه بدن کالری بیشتری می سوزاند.

سیر

سیر تقویت کننده های قوی سیستم ایمنی بدن می باشد و موجب کارکرد بهتر متابولیسم بدن می شود در نتیجه چربی ها در بدن سریع تر سوزانده می شوند.

غلات کامل

غلات به همراه سیوس آنان بهترین منبع برای تامین فیبر روزانه مورد نیاز بدن می باشند غلات کامل تعادل قند خون را حفظ می نمایند دیر هضم تر از غلات بدون سبوس هستند سرعت هضم غذا را کاهش داده و

انجمن سالمندان ایرانی استرالیایی ایالت ویکتوریا

تاریخچه و فعالیت ها

بعد از تشکیل کانون ایرانیان ویکتوریا، به همت اعضا که خود بعضاً جزو سالمندان بودند فعالیت هائی با سرپرستی سرکار خانم کریملو و همت و پیگیری سایر ایرانیان برقرار گردید که از جمله آن ها سفره رنگین و پیک نیک کنار دریا را می توان نام برد.

در سال ۲۰۰۵ با پیگیری و همت اعضای کانون خصوصاً آقای دکتر جواد مقصود و آقای فرشاد خواجه نوری، انجمن ایرانیان ارشد به ثبت رسید و به عنوان وابسته به کانون ایرانیان موجودیت خود را اعلام نمود. این انجمن بعدها نام خود را به انجمن سالمندان ایرانی استرالیایی ایالت ویکتوریا تغییر داد.

هدف از تاسیس انجمن

بر طبق اساس نامه، این انجمن سیاسی، مذهبی و سودآور نبوده و به صورت تماماً داوطلبانه اداره می شود. هدف اصلی این انجمن فعالیت های اجتماعی، آموزشی ورزشی، اطلاعاتی، و تفریحی است. دعوت از سخنوران برای سمینارهای مختلف و بازدید از مراکز مورد علاقه، پیک نیک و مسافرت های دسته جمعی نیز بخشی از برنامه های سالیانه این انجمن را تشکیل می دهد.

در روزهای جمعه اغلب اعضا در محل سنپور ستیزن دنکاستر دور هم جمع شده و ضمن صرف چای و قهوه بیسکویت، بساط تخته نرد، ورق، تنیس روی میز و بولینگ روی فرش را برای بازی فراهم می کنند. همه ماهه ناهار مفصل با تخفیف کلی و وسط ماه هم نهار جزئی بطور مجانی در اختیار اعضا قرار می گیرد.

مدیریت

این انجمن توسط کمیته ای شامل رئیس، معاون، حسابدار، منشی، و مدیر داخلی و دونفر عضو کمیته به عنوان اعضای علی البدل اداره می شود.

امور مالی

منابع درآمد انجمن عبارت است از:

- حق عضویت سالانه
- کمک های شهرداری منینگهام، دولت فدرال و بانک بندیکو
- یک دلاری که اعضای حاضر در گردهمائی هفتگی می پردازند



Persian Love Cake

سحرقلی زاده

هیچ طعم و مزه‌ای رو با مزه کیک‌های ساده عوض نمی‌کنم. همان کیک‌های خوشمزه مادر بزرگ پز که عطر و طعم‌شان فقط به مطبخ ختم نمی‌شد همون‌ها که بوی عطرشون تمام حیاط و کوچه رو پرمی‌کرد! همون‌ها که توی قالب‌های روئی چراغ والور یا روی شعله کم اجاق گاز درست می‌شدن ...

با ورود خامه و شکلات و بعدترها انواع فراستینگ و کرم‌های رنگارنگ و الباقی، یواش یواش دستور کیک ساده مادر بزرگ رو گذاشتیم تو صندوقچه کنار عکس یادگاری که باهاش داشتیم و هی تو گوگل سرچ کردیم، رسی بلک فارست کیک، چاکلت لاوا کیک و کارامل و شکلات و باتر کریم و ... و هزاران دستور کیک با طرح‌ها و رنگ‌های مختلف سیو کردیم برای روز مبادا! ده‌ها مدل کیک و شیرینی درست کردیم با تزئینات چشم درار برای اینستگرام مان و تمام این مدت غافل بودیم از اینکه در حق کیک ساده اسفنجی مادر بزرگ پز کم لطفی کرده ایم .

اونوقت که یک روز وسط پیدا کردن دستور جدید کیک می‌رسی به این دستور: Persian love cake!

با خودت فکر می‌کنی اشتباه شده، کمی که به دستور دقت می‌کنی می‌بینی ترکیب زعفران و گلاب و هل با آرد و شکر و مخلفات تداعی کننده کودکی تو، همان دستور کیک مادر بزرگ را مدرنیزه اش کرده اند و به جای آرد گندم از پودر بادام استفاده کرده اند که بشود گلوتن فری (Gluten Free)!

چشم‌هایت رو می‌بندی بوی هل و گلاب و کیک از توی مطبخ سرک می‌کشد توی حیاط، همانجا که تو داری لباس عروسکت را توی حوض می‌شویی و به عروسکت که کنار گلدان شمعدانی نشسته و چشم به تو دوخته می‌گویی: تو هم گشنه ات شد!

یادت می‌آید که می‌دویدی تا آشپزخانه و مادر بزرگ بود که می‌گفت، عجله نکن کیک که سرد بشه پودر پسته و گل سرخ رو گذاشته ام تو بریزی روی کیک و دکورش کنی ...

