

قشم ایر

Qeshm Air

Qeshm Air Inflight Magazine | July 2016

مجموعه درون پروازی قشم ایر | تیرماه ۱۳۹۵

۱



B&O
90

مجموعه ای خاص از سیستم های صوتی و تصویری بنگ اند الفسن
در رنگ جذاب رز گلد به مناسبت نودمین سالگرد فعالیت



B&O
BANG & OLUFSEN

بام وافن پارس
نماینده گی انحصاری بنگ اند الفسن داممارک
دفتر مرکزی: اقدسیه، ابتدای بلوار ارتش، ساختمان نگین، پلاک ۱۵۶
شعبه شریعتی: خیابان شریعتی، پلاک ۱۱۱، روبروی خیابان سهیل
شعبه شهرک غرب: ایران زمین ابتدای مهبستان، مرکز تجاری گلستان، پلاک ۱۴۱
تلفن: ۲۸۱۰۴
www.bamolgh.com





سام و افق پارس

نماینده‌گی انحصاری و لتوچینه ایتالیا

دفتر مرکزی: اقدسیه، ابتدای بلوار ارتش، ساختمان نگین، پلاک ۱۵۶

شعبه تبریزی: خیابان شریعتی، بالاتر از پل صدر، روی روی خیابان سهیل

شعبه شهرک غرب: ایران زمین، ابتدای میهنستان، مرکز تجاری گلستان، پلاک ۱۴۱

www.bamofogh.com

تلفن: ۲۸۱۰۴



VALCUCINE 
INGEGNO ITALIANO

smeg
technology with style

اسمگ لوازم خانگی متفاوت (ساخت ایتالیا)



بام و افق پارس

نماینده انحصاری اسمگ ایتالیا

دفتر مرکزی: اقدسیه، ابتدای بلوار ارتش، ساختمان نگین، پلاک ۱۵۶

شعبه شیرینی: خیابان شیرینی، بالاتر از پل صدر، روی روی خیابان سهیل

شعبه شیرینک غرب: ایران زمین، ابتدای مهبسان، مرکز تجاری گلستان، پلاک ۱۴۱

تلفن: ۲۸۱۰۴

www.bamofogh.com





ARTE VENEZIANA®

بام و افق پارس
 نمایندگی انحصاری Arteveneziana ایتالیا
 اقدسیه، ابتدای بلوار ارتش، ساختمان نگین، پلاک ۱۵۶
 تلفن: ۲۸۱۰۴
www.bamofogh.com





FILA Comming Soon In **Royal Center**





لی نینگ حامی البسه کاروان ورزشی
ایران در المپیک ریو ۲۰۱۶





www.li-ning.com



BMW



فروشگاه B&B لایف استایل مرجع فروش محصولات اورجینال
بی ام و ، مرسدس بنز (Mercedes-Benz & BMW) در ایران



Mercedes-Benz



هلدينگ B&B اولين وارد كننده
محصولات لايف استايل، اكسسوري و
لوازم يدكي مرسدس بنز و بي ام و
از آلمان

B&B Lifestyle

بلوار اندرزكو، تقاطع قيطريه، پلاك ۶۲۲

B&B Service (كار اسپرت سايق):

خيابان دكتر بهشتي، خيابان كاووسي فر،
نيش كوچه سينك

امور مشتريان: ۰۲۱-۲۲۲۹۹۸۲۲

 www.BBshop.ir

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



اگر مشتری جداری از گزینه های اول شما در انتخاب مکانی برای اقامت است، به شما هتل پنج ستاره شیراز را پیشنهاد می کنیم. این هتل که بر فراز سلسله جبال شمال شیراز، زادگاه فرهنگ و هنر ایرانی بنا گردیده است از هتل های لوکس و منحصر به فرد استان فارس است که با بهترین امکانات و خدمات می کوشد تا اقامتی به یاد ماندنی را برای شما رقم زند. اشراف به دروازه قرآن و باغ های شیراز، نزدیکی به اماکن تاریخی تخت جمشید، حافظ، سعدی، امکان دسترسی آسان به فرودگاه و شاهراه های اصلی، این هتل را از نظر مکانی نیز در شرایطی منحصر به فرد قرار داده است.



از روایتا واقعیت

آدرس: شیراز، دروازه قرآن تلفن: ۰۷۱-۳۲۲۷۴۸۲۰

www.shiraz-hotel.com

مجموعه گردشگری
هفت خان
چنوان
HAFT KHAN
Restaurant Complex



از ساعت ۷ صبح تا پاسی از شب یکسره پذیرای شما هستیم.

شیراز / بلوار قرآن
تلفن: ۳۲۲۸۰۰۰۰ - ۳۲۲۷۰۰۰۰
رزرواسیون: ۰۹۱۷ ۷۸ ۷۸ ۴۰۰
پیرونی: ۰۹۱۷ ۷۸ ۷۸ ۵۰۰
واحد هنری: ۰۹۱۷ ۷۸ ۷۸ ۶۰۰
روابط عمومی: ۰۹۱۷ ۷۸ ۷۸ ۹۰۰

خوان چهارم، کافی شاپ زیر



مجموعه ای شامل
۵ رستوران
و ۲ کافی شاپ



خوان اول، رستوران سنتی فرود

خوان پنجم، رستوران ملل نوفل



خوان ششم، کافی شاپ گیسپا

خوان دوم، پوفه آزاد سینما خت



خوان هفتم، باریکیو گرسینوز



خوان سوم، فست فود بلیان

همراه با موسیقی زنده در کلیه طبقات

www.haftkhanco.com

haftkhanco

رستوران قلوب

غذاهای ایتالیایی ، کافی شاپ



Café Florence

متفاوت مزه کنید!
Taste different!



Café Florence
ITALIAN FOODS - COFFEE SHOP

شریعتی، پایین تر از پل رومی، پلاک ۱۸۰۴ | تلفن : ۲۲۶۰۷۰۷۵



Follow us : Cafe_florence

www.cafe-florence.com

”دووب“ شوید!

#getdoobed in our store



doob
3D Technology

برای رزرو زمان اسکن، با ما تماس بگیرید
(+۹۸ ۲۱) ۲۲۶۶۰۶۴۱ – ۲۲۶۶۰۶۵۱

مرکز خرید پالادیوم، طبقه اول، واحد ۱۰۹
No. 109, First floor, palladium mall

✉ info@doob-3d.ir @www.doob-3d.ir
📱 @doob-3d.ir 📧 telegram.me/doob3d.ir

دووب چیست؟

دووب، روشی نو و مدرن در دنیای سه بعدی است که لحظه ها را به شیوه ای نو ثبت می کند.

در این روش با حضور در فروشگاه دووب، از شما تصویری سه بعدی تهیه می شود سپس این تصاویر توسط شرکت دووب آلمان به مدل های سه بعدی تبدیل شده و در نهایت بصورت مجسمه های ۱۰ الی ۳۵ سانتی متری (سه بعدی و تمام رنگی با امکان استفاده از ۱۶ میلیون رنگ) مشابه شما تولید و در اختیارتان قرار می گیرد.

شما می توانید خانواده، دوستان، خودتان و هرآنچه که دوست دارید را به مدت یک عمر بصورت مجسمه های واقعی نگهداری و حتی تکثیر کنید.

Lindt

EXCELLENCE



Lindt

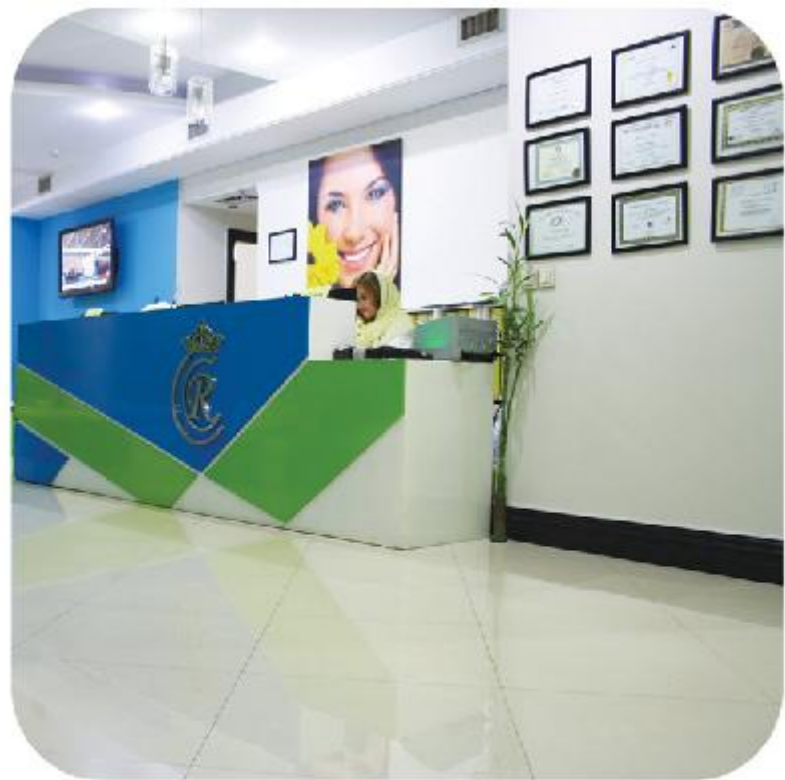
SO THIN. SO INTENSE.



EXCELLENCE: Experience a masterfully balanced blend of the finest cocoa beans with subtle fruit and floral undertones, and a hint of natural vanilla. So thin, so intense. LINDT EXCELLENCE, discover your favourite flavour. LINDT Master Swiss Chocolatier since 1845.



NOW AVAILABLE IN IRAN



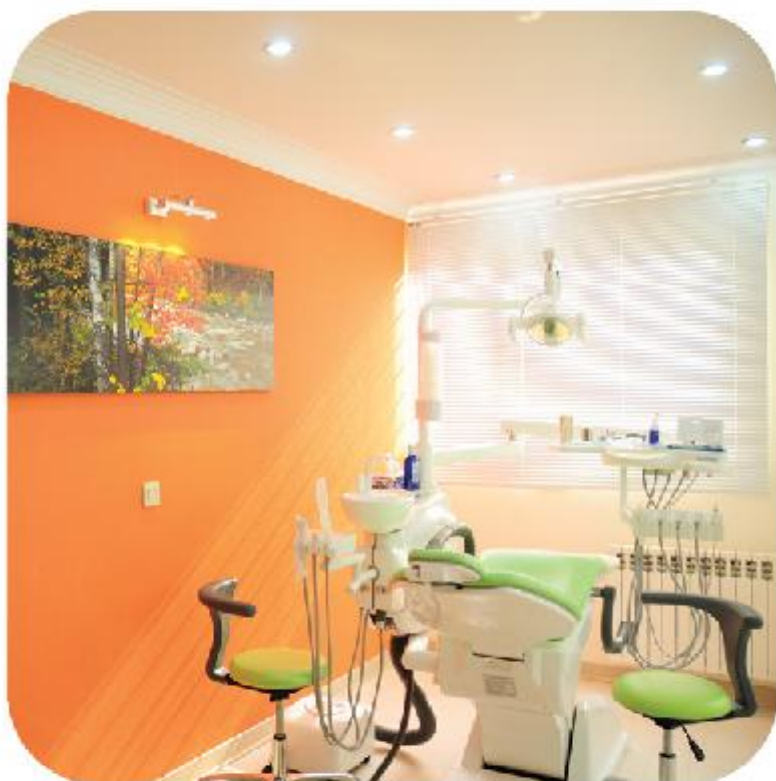
- ◆ ارتودنسی به روش دایمون،
- ◆ ارتودنسی سرامیکی ولینگوال
- ◆ اصلاح طرح لبخند:
- ◆ لمینت، لومینرز، کامپوزیت ونیر
- ◆ بخش پروتز و درمان ریشه
- ◆ بخش پیشگیری و کارت سلامت

- ◆ بخش تخصصی ایمپلنت روپال:
- ◆ جراحی سینوس لیفت
- ◆ پیوند استخوان جهت افزایش طول
- ◆ و عرض استخوان فک
- ◆ بخش تخصصی ارتودنسی:
- ◆ ارتودنسی ثابت، ارتودنسی نامرئی،

روپال کلینیک

کلینیک دندانپزشکی رویال

www.royalclinic.ir



شعبه ۱: خیابان کارگر جنوبی
پانین تر از میدان حـ
نیش کوچه صفاریان طبقه اول
تلفن: ۰۲۱ ۶۶۴۱۱۵۷۷

شعبه ۲: اقدسیه مـ وحد دانش
روبروی خیابان سپند مـ اجتماع
فوق تخصصی صاحبقرانیه طبقه ۳
واحد ۳۰۷ تلفن: ۰۲۱ ۴۰۲۶۰۰

کلینیک دندانپزشکی رویال

www.royalclinic.ir



السياحة في ايران

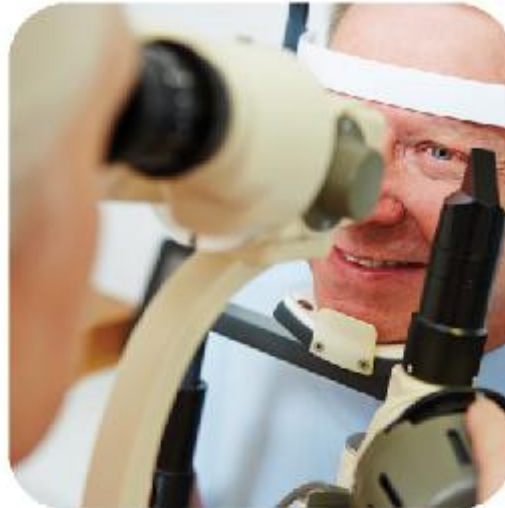
شمال ايران، اصفهان
شیراز، مشهد و ...
حجز طهران-قطار

MEDICAL TOURISM

ايران، تهران، ابتداء وليعصر، نرسیده به
چهارراه مختاری، پلاک ۴۹
همراه: ۰۹۱۲۴۵۹۴۲۹۷-۰۹۱۲۴۵۹۴۲۹۴
العنوان: جمهورية ايران الإسلامية، طهران،
مجاور محطة القطار، مدخل شارع وليعصر،
قبل تقاطع مختاری، رقم ۴۹
مستشار الطب: 00989124379294
مستشار السیاحی: 00989124594297
هاتف: 00982155489525



WWW.GOLBALGASHT.COM



إِذَا مَرَضْتُ فَهَوَ يَشْفِين

ما تتميز به شركة گل بال گشت هـو
الكادر الرجالي والنسائي المتميز الذي
يجيد التحدث باللغة العربية و الفارسية
و كذلك الأطباء و الإستشاريين ذوي
الخبرة و الكفاءة العالية و التركيز على
التعامل مع المستشفيات المعروفة
بالسمعة الجيدة و الكفاءة ساعين
بذلك أن تكون الرحلة السياحية الطبية
بأقل التكاليف مع نتائج مضمونة بعون.
نختصر لكم الوقت دون الأنتظار.

فيشرف شركتنا أن تقدم لكم جميع
خدمات العلاج و الإستشارة في أرقى
المستشفيات، علاج كافة الأمراض و
المشاكل الطبية بأحدث الطرق و أفضل
الأجهزة و أمهر الأطباء الإيرانيين
ذوالخبرة:

جميع خدمات طب العيون

زراعة الشجرة

علاج أمراض الأنف و الأذن و الحنجرة

تجميل

علاج أمراض القدم و اللثة و الأسنان

جراحة العظام و المفاصل

علاج العقم و أطفال الأنابيب

(مع حضور الطبيبات النسائية)

خدمات و عمليات القلب

(جراحة مفتوحة و مغلفة)

علاج أمراض الجملة العصبية و الدماغ

جراحة البواسير بالليزر

علاج أمراض المسالك البولية

علاج أنواع السرطان



ایرسا

درمانگاه تخصصی
پوست، مو، زیبایی و لیزر
کاشت موی طبیعی

IRSA Dermatology Center

Skin, Hair, Laser, Beauty and Hair Transplantation

کلینیک سرپایی، شامل ویزیت و درمان بیماری‌ها

کلینیک تخصصی پیوند موی طبیعی

کلینیک تخصصی جراحی پوست

کلینیک تخصصی لیزر



بهمکاری اساتید برجسته

و متخصصین پوست از سوئیس و فرانسه



شیراز، خیابان قمردشت، بلوار میرزای شیرازی، روبه‌روی بیمارستان قلب کوثر، پلاک ۱۰۰

تلفن: ۳۶۲۴۵۱۵۶ / ۳۶۲۳۳۰۳۱ / ۳۶۲۳۳۰۳۱ - ۰۷۱

Unit 100, Opposite of Kosar Hospital, Mirzaye Shirazi Blvd, Ghasrodasht St, Shiraz, Iran

Tel: 071 -36353031 / 36233031 / 36245156

www.irsamedical.com | info@irsamedical.com

ماهنامه درون پروازی شرکت هواپیمایی قشم

صاحب امتیاز: شرکت هواپیمایی قشم

مدیر مسئول: عباس مسیبی

سر دبیر: داود ربیعی

مجری طرح و مدیر تبلیغات: هاشم زاده

مدیر طرح و توسعه: مریم خلیل پناه

امور بازرگانی نشریه: محمد امین هاشمی

مدیر فروش: مهدی سمبیری

مدیر هنری: علی رضا مساوات

صفحه آرا: مژگان خداوردی

سازمان آگهی:

۰۹۱۰۱۴۸۰۷۲۷ - ۰۲۱۲۲۲۱۵۳۰۸

نشانی دفتر مرکزی شرکت هواپیمایی قشم:

جزیره قشم بلوار امام قلی خان، میدان گلها،

شرکت بین المللی هتل‌های سورینت قشم

تلفن: ۷-۵۳۳۵۱۶۱ - ۷۶۳ - ۹۸ +

نمابر: ۵۳۳۵۱۶۰ - ۷۶۳ - ۹۸ +

دفتر نمایندگی تهران: بزرگراه شهید

لشگری (جاده مخصوص کرج) روبروی

سه راه فرودگاه، خیابان شهید ریاحی،

پلاک ۱۲، ساختمان قشم ایر

تلفن: ۲۱-۴۷۹۹۰۰۰۰ - ۲۱ - ۹۸ +

نمابر: ۴۴۶۹۶۶۱۲ - ۲۱ - ۹۸ +

www.qeshm-air.com

Info.qeshm@qeshm-air.com

قشم ایر

Qeshm Air | Qeshm Air Inflight Magazine | July 2016

ماهنامه درون پروازی شرکت هواپیمایی قشم | شماره ۱ | شهریور ۱۳۹۵



فهرست

۲۴	چگونه به فردی خلاق تبدیل شوم؟	۲	دختری با خط‌های طلایی
	بازدید نمایندگان آژانس ایمنی هوانوردی اروپا	۶	از آغاز تا آرزو با رضا یزدانی
۲۶	از شرکت هواپیمایی قشم	۱۴	برای شما که سنی از تون گذشته ...
۲۸	چطور ایمنی مسافر در پرواز تضمین می‌شود؟	۱۶	آقایان در مصاحبه کاری چه پیوشند؟
	حضور قشم ایر به عنوان تنها ایرلاین غیر دولتی ایران در	۱۸	افسردگی؛ بیماری شایع قرن
۳۰	هفتاد و دومین اجلاس سالیانه یاتا	۲۰	چرا سوتلانا الکسیویچ نوبل ادبیات را برد؟
	نخستین نشست روسای ایستگاه‌های	۲۲	پایان امپراطوری یک ملکه
۳۴	شرکت هواپیمایی قشم		

آسمان فرصت پرواز بلند است

هوایما به افق بنگرید. لحظه‌ای از آن بالا، از آن دوردست‌ها، زمین زیر پای خود را به خوبی ببینید. آن همه تکبر و غرور انسان از آن بالا که هستیم، چه اندازه‌ای دارد؟ همان لحظه‌ای که در آن هستیم و به افق آسمان می‌نگریم، چه اندازه‌ای در قیاس با طبیعت پیش رو، داریم؟ آیا به غیر از این است که سوزنی در انبار کاه هستیم؟

قصد نگارنده به هیچ وجه، موعظه نیست چرا که حقیر در مقام وعظ نیستم و مجال، فرصت موعظه نیست. آنچه از دل برآمد را در مقام نگارنده، بازگو کردم تا لحظه‌ای از غرور و بزرگ بینی انسانی در آییم و دل را به آسمانی پر دهیم که هر چه داریم از اوست. لحظه‌ای تمامی مشکلات روزمره زندگی مان که برایمان بزرگ است را از آن بالا ببینیم و به خود تلنگری بزنیم که ای انسان، خلقت، عرصه پرواز سیمرغ است و تنها به اندازه یک کبوتر، بال دل را بگشا از فرصت پرواز بهره‌مند باش. «آسمان فرصت پرواز بلند است ولی، قصه این است چه اندازه کبوتر باشی».

گاهی در زندگی، لحظه‌هایی پیش می‌آید که می‌تواند تمامی هستی فرد را دگرگون کند. گاهی در زندگی، یک جمله، یک موسیقی ناب و گاهی یک سفر، می‌تواند تمامی هست و نیست آدم را ویران کند و دوباره بسازد. آنچه سبب شد تا در نخستین شماره از ماهنامه درون پروازی شرکت هوایمایی قشم، به عنوان سردبیر نشریه، افتخار داشته باشم دل‌نوشته‌ای با عنوان سرمقاله، بنویسم حضور لحظات نابی است که در طول پرواز برایم میسر شد و لازم دانستم، زیبایی آنرا با مسافران قشم ایر، شریک کنم. «آسمان فرصت پرواز بلند است ولی، قصه این است چه اندازه کبوتر باشی». این جمله از مرحوم دکتر علی شریعتی، همان جمله اثرگذار در لحظه پرواز با هوایما در غروب آسمان ایران، توانست هست و نیست ام را تغییر دهد. به راستی، تاکنون چه اندازه کبوتر دلمان را پرواز داده ایم؟ آیا تاکنون به آسمان نگاهی کرده ایم؟ خود را از نگاه آسمان دیده ایم؟ هم اکنون که نوشتار حقیر را پیش رو دارید، لحظه‌ای از دریچه پنجره

داود ربیعی / سردبیر

دختری با خط‌های طلایی

قرارمان برای گفت و گو با تنها بانوی خلبان شرکت هواپیمایی قشم، ساعت ۴ بعد از ظهر است. خیابان‌های خلوت اکباتان را یکی پس از دیگری طی می‌کنم تا به دفتر مرکزی شرکت هواپیمایی قشم می‌رسم. خط‌های مورب طلایی نور خورشید غروب بهاری و کم و بیش خیره شدن به آنها، چشم‌ها را آزار می‌دهد. هر چه به ساختمان قشم ایر نزدیک‌تر می‌شوم، حواسم از پیرامونم دورتر می‌شود. به سوال‌هایی که باید پرسیم و به جواب‌هایی که خواهیم شنید فکر می‌کنم. برای یک روزنامه نگار، پیش‌بینی مسیر گفت‌وگو مهم است و از همه مهم‌تر، سوژه گفت و گو، یک بانوی ایرانی است، شغلش خلبانی است و امروز باید از تابوهایی سخن بگوید که برای شکست آن، به طور حتم سختی‌های بسیاری را تحمل کرده است. پس از هماهنگی با حراست وارد ساختمان قشم ایر می‌شوم و یک راست به سمت روابط عمومی در طبقه چهارم می‌روم. در بدو ورود، دختر خانمی با لباس فرم که سه خط طلایی روی مچ آستینش دارد نظرم را به سوی خود جلب می‌کند. به طور حتم شخص مصاحبه شونده است. به همراهی مدیر روابط عمومی به سمت سالن کنفرانس شرکت حرکت می‌کنیم. تفاوت رنگ لباس خلبانهای قشم ایر با سایر شرکت‌های هواپیمایی کشور، برایم نخستین جذابیت را رقم می‌زند چرا که چشمم به کت و شلوار مشکی لباس فرم خلبان‌ها عادت کرده اما در قشم ایر، گویا تفاوت حرف اول را می‌زند و سورمه‌ای بودن لباس فرم خلبان‌ها، جلوه دیگری به آن بخشیده است.

مدیر روابط عمومی با صمیمیت همیشگی، در صندلی کناری ام می‌نشیند و آزاده فلاح نژاد، تنها بانوی خلبان قشم ایر، روبرویم می‌نشیند. عادت ندارم برای مصاحبه‌هایی از این دست که بیشتر چالشی است، برای گرفتن عکس از عکاس دعوت کنم، چون اعتقادم به این است که عکاس، اگر تنها حواسش به عکاسی باشد و با روحیات سوژه عکس، همراه نشود، تنها عکس گرفته و عکاسی نکرده است. روحیه و حال و هوای سوژه باید در عکس حس شود، حتی اگر نوشته‌های مطلب را نخوانی، می‌توانی با دیدن عکس، در جریان و مسیر گفت‌وگو و یا روحیه عکس قرار بگیری. به همین دلیل، همیشه خودم، پس از هر مصاحبه‌ای که آنرا دوست دارم و می‌توانم طرف مقابل را به چالش بکشم، کار عکاسی را انجام می‌دهم.





می‌پرسم: چه باعث شد که در آن سن و سال بخواهید خلبان شوید؟

همیشه از همان سن و سال، دوست داشتم که کارهای متفاوت داشته باشم و حتی اگر کسی می‌پرسید که چه شغلی را دوست داری، اگر همه دخترها می‌گفتند که می‌خواهم معلم یا دکتر شوم، من می‌گفتم که می‌خواهم خلبان یا غواص شوم.

برق چشمانش در هنگام بیان خاطرات کودکی کاملاً حس می‌شود. به خوبی توانستیم مسیر گفت و گو را در دست بگیریم و خانم فلاح نژاد هم به خوبی فضاهای صحبت را ترسیم می‌کند. از رسالتی که هر انسان دارد، صحبت می‌کند. اینکه هر انسانی برای انجام یک وظیفه و کاری که باید انجام دهد، آفریده شده است. اینکه قرار نیست به دنیا بیاییم، بزرگ شویم، درس بخوانیم، ازدواج کنیم، بچه دار شویم و در انتها مرگ.

برق چشمانش از کودکی و علاقه به غواصی و خلبانی پررنگ‌تر می‌شود. از وظیفه خود در دنیا می‌گوید. حس می‌کنم به خوبی می‌داند که برای چه خلق شده است. می‌داند که آمده تا خلبان باشد و خلبانی کند. می‌داند، خلبان و خلبانی کردن هم مانند صحبت های قبل من در مورد عکاس بودن و عکاسی کردن است. شاید خیلی‌ها عکاس باشند و عکس هم بگیرند ولی عکس، عکس دل نشینی نیست و شاید خیلی‌ها خلبان باشند ولی کمتر کسی خلبانی می‌کند. از ته دل، خلبانی می‌کند و آنرا شغل نمی‌داند بلکه یک وظیفه می‌داند. وظیفه ای که برای رسیدن به مقام انجام دادنش، مسیر سختی را سپری کرده است. از سال‌های سخن می‌گوید که به عنوان معلم خلبان در مدارس خلبانی پرواز می‌کرده است و امروز که روبروی من برای گفت و گو نشسته است، سال‌هاست که خلبان فوکر ۱۰۰ قشم ایر است و در این لحظه که من مشغول پیاده کردن نوار مصاحبه و نگارش متن گفت و گو هستم، برای سپری کردن دوره خلبانی ایرباس ۳۰۰-۶۰۰ در بانکوک به سر می‌برد.

یکی از موضوعاتی که در این چند ساله فکرم را به خود مشغول کرده، تفاوت در نگاه خلبان‌ها به مقوله پرواز در طول مدت پرواز هایشان است. چرا که برای هر علاقمند به پرواز و خلبانی، نخستین تغییر در نگرش به خلبانی در ابتدای ورود به مدرسه خلبانی و پروازهای آموزشی شکل می‌گیرد و زمانی که به عنوان یک خلبان در شرکت هواپیمایی مشغول به کار می‌شود نیز با توجه به مسوولیت‌های کاپیت (کابین خلبان)، امکان فاصله گرفتن از رویا و نگرش اولیه شکل می‌گیرد. شاید علت این دغدغه فکری به خودم بازگردد که تا قبل از ورودم به مدرسه خلبانی، نوع دیگری به شغل خلبانی نگاه می‌کردم و هم اکنون خلبانی و پرواز مقوله‌ای متفاوت از آن چیزی بود که به آن فکر می‌کردم. خانم فلاح نژاد در این خصوص پاسخی می‌دهد که به جرات می‌توانم بگویم ساعت‌ها فکرم را به خود مشغول کرد. گفت: روزی با یکی از کاپیتان‌های با تجربه قشم ایر در پرواز بودیم و

خانم فلاح نژاد روبرویم نشسته و خود را آماده گفت و گو می‌کند. از چهره‌اش احساس می‌کنم که از آن دسته افراد سرسخت که به قول معروف، تستی جواب می‌دهد، نیست و برخلاف گفته‌اش در طول گفت و گو، که خود را درونگرا و کم حرف معرفی می‌کند، بسیار منطقی و با آرامش به سوالات پاسخ می‌دهد.

برای شکستن فضای کلیشه‌ای و همیشگی مصاحبه و همچنین تست زدن طرف مقابل، ترتیب ذهنی سوالاتی که آنرا انتظار دارد می‌شکنم و به جای آنکه از او بخواهم خود را معرفی کند به سراغ نکته‌ای می‌روم که به طور حتم، پاسخ به آن می‌تواند نکات زیادی را برایم مشخص کند. خانم فلاح نژاد، برخورد با یک خانم خلبان چگونه است؟

لبخند روی لبش کمی خشک می‌شود و با لحنی جدی، پاسخ می‌دهد: تاریخچه صنعت هوانوردی به سال‌های دور برمی‌گردد ولی تا همین ۴۰ سال پیش، در اروپا و آمریکا که اکنون الگوی هوانوردی جهان هستند، نگرش به یک خانم هوانورد مانند اکنون کشور ما، منفی بوده است. پس همانگونه که آنها توانستند در عرض ۴۰ سال، در فرهنگ هوانوردی خود تغییر ایجاد کنند، پس ما هم می‌توانیم به آن جایگاه برسیم که خلبانی را شغل مردانه ندانیم و جدا از جنسیت به یک حرفه نگاه کنیم. تنها باید زمان بدهیم تا آینده بهتری داشته باشیم.

خب، این جواب خانم فلاح نژاد، تکلیفم را روشن کرد. با یک خلبان طرف هستم. فارغ از جنسیت، جدا از مردانه و زنانه بودن. چرا که خودش هم به این تفاوت اعتقاد ندارد و دوست دارد من هم به عنوان یک مصاحبه‌کننده، به چشم یک خلبان به آن نگاه‌کنم و در وادی فمینیسم‌گرایی و برجسته کردن نکات زنانه یک شغل و یافتن تفاوت‌ها نروم. خودم را با نظرش همراه می‌کنم، چون به ادامه مسیر مصاحبه خوش‌بین هستم. به خود قول می‌دهم، یک بار دیگر، در ادامه گفت و گو دوباره به سراغ تفاوت‌های زنانه و مردانه بودن خلبانی بروم تا اگر نظری نهفته در پس ذهنش دارد بیان کند.

خانم فلاح نژاد، برای یافتن نخستین روزهایی که به پرواز و خلبانی علاقه پیدا کردید و یا خود را خلبان دیدید، باید به چند سال پیش بازگشت؟

پاسخ این سوال را بسیار هوشمندانه بیان می‌کند. برای پیدا کردن اولین جرقه‌های علاقه من به خلبانی، باید به ۴ سالگی من برگشت. نمی‌توانم جلوی خنده ام را بگیرم و به سمت مدیر روابط عمومی نگاه می‌کنم و با خنده می‌گویم که واقعا هوشمندانه جواب دادند، من سوال را به گونه‌ای پرسیدم که به طور مثال بگویند برای پیدا کردن زمان اولین جرقه‌های خلبانی باید به ۲۰ سال پیش که ۴ ساله بودم بازگردیم تا بتوانیم به سن خانم فلاح نژاد پی ببریم ولی پاسخی متفاوت دریافت کردیم.

فضای مصاحبه را از طنز خارج می‌کنم و بلافاصله،

او به من گفت هر زمان که کار در کاپیت زیاد است و احساس خستگی کردی، کافی است یکبار به بیرون نگاه کنی تا با شوقی که به دست می آوری از شغل و حرفه ات راضی باشی. البته شاید پرواز با هواپیماهای آموزشی و تفریحی بسیار مفرح تر باشد، ولی پرواز با هواپیماهای مسافربری نیز با وجود خستگی ها و مسوولیت های زیاد لذت های خود را دارد.

به نظر من، هر حرفه و شغل یک کاراکتر و شخصیت خاص خود را ایجاد می کند. به عنوان نمونه، هنرمندان را به تفاوت در نگاه می شناسند، مهندسان را به حساب و کتاب های دقیق خود می شناسند و اما، حرفه خلبانی چه تاثیری بر شخصیت انسان دارد. این پرسشی است که از تمامی خلبان ها در مصاحبه هایم می پرسم و حال، نوبت خانم فلاح نژاد است تا در این خصوص توضیح دهد. پاسخ می دهد: دقیق تر و منظم تر شده ام. در این حرفه اولین و کوچکترین اشتباه، آخرین اشتباه است. آدم هوشیار تر می شود و قدرت تصمیم گیری در لحظه پیدا می کند. در خلبانی گاهی باید در لحظه تصمیم گیری و پای آن بایستی.

پاسخ مناسبی بود و با شناختی که از خلبان ها دارم، در واقع این تاثیر کاملاً فراگیر است. همانطور که به خود قول داده بودم تا بار دیگر به سراغ تفاوت های زنانه و مردانه در خلبانی بروم و دوباره مصاحبه شونده را به این چالش دعوت کنم، زمان را مناسب می دانم تا پرسشم را برای بار دیگر عنوان کنم. در این مدت که از زمان مصاحبه گذشته است، به قول معروف، یخ مصاحبه آب شده و دو طرف، آمادگی بیان صحبت های بهتری را دارند. رنگ و لعاب سوال را کمی تغییر می دهم. خانم فلاح نژاد، منصفانه با موضوع برخورد می کنیم، آیا واقعاً تفاوتی میان زن و مرد در خلبانی وجود دارد؟ پاسخش کاملاً جدی است: من اصلاً جواب این سوال را نمی دهم. چون در جایگاهی نیستم که بخواهم به این سوال جواب بدهم.

واکنش من به این پاسخ باید هوشمندانه باشد. خانم فلاح نژاد،





می پرسم: دیگر چه چیزهایی در رویاهای آینده تان دارید؟ به سراغ هنر می روید؟

پاسخ می دهد: بله، زمانی علاقه زیادی به نواختن سه تار داشتم ولی الان دوست دارم پیانو را تجربه کنم. از ساز کلاسیک خوشم می آید.

غرق شدن در رویای خانم خلبان که صادقانه پاسخ می دهد، فضای گفت و گو را بسیار دلنشین کرده. هنوز در کوچه پس کوچه های رویاهایش با او همراه هستم. دیگر چه چیزی وجود دارد که خود را در آینده می بینید؟

می گوید: دوست دارم که یک باغچه کوچک داشته باشم و کشاورزی کنم. قدم زدن در میان درخت ها و گل ها و رسیدگی به آنها لذت خود را دارد.

همچنان که در رویاهایش است، می پرسم: خلبانی، رویای پررنگ و لعاب شما بوده و است. در اولین پرواز خود چه احساسی داشتید؟

با همان لحنی که از رویاهایش سخن می گوید، ادامه می دهد: احساس عجیبی بود، احساسی آمیخته از استرس و شغف و مهم تر از آنکه، به خودم گفتم: I Do It (من انجامش دادم).

چند ثانیه ای را در سکوت گذراندم، چرا که تصویری که از گفت و گوها در ذهن مان شکل گرفته بود، سعی می کردند که پازل خود را تکمیل کنند تا به یک تصویر منسجم از دختری با خط های طلایی تبدیل شوند.

