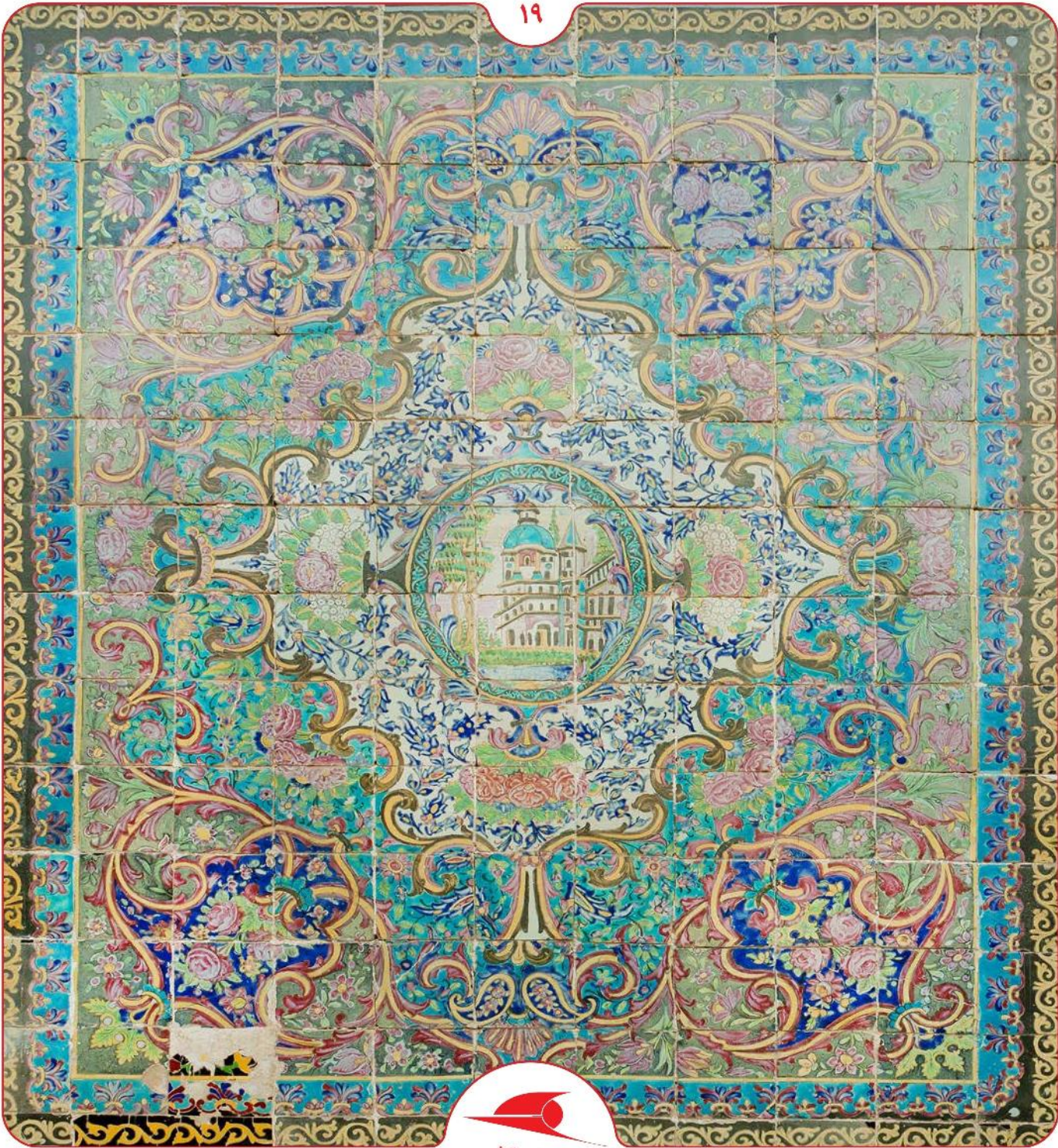


قشم ایر

QeshmAir

ماهنامه درون پروازی قشم ایر QeshmAir Inflight Magazine

۱۹



قشم ایر
QeshmAir

Top Tours, the people's choice

TOPTOURS Group
تاپ تورز



Dolphin Park
پارک دلفین کیش

تاپ تورز نماینده انحصاری فروش پارک دلفین کیش

تاپ تورز

نماینده انحصاری فروش هتل های
کوروش، ویدا، سورینت مریم و تعطیلات



هتل کوروش



هتل ویدا



هتل سورینت مریم



هتل تعطیلات

021-8586 www.ttgroup.ir @Toptours_Group [ttgroup.ir](https://www.instagram.com/ttgroup.ir)

امروز
خانه خود را تحویل بگیرید
در طول ۴۸ ماه پرداخت نمایید

برج مسکونی
بهکیش





در گفتگو با مدیر تضمین کیفیت و ایمنی شرکت هواپیمایی قشم مطرح شد:

وظیفه ما جلوگیری از وقوع حادثه است

در خصوص وظایف مدیریت تضمین کیفیت شرح مختصری بفرمایید.

تمامی صنایع برای انجام فعالیت‌های خود، تابع اجرای دستورالعمل‌هایی هستند که توسط نهادهای نظارتی استاندارد، مورد ارزیابی قرار می‌گیرند. صنعت هوانوردی با توجه آنکه یک صنعت بین‌المللی است، تابع قوانین و دستورالعمل‌های سازمان بین‌المللی هوانوردی موسوم به ایکائو است و تمامی شرکت‌های هواپیمایی و یا مرتبط با هوانوردی، براساس نوع مسئولیت خود، توسط نهادهای نظارتی مورد تایید ایکائو مورد ارزیابی و ممیزی قرار می‌گیرند. سازمان هواپیمایی کشوری هر کشور نیز به عنوان نهاد حاکمیت هوانوردی و نماینده ایکائو، نظارت مستمر و مداوم بر عملکرد شرکت‌های هواپیمایی و توجه آنان به ایمنی و تضمین کیفیت دارد.

به همین جهت، مدیران تضمین کیفیت و ایمنی شرکت‌های هواپیمایی، مورد تایید سازمان هواپیمایی کشوری هستند و به عنوان ناظران این سازمان، سیستم مدیریت شرکت‌های هواپیمایی را در همه موارد و بخش‌ها مورد ارزیابی قرار می‌دهند.

ایمنی و تضمین کیفیت در شرکت هواپیمایی قشم در چه جایگاهی قرار دارد؟ و سیر تکامل مدیریت ایمنی و تضمین کیفیت در شرکت هواپیمایی قشم به چه صورت بوده است؟

شرکت هواپیمایی قشم از زمان تاسیس تا کنون، سیر تکامل خوبی در حوزه ایمنی و تضمین کیفیت داشته است و من از روزهای ابتدایی تاسیس این شرکت در اجرا و تصمیم‌گیری‌ها حضور داشته‌ام و به جرات می‌توانم بگویم که شرکت هواپیمایی قشم در حوزه ایمنی و تضمین کیفیت در جایگاه بالایی از سطح توجه به استانداردها قرار دارد. یکی از مباحثی که در این بخش باید مورد توجه قرار گیرد، نوع نگرش مدیریت ارشد شرکت به مقوله ایمنی و تضمین کیفیت است و خوشبختانه آقای مهندس شکرانی حمایت خوبی در این حوزه داشته‌اند. ما در مدیریت ایمنی و تضمین کیفیت، در طول زمان فعالیت شرکت هواپیمایی قشم، تلاش کردیم تا تمامی دستورالعمل‌ها را بر اساس استاندارد و نوع فعالیت پیش‌بینی شده و توجه به اهداف شرکت باز نویسی و اصلاح شود. اصلاحات زیادی در حوزه ساختار سازمانی و شرح وظایف مدیران

چه فعالیت‌هایی داشته‌اید؟

به نکته مهمی اشاره کردید. ایمنی باید به عنوان یک فرهنگ در میان تمامی پرسنل براساس نوع حرفه‌شان نهادینه شود به همین جهت، قشمایر سرمایه‌گذاری خوبی در این حوزه داشته و دوره‌های آموزشی متعددی برای تمامی مدیران ارشد، میانی و پرسنل شرکت برگزار شده و براساس استانداردهای موجود، به صورت بازآموزش برگزار خواهد شد. آموزش و برپایی جلسات متعدد در شرکت با موضوع ایمنی و تضمین کیفیت، یک فرهنگ در شرکت هواپیمایی قشم است و خوشبختانه توانستیم به نتایج خوبی دست یابیم.

