

قشم ایر

Qeshm Air

Qeshm Air Inflight Magazine | Mar-Apr 2017

ماهنامه درون پروازی قشم ایر | اسفند ۹۵ و فروردین ماه ۱۳۹۶



يا مقلب القلوب والابصار
يا مدبر اليك والسنهار
يا محول الحول والاحوال
حول حالنا الي احسن الحال





Setareh Iran

نماینده انحصاری فروش و خدمات پس از فروش خودروهای سواری مرسدس بنز در ایران

تهران، خیابان مطهری، بعد از چهارراه سه‌رودی نبش خیابان یوسفیان، پلاک ۴۸ تلفن: ۸۴۶۰۱۱۷-۸۴۶۰۲۱ (مدیریت فروش)

www.setarehiran.com

شرکت ستاره ایران

ستاره ای درخشان در آسمان ایران

A shining star in the sky of Iran

سال نو مبارک

Mercedes-Benz



MORRIS GARAGES
Since 1924



شرکت منابع مدیا موتورز کیش
نماینده رسمی ام جی در ایران

بلوار میرداماد - بین خیابان شنگرف و رازان جنوبی
تلفن: ۲۳۵۲۹۰۰۰ پلاک ۱۵۰
www.mediamotors.ir

مهر ۱۳۹۶

آرامش زندگی را در کیش معنا کنید

شرایط اقساط متنوع

www.nargoon.ir

برج های مسکونی

پارسیس کیش



شرکت نارگون کیش



شرکت آتیه پارسیس کیش

PARSIS KISH

Residential Towers

برای کسب اطلاعات بیشتر عدد ۱۱ را به
سامانه پیامکی ۵۰۰۰۱۳۳۲۳
ارسال فرمایید.

www.nargoon.ir
www.kishparsi.ir
+98 - 934 - 768 9516
+98 - 76 - 44426085-7
Telegram : @parsiskish
Telegram Bot : @parsi_kish_bot
Instagram : @parsi.kish
info@nargoon.ir
nargoon.kish@yahoo.com

هوشمندانه سفر کنید...

Iran Hotel Online

.com

رزرو لوکس ترین هتل های ایران با تخفیف های طلایی



● برخی خدمات و تفاوت های ما :

- رزرو بیش از ۱۵۰۰ هتل به صورت ۱۰۰ درصد آنلاین
- گارانتی بهترین قیمت در لحظه
- امکان تغییر و کنسلی رزرو به صورت آنلاین
- صفر درصد کارمزد کنسلی
- ارائه پلن های ویژه برای مسافران کثیر السفر
- ارائه Sign و API به تمامی آژانس های ایران
- ارائه پلن های فروش ویژه برای ارگان ها و سازمانهای دولتی و خصوصی
- دارای ۵ شعبه خدمات مشتریان
- بیش از ۱۱ سال سابقه فعالیت

برخی از هتل های زنجیره ای طرف قرارداد ما :





ابراهیم
EBRAHIM
 دستگاه های نظافت صنعتی



به پشتوانه اعتماد بزرگان تمامی صنایع کشور

سپهر است با سیم
 www.ebrahim.ir

تلفن : ۰۲۱-۸۷۱۸۴
 همراه : ۰۹۱۲۳۳۶۵۷۴۵
 آدرس : تهران - بالاتر از میدان ولیعصر کوی دانش کیان - پلاک ۱۷ و ۲۳ ساختمان های ابراهیم

جهت کسب اطلاعات بیشتر و مشاهده کاتالوگ الکترونیک سایر محصولات و تجهیزات نظافتی می توانید با استفاده از نرم افزارهای QR Reader موجود در تلفن های همراه هوشمند کد زیر را اسکن کرده و جزئیات بیشتر را مشاهده فرمایید.



شرکت توسعه صنعتی و بازرگانی ابراهیم

- برند برتر دستگاه های نظافت صنعتی
- ۳۰ سال سابقه در ارائه خدمات پس از فروش
- منتخب سازمان حمایت از حقوق مصرف کنندگان
- نمایندگی انحصاری معتبرترین دستگاه های نظافت صنعتی در ایران
- خدمات یکپارچه در سراسر کشور
- سرویس بازدید رایگان فقط با یک تماس
- و ...



Comming Soon In
Royal Center

تهران، سعادت آباد
تقاطع بلوار دریا و فردین





منوی ویژه سمینار، همایش، عروسی و ختم

www.farmaniehclub.com

تهران، خیابان فرمانیه، نرسیده به پاسداران، شماره ۱۰
تلفن: ۲۲۲ ۹۳۷ ۵۶ فکس: ۲۲۸ ۰۹۶ ۷۱

Instagram farmanieh_club



ماهنامه درون پروازی شرکت هواپیمایی قشم

صاحب امتیاز: شرکت هواپیمایی قشم

مدیر مسئول: عباس مسیبی

سر دبیر: داود ربیعی

ناظر ادبی و هنری: هیمّا حاجی صادقی

مجری طرح و مدیر تبلیغات: رویای هامون

مدیر طرح و توسعه: مریم خلیل پناه

مدیر بازرگانی نشریه: محمد امین هاشمی

مدیر هنری: علی رضا مساوات

صفحه آرا: مژگان خداوردی

مدیر فروش: مهدی سمنبری

مترجم: شبنم جلالی

سازمان آگهی: ۰۹۱۰۱۴۸۰۷۲۷-۰۲۱-۲۲۲۱۵۳۰۸

نشانی دفتر مرکزی شرکت هواپیمایی قشم :
جزیره قشم، بلوار امام قلی خان، میدان گلها،
شرکت بین المللی هتل های سورینت قشم
تلفن : ۰۷-۹۸-۷۶۳-۵۳۳۵۱۶۱
نمابر: ۰۹۸-۷۶۳-۵۳۳۵۱۶۰

دفتر نمایندگی تهران : بزرگراه شهید لشگری
(جاده مخصوص کرج)، روبروی سه راه فرودگاه،
خیابان شهید ریاحی، پلاک ۱۲، ساختمان قشم ایر
تلفن : ۰۹۸-۲۱-۴۷۹۹۹۹۹۹
نمابر: ۰۹۸-۲۱-۴۴۶۹۶۶۱۲

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: اندیشه برتر

www.qeshm-air.com
Info.qeshm@qeshm-air.com
https://telegram.me/Qeshm_Air1

فهرست

قشم ایر

Qeshm Air

Qeshm Air Inflight Magazine | Mar-Apr 2017

ماهنامه درون پروازی قشم ایر | شنبه ۱۵ و پنجشنبه ۱۴ فروردین ماه ۱۳۹۶

۸



یا مقلب القلوب والانصار
یا مدبر الیک والسنهار
یا محول الحول والاحوال
حول حالنا الی احسن الحال

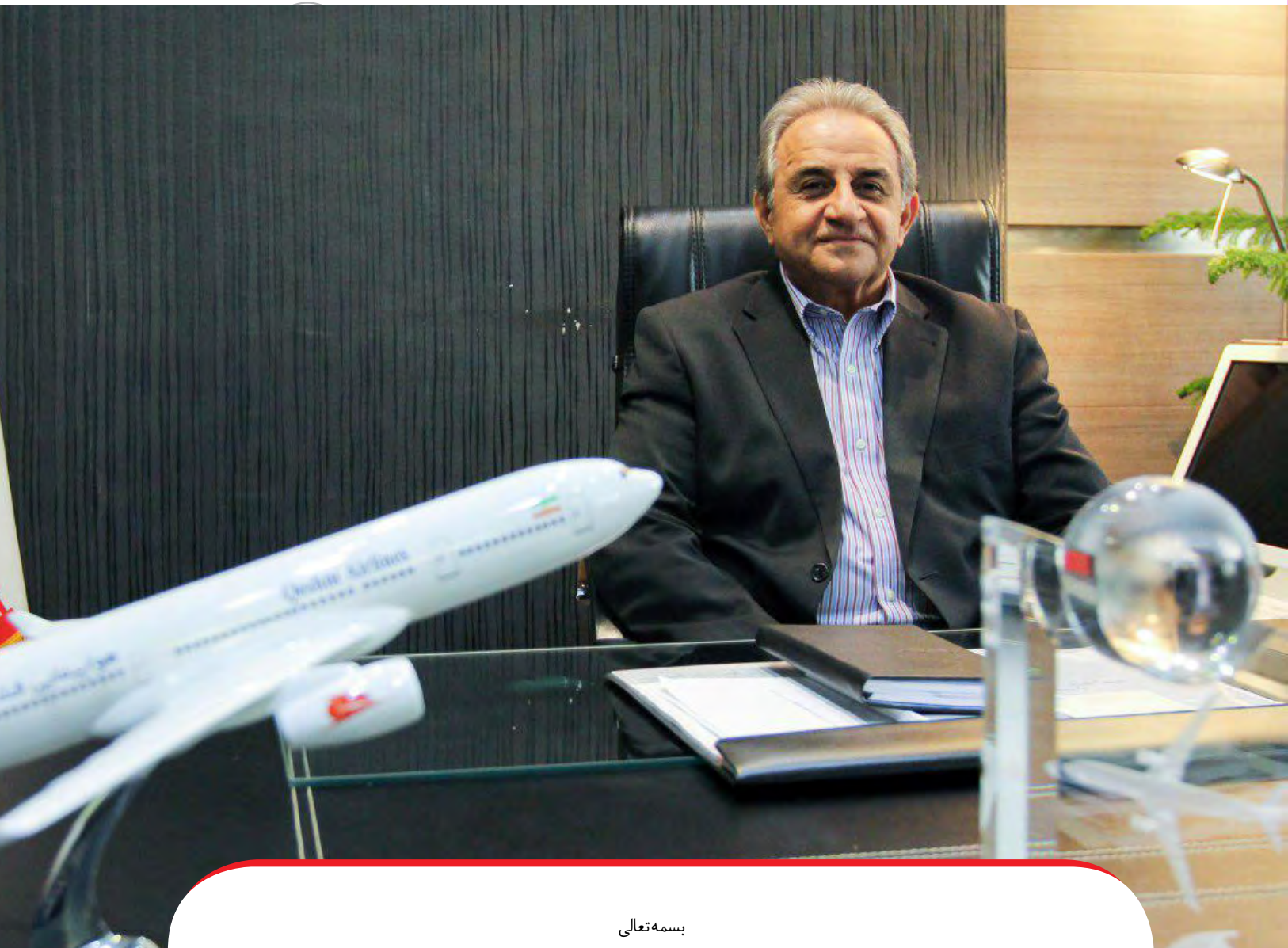


نوروز برای ملت ما، امروز عبارت است از
اولاً :

توجه مردم به خدا، اول تحویل
سال که می شود، مردم دعا
می خوانند، «یا محول الحول والاحوال»
می گویند، آغاز سال را با یاد خدا
شروع می کنند، توجه خود را به خدا
زیاد می کنند، این، ارزش است، ثانیاً
نوروز را بهانه ای برای دید و بازدید
و رفع کدورت ها و کینه ها و محبت
به یکدیگر قرار می دهند. این همان
برادری و عطفیت اسلامی و همان
صله رحم اسلام است؛ بسیار خوب
است، ضمناً نوروز را بهانه ای برای
زیارت اعتاب مقدسه قرار می دهند؛
به مشهد مسافرت می کنند که
همیشه یکی از پرجمعیت ترین اوقات
سال در مشهد مقدس، اوقات عید
نوروز بوده است، این بسیار خوب
است.

گزیده ای از فرمایشات مقام معظم
رهبری درباره نوروز

عزت صندلی های خالی در هواپیما چیست؟	۴	عیدی های متفاوت برای کودکان	۳۸
اخبار کوتاه قشم ایر	۶	شلوغ ترین شهرهای ایران در ایام نوروز	۴۰
گفتگوی «قشم ایر» با قائم مقام سازمان هواپیمایی کشوری	۸	برای شادی زنده هستید	۴۴
روزی را که دوست دارید تکرار شود	۱۳	سیزده بدر رسم مشترک همه ایرانیان	۴۶
نوروز جشن کهن ایرانی	۱۴	مراقب اختلالات روانی در نوروز باشید	۵۲
با موبایل در نوروز عکس بهتری بگیرید	۱۸	کم هزینه ترین شهرهای ایران در نوروز	۵۴
چرا «هفت» در سفره هفت سین نوروزی؟	۲۲	همراهان هواپیمایی قشم	۵۶
بهار اینجا، بهار آنجا، بهار همه جاست	۲۷	اخبار کوتاه قشم ایر	۶۰
از چاقی کودک در نوروز جلوگیری کنیم	۳۰		



بسمه تعالی

رعد همی زند دُهل، زنده شده است جزء و کل
در دل شاخ و مغز گل، بوی بهار می کشد

همراهان گرامی، همکاران ارجمند

با سلام و احترام

حمد و سپاس پروردگار منان را که در سایه الطاف بیکرانیش، خانواده بزرگ قشم ایر در سالی که گذشت، توانست با سعی و تلاش بی‌وقفه برای رسیدن به اهداف عالیه خود در جهت خدمت رسانی به ملت شریف ایران و نظام مقدس جمهوری اسلامی و پیشرفت جامعه هوانوردی گام بردارد. امید است در سالی که پیش رو داریم این تلاش‌ها در راستای دستیابی به چشم‌انداز، حفظ و ارتقای جایگاه شرکت و خدمتگزاری بهتر و رضایتمندی تمامی ذینفعان، مجدّانه ادامه یابد.

بدینوسیله در آستانه فرا رسیدن "عید نوروز باستانی" و آغاز سال ۱۳۹۶ شمسی، تبریک و تهنیت صمیمانه خود را به تمامی مسافری عزیز شرکت هواپیمایی قشم، همکاران مجموعه و هموطنان گرامی اعلام داشته و در پرتو الطاف بیکران الهی، سلامتی و بهروزی، طراوت و شادکامی، عزت و کامیابی را برایتان آرزومندم.

محمودشکری‌آبی
مدیرعامل



فرصتی برای عشق ورزیدن

داود ربیعی / سردبیر

نوروز شعر بی غلطی است که پایان رویاهای ناتمام را تفسیر می‌کند و باز گرمای ملایم و فرحبخش روزهای آفتابی بهار در باغ و راغ و کشتزارها به سبزه و گل‌ها و درختان بشارت می‌دهد تا از خواب سنگین زمستان بیدار شوند و روح تازه به‌خود گیرند و آنگاه این نوای جان‌بخش را ساز بدارند. سال نو می‌شود، زمین نفسی دوباره می‌کشد. برگ‌ها به رنگ در می‌آیند و گل‌ها لبخند می‌زنند و پرنده‌های خسته بر می‌گردند و در این رویش سبز دوباره... من... تو... ما کجا ایستاده‌ایم. سهم ما چیست؟ نقش ما چیست؟ پیوند ما در دوباره شدن با کیست؟ و باز نسیم گوارای گیسوان مشک بوی بته‌های گلاب را با آهنگ موزون تکان می‌دهد. نوروز که می‌شود، دل باید جوان شود. در اصل، ذات وجودی نوروز به «نو» شدن است. نوروز که فرا می‌رسد، باید غبار دل را پاک کنی و مانند آب روان، زلال باشی. زلال بودن، انسان را نجات می‌دهد، نفس را تازه می‌کند و برای یک سال و با یک عمر، زیستن آماده می‌کند. نوروز که می‌شود باید کینه را پاک کنی و تنها عشق بورزی، عشق نفس مسیحای خداوند در انسان است و پیامبران آمده‌اند تا بشارت دهند که ای انسان، عشق رمز و راز زیستن است و نوروز، فرصتی برای عشق ورزیدن است. عاشق باشید و نوروزتان مبارک.



سعید نصیری / مدیر بازاریابی و توسعه فروش شرکت هواپیمایی قشم

علت صندلی‌های خالی در هواپیما چیست؟



آیا تا کنون برای شما و یا یکی از دوستان و آشنایان شما اتفاق افتاده است که قصد مسافرت با پرواز مشخصی را داشته باشید و با وجود مراجعات متعدد به دفاتر فروش و آژانس‌های مسافرتی و سایت‌های فروش اینترنتی موفق به تهیه بلیط نشده باشید، ولی بعداً به نحوی مطلع شوید که همان پرواز با تعدادی صندلی خالی انجام شده است؟

پیشنهاد می‌کنیم این مطلب را با حوصله و تا انتها مطالعه کنید تا علت را بدانید.

احتمالاً در مواجهه با چنین شرایطی اگر عصبانی نشده باشید حتماً در ذهن خود قضاوت کرده‌اید که بی‌برنامگی و عدم مدیریت آن شرکت هواپیمایی باعث شده است که هم مسافر با پرواز دلخواه پرواز نکند و هم شرکت هواپیمایی خود را از کسب درآمد کامل محروم ساخته است و یا حداقل حدس می‌زنید صندلی‌های خالی پرواز متعلق به مسافرینی است که از پرواز جا مانده‌اند. البته جا ماندن مسافر از پرواز یکی از علت‌ها است ولی موارد دیگری نیز وجود دارد که دانستن آن نه تنها به اطلاعات شما اضافه می‌کند بلکه باعث می‌شود در چنین شرایطی به دیگران نیز در قضاوت صحیح کمک کنید.

ما در ذیل مهم‌ترین دلایل خالی بودن صندلی در پرواز را با وجود متقاضی به زبان غیر تخصصی شرح می‌دهیم.

۱- همیشه از مسافرین تقاضا می‌شود در صورت انصراف از پرواز نسبت به ابطال بلیط خود اقدام کنند تا صدور بلیط برای دیگران میسر شود. متأسفانه برخی از مسافرین به این مهم توجه نمی‌کنند و سایر متقاضیان را از پرواز دلخواه محروم می‌سازند.

فرصت را مغتنم شمرده تا به مسافرین محترم یادآوری شود که علت دریافت هزینه از بلیط‌های ابطالی به منظور تشویق مسافرین به ابطال به‌موقع بلیط در صورت انصراف از پرواز است تا امکان عرضه و فروش صندلی باطل شده برای سایرین مهیا شود. شاید دانستن این نکته برای شما جالب باشد که شرکت‌های هواپیمایی هزینه‌های دریافتی بابت تغییر رزرو و استرداد بلیط را صرفاً به‌عنوان «عامل بازدارندگی» تلقی می‌کنند.

۲- آیا می‌دانید که برای نشست و برخاست هر هواپیما «حداکثر وزن مجاز در شرایط متفاوت» تعریف شده است؟ حداکثر وزن برخاستن هر هواپیما از زمین در تمام فصول و شرایط، یکسان و ثابت نیست. بلکه با توجه به ارتفاع فرودگاه از سطح دریا، دمای هوا،

جهت وزش باد، طول باند و برخی عوامل دیگر محاسبه می‌شود. بنابراین با شرایطی مواجه خواهیم شد که باید برای رعایت «حداکثر وزن هواپیما هنگام برخاست» از تعداد مسافرین کاسته شود. به‌طور مثال با وجود این که هواپیمای فوکر ۱۰۰ دارای حدود ۹۵ صندلی قابل فروش است ولی در ایام تابستان پرواز سنندج به تهران را اغلب نمی‌توان با بیش از ۷۰ مسافر انجام داد.

۳- برخی پروازها چند مسیره هستند و وجود صندلی خالی در یک مسیر به آن دلیل است که پرواز در مسیرهای بعدی دارای مسافر رزرو شده است. برای مثال فرض کنید یک پرواز با یک هواپیمای صد نفره که در مسیر تهران- شیراز- بوشهر انجام می‌شود، در مسیر تهران به شیراز ۳۵ مسافر، تهران به بوشهر ۴۰ مسافر و شیراز به بوشهر ۶۰ مسافر داشته باشد. حال اگر یکی از مسافران این پرواز موفق به تهیه بلیط حتی در فرودگاه برای یکی از بستگان خود در مسیر تهران- بوشهر نشده باشد اما در هنگام برخاستن هواپیما از تهران ۲۵ صندلی خالی را مشاهده کند، شاید بسیار عصبانی شود که چرا یکی از آن صندلی‌های خالی را به همراه وی نفروخته‌اند؟! در صورتی که برای خالی نگه داشتن ۶۰ صندلی برای مسیر آخر (شیراز به بوشهر) فقط امکان پذیرش مسافر تا شیراز وجود داشته و خالی بودن صندلی‌ها به علت نبودن متقاضی برای مسیر تهران به شیراز بوده است.

۴- در برخی اوقات در آخرین ساعات قبل از زمان حرکت، شرکت هواپیمایی ناچار به تغییر هواپیما با یک هواپیمای با ظرفیت بیشتر می‌شود. به‌عنوان مثال برنامه‌ریزی اولیه با هواپیمای ایرباس ۳۲۰ با ظرفیت حدود ۱۵۰ صندلی بوده است اما در آخرین ساعات به‌دلیل مشکلات فنی، پرواز با آن هواپیما مسیر نشده است و به‌منظور جلوگیری از تأخیر یا ابطال، هواپیمای ایرباس ۳۰۰ با حدود ۲۸۰ صندلی جایگزین شده است و طبیعی است که در این حالت فروش این تعداد صندلی خالی امکان پذیر نیست.

۵- در برخی از پروازهای بین‌المللی و با توجه به قرارداد هوایی بین دو کشور، هر شرکت هواپیمایی در حمل تعداد مسافر به کشور مقابل با محدودیت مواجه است. برای مثال در قرار داد بین دو کشور الف و ب مقرر شده است که شرکت هوایی هر کشور در هر پرواز مجاز به حمل ۱۵۰ مسافر باشد. بنابراین انجام پرواز با هر هواپیمایی که دارای بیش از ۱۵۰ صندلی باشد موجب خالی ماندن صندلی‌های مازاد خواهد شد.

VACANT SEAT



اخبار کوتاه قشم ایر

• برگزاری دوره آموزشی RCA در سطح مدیران عالی

به گزارش روابط عمومی شرکت هواپیمایی قشم دوره آموزشی (RCA) مهارت تحلیل عوامل ریشه‌ای، (ROOT CAUSE ANALYSIS) در سطح مدیران عالی با حضور مدیر عامل این شرکت، مهندس محمود شکرآبی و کلیه معاونین و مدیران مستقل شرکت هواپیمایی قشم در محل ساختمان آموزش هواپیمایی قشم، طی مدت ۱۶ ساعت از تاریخ ۹۵/۱۱/۲۰ لغایت ۹۵/۱۱/۲۱ توسط مهندس مسعود اسکندری کارشناس مدیریت ایمنی پرواز هواپیمایی قشم برگزار شد.