چشم‌هایت را باز می‌کنی و زیر لب زمزمه می‌کنی:

روزی که می‌گرفتند پیمان ز نسل آدم
عشق از میان ذرات در جستجوی ما بود

غزل از غبار همدانی

رژیم‌های گلوتن فری برای افرادی مناسبند که مبتلا به سلیاک هستند و به تمام مشتقات گندم حساسیت دارند و واکنش نشان می‌دهند.

تخم مرغ: ۶ عدد
آرد: ۱۵۰ گرم
پودر بادام: نصف پیمانه
شکر: ۱۵۰ گرم
گلاب: دو قاشق غذاخوری
نمک: نصف قاشق چایخوری
ماست: یک پیمانه
روغن (کره): نصف پیمانه
هل: به مقدار لازم
دارچین: "
یلینگ پودر: "
زعفران: "

کلیسای وانک

کلیسای «سورپ آمنا پرکیچ وانک» جوغا در نخجوان گرفته شده است. این کلیسا از کلیساهای تاریخی ارمنیان اصفهان می باشد و در زمان شاه عباس دوم ساخته شده است. وانک در زبان ارمنی به معنی صومعه است.

کلیسای وانک یا آمنا پرکیچ (به ارمنی Սուրբ Ամենափրկիչ Վանկ - به انگلیسی Holy Saviour Cathedral)، به معنی (کلیسای نجات دهنده مقدس)، نام کلیسایی است در محله جلفا (اصفهان)، که از نام



زویای کلیسا با رنگ روغن نقاشی و تزئین شده است. بیشتر دیوارنگارهای کلیسا مضامینی از انجیل مقدس دارد و تصاویری از بدو تولد تا عروج عیسی مسیح بر آنها نقش بسته است. بر روی بخشی از دیوارهای کلیسا، روز رستاخیز، داوری روز رستاخیز و بهشت و دوزخ دیده می شود.

منبع: دانشنامه آزاد ویکی پدیا

مساحت کلیسای آمانا پرکیچ ۸۷۳۱ متر مربع است، که ۳۸۵۷ متر مربع آن ساختمان و بقیه فضای سبز و باغ وانک است. در دو سوی در ورودی وانک دو اتاق برای پذیرایی ساخته اند. در بالای در ورودی، برج ناقوس در سه طبقه بنا شده که در طبقه دوم آن ساعت بزرگی به وزن سیصد کیلوگرم قرار دارد.

تمامی دیوارها، طاق نماها، طوق گنبد، داخل گنبد و تمامی





یلدا

می‌توانستند استفاده کنند. این اعتقاد پدید آمد که نور و روشنایی و تابش خورشید نماد نیک و موافق بوده و با تاریکی و ظلمت شب در نبرد و کشمکش اند. مردم دوران باستان و از جمله اقوام آریایی، از هند و ایرانی - هند و اروپایی، دریافتند که کوتاه‌ترین روزها، آخرین روز پاییز و شب اول زمستان است و بلافاصله پس از آن روزها به تدریج بلندتر و شب‌ها کوتاه‌تر می‌شوند، از همین رو آنرا شب زایش خورشید (مهر) نامیده و آن را آغاز سال قرار دادند کریسمس مسیحیان نیز ریشه در همین اعتقاد دارد در دوران کهن فرهنگ اوستایی، سال با فصل سرد شروع می‌شد و در اوستا، واژه Sareda, Saredha («سَرِدَ» یا «سَرِدَ» که مفهوم «سال» را افاده می‌کند، خود به معنای «سرد» است و این به معنی بشارت پیروزی اورمزد بر اهریمن و روشنی بر تاریکی است. در برهان قاطع ذیل واژه «یلدا» چنین آمده است:

یلدا شب اول زمستان و شب آخر پاییز است که اول جدی و آخر قوس باشد و آن درازترین شب‌هاست در تمام سال و در آن شب و یا نزدیک به آن شب، آفتاب به برج جدی تحویل می‌کند و گویند آن شب به غایت شوم و نامبارک می‌باشد و بعضی گفته‌اند شب یلدا یازدهم جدی است.

تاریکی نماینده اهریمن بود و چون در طولانی‌ترین شب سال، تاریکی اهریمنی بیشتر می‌پاید، این شب برای ایرانیان نحس بود و چون فرا می‌رسید، آتش می‌افروختند تا تاریکی و عاملان اهریمنی و شیطانی نابود شده و بگریزند، مردم گرد هم جمع شده و شب را با خوردن، نوشیدن، شادی و پایکوبی و گفتگو به سر می‌آوردند و خوانی ویژه می‌گستراند، هرآنچه میوه تازه فصل که نگاهداری شده بود و میوه‌های خشک در سفره می‌نهادند. سفره شب یلدا، «میزد» Myazd نام داشت و شامل میوه‌های تر و خشک، نیز آجیل یا به اصطلاح زرتشتیان، «لُرك» Lork که از لوازم این جشن و ولیمه بود، به افتخار و ویژگی «اورمزد» و «مهر» یا خورشید برگزار می‌شد. در آیین‌های ایران باستان برای هر مراسم جشن و سرور آیینی، خوانی می‌گستراند که بر آن افزون بر آلات و ادوات نیایش، مانند آتشدان، عطر دان، بخوردان، برسم و غیره، برآورده‌ها و فرآورده‌های خوردنی فصل و خوراک‌های گوناگون، خوراک مقدس مانند «می‌زد» نیز نهاده می‌شد.