سمت و مسئولیت شما یکی از مسئولیت‌هایی است که باید مورد تایید سازمان هواپیمایی کشوری باشد. در واقع مدیر ایمنی و مدیر تضمین کیفیت، چشم‌بینای سازمان هواپیمایی کشوری به عنوان نهاد ناظر هوانوردی است. آیا تاکنون سیاست بازرگانی و اقتصادی شرکت باعث شده تا شما از برخی موارد مرتبط با ایمنی چشم‌پوشی کنید؟

در ابتدا باید بگویم که دستورالعمل‌ها و قوانین وضع شده‌اند تا شرکت‌ها در سلامت به فعالیت خود ادامه دهند و برای ایجاد محدودیت در فعالیت، به وجود نیامده‌اند و با توجه به نظارت شدید سازمان هواپیمایی کشوری، هیچ شرکتی نمی‌تواند در پایبندی به قوانین ایمنی، کوتاهی کند. البته به غیر از قوانین و دستورالعمل‌ها، هر شرکت هواپیمایی با توجه به نوع طرح اقتصادی و ساختار خود، نسبت به اعمال قوانین سخت‌گیرانه اقدام می‌کند و درجه حساسیت خود را روی حداکثر قرار می‌دهد و ممکن است برخی از شرکت‌ها تنها به اعمال و اجرای اصول ایمنی نوشته شده در قانون اقدام کنند. من نیز به عنوان مدیر ایمنی و تضمین کیفیت قشمایر، همواره بر اینم توجه به دستورالعمل‌های سخت‌گیرانه و حساسیت حداکثری قشمایر مهم بوده و تمامی مدیران و مدیرعامل شرکت نیز خود را مقید به اجرای صحیح آن می‌دانند.

و معاونان داشتیم. باید به این نکته اشاره کنم که از زمان بازنویسی دستورالعمل‌ها، نگاه فرآیند محوری را به عنوان بینش نوین جهانی در مدیریت، وارد شرکت هواپیمایی قشم کردیم و هم‌اکنون به خوبی اجرا و پیاده‌سازی شده است. یکی دیگر از موفقیت‌های این مدیریت، تقویت واحد تضمین کیفیت برای تحقق اهداف ایمنی بوده است، چرا که مدیریت ایمنی و مدیریت تضمین کیفیت را در یک مدیریت ادغام کردیم و برای رسیدن به اهداف ایمنی، می‌بایست نظارت مستمر و دقیق‌تری را جهت اجرای دستورالعمل‌ها و ارزیابی عملکرد سیستم داشته باشیم تا سیستم مدیریت ایمنی بتواند ضمن نظارت بر آن نسبت به شناسایی کمبودها و پیگیری رفع آنها بطور سیستماتیک رفتار کند.

در خصوص اخذ گواهینامه TCO توضیح بفرمایید که به طور حتم یکی از مهم‌ترین دست‌آوردهای مدیریت تضمین کیفیت شرکت هواپیمایی قشم به شمار می‌رود.

برای آنکه یک شرکت هواپیمایی بتواند در نقطه‌ای فراتر از مرزها و قوانین کشور خود پرواز کند، باید تابع قوانین و دستورالعمل‌های آن منطقه باشد و شرکت هواپیمایی قشم برای پرواز در آسمان اتحادیه اروپا باید مجوز TCO را کسب می‌کرد. آنچه باعث شد تا فرآیند اخذ این مجوز با سرعت بیشتری طی شود، نگاه ویژه شرکت هواپیمایی قشم به ایمنی و تضمین کیفیت بود. همان‌گونه که بیان کردم، شرکت هواپیمایی قشم دستورالعمل‌های بین‌المللی را با توجه به رسالت خود بازنویسی کرد و نگاه سخت‌گیرانه این شرکت به مقوله ایمنی و تضمین کیفیت باعث شد تا ناظران و ممیزان اتحادیه اروپا با نگاه مثبت به ارائه مجوز پرواز در آسمان اتحادیه اروپا اقدام کنند. باید به این نکته نیز اشاره کنم که این مجوز شرایط بازرسی و نظارت منحصر به خود را دارد، مأموران ارزیابی و ناظران اتحادیه اروپا هر زمان که تصمیم بگیرند و به صورت سرزده تمامی بخش‌های مورد نظر خود و دستورالعمل‌ها و مدارک را بازرسی می‌کنند تا از صحت اجرای قوانین اطمینان یابند.

در حوزه آموزش و اشاعه فرهنگ ایمنی و تضمین کیفیت



سرویس کارگو هواپیمایی قشم

دفتر فرودگاه امام خمینی (ره)

ساعت کاری: ۸ صبح تا ۱۶ عصر
تلفن: ۵ ۵ ۶ ۷ ۸ ۳ ۵ ۵
ایمیل: lkaffqb@qeshm-air.com

دریافت قبض انبار جهت بارهای وارداتی در کمتر از ۲۴ ساعت



Fly There by Qeshm Air

Qeshm Air is the first Iranian Airline received TCO Certificate for flying to Europe

با ما خیال ابرها را تجربه کنید

سامانه نظرسنجی آنلاین قشم ایر
www.qeshm-air.com/services.asp
ماهنامه درون پروازی قشم ایر، شماره ۱۹ | Qeshm Air

دفتر فرودگاه مهرآباد

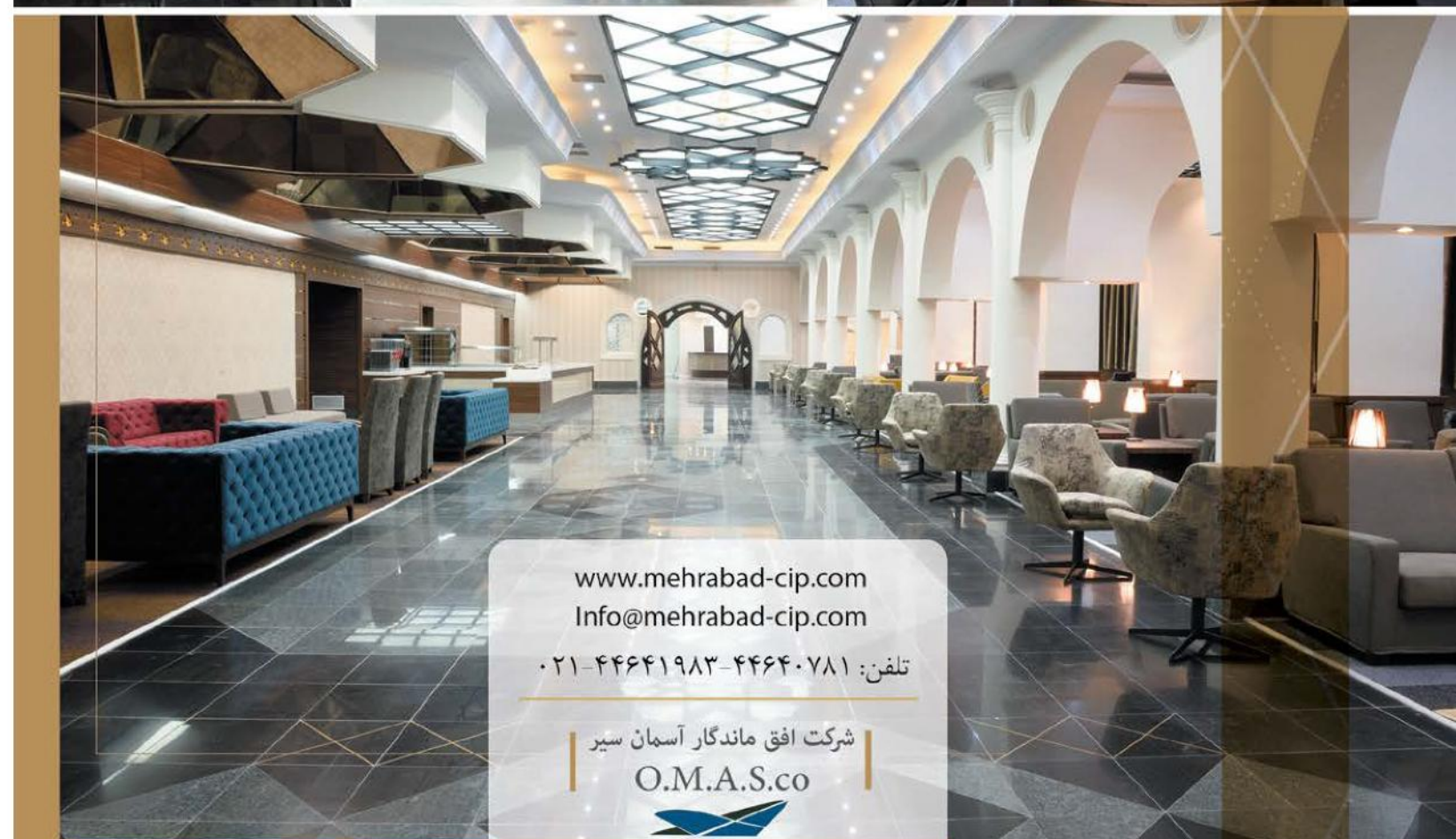
ساعت کاری: ۷ صبح تا بامداد روز بعد
تلفن: ۶ ۶ ۰ ۷ ۳ ۶ ۷ ۲
ایمیل: Thrffqb@qeshm-air.com

آماده پذیرش بار در کلیه مسیرهای پروازهای داخلی
شرکت قشم ایر تا دو ساعت قبل از هر پرواز می باشد.