گفتنی است مطابق با الزامات مندرج در قوانین سازمان های بین‌المللی ICAO، IATA و A؛ مهارت تحلیل عوامل ریشه‌ای (RCA) یکی از ابزارهای اولیه و اساسی مدیریت در عملیات هوانوردی است که مدیران عالی و کلیدی شرکت با استفاده از این تکنیک خواهند توانست عوامل اصلی رویدادهایی که واقع شده‌اند را به طور دقیق بررسی و با طرح اقدام اصلاحی استاندارد (CORRECTIVE ACTION PLAN) با صدور راهکارهای اجرایی مناسب از بروز مجدد اتفاقات در ابعاد مختلف عملیات پرواز جلوگیری به عمل آورند.

با توجه به اینکه شرکت هواپیمایی قشم به عنوان اولین ایرلاین ایرانی مجوز EASA TCO را اخذ کرده است، استفاده از تکنیک RCA در کلیه سطوح شرکت حائز اهمیت ویژه ای است. لذا کمیته‌های تخصصی RCA در تمامی واحدهای قشم ایر توسط مدیریت ایمنی این شرکت تشکیل و در سال ۱۳۹۵ دوره‌های آموزشی مربوطه توسط مدیریت آموزش و بهسازی منابع انسانی شرکت در دو سطح مدیران عالی و مدیران میانی برنامه ریزی و اجرا شده است.

شایان ذکر است امروزه متد مدیریتی شرکت‌های هوانوردی در سطح دنیا با اولویت حفظ ایمنی پروازها و شناسایی عوامل خطر قبل از بروز رویدادها است که یکی از ابزارهای کاربردی به منظور پیش‌بینی حوادث عملیاتی که در پروازها محتمل است، بررسی رویدادهای قبلی توسط تکنیک RCA خواهد بود.



• برقراری اولین پرواز هواپیمایی قشم در مسیر تهران- گرگان

همزمان با آغاز اسفند ماه، با نشستن هواپیمای فوکر ۱۰۰ شرکت هواپیمایی قشم در فرودگاه بین‌المللی گرگان، اولین پرواز این ایرلاین به گرگان برقرار شد.

به گزارش روابط عمومی شرکت هواپیمایی قشم، به منظور رفاه حال و سهولت سفر هموطنان عزیزمان در شهر گرگان و همچنین در راستای توسعه خطوط پروازی، این شرکت اقدام به برقراری پرواز مسیر تهران- گرگان - تهران کرد.

این پرواز هر شب در مسیر تهران - گرگان انجام و پس از توقف شبانه در فرودگاه بین‌المللی گرگان، هواپیمای قشم ایر صبح روز بعد به مقصد فرودگاه بین‌المللی مهرآباد تهران پرواز خواهد کرد.



• نوسازی خودروهای ناوگان ترانسپورت شرکت هواپیمایی قشم

به گزارش روابط عمومی شرکت هواپیمایی قشم، این شرکت با تهیه ۲۰ دستگاه خودروی هیوندای توسان ۲۰۱۷ اقدام به نوسازی خودروهای ناوگان ترانسپورت خود کرد.

در همین راستا و به منظور ارائه خدمات بهتر به همکاران مجموعه، دوره‌های آموزشی تخصصی برای رانندگان این شرکت برگزار شده است. لازم به ذکر است ناوگان ترانسپورت قشم ایر علاوه بر جایابی کروی پروازی، وظیفه خدمات رسانی به همکاران مامور در واحدهای ستادی را نیز با در اختیار داشتن خودروهای توسان آخرین مدل، پژو پارس، سمند و هایس عهده‌دار است.



• تجهیز ناوگان هواپیمایی قشم به سیستم Media WiFi

به گزارش روابط عمومی شرکت هواپیمایی قشم، این شرکت در نظر دارد در مسیرهای دوربرد، از سیستم Media WiFi برای بهره مندی مسافرین از وقت و زمان خود استفاده نماید. با بهره مندی از این تکنولوژی، مسافرین می توانند از بانک اطلاعاتی و محتوای ذخیره شده روی این سیستم که در قالب صوت و تصویر و به صورت فیلم های کوتاه و بلند، محتوای خبری، کلیپ های موسیقی، برنامه های سرگرمی و آموزشی، تبلیغات و ... دسته بندی شده اند، از طریق فعال سازی نرم افزار مربوطه روی دستگاه های تلفن همراه خود و یا دیگر دستگاه ها با کاربری مشابه، بدون نیاز به فعال سازی اینترنت و با رعایت کامل نکات ایمنی، به صورت رایگان استفاده نمایند.

لازم به ذکر است این سیستم تحت امتیاز یک شرکت ایرانی و با بهره گیری از توانمندی متخصصان داخلی راه اندازی شده و پس از موفقیت در گذراندن تست های مربوطه، در حال حاضر مراحل پایانی اخذ مجوزات لازم توسط سازمان هواپیمایی کشوری را طی می کند و در فاز اول به زودی امکان بهره مندی مسافرین شرکت هواپیمایی قشم از سیستم Media WiFi در پروازهای ناوگان نوعی از ایرباس این شرکت و در آینده نزدیک برای کلیه ناوگان فراهم می گردد.



گفتگوی «قشم ایر» با قائم مقام سازمان هواپیمایی کشوری اینجا چراغی روشن است

داود ربیعی

«از سه راهی فرودگاه مهرآباد که به سمت ترمینال چهار حرکت کنی، کمی مانده به ترمینال حجاج سابق، تابلوی سازمان هواپیمایی کشوری خودنمایی می‌کند و اگر مسافر شب‌های فرودگاه مهرآباد تهران باشی و این بار به دقت به ساختمان هواپیمایی کشوری نگاه کنی، چراغ اتاق‌های سازمان، نظرت را جلب می‌کند. درست در لحظاتی که همگان فکر می‌کنند یک اداره دولتی تعطیل است، افرادی در ساختمان سازمان هواپیمایی کشوری برای آنکه مسافران سفری ایمن و امن داشته باشند، به کار مشغول هستند.

مهندس آرش خدایی، قائم مقام سازمان هواپیمایی کشوری جمهوری اسلامی ایران، یکی از همان افرادی است که سال‌های سال شب‌ها را در سازمان هواپیمایی کشوری سپری کرده است. مهندس آرش خدایی، قائم مقام سازمان هواپیمایی کشوری در زمان ریاست مهندس علی عابدزاده، مردی که رکورد دار مدیریت هوانوردی ایران را در دست دارد، مهمان صفحه «گپ و گفت» ماهنامه درون پروازی قشم‌ایر است.



گفت و گو با مهندس آرش خدایی، قائم‌مقام رییس سازمان هواپیمایی کشوری در حالی به اتمام رسید که به علت جلسه مهمی که برای ایشان، پیش آمد بسیاری از سوال‌ها در ذهن ماند. مصاحبه با قائم مقام سازمان هواپیمایی کشوری در ساعت ۸ شب به اتمام رسید. اینجا چراغی روشن است، چراغی که تا پاسی از شب روشن می‌ماند تا مسافران با ایمنی و امنیت پرواز کنند. خداوند یاور خادمان وطن اسلامی باشد.



▲ **براساس آمارهای داخلی، سهم حمل و نقل هوایی ۳,۴ درصد از حمل و نقل کشور است. این سهم با توجه به وجود بازارهای سنتی و موجود است، در صورتی که با تغییر دیدگاه، افزایش ناوگان هوایی و به‌سازی در آن، می‌توانیم به سهم بیشتری دست یابیم.**

آفرین. من به این موضوع اعتقاد دارم. تقویت هوانوردی به معنای تضعیف سایر بخش‌های حمل و نقل نیست بلکه هوانوردی ضرورت مهمی برای شبکه حمل و نقل است. هوانوردی، حمل و نقل ریلی، دریایی و جاده ای می‌بایست در یک شبکه منظم و هماهنگ شده مورد توجه قرار گیرد.

▲ **در سال‌های اخیر، شرکت‌های هواپیمایی بسیاری توانستند از سازمان هواپیمایی کشوری، مجوز فعالیت بگیرند اما در چشم انداز و استراتژی آنها، تفاوت ملموسی دیده نمی‌شود. همه این ایرلاین‌ها در یک بازار مشخص و با یک نوع هواپیمای مشخص فعالیت می‌کنند. سازمان هواپیمایی کشوری برای آینده حضور شرکت‌های جدید، ایده خاص و متفاوتی را دنبال می‌کند؟**

این مساله ناشی از سه عامل مهم بوده است، نخست محدود بودن دسترسی به انواع هواپیماها، دوم آزاد نبودن نرخ بلیط و سوم، آزاد نبودن شبکه پروازی. در زمانی که این سه عامل در هوانوردی ما مطرح باشد، جایی برای حضور تفاوت ایجاد نمی‌شود. سازمان هواپیمایی کشوری با آزاد سازی نرخ و شبکه پروازی، فضا را برای ایجاد تفاوت میان ایرلاین‌ها فراهم کرد. شرکت‌های هواپیمایی می‌توانند براساس خدمات خود و کیفیت ارائه خدمات، نرخ بلیط خود را تعیین کنند و از طرفی می‌توانند به هر مقصد داخلی پرواز کنند. تا پیش از آزاد سازی‌هایی که بیان شد، مدل کسب و کار شرکت‌ها محدود و مشخص بود اما با آزاد سازی، شرکت‌های هواپیمایی برای رشد خود نیازمند خلاقیت و ساخت اسلوب‌های جدید کسب و کار هستند. پیش‌بینی من در این است که تاثیر ملموس آزاد سازی پس از پنج سال مشخص شود و تا آن زمان، شرکت‌هایی که کیفیت ارائه خدمات و مدل کسب و کار مناسبی ندارند، با آسیب‌های جدی مواجه خواهند شد.

▲ **آیا سازمان هواپیمایی کشوری بر ارائه خدمات و کیفیت آن، نظارت دارد؟**

سازمان هواپیمایی کشوری، حامی حقوق مسافر است و در نحوه خدمات شرکت‌ها دخالت نمی‌کند اما در خصوص حقوق مسافر در تاخیرها، لغو پروازها و عدم تبعیض میان مسافران نظارت کامل دارد. اینکه یک ایرلاین جای می‌دهد یا قهوه به سازمان هواپیمایی کشوری مرتبط نیست اما اگر ایرلاین به تعهد خود در قبال مسافر عمل نکند، سازمان هواپیمایی کشوری حمایت خود را از مسافر اعمال می‌کند. هر شرکت هواپیمایی باید پاسخ‌گوی مسافر خود باشد، مهم نیست که مسافر بلیط ایرلاین را از چه مرجع یا آژانس و منبعی خریدار کرده، هر تعهدی که به مسافر داده است باید اجرا کند و پاسخ‌گوی مردم باشد.

▲ **سازمان هواپیمایی کشوری چه انتظاری از مردم دارد؟**

ما خود را خادم مردم می‌دانیم و نباید انتظاری از مردم داشته باشیم بلکه انتظار ما از مردم این است که در ابتدا ما را از دعای خیر خود محروم نکنند و سطح مطالبه‌گری خود را افزایش دهند. براساس تقاضایی که مردم دارند، هوانوردی کشور رشد می‌کند و ایمان داشته باشند که سازمان هواپیمایی کشوری، خود را نماینده مردم در صنعت هوانوردی کشور می‌داند.

سیاست خارجی آنها بر اساس بازاریابی حمل و نقل هوایی است. در اصل، حمل و نقل هوایی است که به کشور اعلام می‌کند، چه مسافرانی از کدام مقاصد وارد کشور شوند و حتی کشور به چه کشورهایی خدمات ورود بدون ویزا دهد و این سیاست جدید حمل و نقل هوایی در دنیای کنونی است.

▲ **آیا مقایسه هوانوردی ایران با سایر کشورها، مقایسه‌ای صحیح است؟**

هوانوردی ایران را نمی‌توان بدون ملاحظه با الگوهای کشورهای دیگر مقایسه کرد، چرا که محدودیت‌هایی که در سال‌های اخیر داشته‌ایم و همچنین فضای کسب و کار کشور ما قابل قیاس با کشورهای دیگر نیست.

▲ **منظور شما از محدودیت‌ها، تحریم است؟**

به نظر من، تحریم به خودی خود نمی‌تواند یک دیوار بزرگ برای رسیدن به موفقیت باشد، اما تحریم می‌تواند یک پیش فرض برای محدود کردن کشور باشد. به بیانی دیگر تحریم زمان و هزینه رسیدن به موفقیت را افزایش داد اما با این وجود، به نظر من، ما خوب توانستیم از سد تحریم عبور کنیم و اگر این مشکل برای کشورهای دیگر ایجاد می‌شد، قطعاً مشکلاتی برایشان فراهم می‌کرد که برای صنعت هوانوردی ما با قدرت کمتری ایجاد شد.

▲ **پیش بینی شما برای آینده هوانوردی کشور چیست؟ به نظر من، برای کسب بازار بهتر در عرصه بین‌المللی و حتی داخل کشور، نیازمند تغییر دیدگاه و استراتژی هستیم.**

صحبت شما کاملاً صحیح است ولی من اعتقاد دارم که تقاضا و کشش هوانوردی ما به علت مولفه‌های خارج این صنعت است. سطح رفاه اقتصادی مردم، سطح دانش و آگاهی مردم به نسبت گذشته افزایش یافته و همچنین کشور نیز در مسیر توسعه پایدار قرار گرفته است.

زمانی که سطح و نوع مطالبه‌گری مردم به عنوان مشتری هوانوردی تغییر و یا افزایش می‌یابد، هوانوردی نیز باید برای بقا، خود را با تقاضا هماهنگ کند. در نتیجه پیش‌بینی من و شما در یک راستا است و هوانوردی ما ناگزیر می‌شود خود را با مطالبه‌گری مردم همراه و هماهنگ کند. صنعت هوانوردی ما، یک صنعت کاتالیزور است و به رشد سایر بخش‌های کشور مرتبط است، همچنین باید به این نکته نیز اشاره کرد که رشد هوانوردی نیز اثر مستقیمی بر رشد سایر صنایع دارد. زمانی که پرواز به فرودگاه‌ها و استان‌های مختلف انجام می‌شود، پای سرمایه‌گذاران نیز به همه استان‌ها باز می‌شود و با خود توسعه را به همراه دارد.

▲ **پیش از انجام گفت‌وگو، از گنجینه مهم و با ارزشی در هوانوردی کشور سخن گفتید. لطفاً در این مقطع از مصاحبه، آنرا بیان کنید.**

در هوانوردی سایر کشورها و مخصوصاً کشورهای همسایه که در سال‌های اخیر به رشد چشم‌گیری رسیده‌اند، شما با طیف گسترده‌ای از متخصصان از ملیت‌های مختلف روبرو هستید و در صورتی که مشکلی برای یک کشور ایجاد شود، ظرفیت‌های متخصصان خود را از دست می‌دهد اما در کشور ما، گنجینه‌ای از متخصصان هوانوردی در تمامی رشته‌ها، وجود دارد که تمام دانش، تجربه و عمر خود را پای هوانوردی ایران گذاشته‌اند. این گنجینه برای هوانوردی بسیار اهمیت دارد و باید تلاش کنیم تا از این سرمایه بزرگ داخلی بهره‌برداری کنیم.

▲ **سازمان هواپیمایی کشوری، چه جایگاهی در هوانوردی کشور دارد و نقش آن چگونه است؟**

سازمان هواپیمایی کشوری، یکی از قدیمی‌ترین سازمان‌های کشور است که در سال ۱۳۲۸ شمسی و با مصوبه مجلس وقت و به دو دلیل عمده تشکیل شد. نخست، برآورده ساختن تعهدات کشور نسبت به کنوانسیون جهانی شیکاگو که بتواند مسائل مرتبط با قوانین بین‌المللی را برآورده سازد و دلیل دوم، ایجاد نظم و هماهنگی میان حاضران و فعالان هوانوردی کشور. به این معنا که صنعت هوانوردی، یک صنعت گسترده و وسیع به همراه فعالان متعدد و با تخصص‌های مختلف است، در نتیجه باید یک ناظم و هماهنگ‌کننده از سوی حاکمیت در صدر صنعت هوانوردی قرار گیرد.

از سوی دیگر، تنظیم‌کننده رابطه میان مردم و فعالان هوانوردی و حمایت از جایگاه مردم، یکی از مسوولیت‌های سازمان هواپیمایی کشوری است، همچنین در سطح کلان کشور، صنعت هوانوردی یکی از اجزای مهم کشور است و سازمان هواپیمایی کشوری به عنوان نماینده دولت و حاکمیت، تلاش می‌کند تا جایگاه هوانوردی را در کشور مشخص کند و بتواند همواره نقش موثر و اثرگذار داشته باشد. در این میان، دو مقوله مهم ایمنی و امنیت نیز از جمله مواردی است که سازمان هواپیمایی کشوری در ایجاد و حفظ آن نقشی موثر دارد. توجه به توسعه پایدار نیز یکی از موضوعات مهمی است که سازمان هواپیمایی کشوری در ایجاد آن نقشی موثر دارد. توسعه پایدار از زاویه دید سازمان هواپیمایی کشوری، توسعه‌ای است که به خطر برای آینده کشور منجر نشود، به این معنا که نباید طرح‌ها و پروژه‌هایی مورد توجه قرار گیرد که در زمان کنونی به سودآوری برسد اما به منابع طبیعی کشور و آیندگان آسیب وارد کند.

▲ **بخش زیادی از تاریخ مدیریت هوانوردی کشور در اختیار دولت بوده است و بخش خصوصی هوانوردی عمر زیادی ندارد اما در سال‌های اخیر، تعداد شرکت‌های هواپیمایی خصوصی و شبه دولتی با عمر کوتاه گذر از هوانوردی دولتی، تناسب ندارد. آیا بخش خصوصی توانسته است در مدت زمان حضور خود موفق باشد؟**

در خصوص ضرورت حضور بخش خصوصی در هوانوردی کشور، شک و شبهه‌ای وجود ندارد و اهمیت آن، کاملاً اثبات شده است. بخش خصوصی هوانوردی، به خوبی توانسته در کشور فعالیت کند و سیاست‌های خود را با قدرت پیش ببرد و در مقایسه با الگوهای رایج موفق عمل کند.

▲ **منظور از الگوهای رایج، چه اسلوب‌هایی است؟**

من منکر توانمندی‌های کشورهای همسایه در صنعت هوانوردی نیستم اما الگوی این کشورها که با قدرت در حال پیشبرد آن هستند، حمایت بی‌دریغ دولت و حاکمیت از یک فرودگاه و یک ایرلاین مشخص است. به بیانی دیگر، صنعت هوانوردی نیازمند حمایت دولت‌ها است اما در کشور ما، صنعت هوانوردی ما از طیف‌های مختلف دولتی، خصوصی و شبه دولتی تشکیل شده که هر کدام از طیف‌های توانسته‌اند به اندازه توان خود موفق باشند.

«به بیانی دیگر، حمایت سیاسی از صنعت هوانوردی در زمان بلوغ خود، می‌تواند مثمر ثمر باشد. با این گفته، موافق هستید؟

حاکمیت نمی‌تواند هوانوردی را در فضای اقتصاد آزاد رها کند و از آن بخواهد که در عرصه بین‌المللی هم موفق باشد. در برخی از کشورها،



روزی را که دوست دارید تکرار شود

بعضی از روزها قابل تکرار هستند، یعنی خودمان می‌توانیم آن را تکرار کنیم. اما بعضی روزها هیچوقت تکرار نمی‌شوند؛ مگر آنکه خداوند تکرارش کند، یعنی دست ما نباشد و باید امیدوار بود.

من روزی را به یاد دارم که برای اولین بار به تنهایی سفر می‌کردم... برای دیدن اقوام به شهر مشهد می‌رفتم.

اولین بار بود که تنها و بدون همراه سفر می‌کردم. باید با هواپیما می‌رفتم. خیلی هیجان زده بودم. هواپیما به نظرم خیلی بزرگ بود. برای شرکت هواپیمایی بود که مادرم در آن کار می‌کرد. وقتی در هواپیما نشستیم، نگران شدم از این که ای کاش صندلی من کنار پنجره بود... حیف که نمی‌توانم منظره بیرون را نگاه کنم.

یک نفر از اطاق فرمان (که بعداً فهمیدم اسمش GALLEY است) حرف می‌زد و یک خانم مهماندار با دست‌هایش چیزی را نشان می‌داد که: ماسک اکسیژن در بالای سر شما قرار دارد. جلیقه نجات در زیر صندلی شما است. درهای خروجی را هم کارم به شما نشان می‌دهد.

طبق معمول آدامسی در دهانم گذاشتم و منتظر شدم تا هواپیما حرکت کند و به پرواز در آید. خوشحال بودم.

وقتی حرف‌های مهماندار تمام شد، ناگهان گفت: «ضمناً خانم رومینا شیرزاد خودش را معرفی کند. من با تعجب چشمانم گرد شد!!! با خودم گفتم: «شیرزاد؟ این که فامیل مادرم است!!»

وقتی جلوتر آمد و با چشمانش دنبال من می‌گشت؛ لحظه‌ای که به من رسید، گفتم: «من رومینا هستم». مهماندار گفت: «ا.ا. عزیزم تویی؟! «وسایلتو جمع کن و تشریف بیا.»

من هم چون چاره‌ای نداشتم و روم نمی‌شد بپرسم، چرا؟ از جایم بلند شدم و رفتم جلوتر. در صندلی جلو و کنار پنجره نشستیم و کسی هم کنارم نبود. دیگه چی از این بهتر!