شب یلدا یا شب چله یکی از کهن‌ترین جشن‌های ایرانی است. در این جشن، طی شدن بلندترین شب سال و به دنبال آن بلندتر شدن طول روزها در نیم‌کره‌ی شمالی، که مصادف با انقلاب زمستانی است، گرمی داشته می‌شود.

یلدا به زمان بین غروب آفتاب از ۳۰ آذر (آخرین روز پاییز) تا طلوع آفتاب در اول ماه دی (نخستین روز زمستان) گفته می‌شود. خانواده‌های ایرانی در شب یلدا، معمولاً شامی فاخر و همچنین انواع میوه‌ها و رایج‌تر از همه هندوانه را مهیا و دور هم صرف می‌کنند. پس از صرف تناولات، قصه‌گویی پیرترها برای دیگر اعضای فامیل و همچنین فال‌گیری با دیوان حافظ رایج است. در لرستان به شب یلدا (چله)، «شو اول قاره» (قاهره) می‌گویند.

«یلدا» برگرفته از واژه‌ی سریانی **ܝܠܕܐ** به معنای «زایش» و «تولد» است. ابوریحان بیرونی از این جشن با نام «میلاد اکبر» نام برده و منظور از آن را «میلاد خورشید» دانسته است. در آثار الباقیه بیرونی، ص ۲۵۵، از روز اول دی ماه، با عنوان «خور» نیز یاد شده است و در قانون مسعودی نسخه موزه بریتانیا در لندن، «خُر روز» ثبت شده، اگرچه در برخی منابع دیگر «خرم روز» نامیده شده است.

چله، دو موقعیت گاه‌شمارانه در طول یک سال خورشیدی با کارکردهای فرهنگ عامه، یکی در آغاز تابستان (تیرماه) و دیگری در آغاز زمستان (دی ماه)، هریک متشکل از دو بخش بزرگ (چهل روز) و کوچک (بیست روز) است. واژه چله برگرفته از چهل (معین، ذیل واژه) و مخفف «چله» و صرفاً نشان‌دهنده گذشت یک دوره زمانی معین (و نه الزاماً چهل روزه) است.

چله و جشن‌هایی که در این شب برگزار می‌شود، یک سنت باستانی است. مردم روزگاران دور و گذشته، که کشاورزی، بنیان زندگی آنان را تشکیل می‌داد و در طول سال با سپری شدن فصل‌ها و تضادهای طبیعی خوی داشتند، بر اثر تجربه و گذشت زمان توانستند کارها و فعالیت‌های خود را با گردش خورشید و تغییر فصول و بلندی و کوتاهی روز و شب و جهت و حرکت و قرار ستارگان تنظیم کنند.

آنان ملاحظه می‌کردند که در بعضی ایام و فصول روزها بسیار بلند می‌شود و در نتیجه در آن روزها، از روشنی و نور خورشید بیشتر



AISOV
Australian Iranian
Society of Victoria
کانون ایرانیان ویکتوریا

Australian-Iranian Society of Victoria Inc. (AISOV)

P.O. Box 1161 Doncaster East VIC 3109
T: 03 9894 2644 M: 0468 460 698
Email: membership@aisov.org.au
Web: www.aisov.org.au

Membership Form

Personal/Contact Details

Main Member	<input type="radio"/> Mr <input type="radio"/> Mrs <input type="radio"/> Ms	Additional Member	<input type="radio"/> Mr <input type="radio"/> Mrs <input type="radio"/> Ms
	First Name:		First Name:
	Last Name:		Last Name:
	Date of Birth: (Optional)		Date of Birth: (Optional)
	Mobile:		Mobile:
Email:		Email:	
Postal Address:			
(No.)		(Street)	
(Suburb)		(State)	
(Postcode)			

Membership Details

EXISTING Member **New** Member Single (\$30.00) Family (\$50.00)

Payment Details

Total Annual Membership Fee:

Payment Method: Cash Bank Deposit Cheque Credit Card[^] (Visa/Master Card)

Credit Card No.:

Name on Card:

Expiry Date: / **Signature^{^^}**

[^] Your membership will be renewed automatically every year using the Credit Card information provided. Should you wish to cancel your membership, please send your request in writing to above-mentioned address/email at least 3 weeks prior to renewal date. ^{^^} Required for payments by Credit Card only.

Account details for direct Bank Deposit/EFT (please send us the receipt)

Bank: Westpac Banking Corporation
BSB: 033-395
Acc. No.: 110503
Acc. Name: Iranian Society of Victoria

Please post/email your completed form together with your proof of payment to AISOV's address/email (written on top this form). You will be notified (by email) once your membership request is processed.

Privacy Notice:

We collect your personal information to process and administer your membership application. You are entitled to request access to your personal information while we store it. We will assess all requests as required by law and will tell you why if access is denied. We may also use your personal information to tell you about our events and services which we think may be of interest to you. Please tick the box below if you do not want to receive these materials.

No, I DO NOT want to receive information from AISOV.