سامانه فروش آنلاین بلیت قشم ایر
Ebooking.qeshm-air.com
Ebooking.qeshmair.aero

CIP LOUNGE خاص سفر کنید Travel in a special way

سالن VIP - سالن اجتماعات اطاق کنفرانس - سوئیت و ...
جایگاه تشریفات اختصاصی فرودگاه مهرآباد ترمینال ۱



www.mehrabad-cip.com
Info@mehrabad-cip.com

تلفن: ۰۲۱-۴۴۶۴۱۹۸۳-۴۴۶۴۰۷۸۱

شرکت افق ماندگار آسمان سیر

O.M.A.S.co



در گفتگو با رئیس حوزه ایمنی شرکت هواپیمایی قشم عنوان شد:

شرکت هواپیمایی قشم، پیشرو در ایجاد فرهنگ ایمنی هوانوردی

از وظایف مدیریت ایمنی بگویید

برای آنکه بتوانم تعریف مفیدی از مدیریت ایمنی داشته باشم بهتر است در ابتدا نگاهی به وظایف این مدیریت داشته باشیم. به طور کلی مدیریت ایمنی، اشراف کاملی به تمامی فعالیت‌های عملیاتی دارد و در این میان، به عنوان ناظر بر صحت عملکرد و پایبندی به دستورالعمل‌هایی که واحد تضمین کیفیت، طراحی کرده است انجام وظیفه می‌کند.

به طور کلی، مهم‌ترین بخش نظارت واحد ایمنی در دو بخش عملیات و پشتیبانی عملیات تقسیم می‌شود. در بخش عملیات، خلبانان، مهمانداران و دیسپچرها قرار دارند که نظارت دقیقی بر تمامی این بخش‌ها صورت می‌گیرد. در حوزه پشتیبانی عملیات نیز، واحد مهندسی و تعمیرات شرکت، واحد عملیات زمینی، حراست پرواز و سایر قسمت‌های شرکت حضور دارند که تلاش می‌کنند تا با ارائه فعالیت‌های تخصصی، پشتیبانی خوبی از عملیات شرکت صورت گیرد. با این مقدمه، می‌توانم بیان کنم که وظیفه واحد ایمنی، نظارت دقیق بر اجرای دستورالعمل‌ها و قوانینی است که همه واحدها ملزم به انجام صحیح آن هستند و در عین حال شناسایی خطرات، ریشه‌یابی و پیگیری رفع آنها است.

برای رسیدن به ایمنی، چه استراتژی خاصی را در پیش گرفته‌اید؟

دو استراتژی در مدیریت ایمنی مورد بهره‌برداری است، نخست نگاه پیش‌بینی و دوم نگاه واکنشی که در توضیح نگاه پیش‌بینی باید عنوان کنم که در این بینش، عوامل خطر را شناسایی و ریسک‌های موجود را بررسی کرده و تلاش می‌کنیم تا از وقوع رخدادها جلوگیری کنیم.

می‌توانید برای این استراتژی مثالی عنوان کنید؟

به عنوان نمونه، دستگاه FDR یا همان جعبه سیاه هواپیما به منظور کشف علت حادثه مورد ارزیابی قرار می‌گیرد اما در شرکت هواپیمایی قشم، اطلاعات ثبت شده در این دستگاه به صورت هفتگی مورد آنالیز قرار می‌گیرد و رفتار و عملکرد کلیه خلبانان بررسی می‌شود و در صورت مشاهده عواملی که می‌تواند در آینده ایمنی پرواز را به خطر بی‌اندازد، گزارش آنالیز به شخص خلبان، مدیر ناوگان و معاون عملیات گزارش داده می‌شود تا در دوره‌های آموزشی خلبانان با دستگاه شبیه ساز پرواز، موارد مدنظر قرار گیرند. یکی دیگر از نمونه‌های عملکرد واحد ایمنی در بررسی رفتارها و اقدامات واحد مهندسی و تعمیرات شرکت است که به صورت روزانه، اقدامات فنی صورت گرفته بر روی هر هواپیما قابل کنترل است.

به ادامه صحبت بازگردیم، در خصوص استراتژی واکنشی توضیح بفرمایید.

این استراتژی در زمانی مورد بهره‌برداری قرار می‌گیرد که اتفاق یا حادثه‌ای ایجاد شده و کارشناسان ایمنی شرکت با هماهنگی گروه بررسی سانحه سازمان هواپیمایی کشوری در پنج مرحله نسبت به جمع‌آوری اطلاعات لازم اقدام می‌کنند. پس از آنالیز و بررسی اتفاق، گزارش نهایی جهت شناسایی عوامل خطر آفرین به مدیران ذیربط ارائه می‌شود تا از وقوع مجدد حادثه جلوگیری شود.

استراتژی تلفیق از نگاه واکنشی و پیش‌بینی به چه صورت خواهد بود؟

وظیفه واحد کنترل و مانیتورینگ مدیریت ایمنی شرکت هواپیمایی قشم تلفیق این دو استراتژی با یکدیگر است. این واحد به صورت لحظه‌ای تمامی بخش‌ها و واحدهای درگیر با عملیات را رصد می‌کند و براساس بررسی سوانح و ثبت گزارش‌های دریافتی نسبت به طراحی شاخص‌های ایمنی

اقدام می‌کند. شرکت هواپیمایی قشم در زمره معدود شرکت‌های هواپیمایی ایرانی است که آمادگی ارائه لحظه‌ای گزارش از عملکرد خود در حوزه ایمنی پروازها را دارا است و برای رسیدن به این جایگاه ممتاز علاوه بر بهره‌گیری از متخصصان برجسته هوانوردی، سرمایه‌گذاری خوبی در حوزه آموزش مدیریت ایمنی داشته است. کارشناسان ایمنی شرکت هواپیمایی قشم دوره‌های تخصصی بسیاری را در مراکز بین‌المللی ایکائو، یاتا و JAA اروپا گذرانده‌اند و همچنین به خوبی توانسته‌اند دانش کسب شده را پیاده‌سازی و اجرا کنند.

در خصوص فرهنگ ایمنی برای‌مان توضیح دهید. فرهنگ ایمنی موضوع مهمی است که در تمامی جوامع و صنعت هوانوردی به آن اشاره می‌شود.

بهتر است در ابتدا تعریفی از این واژه داشته باشیم. ایمنی در اساس به معنای پیش‌بینی و پیش‌گیری و امری ذاتی است و تمامی موجودات زنده در دنیا برای حفظ بقای خود، پیش‌بینی و پیش‌گیری می‌کنند. همانطور که شما در فصل زمستان با بررسی هوای بیرون از منزل نسبت به انتخاب لباس خود دقت می‌کنید، در اصل ایمنی را رعایت می‌کنید. برای تعریف فرهنگ نیز باید بگوییم که فرهنگ به معنای رفتار ما در محیط است، به این معنا که باید در ابتدا محیط اطراف‌مان را بشناسیم و به اقتضای آن محیط رفتار کنیم. در واقع، فرهنگ ایمنی به این معناست که پیش‌بینی و پیش‌گیری در محیط کار

شرکت هواپیمایی رفتار ذاتی کلیه پرسنل باشد.

برای رسیدن به این فرهنگ، چه مسیری را باید طی کرد؟

آموزش حرفه‌ای و صحیح و سپس نظارت بر حسن اجرای آن تنها مسیر تحقق فرهنگ ایمنی است. در شرکت هواپیمایی قشم بیش از ۵۰ دوره آموزشی سیستم مدیریت ایمنی براساس تفکیک شغل و نیاز حرفه افراد برگزار شده و تلاش کردیم با کاهش زمان آموزش و افزایش حجم مطالب، بهره‌وری پرسنل را در تمامی بخش‌ها افزایش دهیم. همچنین طی هر سال، یک مرحله سمینار مدیریت ایمنی جهت مدیران ارشد شرکت به منظور ارتقای دانش مدیران برگزار می‌شود.

و در پایان؟

نکته مهم در تفکر فرهنگ ایمنی در شرکت هواپیمایی قشم این است که پرسنل پس از آموزش کامل مباحث ایمنی، در ابتدا بینش ایمنی پیدا کرده سپس آنرا وارد فضای کار حرفه‌ای خود می‌کنند و در انتها، خروجی آن به رشد سطح ایمنی شرکت منجر می‌شود. همواره نگاه شرکت هواپیمایی قشم، تبدیل نیروی انسانی به سرمایه انسانی است و برای تحقق این مفهوم انرژی و سرمایه صرف شده، لذا تلاش می‌کنیم تا فرهنگ ایمنی را در تمامی ارکان شرکت اشاعه و آن را در مسیر رشد و توسعه شرکت قرار دهیم.