نویسنده رومینا وطن خواه / ۱۲ ساله
(فرزند همکار گرامی سرکار خانم شیرزاد)



DIVAN GROUP
www.divanpersiagroup.com
info@divanpersiagroup.com

- متخصص در امور ثبت شرکت، ثبت نام و علامت تجاری، انجام تغییرات، ثبت اختراع و ثبت طرح صنعتی
- متخصص در ثبت مناطق آزاد
- ارائه دهنده خدمات اخذ کارت بازرگانی، اخذ کد اقتصادی و اخذ انواع جواز
- پیشگام در اخذ فرانچایزی و اخذ برندهای معتبر بین‌المللی
- متخصص در مشاوره بازرگانی، مشاوره سرمایه گذاری و ایجاد هماهنگی های لازم با شرکت های سرمایه گذاری معتبر در حوزه های مختلف

**با ما
به تجارت خود از افقی نو بنگرید**



Take your Business to the next level with Divan Persia Group

- We provide fast, efficient, cost-effective solutions for company formation in IRAN
- We have expertise in Free Zones company formation in IRAN
- We offer business and investment consultancy services
- We provide franchise opportunities
- We are a leading source for connecting you to the local investors in different fields in IRAN

تهران، خیابان ملاصدرا، پلاک ۲۱۶، برج ونوس، طبقه چهاردهم، واحد ۲۷.
تهران: ۰۲۱ ۸۸۰ ۶۷ ۶۰۶ +۹۸ ۹۱۰ ۲۰۱ ۹۴ ۴۰ -
امارات: ۰۱ ۹۸ ۹۱ ۵۵ ۹۷۱ +۹۷۱

Nowruz, Iranian New Year Celebration

نوروز جشن کهن ایرانی

گروه فرهنگی

منشا و زمان پیدایش نوروز، به درستی معلوم نیست. در برخی از متن‌های کهن ایران از جمله شاهنامه فردوسی و تاریخ طبری، جمشید و در برخی دیگر از متن‌ها، کیومرث به عنوان پایه‌گذار نوروز معرفی شده است. پدید آوری نوروز در شاهنامه، بدین گونه روایت شده است که جمشید، دستور داد تا در آنجا برای او تختی بگذارند و خودش با تاجی زرین بر روی تخت نشست. با رسیدن نور خورشید به تاج زرین او، جهان نورانی شد و مردم شادمانی کردند و آن روز را روز نو نامیدند. برخی از روایت‌های تاریخی، آغاز نوروز را به بابلیان نسبت می‌دهد. بر طبق این روایت‌ها، رواج نوروز در ایران به ۵۳۸ سال قبل از میلاد یعنی زمان حمله کوروش بزرگ به بابل بازمی‌گردد. همچنین در برخی از روایت‌ها، از زرتشت به عنوان بنیان‌گذار نوروز نام برده شده است. اما در اوستا (دست کم در گاتها) نامی از نوروز برده نشده است.



نوروز در زمان سلسله هخامنشیان: نگاره مراسم پیشکش هدایا به پادشاه ایران در تخت جمشید. برخی از پژوهشگران، این مراسم را به نوروز مربوط می‌دانند. کوروش دوم بنیان‌گذار هخامنشیان، نوروز را در سال ۵۳۸ قبل از میلاد، جشن ملی اعلام کرد. وی در این روز برنامه‌هایی برای ترفیع سربازان، پاکسازی مکان‌های همگانی و خانه‌های شخصی و بخشش محکومان اجرا می‌نمود. این آیین‌ها در زمان دیگر پادشاهان هخامنشی نیز برگزار می‌شده است. در زمان داریوش یکم، مراسم نوروز در تخت جمشید برگزار می‌شد. البته در سنگ‌نوشته‌های به‌جا مانده از دوران هخامنشیان، به‌طور مستقیم اشاره‌ای به برگزاری نوروز نشده است. اما بررسی‌ها بر روی این سنگ‌نوشته‌ها نشان می‌دهد که مردم در دوران هخامنشیان با جشن‌های نوروز آشنا بوده‌اند، و هخامنشیان نوروز را با شکوه و بزرگی جشن می‌گرفته‌اند. شواهد نشان می‌دهد داریوش اول هخامنشی، به مناسبت نوروز در سال ۴۱۶ قبل از میلاد سکه‌ای از جنس طلا ضرب نمود که در یک سوی آن سربازی در حال تیراندازی نشان داده شده است. در دوران هخامنشی، جشن نوروز در بازه‌ای زمانی میان ۲۱ اسفند تا ۱۹ اردیبهشت برگزار می‌شده است. نگاره مراسم پیشکش هدایا به پادشاه ایران در تخت جمشید. برخی از پژوهشگران، این مراسم را به نوروز مربوط می‌دانند.

نوروز در زمان اشکانیان و ساسانیان: در زمان اشکانیان و ساسانیان

نیز نوروز گرامی داشته می‌شد. در این دوران، جشن‌های متعددی در طول یک سال برگزار می‌شد که مهمترین آنها نوروز و مهرگان بوده است. برگزاری جشن نوروز در دوران ساسانیان چند روز (دست کم شش روز) طول می‌کشید و به دو دوره نوروز کوچک و نوروز بزرگ تقسیم می‌شد. نوروز کوچک از نوروز عامه پنج روز بود و از یکم تا پنجم فروردین گرامی داشته می‌شد و روز ششم فروردین (خردادروز)، جشن نوروز بزرگ یا نوروز خاصه برپا می‌شد. در هر یک از روزهای نوروز عامه، طبقه‌ای از طبقات مردم (دهقانان، روحانیان، سپاهیان، پیشه‌وران و اشراف) به دیدار شاه می‌آمدند و شاه به سخنان آنها گوش می‌داد و برای حل مشکلات آنها دستور صادر می‌کرد. در روز ششم، شاه حق طبقات گوناگون مردم را ادا کرده بود و در این روز، تنها نزدیکان شاه به حضور وی می‌آمدند. شواهدی وجود دارد که در دوران ساسانی سال‌های کیبسه رعایت نمی‌شده‌است. بنابراین نوروز هر چهار سال، یک روز از موعد اصلی خود (آغاز برج حمل) عقب می‌ماند و در نتیجه زمان نوروز در این دوران همواره ثابت نبوده و در فصل‌های گوناگون سال جاری بوده است. اردشیر بابکان، بنیان‌گذار سلسله ساسانیان، در سال ۲۳۰ میلادی از دولت روم که از وی شکست خورده بود، خواست که نوروز را در این کشور به رسمیت بشناسند. این درخواست مورد پذیرش سنای روم قرار گرفت و نوروز در قلمرو روم به Lupercal معروف شد. در دوران ساسانیان، ۲۵ روز پیش از آغاز بهار، در دوازده ستون که از خشت خام برپا می‌کردند، انواع حیوانات و غلات (برنج، گندم، جو، نخود، ارزن، و لوبیا) را می‌کاشتند و تا روز شانزدهم فروردین آنها را جمع نمی‌کردند. هر کدام از این گیاهان که بارورتر شود، در آن سال محصول بهتری خواهد داد. در این دوران همچنین متداول بود که در بامداد نوروز، مردم به یکدیگر آب بپاشند. از زمان هرمز اول مرسوم شد که مردم در شب نوروز آتش روشن نمایند. همچنین از زمان هرمز دوم، رسم دادن سکه در نوروز به‌عنوان عیدی متداول شد.

آیین‌های مرتبط با جشن نوروز

خانه‌تکانی: خانه‌تکانی یکی از آیین‌های نوروزی است که مردم بیشتر مناطقی که نوروز را جشن می‌گیرند به آن پایبندند. در این آیین، تمام خانه و وسایل آن در آستانه نوروز گردگیری، شستشو و تمیز می‌شوند. این آیین در کشورهای مختلف از جمله ایران، تاجیکستان و افغانستان برگزار می‌شود.

آتش‌افروزی: برگزاری مراسم آتش‌افروزی در میان کردها در شهر استانبول، ترکیه رسم افروختن آتش، از زمان‌های کهن در مناطق نوروز متداول شده است. در ایران، جمهوری آذربایجان و بخش‌هایی از افغانستان، این رسم به‌صورت روشن کردن آتش در شب آخرین چهارشنبه سال متداول است. این مراسم چهارشنبه‌سوری نام دارد.

پريدن از روی آتش در ایام نوروز در ترکمنستان نیز رایج است. همچنین رسم افروختن آتش در بامداد نوروز بر پشت بام‌ها در میان برخی از زرتشتیان (از جمله در برخی از روستاهای یزد در ایران) مرسوم است. در سالهای نه چندان دور مردم به تپه‌ها و دشت‌های اطراف رفته و با جمع کردن بوته‌های خار آن را به محله خود آورده و در غروب آفتاب هفت کپه بوته کوچک درست می‌کردند و ظرف چند دقیقه همه همسایه‌ها از روی آن می‌پریدند ولی متأسفانه در سالهای اخیر این آیین شاد و بی‌خطر تبدیل به میدان جنگی شده با سر و صداهای ناهنجار انفجار نارنجک‌ها و خطرات و مزاحمت برای مردم که جای بسی تأسف دارد و همه ساله از چند روز قبل از چهارشنبه‌سوری آسایش را از مردم سلب می‌نماید



سفره‌های نوروزی: سفره هفت سین از سفره‌های نوروزی است که در

ایران، جمهوری آذربایجان و برخی از نقاط افغانستان رایج است. پرونده سفره‌های نوروزی یکی از آیین‌های مشترک در مراسم نوروز در بین مردمی است که نوروز را جشن می‌گیرند. در بسیاری از نقاط ایران، جمهوری آذربایجان و برخی از نقاط افغانستان، سفره هفت سین پهن می‌شود. در این سفره هفت چیز قرار می‌گیرد که با حرف سین آغاز شده باشد؛ مثل سرکه، سنجد، سمنو، سیب و... پهن کردسفره هفت سین در ایران آداب و رسوم خاصی دارد. روی سفره آینه می‌گذارن که نشانه روشنایی، شمع که نشانه نورو درخشش، یک کاسه آب که نشانه پاکی می‌باشد. برای زیبایی سفره از سنبل استفاده می‌کنند این جزء سین‌های هفت سین به حساب نمی‌آید. برای تزئین سفره از تخم مرغ رنگ شده استفاده می‌شود. بعد از ورود ماهی قرمز از چین به ایران از این ماهی‌های کوچک جهت زیبایی سفره هفت سین استفاده می‌شود همچنین بعد از ورود اسلام به ایران کتاب قرآن نیز بر روی سفره قرار داده می‌شود. تمامی هفت سینی که چیده می‌شود یک معنی خاص را نیز به همراه دارند. مثلاً سیب نماد زیبایی و تن درستی است؛ سنجد به روایتی نماد عشق و محبت است؛ سبزه سرسبزی زندگی؛ سمنو برکت؛ سکه رزق و روزی؛ و سیر سمبل شفا و سلامتی است. در کابل و شهرهای شمالی افغانستان، سفره هفت میوه متداول است. در این سفره، هفت میوه قرار می‌گیرد. از جمله: کشمش سبز و سرخ، چارمغز، بادام، پسته، زردآلو و سنجد. چیدن سفره‌ای مشابه با



استفاده از میوه خشک شده، در بین شیعیان پاکستان هم مرسوم است. علاوه بر این، سفره هفت شین در میان زرتشتیان، و سفره هفت میم در برخی نقاط واقع در استان فارس در ایران متداول است. در جمهوری آذربایجان نیز بدون توجه به عدد هفت، بر روی سفره‌های نوروزی خود، آجیل قرار می‌دهند.

غذاهای نوروزی: یکی از متداول‌ترین غذاهایی که به مناسبت

نوروز پخته می‌شود، سمنو (سمنک، سومنک، سوملک، سمنی، سمنه) است. این غذا با استفاده از جوانه گندم تهیه می‌شود. در بیشتر کشورهایی که نوروز را جشن می‌گیرند، این غذا طبخ می‌شود. در برخی از کشورها، پختن این غذا با آیین‌های خاصی همراه است. زنان و دختران در مناطق مختلف ایران، افغانستان، تاجیکستان، ترکمنستان و ازبکستان سمنو را به‌صورت دسته‌جمعی و گاه در طول شب می‌پزند و در هنگام پختن آن سرودهای مخصوصی می‌خوانند. پختن غذاهای دیگر نیز در نوروز مرسوم است. به‌طور مثال در بخش‌هایی از ایران؛ سبزی پلو با ماهی، در ترکمنستان؛ نوروزنامه، در قزاقستان؛ اویقی آشار، در بخارا؛ انواع سمبوسه پخته می‌شود. به‌طور کلی پختن غذاهای نوروزی در هر منطقه‌ای که نوروز جشن گرفته می‌شود مرسوم است و هر منطقه‌ای غذاها و شیرینی‌های مخصوص به خود را دارد.

دید و بازدید نوروزی: دید و بازدید عید یا عید دیدنی یکی از

سنت‌های نوروزی است که در بیشتر کشورهایی که آن را جشن می‌گیرند، متداول است. در برخی از مناطق، یاد کردن از گذشتگان و حاضر شدن بر مزار آنان در نوروز نیز رایج است.

سیزده بدر یا طبیعت‌گردی: مردم ایران روز سیزدهم فروردین،

به مکان‌های طبیعی مانند پارک‌ها، باغ‌ها، جنگل‌ها و ماطق خارج از شهر می‌روند. این مراسم سیزده‌بدر نام دارد. از کارهای رایج در این جشن، گره زدن سبزه و گفتن دروغ سیزده است. مراسم سیزده‌بدر در مناطق غربی افغانستان از جمله شهر هرات نیز برگزار می‌شود. با وجودی که روز سیزدهم فروردین در کشور افغانستان جزو تعطیلات رسمی نیست، اما مردم این مناطق برای گردش در طبیعت، عملاً کسب و کار خود را تعطیل می‌کنند. مردم این منطقه همچنین اولین چهارشنبه سال را نیز با گردش در طبیعت سپری می‌کنند. علاوه بر این، ساکنان کابل در افغانستان، در طول دو هفته اول سال برای گردش به همراه خانواده به مناطقی که در آنها گل ارغوان می‌روید، می‌روند. یکی دیگر از آیین‌های نوروز که در آسیای میانه و کشور تاجیکستان مرسوم است، مراسم گل‌گردانی و بلبل‌خوانی است. گل‌گردان‌ها از دره و تپه و دامنه کوه‌ها، گل چیده و اهل دهستان خود را از پایان یافتن زمستان و فرا رسیدن عروس سال و آغاز کشت و کار بهاری و آمدن نوروز مزده می‌دهند.

New Year

با موبایل در نوروز عکس بهتری بگیریم

همه افراد می‌توانند با گوشی موبایل عکس بگیرند ولی رسیدن به نتایج خوب در عکاسی موبایل به مهارت بیشتری نیاز دارد. گرفتن عکس‌هایی خارق‌العاده با موبایل عملاً کار بسیار ساده‌ای است، البته تا زمانی که برخی نکات مهم در خصوص فوکوس، نوردهی، ترکیب‌بندی و ویرایش عکس را رعایت کنید. در این مطلب، قصد داریم ۱۲ نکته و تکنیک اساسی را معرفی کنیم که هر عکاس موبایل جدی باید آن‌ها را بدانند. اگر به‌تازگی عکاسی موبایل را شروع کرده‌اید بهتر است ابتدا در این ۱۲ تکنیک مهارت پیدا کنید. حتی عکاسان موبایل کارآزموده هم ممکن است برخی از این نکات و ترفندها را فراموش کرده باشند. پس با مدرسه عکاسی موبایل ما همراه باشید تا با هم به بررسی اساسی‌ترین نکاتی بپردازیم که برای گرفتن عکس‌هایی فوق‌العاده با گوشی موبایل لازم است بدانید.

۱. لنز را پاک کنید

گوشی موبایل زمان زیادی را در جیب، کیف یا دست سبری می‌کند و درنتیجه کثیف خواهد شد. کثیفی، گردوخاک، چربی و اثرانگشت روی لنز تاثیر زیادی بر کیفیت عکس‌های شما خواهند گذاشت. اگر شیشه لنز شما کثیف باشد تلاش برای گرفتن عکس خوب بی‌معنی است. کثیفی مانع ورود نور به سنسور دوربین شده و درنتیجه روی عکس نقاط تار، لکه و مناطقی کدر ایجاد می‌کند. لنز تمیز رسیدن به عکس‌هایی شفاف و تمیز هنگام عکاسی با موبایل را تضمین می‌کند. لازم است هر بار که گوشی را برای عکاسی از جیب خود خارج می‌کنید لنز آن را تمیز کنید. برای این کار از یک دستمال نرم مخصوص لنز استفاده کنید. استفاده از دستمال‌های خشن موجب خراشیده شدن شیشه روی لنز شده و کیفیت تصویر دوربین گوشی را پایین خواهد آورد

۲. مطمئن شوید سوژه در فوکوس کامل قرار دارد

مهم‌ترین چیزی که هنگام گرفتن یک عکس باید به آن توجه کنید قرار گرفتن سوژه اصلی در فوکوس کامل است. در آیفون و بسیاری از گوشی‌های هوشمند دیگر برای تعیین نقطه‌ی فوکوس کافی است جایی را که سوژه شما قرار گرفته روی صفحه نمایش لمس کنید. آیفون برای تایید نقطه فوکوس انتخابی یک کادر زرد کوچک در آن نقطه نمایش می‌دهد. اگر سوژه‌ی شما متحرک است حتما درست پیش از گرفتن عکس نقطه‌ی فوکوس را انتخاب کنید تا از فوکوس صحیح سوژه مطمئن باشید. پس از گرفتن یک عکس شفاف از سوژه در صورت تمایل می‌توانید با استفاده از اپلیکیشن‌های ویرایش عکس بسیار زیادی که در دسترس هستند پس‌زمینه عکس را تار کرده و توجه بیشتری را به آن معطوف کنید .

۳. نوردهی را به‌صورت دستی تنظیم کنید

در آیفون و بسیاری از گوشی‌های هوشمند دیگر، هنگامی‌که شما برای تعیین نقطه فوکوس روی صفحه نمایش ضربه می‌زنید، دوربین از نقطه فوکوس برای تنظیم میزان نوردهی هم استفاده می‌کند. به‌طور خلاصه نوردهی میزان تاریکی یا روشنی تصویر را مشخص می‌کند. واگذار کردن تنظیم نوردهی به دوربین همیشه ایده‌آل نیست. برای مثال اگر سوژه در بخش تاریک کادر قرار گرفته باشد این کار می‌تواند منجر به عکسی با نوردهی کلی بیش‌ازحد (over-exposed) شود یا بالعکس. اگر دوربین گوشی شما اجازه تنظیم دستی میزان نوردهی (Exposure) را می‌دهد در این شرایط از آن استفاده کنید.

برای مثال اپل در iOS ۸ ابزار جدیدی را برای تنظیم دستی میزان نوردهی معرفی کرد. وقتی نقطه‌ی فوکوس

را با ضربه زدن روی صفحه نمایش تعیین کنید یک آیکون کوچک شبیه خورشید کنار مربع فوکوس ظاهر می‌شود. وقتی این آیکون خورشید مانند را دیدید کافی است برای تنظیم نوردهی انگشت خود را روی صفحه نمایش به سمت بالا یا پایین بلغزانید. حرکت انگشت به سمت بالا کل تصویر را روشن‌تر و حرکت انگشت به سمت پایین کل تصویر را تیره‌تر خواهد کرد. تنظیم دستی میزان نوردهی اجازه می‌دهد کنترل بسیار بیشتری روی ظاهر تصویر نهایی داشته باشید.

۴. از زوم استفاده نکنید

دوربین آیفون و اکثر گوشی‌های هوشمند دیگر به قابلیت زومی مجهز هستند که با باز و بسته کردن دو انگشت روی صفحه نمایش می‌توان میزان آن را تنظیم کرد. البته متأسفانه تقریباً در تمام گوشی‌های هوشمند زوم از نوع دیجیتال است نه اپتیکال. در اصل اتفاقی که هنگام استفاده از زوم دیجیتال می‌افتد این است که تصویر با زوم کردن برش (Crop) می‌خورد. درنتیجه هر چه بیشتر زوم کنید به میزان قابل‌توجه‌تری از کیفیت عکس کاسته خواهد شد. اگر قصد دارید از سوژه‌ای دورتر نسبت به خودتان عکس بگیرید از زوم استفاده نکنید. به‌جای این کار نزدیک‌تر رفته و دوربین را در حالت عادی و بدون زوم استفاده به کار ببرید. بدین ترتیب حاصل کار تصویری بسیار باکیفیت‌تر خواهد شد. اگر امکان نزدیک‌تر رفتن نبود بازهم بهتر است از زوم استفاده نکنید. به‌جای آن می‌توانید خودتان هنگام ویرایش با برش دادن عکس بیننده را به سوژه نزدیک‌تر کنید. برش دادن تصویر پس از عکاسی به شما اجازه می‌دهد روی میزانی از تصویر که قصد حذف کردنش را دارید کنترل بهتری داشته باشید. در این مثال فانوس دریایی و قایق‌ها فاصله‌ی زیادی از بندر داشتند و در عکس اصلی بسیار کوچک به نظر می‌رسیدند. از آنجا‌که امکان نزدیک رفتن و گرفتن عکس بهتری وجود نداشت من تصویر را برش دادم تا به نظر برسد به سوژه نزدیک‌تر بوده‌ام.

۵. دوربین را ثابت نگه‌دارید

بی‌حرکت نگه‌داشتن دوربین به‌ویژه هنگام عکاسی در نور کم یا شب از اهمیت بالایی برخوردار است. در این شرایط دوربین گوشی موبایل مجبور است برای رسیدن نور کافی به سنسور از سرعت شاتر پایین‌تری استفاده کند. در این حالت هرگونه حرکت یا لرزش دوربین منجر به ثبت تصویری تار خواهد شد. برای ثابت نگه‌داشتن گوشی و جلوگیری از تار شدن تصویر باید گوشی را با دودست محکم بگیرید یا آن را به سطحی سخت تکیه دهید. همچنین می‌توانید از یک سه‌پایه بهره بگیرید. انواع مختلفی از سه‌پایه‌ها وجود دارد که برای گوشی‌های مختلف مناسب هستند.



هنگام استفاده از سه‌پایه می‌تواند دقت خود را با به کار بردن زمان‌سنج خودکار (Self-Timer) بازهم افزایش دهید. پیشنهاد ما این است که زمان‌سنج را روی ۳ ثانیه تنظیم کنید. بدین ترتیب هنگامی که عکس در حال گرفته شدن است هیچ تماسی با گوشی نخواهید داشت و در نتیجه دوربین کاملاً ثابت خواهد بود. شاید این راهکار به نظر زیاده‌روی باشد ولی قطعاً هنگام عکاسی در نور بسیار کم مفید خواهد بود. ترفند دیگری که می‌توانید در این زمینه به کار ببرید استفاده از کلیدهای تنظیم بلندی صدای همدست به‌عنوان کلید شاتر دوربین است. آیفون و برخی از گوشی‌های هوشمند دیگر به این قابلیت مجهز هستند. اگر گوشی شما از این قابلیت پشتیبانی نمی‌کند می‌تواند از شاترهای بلوتوث استفاده کنید. بدین ترتیب شما قادر خواهید بود گوشی را روی سه‌پایه قرار داده و برای پیشگیری از هرگونه لرزش، بدون لمس فیزیکی با آن عکس بگیرید.