پس از اتمام مصاحبه، دوربین عکاسی را در دست می گیرم و سعی می کنم تا تمامی تصاویر شکل گرفته از او را در قاب عکس به تصویر بکشم. دختری با خط های طلایی اسطوره نیست.

دختری با خط های طلایی خود را الگوی زنان نمی داند، دختری با خط های طلایی تنها یک دختر جوان است، دختری که با رویاهایش لبخند می زند و به جای آنکه با رویاهایش پرواز کند، با پرواز کردن خود رویای خود را شیرین تر می کند. دختری با خط های طلایی، دختری است از میان ما، از میان هزاران خانواده ایرانی.

اتو کشیده را در ذهن تداعی می کنند ولی خب این فقط ظاهر این حرفه است و باید یک خلبان یا هوانورد، شیک باشد ولی این تمامی این شغل نیست. به بیان دیگر، فرق خلبان و مدل لباس در همین است. یک خلبان، در پشت این شیک بودن، حرفه ای بسیار پراسترس و مسوولیتی سنگین دارد. به نظر من، این همان تصویری است که باید تغییر کند. یا در برخورد با مهمانداران هم این تصویر وجود دارد. همه آراسته بودن مهماندار را می بینند ولی واقعاً بی خوابی ها، پروازهای متعدد و صدها فشارهای کاری را هم می بینند؟

اکنون، فرصت آن است کمی مسیر معقول مصاحبه را تغییر دهم. می پرسم: خانم فلاح نژاد، چه دورنمایی از ۴۰ سالگی خود دارید؟ چه اولویت هایی می تواند تا آن زمان تغییر کند؟

پاسخ می دهد: مهم ترین اولویت من در زندگی خلبانی است و تمامی اتفاقات به طور حتم در اولویت های دیگر قرار خواهد گرفت. باید حرفه خلبانی را به یک جای خوب برسانم و همیشه به آن فکر می کنم. می خواهم یک انتهای خوب و مناسب برای حرفه خلبانی ام کسب کنم و بعد از آن به سایر علاقه هایم بپردازم.

می پرسم: چه علاقه هایی؟

پاسخ می دهد: به ورزش تنیس علاقه دارم که به علت مشغله کاری، کمتر به آن می پردازم ولی حتماً به صورت حرفه ای به آن خواهم پرداخت. دوباره برق چشم هایش را به همراه لبخند می توان به خوبی دید. رویای آینده، البته رویایی که برایش نقشه کشیده ای، موضوع کمی نیست و به نظر من اغلب آدم ها حتی شده لحظاتی در روز به آن فکر می کنند و لبخند می زنند. می پرسم: چه رویاهایی به واقعیت تبدیل می شود؟

جواب می دهد: رنگ رویا، رابطه مستقیمی با احتمال واقعیت آن دارد. یعنی هرچه رویاها پررنگ تر باشد، هر چه ملموس تر باشد، برای رسیدن به آن تلاش بیشتر می کنی و این رویا، حتماً روزی محقق می شود.

می پرسم: مانند رویای خلبانی در نوجوانی تان؟ می گوید: بله، خلبانی هنوز برایم رویا است.

می دانم که تفاوتی وجود ندارد، پس بهتر است در مورد عدم تفاوت صحبت کنیم. واکنش من به پاسخش درست از آب در می آید و کاملاً نکاتی را که می خواهم بیان می کند.

پاسخ می دهد: هوش، امری خدادادی است و زنانه و مردانه ندارد و همانطور که مرد باهوش وجود دارد زن باهوش هم پیدا می شود و در زمینه دانش و تجربه نیز که همه چیز اکتسابی است و تجربه با گذر زمان به وجود می آید. پس تفاوت زن و مرد در مشاغل و مورد پرسش شما خلبانی، اشتباه است.

بله، کاملاً درست است و من هم با نظر شما موافق هستم. به نظر من، تفاوت قائل شدن بین خلبان زن و مرد، گره ای فرهنگی است و ریشه علمی ندارد.

پرسش دیگرم نیز تا حدودی به خانم ها باز می گردد. می پرسم: آیا سعی می کند تا دختر خانم های کم سن و سال که به خلبانی علاقمند هستند را به دنبال کردن علاقه شان دعوت کند و آنها را تشویق کند؟

پاسخ می دهد: تا به حال سعی نکرده ام کسی را برای خلبان شدن تشویق کنم چون وقتی به یاد مشکلات خودم در این زمینه می افتم، دوست ندارم افراد دیگر هم این مشکلات برایشان به وجود آید. خود شخص باید انتخاب کند و پای سختی هایش هم بایستد.

می پرسم: خب این شخص، از کجا بفهمد که این شغل چه سختی هایی دارد. بالاخره کسی باید به آنها بگوید. جواب می دهد: هر کسی از من در خصوص خلبانی سوال کند، حتماً خوبی ها و سختی هایش را می گویم ولی اینکه بخواهم خانم های دیگر را جذب و تشویق کنم، خیر این کار را انجام نمی دهم.

پاسخ معقول تر و متعادل تری است. خانم فلاح نژاد، چه تصویری از خلبان که در ذهن مردم وجود دارد، اغراق آمیز است و گاهی با واقعیت همخوانی ندارد؟ جواب می دهد: تا اسم خلبان می آید، همه چهره ای شیک و



گفت و گو: رضا نامجو

از آغاز تا آرزو با رضایزدانی

می‌خواهم مثل فرهادی جهانی شوم

موسیقی مردمی یا پاپ بعد از انقلاب افت و خیزهای فراوانی را به خود دید. خیلی از اولین‌هایی که در این راه قدم برداشتند از میدان به در شدند یا تن به ترک وطن و مهاجرت دادند. اما رضا یزدانی با اراده‌ای مثال‌زدنی مسیر را طی کرد و به آینده امیدوار بود. تجربه کار با بزرگان سینما مثل مسعود کیمیایی نیز او را در طی مسیر بیشتر یاری کرد. او بعد از سال‌ها از انتشار اولین آلبومش موقعیت خوبی را در میان مردم پیدا کرده و در این مسیر ادامه کار می‌دهد. با این خواننده موفق کشورمان گفت و گویی صمیمانه داشته ایم که شرح آن را در ادامه می‌خوانید:

این سال‌ها حقیقتاً به من سخت گذشت و برای خواستی که داشتم پافشاری زیادی کردم. ترانه‌ها به شکلی انتخاب می‌شد که موضوعات اجتماعی، نوستالژیک و عاشقانه‌های متفاوت را در بر می‌گرفت و همین انتخاب‌ها فونداسیون کارهای مرا شکل دادند. شما در کار پرنده بی‌پرنده با دو کار نوستالژیک مواجه بودید که کافه نادری و لاله زار نام این قطعات بودند. در آلبوم «هیس ترانه شمال» و «ترانه کارتن» چنین فضایی داشتند. در ساعت ۲۵ شب، ترانه «کوچه ملی» و پیکان از چنین فضایی برخوردار بودند و در همین آلبوم آخرین هم «گرامافون و نوار» چنین فضایی را برای مخاطب ایجاد می‌کردند. نوستالژی خوانی را دوست داشتم و دوست دارم. به این خاطر که مردم چنین خوانشی را دوست دارند و مورد اقبالشان قرار می‌گیرد. مردم اساساً خاطره‌بازی را دوست دارند و این خود باعث می‌شود که کار شما تاریخ مصرف نداشته باشد. یکی از دلایلی که باعث شده مطابق گفته خود شما آدمی که خاص می‌خواند کارهایش مورد اقبال قرار گرفته به نظر خودم همین نوستالژیک خواندن است.

▲ گام برداشتن در وادی موسیقی را به طور حرفه‌ای از چه زمانی آغاز کردید؟ این همه تفاوت با جریان موجود در موسیقی چطور شکل گرفت؟

کار من با دو تئاتر در سال‌های ۷۷ و ۷۸ آغاز شد. در جشنواره تئاتر فجر دو تئاتر را آهنگسازی و خوانندگی کردم. «دادگاه جنجال برانگیز» و «اگر باران بخواهد» نام این دو کار بود. بعد از آن در سال ۷۹ اولین آلبومم با نام «شهر دل» را که با اشعار حضرت مولانا بود منتشر کردم. از سال ۸۰ تا ۸۲ نزدیک دو سال آلبوم بعدی در ارشاد ماند و در سال ۸۲ آلبوم «پرنده بی‌پرنده» با این فرمتی که تا الان ادامه پیدا کرده منتشر شد. تصمیم من از ابتدا بر آن بود کاری که می‌کنم، خاص خودم باشم. تصمیم داشتم همواره مولف باشم. این خاص بودن چه در نوع ترانه‌هایی که برای خواندن انتخاب می‌کنم و چه در تنظیم و ملودی و نوع گویشی که برای خواندن انتخاب می‌کنم مد نظر بود و تا آنجا که توانستم برای این کار سعی کردم.

▲ خیلی‌ها رمز موفقیت رضایزدانی در کارش را پافشاری مجدانه‌اش در خارج نشدن از میدان می‌دانند این نظر درست است؟

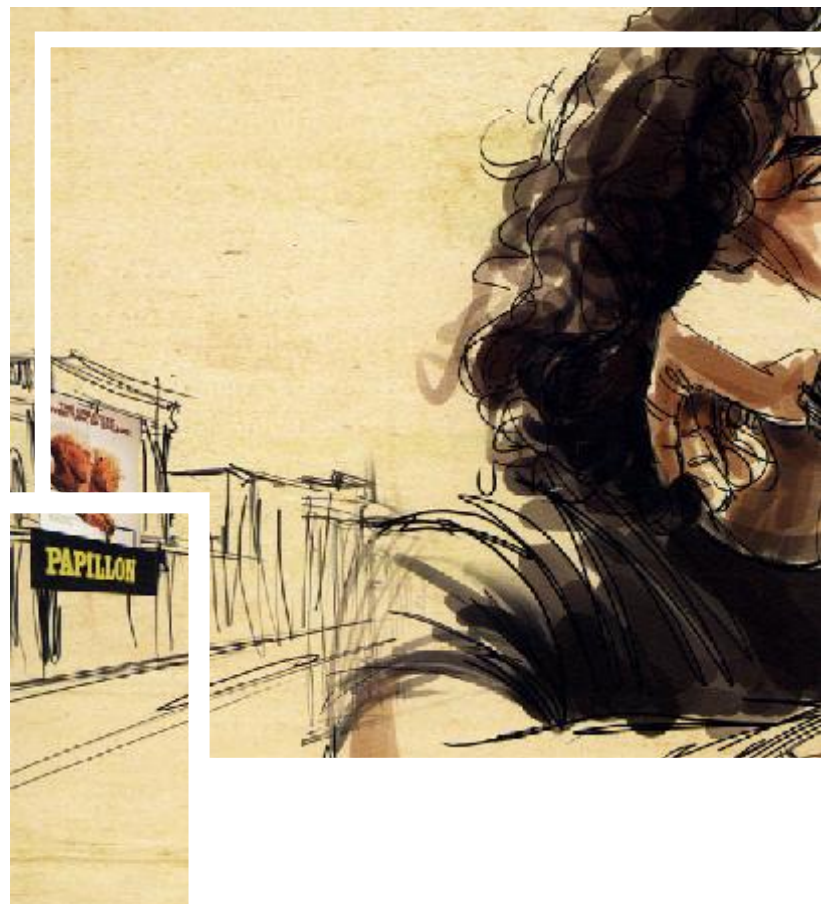
کاری که من کردم دقیقا همین بود. من این موسیقی را ایرانیزه کردم. مثلا موسیقی راکی که در کشورهای غربی هست تماما راکی است که با گام های ماژور ساخته می شود که گام های کاملاً غربی است. با این تفاوت بنیادینی که در کارهای من است که تمام کارهای من غیر از دو قطعه از آنها تمام مینور هستند. یعنی گام هایی کاملاً شرقی. سعی ام بر آن بود کارها، با سلیقه و سابقه شنیداری مخاطب ایرانی کاملاً هم سو و همسان باشد. به گونه ای که مخاطب بتواند این بیان موسیقایی را بپذیرد و تا حد امکان آن را هضم کند. به نظر من این دلیل اصلی برای بیان پاسخ سوال شما در مورد نحوه جذب مخاطب برای بیانی از موسیقی است که کاملاً با جریان موجود در موسیقی متفاوت است. به اعتقاد خودم آن اتفاقی که باید در جهت بومی شدن و ایرانیزه شدن این موسیقی انجام می شد در کارهایم انجام شده است. سعی شده جواری ساخته و تنظیم باشد که برای مخاطبی که سابقه شنیداری اش چیز دیگری است و یک عمر جنس دیگری از موسیقی را شنیده قابلیت برقراری ارتباط را داشته باشد.

▲ در باره همکاری تان با آقای کیمیایی و موفقیت های بعدی که از این مسیر برای تان ایجاد شد صحبت کنید؟

آقای کیمیایی و فیلم هایشان حکم، رئیس و محاکمه در خیابان خیلی به من کمک کردند. مخصوصاً حکم و رئیس که در دوره ای کار شد که من شناخته شده نبودم و خیلی به من کمک کرد. بعد از آن هم بیشترین تعداد خوانش تیتراژهای سینمایی را داشتم. برای آقای فتحی، آقای جیرانی، آقای لطیفی و خیلی های دیگر کار کردم. جدا از نقش های اصلی که در فیلم ها داشتم مثل فیلم تهران تهران و بوی گندم. سینما برای من سکوی پرتابی شد تا موسیقی من، میان مردم شناخته شود و بیشتر در جامعه دیده شود.

▲ سخن آخر...

آرزو می کنم فرهنگ موسیقی ما آنقدر بالا برود که مردم بدانند در هر موقعیتی چه نوع و چه جنسی از موسیقی را گوش دهند که بتواند به زندگی اشان کمک کند. همیشه و همه جا یک نوع موسیقی گوش نکنند. در تنهایی، در خلوت، مهمانی، پشت ماشین و هر موقعیت دیگری موسیقی خاص خودش را می خواهد. باید بدانیم موسیقی می تواند در روندکاری و شخصی زندگی هایمان تاثیرات خوبی داشته باشد.



▲ تا پیش از شروع گام برداشتن در این مسیری که امروز کاملاً در آن قرار گرفته اید چهره ای از هنرمندان ایرانی بود که افقی برای حرکت در این مسیر به شما داده باشد؟

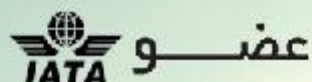
نه واقعاً کسی نبود. این مسیری بود که خودم انتخاب کردم و خودم در آن گام برداشتم و الگوهای هم الگوهای غربی بودند و نه ایرانی. البته فرهاد به نوعی آن شکل و جنس خاص بودن موسیقی را داشت اما من هیچ گاه فرهاد را هم الگوی خودم قرار ندادم.

▲ با این تعبیر مقدمه و بین مایه حرکت به سمت این موسیقی چه زمانی در شما جوشش کرد؟

خیلی دوست ندارم در مورد خواننده ها و گروه هایی که از آنها الگو برداری کردم و یا تمام سابقه شنیداری من را تشکیل داده اند، صحبت کنم اما همین قدر می گویم که یک سابقه شنیداری طولانی مدت از دوره دبستان دارم. یعنی زمانی که یادم هست بچه ها حتی در دبیرستان بهترین موسیقی غربیشان «مدرن تاکینگ» بود من موزیک های پینک فلوید را حفظ بودم، آنها را کاور می کردم و می خواندم. این یک سابقه شنیداری طولانی از این جنس موسیقی را روایت می کند که از سال ها پیش در من رسوخ کرده و بعداً به شکلی که با آن مواجه اید تبلور پیدا کرده است.

▲ با نظر به اینکه رنگ آلبوم های تان به نحوی است که می توان تفاوت را در آنها دید، آیا تاکنون گرایش مشخصی به سمت تلفیق جدی چنین موسیقی با موسیقی ایرانی پیدا کرده اید؟

برگزار کننده تورهای اروپا
در بهترین هتل های ۴ و ۵ ستاره
ویزای VIP، وقت سفارت



Full Stock

فروش کلیه پروازهای داخلی و خارجی
مدور بلیط های داخلی در سراسر دنیا
مدور بیمه های مسافرتی
خرید آنلاین پروازهای داخلی سیستمی

مسیرهای SOTO

تلفکس: ۰۲۱-۸۵۵۲۴

تهران، خیابان مطهری، نرسیده به شریعنی
شماره ۱۳، ساختمان شاهین گشت



Parvaz
Shahin Gasht

France
Italy
Poland
Netherlands
Greece
Austria



Telegram.me/Pshahing
Instagram.com/shahin.85524
Website:www.shahingasht.ir
Email:Info@shahingasht.ir

تخفیف خدمات درمانی، رفاهی، بیمه و گردشگری
با کارت های رویال و رویال پلاس

WWW.ROYALOFF.COM



تخفیف خدمات:

درمانی (دندانپزشکی، سونوگرافی، چشم پزشکی و آزمایشگاه)
رفاهی (رستوران، کافی شاپ، استخر، بولینگ، بیلارد، کارتینگ و ...)
بیمه (بیمه اتومبیل شخص ثالث و بدنه، مسئولیت، حوادث و ...)
گردشگری (تورهای داخلی و خارجی)

بدون نیاز به شارژ و نداشتن محدودیت در استفاده تا پایان اعتبار کارت
کیفیت بالای مراکز و تنوع در خدمات رویال





| رویال آف |
WWW.ROYALOFF.COM



● راه اندازی باشگاه مشتریان

● ارائه خدمات رفاهی به سازمان ها



مرکز ارتباط با رویال:

۰۲۱-۲۲ ۲۱ ۵۳ ۰۸

WWW.ROYALOFF.COM

ROYALOFF@YAHOO.COM



ROYALOFF1



@Royaloff

● در صورت تمایل به ارائه تخفیف و همکاری

با مجموعه رویال با ما تماس بگیرید.