WHEN CLASSICS RETURN:

COUNT ON ME



130TH
ANNIVERSARY

کیش بهین
تلفن امور مشتریان: ۴۲۹۰۱
www.kish-behin.com



THE PEAK OF RELIABILITY: IN 1960 THE FIRST CERTINA WATCH WITH THE **DOUBLE SECURITY CONCEPT** ACCOMPANIED THE FIRST SUCCESSFUL ASCENT OF DHAULAGIRI IN THE HIMALAYAS. TODAY A SPECIAL EDITION RECALLS ITS DISTINGUISHED PREDECESSOR AND COMBINES VINTAGE ELEMENTS WITH INNOVATIVE MECHANICS. CERTINA.COM

DS-1 - HIMALAYA SPECIAL EDITION - A TRIBUTE TO THE SWISS DHAULAGIRI EXPEDITION 1960.
AUTOMATIC MOVEMENT - SWISS MADE

CERTINA
SWISS WATCHES SINCE 1888



اتمام عملیات چک C هواپیمای پهن پیکر ایرباس 300-600 قشم ایر و انجام پرواز آزمایشی موفقیت آمیز

ضمن گرامی داشت اعیاد پر برکت قربان و غدیر، پیوستن مجدد هواپیمای پهن پیکر A300-600 مسافری به چرخه عملیاتی قشم ایر که با حمایت‌های بی دریغ مدیریت عامل و اعضای محترم هیئت مدیره و تلاش و زحمات کلیه همکاران دست اندرکار در تاریخ ۹۷/۵/۲۲ صورت پذیرفت تبریک و تهنیت عرض می‌نماییم. گفتنی است این هواپیمای با ظرفیت مسافری ۲۹۱ نفر و قابلیت پروازی میان‌برد، پس از انجام تعمیرات چک C و اصلاحیه‌ها و دستورالعمل‌های تعمیراتی، همچنین تعمیرات اساسی اربله‌های فرود و تامین دو دستگاه موتور با صرف ۲۵۰۰ نفر ساعت و هم چنین انجام پرواز آزمایشی موفقیت‌آمیز به ناوگان قشم ایر بازگشته و روز چهارشنبه مورخ ۹۷/۵/۳۱ اولین پرواز رسمی خود را به حول و قوه الهی انجام داد.

نادر والی

سرپرست معاونت مهندسی و تعمیرات قشم ایر

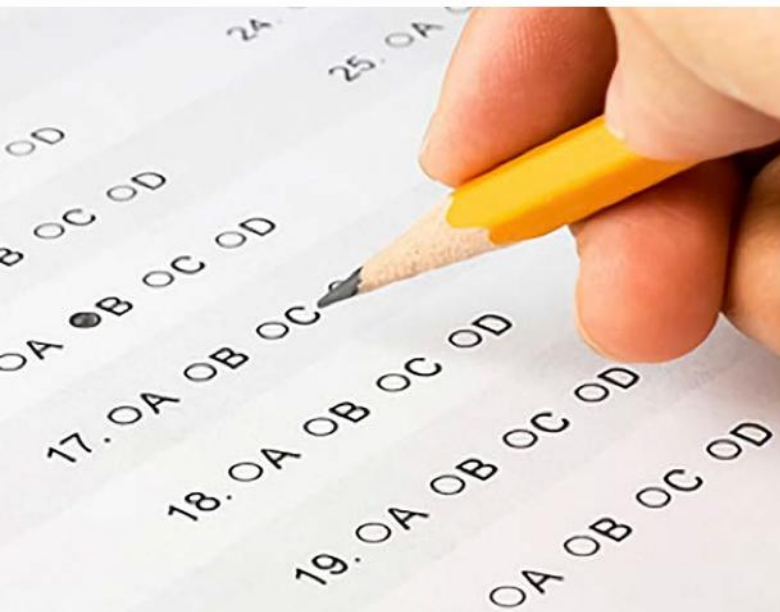


عدم شناسایی آن‌ها، هر یک از این عوامل پنهان منجر به رویدادهایی خواهد شد که ریسک آنها ارزیابی و کنترل نشده است. مجیدی افزود: در صنعت هوانوردی، بروز رسانی دستورالعمل‌های استاندارد خود نیاز به مدیریت تغییر دارد که فرایند اجرایی مدیریت تغییرات شرکت هواپیمایی قشم، در نظام‌نامه ایمنی این شرکت (SMM)، درج شده است. و شایان ذکر است طی دو سال اخیر شرکت هواپیمایی قشم در پیاده‌سازی سیستم مدیریت ایمنی رشد چشم‌گیر و قابل توجهی از نظر ممیزین داخلی و خارجی داشته است. مدیر واحد ایمنی و تضمین کیفیت شرکت هواپیمایی قشم در ادامه برخی از عوامل اصلی در فرایند مدیریت تغییر را اطلاع‌رسانی صحیح و آموزش دقیق به مدیران و کارشناسان ذیربط دانست و گفت: با توجه به تغییرات اخیر در قوانین عملیاتی سازمان هواپیمایی کشوری جمهوری اسلامی ایران و همچنین لزوم پیاده سازی سیستم مدیریت ایمنی (SMS)، این سمینار آموزشی توسط واحد مدیریت ایمنی و تضمین کیفیت شرکت برگزار شد.



برگزار آزمون تعیین سطح زبان انگلیسی برای کارکنان ستاد و عملیاتی قشم ایر

آزمون تعیین سطح زبان انگلیسی بر اساس استانداردهای آزمون TOEFL و آزمون TOLIMO برای تمامی کارکنان ستادی و عملیاتی شرکت هواپیمایی قشم برگزار شد. به گزارش روابط عمومی این شرکت مرحله اول آزمون تعیین سطح زبان انگلیسی در روزهای ۱۹ و ۲۴ تیرماه با حضور ۱۱۴ شرکت‌کننده برگزار شد. این آزمون طی ۹۰ دقیقه با تعداد ۶۰ سوال چهار گزینه‌ای و شنیداری انجام پذیرفت. محمد علی مشکوری نجفی، مدیر مرکز آموزش و بهسازی منابع انسانی این شرکت گفت: هدف از برگزاری این آزمون، بر اساس رهنمودهای مدیرعامل محترم شرکت هواپیمایی قشم، سنجش سطح زبان انگلیسی عمومی کارکنان شرکت و در نتیجه ارتقای سطح دانش و توانمندی کارکنان است که قطعاً به عملکرد بهتر یک شرکت هواپیمایی منجر خواهد شد. وی افزود متعاقباً از شرکت‌کنندگان در آزمون کتبی که نمره مورد نظر را کسب کرده‌اند، جهت انجام مصاحبه و تعیین سطح نهایی دعوت به عمل خواهد آمد. مشکوری در ارتباط با برگزاری آزمون تعیین سطح اظهار داشت: پس از مشخص شدن نتایج آزمون، برای تمامی کارمندی که نمره مورد نیاز از لحاظ سطح دانش زبان انگلیسی به عنوان کارمند در شرکت هواپیمایی را کسب نکرده باشند، به تشخیص مدیرعامل محترم شرکت هواپیمایی قشم دوره آموزشی زبان انگلیسی با تدریس اساتید معتبر برگزار خواهد شد.



برگزار دومین سمینار ایمنی و کیفی در شرکت هواپیمایی قشم

دومین سمینار ایمنی و کیفی شرکت هواپیمایی قشم جهت ارتقای سطح ایمنی و کیفی خدمات شرکت در محل سالن تشریفات اختصاصی فرودگاه بین‌المللی مهرآباد برگزار شد. به گزارش روابط عمومی شرکت هواپیمایی قشم این سمینار با حضور محمود شکرآبی، مدیرعامل و عضو هیئت مدیره شرکت هواپیمایی قشم و نیز جمعی از معاونین و مدیران ارشد، توسط کارشناسان این شرکت مسعود اسکندری و محمد امین مظفری برگزار شد.





تغییر طلایی (بدون جراحی)!

تغییر طلایی (بدون جراحی)!



مجموعه ای با پیشرفته ترین دستگاه های زیبایی



www.iranianclinic.com



Iranianclinic



Iranian_clinic

24 021 - 75900



کلینیک تخصصی پوست، مو، لیزر و لاغری ایرانیان



www.iranianclinic.com



Iranianclinic



Iranian_clinic

24 021 - 75900

مراقب ۱۱ مورد قابل سرایت باشید

تنها بیماری‌ها و عوامل آن‌ها نیستند که می‌توانند از شخصی به شخصی دیگر سرایت کنند. حتما تجربه آن را داشته‌اید که با دیدن خمیازه دیگران شروع به خمیازه کشیدن کنید یا شاید شنیده باشید که خنده هم مسری است. اما این‌ها تنها مواردی نیستند که مسری هستند و چیزهای عجیب دیگری هم وجود دارد که از دیگران به ما سرایت می‌کند. بعضی از آن‌ها مزیت‌هایی دارند اما در مورد بعضی دیگر از آن‌ها باید مراقب مسری بودنشان باشیم. در ادامه به ۱۱ چیز عجیبی می‌پردازیم که مسری هستند.

۱- **سفارش غذا در رستوران:** طبق تحقیقات دانشگاه الینویز امریکا، وقتی به همراه دیگران برای خوردن غذا به رستوران می‌رویم و غذاهایی شبیه به هم سفارش می‌دهیم، احساس شادی بیشتری در کنار یکدیگر می‌کنیم. بنابراین اگر نگران وزن‌تان هستید، در رستوران زودتر از بقیه غذای خود را سفارش دهید تا تحت تأثیر هوس‌های غذایی همراهان‌تان قرار نگیرید.

۲- **افکار منفی:** در پژوهش دانشگاه نتردام امریکا مشاهده شد دانشجویان جدیدالورودی که به صورت تصادفی با کسانی هم‌اتاق شدند که اغلب در فکر و ناراحت بودند، بعد از گذشت سه ماه احتمال دچار شدن به شیوه تفکر منفی هم‌اتاقی‌هایشان در آن‌ها بیشتر بود. بنابراین دیگران می‌توانند واکنش‌های ما به مشکلات زندگی را تحت تأثیر خود قرار دهند.