۶. قانون یک‌سوم را به‌کار ببرید

رسیدن به فوکوس و نوردهی صحیح جزو اصول حیاتی عکاسی هستند ولی ترکیب‌بندی مناسب هم به همان اندازه اهمیت دارد. بدون ترکیب‌بندی خوب احتمالاً عکس‌های شما خیلی چشم‌نواز نخواهند شد. قانون یک‌سوم از مفیدترین تکنیک‌های ترکیب‌بندی در عکاسی است. از آنجاکه قانون یک‌سوم می‌تواند در تمام سبک‌های عکاسی برای تولید تصاویری جذاب‌تر و متعادل‌تر استفاده شود، فراگرفتن این مفهوم اهمیت بالایی دارد. برای رعایت قانون یک‌سوم باید کادر را مطابق با تصویر زیر به‌صورت ذهنی توسط دو خط عمودی و دو خط افقی تقسیم‌بندی کنید. سپس عناصر مهم صحنه را در مسیر این خطوط یا محل تلاقی آن‌ها باهم قرار دهید. باید تلاش کنید سوژه روی یکی از خط‌های عمودی واقع شود. اگر خط افق در عکس دیده می‌شود بهتر است روی یکی از دو خط افقی قرار گیرد. ایده اصلی قانون یک‌سوم این است که ترکیب‌بندی مرکز‌گریز (off-center) موجب خلق تصاویری جذاب‌تر خواهد شد. دوربین اکثر گوشی‌های هوشمند برای کمک به انتخاب ترکیب‌بندی بهتر امکان نمایش دادن تقسیمات (Grid) یک‌سوم روی صفحه نمایش را دارند. فعال نگه‌داشتن این تقسیمات به عکاسان تازه‌کارتر کمک می‌کند تا چشمان خود را در ترکیب‌بندی ورزیده

کنند. در این مثال محل قرارگیری پسر بچه با خط عمودی سمت راست و خط افق با خط افقی پایین کادر تنظیم شده‌اند.

مثل همیشه قوانین برای شکسته شدن ساخته می‌شوند! گاهی اوقات شرایط نیازمند رویکردی متفاوت است. در مثال زیر کودک در مرکز کادر قرار دارد. به‌طور معمول این کار جایز محسوب نمی‌شود ولی در اینجا نتیجه خوبی داشته؛ چراکه با تقویت حس احاطه شدن کودک توسط درختان فضایی رویایی خلق کرده است. البته بسیار مهم است که پیش از شکستن یک قانون ابتدا آن را فرا گرفته باشیم! بنابراین ابتدا نحوه‌ی ترکیب‌بندی با قانون یک‌سوم را بیاموزید، سپس هرگاه از کار خود راضی بودید تلاش کنید برخی اوقات به‌صورت هدفمند و برای خلق تأثیری متفاوت این قانون را زیر پا بگذارید. فراموش نکنید که در عکاسی هیچ‌گاه نباید از تجربه کردن روش‌های جدید یا متفاوت واهمه داشت. ممکن است نتایج تجربه‌های جدید شما را شگفت‌زده کند. حال که از شش نکته اول آگاه شدید می‌توانیم مطلب را با بررسی نکته هفتم به بعد ادامه دهیم.

۷. از خطوط برجسته راهنما (Leading Lines) بهره بگیرید

خطوط برجسته یا راهنما می‌توانند به ابزار بسیار مفید دیگری برای ترکیب‌بندی تبدیل شوند. استفاده از خطوط راهنمای پیش‌رونده در عکس کمک می‌کند چشم بیننده را روی سوژه اصلی متمرکز کنید و آن را به شکلی عمیق‌تر به درون تصویر بکشید. این روش تکنیکی ساده است که از خطوط افقی، عمودی یا همگرا برای تمرکز بیشتر توجه روی سوژه اصلی تصویر بهره می‌گیرد. در این مثال خطوط همگرای نرده‌های سکوی شیرجه چشم را به‌سوی پله‌ها هدایت می‌کند؛ و پله‌ها متعاقباً دید را به سمت پیکری که در برابر آسمان سیلوتت (Silhouette) شده بالا می‌کشند. هنگامی عکاسی با موبایل همواره باید نسبت به خطوط برجسته‌ای که در کادر قرار می‌گیرند حساس باشید؛ چراکه این خطوط ممکن است توجه بیننده را از سوژه اصلی موردنظر شما منحرف کنند. شاید لازم باشد محل ایستادن خود را تغییر دهید تا بتوانید بیشترین استفاده را از تمام خطوط موجود در صحنه ببرید.

۸. از زوایای دید (Perspective) مختلف عکاسی کنید

در هر محلی که عکاسی می‌کنید همواره بهتر است زوایای دید مختلف را در نظر بگیرید. اکثر عکاسان تازه‌کار در حالت ایستاده عکس می‌گیرند، ولی یکی از محاسن گوشی‌های موبایل این است که به دلیل ابعاد و وزن کم می‌توانید آن را در محل‌ها و حالت‌هایی به کار ببرید که دوربین‌های بزرگ‌تر به کار نمی‌آیند. برای مثال می‌توانید همانند عکس بالا از موقعیتی هم‌سطح با زمین به عکاسی بپردازید. این تکنیک برای خلق زاویه دیدی منحصربه‌فرد از صحنه مناسب است که مردم از ارتفاع ایستاده هیچ‌گاه قادر به دیدن آن نیستند. همچنین می‌توانید برای رسیدن به یک «نمای چشم پرنده» (Bird's Eye View) از سوژه، عکاسی از ارتفاع بالا را امتحان کنید. در مثال پایین عکاس موفق شده با استفاده از زاویه دید رو به پایین علاوه بر ثبت شادی کودک از بردن بازی گلف، توبی را هم که در داخل حفره قرار گرفته است نمایش دهد. از هیچ زاویه دیگری ثبت هم‌زمان این دو موضوع امکان‌پذیر نمی‌شد. یکی از امتیازات عکاسی دیجیتال این است که می‌توانید تعداد بسیار زیادی عکس از نماهای مختلف بگیرید و سپس آن‌هایی را که خوب نشده‌اند به‌سادگی حذف کنید.



۹. مراقب پس‌زمینه‌های گیج‌کننده باشید

اگر پس‌زمینه عکس شلوغ باشد ممکن است توجه بیننده را از سوژه موردنظر منحرف کند. در صورتی که پس‌زمینه عکس شامل رنگ‌های متضاد و گیج‌کننده‌ی زیادی بود، بهترین راه‌حل تبدیل کردن عکس به یک عکس سیاه‌وسفید است. با حذف کردن تمام رنگ‌ها حواس‌پرتی ناشی از آن‌ها هم از میان خواهد رفت. در نسخه اصلی این مثال، تمام اشیای پشت سر مرد بافنده رنگ‌هایی متفاوت داشتند و توجه را به‌کلی از چهره او که باید نقطه‌ی تمرکز عکس باشد منحرف می‌کردند.

راه‌حل دیگر این است که به‌کلی از پس‌زمینه‌های شلوغ اجتناب کنید. یک روش ساده این است که ارتفاع زاویه‌ی دید خود را کم کرده و از آسمان به‌عنوان پس‌زمینه‌ی عکس بهره بگیرید. همان‌طور که در عکس بالا می‌بینید این روش کمک بسیار زیادی به برجسته شدن سوژه می‌کند. این عکس همچنین مثالی خوب برای استفاده از خطوط راهنما و قانون یک‌سوم است که پیش‌ازاین توضیح داده شدند.

۱۰. چندین عکس بگیرید

اگر چیزی دیدید که توجه شما را جلب کرد با گرفتن یک عکس انتظار رسیدن به بهترین نتیجه را نداشته باشید. شانس رسیدن به عکسی خوب در همان اولین برداشت بسیار اندک است. بهتر است از زوایا و فواصل مختلف عکس بگیرید.

برای رسیدن به تصویری صحیح از بایدها و نبایدها عکس‌های گرفته‌شده‌ی قبلی را بررسی کنید. هرگاه به زاویه دیدی رسیدید که به نظر تان خوب بود چند عکس دیگر در همان وضعیت بگیرید. این کار اطمینان می‌دهد که حتماً به عکسی با ترکیب‌بندی خوب و فوکوس صحیح دست خواهید یافت.

خوبی عکاسی دیجیتال این است که می‌توانید تمام عکس‌هایی را که به نتیجه مناسب نرسیده‌اند حذف کنید و همیشه تعداد زیادی این عکس‌های اشتباه وجود دارد! همچنین نباید ترسی از گرفتن عکس‌های بد داشته باشید. هیچ‌کس هیچ‌گاه آن‌ها را نخواهد دید.

این چهار عکس تنها عکس‌های قابل‌قبول گرفته‌شده در یک سفر هستند. ما تقریباً ۱۰۰ عکس طی این سفر گرفتیم ولی اکثر آن‌ها به دلیل مشکلات مختلف غیرقابل استفاده بوده‌اند. نکته مهم این است که هیچ‌گاه کسی ۹۶ عکس دیگر را نخواهد دید!

۱۱. از حالت پانوراما (Panorama) استفاده کنید

گاهی شرایط خاصی پیش می‌آید که استفاده از دوربین استاندارد قادر به ادای حق مطلب در مورد صحنه‌ای که قصد عکاسی از آن را دارید نیست. برای مثال ممکن است بخواهید از یک منظره گسترده، یک دورنمای شهری یا یک ساختمان عریض عکس بگیرید ولی امکان گنجاندن کل صحنه در یک قاب وجود نداشته باشید. در این شرایط حالت پانوراما به کار می‌آید. به‌طور معمول شیوه کار حالت پانوراما به‌این‌ترتیب است که باید گوشی را در حالت عمودی (Portrait) به سمت گوشه‌ی چپ



صحنه‌ای که قصد عکاسی از آن را دارید گرفته و پس از فشردن دکمه شاتر به آرامی به سمت راست صحنه بچرخید. با رسیدن به انتهای صحنه می‌توانید دکمه شاتر را بار دیگر بزنید تا کار ثبت تصویر متوقف شود. هر چه این حرکت افقی آرام‌تر و یکنواخت‌تر باشد نتیجه بهتری حاصل خواهد شد.

۱۲. عکس‌های خود را بیش‌ازحد ویرایش نکنید

در نهایت هنگام ویرایش عکس‌ها بهتر است اشتیاق خود را نسبت به استفاده‌ی بیش‌ازحد از اپلیکیشن‌ها یا اعمال کردن افکت‌های قوی کنترل کنید. بسیاری از عکاسان تازه‌کار با این تصور که استفاده از اپلیکیشن‌های ویرایش عکس می‌تواند یک عکس بد را به عکسی خوب بدل کند مرتکب اشتباه می‌شوند. ما در طول سالیان زیاد به‌قدر کافی تلاش خود را در این زمینه کرده‌ایم و از روی تجربه می‌دانیم که این تصور اشتباه است. بیش از استفاده کردن از هر اپلیکیشنی باید ابتدا روی رسیدن به عکسی شفاف با ترکیب‌بندی قوی تمرکز کنید. اپلیکیشن‌ها می‌توانند برای تقویت یک عکس خوب مفید باشند ولی در مورد عکس‌های بد این‌طور نیست. شایع‌ترین اشتباه استفاده‌ی بیش‌ازحد از افکت می‌تواند برای بازگرداندن جزئیات ازدست‌رفته در عکس‌های تاریک مفید باشد ولی استفاده از آن بهتر است با احتیاط صورت بگیرد در این مورد از ابزار HDR اپلیکیشن Snapseed بالاترین مقدار استفاده شده است. سپس پرنده‌ها توسط اپلیکیشن AlienSky و صاعقه توسط اپلیکیشن LensLight اضافه شده‌اند. ولی به دلیل تیرگی بیش‌ازحد عکس اصلی اعمال کردن افکت کامل HDR منجر به ایجاد یک تصویر آشفته گرینی (پر نویز) با غلظت رنگ بیش‌ازحد شده است. پرنده‌ها و صاعقه هم برای این اضافه شدند تا نشان دهند استفاده کردن از این‌گونه افکت‌ها خارج از زمینه‌ی مناسب ممکن است نامعقول به نظر برسد.

بنابراین عکس‌های موبایلی خود را با خویشتن‌داری ویرایش کنید. تنها افکت‌هایی را به عکس خود بیفزایید که زیبایی طبیعی عکس را بهبود می‌بخشند. هنگام کار کردن با تنظیمات نوردهی و رنگ مراقب پدیدار شدن گرین و اشباع بیش‌ازحد رنگ‌ها باشید. اگر حس کردید در استفاده از یک گزینه افراط شده آن را به عقب برگردانید.

نکته‌هایی که گفته شد می‌توانند در مسیر گرفتن عکس‌هایی بسیار بهتر با گوشی موبایل به شما کمک کنند. البته برخی از این نکات مانند استفاده از خطوط راهنما و قانون یک‌سوم فارغ از این که با چه دوربینی عکس بگیرید مفید خواهند بود. مهم‌ترین چیزی که باید به خاطر داشته باشید این است که به عکاسی ادامه دهید و از آن لذت ببرید!

COMING SOON

Tehran — Hamburg—Tehran

Tabriz — Hamburg — Tabriz



به زودی

پرواز در مسیرهای تهران — هامبورگ — تهران
و تبریز — هامبورگ — تبریز با هواپیمایی قشم

Qeshm Air

iRest® ■ ■ ■

— نهایت آرامش —



SL-A150-I

شرکت خدمات ماساژ طبی اسپیتمان آسا

پذیرش نمایندگی فعال در سراسر ایران

- حمل و نصب رایگان مندرلی در تهران و شهرستان‌های دارای نمایندگی
- ۲ سال بیمه‌نامه ایران برای مندرلی‌های ماساژور، ۲ سال گارانتی و ۱۰ سال خدمات پس از فروش برای کلیه محصولات
- دارای گواهینامه‌های ISO 13485:2003, ISO 9001:2008, ROHS, KDA, FDA, CE, UL, GMP
- آدرس دفتر مرکزی: تهران، خیابان ملاصدرا، ضلع شمال غربی تقاطع ملاصدرا-کردستان، کوچه فرشید، پلاک ۴، طبقه ۵، واحد ۱۰





بهار اینجا، بهار آنجا، بهار همه جااست

گروه گردشگری

بریتانیا لورنس آلمان تادما (۱۹۱۲-۱۸۳۶) که در سال ۱۸۹۴ با استفاده از رنگ و روغن روی بوم کشیده شده است. تادما در این اثر مراسمی سنتی و کهن را به تصویر کشیده که از یک سو سابقه آن به بریتانیای دوره ویکتوریا و از سویی دیگر به دوران روم باستان برمی گردد. در بریتانیای دوران ویکتوریا، مصادف با قرن پانزدهم میلادی، سنتی وجود داشت که در آن کودکان و نوجوانان شهر برای جمع آوری شکوفه‌های بهاری به دشت‌های اطراف شهر فرستاده شده و هنگام بازگشت به شهر مراسم باشکوهی با حضور اهالی شهر برگزار می‌شد. مراسم مشابهی نیز در روم باستان با اندکی تفاوت برگزار می‌شد. به این ترتیب که به مدت هفت روز در ماه آوریل (اواسط فروردین تا اردیبهشت) برای بزرگداشت الهه غلات جشن برپا می‌شد.

در این تصویر که احتمالاً بیشتر نمونه جدیدتر بریتانیایی مراسم را مد نظر داشته از لباس‌ها، سازه‌های معماری، مجسمه‌ها و حتی سازهای موسیقایی رایج در روم باستان کمک گرفته شده است. در این اثر اشاره‌ای نیز به دوران کهن و اوج شکوفایی فرهنگی روم باستان شده است. شکوفه‌های تازه را در سراسر این نقاشی می بینید. زنان و کودکانی که در پلکان میانی در حال گذرند و اهالی شهر که از بام‌ها و پنجره‌ها نظاره‌گر آنها هستند، آنها را تشویق می‌کنند. این نقاشی بعدها به شهرت خوبی دست یافت. به‌طوریکه در فیلم کلتوپاترا محصول سال ۱۹۳۴ میلادی، صحنه‌ای با الهام از این نقاشی و عناصر بصری موجود در آن، ساخته شد. این نقاشی با ابعاد تقریبی ۱۷۸ در ۸۰ سانتیمتر از سال ۱۹۷۲ به تملک موزه گتی در شهر نیویورک در آمده و در معرض دید عموم قرار دارد.

بهار ایسلند: ایسلند جزیره‌ای یخ‌زده با گدازه‌های آتشفشانی و چشمه‌های آب گرم با فوران‌هایی از بخار و آب داغ، مجموعه‌ای از عناصر متضاد در کنار هم است. این سرزمین سرد شمالی در مدت کوتاهی از سال وضعیت خاصی دارد. در اوایل بهار بارندگی و حتی برف در بعضی از نقاط دیده می‌شود ولی به‌تدریج از سرمای هوا کاسته شده و در فصل تابستان هوایی مطلوب در این جزیره منحصر به‌فرد حاکم می‌شود. در اوایل بهار در ماه مارس (نیمه اسفند تا فروردین) شاید بتوان در ایسلند پدیده نادر و شگفت‌انگیز شفق قطبی را مشاهده کرد. در نقطه‌ای از دشت‌های سرسبز می‌توان اسب‌های کوتاه قد بونی با ظاهر زیبا و یال‌های پریشان‌شان را از نزدیک مشاهده کرد.

برایش کشور و شهر فرقی ندارد... سخاوتش به حدی است که فقیر و غنی، زشت و زیبا، سیاه و سفید، کوچه و خیابان و حتی ده‌کوره‌های دور دست‌ترین نقطه دنیا را هم فراموش نمی‌کند. می‌آید تا همه، بهار شوند... از چین و ژاپن تا پرو و اکوادور. می‌آید تا زیبایی شکوفه‌های گیلاس و آلبالو هر رهگذری را دیوانه کند و به یادشان بیندازد که زندگی، باز دوباره در جریان است... زندگی زیباست. در تفکر بسیاری از مردمان جهان این باور وجود دارد که پس از گذر از ماه‌های سخت سال، بهار فرا می‌رسد و با خود زندگی را به ارمغان می‌آورد. این فصل که با آغازی مجدد در زندگی و حیات طبیعی همراه است، همواره الهام‌بخش شاعران، نقاشان، موسیقیدانان و اهالی فرهنگ و هنر بوده است. مردم از این تغییر فصل برداشت‌های گوناگونی داشته و مراسم و آئین‌های متعددی در سراسر جهان در بزرگداشت آن برپا می‌کنند. حالا که بهار آمده است، به او خوشامد می‌گوییم و نگاهی به رد پایش در فرهنگ‌های مختلف جهان داریم.

جشنواره بهار: نخستین روز از نخستین ماه قمری چینی‌ها مصادف با برگزاری جشنواره بهار در این سرزمین کهن است. این جشن، مهم‌ترین جشن در چین به حساب می‌آید. در جریان این مراسم چینی‌ها خانه‌تکانی کرده و نشان‌ها و پرچم‌های ویژه‌ای را در سر در خانه‌های‌شان می‌آویزند. در شب سال نو اعضای خانواده دور هم جمع شده و شام را دسته‌جمعی میل می‌کنند. برای دسر هم کیک و شیرینی‌های پخته شده را میل می‌کنند. با استفاده از عروسک‌های بزرگ به شکل شیر و اژدها و حرکت دادن آنها در خیابان‌ها و گذرهای عمومی، جشن برپا می‌شود. رسم بر این است که اعضای خانواده از راه‌های دور و نزدیک سعی می‌کنند شب سال نو را کنار هم باشند.

در ساعت ۱۲ نیمه شب و تحویل سال، صدای ترقه‌ها و مواد منفجره به نشان شادی برای فرارسیدن سال نو، در سراسر کشور چین شنیده می‌شود. بزرگ‌ترها هدایایی را در پاکت‌های قرمز گذاشته و به کودکان هدیه می‌دهند. مدت این عید ۱۵ روز است. در پایان این مدت، مراسم با هوا کردن فانوس‌های رنگی به انتها می‌رسد.

نگاره بهار: نقاشی بهار اثری است از نقاش هلندی ساکن



در این فصل طول روز به‌تدریج افزایش یافته و در ماه می، به حداکثر خود می‌رسد. با فرارسیدن فصل بهار در ایسلند جشنواره‌های مختلف هنری و محلی در این کشور به راه افتاده و سیل جهانگردان مشتاق به سوی این کشور سرازیر می‌شود. دشت‌هایی که پیش از این با برف پوشیده شده بود، در این فصل سبز شده و گل‌های رنگارنگ روییده در دشت با جریان آبراهه‌های کوچک و بزرگ، نمایی دل‌انگیز به این گوشه دنج و استثنایی از کره زمین می‌بخشند.

بهار تاشکند: شهر زیبای تاشکند در کشورازبکستان با فرارسیدن بهار و سربر آوردن شکوفه‌های درختانش نیرویی دوباره و جانی نو می‌گیرد. در دوران کهن ساکنان این منطقه که از آنها تحت عنوان سغدیان یاد می‌شود در هنگام بهار جسم‌شان را در آب رودخانه شستشو می‌دادند. هرچند این سنت امروز دیگر وجود ندارد. خانه‌تکانی و پاکیزه کردن جسم و روح از دیگر سنت‌های آمدن بهار در این کشور است. در روز عید جشنواره‌های کوچک و بزرگی در سطح شهر در معرض دید عموم قرار می‌گیرد. در این جشنواره‌ها حرکات موزون و نوای سازهای موسیقایی به‌همراه نمایش‌های عروسکی وجد و شادی برای شهروندان به ارمغان می‌آورد.

صدای بوق و کرنا و هیاهوی جمعیت شهر را فرا می‌گیرد. در دشت‌های اطراف مسابقه‌های سنتی بزکشی برگزار می‌شود. مسابقه مبارزه بین قوچ‌ها نیز طرفداران زیادی دارد. قوچ‌ها با شاخ‌های بزرگ و هیکلی تنومند برای این مسابقه انتخاب می‌شوند. در گوشه‌هایی از شهر مسابقه کشتی سنتی نیز توسط پهلوانان پیر و جوان برگزار می‌شود.



زنان ازبک برای تزئین سفره هفت سین، در دیگ‌های بزرگ سمنو می‌پذیرد. در زبان محلی به آن سومالاک گفته می‌شود. یکی دیگر از خوراک‌های رایج در نوروز نوعی هلیم است که حلیسا نام دارد. این خوراکی از گندم و گوشت تهیه می‌شود. از انواع خوراکی‌های دیگر می‌توان به پیراشکی‌های مختلف، شیرینی‌هایی با مغز سبزیجات، آبنبات‌های سنتی و شوربا اشاره کرد.

بهار در پاییز: وقتی در نیمکره شمالی به استقبال فصل خزان می‌رویم، ساکنان نیمکره جنوبی در انتظار شکفتن شکوفه‌های بهاری و چهچه پرندگان هستند. پائیز شمالی‌ها مصادف با بهار جنوبی‌هاست.ایالت شمالی لیمپوپو در کشور آفریقای جنوبی در حدود اواسط شهریور ماه میزبان رویش مجدد گیاهان و آغاز حیاتی نو در طبیعت است. روستای هانرتسبورگ هر سال در فصل بهار میزبان برگزاری جشنواره بهاری است که در خلال آن مراسم و رخدادهای گوناگونی برنامه‌ریزی می‌شود. بازارهای محلی محصولات گوناگون مانند آثار هنری، صنایع دستی چوبی، شیشه‌ای و فلزی را به فروش می‌رسانند.