پرواز شاهین گشت

تلفکس ۰۲۱-۸۵۵۲۴

آدرس: خیابان مطهری، نرسیده به شریعتی
شماره ۱۳، ساختمان شاهین گشت

Telegram.me/Pshahing
Instagram.com/shahin.85524
Website:www.shahingasht.ir
Email:Info@shahingasht.ir



پرواز شاهین گشت
برگزار کننده تورهای داخلی
با بهترین خدمات
ahin Gasht

چارتتر داخلی مشهد، کیش، قشم، اصفهان، شیراز، تبریز

فول چارتتر استانبول

برگزار کننده تورهای خارجی

در لوکس ترین هتل های دنیا

آنتالیا، دبی، تایلند، ازبکستان، ارمنستان، گرجستان



برای شما که سنی ازتون گذشته...

دکتر الهام ربیعی / پزشک

شاید زمانی بود که پدر بزرگ و مادر بزرگ ها باید در منزل می ماندند و چشم به در، تا شاید معجزه ای شود و پسر ارشدشان آنها را به سفر مشهد و زیارت ببرد. در غیر اینصورت فاصله بین منزل خود و اقوام نزدیک حداکثر مسافتی بود که می توانستند بروند. اما امروزه با پیشرفت علم و سطح تحصیلات و شرایط کاری و زندگی ماشینی، بسیاری از پدر بزرگ ها و مادر بزرگ ها را در سفر های هوایی می بینیم که گاهی حتی شاداب تر و پر انرژی تر از جوان های نسل ما برای مسائل کاری و تفریحی از شهری به شهری و یا از کشوری به کشور دیگر سفر می کنند. پس اگر سنی ازتون گذشته و یا همسفری دارید که سنی ازتون گذشته، لازم است نکاتی را رعایت کنید.

در این شماره می خواهیم نکاتی هرچند کوتاه را برای حفظ سلامتی این عزیزان- پدر و مادر ها- در سفر های هوایی بیان کنیم.



ترجیحا صندلی در مسیر راهرو و دور از موتور را انتخاب کنید. از مصرف غذاهای نفاخ و یا نوشیدنی های گازدار خودداری کنید. سیگار نکشید!! به میزان کافی آب و مایعات بنوشید.

از نشستن به مدت طولانی خودداری کنید! بی حرکتی پاهای شما به مدت طولانی باعث می شود خون در وریدهای عمقی پای شما (بعضی از رگ هایی که در عمق پشت ساق پا و ران وجود دارند) با سرعت کمتری حرکت کند. به همین علت خون راکد در این رگ ها لخته می شود و بعد از مدتی با حرکت های بعدی پای شما، این لخته های کوچک و گاه بزرگ از محل خود کنده شده و به سمت قلب رفته و با پمپاژ قلبی خود را به رگ های ریه می رسانند. گاه اگر لخته مذکور به اندازه کافی بزرگ باشد می تواند تقریبا کل ریه را دربرگیرد و این یعنی مرگ!

پس برای جلوگیری از شروع این پروسه خطرناک قبل از سفر با پزشک خود مشورت کنید تا در صورت لزوم داروهای لازم را برایتان تجویز نماید. در طول سفر حداقل هر یک ساعت یک بار باید پای خود را حرکت دهید و یا حداقل عضلات خود را به طور مکرر منقبض و رها کنید تا به پمپاژ خون در پاهای خود کمک کنید.

در شرایط زیر پرواز برای شما ممنوع است!!! مگر با اجازه پزشک معالج

فشارخون های بالا و کنترل نشده، سکت قلبی در ۳ ماه گذشته، اختلالات ریتم قلبی (تپش قلب به طور نامنظم و یا نامتعادل)، بستری اخیر در CCU

مشکلات ریوی خاص (بیماران با هرگونه بیماری ریوی حتی ظاهرا خفیف باید قبل از تهیه بلیط از پزشک خود اجازه پرواز بگیرند. بعضی از بیماری های ظاهرا خفیف، در حین پرواز و با تغییرات فشار هوا تشدید شده و مشکلات و عواقب جبران نشدنی به همراه دارند!)

آلزایمردون اجازه پزشک معالج، سابقه تشنج (کنترل نشده و یا بدون اجازه پزشک)، سکت مغزی اخیر، عفونت حاد سینوس و یا گوش، جراحی اخیر (هر نوع، خصوصا جراحی چشم، شکم، سر، کم خونی شدید).

عدم رعایت این نکات ظاهرا ساده و تکراری می تواند به سادگی خاطره یک سفر خوب و شاد را تغییر دهد. خوب است بدانید، اکثر حوادثی که در طول پرواز برای مسافران رخ می دهند، به سادگی با مشاوره ای کوتاه قبل از پرواز قابل پیشگیری بوده اند.

سفر خوش

قبل از برنامه ریزی برای یک سفر هوایی:

۱) با پزشک خودتان مشورت کنید.

مسافران بالای ۶۵ سال باید حتما قبل از برنامه ریزی برای سفر هوایی با پزشک خود مشورت کنند. این موضوع خصوصا برای سفرهای طولانی تر از ۶ ساعت و یا مسافران با بیماری های مزمن (مانند بیماری قلبی مزمن، نارسایی مزمن قلبی و یا تنفسی و...) حائز اهمیت است.

مسافران با اختلالات حافظه و شناختی، ممکن است حین پرواز بعلت تغییرات فشار کابین، دچار تشدید گذرای اختلالات شناختی (دلیریوم) شوند! پس لازم است در صورت هرگونه سابقه مشکلات مشابه، قبل از پرواز با پزشک خود مشورت نمایید.

اگر اخیرا از بیمارستان ترخیص شده اید، لازم است قبل سفر با پزشکتان مشورت کنید. حتی اگر حالتان خوب است، مشکلی ندارید و تازه پزشکتان را دیده اید!

۲) ترجیحا با تور های مسافرتی و بطور گروهی سفر کنید.

۳) خوب است با جواناتر ها سفر کنید!

۴) از پزشکتان درباره مصرف داروهای ضد اضطراب؛ خواب آور و یا حتی داروهای رایج جهت رفع گیجی موقع سفر که به قرص ماشین شهرت دارند- سوال کنید!

در طول سفر: داروهای مصرفی و وسایل لازم در مواقع اورژانسی را همراه خود به کابین پرواز ببرید. (لازم است بدانید که حمل بعضی وسایل مانند کپسول اکسیژن و یا بعضی وسایل با باتری های لیتیومی و یا شارژی به داخل کابین پرواز ممنوعیت دارند! در صورتی که به این وسایل احتیاج دارید، موقع تهیه بلیط از قوانین پرواز آژانس مربوطه سوال کنید و یا بلیط های با شرایط خاص بیماری خود تهیه کنید.) کمی بیشتر از میزان کافی از داروهای خود را در کیف دستی همراه خود در کابین پرواز داشته باشید.

اگر سمعک دارید: حتما آن را همراه خود داشته باشید تا بتوانید صدای مهمانداران و خلبان را خوب بشنوید. برای کاهش تداخل با فرکانس سیستم های صوتی پرواز، لطفا قبل از شروع پرواز سمعک خود را موقتا خاموش کنید و یا درجه آن را کم کنید.

برای تسهیل مشکلات تکرر ادرار: قبل از پرواز با پزشک خود درباره امکان کاهش دوز داروهای ادرار آور مشورت کنید. صندلی نزدیک دستشویی انتخاب کنید.



آقایان در مصاحبه کاری چه پوشند؟

ظاهر نقش بسیار مهمی در موفقیت شما دارد، به خصوص در مصاحبه های کاری. اولین باری که یک کارفرما می خواهد با یک جویای کار مصاحبه و ملاقات داشته باشد بسیار مهم است زیرا تصویر شما در ذهن کارفرما و نوع پوشش تان می تواند در جذب یا رد تان تاثیر بسزایی بگذارد. اولین چیزی هم که حتی قبل از سخن گفتن از شما دیده می شود ظاهر تان است.

اگر چه همه ما می دانیم که برای مصاحبه های کاری باید لباسی رسمی به تن کنید اما این را هم به یاد داشته باشید که قبل از انتخاب لباسی مناسب، از شرایط و محیط شرکت یا سازمانی که برای مصاحبه به آنجا می روید، آگاهی یابید زیرا هر شرکت قوانین خاص خود را دارد. شما می توانید برای این کار از کارمندان کمک بگیرید تا لباس هایی که به تن می کنید در تناسب بیشتری با آن سازمان باشد.

تاثیری که آدمها در نگاه اول می گذارند، بسیار اهمیت دارد. اگر چه اهمیت رزومه شما در اولویت است اما کارفرما از شخصیت شما چیزی نمی داند به همین دلیل طرز لباس پوشیدن تان در نگاه اول می تواند ایده هایی را از شخصیت تان به او منتقل کند. از آنجا که نمی دانید با چه نوع کارفرمایی مواجه می شوید، بهتر است ساده لباس بپوشید.

اگر می خواهید درباره مدل لباسی که در مصاحبه های کاری به تن می کنید بیشتر بدانید، به نکاتی که در اینجا برایتان آورده ایم، دقت کنید.

سنتی گزینه های مناسبی هستند که با لباس هایتان به خوبی هماهنگ می شوند. به طرح کراوات نیز دقت کنید. ما طرح های سنتی مانند خالدار یا راه راه را به شما پیشنهاد می دهیم. اگر می خواهید کمی بیشتر بدرخشید، می توانید از سنجاق کراوات نیز استفاده کنید. اغلب می بینیم که آقایان سنجاق کراوات خود را یا خیلی بالا می زنند یا خیلی پائین، اما قاعده آن کاملاً واضح است: سنجاق کراوات باید بین دکمه های سوم و چهارم پیراهن تان زده شود.

کفش: کفشی که به پا می کنید حتی بلندتر از کلامی که به زبان می آورید، می تواند با طرف مقابل تان صحبت کند. اگر کفش تان مناسب باشد، تاثیر خوبی را از همان نگاه اول بر مخاطب خواهد گذاشت و بر عکس اگر کفشی نامناسب به پا کنید، کل ظاهر تان را خراب خواهد کرد، پس در انتخاب آن نهایت دقت را به خرج دهید. کفشی که به پا می کنید باید ساده و کلاسیک باشد. فراموش نکنید که آنها را به خوبی تمیز کنید تا در پاهایتان بدرخشند. این کار نشان دهنده این است که شما به جزئیات ظاهر تان هم اهمیت می دهید.

جوراب: شاید فکر کنید که جوراب هایتان اهمیت

کت: کارفرما از همان لحظه ورود، شما را جزو یکی از کارمندان شرکتش تصور می کند به همین دلیل باید سعی کنید از همه نظر بهترین باشید. شما باید دو نکته را در مورد کتی که به تن می کنید، رعایت کنید: این که تمیز و ساده و کاملاً سبزه تن تان باشد. سعی کنید کتی که برای مصاحبه به تن می کنید کلاسیک و به رنگ های تیره باشد. رنگ های سورمه ای، خاکستری و مشکی گزینه های مناسبی هستند.

پیراهن: پیراهن های رنگ روشن گزینه های بهتری نسبت به دیگر رنگ ها برای مصاحبه های کاری اند. بنابراین سعی کنید پیراهنی کلاسیک به رنگ سفید یا آبی روشن به تن کنید. این را هم در نظر بگیرید که اندازه تن تان و مهمتر از همه اتو شده باشد.

کراوات: کراوات شما نباید از بقیه اجزای ظاهر تان جدا باشد. شما باید آن را به گونه ای انتخاب کنید که با لباس هایتان هماهنگ باشد نه این که تو ذوق بزند. درست شبیه کت و پیراهنی که به تن می کنید، کراوات شما نیز باید کلاسیک و تر و تمیز باشد. از کراوات های خیلی باریک یا خیلی پهن خودداری کنید. رنگ های قرمز، سبز، سورمه ای یا دیگر رنگ های



از اکسسوری هایی است که می تواند در مصاحبه های کاری به کارتان آید.

مو: موهای سرتان اولین چیزی است که نظر کارفرما را به خود جلب می کند پس قبل از خروج از خانه، خودتان را به دقت در آینه نگاه کنید. سعی کنید چند روز قبل از روز مصاحبه به آرایشگاه بروید و اصلاح کنید زیرا اگر همان روز این کار را انجام دهید، ممکن است توی ذوق بزند. این را هم یادتان باشد که برای چنین روزی مدل جدیدی را امتحان نکنید. زیرا ممکن است به شما نیاید. همان مدل های قدیمی که فکر می کنید مناسب تان است را انتخاب کنید. حال زمان امتحان و تجربه کردن نیست پس عاقلانه عمل کنید.

عطر: اگر شما نمی خواهید کارفرما را از خودتان ناامید کنید، قبل از مصاحبه کاری به حمام بروید تا مبدا بدن تان بوی بدی دهد. اما برای تاثیر بیشتر می توانید از عطرها و ادکلن ها استفاده کنید. فقط یادتان باشد که در این کار زیاده روی نکنید. از آنجا که ادکلن نباید بوی تند و زننده ای داشته باشد، ما به شما ادکلن های ملایم را پیشنهاد می کنیم.

چندانی در ظاهر تان ندارند اما اشتباه کرده اید. رنگ جورابی که انتخاب می کنید نیز در تاثیری که بر طرف مقابل خواهید گذاشت، موثر است. اگر فردی مدرن هستید، این بار سعی کنید کلاسیک ببانیدشید و از پوشیدن جوراب های رنگی خودداری کنید. جورابی که به پا می کنید باید ساده و به رنگ های تیره باشند تا با رنگ کت تان جور در آید. اگر هم جورابی طرح دار را می پسندید، حواستان باشد که طرح هایی با رنگ متضاد نداشته باشد. قد جوراب هایتان را هم در نظر بگیرید و از پوشیدن جوراب های خیلی کوتاه خودداری کنید.

اکسسوری: اگر اکسسوری هایی که انتخاب می کنید مناسب باشند، ظاهر تان را برای یک مصاحبه کاری آماده و کامل می کنند اما باید بدانید که چه اکسسوری هایی با لباس تان ست است. به عنوان مثال کیف دستی مربع شکل چرمی که با رنگ کراوات تان هماهنگی دارد، انتخاب مناسبی است. اما یادتان باشد که شما باید ظاهری کلاسیک و رسمی داشته باشید. پس از به دست گرفتن کیف هایی با رنگ خیلی روشن خودداری کنید. دکمه سر دست هم یکی دیگر



افسردگی؛ بیماری شایع قرن

نیلوفر اسعدی بیگی: کسی که افسردگی را انکار کند، به دنبال درمان آن هم نخواهد بود و کسی که درمان نشود، اوضاعش بدتر و شدیدتر خواهد شد.

نه به مهمانی می رود و نه هیچ کس را به خانه اش دعوت می کند. می گوید حوصله دیدن کسی را ندارد و به همین بهانه از زیر بار مهمانی رفتن و مهمان دعوت کردن فرار می کند.

البته نه این که فکر کنید وقتی مهمان ندارد و در خانه تنهاست، خیلی به خودش می رسد یا خوش می گذراند، نه این خبرها هم نیست. وقتی کسی در خانه اش حضور ندارد، پخت و پز و آشپزخانه که بکلی تعطیل می شود و تمیز کردن خانه هم کاری غیرضروری به نظرش می رسد. البته وای به روزی که بخواهد خانه را تمیز کند، آن وقت است که از سقف تا کف را می شوید و می سابید و همه جا را برق می اندازد. بعضی وقت ها هم هوس می کند غذایی بپزد و چیزی بخورد و باز آن وقت است که اگر جلویش را نگیرند، تا جایی که بتواند می خورد و انگار نه انگار که سیر شده است.

چند وقتی است، هر کس او را می بیند متوجه تغییر رفتار و اخلاقش می شود؛ این روزها او همیشه می خواهد تنها بماند. انگیزه کافی برای انجام دادن کارهای معمول زندگی را ندارد و فکر می کند زندگی اش پوچ و بیهوده است، اعتماد به نفسش به شدت کاهش پیدا کرده و هیچ علاقه ای به انجام کارهای روزمره نشان نمی دهد.

پزشکان می گویند افسرده شده است و از وسواس هم رنج می برد اما کسی این مشکل را باور نمی کند!

افسردگی؛ اختلالی شایع ولی قابل درمان

افسردگی یعنی چی؟ این حرف ها معنی ندارد. مگر ما نبودیم، این همه بلا سرمان آمده اما هنوز هم انگار نه انگار، زندگی می کنیم و برای خودمان خوشیم. این حرف کسانی است که فکر می کنند افسردگی بیماری نیست و برای همین هم تا جایی که بتوانند آن را انکار می کنند. نتیجه اش هم طبیعی است، کسی که افسردگی را انکار کند، به دنبال درمان آن هم نخواهد بود و کسی که درمان نشود، اوضاعش بدتر و شدیدتر خواهد شد.



غمگین شویم، انگیزه نداشته باشیم یا نتوانیم به کارهای معمول مان برسیم. البته درست است که در این مواقع باید به فکر کمک های تخصصی باشیم و مشکل مان را به درستی درمان کنیم اما کمک اطرافیان، بخصوص اعضای خانواده هم در روند بهبود افسردگی می تواند تاثیر بسزایی داشته باشد. پس اگر یکی از اعضای خانواده شما هم با این مشکل روبروست:

به حرف هایش گوش کنید. شخصی که دچار افسردگی می شود، شاید ترجیح دهد سکوت کند اما بعضی وقت ها هم دوست دارد با کسی حرف هایش را در میان بگذارد و در این مواقع است که باید بنشینید و با آرامش به حرف هایش گوش دهید. البته یادتان باشد هیچ وقت رازهای او را با شخص دیگری مطرح نکنید و اجازه دهید همیشه به شما اعتماد داشته باشد.

به او توصیه کنید ورزش کند. کسی که افسرده است، خیلی هم دوست ندارد به ورزش یا برنامه های تفریحی بپردازد اما شما باید سعی کنید او را به این کار تشویق کرده و به کمک ورزش، روحیه اش را بهبود بخشید. مثلا می توانیم بعد از ظهرها یا شب ها بعد از شام همه با هم به یک پیاده روی ساده و کوتاه مدت خانوادگی بروید و از او هم بخواهید با شما همراه شود. شاید در روزهای اول، تغییر خاصی را حس نکنید اما مطمئن باشید اوضاع کم کم بهتر می شود.