۳- **شادی:** طبق تحقیقات پژوهشگران دانشگاه‌های هاروارد، کالیفرنیا و سن دیگو در امریکا بر روی نزدیک به ۵ هزار نفر، احساسات مثبت هم از طریق دیگران به ما سرایت می‌کنند. وقتی شما احساس شادی می‌کنید، احتمال آنکه دوست‌تان که کیلومترها دورتر از شما زندگی می‌کند هم احساس شادی کند ۲۵ درصد بیشتر است و این احتمال در همسایه‌های شما ۳۴ درصد است. همین گروه تحقیقاتی پی بردند شادی ناشی از افزایش حقوق حدود ۲ درصد است در حالی که ارتباط با دوست شاد یکی از دوستان‌تان (یک ارتباط درجه ۲) تا ۱۰ درصد احساس خوب به شما می‌بخشد.

۴- **ترک سیگار:** گروه تحقیقاتی فوق‌الذکر متوجه شدند وقتی فردی سیگار را ترک می‌کند، احتمال مصرف سیگار در دوستان نزدیک و اعضای خانواده او



۳۶ درصد کمتر می‌شود. به این حالت اثر موجی گفته می‌شود. احتمال مصرف سیگار حتی در آشنایان بسیار دور شخصی که سیگار را ترک کرده ۲۰ درصد کمتر می‌شود.

۵- **اضطراب:** مغز انسان از توانایی شناسایی اضطراب در دیگران مثل تشخیص افزایش میزان تنفس پرخوردار است. این مسأله باعث فوران هورمون‌های اضطراب در بدن ما هم می‌شود. برای آنکه اضطراب دیگران به شما سرایت کند لازم نیست با آن‌ها در یک اتاق باشید. در واقع اضطراب حتی از طریق ایمیل، پیامک و شبکه‌های اجتماعی قابل انتقال است (برای مثال، دادن جواب‌های کوتاه می‌تواند این پیام را به طرف مقابل دهد که شخص تحت فشار یک ضرب‌العجل کاری قرار دارد). وقتی دچار اضطراب هستید، به خودتان استراحت دهید و به اندازه کافی بخوابید. این کار نه تنها خودخواهی نیست بلکه برای اطرافیان شما هم مفید است.

۶- **خارش:** اگر تا به حال برای‌تان پیش آمده که با دیدن کسی که خود را می‌خاراند، خودتان هم احساس خارش کرده باشید، باید بدانید که شما تنها کسی نیستید که چنین تجربه‌ای داشته‌اید. طی تحقیق منتشر شده در نشریه Science مشاهده شد موش‌ها بعد از نگاه کردن به موش‌هایی که برای مدتی طولانی خود را می‌خاراندند، شروع به خاراندن خود می‌کردند. در حقیقت موش‌های نرمال در نزدیکی موش‌هایی که به شدت خود را می‌خاراندند، ۲ برابر بیشتر از معمول دچار خارش می‌شدند.

۷- **تمایل به چیزهای جدید:** اینکه وقتی بعد از دیدن کیف جدید دوست‌تان ناگهان دل‌تان کیف جدیدی می‌خواهد، اتفاقی نیست. طی تحقیق منتشر شده در نشریه Neuroscience در سال ۲۰۱۲ مشاهده شد شرکت کنندگان پژوهش وقتی تصور می‌کردند دیگران خواستار چیزی هستند آن چیز را با ارزش‌تر می‌دانستند. روانشناسان به این مسأله، سندرم حلقه ازدواج می‌گویند. برای مثال، مردان زمانی که کسی خواهان آن‌ها باشد جذب‌تر به نظر می‌رسند، چون حتماً آنقدر ارزش داشته‌اند که متعلق به کسی باشند. قدر داشته‌هایتان را بدانید تا بتوانید جلوی هوس‌هایتان را بگیرید.

۸- **کاهش وزن:** طی تحقیق منتشر شده در نشریه Obesity مشاهده شد وقتی داوطلبان شرکت در پژوهش، یک برنامه کاهش وزن را شروع کردند، شریک‌های زندگی عاطفی آن‌ها هم تقریباً به همان میزان وزن کم کردند. بنابراین اگر به دنبال کم کردن وزن خود هستید یا ملحق کردن شریک زندگی عاطفی خود به یک برنامه کاهش وزن، از مزایای اثر موجی استفاده کنید.

۹- **تنهایی:** شاید تصور کنید دور بودن از افراد تنها از سرایت کردن انرژی آن‌ها جلوگیری می‌کند اما عکس این قضیه درست است. طبق تحقیق منتشر شده در نشریه Psychology Social and Personality، بعد از آنکه احساس تنهایی در یک شخص شروع به شکل‌گیری می‌کند، دیگر افراد حاضر در گروه اجتماعی او هم به مرور احساس تنهایی بیشتری می‌کنند. این احساس شکلی مسری دارد و اینطور نیست که افراد تنها به یکدیگر جذب شوند. محققان معتقدند که در گروه‌ها به افراد تنهایی توجهی شده و همین مسأله باعث تدلوم چرخه تنهایی می‌شود. با سر زدن به دوستانی که مدتی است از آن‌ها بی‌خبرید به این چرخه پایان دهید.

۱۰- **طلاق:** طی تحقیق منتشر شده در نشریه Forces Social در سال ۲۰۱۲ مشاهده شد احتمال طلاق در دوستان افراد مطلقه در مقایسه با

// 11 Contagious Diseases that You Must be Aaware of

دوستان افرادی که هنوز متأهل بودند، ۵۷ درصد بیشتر بود. وقتی دوست یک از دوستان آن‌ها طلاق می‌گرفت، احتمال طلاق در زوج‌های متأهل ۳۳ درصد بیشتر می‌شد. محققان این پژوهش معتقدند کمک به ترمیم روابط عاطفی دوستان خود باعث تقویت روابط عاطفی شما هم می‌شود. به علاوه، در این تحقیق معلوم شد زوج‌های متأهلی که بیشترین تعداد دوستان را داشتند، احتمال طلاق در آن‌ها به کمترین میزان بود. بنابراین علاوه بر آنکه باید به دوستان‌تان در مشکلات عاطفی‌شان کمک کنید، لازم است که روابط اجتماعی خود را هم گسترش دهید.

۱۱- **تغییرات ناگهانی بدن:** خمیازه کشیدن، خندیدن، خاراندن، سرفه کردن، استفراغ کردن و گریه کردن، همگی به از لحاظ اجتماعی مسری هستند. خمیازه بسیار مسری است، تا حدی که با دیدن، شنیدن و حتی خواندن درباره خمیازه کشیدن دیگران، شروع به خمیازه کشیدن می‌کنیم. بعضی روانشناسان معتقدند ما اغلب اوقات مانند حیوانات گله هستیم که کنترل آگاهانه رفتارهای‌مان را به طور کامل در دست نداریم.

طبق فرضیات دانشمندان، به اشتراک گذاشتن این تغییرات ناگهانی از نظر تکاملی مفید بوده است، برای مثال: خنده، شیوه‌ای از برقراری ارتباط است، خاراندن محل خارش یک اقدام احتیاطی برای حفظ سلامتی است (احتمالاً مغز ما تصور می‌کند که یک کک روی پوست ما است که می‌تواند ما را بیمار کند) و خمیازه می‌تواند شیوه اجداد غار نشین ما برای هماهنگ کردن برنامه خواب و بیداری‌شان باشد.



ENGLISH

Learning
With Mrs Claire Edmund

LISTS

باشگاه مغز درخت اسپیک به صورت محدود برای ترم تابستان ثبت نام
میکند: آموزش زبان توسط کادر آموزش در سطوح مختلف به همراه استفاده
از دستگاههای تقویت عملکرد ذهن به وسیله صوت و نیز دستگاههای
واقعیت مجازی

HOUSE

باشگاه مغز اولین
نمایندگی تکنولوژیهای پیشرفته آموزشی و اولین
و تنها مرکز SOUND THERAPY در ایران زیر نظر:
دکتر مهناز استکی



www.whitetreeclub.com

TLTS/ TOMATIS / FORBRAIN / NEUROPTIMAL / نمایندگی انحصاری در ایران

دفتر خیابان اندیشه: ۰۹۸۲۱۸۸۴۴۷۷۶۷ / دفتر خیابان قلهک: ۰۹۸۲۱۲۲۲۶۵۱۵۰ / دفتر خیابان دولت: ۰۹۸۲۲۷۷۶۸۳۵



HANA Exchange

با مجوز رسمی
از بانک مرکزی گرجستان
بالاترین خریدار نرخ ارز شما هستیم



سرانی حنا



آدرس: گرجستان، تفلیس، خیابان پکینی، جنب TBCBANK، شماره ۵

+995 598 0 86 0 86 - +995 599 150 205

How to Make Money from Traveling

آیا می‌توان از سفر پول در آورد؟

تا به حال در مورد «دیجیتال نومد» چیزی شنیده‌اید؟ می‌دانید به چه کسانی «خانه‌به‌دوش دیجیتالی» می‌گویند؟ اگر پاسخ‌تان منفی است، باید بگویم این افراد همان‌هایی هستند که اغلب ما دوست داریم جایشان باشیم. یعنی دائم در جاده و سفر و از این شهر به شهر باشیم و هم‌زمان هم پول سفر خود را در بیاوریم! حالا سوال اصلی اینجاست که چنین امری چگونه ممکن است؟ در ادامه به طور کامل در مورد دیجیتال نومد شدن برایتان توضیحات مبسوطی نوشته‌ام.