سنگ‌های تزئینی و لباس نیز در این بازارها به‌فروش رسیده و بعضی از خوراکی‌های محلی مانند شیرینی‌های خانگی نیز برای خرید مهیاست. یکی از جاذبه‌های جذاب این جشنواره، برگزاری نمایشگاه گل‌های ارکیده در رنگ‌های متنوع است که طرفداران زیادی دارد. باغ ژاپنی با شکوفه‌های رنگارنگ و معطر گیاهان و گل‌های آزالیا از جاذبه‌های این باغ است.

مزرعه ارگانیک کوهستان که به همین نام یعنی کوهستان در این منطقه قرار گرفته نیز از جمله مناطق جذابی است که جهانگردان و علاقه‌مندان به خرید محصولات گیاهی ارگانیک را به سمت خود جذب می‌کند. علاقه‌مندان به کوهنوردی و اسب‌سواری می‌توانند در این فصل از طبیعت و سوار کاری لذت ببرند. گشت‌وگذار در دشت‌های سرسبز و صرف ناهار در طبیعت نیز تجربه‌ای دلچسب و فراموش‌نشدنی در این فصل است.

بهار رومی ها: در اسطوره‌های کهن رومی‌های، فلورا؛ الهه گل‌ها و فصل بهار و نمادی از طبیعت است. با این‌که در میان سایر الهه‌های مشهور رومی، فلورا خیلی مشهور نیست، ولی اهمیت او به واسطه ارتباطش با فصل بهار به‌ویژه هنگام فرارسیدن این فصل سرسبز و خرم قابل توجه بود. نام فلورا از واژه لاتین

فلو س به معنی گُل گرفته شده است. جشنواره‌ای در گرامیداشت فلورا با عنوان فلورالیا بین ۲۸ آوریل و سوم می برگزار می‌شد. معبدی نیز در روم باستان در گرامیداشت فلورا ساخته شده بود که بسیاری از مراسم مذکور در آنجا یا حوالی معبد اجرا می‌شد. در بیست و سوم ماه می نیز جشنواره دیگری با عنوان جشنواره گل سرخ برگزار می‌شد.

قطعه موسیقی بیداری فلورا در سال ۱۸۹۴ میلادی توسط آهنگساز ایتالیایی ریکاردو دریگو ساخته شد که در اصل به مناسبت مراسم عروسی دختر امپراتور الکساندر دوم روسیه بود. هنرمندان گوناگونی از جمله نقاشانی همچون رامبراندت و بوتیچلی آثاری را با الهام از این الهه رومی خلق کرده و تندیس‌هایی از او نیز در ایتالیا، اسپانیا و لهستان ساخته و نصب شده است.

شکوفه‌های گیلas: فصل ظهور شکوفه‌های زیبای گیلas با رنگ‌های متنوع از سفید و گل‌بهی تا صورتی و سرخ در ژاپن از رخدادهای مهم در این کشور به‌حساب می‌آید. یکی از مراسم کهن این دیار جشنواره هانامی یا ساکورا است که از قرن هشتم میلادی، هر سال در فصل بهار برگزار می‌شود. از آداب این جشن، حضور در طبیعت همراه با صرف غذا و استراحت در زیر درخت‌های پرشکوفه گیلas است. در دوران کهن این مراسم بیشتر در دربار امپراتورها رایج بود. اما بعدها طبقه جنگجویان یا سامورائی‌ها و سپس مردم طبقه عادی جامعه نیز این مراسم را برگزار کردند. شکوفه‌های گیلas به‌خاطر ظاهر به‌هم پیوسته‌شان نمادی از ابر به‌شمار رفته و در ضمن به‌خاطر عمر کوتاهشان نمادی از گذرا و فانی بودن حیات دنیوی به‌شمار می‌آیند که در این رابطه تأثیراتی از دین بودایی در آن مشاهده می‌شود.

در مناطق مختلف ژاپن به دلیل تنوع شرایط آب و هوایی فصل شکوفایی درختان گیلas متفاوت است. بنابراین در طول دو ماه می تا آوریل در نقاط مختلف این کشور،شکوفه‌های گیلas را می‌توان دید. حضور شکوفه‌های گیلas نه تنها در فصل بهار و برروی درختان بلکه در آثار هنری و ادبی ژاپن نیز نقش چشمگیری دارد. اشعار زیادی در وصف این شکوفه‌ها و رخدادهای مرتبط با آن و نقاشی‌های زیادی حاوی شکوفه‌های رنگارنگ گیلas در سنت نگارگری ژاپنی به چشم می‌خورد. این نقش



مهم فرهنگی به گونه‌ای است که در خلال برخی از نبردها و جنگ‌ها همچون جنگ جهانی دوم می‌توان نشانه‌هایی را از حضور شکوفه‌های گیلas در متون و تبلیغاتی که برای افزایش حس جنگجویی و میهن‌پرستی تولید می‌شد مشاهده کرد.

نغمه‌های بهاری: تاریخ موسیقی شاهد ظهور آثار فاخری با الهام از زیبایی‌های فصل بهار و دمیدن حیاتی نو در زندگی بوده است. در حوزه موسیقی فاخر و ارکسترال می‌توان به آهنگسازان مشهوری مانند یان سیبلیوس، فلیکس مندلسون بارتولدی، آنتونیو ویوالدی و چارلز آیوز در این زمینه اشاره کرد. نوای بیشتر آثار سیبلیوس آهنگساز فنلاندی، غمگین است. ولی در اثر ارکسترال «نغمه بهاری» که در سال ۱۸۹۴ میلادی نوشت، نشاط و سرزندگی را با الهام از سیک موسیقایی کشورهای شمال اروپا، در اثرش وارد کرد. فلیکس مندلسون بارتولدی آهنگساز آلمانی سبک رمانتیک نیمه نخست سدهٔ نوزدهم تعدادی قطعات کوتاه برای پیانو نوشت که عنوان این مجموعه عبارت است: آوازهای بی‌کلام. بیشتر این قطعات تنها با شماره مشخص شده ولی بعضی از آنها توسط خود آهنگساز نامگذاری شد که از آن جمله می‌توان به قطعه‌ای با عنوان «آواز بهار» اشاره کرد. مندلسون با هنرنمایی برجسته‌اش از ریتم دوضربی که معمولاً حالتی حماسی و قهرمانی را به ذهن متبادر می‌کند استفاده کرده ولی با تزئینات فراوان و نغمه‌ای دلنشین حالتی شیرین و نشاط‌آور همچون گذر از میان باغ‌های پرشکوفهٔ بهاری یا دشت‌های پر از گل‌های تازه سربر آوردهٔ بهاری را به ذهن شنونده منتقل می‌کند.

از چاقی کودک در نوروز جلوگیری کنیم

برای بچه‌ها هیچ چیز خوشایندتر از این نیست که شما یک ظرف بزرگ را که چندین نوع مختلف شکلات دارد مقابل‌شان بگیرید و با لبخند بگویید: «هر چندتا دوست داری، بردار!» این اتفاق نادر البته فقط در روزهای خاصی از سال می‌افتد، روزهایی مانند ایام نوروز. به همین دلیل تعطیلات عید یکی از بهترین ایام برای بچه‌هاست، چون هم از مدرسه و مهد کودک خلاصی پیدا می‌کنند و هم از انواع و اقسام نعمت‌ها برخوردار می‌شوند! آن هم نعمت‌هایی که در طول سال والدین آن‌ها را برای‌شان محدود یا نسبت به آنها کنترل کرده‌اند.

هیچ کس از خوشحالی بچه‌ها مکدر نمی‌شود اما مشکل اینجاست که به دست آوردن دل آن‌ها با شکلات و شیرینی به اضافه وزن و چاقی فرزندان‌مان ختم می‌شود. اغلب کودکان اضافه وزن دارند و بیشترشان در تعطیلات عید ورزش نمی‌کنند و چون دیگر به مدرسه نمی‌روند در این روزها همان مقدار چنپ و جوش و حرکتی را که در محیط مدرسه داشتند از دست می‌دهند و کالری‌ای که قبلاً در طول روز می‌سوزاندند را دیگر نمی‌سوزانند. از طرفی هم در ایام نوروز دسترسی کودکان به مواد خوراکی پرکالری بیشتر می‌شود و به راحتی می‌توانند هر روز در خلال دید و بازدیدها یا حتی در منزل خودشان کلی خوراکی پرکالری، شیرینی، شور و چرب بخورند.

این خوراکی‌ها نیز مخصوصاً انواع شکلات‌ها با بسته‌بندی‌های زیبا و رنگارنگی دارند، یا مانند شیرینی و آجیل به خاطر طعم شیرین یا شور که دارند به شدت برای بچه‌ها جاذبه دارند. وقتی هم مصرف تنقلات در کودکان به این شکل زیاد و خارج از برنامه شود وعده‌های غذایی‌شان به هم می‌ریزد چون با تنقلات معده خود را پر می‌کنند و دیگر اشتهایی برای خوردن وعده غذایی اصلی باقی نمی‌ماند. با این روند در پایان تعطیلات نوروز ما کودکی تپل‌تر از قبل خواهیم داشت. برای جلوگیری از چاقی کودکان در تعطیلات نوروز چهار راهکار را پیشنهاد می‌شود:

۱- برای اینکه این اتفاق نیفتد بهتر است والدین با برنامه‌ریزی بچه‌ها را حداقل برای یک ساعت به محیط باز ببرند تا ورزش کنند. پارک‌ها یا فضاهای سبز بسیار برای این کار مناسب هستند و پدر و مادرها هم می‌توانند همراه فرزندان‌شان کمی تحرک کنند و علاوه بر کمک به سلامت جسمی خود و کودک‌شان با وقت‌گذرانی و بازی با بچه‌ها به سلامت روانی و هر چه بهتر شدن روابط‌شان سعی کنند. ۲- مساله دیگری که باید مدنظر قرار داد این است که بحث چاقی کودکان به طور کلی با سوءتغذیه در آنها همراه است. چه برای بچه‌هایی که لاغر هستند و در تعطیلات نوروز لاغرتر می‌شوند و چه برای بچه‌هایی که چاق‌تر می‌شوند خطر سوءتغذیه وجود دارد. چون کودکی که در این روزها وزن اضافه می‌کند و چاق‌تر می‌شود صرفاً به خاطر مصرف تنقلات، کالری بیشتری دریافت کرده است و نه مواد مغذی بیشتر!

۳- برای کنترل مصرف تنقلات کودک بهتر است برنامه غذایی کودک را به صورت منظم نگه داریم. به این صورت که ساعت ۸-۹ صبح، صبحانه؛ ساعت ۱۱، میان وعده، ساعت ۱ ظهر، ناهار؛ ساعت ۴ عصر، میان وعده دوم و حداکثر ساعت ۸ شب نیز شام را صرف کنند. مخصوصاً وعده‌های صبحانه و ناهار حتماً رعایت شوند و از خوردن بی‌رویه تنقلات در بین این دو وعده جلوگیری شود تا جلوی اشتهای کودک و رسیدن مواد مغذی به او را نگیرد.

۴- برای مصرف تنقلات نیز بهتر است از شکلات شیری به جای شکلات کاکائویی استفاده کنیم و فقط روزی یک شکلات کوچک، اگر آجیل شور نباشد و شامل دانه‌های مغذی مانند بادام، پسته و... باشد مشکلی برای خوردن به اندازه آن وجود ندارد. البته نباید از تخمه‌های شور یا آجیل بوداده استفاده شود. میوه بهترین انتخاب بچه‌ها برای تنقلات هستند که البته باید توجه شود که در میان وعده‌ها مصرف شوند.

Active Soft Liquid Handwash

مايع دستشویی صدفی اکتیو
حاوی پروتئین سویا





سامانه فروش آنلاين بليط

www.4764.ir

www.qeshm-air.com

 @QeshmAirr

سال نو مبارک

خانواده آماده در مخاطرات « خادم »



برنامه ملی خادم با شعار خانواده آماده، جامعه آماده و با هدف آمادگی در برابر حوادث و بلایا قصد دارد باعث تغییر رفتار خانواده‌ها شود. در همین راستا، یک شاخص از ۱۵ شاخصی که معاونت آموزش، پژوهش و فناوری جمعیت هلال احمر با اجرای این برنامه ملی به شما می‌آموزد **چگونگی آماده کردن کیف شرایط اضطراری و بلایا است**. بنابراین هر خانواده، ضروری است کیف شرایط اضطراری و بلایا را هم در محل سکونت و کار و هم در صندوق عقب خودرو خود (در مکانی قابل دسترسی همه) قرار دهد تا به هنگام بروز حوادث و بلایا همه اعضای خانواده بتوانند از آن استفاده کنند. بهتر است از کیفی استفاده نمایید که ضد آب باشد (حتی می‌توانید از یک کیسه نایلونی محکم هم استفاده کنید) تا در صورت وقوع سیل محتویات آن خیس نشود.



محیطی آرام و دلنشین چشم انداز رویایی

رستوران دو طبقه با چشم انداز زیبای ساحل

سوئیت های مشرف به دریا

تفریحات دریایی

پارک بازی کودک

پیست دوپرفه سواری

بنانا، قایق سواری

کلیپ گواهی، استخر

موتور سائیل

سالن ماساژ-کافی شاپ

آلاپیک های ساحلی



www.GoldenBeachHotel.ir
Goldenbeach_hotel@yahoo.com
@ GoldenBeachHotel

جزیره قشم، جاده ساحلی جنوبی،
مقابل زیارتگاه شاه شهید
تلفن: ۰۷۶-۳۵۳۴۲۹۰۰-۷
فکس: ۰۷۶-۳۵۳۴۲۸۶۸
تلفن همراه: ۰۹۰۲۵۲۴۲۹۰۰

www.khadem.ir
@khadem_ir



جمعیت هلال احمر

همک به هم نو

Light up your life

CITIZEN's Eco-Drive technology generates power from any light source—natural, artificial, bright or dim. Light up your life with our minimalist yet feminine designs.



CITIZEN
BETTER STARTS NOW

Tel: 021-6670 7841
021-6670 1579

نمایشگاه مرکزی سیتی زن
تهران - خیابان جمهوری - ساختمان آلومینیوم



گروه فرهنگی

عیدک‌هاک متفاوت برای کودکان

از قدیم رسم بوده که بزرگترها بین صفحات قرآن اسکناس نو می‌گذاشتند و در دید و بازدیدهای نوروزی این پول‌ها را به عنوان عیدی به بچه‌ها می‌دادند. رسم زیبایی است اما بسیاریا دوست ندارند به عنوان عیدی به بچه‌ها پول بدهند و هدیه را ترجیح می‌دهند. بچه‌های کوچک‌تر که ارزش پول را درک نمی‌کنند، با هدیه بیشتر خوشحال می‌شوند. اما مشکل این است که هدیه برای بچه‌ها به لباس و اسباب‌بازی ختم می‌شود و پیدا کردن هدیه دیگری که به اندازه این دو تکراری نباشد، کار آسانی نیست. اگر شما هم برای عیدی بچه‌ها به فکر هدیه‌ای متفاوت می‌باشید، پیشنهادهای باورنکردنی را ببینید:

نی‌نی‌های کوچولو

مطمئن باشید مامان و بابای نوزاد و پدربزرگ و مادربزرگش هر چه که لازم داشته برایش خریده‌اند. همه برای آمدن بچه تازه ذوق‌زده هستند، بنابراین سیستمونی‌اش کامل است و لباس‌هایی که دارد بیشتر از نیازش است. آنقدر که بسیار از آن‌ها را وقت نمی‌کند بپوشد و برایش کوچک می‌شوند. بنابراین لباس خریدن برای نوزاد اصلا به صلاح نیست. مگر این‌که بخواهید وسایل تزئینی برایش بخرید. هدیه خلاقانه‌تر برای نوزاد یک کتاب است. به طور مثال کتاب تقویت هوش نوزاد یا کتاب‌های دیگری که به درد مادرانی می‌خورد که نوزاد دارند، هدیه خوبی برای عیدی نوزادهاست. اما باز هم اگر دنبال هدیه‌ای کاربردی می‌گردید که پدر و مادر را خوشحال کند و به درد نوزاد بخورد، می‌توانید پوشک بخرید. پوشک گران‌تر از چیزی شده که فکر می‌کنید و یک بسته پوشک چیزی است که هر نوزادی لازم دارد. یادتان باشد هر نوزاد از پوشک خاص با اندازه خاصی استفاده می‌کند. پس لازم است قبل از خرید از مامان نی‌نی بپرسید چه پوشکی برایش می‌گیرد.

فینگیلی‌های نوپا

بچه‌های یک تا ۳ سال به سنی رسیده‌اند که از اسباب‌بازی لذت ببرند. اما برای آن‌ها هدیه اسباب‌بازی می‌آورند. شما می‌توانید از وسایل خلاقانه‌تری استفاده کنید. یک ست حمام که کتاب حمام و عروسک حمام دارد گزینه مناسبی است و بچه‌ها را به حمام رفتن تشویق می‌کند. استیکرهای دیواری می‌توانند اتاق بچه را زیباتر کنند. البته قبلش باید اتاق را دیده باشید تا بتوانید مناسب‌ترین رنگ و مدل را انتخاب کنید.

قند غسل‌های بزرگتر

بچه‌های ۵ سال به بالا حتما به مهد کودک یا پیش دبستانی می‌روند و همه آن‌ها از لوازم التحریر فانتزی خوش‌شان می‌آید. به طور مثال پاک‌کن‌های طرح‌دار، مدادهای فانتزی، مداد رنگی و وسایل این‌چنینی، هدیه‌های مناسبی برای آن‌هاست. وسایل ورزشی مثل عینک شنا، راکت بندمینتون، تور و توپ بسکتبال و ... هم علاوه‌بر این‌که بچه‌ها را خوشحال می‌کند سبب تحرک و سلامت آن‌ها می‌شود.

کوچولوهایی مهدکودکی

برای بچه‌های ۳ تا ۵ سال می‌توانید هدیه‌های متفاوت‌تری بخرید. خمیربازی یا رنگ انگشتی علاوه بر اینکه بچه‌ها را خوشحال می‌کند

شلوغ‌ترین شهرهاک ایران در ایام نوروز

گروه گردشگری

به نظر می‌آید سفرهای نوروزی در ایران همچون سفره هفت‌سین، در حال تبدیل به یک سنت در نوروز است. فارغ از اینکه تعطیلات در ایران به نسبت متوسطِ تعطیلات در دنیا بسیار زیاد است، اما به هر روی پس از شش ماه مدرسه یا دانشگاه رفتن فرزندان و همین‌طور چندین ماه کارهای بیرون از خانه پدر و مادر، فرصتی برای گذران و مسافرت پدید می‌آید. در کنار این نکته، آغاز فصل بهار و مساعدتر شدن هوا فرصت خوبی برای گردش است.

ایران کشور پهناوری است که دارای جاذبه‌های تاریخی و طبیعی بسیاری است. تعدادی از شهرهای ما هستند که لقب کلان شهر را به خود اختصاص داده‌اند. عوامل متفاوتی باعث توجه مردم برای زندگی به این شهرها شده است که خود بخشی جداگانه دارد. اتفاقی که باعث توجه هر آدمی می‌شود، اشتیاق مردم برای سفر ایام نوروز به این شهرها است. سفر کردن و حال و هوایی عوض کردن حق هر فردی است اما جذب به این شهرهای شلوغ و پرهزینه جای تأمل و تعجب دارد.

مازندران، گیلان، مشهد، کیش، قشم، یزد، اصفهان و شیراز همواره میزبان بیشترین تعداد گردشگران نوروزی هستند. بررسی فروش تورهای گردشگری نوروز ۹۵ نشان می‌دهد که در ایام عید سال آینده گردشگران ایرانی مانند هر سال از تورهای گردشگری شهرهایی مانند مشهد، کیش، قشم برای سفرهای گروهی استفاده می‌کنند. این گردشگران تورها بیشتر در ایامی مانند نوروز سعی می‌کنند تا از خدمات دریافت گروهی بلیت‌های چارتر شده و فروش عمده اتاق‌های هتل بهره ببرند. به همین علت به دفاتر خدمات مسافرتی مراجعه کرده و پکیج

تور را خریداری می‌کنند. دفاتر خدمات مسافرتی نیز در این ایام بیش از ایام دیگر متقاضی دارند. همچنین بررسی‌ها از فروش تورهای گردشگری نشان می‌دهد که چند شهر در کشور بیش از شهرهای دیگر گردشگر به خود می‌بیند.

مشهد

مشهد که پای ثابت زائران است و در این روزها هتل‌هایش پر از مسافر است و اکنون پروازهای نوروزی به سمت مشهد پر شده است. بنابراین کسی که اکنون متقاضی سفر به مشهد است، کمتر می‌تواند بلیت هواپیما پیدا کند و یا از تورهای هوایی بهره ببرد. با این حال تورهای گردشگری نوروزی مشهد در آژانس‌های مسافرتی از ۶۰۰ هزار تومان به بالا نرخ دارند. مشهد، شهری که دارای جمعیتی ۲ میلیون و ۷۴۹ هزار و ۳۷۴ نفری باشد. وجود متبرک حرم امام رضا(ع) و جاذبه‌هایی همچون بازار گوهرشاد و حکیم، موزه نان، مقبره فردوسی و ... عاملی است که مردم بسیاری در ایام نوروز با اشتیاق فراوان سفر می‌کنند. زعفران، زرشک و نبات از مهم‌ترین سوغات این شهر دیدنی است.

اصفهان

از آنجا که اصفهان، شیراز و یزد نیز جزو مهم‌ترین شهرهای گردشگری است، مسافران نوروزی در این ایام از این شهرها نیز دیدن می‌کنند. بنابراین هتل‌های این شهرها نیز همچنان شلوغ است و متقاضی سفر به این استان‌ها بیشتر می‌شود. ولی تورهای گردشگری این شهرها را بیشتر مسافران فرهنگی می‌خرند. از آنجا که این شهرها فاصله کمی از تهران دارند، با اتوبوس‌های مسافرتی نیز می‌توان به آن‌ها سفر کرد بنابراین مسافران تورهای گردشگری به مقصد این سه شهر سعی می‌کنند از قبل هتل خود را رزرو کنند تا به مشکل اقامت در ایام شلوغ عید برخورد نکنند. تورهای گردشگری این شهرها نیز با خدمات بازدید از امکان گردشگری زیادی عرضه می‌شود آن هم به علت تعدد اماکن تاریخی و دیدنی آن‌ها. اصفهان با جمعیت یک میلیون و ۷۵۶ هزار و ۱۲۶ نفر برای اولین‌بار لقب برند گردشگری را در ایران به خود اختصاص داده است. جاذبه‌های گردشگری همچون سی‌وسه‌پل، پل خواجه، کلیسای وانک، پل چوبی، حمام چارچی و شاه علی، عالی قاپو، بازار اصفهان و خانه‌ی طباطبایی و عباسی باعث جذب توریست و مسافر در ایام نوروز است. گز و پولک از جمله سوغات این شهرستان است.