Office Use Only

Date Received: **Date Processed:** **Membership No.:**



برنامه موسیقی و فیلم خانه ایران

شروع مجدد از ۷ فوریه ۲۰۱۷

دومین یکشنبه هرماه (به غیر از ماه مارس)



Where: LongPlay Bar and Cinema

318, St Georges Rd, Fitzroy North 3068

When: The second Sunday of each month please note that there will not be a movie night on March due to long weekend

Time: 18:30 – 20:30

Booking/info: hopemarketing@bigpond.com

www.facebook.com/persianfair/

از ساعت ۱۸:۳۰
با ما همراه باشید

برنامه ماه فوریه: ۱۵ دقیقه اجرای پیانو و پخش فیلم کمدی «پوپک و مش ماشالله» برنامه‌های آتی و فهرست فیلم‌ها همراه با جزئیات برنامه موسیقی متعاقباً در صفحه Facebook «جشنواره ایرانی ملبورن Persian Fair» منتشر خواهد شد.
غذا و نوشیدنی در کافه‌ی سینما جهت خرید موجود است. برای رزرو بلیط و یا کسب اطلاعات بیشتر به آدرس hopemarketing@bigpond.com ایمیل بفرستید.

و از اجرای قطعات موسیقی توسط هنرمندان گرمی لذت ببرید و از خانه ایران حمایت کنید.
در هر برنامه پس از اجرای موسیقی، یک فیلم ایرانی در سینمای خصوصی LongPlay به صورت رایگان اکران می‌شود.
هزینه بلیط عادی اجرای موسیقی زنده ۱۵ دلار، برای دانشجویان و شهروندان ارشد ۱۰ دلار و برای کودکان زیر ۱۲ سال ۵ دلار است.
داوطلبان رسمی همکاری با خانه ایران می‌توانند به صورت رایگان از این برنامه استفاده کنند. عواید حاصله صرف گسترش خانه ایران خواهد شد.

http://www.pptgrounds.com/

مجله گلبانگ، از کلیه صاحبان قلم، نویسندگان، متخصصان و ... که می‌توانند ما را در تهیه مجله‌ای پربارتر برای جامعه ایرانیان ویکتوریا یاری نمایند، دعوت به همکاری می‌نماید.
لطفاً با ما از طریق ایمیل golbang@aisov.org.au در ارتباط باشید.

هیأت مدیره کانون ایرانیان ویکتوریا



دعوت به همکاری

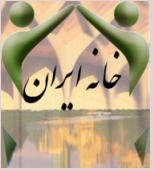
تعارف جدید آگهی‌های گلبانگ

اسپانسر طلایی سالانه \$۱۸۰۰	اسپانسر نقره‌ای سالانه \$۹۵۰	اسپانسر برنزی سالانه \$۵۰۰	شرح خدمات
-	-	✓	آگهی رایگان ۹ × ۹ (یکساله)
-	✓	-	آگهی رایگان ۱۸ × ۹ (یکساله)
✓	-	-	آگهی رایگان ۱۸ × ۱۸ (یکساله)
✓	✓	✓	آگهی بنری در وبسایت کانون
۱۵	۱۰	۵	دریافت نسخه چاپی گلبانگ
۴	۲	۱	بلیط رایگان جشن نوروز یا مهرگان
✓	✓	✓	دریافت نسخه الکترونیکی گلبانگ
۴	۲	۲	دریافت کارت عضویت کانون
✓	✓	✓	دریافت دعوتنامه کلیه برنامه‌ها
✓	✓	✓	اولویت در خرید بلیط مراسم / جشن‌ها
✓	✓	✓	شرکت رایگان در شب شعر/ کتاب خوانی
✓	✓	✓	تخفیف ۵٪ در کلاسها و سمینارهای کانون (موسیقی، رقص، زبان، کامپیوتر، ورزش و...)
✓	✓	-	تخفیف ۵٪ در برنامه‌های عمومی (چهارشنبه سوری، سیزده بدر و...)
✓	✓	✓	تخفیف ۲۵٪ در برنامه‌های فرهنگی (کنسرت، جشنواره و...)
✓	✓	✓	امکان شرکت و حق رای در مجمع عمومی
✓	✓	✓	امکان نامزد شدن در انتخابات هیئت مدیره (پس از ۲ سال عضویت)

همانطور که پیش‌تر نیز در این شماره بدان اشاره شد با هدف تشویق و ترغیب صاحبان مشاغل و کسب و کارهای فعال در استرالیا به معرفی کالاها و خدمات خود به جامعه ایرانی مقیم ویکتوریا، از ابتدای سال جاری سلسله تغییراتی در سیستم درج آگهی در گلبانگ اعمال شده است. از این پس آگهی‌های بازرگانی گلبانگ به صورت سالانه و در قالب سه بسته برنزی، نقره‌ای و طلایی ارائه خواهد شد. فهرست مزایا و خدمات در نظر گرفته شده برای هر یک از این بسته‌ها در جدول روبرو آمده است. در صورت تمایل به تمدید انتشار آگهی خود در گلبانگ و یا درج آگهی جدید با ایمیل golbang@aisov.org.au و یا موبایل ۶۹۸ ۴۶۰ ۴۶۸ تماس حاصل فرمایید.
با سپاس - گروه بازاریابی گلبانگ