اگر زندگی مملو از تنوع و شادی، سفرهای دائمی، آشنایی با فرهنگ‌های مختلف، تست غذاهای متنوع و بازدید از ظرفیت‌های گردشگری جهان برایتان یک روبااست باید بدانید که این‌روزها افراد زیادی در دنیا در حال تجربه کردن چنین زندگی هیجان‌انگیزی هستند و لزوماً هم انسان‌های پولداری نبوده و نیستند. خانه‌به‌دوش‌های دیجیتالی نه ساعت کاری مشخص و محدودی دارند، نه مدیر و سرپرست و لیست حضور و غیاب دارند و نه شمارنده مرخصی.

«دیجیتال نومد» کیست؟

«دیجیتال نومد» به فردی گفته می‌شود که از طریق فناوری ارتباطات به کسب درآمد برای زندگی خود می‌پردازد اما اصل و پایه زندگی او بر اساس کوچ‌نشینی و خانه‌به‌دوشی بنا نهاده شده است. این افراد اغلب از راه دور و از کشورهای دیگر، کافی‌شاپ‌ها، کتابخانه‌های عمومی یا از داخل ماشین‌های کاروان کار می‌کنند. کار دیجیتال نومدها همیشه به واسطه اسمارتفون‌ها، لپ‌تاپ‌ها یا تبلت‌ها انجام می‌شود و از هات‌اسپات‌های موبایلی بهره می‌گیرند.

کسانی که تصمیم می‌گیرند خانه‌به‌دوش دیجیتالی بشوند آنهایی هستند که نمی‌خواهند به‌لحاظ مالی به شرکت یا فرد خاصی وابسته باشند یا عموماً دوست ندارند محدود به کار در یک جای ثابت باشند. این افراد همیشه در حرکت و در سفر هستند و هرگز جای ثابتی برای زندگی خود ندارند.

معنی «دیجیتال نومد» چیست؟ اولین باری که این واژه مورد استفاده قرار گرفت به سال ۱۹۹۷ میلادی بازمی‌گردد. این عنوان کتابی بود که انتشارات ویلی آن را منتشر کرد و نویسنده‌های کتاب هم Tsugio Makimoto و دیوید منر بودند. در آن زمان این عبارت بسیار نامفهوم بود و کسی از معنی دقیق آن آگاهی نداشت. اما در کتاب اشاره شده بود، دیجیتال نومد فردی است که از با استفاده از اینترنت بی‌سیم، اسمارتفون، تماس تلفنی اینترنتی یا اپلیکیشن‌های مبتنی بر ابر، از راه دور کار می‌کند و مهم نیست که در کجای دنیا حضور دارد.

چگونه می‌توان دیجیتال نومد شد؟ برای اینکه یک خانه‌به‌دوش دیجیتالی تمام عیار شوید باید یکسری ترفند و راهکار بلد باشید و پیش‌زمینه‌هایی هم در این رابطه داشته باشید. اول از همه، باید عاشق سفر و تجربه مسایل جدید باشید. اگر این عشق و علاقه را نداشته باشید، این سبک از زندگی برایتان کسالت‌آور و حتی فاجعه خواهد بود. بسته به اینکه هر چند وقت یکبار جابه‌جا می‌شوید، باید بدانید که شرایط ثابت و مطمئنی نخواهید داشت. دوم اینکه باید در این کار مصمم و با پشتکار باشید. لازم است پیش از بستن کوله‌بار سفر و مسافر همیشه جاده‌ها شدن از تمامی تعلقات خود در خانه دست بکشید زیرا ممکن است دیگر نخواهید به آنجا بازگردید.

برای تبدیل شدن به یک خانه‌به‌دوش دیجیتالی خوب است ۹ گزینه زیر را مدنظر داشته باشید. اگر مقصد سفرهای شما خارج از کشور است، توصیه می‌کنیم که شماره اسکایپی خریداری کنید

۱- **قسط‌ها یا وام‌های خود را کم کرده یا کاملاً تسویه کنید** اگر تصمیم جدی دارید که به یک دیجیتال نومد واقعی تبدیل شوید، باید قرض‌های خود را پرداخت کنید و وامی نداشته باشید. به این خاطر که با قسط‌های ماهانه وام‌ها نمی‌توانید سفری آسوده به سراسر ایران یا دنیا داشته باشید.

۲- **از آنلاک بودن موبایل خود مطمئن شوید** برای اینکه بتوانید سفرهای بین‌المللی راحتی داشته باشید، باید موبایلی در اختیار داشته باشید که به اپراتور مخابرات وابسته نباشد. البته این مساله در مورد ایران چندان مصداق ندارد زیرا اپراتورهای موبایلی ما گوشی عرضه نمی‌کنند. اما اگر خارج از کشور ساکن هستید و موبایل‌تان برای سرویس خاصی است، پیش از کوچ‌نشینی دیجیتالی، یک گوشی آنلاک بخرید.

۳- **شماره تلفن اسکایپی دریافت کنید** مزیت این شماره در این

است که می‌توانید آن را به همه موبایل‌ها در جهان فوروارده کنید. داشتن شماره تلفن همیشه در دسترس برای ارتباط داشتن با دیگران مهم و ضروری است. شماره تلفن آنلاین اسکایپ در بسیاری از سایت‌های ایرانی فروخته می‌شود و می‌توانید به راحتی آن را خریداری و استفاده کنید.

۴- **خود را بیمه سفر کنید** خطر خبر نمی‌کند. به همین خاطر، اگر قصد دارید دیجیتال نومد شوید و خانه‌به‌دوش بودن را به زندگی عادی ترجیح داده‌اید، بهتر است یک بیمه سفر مطمئن داشته باشید. بیمه‌ای که خریداری می‌کنید باید به‌گونه‌ای باشد که در تمام طول زمانی که در سفر هستید، شما را تحت پوشش خود داشته باشد و امکانات پزشکی مربوطه را در اختیارتان قرار دهد.

۵- **خانه خود را بفروشید یا آن را اجاره دهید** اگر تصمیمتان برای تبدیل شدن به یک دیجیتال نومد قطعی است و شکی در دل ندارید، می‌توانید خانه خود را بفروشید. یا به‌طور سالانه آن را اجاره دهید تا هم درآمدی از خانه داشته باشید، هم اینکه خانه‌تان خالی نماند.

۶- **مکانی را برای انبار وسایل خود اجاره کنید** یا همه وسایل را حراج کنید و بفروشید. یا انباری یا پارکینگ را به طور سالانه یا ماهانه کرایه کنید و وسایل خود را در آنجا نگهدارید.

۷- **پیش از سفر با مردم مقصد خود ارتباط اینترنتی برقرار کنید** در وبسایت‌هایی همانند couchsurfing، nomad list یا گروه‌های فیس‌بوکی می‌توانید با مردم شهری که قرار است به آنجا بروید، دوست شوید و با آنها ارتباط بگیرید. بسیار مهم است که پیش از سفر با فرهنگ و ویژگی مردم منطقه آشنا شوید تا سفر موفقی به منطقه داشته باشید.

۸- **به دنبال راه‌های کسب درآمد در شهر یا کشور مقصد باشید** از سایت‌هایی همچون Fiverr، Upwork و دیگر سایت‌های مستقل و فریلنسر برای کسب درآمد کمک بگیرید. یا اگر زبان انگلیسی بلد هستید، می‌توانید با آموزش این زبان به مردم برای خود درآمدزایی سریع داشته باشید.

۹- **پیش از سفر به مقصد حتماً جای اقامت برای خود پیدا کنید** مهم نیست کجا قرار است اقامت داشته باشید، در هاستل یا خانه اجاره‌ای – مهم این است که پیش از ورود به کشور و شهر مقصد، اقامتگاه خود را از طریق اینترنت رزرو و کرایه کنید.

INSPIRED
BY ARCHITECTURE



MULTIFORT
ESCAPE

MIDO®

SWISS WATCHES SINCE 1918

WWW.MIDOWATCHES.COM



کیش بهین

شرکت بازرگانی

تلفن امور مشتریان: ۴۲۹۰۱

www.kish-behin.com

HARBOUR BRIDGE, SYDNEY



قلعه سریزد، مجموعه‌ای از خشت و عشق

فروغ‌بیداری روزنامه‌نگار

قلعه سریزد؛ صندوق امانتی از جنس خشت و گل یکی از بهترین گزینه‌های سفر برای علاقه‌مندان به تاریخ و معماری به شمار می‌رود. این دژ در یکی از روستاهای استان یزد به نام «سریزد» واقع شده است و این اطمینان را به شما می‌دهم که ارزش یکبار بازدید را حتما دارد.