استرس زندگی اش را کاهش دهید. حداقل در این روزها که افسرده است و با ناراحتی دست و پنجه نرم می کند، سعی کنید اخبار و موضوعات استرس زا و ناراحت کننده را کمتر به او برسانید. یادتان باشد او هر چه بیشتر بتواند در آرامش زندگی کند و خیالش راحت باشد، افسردگی اش هم بهتر و زودتر برطرف خواهد شد.

نمی داند مشکل چیست و چه کاری از دست او ساخته است.

اول با همسرش بحث می کند، بحث ها که نتیجه ای نمی دهد به قهر و دعوا روی می آورد و دعوای هم کارگر نمی افتد، تصمیم می گیرد از او جدا شود. البته جدا شدن اول فقط در حد حرف است اما کم کم موضوع جدی می شود و دیگر هیچ راهی باقی نمی ماند به غیر از جدایی. در صورتی که از همان روزهای اول هم می شد راه دیگری را انتخاب کرد؛ می شد به جای بحث با زن که دچار افسردگی شده بود، همراهی کرد و به جای دعوا و مشاجره از متخصصان کمک گرفت.

این خانواده راه را اشتباه رفتند چون نشانه های افسردگی را نمی شناختند و با روش برخورد و برطرف کردنش آشنا نبودند. به گفته روانپزشکان و روانشناسان، افسردگی علائم مختلفی دارد که احساس ناراحتی همیشگی، ناامیدی، بدبینی، بی خوابی، به هم خوردن شرایط خواب و اشتها، احساس گناه، بی انگیزگی و در نهایت افکار خودکشی یا صدمه رساندن به خود از جمله آنهاست. البته اگر از همان مراحل اولیه علائم را بشناسید و به فکر درمان شان باشید، مشکل زیادی هم در این باره نخواهید داشت و همه چیز به موقع حل می شود اما اگر دیر به فکر بیفتید، علائم پیشرفت می کند و بیماری شدیدتر و حادث تر می شود.

تنهائیش نگذارید...

کم نیستند کسانی که در طول زندگی شان دچار افسردگی شده اند یا در آینده ممکن است آن را تجربه کنند. یادمان باشد افسردگی خیلی هم عجیب و غریب نیست و این روزها خیلی ها را درگیر کرده اما به نظر می رسد تعداد کسانی که آن را پذیرفته اند و به موقع به پزشک مراجعه کرده اند، کمتر از کسانی است که فقط آن را انکار کرده اند. پس برای همه ما ممکن است شرایطی پیش بیاید که چند وقتی

خوب یا بد، هنوز هم خیلی ها چنین طرز فکری دارند و آن طور که باید و شاید به اختلالات روحی و روانی اهمیت نمی دهند. به غیر از این گروه، عده ای هم هستند که می خواهند درمان شوند ولی نگران حرف مردم هستند! این گروه می ترسند انگ بیمار روانی به آنها بخورد و برای همین اصلا دور و بر مطب روانپزشک و روانشناس هم پیدایشان نمی شود. با این توضیحات انتظاری هم نمی رود غیر از این که شرایط زندگی چنین افرادی به کلی دگرگون شود چون اختلالات روحی، روانی فقط اوضاع روحی فرد را تغییر نمی دهد و برعکس، می تواند کل زندگی او را دستخوش تغییر کند.

بنا بر تعریفی که متخصصان از این اختلالات ارائه می کنند هر نوع مشکلی که باعث تغییر افکار، احساسات یا رفتار انسان شود و عملکرد او را در زمینه های مختلف شغلی، خانوادگی و اجتماعی کاهش دهد به عنوان اختلالات روانی شناخته می شود و حتما باید به کمک متخصصان درمان شود.

پس اگر یکی از اعضای خانواده شما هم چنین حس و حالی پیدا کرده، او را نه سرزنش کنید و نه تنهائیش بگذارید، بلکه باید بیش از پیش همراهش شوید و کمکش کنید تا هر چه زودتر بهبود پیدا کند.

دوست ندارم کاری انجام بدهم...

هر روز صبح که از خواب بیدار می شود، احساس می کند هیچ امید و انگیزه ای برای ادامه زندگی ندارد. اصلا دلش نمی خواهد چشم هایش را باز کند، دوست ندارد نفس بکشد و از این که باید روز دیگری را شروع کند، ناراحت می شود. همسرش فکر می کند او قدر زندگی را نمی داند و فرزندانش هم نمی توانند حرف های او را درک کنند. چند وقتی است که خانه را تمیز نکرده، لباس های بچه ها را نشسته و غذایی برای آنها نپخته، این کارها همسرش را ناراحت کرده اما مرد

A close-up portrait of Svetlana Alexievich, a woman with shoulder-length brown hair, looking directly at the camera with a slight smile. She is wearing a patterned top. The background is dark and out of focus.

چرا سوتلانا الکسیوچ نوبل ادبیات را برد؟

درباره سوتلانا الکسیوچ نویسنده اهل بلاروس که به خاطر «چند صدایی» و به تصویر کشیدن «تمثالی از رنج و شجاعت» برنده صد و دوازدهمین نوبل ادبی شناخته شده، اطلاعات کمی به زبان فارسی در اینترنت موجود است. برای همین اگر می خواهید درباره او بیشتر بدانید، با ما همراه شوید.



▲ چرا کتاب های الکسیویچ خاص هستند؟

تحلیلگر سیاسی به چشم می خورد که درباره سیاسی بودن کتاب های نویسنده بلاروسی این طور نظر داده است: «...کارنامه ی نوبل ادبیات عاری از سیاسی کاری نیست، ولی در مورد الکسیویچ این مسئله شاید صرفاً به طور نسبی مطرح باشد. در استدلال کمیته ی نوبل امسال برای اعطای این جایزه، تأکیدی روی ارزش ادبی کارهای الکسیویچ نیست. این که او به هر صورت آثار منتقدانه اش را در کشوری می نویسد که چندان به داشتن آزادی شهره نیست و این روزها به دلیل انتخابات ریاست جمهوری یکشنبه ی آینده و تأیید قطعی و چندباره ی «لوکاشنکو» کم و کاستی های این کشور بیش از پیش مطرح است، و نیز این که آثار الکسیویچ هم، کولاژی از صدای آسیب دیدگان و در حاشیه ماندگان نظام شوروی و پسا شوروی ست، همه و همه می توانند قرائن و دلایلی باشد برای کسانی که جایزه را صرفاً سیاسی می بینند. در واقع، اگر ارزش صرف ادبی آثار مطرح می بود، شاید نامزدهایی مانند فیلیپ راث یا موراکامی شایسته تر می بودند. ولی ۳۰ سال کار روی ادبیات مستند و شفاهی، کارهای الکسیویچ را هم تا آن حد از کیفیت و منحصر به فردی بودن برخوردار کرده که کسی نتواند بگوید نوبل ادبیات اصلاً حقش نبود. و ناگفته نماند که او از مدت ها قبل در فهرست نامزدان بوده، چندین جایزه ی اروپایی و بین المللی برده و در هیئت های ژوری ادبی معتبری هم عضو بوده است.

الکسیویچ بعد از دریافت جایزه گفته است که تا کنون مقام ها و ادارات بلاروس طوری رفتار می کردند که گویا من وجود ندارم. آثارم اجازه ی چاپ نداشتند و نمی توانستم برنامه ی عمومی داشته باشم. حالا شاید آن ها مجبور شوند از این مواضع شان عقب بنشینند. نگاه الکسیویچ به روسیه و فرهنگ سیاسی روس ها و بلاروس ها نگاهی منتقدانه و تندوتیز است و در همه ی این مردم «یک پوتین پنهان شده» می بیند. او با دیالوگ غرب با «رژیم های توتالیتر روسیه و بلاروس» هم مخالف است. با این همه، وزیر فرهنگ روسیه دریافت جایزه ی نوبل ادبیات ۲۰۱۵ را به الکسیویچ تبریک گفته و آن را افتخاری برای زبان روس عنوان کرده، ولی مقام های کشور خودش صرفاً از این که این جایزه به یک شهروند بلاروس تعلق گرفته ابراز خوشحالی کرده اند بدون آن که به خود او تبریک بگویند.»

▲ یک هشدار درباره خواندن کتاب های سوتلانا الکسیویچ

هنوز هیچ کدام از کتاب های خانم الکسیویچ به فارسی ترجمه نشده اند اما معمولاً مدتی کوتاه بعد از اعلام چنین خبرهایی، چند ترجمه شتاب زده راهی بازار می شوند. هشدار ما به شما این است که، هول نشوید. همه ترجمه ها خوب نیستند. کتاب هایی را که از افراد مشهور منتشر می شوند و معمولاً با شتاب زیادی ترجمه شده اند را با دقت بیشتری انتخاب کنید.

برنده نوبل امسال به خاطر نوع کتاب هایش و این که طرف همه را در جنگ گرفته، مشهور شده است. کتابهایی که سوتلانا الکسیویچ نوشته، در اصل یک اتفاق تلخ را از زبان شاهدان آن ماجرا روایت می کند. اتفاق های تلخی به نام جنگ و خونریزی که تمام شان هم در مناطقی مثل روسیه و افغانستان رخ داده اند. نخستین کتاب خانم الکسیویچ که با همین شیوه نوشته شد، «جنگ چهره زنانه ندارد» بود. این کتاب در سال ۱۳۶۲ خورشیدی براساس مصاحبه هایی که نویسنده با سربازان بازمانده از جنگ جهانی دوم داشت، نوشته شد و چهار سال بعد نسخه آلمانی آن هم به بازار رسید.

این روند تبدیل مصاحبه های روایتگر به کتاب، همیشه توسط سوتلانا الکسیویچ دنبال شده است. زمانی که واقعه انفجار اتمی چرنوبیل اتفاق افتاد، او با ۵۰۰ نفر از شاهدان واقعه، از آتش نشان ها و اعضای تیم پاکسازی گرفته تا برخی از مردم اطراف محل حادثه گفت و گو کرد و حرف های آنها را در «صداهایی از چرنوبیل، تاریخ شفاهی یک فاجعه هسته ای» روایت کرد. او بعدتر «پسران روئین چهره» را هم نوشت که وقایع افغانستان را با همین شیوه، از زبان مردم محلی روایت کرده است.

▲ چرا روزنامه نگارهای نویسنده، محبوب می شوند؟

روزنامه نگارها نویسنده های خوبی از آب در می آیند و کتاب هایشان پرفروش می شود. این یک حکم کلی است که بیشتر مواقع صادق است اما چرا؟ یکی از ویژگی های مهم روزنامه نگاری، دقت و دید باز است. در ضمن روزنامه نگارها عادت دارند، تا درباره چیزی مطمئن نشده و صحت موضوعی را از چند منبع دریافت نکرده، دست به قلم نمی شوند. از طرفی دیگر، روزنامه نگارها قدرت پرورش مطلب را به شکلی که باورپذیر باشد، دارند. برای همین هم هست که آثار خیالی نویسنده روزنامه نگاری مثل گابریل گارسیا مارکز هنوز هم خواننده دارند و کسی باورش نمی شود، کتابی مثل صد سال تنهایی یک کتاب سراسر خیال باشد.

▲ تحلیل های ادبی سیاسی درباره الکسیویچ

از زمانی که نام سوتلانا الکسیویچ به عنوان برنده نوبل ادبیات ۲۰۱۵ اعلام شد مدت زیادی نگذشته و به همین دلیل، نقدهای چندانانی از آثار او منتشر نشده است.

سارا دانیوس منشی آکادمی نوبل درباره او می گوید: «الکسیویچ ژانر ادبی نوینی را ابداع کرده است، قالب های روزنامه نگاری را بسط داده و به توسعه ژانری که دیگران در خلق آن همکاری داشته اند، دامن زده است.»

از ایرانی ها هم فعلاً نقد کوتاهی از حبیب حسینی فرد،

پایان امپراطوری یک ملکه

زها محمد حدید در بغداد به دنیا آمد. پدرش محمد حدید از بنیانگذاران حزب دمکراتیک ترقی خواه عراق و در سالهای ۱۹۵۸ تا ۱۹۶۰ وزیر دارایی عراق بود و مادرش وجیهه الصابونجی متعلق به خانواده ای متمول از شهر موصل بود.

زها مدرک ریاضیات خود را از دانشگاه آمریکایی بیروت اخذ کرد و سپس برای تحصیل در مدرسه معماری لندن (AA) راهی لندن شد. او بعد از فارغ التحصیل شدن از دانشگاه با استاد اسبق خویش رم کولهاس در دفتر معماری او. ام. ای به کار مشغول شد و در سال ۱۹۷۷ عضوی از آن شد.

زها حدید، معمار برجسته عراقی- بریتانیایی در سبک واسازی بود. اغلب آثار وی انعکاس آمیزه ای از ساختمان سازی، زمین شناسی و مناظر اطراف است. آثار و طراحی های وی با حرکت و جریان داشتن، ضمن پیروی از هندسه ناقلیدسی، نظم جدیدی را در فضا ایجاد میکنند. حدید در سال ۲۰۰۴ نخستین زنی بود که به دریافت جایزه معماری پritzker نائل آمد. او در طول دوران فعالیت حرفه ای خویش حدود ۹۵۰ پروژه را در ۴۴ کشور به اجرا در آورد. مجله فوربز در سال ۲۰۰۸ او را به عنوان شصت و نهمین زن قدرتمند جهان لقب داد.

لحاظ طراحی و هم به لحاظ تعدد کاربری یک شاهکار محسوب می‌شود.

۹. مرکز فرهنگی حیدر علی اف:

این ساختمان با شکوه به یادبود حیدر علی اف سومین رئیس جمهور آذربایجان در شهر باکو ساخته شده است. این بنا در مراسم انتخاب بهترین موزه در سال ۲۰۱۴ در شهر لندن جایزه بهترین طراحی موزه را به خود اختصاص داد.

۱۰. کهکشان سوهو: این مجموعه

که در شهر پکن پایتخت چین طراحی و ساخته شده، فضایی ترین طرح زها حدید لقب گرفته است. طراحی انتزاعی و مدرن این مجموعه که شامل دفاتر کاری، فروشگاه‌ها و مراکز تفریحی است با اعتراض معماران چینی مواجه شده بود. معماران چینی معتقد بودند معماری این بنا با معیارهای سنتی معماری چینی سازگار نیست.

پل سرپوشیده برای عبور عابران پیاده طراحی و ساخته شده و فضاهایی برای برپایی نمایشگاه در نظر گرفته شده است.

۴. آکادمی «اولین گریس»: با طراحی

این ساختمان که متعلق به دانشگاهی در شهر لندن است توانست جایزه انجمن معماری بریتانیا را در سال ۲۰۱۱ کسب کند. ۳۶ میلیون یورو هزینه ساخت این بنا شده است. یک پیست دو میدانی به شکل تونل از درون این ساختمان می‌گذرد.

۵. ساختمان اپرای گوانگ ژو: ساختمان

اپرای شهر گوانگ ژو که یکی از ثروتمندترین شهرهای چین است. این ساختمان زیبا که در صدر جذاب ترین سالن‌های اپرا در جهان قرار دارد. قرار گرفتن این بنا در کنار رودخانه این شهر زیبایی سالن اپرا را دوچندان کرده است.

۶. پل شیخ زاید: این پل موج در

شهر ابوظبی امارات متحده قرار دارد. نورپردازی ویژه و زیبای این پل در شب جلوه باشکوهی به این پل می‌بخشد.

۷. موزه ریور ساید: این موزه که

اولین ابر پروژه زها حدید در بریتانیا است طرح زیگزاگی این بنا چشم هر عابری را به خود جلب می‌کند.

۸. مرکز ورزش‌های آبی

لندن: این مرکز میزبان

ورزش‌های آبی المپیک

۲۰۱۲ لندن بود.

این بنا هم

به

در همان سالها در مدرسه معماری لندن (AA) به تدریس مشغول بود.

زها حدید برنده مدالها و جوایز متعددی شده بود، از جمله «مدال سلطنتی معماری» در بریتانیا و جایزه بهترین طرح معماری سال ۲۰۱۵ که برای طراحی یک مجموعه فرهنگی در باکو، پایتخت جمهوری آذربایجان دریافت کرد. طی ۱۶۷ سال، زها حدید نخستین زنی بود که مدال سلطنتی بریتانیا را دریافت کرد. او پیشتر در سال ۲۰۱۲ لقب تشریفاتی بانو (به انگلیسی: Dame) را از ملکه بریتانیا دریافت کرده بود.

زها حدید، روز پنجشنبه ۱۲ فروردین ۱۳۹۵ (۳۱ مارس ۲۰۱۶) در بیمارستانی در میامی آمریکا و در پی حمله قلبی درگذشت. اما آثار بر جای مانده از او نام او را ماندگار خواهد کرد.

۱. مرکز آتش نشانی ویترا: این

ساختمان که در شهر ویل آم ریل، در جنوب غربی کشور آلمان، ساخته شده است، اولین پروژه ای است که معماری آن به زها حدید سپرده شده است. نام این بنا برخورد سطوح صاف است.

۲. مرکز علمی فائو: زها حدید

این ساختمان خارق العاده را در شهر ولفسبورگ ساخته است. او معتقد بود در این ساختمان می‌توانید خودتان را در میان نیروهای فضایی حس کنید.

۳. پل چادر: این پل ۲۸۰ متری

باشکوه که اولین پل ساخته شده توسط این معمار پر آوازه است بر روی رودخانه ابرو در شهر زاراگوزای اسپانیا واقع شده است. این

چگونه به فردی خلاق تبدیل شوم؟

۱- بی هدف
به کشیدن و یا
نوشتن چیزی پردازید.

اگرچه در مدرسه بارها
و بارها به ما تذکر داده
شده است که این کار را
انجام ندهیم. این کار، برخلاف
تفکرات عمومی، به معنای
نداشتن تمرکز نیست. بلکه در
حقیقت، می تواند به شما کمک
کند تا در زمان حال حضور داشته
باشید و خود را در فعالیتی که ممکن
است در حال تغییر جهت از آن
هستید درگیر کنید.

سونی پروان، نویسنده کتاب
«انقلاب خط خطی کردن» این
روش می تواند به بهبود حافظه ی
یادآوری و فعال شدن گذرگاه های
عصبی منحصر به فرد پردازد و
به ایجاد بینش های جدید و
مسیرهای شناختی منجر شود.
برخی از شرکت ها حتی
به تشویق کارکنان خود
به منظور انجام این کار
در طول ملاقات ها
می پردازند.