برنامه‌های آینده و هر ماهه کانون

مکان	شرایط حضور	زمان	برنامه
Warrandyte Senior Centre, Corner of Taroona St. and Warrandyte Rd.	ویژه شهروندان ارشد ایرانی	سه شنبه هر هفته از ساعت ۱۳ تا ۱۶	بولینگ روی موکت
Doncaster Senior Citizens Club 895-901 Doncaster Road Doncaster East, 3109	ویژه شهروندان ارشد ایرانی	جمعه هر هفته	تخته نرد
79 Mahoneys Road, Forest Hill VIC 3131	هزینه دوره ۴ جلسه ای ۵۰ دلار و به صورت تک جلسه ای ۱۵ دلار	یکشنبه هر هفته از ساعت ۱۱:۳۰ الی ۱۳	یوگا؛ هنر زندگی
Doncaster Senior Citizens Club 895-901 Doncaster Road Doncaster East, 3109	حضور برای عموم آزاد و رایگان است. لطفاً برای ثبت نام با شماره ۰۴۶۸۴۶۰۶۹۸ تماس بگیرید.	یکشنبه ۵ مارس ۲۰۱۷	سمینار خشونت خانوادگی
	اطلاعات تکمیلی متعاقباً اعلام خواهد شد	سه شنبه ۱۴ مارس ۲۰۱۷	چهارشنبه سوری
The Grand on Princess 2251 Princes Hwy, Mulgrave VIC 3170	اطلاعات تکمیلی متعاقباً اعلام خواهد شد	شنبه ۲۵ مارس ۲۰۱۷ از ساعت ۱۹ تا پاسی از شب	جشن نوروز ۱۳۹۶
	اطلاعات تکمیلی متعاقباً اعلام خواهد شد	یکشنبه ۲ آوریل ۲۰۱۷	سیزده بدر



سلسله سمینارهای خشونت خانوادگی

متأسفانه آمار موارد خشونت خانوادگی در ایالت ویکتوریا به طور بسیار نگران کننده ای رو به افزایش است؛ به گونه ای که طبق آمار دادگاه پزشکی قانونی ویکتوریا، در سال ۲۰۱۶ بطور متوسط در هر دوازده روز یک زن یا کودک قربانی خشونت خانوادگی شده است و تعداد بیشتری نیز در خانه توسط همسر یا دیگر آشنایان در معرض اعمال خشونت قرار گرفته اند.

در این راستا و با هدف افزایش آگاهی جامعه در رابطه با چگونگی و انواع خشونت خانوادگی و همچنین دلایل ریشه ای این رفتار ناهنجار، خانه ایران با همکاری کمیسیون چند فرهنگی ویکتوریا، کانون ایرانیان ویکتوریا، کانون جوانان ایرانی ویکتوریا و همچنین شهرداری میننگهام اقدام به برگزاری یک رشته سمینارهای آموزشی رایگان در این زمینه نموده است. این سمینارها توسط متخصصین این حوزه برگزار خواهد گردید.



Address: Doncaster Senior Citizens Club
895-901 Doncaster Road, Doncaster East, 3109

ارائه کنندگان برنامه

Dr Kristin Diemer, Senior Research Fellow on Violence Against Women and Children, University of Melbourne

Dr Roozbeh Malekzadeh, General Practitioner and Counsellor

Mr. Hamid Homayouni, Life Coach and Psychotherapist

نخستین سمینار روز یکشنبه ۵ مارس ۲۰۱۷ از ساعت دو تا چهار و نیم در محل Doncaster Senior Citizens Club برگزار خواهد گردید.

لطفاً برای ثبت نام و یا کسب اطلاعات بیشتر پیرامون این سمینار رایگان هر چه زودتر و یا حداکثر تا تاریخ ۱۵ فوریه با شماره تلفن ۰۴۶۸۴۶۰۶۹۸ تماس حاصل نمایید.

با سپاس و به امید دیدار شما - خانه ایران

— با همکاری —



THE UNIVERSITY OF
MELBOURNE



AISOV
 Australian Iranian
 Society of Victoria
 کانون ایرانیان ویکتوریا



مجمع عمومی فوق العاده خانه ایران

دستور جلسه عبارت است از:

- گزارشی کوتاه پیرامون اصلاحیه مورد بحث
- رای گیری برای اصلاح یک بند از مفاد اساسنامه

هیئت مدیره خانه ایران به منظور اصلاح مجدد یکی از مفاد اساسنامه مصوب مجمع عمومی اوت ۲۰۱۶ و انطباق آن با Associations Incorporation Reform Regulations (2012) از اعضای محترم برای شرکت در جلسه مجمع عمومی فوق العاده در ساعت ۱۹ روز دوشنبه ۱۳ فوریه ۲۰۱۷ در محل دفتر کانون ایرانیان ویکتوریا دعوت به عمل می آورد.

به امید دیدار شما عزیزان
هیئت مدیره خانه ایران

تاریخ: دوشنبه ۱۳ فوریه ۲۰۱۷

زمان: ۱۹ تا ۲۰

محل: 79 Mahoneys Road
Forest Hill VIC 3131



عروس خانم.... من وکیلیم؟

شیده کریمی (بقایی)

دارای جواز رسمی برای
به ثبت رساندن ازدواج شما
در دفتر ثبت اسناد استرالیا.

Shideh Karimi

Authorised Civil Marriage
Celebrant

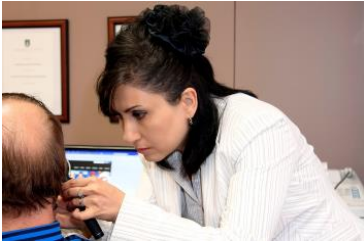
Mobile: 0421 897876

Email: shideh.karimi@gmail.com

برای اجرای عقد باستانی ایرانی و
ازدواج استرالیایی به زبان فارسی
یا انگلیسی آماده به خدمت هستم.