شیراز

شیراز شهر شعر و شاعری که دارای جمعیت یک میلیون و ۴۶۰ هزار و ۶۵۵ نفر است. این شهر که محل

مقبره حافظ، سعدی و خواجهی کرمانی و دارای جاذبه‌هایی همچون آتشکده صمیکان، ارگ کریم خان، باغ ارم و جهان‌نما، موزه پارس، تخت جمشید، پاسارگاد و... است که در ایام نوروز مسافران بسیاری را در خود پذیرا است کلوچه، رب انار، فالوده و نان فسا از سوغات این شهر محسوب می‌شود.

یزد

همچنین یزد شهری با قدمت ۱۷۰۰ ساله است. این شهر قدیمی دارای جمعیت ۴۸۶ هزار و ۱۵۲ نفر است. جاذبه‌هایی چون، بازارهای قدیمی مانند خان، زرگری، قیصریه، افشار و... میدان خان، مسجد فرط و... باعث جذب و اشتیاق مردم به این شهر شده است. قطاب یزد از مهم‌ترین سوغاتی‌های این شهر است.

تبریز

همچنین تبریز شهری با یک میلیون و ۴۹۴ هزار و ۹۸۸ نفر جمعیت اشتیاق به دیدن آناری چون، موزه آذربایجان، عصر آهن، ائل‌گلی، مقبره شهریار، تلخه‌رود و... در ایام بهاری نوروز مردم را به این شهر می‌کشاند. لوز، راحت‌الحلقوم، حلوا گردویی، باقلوا و نقل مغزدار از جمله سوغات این شهر است.

همدان

همدان، شهری با جمعیت ۵۲۵ هزار و ۷۹۴ نفر، در ایام نوروز مسافران بسیاری را پذیرا است همدان یا همان هگمتانه که پایتخت قدیم ایران است دارای جاذبه‌هایی همچون، گنجنامه، تپه هگمتانه، موزه سقال، حمام قلعه، عباس‌آباد، دره مرادیگ، مقبره‌ی ابوعلی سینا و... است. سوغات مهم این شهر نان شیرمال، آبنبات قیچی، نان چای، چای بغداد و ... است.



مسیرهای آتی قشم ایر:

تهران - هامبورگ - تهران
تبریز - هامبورگ - تبریز
تهران - صوفیا - تهران
تهران - بروکسل - تهران

مقاصد پروازی بین المللی از مبدا شهرهای داخلی:

قشم - دبی - شیراز - نجف - شیراز - بغداد
یزد - نجف - مشهد - نجف - مشهد - بغداد
اصفهان - نجف - اصفهان - بغداد - اصفهان - دبی
تبریز - بغداد - ارومیه - بغداد - ساری - بغداد

مقاصد پروازی از مبدا تهران به شهرهای داخلی:

آبادان - اهواز - اصفهان - ارومیه - بندرعباس - بندرچابهار
بندرماهشهر - تبریز - خوی - زابل - زاهدان - سنج - سهند
شیراز - قشم - کرمانشاه - کیش - گرگان - مشهد - یزد

مقاصد پروازی داخلی از مبدا آبادان:

تهران - مشهد

مقاصد پروازی داخلی از مبدا اهواز:

اصفهان - مشهد - تهران

مقاصد پروازی داخلی از مبدا اصفهان:

قشم - بندرماهشهر - کیش - مشهد - اهواز - تهران

مقاصد پروازی داخلی از مبدا بندرعباس:

ساری - تبریز - تهران

مقاصد پروازی داخلی از مبدا بندرماهشهر:

اصفهان - شیراز - مشهد - تهران

مقاصد پروازی داخلی از مبدا تبریز:

شیراز - بندرعباس - تهران

مقاصد پروازی داخلی از مبدا زاهدان:

گرگان - مشهد - تهران



برای شادی زنده هستید

جزو بازیگرانی است که وقتی صحبت از کمدی تلوزیونی و سینمای کمدی به میان می‌آید بدون درنگ نامش و تصویرش از ذهن آدم می‌گذرد. او علاوه بر فعالیت در عرصه هنر و تحصیل این رشته در کشور فرانسه فارغ‌التحصیل رشته روانشناسی از دانشگاه شهید بهشتی نیز است. بنابراین روانشناسی اجتماعی را نیک می‌داند و از این منظر به مقوله طنز و یا به تعبیر بهتر کمدی می‌پردازد. در این سال‌ها مهم‌ترین نکته‌ای که مخاطب ایرانی از او به یاد دارد خنده‌های صادقانه و از ته‌دلی است که او دارد و مخاطب‌اش را هم به آن نوع خندیدن تشویق می‌کند. علی‌رضا خمسه هنرپیشه دوست‌داشتنی کمدی در ایران یک کم‌دین به معنای واقعی کلمه است. علی‌رضا خمسه که به نظر عده‌ای چارلی چاپلین سینمای ایران است می‌گوید انسان‌ها دو سمت دارند. یا در سمت زندگی هستند و یا مرگ. به گفته خودش او به سمت زندگی است. به حق که راست می‌گوید. گفتگوی ما با این هنرمند کشورمان را بخوانید:

▲ **عده‌ای معتقدند آپارتمان شماره ۱۳ اولین کاری بود که شما به صورت جدی از آن وارد عرصه کمدی شدید. بازیگری که علاقه‌مند به بازی در تمامی تیپ‌ها و ژانرها است. از طرفی شما در حافظه هنری مردم ایران به عنوان یک بازیگر کمدی معرفی و تعریف شده‌اید. این یک انتخاب از سوی خود شما بود؟**

البته اولین کار کمدی من آپارتمان شماره ۱۳ نبود. من یک نوع کمیک را همراه خودم وارد همه فیلم‌ها کردم. مثلاً اولین فیلم من که فیلم خیلی جدی هم بود مرگ یزدگرد نام داشت و ساخته بهرام بیضایی بود. شخصیت سرباز در آن فیلم یک شخصیت کاملاً جدی بود. همان موقع که این نقش را بازی می‌کردم بهرام بیضایی مدام از من می‌پرسید چرا می‌خندی؟ دلیلی برای خنده این سرباز نیست. اما به نوعی می‌توان گفت یک گرایش درونی همیشه در من وجود داشت برای اینکه همیشه بخندم و بخندانم. اولین فیلمی که از من، شش یا هفت سال بعد به نمایش در آمد فیلم روز باشکوه کیانوش عیاری بود. کار کتر من در آن‌جا هم نوعی بود که از همان کمیک بهره می‌برد. یعنی آدمی که خیلی جدی بود اما همیشه به همراه من یک کمدی شخصیت بوده. به همین علت در آپارتمان شماره ۱۳ هم همراه من بود. آن کار اولین فیلم من نبود بلکه از اولین آثار من بود که همان کمدی شخصیت همراه خود من، یعنی علی‌رضا خمسه وارد پرسونا یا شخصیت‌های نمایشی شد.

▲ **استاد بیضایی خنده‌های سرباز را به عنوان نقص بازی شما قلمداد نکرد. آیا این به این معنا است که**

این بازیگر، نمی‌تواند در شرایط جدی، بازی کند؟ اصلاً بحث قدرت و ضعف یا آزمون و خطا یا تجربه و بی‌تجربگی نبود. بحث این بود که نیاز روانی همواره همراه من بوده. این یک ویژگی است. چرا که بعدها معلوم شد من می‌توانم نقش‌هایی را بازی کنم که لبخند نداشته باشد. نمونه‌اش فیلم بیست بود که سیمرغ بلورین بهترین نقش مکمل مرد برای من به همراه داشت. این نقش پرسوناژی است که هرگز نمی‌خندد. البته این نشانه ضعف بهرام بیضایی هم نبود. اتفاقاً نشان‌دهنده این است که او این قدرت را داشت که از این موقعیت جدید به نفع فیلم‌اش استفاده کند. یعنی سربازی که حالت‌های «مشنگ» دارد. یعنی با این که کشور دارد از دست می‌رود و نیروهای خارجی به کشور تهاجم کرده‌اند او هنوز لبخند دارد. یعنی یک نوع حماقت را از آن پرسوناژ می‌دید. این نشان می‌دهد کارگردان دگم نیست بلکه آن‌قدر روشن است که می‌تواند سرباز مشنگ را هم در فیلم‌اش داشته باشد. برعکس آن‌چه که خودش فکر می‌کرد. چون کارگردان‌های بزرگ بنا به یک سری موقعیت‌هایی دیدگاه‌هایشان را عوض می‌کنند.

▲ **باور عمومی در جامعه به وجود آمده که بازیگران عرصه کمدی افسرده‌اند. نظر شما در این باره چیست؟**

فرق جامعه‌شناسی با روان‌شناسی در همین‌جا روشن می‌شود. جامعه‌شناس‌ها یک حکم کلی برای یک جماعت می‌دهند ولی روان‌شناس‌ها در مورد تک‌تک آدم‌ها صحبت می‌کنند. باید ببینیم داریم راجع به چه کسی صحبت می‌کنیم.

در مورد چارلی چاپلین یا وودی آلن یا مل بروک یا اکبر عبدی. راجع به کدامیک از اینها داریم صحبت می‌کنیم؟ نمی‌توانیم صحبت کلی کنیم. به نظر من اینطور سوالات درست نیست. سوال را می‌توان این‌گونه طرح کرد که آیا کم‌دین‌ها همان‌طور که خودشان را شاد نشان می‌دهند، خودشان هم آدم‌های شادی هستند؟ پاسخ این است که کم‌دین‌ها مثل انسان‌های دیگر هم شادی را تجربه می‌کنند و هم غم را. آنها هم انسانند. آنها هم تحت تأثیر فشارهای اجتماعی قرار دارند. مثلاً چارلی چاپلین نمی‌توانست همیشه شاد باشد وقتی بی‌عدالتی را می‌دید. همین‌طور کم‌دین‌های معاصر جهان هم نمی‌توانند این‌گونه باشند. وودی آلن هم نمی‌تواند همیشه شاد باشد برای اینکه او هم می‌بیند در جامعه آمریکا چقدر تبعیض وجود دارد. من هم در ایران نمی‌توانم همیشه شاد باشم. کم‌دین‌ها از دیگر مردم حساس‌ترند. شاخک‌های آن‌ها به دلیل نوع فعالیتی که دارند حساس‌تر است. یعنی اگر شما به عنوان یک فرد عادی بی‌عدالتی را ببینید و از کنار آن بگذرید یک کم‌دین اگر همان صحنه را ببیند تا صبح

خواب‌اش نخواهد برد. آنها افسرده‌تر از بقیه نیستند ولی گیرنده‌تر و حساس‌ترند. اگر درباره علی‌رضا خمسه صحبت کنیم باید بگوییم من کلاً آدم شادی هستم. ورزش می‌کنم. آلودگی ندارم. تن‌درست هستم. خانواده خوبی دارم و به آینده امیدوارم. حالا اگر در کنار من فرد دیگری هم وجود دارد که این‌گونه نیست باید برو دکتر.

▲ **اجازه بدهید در اینجا تعبیر من از بابا پنجعلی در سریال پایتخت را مورد بحث قرار دهیم. پیرمردی از طبقه کارگر با نیازهای اساسی یک انسان که بلندگوی جامعه‌اش شده و نماینده آن طبقه گسترده از جامعه. نگاهش به جهان ساده است و حتی در برخی موارد نگاه ساده انگارانه‌اش مخاطب را هم درگیر می‌کند.**

کمدی در همه جای جهان و در همه ادوار تاریخی سخن‌گوی طبقات محروم و زحمت‌کش بوده. کم‌دین‌ها صدای آرزوهای طبقات محروم را به گوش دولت‌مردان و حاکمان می‌رسانده‌اند.

▲ **آیا خنده‌ها رنگ‌های متفاوتی دارند؟**

خنده به نظر من به چند دسته تقسیم می‌شود. یک خنده از سر تفکر است. یعنی مثل من که فکر می‌کنی من که سال دیگر، ماه دیگر، روز دیگر و یا ساعتی دیگر نیستم. حالا که هستم چرا نخندم. یک خنده هست که از روی لا قیدی و بی‌دردی است. این خنده، خنده کودکانه است. بچه‌ها وقتی می‌خندند، خنده‌های‌شان از روی تفکر نیست. ناشی از بی‌قیدی است. یعنی هیچ تکلفی، هیچ مسئولیتی و هیچ دردی و هیچ تعهدی به هیچ کس ندارند. و به همین علت است که می‌خندند. آنها خبر از اخبار هولناک ندارند و برای همین می‌خندند. یک خنده هم هست که از سر بیماری است. همه دیوانه‌های عالم می‌خندند. پس می‌شود بیمار روانی باشیم و بخندیم، می‌توانیم کودک باشیم و بخندیم و می‌توانیم پیرمردی باشیم و بخندیم.

▲ **حرف آخر...**

شاد باشید و بدانید زنده‌اید برای شادی.



گروه گردشگری

سیزده بدر رسم مشترك همه ایرانیان

سیزده بدر یا جشن بدرقه نوروز از مهمترین رسوم مشترك در میان اقوام ایرانی است که طی سالهای اخیر روز آشتی با طبیعت نیز تلقی می شود. ایرانیان از گذشته های دور، با آغاز بهار و ورود به سال جدید و پس از چند روز دید و بازدید و تبریک سال نو، گویا برای تکمیل شادی خود و دور کردن غم و غصه و خمودگی، در روز سیزدهم فروردین ماه، با بیرون آمدن از خانه و پناه گرفتن در طبیعت، مراسم سیزده بدر را اجرا می کنند.

به دامن صحرا و طبیعت رفتن، شوخی و بازی کردن، دویدن، تاب خوردن و در هر حال شاد بودن، از ویژگی های روز سیزده بدر است. گره زدن سبزه به نیت باز شدن گره دشواری ها و بر آورده شدن آرزوها، از دیگر رسوم این روز است.



در مراسم سیزده به در دعا برای بیشتر شدن و به موقع بودن باران در سال جدید وجود داشته که با گذشت زمان این رسم از میان رفته . در ایران کنونی، در این روز همه خانواده ها به گردشگاه های خارج از شهر می روند و به گردش در گلزارهای زیبا و باغ ها می پردازند. کودکان و نوجوانان نیز با هم به بازی و ورزش های دسته جمعی می پردازند.

جشن زایش انسان ها

در تقویم ایرانی، نخستین دوازده روز سال، «جشن زایش انسان ها» ، تمثیلی از دوازده هزار سال زندگی و نبرد با اهریمن است و روز سیزدهم تمثیلی از هزاره سیزدهم و آغاز رهایش از جهان مادی است، به همین دلیل نیز، روز سیزدهم که در واقع نمادی از زندگی انسان در پردیس است، متعلق به ستاره باران انگاشته می شد، زیرا نزول باران بهاری باعث سرسبزی و طراوت زمین شده و نمایی از بهشت را به وجود می آورد. این اعتقاد در ایران باستان موجب می شد، سیزدهم نوروز، روز ویژه طلب باران بهاری برای کشت زارهای نوید، انگاشته شود.

دروغ سیزده

از دیگر رسم های شوخی آمیز روز سیزده که مشخص نیست نخست از کجا آغاز شده، دروغ روز سیزده است. چنان که اروپاییان نیز روز اول آوریل که به روز سیزده فروردین ایرانیان بسیار نزدیک است (هر چهار سال یک بار سیزده فروردین و اول آوریل برابر می شوند) این رسم را دارند.

سال آمده است و پس از این دوره جهان بسته می شود و انسان هایی که وظیفه آنها در جهان هستی، جنگ علیه اهریمن است با سپری شدن این دوازده هزار سال و ظهور سوشیانس، ناجی موعود، سرانجام به پیروزی و ظفر می رسند و در هزاره سیزدهم تحت راهنمایی سوشیانس در بهشت به زندگی خود ادامه می دهند. به نظر می رسد عدد دوازده از بروج دوازده گانه گرفته شده باشد، که آگاهی نسبت به آنها می تواند نشان از وسعت دانش ایرانیان در آن زمان به علم ستاره شناسی داشته باشد. فلسفه سیزده بدر در ایران باستان ایرانیان باستان اعتقاد داشتند که عدد ۱۳ نحس است، ایرانیان باستان این روز (۱۳ فروردین) را در طبیعت به جشن شادی می پرداختند تا بدین وسیله خود را از نحسی آن حفظ کنند . از آداب این روز می توان به گره زدن سبزه و دور انداختن یا به قولی به آب دادن سبزه اشاره کرد . در گذشته دختران و پسران دم بخت سبزه ها را گره می زدند و آرزو می کردند تا در سال جدید تشکیل خانواده دهند البته گره زدن تنها مختص دختران و پسران دم بخت نیست و همه می توانند سبزه های گره زده و آرزو کنند . عقیده بر این بوده است که وقتی گره باز شود ، مشکلات حل شده و آرزو بر آورده می شود . دور انداختن سبزه ها هم به این دلیل بود که ایرانیان باستان عقیده داشتند بدی ها و مریضی ها در این سبزه جمع شده و با به آب دادن یا به دور انداختن آن این پلیدی ها و مریضی ها را از خود دور می کردند . در ضمن این روز متعلق به خدای باران است و

این باور همگانی چنان است که اگر خانواده ای نتواند به علتی تمام روز را به باغ و صحرا برود، به ویژه با دگرگونی های جامعه شهری امروز، در بعد از ظهر روز سیزدهم، حتی برای زمان کوتاهی هم که شده از خانه به باغ یا گردشگاهی عمومی می رود. این سنت با فراگیری خود در کل پیکره اجتماعی ایران یک اسطوره معنایی در سطح وسیع اجتماعی به وجود آورده است. یکی از ابعاد تعلیمی قرآن، تاکید بر بعد تربیتی آن است و در آیاتی که ذکر آن رفت، از مخاطبان خود و به خصوص مسلمانان می خواهد از محیط محدود اطراف زندگی خویش، خارج شده و به سیر و سیاحت جهان پهناور بپردازند، در اعمال و رفتار اقوام دیگر و پایان کار آنها ببینند و از این رهگذر اندوخته پر ارزشی از آگاهی و عبرت برای خود و البته آیندگان فراهم سازند. در فرهنگ ایرانیان کهن سیزده ماه فروردین به روز سیزده بدر نام گذاری شده و از آنجا که این روز را نحس می دانند و برای بیرون کردن نحسی از خانه و کاشانه خود، کنار جویبارها و سبزه ها می روند و به شادی می پردازند. هر چند تاکنون هیچ پژوهشی نحس بودن روز ۱۳ فروردین را به اثبات نرسانده، اما در فرهنگ اساطیری بسیاری از ملل، عدد ۱۳ نحس است و از نگاه آنها این بدان خاطر است که در این روز اتفاقات ناگواری رخ داده که اگر در خانه و یا یک مجموعه مسقف نمی مانند، شاید از میزان خسارات یا تلفات جانی آن کاسته می شده است.

نگاه اساطیر به سیزده

در اساطیر ایران، عمر جهان هستی دوازده هزار

کامل ترین سرویس تحصیل در

انگلستان

چین و آفریقای جنوبی

پزشکی، دندانپزشکی، داروسازی

● موسسه سفیر ساعی با داشتن مجوز وزارت علوم، تحقیقات و فن آوری با پشتوانه بیش از یک دهه تجربه در زمینه اعزام دانشجو به خارج از کشور، خدمات لازم را به منظور فراهم نمودن بسترهای مناسب برای رشد همه جانبه و هماهنگ دانشجویان و دانش آموزان از پیش دبستانی تا مقطع دکترا به کار می گیرد.

● خدمات موسسه سفیر ساعی:

- مشاوره حرفه ای رایگان در تمامی مقاطع تحصیلی توسط کارشناسان متخصص
- تضمین اخذ پذیرش از برترین کالجها و دانشگاهها
- برگزاری کارگاههای تخصصی با حضور نمایندگان کالجها و دانشگاهها
- گارانتی ویزا، پرداخت بعد از اخذ ویزا
- خدمات ویزای VIP برای اعضای خانواده
- ارائه خدمات بعد از ویزا

● موسسه سفیر ساعی می تواند اخذ پذیرش شما را در دوره های زیر تضمین نماید:

- GCSE دوره های معادل دبیرستان.
- A-level دوره های ۱ یا ۲ ساله معادل پیش دانشگاهی.
- Foundation دوره های ۱ ساله پیش دانشگاهی.
- Bachelor دوره های ۳ ساله لیسانس.
- Master دوره های ۱ ساله فوق لیسانس.
- PhD دوره های ۳ ساله دکترا.
- Pre-Master دوره های ۶ یا ۹ ماهه آمادگی فوق لیسانس.
- Pre-PhD دوره های ۶ یا ۹ ماهه آمادگی دکترا.



متخصص اعزام دانشجو یا مجوز وزارت علوم، تحقیقات و فن آوری



@safirsayeeins
safirsayee.com
instagram.com/study.in
@ info@safirsayee.com

اطلاعات تماس:

تهران، میدان ونک، ابتدای خ ونک، برج آسمان ونک طبقه ۸، واحد ۸۰۴

تلفن: ۰۲۱-۸۸۱۹۱۵۴۵ — دورنگار: ۰۲۱-۸۸۶۵۲۸۴۴



بهش می‌رسه

بهبودی کامل ۵۶۰۰ کودک، فقط حاصل کمک‌های ارزشمند شماست. ۲۵ سال است متعهد شده‌ایم با کمک‌های شما بهترین خدمات را به تمام کودکان مبتلا به سرطان ایران برسانیم، تا با همراهی‌تان کودکان بیشتری هر روز به آرزویشان برسند.

شماره کارت: ۰۵۹۰-۹۹۵۰-۹۹۱۱-۶۰۳۷

☎ ۰۲۱-۲۳۵۴۰ # ۰۷۳۳*۲۳۵۴۰

شماره بازدید از محک: ۰۲۱-۲۳۵۰۱۲۱۰

از اینکه به کودکان محک توجه می‌کنید، سپاسگزاریم.

محک
مؤسسه خیریه حمایت از
کودکان مبتلا به سرطان
mahak-charity.org



کاملترین سرویس تحصیل در خارج
دارای مجوز از وزارت علوم، تحقیقات و فناوری

پزشک. دندانپزشک.