۲- در کلاس هایی
ثبت نام کنید که
قبلا هیچ گاه در آن ها
شرکت نکرده اید.
خلاقیت، در زمانی
که شما خود
را به خارج از
منطقه ی امن
خود هدایت
می کنید و چیزهای
جسددیدی یاد
می گیرید،

فرهنگ مدرن اغلب به خلاقیت، به عنوان یک موهبت طبیعی و ذاتی
برای افراد نگاه می کند. هنرمندان همیشه با عباراتی مانند «شما بسیار با
استعداد هستید» مورد ستایش قرار می گیرند، اما در حقیقت، استعداد
و مهارت در کنار کمی تلاش و کوشش امکان پذیر است. خلاقیت،
مهارتی است که باید یاد گرفته شود، مورد تمرین و آموزش قرار
بگیرد و به تدریج توسعه پیدا کند. تردستی و شعبده بازی نیاز به
تمرین دارند همان طور که موج سواری، کدنویسی و حتی رانندگی
نیاز به تمرین دارند. خلاقیت هم از این قاعده مستثنی نیست.
وقتی شما خلاقیت را به بخشی از زندگی روزمره ی خود تبدیل
می کنید، امکان رشد بیشتری را برای آن فراهم خواهید کرد. اما
چگونه خلاقیت را به بخشی از زندگی روزمره ی خود تبدیل خواهید
کرد؟ در این قسمت، به ارائه ی ۸ پیشنهاد در این باره می پردازیم و
شما می توانید حتی از ۱۰ دقیقه آینده شروع به کار کنید.



شکوفای می شود.

این کلاس ها معمولا

بسیار غیر رسمی و

خودمانی هستند که مبتدیان

بسیاری در این کلاس ها شرکت

می کنند. شما می توانید نقاشی،

سفالگری یا نجاری را امتحان کنید.

یا یادگیری یک زبان جدید، استفاده

از ابزارهای تازه و یا کلاس های آشپزی

را به لیست خود اضافه کنید.

۳- محیط مناسبی را برای خود ایجاد کنید.

حقیقت این است که هر فردی

(حتی شما) می تواند خلاق

باشد. شما نیاز به یک

محیط مناسب، در کنار وجود

محرك ها و حمایت دارید.

گوگل برای سرزنده نگه داشتن

کارکنان خود به ارائه خدماتی

برای آنها از جمله زمین

والیبال ساحلی و نوشیدنی رایگان

می پردازد، در واقع تشکیلاتی

که به پارک بازی بزرگسالان

شباهت بسیاری دارد. کسب و

کاری که برای خلاقیت ارزش

قائل است، نیاز دارد تا به

بهترین شکل عمل کند

تا بتواند به پرورش

یک محیط خلاقانه

و امن پردازد که

در آن ایده های

غیرمعمول مورد

ستایش قرار

می گیرند و با

خلاقیت

تغذیه

می شوند.

۴- یک دفترچه ی نقاشی یا

دفترچه شعر برای خود تهیه

کنید.

طراحی کردن روش

بسیار مناسبی برای

حفظ حافظه و

استفاده ساختاری

از زمانی است

که ممکن است

صرف موارد

دیگری مانند

مکالمات تلفنی

کم ارزش شود.

در ابتدا ممکن

است نسبت

به طراحی های

خود ناامید شوید،

اما هر چه بیشتر

طراحی کنید،

بهرتر خواهید شد.

بهرتر است بیش

از حد به تجزیه و

تحلیل نتایج ناشی از

طراحی خود پردازید،

بهرتر است تنها برای

لذت بردن از روند طراحی،

به کار خود ادامه دهید نه

برای دستیابی به نتایج عالی.

خلاقیت از انجام فعالیت نشأت

می گیرد، بنابراین اگر تنها چندین

دقیقه در روز را به طراحی کردن

اختصاص دهید، به افزایش خلاقیت در

محل کار خود نیز منجر خواهید شد.

۵- وسایل سرگرمی را بر روی میز کار

خود قرار دهید.

بسیاری از شرکت های طراحی خلاق،

به تشویق کارکنان خود برای قرار دادن

اسباب بازی ها و وسایل سرگرمی، از لگوها

گرفته تا خمیرهای بازی، بر روی میز

کارشان می پردازند. ساختن چیزی به

وسیله ی نیروی فیزیکی و به کمک دست،

برخلاف تایپ کردن با کیبورد، می تواند

به عنوان روحیه ی نوآورانه ای که شما به

آن نیاز دارید عمل کند.

۶- خود را در داستان های کوتاه غرق کنید.

داستان های کوتاه شکلی از نوشتار است

که از بخش های بسیار کوتاه تشکیل شده

است. سعی کنید خواندن داستان های

کوتاه را امتحان کنید. به یک اجتماع

آنلاین پیوندید، یا داستان خودتان را در

محل کار بنویسید. لازم نیست به خودتان

سخت بگیرید یا این داستان را در جایی

به اشتراک بگذارید. این تنها فرصتی

است که به کمک آن می توانید ایده های

خلاقانه ی خود را پرورش دهید.

۷- تست ۳۰ دایره را انجام دهید.

این تمرین خلاقانه ی عالی توسط یکی

از محققان به نام باب مک کیم به وجود

آمده است و در سخنرانی تیم پروان در TED

talk به نام خلاقیت و بازی نیز به آن اشاره

شده است. بر روی یک ورق کاغذ، ۳۰ دایره

بکشید. حالا در عرض یک دقیقه، هر

یک از این دایره ها را به یک چیز مختلف

تبدیل کنید. شما در یک دقیقه می توانید

به خلق چند نمونه پردازید؟ (در بررسی

نهایی کمیت را به کیفیت ترجیح دهید.)

نتیجه: بیشتر افراد به سختی می توانند

این تعداد را به ۳۰ عدد برسانند. بیشتر به

خاطر اینکه ما به عنوان بزرگسالان، تمایل

داریم تا خودمان به ویرایش کارهایمان

و انتقاد کردن از آنها پردازیم. کودکان

به سادگی، به کشف ممکن ها، بدون

نقد کردن خود می پردازند، در حالی که

بزرگسالان بیشتر به خود سخت می گیرند.

۸- نقش بازی کنید.

نقش بازی کردن می تواند به شما کمک

کند تا به توسعه ی راه حل های جدید برای

مشکلات کنونی، با قرار دادن خود در جای

مشتری یا مراجعه کننده پردازید. همانند

کودکان، نقش بازی کردن یکی از روش هایی

است که به شکوفای شدن تصورات ما منجر

می شود، این نقش بازی کردن، از پختن

شیرینی گرفته تا جنگیدن با افراد بد و

یا جستجو در جنگل هایی در حیاط پشتی

ذهن شما را شامل می شود. زمان آن فرا

رسیده است تا قدرت بازی را بازگردانید.

ابرها را فرش راهتان خواهیم کرد....



هواپیمایی قشم
Qeshm Air

واحد فروش بلیط ۴۷۶۴

WWW.4764.IR

WWW.QESHM-AIR.COM

+98214799



به صناعات بازرگانی از جمله رزرو و صدور بلیت و سایر مولفه های مربوط به بسته های مسافرتی شامل هتل و گردشگری بازدید به عمل آمد. وی ادامه داد: در متن و حاشیه این اجلاس موضوع New Distributions Capability و مقوله one order که مستلزم تغییرات عمده در پروتکل های رزرواسیون، محاسبه نرخ، صدور بلیت مشتریان وفادار و... می باشد، به طور برجسته مطرح شد.

شکر آبی تصریح کرد: این امر به طور حتم موجب برنامه ریزی ایرلاین ها برای آمادگی و ورود به عرصه های جدید با کم ترین هزینه و کمترین ریسک ناشی از انجام آزمون و خطای استفاده از استانداردهای جدید جهانی خواهد شد.

مدیر عامل شرکت هواپیمایی قشم همچنین از مذاکره این شرکت با معاون شرکت هواپیماسازی بوئینگ و رئیس فرودگاه شانون خبر داد و گفت: به منظور ایجاد همکاری در زمینه جذب و حمل و نقل مسافر بین ایران و کشورهای آمریکا و کانادا از طریق فرودگاه شانون بحث و تبادل نظر صورت گرفت.

مدیر عامل شرکت هواپیمایی قشم افزود: AGM با اتفاق آراء قطعنامه مربوط به محکوم کردن تروریست را تصویب کرد و خواستار همکاری دولت ها و کلیه عوامل صنعت هواپیمایی برای انجام پروازهای ایمن و امن شد.

وی گفت: در این راستا AGM، خواستار اجرای مواردی از جمله همکاری بین ایرلاین ها با یکدیگر، برسمیت شناختن نقش ایکائو، تبادل اطلاعات لازم برای جلوگیری از اعمال تروریستی، تجهیز فرودگاه ها به دستگاههای بازرسی مدرن، تشویق مسافران به خرید بلیت و چاپ Tag بار در منزل و استفاده از کیوسک ها به منظور عدم تشکیل صف و تجمع در فرودگاه ها، آگاهی سازی کافی به شهروندان در مورد تهدیدات امنیتی شد.

شکر آبی گفت: در اجلاس AGM قطعنامه مربوط به محکومیت تجارت غیر قانونی حیوانات وحشی باتفاق آراء تصویب و خواستار افزایش آگاهی مسافران خریداران و فروشندگان وحش و کارکنان ایرلاین ها نسبت به خطرات تجارت حیوانات وحشی، همکاری فرودگاه، فورواردرهای بار و سایرین با مسئولین محیط زیست، وضع مقررات برای عدم تشویق قاچاق حیوانات و تبادل اطلاعات و تشویق ایرلاین ها برای اجرای معاهده United for Wild Life Transport Task Force شد. مدیر عامل قشم ایر افزود: در این اجلاس Alexander de Junior به عنوان دبیر کل جدید یاتا منصوب شد و جمله "We Are in The Business of Freedom" را به عنوان شعار خود مطرح کرد.

شکر آبی اظهار داشت: الکساندر دو جونیور بر مواردی از جمله: گران بودن هزینه تولید کنندگان و ارائه دهندگان خدمات انحصاری، افزوده شدن مالیات ها به موانع کار ایرلاین ها، بی توجهی به زیر ساخت های لازم در اغلب اوقات و عواقب منفی ناخواسته مقررات اشاره کرد و اطمینان خاطر از سیستم تسویه حساب بین ایرلاین ها، رهبری یاتا در موارد و مسائل جاری صنعت، پیش بینی برای آمادگی مقابله با چالش های آینده را از جمله امتیازات یاتا نزد ایرلاین ها بر شمرد.

حضور قشم ایر به عنوان تنها ایرلاین غیر دولتی ایران در هفتاد و دومین اجلاس سالیانه یاتا



مدیر عامل شرکت هواپیمایی قشم از حضور این شرکت به عنوان تنها ایرلاین غیر دولتی ایران در هفتاد و دومین اجلاس سالیانه یاتا (AGM) که به مدت سه روز در کشور ایرلند جنوبی برگزار شد، خبر داد و گفت: تنها شرکت های هواپیمایی قشم ایر و هما از ایران به این اجلاس دعوت شدند.

به گزارش روابط عمومی شرکت هواپیمایی قشم، محمود شکر آبی مدیر عامل این شرکت در خصوص این اجلاس اظهار داشت: در اجلاس AGM، ۲۶۴ شرکت هواپیمایی عضو یاتا از ۱۱۸ کشور جهان (که دارای ۸۳ درصد از ترافیک هوایی در جهان هستند)، مدیران کارخانه های سازنده هواپیما، سایر صنایع و خدمات مرتبط با صنعت هواپیمایی و همچنین شرکت های حضور داشتند.

مدیر عامل شرکت هواپیمایی قشم افزود: اجلاس عمومی سالیانه یاتا به عنوان بالاترین نشست یاتا به شمار می رود و هر ساله در نقاط مختلف جهان برگزار می شود.

شکر آبی تصریح کرد: در این اجلاس، وضعیت آینده صنعت هواپیمایی بازرگانی مورد بحث و بررسی قرار گرفت و فرصت مذاکره با سایر ایرلاین ها و همچنین مدیران کارخانه های سازنده هواپیما و تهیه کنندگان ابزارهای نرم و سخت افزاری مرتبط با صنعت مهیا می باشد.

وی همچنین افزود: در حاشیه این اجلاس از غرفه های مربوط

بازدید نمایندگان آژانس ایمنی هوانوردی اروپا از شرکت هواپیمایی قشم

ایکائو مورد ارزیابی قرار می گیرد. این کارشناسان قسمت های مختلف واحدهای مهندسی و تعمیرات، عملیات، ایمنی و تضمین کیفیت هواپیمایی قشم را براساس استانداردهای ایکائو در بخش های قوانین و مقررات، عملیات هواپیماها، قابلیت پروازی هواپیماها، حمل و نقل کالاهای خطرناک و مدیریت ایمنی مورد ارزیابی قرار دادند. پس از بررسی های انجام شده و تایید مدارک و مستندات ارایه شده، امکان برگزاری مسیره های پروازی به مقصد کشورهای عضو اتحادیه اروپا برای شرکت هواپیمایی قشم میسر خواهد شد.

در این سفر نمایندگان آژانس هوانوردی اروپا علاوه بر قشم ایر عملکرد سه شرکت هواپیمایی ایران ایر، آسمان و ماهان را نیز مورد ارزیابی قرار داده اند.

کارشناسان آژانس ایمنی هوانوردی اروپا (EASA) European Aviation Safety Agency جهت ارزیابی عملکرد شرکت هواپیمایی قشم از بخش های مختلف این شرکت بازدید به عمل آوردند.

به گزارش روابط عمومی شرکت هواپیمایی قشم، در پی الزام اتحادیه اروپا، آژانس ایمنی هوانوردی این اتحادیه ماموریت دارد تا نسبت به بررسی ایمنی شرکت های هواپیمایی به کشورهای عضو اتحادیه اروپا پرواز دارند و تأییدیه عملیاتی (AOC) خود را از کشورهای غیر اروپایی دریافت کرده اند اقدام نمایند. بر این اساس، این شرکت ها ملزم به دریافت مجوزی به نام مجوز TCO (Third Country Operators Authorization) می باشند. بنابراین به منظور دریافت این مجوز، عملکرد شرکت ها در حوزه ارتقای سطح ایمنی، بر اساس برخی از انکس های



نخستین نشست روسای ایستگاه های شرکت هواپیمایی قشم با حضور مدیر عامل شرکت هواپیمایی قشم، معاونین و مدیران ارشد و روسای ایستگاه های شرکت هواپیمایی قشم به منظور بحث و تبادل نظر تخصصی در جهت پیشبرد بهینه اهداف شرکت هواپیمایی قشم برگزار شد.

به گزارش روابط عمومی شرکت هواپیمایی قشم در این سمینار یک روزه محمود شکرآبی مدیر عامل شرکت ضمن اشاره به اهمیت ارتباط موثر واحدها و شعب و ایستگاه های مختلف شرکت هواپیمایی قشم و افزایش بهره وری و کارایی شعب و ایستگاه ها بر اهمیت جداسازی شرح وظایف واحدهای خدمات فرودگاهی و واحد بازرگانی تاکید کرد.

شکرآبی همچنین بهره گیری از الگوهای موفق در ایرلاین ها و شرکت های تخصصی صنعت هوانوردی بین المللی را راهکاری برای بهبود امور و برنامه ریزی بهتر دانست.

از دیگر مواردی که مدیر عامل شرکت هواپیمایی قشم در سخنان خود بدان ها اشاره کرد؛ لزوم تخصصی تر شدن وظایف روسای ایستگاه ها به منظور درآمذزایی بهتر، ارتقاء سطح کیفی خدمات، از بین بردن مشکل احتمالی سوءمدیریت در تمامی واحدهای شرکت، تکریم ارباب رجوع، صرفه جویی در هزینه ها، اهمیت حس وظیفه شناسی عمومی در تمامی پرسنل شرکت به منظور تحقق اهداف شرکت، اهمیت تعیین نمایندگانی از جانب حوزه مدیریت در ایستگاه ها جهت حفظ منافع عمومی شرکت، افزایش بهره وری و افزایش درآمد، تاکید بر اهمیت تشکیل کلاس های آموزشی دوره ای جهت پرسنل خدمات فرودگاهی، اهمیت نظارت بر فعالیت مناسب شرکت های ارائه دهنده خدمات هندلینگ و گزارش کم و کاستی ها در این خصوص توسط پرسنل می باشد.

در ادامه نیز دیگر معاونین و مدیران شرکت به بیان اهم موارد و بحث و تبادل نظر در خصوص موارد مشروحه در جلسه پرداختند.

نخستین نشست روسای ایستگاه های شرکت هواپیمایی قشم برگزار شد.





چطور ایمنی مسافر در پرواز تضمین می‌شود؟

گوش که در اثر تغییر فشار بوده با قورت دادنه ای متوالی آب دهان متوقف می شود؛ اما پژوهش های جدید نشان داده که ۱۰ درصد بزرگسالان و ۲۲ درصد کودکان از آسیب پرده گوش در شرایط پرواز رنج می برند. در زمان فرود که تغییرات فشار در سریعترین حالت خود قرار داشته، مسافران ممکن است در معرض فشارزدگی گوش میانی قرار بگیرند. در صورت وجود عفونت یا آلرژی در فرد، این امر می تواند منجر به سوراخ شدن پرده صماخ شود. دستگاه جدید Earplanes می تواند فشار را در گوش تنظیم کند. همچنین برای افراد مبتلا به سینوزیت مزمن، عمل جراحی جدیدی موسوم به ساینوپلاستی با بالن میتواند پاسخ بهتری باشد.

توصیه های حین پرواز:

اگر قصد سفر با هواپیما دارید، به توصیه های حین پرواز توجه کنید:

۱. چنانچه به صورت خانوادگی یا گروهی مسافرت می کنید و مایلید در کنار دیگر همسفران خود باشید پیش از وقت تعیین شده در فرودگاه حضور داشته باشید تا کارکنان بتوانند امکانات بیشتری در اختیار شما قرار دهند.