کلینیک شنوایی تک



خدمات رایگان برای شهروندان ارشد و دارای کارت بازنشستگی

ارزیابی تشخیصی شنوایی (از سن شش ماهه به بالا)

ارزیابی صدای وزوز گوش

آزمون فیزیولوژی سلولهای شنوایی

تجویز انواع سمعک های دیجیتال-هوشمند-بلوتوث دار و نامریی با کمترین قیمت

شستشو و ساکشن کانال گوش

ساخت قالبهای ضد صوت و ضد آب

ادیولوژیست: دکتر یزدانه امیریزدانی گالت

Shop 29, Bulleen Plaza Shopping Centre

79-109 Manningham Road

BULLEEN 3105 VIC



www.aceaudiology.com.au

Ph: 03 9850 8888

yaz@aceaudiology.com.au



مدرسه زبان فارسی

Iranian Cultural School

◀ کلاس های آمادگی تا دهم دبیرستان

◀ کلاس های 1, 2, 3 & 4 VCE Units

◀ کلاس های فارسی ویژه بزرگسالان انگلیسی زبان

تلفن تماس: 0430 799 757

شنبه ساعت 1:55 الی 5:40 بعد از ظهر



کلینیک دندانپزشکی دکتر نیما عرفاتی

دندانپزشکی مدرن با جدیدترین دستگاههای دیجیتال و آخرین تکنولوژی روز دنیا



دندانپزشکی اطفال

ترمیمی و زیبایی

درمان ریشه

جراحی دندان عقل نهفته

ارتودنسی ثابت و متحرک

اورژانس دندانپزشکی

پروتزهای ثابت و متحرک

انواع ایمپلنتهای دندانی

بلیچینگ (سفید کردن)

پذیرش کلیه بیمه های درمانی ، طرح \$1000 مدیگر برای افراد واجد شرایط 2 تا 17 سال و ارائه خدمات ارتودنسی و ایمپلنت بصورت اقساط

(03) 8838 0036

Shop 56, The Pines Shopping Centre, 181 Reynolds Road, Doncaster east, VIC 3109

Terms and Conditions Apply, See: <http://sweetsmiledental.com.au/tc/> *Surgical & invasive procedures may carry risks. Before proceeding you may wish to seek a second opinion...

تعمیرات سازهای
تار و سه تار
با کیفیت عالی
با قیمت مناسب
توسط مهندس بهروز مینافی
0448 900 201

Snap
level2
Snap Printing Carlton
• Flyers
• Posters
• Booklets
• Business Cards
Snap Carlton
T: 03 9947 6411
carlton@snap.com.au
www.carlton.snap.com.au

تدریس خصوصی
تار و سه تار
نوما مهران مدثر
دانش آموزان ممتاز موسیقی
از دانشگاه هنر تهران
تلفن: 0415349120

وکیل با سابقه در کلیه امور حقوقی
سوسن عبودی (نویدی)
(از دانشگاه ملبورن)

امور مهاجرتی، تحصیل، اقامت و پناهندگی
امور استخدامی
خرید و فروش خانه conveyancing
جمع آوری مطالبات معوقه (Debt Collection)
تهیه و تنظیم قراردادهای
تنظیم وصیت نامه

Tel: 9890 0797 Fax: 9890 0950

Mob: 0411 068 221

soboodi@yahoo.com

Suite 9, 10-12 Prospect St,
Box Hill, Victoria, 3128
MARN 9686577

قابل توجه متقاضیان فراگیری

سازن

فراگیری نی در کلاسهای آنلاین
استاد امیراسلامی
استاد دانشگاه موسیقی دانشگاه هنر تهران
ساکن ونکوور

کلاسها از طریق اسکایپ برگزار می گردند.

www.amireslami.com

M +1 604 329 2401

E eslamiamir@hotmail.com



Visa & Migration Services

خدمات مهاجرتی
و ویزای اوشیانا

Dr Behzad Keramati Nigjeh

دکتر بهزاد کرامتی نیگجه

وکیل مهاجرتی ثبت شده در استرالیا (MARN: 0849101)
ارائه خدمات امور مهاجرتی و کلیه ویزای استرالیا به
متقاضیان حاضر در استرالیا یا ساکن خارج از استرالیا از
جمله ویزای اقامت دائم - ویزای تحصیلی - ویزای تجاری -
ویزای سرمایه گذاری - ویزای همسر و نامزد - ویزای والدین -
ویزای بازنشستگی - ویزای اولاد - ویزای پناهندگی -
Bridging ویزا - وکالت متقاضی در تریبونال

۱۵ دقیقه مشاوره اولیه رایگان برای متقاضیان در استرالیا
در صورت تمایل، با شما در مکان خودتان ملاقات می کنیم.

Address: 103, Shane Avenue, Seabrook, VIC 3028

Tel: 03 93277606 Mobile: 0411882050

Email: behzad@oceaniavisa.com.au

BOOK NOW
PAY LATER

0%
INTEREST
FREE*

- AIR FARES
- HOTELS
- CAR RENTAL
- TRAVEL INSURANCE
- MIGRATION SERVICES

CALL US TODAY!