چین

奖学金在中国

STUDY IN CHINA

به زبان انگلیسی

پذیرش
Sep
2017

بورسیه فوق لیسانس و دکتری
در دانشگاه‌های مورد تأیید



تهران، میدان ونک، برج آسمان تلفن ۰۲۱-۸۸۱۹۱۵۴۵
www.safirsayee.com

ASHKAN GRAPHIC 09121538084

مراقب اختلالات روانی در نوروژ باشید

دکتر عاطفه قنبری- گروه سلامت

آماده شدن برای عید نوروز علاوه بر حس خوب و ذوق و شوق شروع سالی نو، استرس‌زا نیز هست چون معمولاً فشار کار در مشاغل مختلف بیشتر می‌شود. از سوی دیگر، تدارک هزینه‌های سال نو و آماده‌سازی خانه یا به عبارتی خانه‌تکانی نیز می‌تواند اضطراب و استرس را بیشتر کند. این استرس با اینکه یک استرس مثبت محسوب می‌شود، به هر حال استرس است. همین عوامل باعث می‌شود افراد مستعد یا دچار بیماری‌های روانی شوند یا بیماری‌شان تشدید شود. نوروژ به وسواسی‌ها صدمه می‌زند

آماده شدن برای نوروژ می‌تواند برای افراد دچار وسواس بسیار آسیب‌زا باشد. به عنوان مثال این افراد در خانه تکانی فشار زیادی را متحمل می‌شوند چون نمی‌توانند از دیگران کمک بگیرند و خودشان مجبورند همه کارها را انجام دهند و برخی کارها را بارها و به کرات باید انجام دهند که باعث فشار بر دیگر اعضای خانواده و خود فرد می‌شود.

بهار مقصر است

گاهی اوقات فصل بهار، موجب عود برخی بیماری‌ها مثل اختلالات خلقی فصلی می‌شود. به‌طور مثال افرادی که به اختلال دوقطبی مبتلا هستند در این فصل دچار عود حملات شیدایی می‌شوند. به همین دلیل این افراد باید کنترل بیشتری بر مصرف دارو داشته باشند.

وقتی نظم خواب از دست می‌رود

در ایام نوروژ برنامه خواب افراد به هم می‌رود چون کار روزانه در روزهای اول وجود ندارد و لازم نیست



را شخصی‌سازی و به این موضوع تمرکز کرد که عمدی در بیان جمله به فردی خاص و جود دارد و نباید آن را بی حرمتی درنظر گرفت

سفر بهداشت روانی ایجاد می‌کند

با وجود این‌که سفر در همه حال توصیه شده و سفرهای نوروزی جزئی اساسی از برنامه‌های اغلب ایرانیان است اما می‌تواند برای بسیاری از افراد مساله ساز باشد از جمله افراد وسواسی. این افراد در سفر برای رعایت بهداشت فردی اغلب دچار مشکل می‌شوند چون نمی‌توانند هر جایی بخوابند یا از هر سرویس بهداشتی‌ای استفاده کنند و این موضوع آنها را اذیت می‌کند. در سفر هم رعایت ساعت خواب به سلامت فرد روانی فرد کمک شایانی می‌کند.

به همین دلیل توصیه می‌شود افراد ۷- ۶ ساعت خواب در شبانه‌روز داشته باشند. از سوی دیگر، متأسفانه در کشور ما استرس‌های جاده‌ای هم می‌تواند باعث بروز برخی اختلالات روانی شود. به عنوان مثال تصادفات حتی اگر باعث صدمه جسمی نشود می‌تواند باعث صدمه روانی شود. به عنوان مثال تصادفات حتی اگر باعث صدمه جسمی نشود می‌تواند باعث صدمه روانی شود. اختلالی وجود دارد به نام اختلال استرس بعد از حادثه که خیلی اوقات پس از برخی حوادث بروز می‌کند.

رژیم غذایی مساله‌ساز می‌شود

بسیاری از خانم‌ها اعتماد به نفس‌شان به ظاهرشان بستگی مستقیم دارد و برخی از آنها دچار تصویر بدن مختل هستند. متأسفانه در ایام عید درباره ظاهر افراد زیاد اظهارنظر می‌شود و این صحبت‌ها می‌تواند افراد را بسیار اذیت کند و افراد مستعد این نوع استرس اذیت شوند. بهتر است این فرهنگ جا بیفتد که افراد در دیدار با یکدیگر انرژی مثبت و صحبت‌های مثبت بین خودشان رد و بدل و کمتر درباره ظاهر یکدیگر اظهارنظر کنند.

در یک ساعت مشخص بخوابند و بیدار شوند. معمولاً خانواده‌ها تا ساعت‌ها بعد از نیمه شب دور هم هستند و همین کار باعث کاهش خواب می‌شود. کمبود خواب برای افرادی که دچار اختلال دوقطبی هستند می‌تواند باعث شعله‌ور شدن بیماری شود.

غفلت از بیماری

بسیاری از افرادی که دچار اختلال روانی هستند در ایام عید آنقدر درگیر دید و بازدید و مسافرت می‌شوند که مصرف داروهایشان را فراموش می‌کنند و همین فراموشی می‌تواند مشکلات را افزون‌تر کند و وخیم شدن بیماری را دنبال داشته باشد. البته نوروژ برای بیماران جنبه‌های مثبتی هم دارد چون با شادی همراه است و شادی هم سلامت روان را دنبال دارد

افسرده‌هایی که تنهایی می‌خواهند

برخی افراد دچار افسردگی یا مبتلا به اختلالات دیگر، ممکن است دچار انزوای اجتماعی باشند و همین مساله، رفت‌وآمد را برای آنها سخت می‌کند. اگر بیماری هست که این حالت‌ها را دارد، نباید او را تحت فشار قرار دارد که حتما در جمع حضور داشته باشد اما اگر بیمار بتواند همکاری کند، کنار دیگران بودن، به بهبود خلق او کمک می‌کند.

تعارفاتی که دست و پاگیر می‌شود

در فرهنگ ما تعارف زیادی وجود دارد، یعنی اگر کسی خیلی تعارف کند، بیشتر پسندیده است تا اینکه فرد رودربایستی نکند و حرف‌اش را بزند و همین مساله باعث استرس در خانواده‌ها می‌شود. بسیاری از خانواده‌ها در این ایام رفت‌وآمدهایی که باب طبع‌شان نیست، انجام می‌دهند و به همین دلیل باید این جراتمندی در افراد ایجاد شود تا بدون خشم و با ادب حرف دل‌شان را بزنند و نه گفتن را یاد بگیرند. البته ذکر این نکته ضروری است که همان‌طور که افراد برای رفع استرس باید نه گفتن را یاد بگیرند، همان اندازه هم باید توانایی نه شنیدن را داشته باشند و این دو لازم و ملزوم یکدیگرند.

به طور کلی، در این نه گفتن و نه شنیدن نباید مساله

گروه گردشگری

کم هزینه‌ترین شهرهاک ایران در نوروز

هر کدام از این شهرها سوغاتی و صنایع دستی مخصوص به خود را دارد. نکته‌ای که باید به آن توجه کرد این است که از بین این شهرها کدام یک در این ایام کمترین هزینه را برای مسافر رقم می‌زند و به عنوان شهر ارزان می‌توان از آن اسم برد یکی از دغدغه‌های این روزهای مردم سفر کردن در ایام نوروز است. اما چیزی که قابل تأمل است هزینه این سفرهاست. نوروز ایامی است که اوج سفرهای مردم به شهرهای مختلف ایران آغاز می‌شود. هر فردی که قصد سفر به مکانی داشته باشد، با توجه به ملاک‌های سفر مانند اقامت، خرید، تفریح و.. شهری را برای سفر انتخاب می‌کند. حال چیزی که باید به آن توجه و تأمل کرد این است که هزینه سفر به چه شهرهایی به صرفه تر از دیگر شهرهاست؟کشوری مثل ایران که دارای تمدن و فرهنگ چشمگیری است، شهرهای کوچک و بزرگ بسیاری دارد که در آن‌ها شاهد جاذبه‌های گردشگری هستید. هر کدام از این شهرها سوغاتی و صنایع دستی مخصوص به خود را دارد. نکته‌ای که باید به آن توجه کرد این است که از بین این شهرها کدام یک در این ایام کمترین هزینه را برای مسافر رقم می‌زند و به عنوان شهر ارزان می‌توان از آن اسم برد.

بوشهر

بوشهر، شهری‌است که دارای جاذبه‌های دیدنی بسیاری است که از جمله آن می‌توان به موزه رئیس‌علی دلواری، قلعه نصوری، رافائل، سحانتیر، گنبد نمکی جاشکف موزه دریانوردی خلیج فارس و ری شهر اشاره کرد.سوغاتی‌های زیادی در این شهر است که خرما، ارده، حلوائ سنگک، خارک پخته، ماهی از جمله آن‌هاست. هزینه سفر ۳ تا ۴ روزه به این شهرستان حدود ۹۰۰ هزار تومان است.

تفرش

تفرش شهری زیبا که دارای جاذبه‌های طبیعی بسیاری است. از این جاذبه‌های گردشگری می‌توان به آبشار قطره باران، روستای خانک، روستای طلاد، آب انبار بلور، چشمه آب معدنی گراو، مسجد جامع شش ناو و غار امچک اشاره کرد. از سوغات این شهرستان، گردو، بادام، نان تندی، شیرینی خانگی و عسل می‌توان نام برد. در این شهرستان افراد نامور و معروفی همچون پروفسور حسایی و پروفسور سحایی زیسته است. شما برای سفر به این مکان زیبا می‌تواند تنها با ۷۰۰ تا ۸۰۰ هزار تومان سفر کرده و دیدن نمایید.

بروجرد

بروجرد شهر دیگری است که دارای جاذبه‌هایی همچون پل قلعه حاتم، گلدشت، روستای دره صیدی، کرکیخان و موزه مردم‌شناسی است. کلوچه روغنی، نان گوشه‌ای و خشکبارها از جمله سوغاتی‌های این شهرستان است. برای سفر به این شهرستان فقط ۵۰۰ تا ۶۰۰ هزار تومان کافی است.

کاشان

شهر گل و گلاب، کاشان شهری که جاذبه‌هایی همچون مسجد جامع، مسجد آقا بزرگ، آتشکده نیاسر، غار تالار، کاروانسرای مرتجاب، باغ و حمام فین دارد. از سوغات این شهرستان می‌توان به کلوچه، گلاب و روغن نباتی اشاره کرد. هر مسافری در ایام نوروز با هزینه ۵۰۰ تومان می‌توانند از این شهرستان به مدت ۳تا ۴ روز دیدن نمایند.

محلات

محلات از دیگر شهرهایی است که به شهر گل معروف است. مردم با هزینه‌ای حدود ۶۰۰ هزار تومان می‌توانند از این شهرستان دیدن کنند.چشمه

آبگرم، ستون‌های خورهه، آتشکده آتشکوه، قلعه آقاخان و غار آزادخان از جمله جاذبه‌های این شهرستان است. از مراسم‌های دیدن این شهرستان اهواهو است. سوغاتی محلات حلواشکری و حلوا ارده است.

تویسرکان

تویسرکان، شهرستانی کوهستانی که دارای جاذبه‌های تاریخی و طبیعی بسیار است. شما در این شهرستان می‌توانید از مکان‌هایی همچون حیقوق نی، قلعه اشتران، حمام زرمان، باغوا و سیراب، درخت ۳۰۰ ساله چنار و بازارها دیدن کنید. هرکسی که قصد سفر به این شهرستان را داشته باشد، با ۴۰۰ تا ۵۰۰ هزار تومان می‌تواند به مدت ۳ تا ۴ روز از این شهر دیدن کند.

سرعین

سرعین دیگر شهرستانی است که دارای جاذبه‌هایی همچون آبگرم، سیلان، بش باجیلار و گاومیش گلی، دهکده صخره‌ای باستانی و بندر کلخوران. پیست اسکی است.سوغات معروف این شهر عسل و حلوائ سیاه است. شما با ۸۰۰ تا ۹۰۰ هزار تومان می‌توانید یک سفر ۳ تا ۴ روزه در ایام نوروز به این شهرستان داشته باشید. بندر خارک از دیگر شهرهای دیدنی و گردشگری کشورمان است.

بندر خارک

صخره کند و نرده‌های سنگی و قرار گرفتن بندر در کنار دریای خلیج فارس از جاذبه‌های این شهرستان است. یکی از ویژگی‌های بندر خارک وجود آب شیرین فراوانش است. شما با ۹۰۰ هزار تا ۱۰۰۰۰۰۰ تومان می‌توانید سفری پرخاطره به این شهر داشته باشید.

نوش آباد

نوش آباد شهری زیبا که در استان اصفهان واقع شده است. شهر زیرزمینی اویی در این شهرستان واقع شده است. معماری بی‌نظیر این شهرستان هر فردی را مجذوب خود می‌کند. جاذبه‌هایی همچون پل اسحاق آباد، قلعه خشتی فرزین، بقعه رقیه بانو، آب انبار جاله‌سی، مریز، دربریگ و زیارتگاه فیض آباد این شهر را دیدنی تر کرده است. صنایع دستی این شهرستان زبانزد خاص و عام است. از این صنایع می‌توان به جولابافی اشاره کرد. شما تنها با ۷۰۰ تا ۸۰۰ هزار تومان می‌توانید به دیدن این شهرستان بروید.

طارم

طارم از دیگر شهرستان‌هایی است که در آن جاذبه‌های طبیعی بسیار است. این شهرستان دارای جاذبه‌هایی همچون آتشکده‌های تشویر، سانسیز، پیرچم، قوهیجان، قلعه‌های سمیران، آبشار هشترخان و باغ‌های سرسبز و زیبا است. سوغاتی‌های این شهرستان شامل برنج، سیر، انار، زیتون، طالبی، انجیر، فندق و.. هستند. شما برای سفر به این شهرستان تنها ۷۰۰ تا ۸۰۰ هزار تومان هزینه می‌کنید.

اتفاق جالبی که این روزها شاهد آن هستیم شوق و نشاط مردم برای سفر در ایام نوروز است. تبلیغات بر روی شهرهایی همچون، شیراز، اصفهان، مشهد، کیش، همدان و امثال اینها برای سفر در ایام نوروز به حدی زیاد است که اکثر مردم به این باور رسیدند که تنها مکان‌های توریست پذیر ما این شهرها هستند و با هزینه‌های بسیار به این کلان شهرها سفر می‌کنند. این در حالی است که مردم با کمترین هزینه می‌توانند به شهرستان‌های کوچک ولی پر جاذبه سفر کنند.



غروب زیبای آسمان شیراز
ارسالی از جناب آقای رفیعی همکار قشم ایر



حضور جناب آقای صراف زاده، رئیس ایستگاه های داخل و خارج شرکت قشم ایر در کنار همکاران حراست و ایستگاه مشهد - ارسالی از جناب آقای احمدی همکار قشم ایر



عکس ارسالی از
جناب آقای کمالی همراه قشم ایر



فرودگاه تبریز- هواپیمای EP-FQN
ارسالی از جناب آقای محمدی همکار قشم ایر



هواپیمای RJ در فرودگاه ارومیه
ارسالی از جناب آقای اکبری همکار قشم ایر



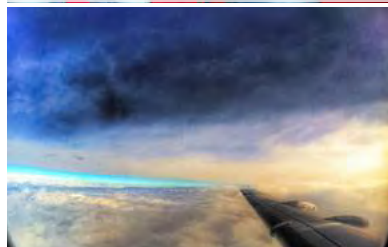
مسافر کوچولو دوست داشتنی پرواز گرگان- زاهدان قشم ایر
ارسالی از سرکار خاتم ورمزیار همکار قشم ایر



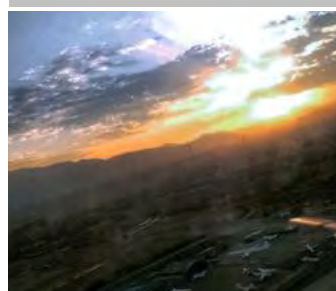
ارسالی از
جناب آقای سیدحسین همکار قشم ایر



چک سنگین فوکر ۱۰۰ قشم ایر- فرودگاه شهید هاشمی نژاد مشهد مقدس
ارسالی از جناب آقای فولادی راد همکار قشم ایر



عکس ارسالی از
جناب آقای علی کریمی همراه قشم ایر



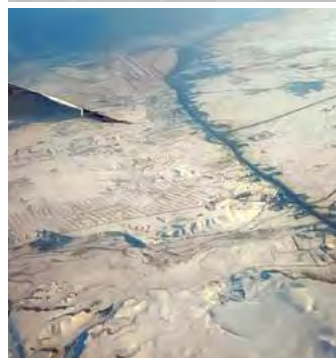
عکس ارسالی از
جناب آقای نعمت پور همکار قشم ایر



جمع صمیمانه همکاران ترافیک مهرآباد با حضور رئیس محترم ایستگاه مهرآباد
ارسالی از جناب آقای توری همکار قشم ایر



بر فراز دماوند- پرواز بندرعباس- ساری
ارسالی از جناب آقای افشاری همکار قشم ایر



فرودگاه تبریز در دور دست ها- (توک بال به سمت بالا فرودگاه تبریز میباشد)- ارسالی از جناب آقای اکبری همکار قشم ایر



عکس ارسالی از
جناب آقای کریمی همکار قشم ایر



طلوع زیبای خورشید بر فراز ابرها
ارسالی از جناب آقای اکبری همکار قشم ایر

همراهان هواپیمایی قشم

کتاب تانگام قشم ایر یک ساله شد:

با همراهی مسافران گرامی و پرسنل ترافیک قشم ایر کاتال قشم ایر به عنوان یکی از راههای ارتباطی با روابط عمومی شرکت، یک ساله شد. عکسهای زیبا و پسر انرژی شما همراهمان همیشه قشما، زینت بخش پروازهای شرکت است و امیدواریم بتوانیم شاهد تصاویر بیشتری از تست لحظه های زیبای پرواز با قشم ایر باشیم.

<https://telegram.me/QeshmAir>



ارانش بر فراز ایرهاتفانی نیست- مسافر کوچولو قشم ایر- زینکا مولایی
پرواز مشهد- ماهشهر قشم ایر - ارسالی از جناب آقای خاکی همکار قشم ایر



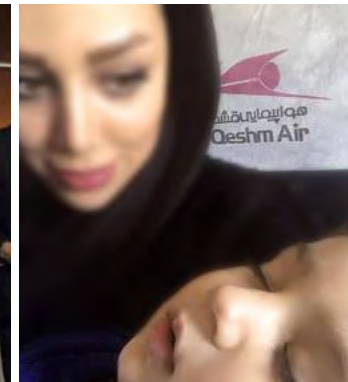
حضور هنرمند به نام آواز ایران جناب آقای سالار عقیلی در پرواز
تهران- اصفهان قشم ایر- ارسالی از سرکار خاتم خاتم همکار قشم ایر



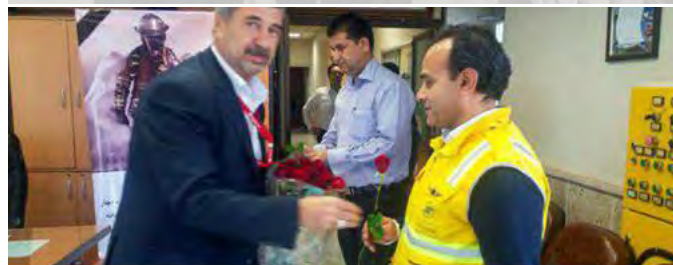
قشم ایر میزبان مجری توانمند و خوش اخلاق ورزشی، محمد حسین
مجتبی- پرواز تهران- ارسالی از جناب آقای خاکی همکار قشم ایر



آیت الله احمدی شاهرودی عضو مجلس خبرگان رهبری مسافر هواپیمایی قشم- مسیر آبادان- تهران
ارسالی از جناب آقای انصاری همکار قشم ایر



سام کوچولو در پرواز سندج قشم ایر
ارسالی از سرکار خاتم طاهری همکار قشم ایر



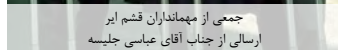
آماده سازی فوکر ۱۰۰- در آشیانه آسمان مشهد
ارسالی از جناب آقای اولی- همکار قشم ایر



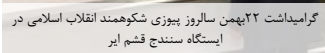
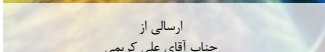
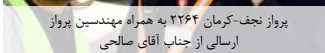
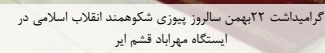
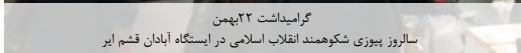
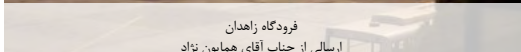
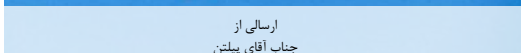
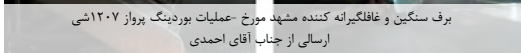
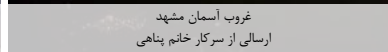
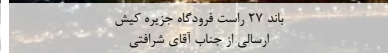
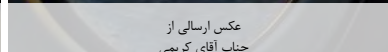
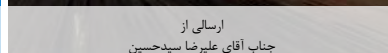
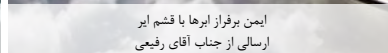
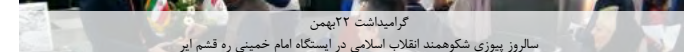
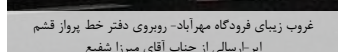
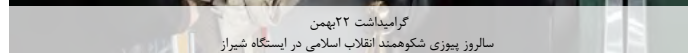
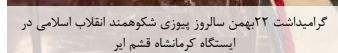
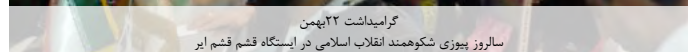
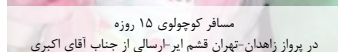
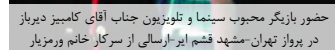
مسافر کوچولو قشم ایر
ارسالی از جناب آقای اکبری همکار قشم ایر



استاد ابوشیروان روحانی در پرواز اصفهان
ارسالی از جناب آقای رفیعی همکار قشم ایر



بام محبت آمیز مسافرگرمای قشم ایر، گوینده رادیو، آقای علیرضا کنگرلو و تشکر از خلبان و کروی پروازی



Qeshm Air News

•First flight of Qeshm Air on Tehran-Gorgan

In the middle of February (With the beginning of Esfand), the first flight of this company confirmed to Gorgan by landing of Fokker 100 aircraft on Gorgan International Airport.

According to Qeshm Air Public Relations Department, the company decided to make Tehran – Gorgan route for citizens'convenience and welfare in Gorgan city, also for the development of flight lines.