«قلعه سریزد»؛ صندوق امانتی از جنس خشت و گل

قلعه بسیار زیبای سریزد که در روستایی به همین نام و در مسیر جاده یزد به کرمان واقع شده، حدود ۸ هزار متر مربع مساحت دارد و ۴۶۸ حجره را در دل خود جای داده است.

در نگاه اول از بیرون که دژ را دیدم، این‌طور تصور کردم که قرار است در پشت این دیوار خشتی، بقایایی از ویرانه‌های بنایی کهن‌سال را ببینم که فقط نیمی از آن بر جا مانده، همچون بسیاری از آثار باستانی کشورمان.

اما پس از عبور از روی پلی که روی خندق‌های اطراف قلعه و در مقابل ورودی اصلی گذاشته شده بود، فضایی عجیب و جالب مقابل چشم‌انم خودنمایی کرد؛ دالان‌هایی طاقی شکل که از دو طرف به گذرهای متعدد منشعب می‌شدند و هرکدام چشم‌اندازی جذاب را به نمایش می‌گذاشتند.

با ورود به هرکدام از این گذرگاه‌ها حجره‌ها و اتاق‌هایی به‌چشم می‌خوردند که عظمت معماری‌شان - به لحاظ خشتی بودن - نگاه هر بیننده‌ای را خیره می‌کرد.

حجره‌هایی با طاقچه‌ها، پنجره‌ها و شومینه‌های زیبا که شاید نشان از زندگی دایمی را در خود نداشتند، اما ساختار جالب‌توجهی را به نمایش می‌گذاشتند که آدم را ترغیب می‌کرد در همه

آنها سرک بکشد و با کنج‌کاوای زیاد، تفاوت میان هر کدامشان را کشف کند.

پشت آن حصار خشتی که در ابتدا دیدم‌بودم «تخستین صندوق امانات ایران و جهان» قرار داشت که در دوران حکومت ساسانیان و در سه طبقه ساخته شده بود. این قلعه، برخلاف عنوان «قلعه» که با خود یدک می‌کشد، برای دفاع یا مقاصد نظامی ساخته نشده و چنین کاربردی هم نداشته و فقط محلی برای ذخیره و نگهداری غلات، طلا، جواهرات و پول بشمار می‌رفته است.

قلعه بسیار زیبای سریزد که در روستایی به همین نام و در مسیر جاده یزد به کرمان واقع شده، حدود ۸ هزار متر مربع مساحت دارد و ۴۶۸ حجره را در دل خود جای داده است.

قلعه سریزد حدود ۸ هزار متر مربع مساحت دارد و ۴۶۸ حجره را در دل خود جای داده است. معماری آن همچون بیشتر استحکامات نظامی قدیمی در ایران است، یعنی دو دیوار متحدالمرکز تودرتو با برج و باروهای دیده‌بانی دارد. در اطراف دیوارها در بخش بیرونی، خندقی به عرض حدود ۶ متر و عمقی معادل سه تا چهار متر حفاری شده است تا هرگونه امکان تسخیر بنا توسط دشمنان یا سارقین از بین برود.

دژ سریزد دو در اصلی متحرک دارد که به وسیله



طناب و قرقره‌های مخصوص از سمت پایین به بالا باز و بسته می‌شده است. زمانی که ما وارد قلعه شدیم در چوبی باز بود، یعنی روی خندق قرار گرفته بود و حکم پل را داشت. البته گویا دقیقا طرح باز و بسته شدن آن از پایین به بالا هم برای همین منظور بوده است. یعنی فقط برای خودی‌ها باز شده و امکان عبور و مرور را به مردم بدهد.

در دوم که اشاره کردم هم دقیقا پشت در اصلی تعبیه شده است و حکم پشتیبان را داشته. به این صورت که اگر در اصلی توسط دشمن شکسته می‌شد، در دوم فوراً بسته می‌شد و امکان تسخیر قلعه وجود نداشت.

پس از عبور از روی خندق و دروازه اصلی، وقتی مستقیم به سمت جلو حرکت کنید، به محوطه‌ای می‌رسید که با پلکان بسیار باریک خشتی، به طبقه بالای قلعه می‌رسد و از آنجا می‌توانید وارد ده‌ها حجره خشتی شوید که با مهارت در کنار هم ساخته شده‌اند. در ساخت این حجره‌ها از آجر و گچ هم استفاده شده است و تزئیناتی همانند کادربندی و شومینه‌سازی را می‌توان در آنها مشاهده کرد.

حجره‌ها اگر چه محل زندگی مردم یزد در قدیم نبوده، اما پناهگاهی برای مواقع بحران بشمار می‌رفته است.

حالا شاید برایتان این سوال پیش بیاید که این حجره‌ها اگر فقط محلی برای ذخیره و نگهداری اموال و مواد غذایی بوده، چرا پنجره، شومینه یا تزئینات دیواری دارد؟ جواب این است که این حجره‌ها اگر چه محل زندگی مردم یزد در قدیم نبوده، اما پناهگاهی برای مواقع بحران بشمار می‌رفته است. خانواده‌ها هنگام هجوم دشمنان به شهر به این حجره‌ها که هر کدام در و کلید اختصاصی خود را داشتند، پناه می‌آوردند و از جان و مال خود یکجا محافظت می‌کردند.

این اثر ملی ایران در تاریخ ۲۷ خرداد ۱۳۵۴ با شماره ۱۰۸۴ ثبت جهانی شده است.

از آخرین طبقه قلعه سریزد می‌شد فضای اطراف و سقف‌های گنبدی حجره‌ها را مشاهده کرد که بسیار حیرت‌انگیز و بی‌نظیر به‌نظر می‌رسید.

قدم زدن در میان دالان‌های باریک و سرک کشیدن در اتاق‌هایی که سقف چندین بلندی نداشتند، تاریخ را در ذهن من تداعی می‌کرد و اینکه مردم همیشه در تاریخ با مهارت و ابتکار خود توانسته‌اند آثاری بر جای بگذارند که

دیدنشان در عصر دیجیتال و پیشرفته امروزی بسیار جذاب و ستودنی است.

البته باید اذعان کنم که مسئولین نگهداری از این اثر ملی ایران که در تاریخ ۲۷ خرداد ۱۳۵۴ با شماره ۱۰۸۴ ثبت جهانی شده است نیز با قرار دادن برخی وسایل و ظروف در برانگیخته کردن این احساسات بی‌تأثیر نبوده‌اند.

همچنین شاید بد نباشد اشاره کنم که در گوشه‌ای از حیاط شرقی بنا، میز و نیمکت‌های فلزی چیده شده بود و آش و چای آتشی عرضه می‌شد که گردشگران می‌توانستند در صورت تمایل گزینه موردنظر خود را سفارش دهند. اما نکته جالب در مورد این بخش کوچک این بود که با انواع وسایل، صندوق‌ها، ابزار و گیمه‌های قدیمی تزئین شده بود و منظره‌ای چشم‌نواز ساخته بود که نگاه اغلب گردشگران را به خود جلب می‌کرد.



HAFTMEHR
Real Estate And Investment Co.



شرکت هفت مهر

مشاور املاک و امور مهاجرتی

در ترکیه



Turkey
Discover
the potential

شرکت هفت مهر با چندین سال سابقه کاری درخشان با افتخار در خدمت شما هموطنان عزیز در کشور ترکیه می باشد و آماده ارائه خدمات در زمینه خرید و فروش و اجاره هر نوع ملک شامل تجاری، مسکونی می باشد. آپارتمان، ویلا، هتل، مغازه و دفتر کار در استانبول و آلاشیا انجام امور بازرگانی شامل ثبت شرکت، اخذ اقامت کاری، انجام امور اخذ اقامت موقت و دائمی، خدمات ترانسفر فرودگاهی و تورهای تفریحی، ارائه خدمات مترجم روزانه، اجاره خودرو با راننده و یا بدون راننده، مشاوره بازرگانی، مهاجرتی و توریستی.

**فروش آپارتمان در بهترین
رزیدانسه های استانبول فول امکانات
شروع قیمت از ۲۰۰ هزار لیر
فروش ویلا در بهترین پروژه های
استانبول فول امکانات شروع
قیمت از ۸۰۰ هزار لیر**

GSM: 0090 539 675 35 96 / 0090 534 911 82 82 OFFICE: 0090 212 803 77 28
www.haftmehr.com @ haftmehr@gmail.com HAFTMEHR_TURKEY https://t.me/haftmehr
ADDRESS: MERKEZ MAH. AKAR CADDESİ. 1 TOWER BOMONTI RESIDENCE KAT:14 NO:93/94



آغوشی که هر روز بزرگ تر می شود

هر روز ۶ کودک مبتلا به سرطان تحت حمایت محک قرار می گیرند

این آغوشی است که به پشتوانه شما سالانه برای حمایت از ۲۰۰۰ کودک جدید گشوده تر می شود. بیشک بدون همراهی خیرخواهانه تان، ادامه این راه ممکن نخواهد بود.