۲. حتی المقدور در طول پرواز کمر بندهای ایمنی خود را بسته نگه دارید.

۳. هنگام فرود تا توقف کامل هواپیما و باز شدن درها، صندلی خود را ترک نکنید، چون ممکن است در اثر ترمز ناگهانی تعادل خود را از دست بدهید.

۴. در موقع ترک هواپیما توجه داشته باشید چیزی از وسایل شخصی خود را جا نگذارید. در صورت جا گذاشتن بلافاصله مسئولان شرکت هواپیمایی در قسمت اشیاء گمشده و پیدا شده مستقر در فرودگاه را در جریان امر قرار دهید.

۵. در بعضی از پروازهای بین المللی قبل از فرود در مقصد کارتهایی در اختیار شما قرار میگیرد که به منظور ایجاد سهولت در انجام تشریفات گمرکی و گذرنامه باید اطلاعات درخواست شده را در کارت قید نمایید.

۶. کارت پرواز بین المللی و گذرنامه خود را همواره همراه داشته باشید.

۷. توصیه می شود چند قطعه عکس پرسنلی اضافی و فتوکپی پاسپورت و اوراق دیگر را در محل دیگری حمل نمایید تا در صورت مفقود شدن پاسپورت با ارایه آنها به نزدیکترین کنسولگری یا سفارت خانه جمهوری اسلامی ایران کارت عبور موقت دریافت نمایید.

هنگامیکه داخل هواپیما نشسته اید و منتظر به پرواز در آمدن هواپیما هستید و یا در حال پروازید، احتمالاً هیچ ایده ای از اینکه چه تعداد از کارکنان در حال انجام فعالیت هستند که پروازی آرام و لذت بخش برای شما فراهم شده است، ندارید.

مسافران شرکت های هواپیمایی هرگز تمایلی ندارند روی باند فرودگاه منتظر بمانند تا چه زمانی هواپیما به پرواز آید، مخصوصاً اگر آنها علت تاخیر یا انتظار برای انجام پرواز را ندانند. شاید بالای سر آنها هوایی بسیار مطلوب و مناسب وجود داشته باشد، اما صدها کیلومتر دورتر توفانی در حال رخ دادن است که ممکن است پرواز آنها را تحت تأثیر خود قرار دهد و یا مانع از فرود هواپیما در مقصد شود، شاید هم محدودیت هایی در آن طرف شهرها یا مرزها به وجود آمده است که باعث تاخیر در انجام پروازشان شده است.

در حقیقت سازمان هواپیمایی کشوری و شرکت فرودگاه های کشور به عنوان متولیان صنعت هوانوردی، واحدهای مختلف از جمله واحد مراقبت پرواز، الکترونیک هواپیمایی، مخابرات هواپیمایی، استاندارد هواپیمایی و ... تا مدیران واحدهای عملیاتی را بکار گرفته اند تا این اتفاق مهم صورت گیرد.

توصیه های پزشکی:

۱. **لخته شدن خون در پاها:** ترومبوز ورید عمقی یکی از شناخته شده ترین خطرات سلامتی پرواز است. یک لخته خون در رگ های عمیق پا شکل گرفته و به سمت ریه حرکت می کند. پروازهای طولانی شانس ابتلا به این شرایط را به دلیل ترکیب نشستن ثابت برای مدت طولانی و بودن در موقعیت تنگ افزایش می دهد. همچنین از دست دادن آب باعث غلظت خون میشود. در این شرایط جوراب های پرواز میتواند خون را به درستی در پاها به گردش در آورد اما همچنین حرکت کردن برای هر یک ساعت یکبار یک امر ضروری است.

۲. **کمر درد شدید:** نشستن، فشار دو برابری نسبت به ایستادن بر کمر انسان وارد میکند. در کنار آن، ساعت های رکود حرکتی با جای پای کم نیز باعث افزایش این شرایط میشود. در این حالت گردن بیشتر در معرض آرتروز قرار می گیرد. برای اجتناب از این امر بهتر است طی سفر در هواپیما قدم زده و عضلات را بکشید و همچنین از بالش کمر استفاده کنید. مصرف مایعات و موز نیز میتواند از گرفتگی جلوگیری کند.

۳. **آسیب طولانی مدت به گوش ها:** در بیشتر افراد، گرفتگی



پنجره به بیرون نگاه کنید. برای اینکه تشخیص دهید آتش یا خطرات دیگری در خارج از هواپیما هست اگر خطری هست از وسط هواپیما خارج شوید یا از خروجی‌های دیگر اقدام کنید.

الکل ممنوع

از مصرف الکل قبل و در حین پرواز خودداری کنید. الکل توانایی فرد را در واکنش سریع و منطقی در حین وضعیت اضطراری و خروج از هواپیما تحت تاثیر قرار می‌دهد.

هیچگاه بچه‌های کوچک را روی زانوان خود قرار ندهید

اگر چه این کار از خرید یک صندلی دیگر ارزان‌تر است، اما در صورت گرفتن کودکان با دست هیچ تضمینی برای سالم ماندن در مواقع حساس وجود ندارد. صندلی برای کودک خود بگیرید و از یک سیستم مناسب جهت محکم کردن وی استفاده کنید.

سایرین را هل ندهید

در مواقع اضطراری خروج با نظم، شانس زنده ماندن همه را افزایش می‌دهد. اگر ترسیده باشید و دیگران را هل دهید، ممکن است با عکس‌العمل تلافی‌جویانه آنها مواجه شوید.

پاهای صاف

بازرسان سوانح هوایی مرتب از زخمی‌هایی نام می‌برند که هر دو پای آنها از ناحیه زیر زانو شکسته است. وجود پاهای شکسته باعث اشکال در توانایی خروج از هواپیما می‌شود. این مورد در اثر حالت «بریس» به وجود می‌آید که باعث قرار داده شدن پاها در زیر صندلی جلویی می‌شود. در زمان برخورد، پاها به سمت جلو می‌پرند و قسمت عقب صندلی جلویی باعث شکستن آنها می‌شود. پاهایتان را به صورت مستقیم در جلو خود قرار دهید. با تمام این توصیه‌ها، به این توجه داشته باشیم که تقدیر چیز دیگری است، اگر تقدیر این باشد که برویم، در رختخواب گرم و نرم هم سرنوشت‌مان به تقدیر گره می‌خورد، اما گفته‌اند: احتیاط شرط عقل است چرا چنین نکنیم؟!

باشند خود شما باید این کار را بکنید.

کمر بند ایمنی خود را همیشه محکم ببندید

اگر وضعیت اضطراری هنگامی رخ دهد که در خواب هستید، از بسته بودن کمر بندتان خوشحال خواهید شد. در هر حال مطمئن شوید که پیش از پرواز کمر بند به‌طور مناسب در اطراف بدن شما قرار گرفته باشد. (فیت باشد) هر سانتیمتر شل بودن کمر بند نیروی G را که هنگام سقوط به شما وارد می‌آید، ۳ برابر می‌کند، بنابراین آن را خوب ببندید. همچنین کمر بند را تا آنجا که می‌توانید نزدیک به لگن خاصره خود محکم کنید به طوری که بخش بالای لگن خاصره را بالای لبه کمر بند حس کنید. زیرا لگن خاصره ساختار محکمی دارد و نیرو را به خوبی کنترل می‌کند. به هر حال، اگر کمر بندتان روی شکم‌تان کشیده شود، احتمال ایجاد جراحات داخلی خطرناک بیشتر می‌شود.

از ماسک اکسیژن استفاده کنید

احتمالا در تمامی پروازهای تجاری این را شنیده‌اید اما ارزش تکرار دارد؛ اگر وضعیت کابین مخاطره‌آمیز باشد، فقط ۱۵ ثانیه وقت دارید (که در صورت سیگاری بودن یا داشتن مشکلات تنفسی و عروقی اغلب کمتر می‌شود) تا قبل از بیهوش شدن، از طریق ماسک تنفس کنید. اگر احساس آن وادار می‌کند که ابتدا به کودکان‌تان یا مسافران مسنی که کنار شما نشسته‌اند کمک کنید، بدانید که اگر به‌هوش نباشید برای هیچکس مفید نخواهید بود.

به سرعت از هواپیما خارج شوید

در صورت وجود دود و آتش، تاخیر در خروج از هواپیما بحرانی است. معمولاً کمتر از دو دقیقه فرصت دارید از هواپیما خارج شوید. از دستورات مهمانداران که پس از سقوط به شما می‌دهند پیروی کنید. در برخی موارد بعد از سقوط مهمانداران قادر به انجام دستورات در مواقع اضطراری نیستند با آنها همکاری کنید تا شانس زنده ماندن دیگران افزایش یابد. سعی نکنید که متعلقات‌تان را نجات دهید. همه چیز را بگذارید بمانند، آنها فقط حرکت شما را کند می‌کنند. مطمئن شوید خروجی را که انتخاب کرده‌اید ایمن است. از

۸. همچنین شماره، تاریخ صدور بلیت‌های مسافری خود را نیز جدا یادداشت کنید تا در صورت مفقود شدن بتوانید بلافاصله موضوع را پیگیری نمایید.

۹. در پروازهای بین‌المللی چنانچه قصد دارید بیش از سه روز در مقصد بمانید، جای بازگشت خود را که از مبدأ نگهداری نموده‌اید، از طریق دفتر شرکت مربوطه در محل مجدداً تأیید فرمایید. عدم تأیید مجدد باعث ابطال جای ذخیره شده خواهد شد.

چطور از جت زدگی (jet lag) پیشگیری کنیم؟

در مدتی که بدن تلاش می‌کند تا با منطقه زمانی جدید تطبیق کند- می‌تواند لذت هر سفری را به کام شما تلخ کند. رعایت این توصیه‌ها می‌تواند به شما در پیشگیری از جت زدگی کمک می‌کند: پس از استراحت کافی سفرتان را آغاز کنید. پیش از سفر خواب کافی داشته باشید. از پر خوری پرهیز کنید. غذاهای سالم بخورید. تا جایی که می‌توانید فعالیت جسمی داشته باشید. از داروهای خواب‌آور اجتناب کنید؛ بیش از یکی دو روز از آنها استفاده نکنید. از برنامه زمانی منطقه‌ای که در آن به سر می‌برید، پیروی کنید. در همان زمانی که افراد محلی می‌خورند و می‌خوابند، شما غذا بخورید و بخوابید.

کارت ایمنی پرواز را مطالعه کنید

به صحبت‌هایی که قبل از پرواز راجع به مسائل ایمنی می‌شود، توجه کنید. بله، همه این‌ها را قبلاً شنیده‌اید و هیچگاه نیازی بدان پیدا نکرده‌اید، اما اگر در حین ارائه دستورالعمل‌های پیش از پرواز گوشی هدفون را روی گوش‌تان گذاشته‌اید یا به کارت ایمنی بی‌توجهی می‌کنید، اطلاعاتی را از دست خواهید داد که در زمان واقعه سقوط برایتان حیاتی خواهند بود. فکر نکنید همه این‌ها را از قبل می‌دانید. هر نوع هواپیمایی دستورالعمل‌های ایمنی خاص خود را دارد. اگر در ردیفی که درب خروج قرار دارد نشسته‌اید درب را مورد بررسی قرار دهید و مطمئن شوید که در صورت نیاز قادر به باز کردن آن هستید. در شرایط معمولی مهمانداران پرواز درب را باز خواهند کرد، اما اگر مرده یا زخمی

Qeshm Air Route Map



مقاصد پروازی از مبدا تهران به شهرهای داخلی:

آبادان-اهواز-اصفهان-ارومیه
بندرعباس-بندرچابهار-بندرماهشهر
تهران-تبریز-خوی-زابل
سنندج-سهند-شیراز-قشم
کرمانشاه-کیش-مشهد-یزد

مقاصد پروازی داخلی از مبدا قشم:

گرگان - اصفهان - تبریز - کرمانشاه
مقاصد پروازی داخلی از مبدا مشهد:
زابل - بندر ماهشهر - شیراز - کیش - قشم
اصفهان

مقاصد پروازی داخلی از مبدا اصفهان:

قشم - بندر ماهشهر - کیش - مشهد - اهواز

مقاصد پروازی بین المللی از مبدا شهرهای داخلی:

● قشم - دبی ● شیراز - نجف ● شیراز - بغداد ● یزد - نجف
● اصفهان - نجف ● اصفهان - بغداد ● ساری - بغداد ● مشهد - نجف
● اصفهان - دبی



● تایلند:

مقصد پرواز: بانکوک
مسافت: ۳۲۸۷ مایل
مدت پرواز: ۷ ساعت
ساعت بانکوک: ۲:۳۰+



Emirate

● امارات:

مقصد پرواز: دبی
مسافت: ۶۵۶ مایل
مدت پرواز: ۲ ساعت
ساعت دبی: ۰۰:۳۰+



• بلغارستان:

مقاصد پروازی: وارنا، صوفیه
مسافت: ۱۵۷۶٫۸۰ مایل
مدت پرواز به صوفیه: ۳:۱۵
ساعت صوفیا: -۱:۳۰



• رومانی:

مقصد پرواز: بخارست
مسافت: ۱۴۶۰٫۳۰ مایل
مدت پرواز: ۳:۰۵
ساعت بخارست: -۱:۳۰



• ترکیه:

مقاصد پروازی:
استانبول، آز میز، ساییه، اسپارتا
مسافت: ۱۱۰۳ مایل
مدت پرواز: ۴:۳۰
ساعت استانبول: -۱:۳۰



• ارمنستان:

مقصد پرواز: ایروان
مسافت: ۴۹۸٫۶ مایل
مدت پرواز: ۱:۱۵
ساعت ایروان: +۳:۰۰



• روسیه:

مقاصد پروازی:
مسافت مسکو: ۱۵۳۱٫۳ مایل
مسکو-سن پترزبورگ-سویچی
مدت پرواز: ۳:۱۵
ساعت مسکو: -۰۰:۳۰



• کرواسی:

مقصد پرواز: زاگرب
مسافت: ۹۸۲ مایل
مدت پرواز: ۴:۱۰
ساعت زاگرب: +۲:۳۰



• صربستان:

مقصد پرواز: بلگراد
مسافت: ۱۷۴۴٫۴ مایل
مدت پرواز: ۳:۴۰
ساعت بلگراد: -۲:۳۰



• گرجستان:

مقصد پرواز: تفلیس
مسافت: ۵۳۰٫۶ مایل
مدت پرواز: ۱:۳۰
ساعت تفلیس: +۰۰:۳۰



• قبرس:

مقصد پرواز: لارناکا
مسافت: ۱۰۱۸ مایل
مدت پرواز: ۲:۲۰
ساعت لارناکا: +۱:۳۰



• عراق:

مقاصد پروازی:
بغداد، نجف، سلیمانیه
مسافت: ۴۳۴٫۴ مایل
مدت پرواز به بغداد: ۱:۳۰
ساعت بغداد: -۰۰:۳۰

مجتمع اقامتی تفریحی
ساحل طلایی

چشم اندازی رویایی

محیطی آرام و دلنشین

پارک بازی کودک
پیست دوچرخه سواری
سالن ماساژ • بلیارد

رستوران دوطبقه
با چشم انداز زیبای ساحل
و انواع غذاهای
دریایی، ایرانی و فرنگی

سوییت های
مشرف به دریا

تفریحات دریایی
جت اسکی • شاتل
بنانا • قایق سواری
قایق کف شیشه ای



جزیره قشم • جاده ساحلی جنوبی • جنب زیارتگاه شاه شهید
تلفن ۰۷۰۳۴۲۹۰۰ فکس ۰۷۶۳۵۳۴۲۸۶۸ [تلفن همراه ۰۹۰۲۵۱۳۴۲۹۰۰]
Goldenbeach_hotel@yahoo.com www.GoldenBeachHotel.ir

 Goldenbeach_hotel



۲۵ سال آرزوی هزاران کودک را برآورده کردید

۲۵ سال، دلگرم به حضور شما هر روز صادقانه تلاش کردیم تا کودکان محک دوباره سلامت شوند، دختران گیسوانشان را دوباره بیافند، پسران بازیگوشی کنند و هزاران مادر و پدر با امید و سربلند زندگی کنند. ۲۵ سال هر روز از صمیم قلب آرزو کردیم همه کودکان محک صد ساله شوند. همراه ما باشید تا تحقق آرزوهای بیشتری را جشن بگیریم. ربع قرن حمایت نیکوکارانه شما را قدر دانیم.

☎ ۰۲۱-۲۳۵۴۰ * ۷۲۰ * ۲۳۵۴۰ #

شماره حساب بانک پارسیان: ۱۲۰۳-۸۱۰۴۴۴۹
شماره کارت: ۶۰۳۷-۹۹۱۱-۹۹۵۰-۰۵۹۰

از اینکه به ما کمک می کنید، سپاسگزاریم.



محک

مؤسسه خیریه حمایت از
کودکان مبتلا به سرطان

mahak-charity.org



ALUMAX

Aluminum Composite Panels

ورق‌های کامپوزیت نمای ساختمان

20

Unconditional
Guaranty

Years

گارانتی
بدون قید و شرط

آلوماس

تهران، خیابان خرمشهر، پلاک ۵۵

دفتر فروش: +۲۱-۸۸۷۴۶۴۶۴

نمابر فروش: +۲۱-۸۸۷۶۵۹۸۳

www.alumax.ir



داتیس[®]

تولید کننده اجاق گاز صفحه ای توکار، هود، سینک و فر توکار

هود ملودی

پخش کننده موسیقی و رادیو، تولید شده در ایران

USB & Bluetooth & Radio

امور مشتریان و جذب نمایندگی: ۰۲۱-۷۷۸۸۷۰۷۵

خدمات پس از فروش: ۱۳-۷۷۲۴۶۷۰۰

www.datees.ir

عضوی از تیم شما در مشاوره
و انتخاب محصولات در صنایع:
حفاری مکانیزه-نفت، گاز و پتروشیمی
ساختمان-قالب و لاستیک-رنگ و رزی-ن

تولید کننده انواع:

فوم های حفاری آنتی فوم های سیلیکونی و
غیر سیلیکونی گریس آب بند، گریس HBW
رهاگر قالب، روان کننده و فوق روان کننده بتن



پیشرو در جایگزینی محصولات وارداتی با تولید داخلی



شرکت شیمیایی کمیل کاشان



آدرس کارخانه: کیلومتر ۲ جاده قصیر، کوچه میلاذ،
فرعی اول سمت چپ کد پستی: ۸۷۱۷۸۹۶۱۸۶
آدرس دفتر تهران: سعادت آباد، خیابان سرو غربی،
خیابان صدق، پلاک ۲۱ واحد ۴۲ کد پستی: ۱۹۹۸۷۶۷۵۴۱
تلفن: ۸-۰۲۷-۹۸۴۱۴۲۰۸۱۰ فکس: ۲۲۳۵۴۲۵۵

www.kkcc.ir

گروه اقتصادی صنعت یدک

Sanat Yadak Economic group

Sanatyadak Economic Group is the largest and oldest manufacturer of formwork equipment,

Smart scaffolding, and steel structures in Iran,

providing the following services to its customers:

1.Study/survey, development, planning, production, construction, and supervision of all stages of steel structure, concrete structure, and hybrid projects (special projects)

2.Forming research and promotional campaigns (including participating in and holding specialized ,domestic and international trade fairs, conferences and festivals), engineering services marketing, and sale of manufactured products.