This flight in Tehran -Gorgan is doing every night and after an overnight stop at Gorgan international airport, Qeshm Air's aircraft will fly to Tehran Mehrabad International Airport next morning .



•Mobilization of Media WiFi system in Qeshm Air fleet

Qeshm Air has the plan of using Media WiFi system on long-range routes, for the welfare of passengers from time to time.

By this technology, passengers can use data bank and stored information content on this system, for free in the form of audio and video and long and short films, news content, music videos, entertainment and educational programs, advertising and ..., are classified by activating the appropriate software on your mobile devices or other devices with the same usage , without the need to activate the internet and with full respect for safety.

According to the Public Relations Department of Qeshm Air, this system is under concession of an Iranian company which is initiated by utilization of local experts abilities and after success in completion of concerned tests, currently is in the final stages of obtaining the necessary permits from the Civil Aviation Authorities.

In this regard, in the first phase , there is the possibility of taking advantage of Media WiFi system for specific type of Airbus passengers and Qeshm Air will provide this opportunity for the whole fleet in the near future .

•RCA training session at the level of senior management

According to the Public Relations Department of Qeshm Air, RCA training course (ROOT CAUSE ANALYSIS skills) was held at senior management level with CEO, Mr. Mahmoud Shekarabi and all the Qeshm Air deputies and independent managers presence at the Training building site, within 16 hours from 20/11/95 until 21/11/95 by Masoud Eskandari, Qeshm Air flight safety management expert.

It can be said that according to inserted requirements in international organizations rules , ICAO , IATA and EASA , ROOT CAUSE ANALYSIS skill (RCA) is one of the fundamental and initial factors of management in aviation operations which senior and key managers will study the main factors of the events closely by using this technic and avoid further events and prevent re-occurrences in various aspects of flight operations by CORRECTIVE ACTION PLAN and issuing the appropriate implementation mechanisms .

Considering that Qeshm Air is as the first Iranian airline which obtained EASA TCO license, using RCA technique at all levels of the company, is especially important.

Therefore, RCA specialized committees have held in all the company's parts by safety management and concerned training courses have arranged and implemented by training management and human resources improvement at two levels of senior and Mid-level managers in 1395.

It is worth noting nowadays aviation companies management method in the world prioritizes the safety of flights and identify risk factors before the events.

Which is a useful tool to predict operational incidents that is possible in flights, will be review previous events by RCA techniques.



•Modernization of Qeshm Air's transport fleet's vehicles

According to the Public Relations Department of Qeshm Air, the company has provided 20 Hyundai Tucson(2017) vehicles to modernize its transport fleet's vehicles.

In this way and in order to provide better services for colleagues, specialized training courses for the company's drivers have been held.

It needs to be noted that Qeshm Air's transport fleet is responsible for providing services to colleagues in headquarters units in possession of the latest model Tucson cars, Peugeot Pars, Samand and Hayes, in addition to transportation of Qeshm Air crew.



FERRE

Milano

SWISS MADE



شرکت توسعه کالای دماوند
Damavand Product Development Co.
www.dpdgrp.com

فره میلانو ساخت سوئیس

MAURICE LACROIX

Manufacture Horlogère Suisse



AIKON COLLECTION
#BEYOURAIKON

YOUR TIME IS NOW.



شرکت توسعه کالای دماوند
Damavand Product Development Co.
www.dpdgrp.com

موریس لاکوا

نام فروشگاه های تهران:

۱- Elite House - شهرک غرب- مرکز خرید گلستان :۸۸۰۸۸۳۰۹

۲- شهر الیت- فلکه اول تهرانپارس - مرکز خرید سپید :۷۷۸۷۰۲۴۸

۳- شهر الیت- میدان ولیعصر - ابتدای بلوار کشاورز :۸۸۹۰۷۰۷۹

۴- گالری- آریا زمان- کاوه شمالی - انتهای کاوه :۲۲۶۷۴۰۱۵

۵- گالری کاندینو- شهرک غرب - میلاد نور :۸۸۰۸۵۲۴۷

۶- گالری کاندینو- شهرک غرب - خ ایران زمین - مرکز خرید گلستان :۸۸۰۸۰۹۱۳

۷- گالری لسانی- تجریش - حدفاصل میدان قدس و ولیعصر :۲۲۷۱۰۱۳۸

۸- گالری زرین-۲- خ گاندی :۸۸۷۸۴۱۹۳

نام فروشگاه های سایر استان ها:

اصفهان

۱- نمایشگاه ساعت حاج مبالغ - سیتی سنتر :۳۱۳۶۵۱۷۸۶۷

شیراز

۲- نمایشگاه احدی - خیابان ستارخان :۷۱۳۶۴۸۱۷۳۴

مازندران - کلارآباد

۳- شهر الیت - کلارآباد - نبش شهرک امیردشت- تلفن:۱۱۶۶۵۶۰۶۴۵

مشهد

۴- شهر ساعت- هفت تیر- برج آرمیتاژ :۵۱۳۸۶۵۱۰۵۲

نام فروشگاه های تهران:

۱- Elite House - شهرک غرب- مرکز خرید گلستان :۸۸۰۸۸۳۰۹

۲- شهر الیت- فلکه اول تهرانپارس - مرکز خرید سپید :۷۷۸۷۰۲۴۸

۳- شهر الیت- میدان ولیعصر - ابتدای بلوار کشاورز :۸۸۹۰۷۰۷۹

۴- گالری کاندینو- شهرک غرب - میلاد نور :۸۸۰۸۵۲۴۷

۵- گالری کاندینو- شهرک غرب - خ ایران زمین :۸۸۰۸۰۹۱۳

۶- گالری افشاری- میدان تجریش - مرکز خرید قائم :۲۲۷۱۴۵۲۳

۷- گالری شهر ساعت- خیابان کریم خان زند :۸۸۹۱۹۷۶۲

۸- گالری زرین-۲- خ گاندی :۸۸۷۸۴۱۹۳

۹- گالری افشاری- اتوبان ستاری - مجتمع کوروش :۴۴۹۷۲۰۶۲

۱۰- گالری کاندینو- میدان محسنی - پاساژ گنجینه محسنی :۲۲۹۲۴۸۱۹

نام فروشگاه های سایر استان ها:

اصفهان

۱- نمایشگاه ساعت حاج مبالغ - خیابان توحید :۳۱۳۶۲۵۷۴۵۱

۲- نمایشگاه ساعت حاج مبالغ- سیتی سنتر :۳۱۳۶۵۱۷۸۶۷

۳- نمایشگاه ساعت حاج مبالغ - چهارباغ بالا :۳۱۳۶۶۶۲۱۲۰

۴- نمایشگاه ساعت حاج مبالغ - خیابان نظر شرقی :۳۱۳۶۲۶۰۳۷۶

شیراز

۵- نمایشگاه احدی - خیابان ستارخان :۷۱۳۶۴۸۱۷۳۴

مازندران - کلارآباد

۶- شهر الیت - کلارآباد - نبش شهرک امیردشت- تلفن:۱۱۶۶۵۶۰۶۴۵

کرج

۷- نمایشگاه ساعت جواهریان - جهان شهر :۲۶۳۴۴۸۳۶۱۱

مشهد

۸- شهر ساعت- بلوار سجاد :۵۱۳۷۶۴۷۷۷۱

۹- شهر ساعت- هفت تیر- برج آرمیتاژ :۵۱۳۸۶۵۱۰۵۲

امور مشتریان:۰۲۱-۸۸۶۶۵۸۰۷-۹
instagram/dpdgrp

امور مشتریان:۰۲۱-۸۸۶۶۵۸۰۷-۹
instagram/dpdgrp

roberto cavalli

by FRANCK MULLER



شرکت توسعه کالای دماوند
Damavand Product Development Co.
www.dpdgrp.com

روبرتو کاوالی
توسط فرانک مولر

ROCHAS

PARIS



شرکت توسعه کالای دماوند
Damavand Product Development Co.
www.dpdgrp.com

روشاس

نام فروشگاه های تهران:

- ۱- شهر الیت- فلکه اول تهرانپارس - مرکز خرید سپید: ۷۷۸۷۰۲۴۸
- ۲- شهر الیت- میدان ولیعصر - ابتدای بلوار کشاورز: ۸۸۹۰۷۰۷۹
- ۳- گالری کاندینو- شهرک غرب - میلاد نور: ۸۸۰۸۵۲۴۷
- ۴- گالری کاندینو- شهرک غرب - مرکز خرید گلستان: ۸۸۰۸۰۹۱۳
- ۵- گالری شهر ساعت- خیابان کریم خان زند: ۸۸۹۱۹۷۶۲
- ۶- گالری کاندینو- میدان محسنی - پاساژ گنجینه محسنی: ۲۲۹۲۴۸۱۹

نام فروشگاه های سایر استان ها:

- اصفهان
- ۱- نمایشگاه ساعت حاج مباح - خیابان توحید: ۰۳۱ ۳۶۲۵۷۴۵۱
 - ۲- نمایشگاه ساعت حاج مباح - سیتی سنتر: ۰۳۱ ۳۶۵۱۷۸۶۷
 - ۳- نمایشگاه ساعت حاج مباح- مجتمع تجاری پارک: ۰۳۱ ۳۶۶۶۲۱۲۰
 - ۴- نمایشگاه ساعت حاج مباح - خیابان نظر شرقی: ۰۳۱ ۳۶۲۶۰۳۷۶
 - ۵- نمایشگاه ساعت حاج مباح- خیابان حکیم نظامی: ۰۳۱ ۳۲۲۰۴۳۳۰
 - ۶- شهر الیت - کلارآباد - نبش شهرک امیردشت- تلفن: ۰۱۱ ۶۶۵۶۰۶۴۵
 - کرج
 - ۷- نمایشگاه ساعت جواهریان - جهان شهر: ۰۲۶ ۳۴۴۸۳۶۱۱
 - مشهد
 - ۸- شهر ساعت- هفت تیر- برج آرمیتاژ پلاک ۴۰۵: ۰۵۱ ۳۸۶۵۱۰۵۲

نام فروشگاه های تهران:

- ۱- Elite House- شهرک غرب- مرکز خرید گلستان: ۸۸۰۸۸۳۰۹
- ۲- شهر الیت- فلکه اول تهرانپارس - مرکز خرید سپید: ۷۷۸۷۰۲۴۸
- ۳- شهر الیت- میدان ولیعصر - ابتدای بلوار کشاورز: ۸۸۹۰۷۰۷۹
- ۴- گالری کاندینو- شهرک غرب - میلاد نور: ۸۸۰۸۵۲۴۷
- ۵- گالری کاندینو- شهرک غرب - خ ایران زمین - مرکز خرید گلستان: ۸۸۰۸۰۹۱۳
- ۶- گالری شهر ساعت- خیابان کریم خان زند - نبش آبان: ۸۸۹۱۹۷۶۲
- ۷- گالری لسانی- تجریش - حدفاصل میدان قدس و ولیعصر: ۲۲۷۱۰۱۳۸
- ۸- گالری زرین۲- خ گاندی: ۸۸۷۸۴۱۹۳
- ۹- گالری افشاری- اتوبان ستاری - مجتمع کوروش: ۴۴۹۷۲۰۶۲
- ۱۰- گالری کاندینو- میدان محسنی - پاساژ گنجینه محسنی: ۲۲۹۲۴۸۱۹

امور مشتریان: ۰۲۱-۸۸۶۶۵۸۰۷-۹
instagram/dpdgrp

نام فروشگاه های سایر استان ها:

- اصفهان
- ۱- نمایشگاه ساعت حاج مباح - خیابان توحید: ۰۳۱ ۳۶۲۵۷۴۵۱
 - ۲- نمایشگاه ساعت حاج مباح - سیتی سنتر: ۰۳۱ ۳۶۵۱۷۸۶۷
 - ۳- نمایشگاه ساعت حاج مباح - مجتمع تجاری پارک: ۰۳۱ ۳۶۶۶۲۱۲۰
 - شیراز
 - ۴- نمایشگاه احدی - خیابان ستارخان: ۰۷۱ ۳۶۴۸۱۷۳۴
 - مازندران - کلارآباد
 - ۵- شهر الیت - کلارآباد - نبش شهرک امیردشت- تلفن: ۰۱۱ ۶۶۵۶۰۶۴۵
 - کرج
 - ۶- نمایشگاه ساعت جواهریان - جهان شهر: ۰۲۶ ۳۴۴۸۳۶۱۱
 - مشهد
 - ۷- شهر ساعت- هفت تیر- برج آرمیتاژ: ۰۵۱ ۳۸۶۵۱۰۵۲

امور مشتریان: ۰۲۱-۸۸۶۶۵۸۰۷-۹
instagram/dpdgrp



FIRS
EXCLUSIVE



JOVANI
Weman`s Luxury Dresses



 [firsitaly1](#)

 [firsitaly](#)

www.firsitaly.com

۰۲۱۲۶۱۰۲۰۰۰

۰۲۱۲۶۲۰۵۷۶۵

۰۲۱۲۲۶۶۲۴۶۱

۰۲۱۸۸۵۷۳۸۶۶

۰۲۱۴۴۴۹۴۸۰۰ فرس تیراژه ۱: اشرفی اصفهانی، مرکز خرید تیراژه ط همکف

فرس - ژوانی کامرانیه: کامرانیه شمالی پلاک ۳۶

فرس - ژوانی جردن: جردن نبش روانپور

فرس پالادیوم: مرکز خرید پالادیوم ط همکف

فرس شهرک غرب: بلوار خورددین برج دوبرال

W E D E S I G N Y O U R D R E A M S

متفاوت مزه کنید!
Taste different!

رستوران فلورانس



غذاهای ایتالیایی، کافی شاپ

« دنج، شیک، لوکس، تمیز و... صد البته خوشمزه » احساس می کنیم انتظار هر کسی که وارد یک رستوران می شود همین ها باشد، اما شاید کسی دوست دارد رستوران مورد علاقه اش کمی هم به جنتلمنی و خاص بودن مهمانش اضافه کند و یا کسی بخواهد علاوه بر اینها، رستورانی که وارد آنجا می شود موقعیت مکانی و جغرافیایی خاصی داشته باشد که خوش آب و هوا هم به نظر برسد. کافه رستوران فلورانس با ترکیبی از کافه و رستوران محیط جذاب و دلنشینی را برای شما تدارک دیده است.



فلورانس شعبه دیگری ندارد

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



Follow us : Cafe_florence | www.cafe-florence.com

V.I.P



www.siminfood.com

هیچ غذایی جای غذای ایرانی را نمی گیرد

siminfood

ولنجک، روبروی بیمارستان رامتین
تلفن: ۲۶۷۰۶۲۲۳ - ۲۶۷۰۶۹۴۱



کلینیک دندانپزشکی رویای لبخند



مزایای ایمپلنت:

بهبود ظاهر: ایمپلنت دندان مانند دندان طبیعی است و آن را همانند دندان خودتان احساس خواهید کرد. از طرفی چون به گونه ای طراحی شده که با استخوان ترکیب شود، به دندانی دائمی بدل خواهد شد.

بهبود گفتار: با وجود دندان مصنوعی با اتصالات ضعیف، مشکل در گفتار پیدا خواهید کرد. در حالی که ایمپلنت به دلیل ثابت بودن روی فک، به شما اجازه می دهد بدون هیچ نگرانی صحبت کنید.

غذا خوردن آسان: عمل جویدن غذا با دندان مصنوعی می تواند دشوار باشد. ایمپلنت مانند دندان طبیعی شماسست و اجازه خواهد داد که خوارکات را به راحتی و با خیال آسوده بجوید و میل کنید.

بهبود اعتماد به نفس: ایمپلنت دندان لبخندتان را به شما باز می گرداند و به شما کمک می کند تا احساس بهتری نسبت به خودتان داشته باشید.

بهبود سلامت دهان و دندان: در ایمپلنت دندان، نیازی به تراش دندان های کناری نیست. از آنجایی که دندان های کناری نقشی در ایمپلنت ندارند، بیشتر دندان های شما دست نخورده باقی می ماند؛ که این در بهداشت طولانی مدت دهان و دندان تاثیر گذار است.

دوام و ماندگاری: ایمپلنت های دندانی بسیار با دوام هستند و سالهای زیادی ماندگار خواهند بود.

خدمات تخصصی ایمپلنت رویای لبخند:

کاشت ایمپلنت ، جراحی سینوس لیفت ، پیوند استخوان جهت افزایش طول و عرض استخوان فک

● www.royalclinic.ir
www.royayelabkhend.com

خط ویژه: ۴۷۶۲۲

شعبه ۱: خیابان کارگر جنوبی	شعبه ۲: اقدسیه - واحد دانش
پائین تر از میدان ح -	روبروی خیابان سپند - مجتمع
نبش کوچه صفاریان طبقه اول	فوق تخصصی صاحبقرانیه طبقه ۳
تلف: ۰۲۱ ۵۷۷۰۱۵۴۴	واحد ۳۰۷ - تلفن: ۰۲۱ ۴۰۲۶۱۴۰

تکنولوژی اروپایی
ایمپلنت مورد تایید جراحان





نخستین مرکز رسمی و تخصصی اسپا و ماساژ در ایران
The First Official Professional Spa & Massage Center
In Iran

با کادر متخصص تایلندی

By Professional Thai Spa Therapist

www.niloofarabi.ir





doob
3D Technology

برای رزرو زمان اسکن، با ما تماس بگیرید
۲۲۶۶۰۶۵۱ - ۲۲۶۶۰۶۴۱ (۲۱ ۹۸+)
مرکز خرید پالادیوم، طبقه اول، واحد ۱۰۹
No. 109, first floor, palladium mall

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

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.

”دووب“ شوید!

#getdooobed in our store

3D
printed
replicas
of you.





اولین مجتمع تجاری، خدماتی تخصصی کودک



+98-21-77227000
www.shaparak.city
 @shaparakcity
 @shaparakcity
 100077007
 info@shaparak.city
 بزرگراه رسالت، نرسیده به بزرگراه باقری،
 شهر کودک شاپرک



ROYAL
VOZARA



رویال وزرا (تهران)
 کاربری: اداری-تجاری
 مساحت زمین: ۲۰۰۰ متر مربع
 زیربنای کل: ۳۳۰۸۱ 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)
 نبش خیابان بیستم





۱- دهکده خرید:

حضور برندهای تخصصی کودک
بخش های نوشت افزار و اسباب بازی، کمک آموزشی و بهداشتی
کالای خواب کودک و چیدمان شامل: کاغذ دیواری، سرویس خواب و روشنایی

۲- دهکده بازی:

اولین شهربازی با محوریت بازی های حرکتی و مهارتی
لحاظ کردن موارد امنیتی در طراحی ها و محل بازی کودکان
عدم وجود بازی با ابزارهای مکانیکی و دیجیتال
حضور هنرمندان مطرح کشور و برگزاری مراسم
مرکز نمایش شهر کودک شاپرک

۳- دهکده آموزش:

اختصاص یک طبقه از مساحت شهر کودک شاپرک به دهکده آموزش
ارائه آموزش های زبان، نقاشی، هنر، موسیقی، علوم و فناوری
حضور برندهای تخصصی آموزشی

۴- دهکده سلامتی:

مشاوره و روانشناسی کودک و خانواده
رشد و تغذیه کودک
آزمایشگاه کودک
بینایی سنجی کودک
بهداشت دهان و دندان کودک

۵- دهکده خدمات رفاهی:

اتاق مخصوص شیردهی و تعویض پوشک نوزادان
نمازخانه
حراست
سرویس های بهداشتی
سرایداری

۶- دهکده خوراکی:

۹ غرفه با تنوع غذایی
توجه به موضوع تغذیه سالم در بین کودکان
انجام پژوهش های میدانی و متنوع در مورد تغذیه درست کودک
استفاده از مواد غذایی مناسب با توجه به استانداردهای جهانی سلامت
تهیه برنامه مناسب غذایی برای کودکان
آموزش تهیه خوراکی های خوشمزه و طبیعی
آموزش بشقاب آرایی

۷- دهکده خدمات اداری:

آتلیه عکاسی کودکان
آرایشگاه کودکان و مادر و دختر
مزون لباس کودک
باشگاه ورزشی مادر و دختر، پدر و پسر
گیم نت و کافی نت



روبال ساختمان آریا



گروه رامن عمران تات
RAMAND OMRAN TAT GROUP

۰۰۰۰۷۷۲۲۷۷-۲۱-۹۸+
www.shaparak.city
@shaparak.city
@shaparakcity
100077007
info@shaparak.city

بزرگراه رسالت، نرسیده به بزرگراه باقری



درباره سازنده

شرکت رویال ساختمان آریا بمنظور فعالیت اثربخش در صنعت ساختمان در سال ۱۳۸۷ تأسیس گردید و مهمترین مأموریت 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.



Royal Center

royalcomplex
royalcomplex.ir
royalcomplextelran

روند اجرای پروژه رویال



۱۳۹۴

فرورداد ۱۳۹۴

اردیبهشت ۱۳۹۴



گواهینامه مدیریت
محیط زیست
گواهینامه مدیریت پروژه



گواهینامه های اختصاصی پروژه
استقرار سیستم های مختلف مطابق با استانداردهای بین المللی
علاوه بر استقرار فرایندهای مشخص و هدفمند در سازمان
زمینه ساز ایجاد زبان مشترک میان شرکت با سایر سازمانها
میگردد. شرکت با هدف مشارکت با سازمانهای معتبر بین
المللی در زمینه ساخت و ساز مسکن ، اخذ گواهینامه های
سیستم مدیریت کیفیت و ... را مد نظر قرار داده است تا از این
طریق همکاری سایر شرکتهای معتبر را جهت اجرای پروژه های
مشترک جلب نماید.

Establishment of a unified system based on international standards
has led to a distinct perception about the issue by providing a
common understanding between the company and other interna-
tional organizations. Since, starting the partnership strategic plan-
ning with globally recognized companies has been chased by our
advisory board committee, ROBAC has proceeded to fulfil the re-
quirements of this goal by being qualified to be granted the quality
management system credentials as follows



مرکز تجاری و اداری
روال



Royal commercial & Administrative Center



تهران، سعادت آباد، تقاطع بلوار دریا و خوردین
 تلفن دفتر فروش: ۸۸۵۶۱۹۲۰-۸۸۵۶۴۹۴۵

اینجا همیشه روشن است
 HERE IS ALWAYS ON



اینجا همیشه روشن است
HERE IS ALWAYS ON



تهران، سعادت آباد، تقاطع بلوار دریا و خور دین
تلفن دفتر فروش: ۸۸۵۶۴۹۴۵-۸۸۵۶۱۹۲۰
www.royalcomplex.ir