03 9383 6999

0435 913 001-MAHSHID

CedarJetTravel

*Approved customers only. Conditions, fees and charges apply. Credit provided by Latitude Finance Australia (ABN 42 008 583 188), Australian Credit Licence 902145.

اسناد و مدارک

ترجمه رسمی

توسط دکتر مهدی عبودی

با مجوز از سازمان مترجمین رسمی استرالیا، ناتی

Tel.: 0403 931 484

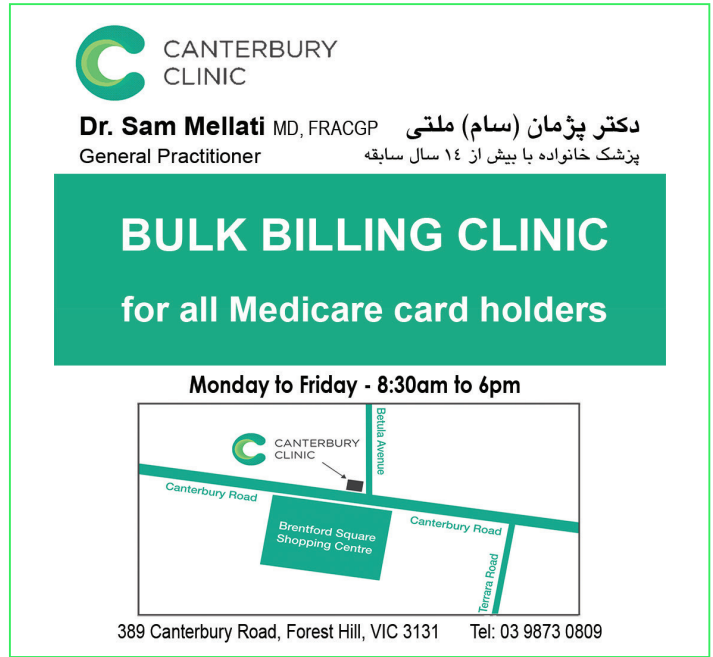
www.mehdisoodi.com.au



پی‌ک
ONLINE PERSIAN CLASSIFIEDS

نیازمندیهای آنلاین پارسی
ONLINE PERSIAN CLASSIFIEDS
هم‌اکنون در اختیار شماست...
www.peyk.com.au
f /PeykAustralia

اگر جنسی برای فروش دارید، اگر خدمات و بیزنس‌تان را می‌خواهید به فارسی‌زبانان معرفی کنید، اگر به دنبال یک دوره آموزشی به زبان فارسی هستید، یا اگر در جستجوی یک رستوران ایرانی و یا افغانی هستید، پی‌ک پاسخ‌گوی تمام جستجوهای شماست، به زبان فارسی و در سراسر استرالیا.



CANTERBURY CLINIC
دکتر پژمان (سام) ملتی MD, FRACGP
General Practitioner پزشک خانواده با بیش از ۱۴ سال سابقه

BULK BILLING CLINIC
for all Medicare card holders

Monday to Friday - 8:30am to 6pm

389 Canterbury Road, Forest Hill, VIC 3131 Tel: 03 9873 0809



کلینیک تخصصی INSTANT LASER CLINIC

تخصص در برداشتن موهای زائد بوسیله آخرین تکنولوژی لیزر

- تزییقات ضد چروک، فیلر، PRP
- پاک و زیباسازی پوست از هرگونه جوش، لکه و کک‌ومک - لایه برداری پوست
- ترمیم پوست و چین و چروک صورت و گردن بدون جراحی و بوسیله تکنولوژی فراکسل
- و همچنین، ترمیم زخم‌های ناشی از آکنه و آبله، ترک بعد از زایمان و پیلینگ
- کاهش چربی و سلولیت در اطراف پاها، شکم و باسن بدون جراحی
- تاتوی خط چشم، لب و ابرو؛ برداشتن تاتوی بدن بوسیله آخرین تکنولوژی لیزر
- ترک سیگار بوسیله لیزر؛ سفید کردن دندان در یک ساعت
- کشیدگی و ترمیم پوست

- Latest technology for skin pigmentation
- Laser hair removal
- Anti-wrinkle injection, dermal filler & PRP
- Micro dermabrasion, photo rejuvenation
- Cool-sculpting fat & cellulite reduction
- Laser tattoo removal, cosmetic tattoo
- 1 hour teeth whitening
- Thread facelift
- Laser skin peel (resurfacing)

با بیش از ۱۸ سال تجربه و مجهز به جدیدترین تکنولوژی‌های پیشرفته در خدمت هموطنان عزیز

LASER **INSTANT LASER CLINIC**
181 High St, Kew
03 9851 8900
www.instantlaserclinic.com.au





NUTSCUBE™

15% off
Code: GOLBANGIS

Enter "GOLBANGIS" discount code at checkout to receive %15 discount on all purchases made online. Terms and conditions apply, excluding shipments.

Eat Healthy, Be Healthy
Go Nuts! A Handful a Day Keeps the Doctor Away

www.nutscube.com.au  www.facebook.com/nutscube



Pearl Ceramics & Tiles

عرضه کننده متنوعترین و مرغوبترین کاشی های کف و دیواری.

تولیدات کارخانجات کاشی تیریز با مدرن ترین ماشین الات دیجیتال ایتالیا

و با همکاری کارخانجات کرابن اسپانیا.