3.Specialized manufacturing of different structures/ machinery for building and marine industries as well as machinery for other industries/factories.

The above are considered as added value services for the following reasons:

-They are provided in accordance with the DIN ISO 13918 International Standard.

-Results of tests conducted in accordance with AWS D1.1 are presented for all the products delivered per consignment.

-Specialized workshops are held for after-sales services.

The complete Sanat Yadak package includes:

a) Study, development, and design of different types of steel/concrete structures and industrial machinery

-Providing the required drawings using X-Steel

-Providing 3-D representations

-Carrying out the RT, MT, PT, and UT quality control and welding inspections.

b) Construction and installation of various types of machinery as well as steel/concrete and pre-fabricated structures.

-Production of pre-fabricated parts and machinery using welding, bolt and nut, and combination methods

-Sandblasting

-Color scheming

-Packaging

-Delivery

-Installation

c) After-Sales Services

گروه اقتصادی صنعت یدک بزرگترین و یا سابقه ترین تولید کننده تجهیزات قالب بندی بتن و داربست های هوشمند و سازه های فلزی در ایران می باشد. این گروه خدمات زیر را به مشتریان ارائه می دهد:

۱. مطالعه ، تدوین ، برنامه ریزی ، تولید و ساخت و نظارت بر کلیه مراحل اجرای پروژه های فلزی بتنی یا ترکیبی (پروژه های خاص)

۲. تشکیل کمیته های تحقیقاتی ، تبلیغاتی (شامل تشکیل یا شرکت در نمایشگاه ها ، همایش ها و جشنواره های تخصصی ملی و بین المللی) و بازاریابی خدمات مهندسی و فروش محصولات تولیدی

۳. تولیدات تخصصی انواع سازه ها و ماشین آلات در حوزه های صنعت ساختمان ، صنایع دریایی و ماشین آلات صنایع و کارخانه ها این خدمات به دلایل زیر ، دارای ارزش افزوده می باشد

• مطابقت با استاندارد بین المللی ISO 13918

• ارائه نتایج تست محصولات تولیدی مطابق با استاندارد AWS D1.1 برای هر محموله ارسالی به کارگاه

• برگزاری کارگاه های تخصصی جهت خدمات پس از فروش یکپارچه کامل خدمات این شرکت عبارت است از :

الف- مطالعه ، تدوین و طراحی انواع سازه های فولادی ، بتنی و ماشین آلات صنایع مختلف

• تهیه نقشه ها با X steel

• نمایش 3D

• آزمایش ها و کنترل کیفیت جوش RT, MT, PT, UT

ب- ساخت و نصب انواع سازه های فولادی و بتنی و پیش ساخته ها و ماشین آلات

• تولید قطعات پیش ساخته و ماشین آلات به سه روش جوشی ، پیچ و مهره ای یا ترکیبی

• سند بلاست

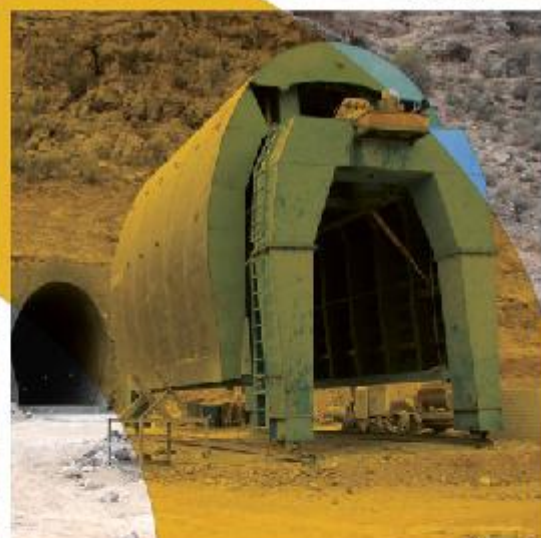
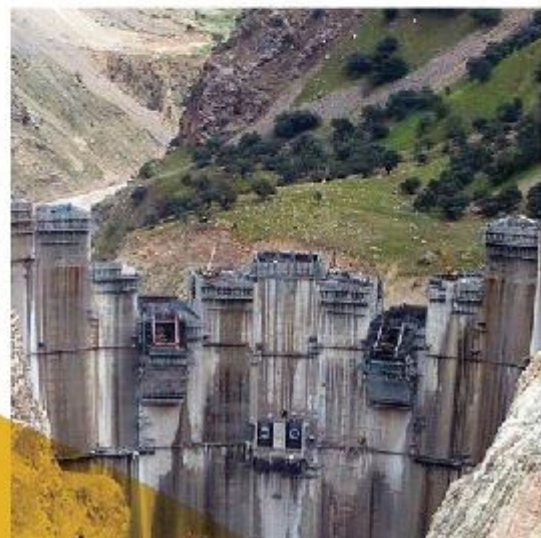
• رنگ آمیزی

• بسته بندی

• حمل

• نصب

ج- ارائه خدمات پس از فروش محصولات تولیدی



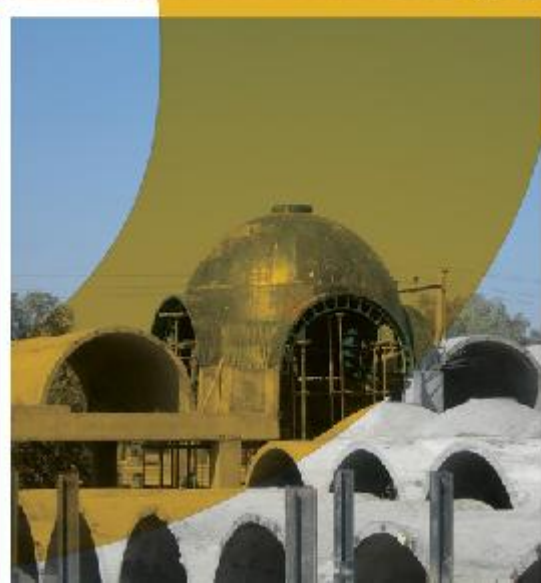
دستور و نمایشگاه مرکزی :

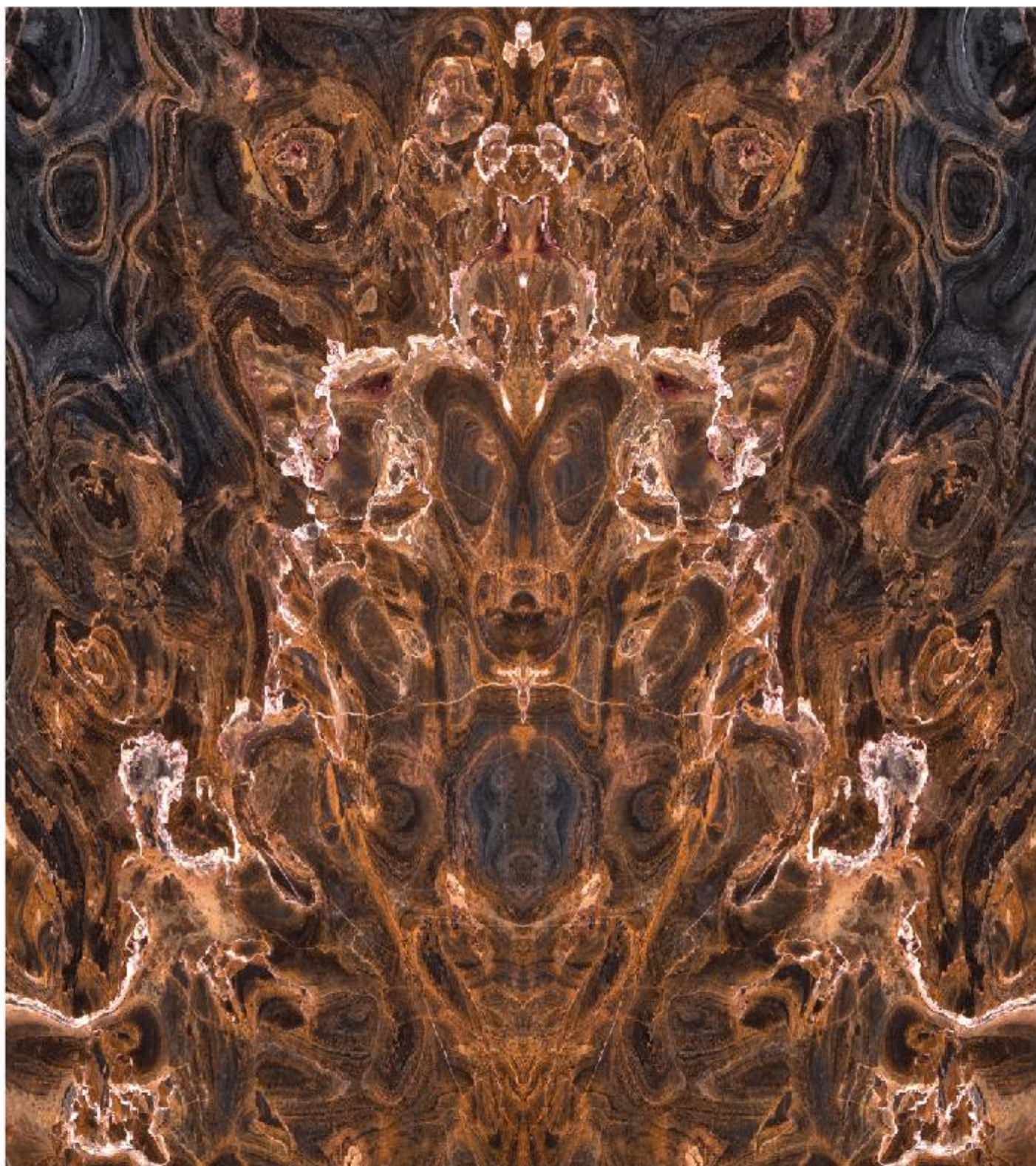
تهران ، ویک ، ملاصدرا، شیخ بهایی ج. - ترابری شماره ۴۴
 تلفن : ۰۲۱ - ۸۸۶۹۱۰۰۰ - ۳۸ - ۸۸۰۵۴ - ۰۲۱ - ۸۸۲۱۲۹۰۰۰ - ۳۱

مرکز فروش و خدمات پس از فروش :

تهران ، شریعتی ، بالاتر از بن سیدخندان ، کوچه حافظ ، ساختمان ایستا
 شماره ۱ طبقه ۵
 تلفن : ۰۲۱ - ۲۲۸۸۹۰۱۶۴ - ۱۶۶ - ۲۲۸۸۹۰۱۶۵ - ۲۲۸۸۹۰۱۶۷ - ۲۲۸۸۹۰۱۶۸ - ۲۲۸۸۹۰۱۶۹

www.Sanatyadagroup.com
 www.Sanatyadagroup.ir
 info@Sanatyadagroup.com





فرش سنگ هایی به زیبایی ابریشم

O-Tash
Natural Paint Marble



Galaxy Paint, Paint Marble

Tash Stone Office:

Unit 77, Serrano ST, P.O Box :28006, Madrid, Spain,
End of Sattary Highway, Tehran, Iran

Tel/Fax/Mobil: 0098 21 44 850 971-3 09122027464

WWW.tashstone.com Email: iran@tashston.com



01



02



03



04

کریستال (شیراز)

کاربری: اداری - تجاری

مساحت زمین: ۱۲۷۸ متر مربع

زیر بنای کل: ۱۱۵۴۶ متر مربع

۲۷ واحد تجاری - ۱۵ واحد اداری

مهتاب (تهران)

کاربری: مسکونی

مساحت زمین: ۳۶۲۲ متر مربع

زیر بنای کل: ۱۹۶۱۲ متر مربع

تعداد طبقات: ۸ طبقه - ۹۰ واحد

ملاصدرا (تهران)

کاربری: اداری - تجاری

مساحت زمین: ۹۹۷ متر مربع

زیر بنای کل: ۹۰۱۲ متر مربع

۱ واحد تجاری - ۱۲ واحد اداری

سرو (تهران)

کاربری: مسکونی

مساحت زمین: ۴۴۰ متر مربع

زیر بنای کل: ۳۵۷۹ متر مربع

تعداد طبقات: ۷ طبقه - ۲۴ واحد



06



05



08



07

شقایق (تهران)

کاربری: مسکونی

مساحت زمین: ۹۸۰ متر مربع

زیر بنای کل: ۴۷۵۶ متر مربع

تعداد طبقات: ۸ طبقه - ۲۰ واحد

هتل آبارتسان (شیراز)

کاربری: اقامتی

مساحت زمین: ۱۳۷۲ متر مربع

زیر بنای کل: ۷۹۱۵ متر مربع

دولت (تهران)

کاربری: تجاری - مسکونی

مساحت زمین: ۱۱۶۰ متر مربع

زیر بنای کل: ۷۳۷۳ متر مربع

۱ واحد تجاری - ۳۵ واحد مسکونی

میرداماد (تهران)

کاربری: اداری - تجاری

مساحت زمین: ۱۷۶۴ متر مربع

زیر بنای کل: ۲۳۵۵۲ متر مربع

۴۵ واحد تجاری - ۳۶ واحد اداری



ROYAL VOZARA

روپال وزیران (تهران)

کاربری: اداری-تجاری

مساحت زمین: ۲۰۰۰ متر مربع

زیربنای کل: ۲۳۰۸۱ متر مربع

تعداد طبقات: ۲۸

Username: Office - Commercial

Land Area: 2,000 square meters

Total Infrastructure: 33081 sq.m

Number of floors: 28

www.royalcomplex.ir

خیابان خالد اسلامبولی (وزرا)

نیش خیابان بیستم

SHAPARAK CITY



شهر کودک شاپرک (تهران)
اولین مجتمع اختصاصی کودک
در تهران

کاربری: تجاری-اداری-تفریحی
مساحت زمین: ۲۷۵۰۰ متر مربع
زیر بنای کل: ۲۰۰ هزار متر مربع
۶۳ واحد تجاری، ۲۴ واحد اداری،
فود کورت و شهر بازی

The first dedicated children's
complex in Tehran
Username: Commercial-Office-
Entertainment
Land Area: 2750sqm
Total infrastructure of:
20 thousands square meters
63 Commercial unit, 24 Office-
Food Court and City Game

www.royalcomplex.ir

بزرگراه رسالت، بعد از چهارراه
دردشت، جنب خیابان شهید باقری
پلاک ۴۶۳



درباره سازنده

شرکت روپال ساختمان آریا بمنظور فعالیت اتریش در صنعت ساختمان در سال ۱۳۸۷ تاسیس گردید و مهندترین ماموریت خود را بکارگیری ابزارهای نوین و فرصت های سرمایه گذاری در راستای ایجاد ارزش و ساخت و ساز با کیفیت برتر و منطبق بر استانداردها قرار داده و بطور مداوم برای ارتقاء محصولات و فرایندهای اجرایی و نظارتی کوشش می نماید.

Royal Building Ariya Company as a highly reputed member of construction industry in Iran, was established in 2008. In the field of constructional engineering, the most important mission of this company has been focusing on applying modern equipment as well as globally recognized engineering methods to achieve a promising outcome aligned with international standards. The company has also been actively involved in developing investment opportunities to create value and make a difference. Finally it should be mentioned that the main monitoring strategy has aimed to improve the production, executive as well as supervisory procedures continuously.

مشخصات عمومی پروژه

مساحت زمین ۳۷۹۰ متر مربع - زیر بنای کل ۳۷۹۰ متر مربع
زیر بنای مفید اداری ۱۰۰۲۲ متر مربع (۶۲ واحد)
زیر بنای مفید تجاری ۳۲۲۷ متر مربع (۵۳ واحد)
تعداد طبقات ۱۸ طبقه (۷ طبقه زیرزمین)
طبقات همکف و اول، تجاری - طبقات دوم تا دهم اداری
تعداد پارکینگ ۴۵۶ واحد
ارتفاع مفید در واحدهای اداری ۲/۷۰ متر
ارتفاع مفید در واحدهای تجاری ۴/۷۰ متر

Built-up area: 43079 m²
Architectural area: 3790 m²
Office area: 10022 m² (63 unit)
Commercial area: 3227 m² (53 store)
Total parking spots: 456
Actual height of commercial area: 4.7 m
Actual height of office area: 2.7 m
18 floor building
7 floor is designed for multi-storey underground car parking, rest room, mechanical and electrical installation
Ground floor and 1 st floor are allocated to commercial area
2 nd- 10 th floor are designed office area

www.royalcomplex.ir

تهران، سعادت آباد، تقاطع بلوار دریا و خوردين
تلفن: ۰۲۱-۸۸۵۶۱۹۲۰-۸۸۵۶۴۹۴۵





Royal commercial & Administrative Center

اینجا همیشه روشن است
HERE IS ALWAYS ON



تهران، سعادت آباد، تقاطع بلوار دریا و خوربدین
تلفن: ۸۸۵۶۴۹۴۵-۸۸۵۶۱۹۲۰

www.royalcomplex.ir