لطفا از نمایشگاه/فروشگاه ما به ادرس
148 Rooks Road, Nunawading 3131
دیدن فرمایید.

ساعات کار: دوشنبه - شنبه ۸:۵ الی ۵:۳۰
یکشنبه ها و خارج از وقت کاری با تعیین وقت قبلی.

Tel: (03) 8838 8673, (03) 9857 9805
Mob: 0481 766 233, 0422 247 797
Web site: www.pearlceramicstiles.com



پرشیا تراول آزانس

PERSIA TRAVEL

ارزانترین بلیط پرواز به ایران و سایر نقاط جهان

خدمات آنلاین

- رزرواسیون و صدور بلیط هواپیما
- رزرواسیون هتل و آپارتمان
- رزرواسیون اتومبیل کرایه
- صدور انواع بیمه های مسافرتی
- پشتیبانی تلفنی فارسی زبان

1300 10 50 90
(03) 9111 0770

www.persiatravel.com.au

آموزش رانندگی کرمل
Carmel Driving School

در خدمت هموطنان و دوستان

برای دریافت گواهینامه رانندگی و هر نوع راهنمایی با ما تماس بگیرید

آموزگار با تجربه - نتیجه بهتر، قیمت ارزان تر و در مدت کوتاه تر

جلسه اول با تخفیف ویژه ۳۰ دلار
9806 1602 - 0413 183 773

فیروز صلاحی فر
عضو اتحادیه آموزش رانندگی ویکتوریا (VTD Qualified)




Miniature PERSIA

EARTH ESPICE

Perfect Skin LASER CLINIC

RADIO NESHAT
www.radioneshat.com

A&A RAINBOW MASTER PAINTERS

1 TO Z CAFE & RESTAURANT

NEW HORIZONS



IMAN Design & Print

خدمات حرفه ای طراحی گرافیک و چاپ

- ♦ طراحی لوگو، اوراق اداری، بروشور، فلایر، کاتالوگ
- ♦ انواع سایین تجاری و اداری
- ♦ طراحی وب سایت

0413 569 448 - www.imanbarabadi.com

Kayhan International Pty.Ltd.

Kayhan Money Exchange

G. Jamshidi
Managing Director

Tel : 0061 3 9787 8942

Fax: 0061 3 9018 4370

Mob:0061 419 303 415

www.kayhanex.com

Email:info@kayhanex.com

صراف کیهان

زیر مجموعه کیهان اینترناشنال

ارائه خدمات ارزی

از استرالیا به ایران و بالعکس

مدیر عامل : قاسم جمشیدی

خدمات حرفه‌ای صرافی و انتقال ارز در استرالیا

✓ دو شعبه فعال در شهر ملبورن

✓ صرافی رسمی با مجوزهای قانونی از بانک مرکزی، Austrac و Fintrac

✓ بهترین نرخ برای تبدیل نقدی انواع ارزهای معتبر بدون کارمزد

✓ خدمات انتقال سریع ارز بین استرالیا، کانادا، امارات و ایران

✓ تنها صرافی دارای کارت خوان بانک‌های ایران در استرالیا



 **MoneyMEX™**

Better rates

Registered Money Transfer

Australia (AUSTRAC): IND100253638-001 - Canada (MSB): M11227208 شماره ثبت: ۴۸۹۹۵ - شماره مجوز: ۲۴۸۰۳۰

Australia, Melbourne

☎ 1300 880 120
+61 3 990 838 40-9
☎ 0420 411 511
📍 Shop G46, Westfield S/C
619 Doncaster Road
Doncaster VIC 3108
✉ au@moneymex.com

Canada, Vancouver

☎ 1800 340 1390-1
☎ +1 604 700 9909
📍 227A, 1433 Lonsdale Ave
North Vancouver
BC, V7M2H9
✉ ca@moneymex.com

Iran, Mashhad

☎ ۰۵۱ - ۳۵۱۵۰
☎ ۰۹۱۲ ۱۲۰ ۶۱۱۸ - ۰۹۱۲ ۷۹۹ ۴۸۹۹
📍 ایران، مشهد،
مجمع تجاری ویلاژتوربست، صرافی مانیمکس
کد پستی: ۹۳۵۱۹۹۶۱۵۶
✉ ir@moneymex.com

 **صرافی مانیمکس**

تبدیل بهتر

شرکت تضامنی صرافی مجید اصلی و شرکاء

با مجوز رسمی از بانک مرکزی جمهوری اسلامی ایران - شماره ثبت: ۴۸۹۹۵ - شماره مجوز: ۲۴۸۰۳۰

حسن نوروز
کانون ایرانیان ویکتوریا

۱۳۹۶ خورشیدی
۲۰۱۷ میلادی

Australian-Iranian Society of Victoria Persian New Year (Nowruz)



Saturday 25 March 2017
7 to 11pm

Grand on Princes:
2251 Princes Hwy
Mulgrave, 3170



AISOV
Australian Iranian
Society of Victoria
کانون ایرانیان ویکتوریا

GOLBANG

Official Monthly Magazine of the
Australian Iranian Society of Victoria

If Undeliverable, please return to:
P.O. Box 1161

Doncaster East VIC 3109

For all changes please email membership@aisov.org.au

PRINT POST
100022754

POSTAGE PAID
AUSTRALIA