حمایت از کودکان محک با دریافت قلک

۰۲۱-۲۳۵۴۰ قلک محک



mahak-charity.org

از اینکه به پیام ما توجه می کنید، سپاسگزاریم. بازدید از محک: ۰۲۱-۲۳۵۴۰

۱۰ مقصد گردشگری برای سفر تابستانی به اروپا

در هنگام برنامه‌ریزی برای سفر به اروپا در فصل تابستان، بیشتر مسافران نقاط معروف را انتخاب می‌کنند به جای اینکه به دنبال مکان‌های ناشناخته‌تر باشند. در نتیجه، بسیاری از مقصدهای مسافرتی فوق‌العاده زیبا در اروپا که دارای محیطی بکر و دست‌نخورده برای سفر ایده‌آل تابستانی هستند نادیده گرفته می‌شوند.

به همین خاطر، لیستی از بهترین مقصدهای مسافرتی بکر اروپا برای فصل تابستان را آماده کرده‌ایم. مطمئن باشید که این مکان‌های تابستانی اروپایی سفری هیجان‌انگیز و سرگرم‌کننده برای شما فراهم خواهند آورد.

۱۰- کرت، یونان (Crete) کرت دارای برخی از آرامش‌بخش‌ترین سواحل جهان با آب‌هایی زلال به رنگ زمرد است که می‌تواند یکی از بکرترین و بهترین انتخاب‌ها برای سفر تابستانی به اروپا باشد. با وجود سواحل زیبا به رنگ صورتی، روستاهای سنتی، ژرف دره‌های عظیم و بسیاری دیدنی‌های دیگر، کرت می‌تواند در لیست سفر هر مسافر مشتاقی قرار داشته باشد.

بهترین زمان برای سفر: اردیبهشت تا اواسط مهر

مکان‌های زیبا برای بازدید: پارک ملی ساماریا گورج، کاخ کنوسوس، جزیره الافونیسی، ساحل بالوس، جزیره اسپینالونگا و ...
فعالیت‌هایی که می‌توان انجام داد: کوهپیمایی در پارک ملی ساماریا گورج، غارنوردی در غار سایکرو، شنا در ساحل وای، خرید در بازار محلی و ...

۹- پورتو، پرتغال (Porto) پورتو که از آن به عنوان الماس ساحلی پرتغال یاد می‌شود، در شمال غربی این کشور واقع شده و یکی از دیدنی‌ترین مکان‌های اروپا در فصل تابستان است. پورتو دومین شهر بزرگ در پرتغال است و اعتبار نام کشور پرتغال نیز به این شهر داده می‌شود. از ساحل‌ها و ساختمان‌های رنگارنگ گرفته تا تاریخ غنی آن، پورتو بدون شک شهری جادویی با زندگی شبیه هیجان‌انگیزی است.

بهترین زمان برای سفر: اردیبهشت تا شهریور

مکان‌های زیبا برای بازدید: کاخ بولسا، کلیسای سائو فرانسیسکو، کتابفروشی لئو، کلیسای کلریگوس، ورزشگاه دراگو و ...

فعالیت‌هایی که می‌توان انجام داد: منظره گردی در شهر با اتوبوس‌های دوطبقه، کوهپیمایی در اطراف رود دورو، بازدید از هنر و معماری مؤسسه فرهنگی سرالوس، و ...

۸- پافوس، قبرس (Paphos) کسانی که

می‌خواهند حمام آفتاب بگیرند، بدن خود را برنزه کنند و نهایت آرامش را کسب کنند باید به پافوس بروند، آرامش‌بخش‌ترین مقصد ساحلی برای بازدید در فصل تابستان در اروپا. پافوس در ساحل جنوب غربی قبرس واقع شده و سواحل شن‌های نرم، درختان نخل، و صخره‌های سنگ آهک معروف از جاذبه‌های اصلی این منطقه هستند. همچنین در سفر به پافوس، تجربه قایق‌های دوبنده کانامرن را از دست ندهید.

بهترین زمان برای سفر: اردیبهشت تا مهر

مکان‌های زیبا برای بازدید: خلیج مرجانی، پارک باستان‌شناسی کاتو پافوس، مقبره‌های پادشاهان، قلعه پافوس، قلعه سارانتا کولونس و ...
فعالیت‌هایی که می‌توان انجام داد: بازدید از دوره روم باستان در پارک باستان‌شناسی کاتو پافوس، اسب سواری در دامداری اینگل ماتین، دیدن لاک پشت‌های دریایی وحشی در ایستگاه حفاظت از لاک‌پشت‌ها در خلیج لارا و ...

۷- جزیره اسکای، اسکاتلند (Isle of Skye) کوه‌های باشکوه و صخره‌های مرتفع نقاط برجسته جزیره اسکای هستند، معروف‌ترین و دومین جزیره بزرگ در اسکاتلند. جزیره اسکای در مجمع‌الجزایر هبریدهای داخلی قرار دارد و به خاطر قلعه‌های قرون وسطی، دهکده‌های ماهیگیری فوق‌العاده زیبا و بهترین زندگی شبانه در اروپا در فصل تابستان شهرت دارد. جزیره اسکای مکانی است که می‌تواند به هر کسی حسی رویایی و مسحورکننده دهد.

بهترین زمان برای سفر: خرداد تا شهریور

مکان‌های زیبا برای بازدید: قلعه دانوگان، تپه استور، زمین لغزه کویراینگ، آبادی کولیووست، قلعه آرمادیل، آبشار فری پولز و ...

فعالیت‌هایی که می‌توان انجام داد: کوهپیمایی در تپه استور، کوهپیمایی در کویراینگ، ماهیگیری در دانوگان، پیاده‌روی در طبیعت و کوهپیمایی در آبشار فری پولز و ...

۶- برگن، نوروژ (Bergen) برگن، منطقه‌ای با آبردها و یخچال‌های طبیعی در خشان، دومین شهر بزرگ در نوروژ است که با جذابیت‌های خود هرگز در تحت تأثیر قرار دادن مسافران ناکام نمی‌ماند. برگن که ریشه‌های آن به عصر وایکینگ‌ها بر می‌گردد، ترکیبی عالی از فرهنگ ۹۰۰ ساله و سبک زندگی مدرن است. برگن با انواع موزه‌ها، گالری‌های هنری، رستوران‌ها و فروشگاه‌های صنایع دستی، شهری پر جنب و جوش است که هر کسی را مسحور جاذبه خود می‌کند.

بهترین زمان برای سفر: اردیبهشت تا مرداد

مکان‌های زیبا برای بازدید: موزه بریگنز، موزه هانستیک، موزه ترولدهاوگن، قلعه برگنپوس، دریاچه لیل و ...

فعالیت‌هایی که می‌توان انجام داد: پیاده‌روی و کوهپیمایی در کوه فلوین، سفر با تراموای هوایی به کوه اولریکن، کاوش زندگی دریایی در آکوریوم برگن، و ...
۵- براشوو، رومانی (Brasov) براشوو که از همه طرف به وسیله کوه‌های کارپات احاطه شده، شهر کوچکی است که در ناحیه ترانسیلوانیا واقع شده است. براشوو بهترین مکان برای اسکی تابستانی در اروپا است و معماری فوق‌العاده گوتیک در تمام کلیساها و ساختمان‌های آن نمایان است. براشوو با وجود زیبایی‌های فراوان در همه جایش، همچنین مکانی عالی برای اسکای دایوینگ و کوهپیمایی است.

بهترین زمان برای سفر: فروردین تا خرداد و شهریور تا مهر

مکان‌های زیبا برای بازدید: قلعه برن، کلیسای بیسریکا نیاگرا، باغ وحش براشوو، کلیسای سن نیکولاس و ...

فعالیت‌هایی که می‌توان انجام داد: سواری در ماشین‌های کابلی کوه تامپا، اسکی و اسنوبورد سواری در منطقه پویانا براشوو، گردش در پارک آبی اسمایل و ...

۴- زادار، کرواسی (Zadar) زادار با موقعیتی زیبا در منطقه ساحلی دالماسی، الماسی بکر در قلب کشور کرواسی است. این شهر به خاطر وجود ویرانه‌های ونیزی و رومی از شهرت زیادی برخوردار است و شما بدون شک عاشق معماری فوق‌العاده آن خواهید شد. همچنین، فستیوال موسیقی Soundwave در تیسنویکی از بهترین جشنواره‌های موسیقی اروپا در فصل تابستان است.

بهترین زمان برای سفر: خرداد تا شهریور

مکان‌های زیبا برای بازدید: کلیسای سن دوناتوس، پارک ملی کرکا، جزیره اوسلیاک، موزه باستان‌شناسی و ...

فعالیت‌هایی که می‌توان انجام داد: اسکای دایوینگ، اسب سواری در دره ولیکا پلانا، کوهپیمایی در جزیره پاک، تور جیب‌سafari در کوه ولبیت و ...
۳- دهکده خیت‌هورن، هلند (Giethoorn) کافی است تا قایقی در خیت‌هورن کرایه کنید تا اوج لذت را تجربه کنید. این دهکده شگفت‌انگیز هیچ جاده‌ای ندارد، و هزاران مسافر را از سراسر جهان به خود جذب می‌کند. سرزمین جادویی دهکده خیت‌هورن از بیش از

۱۸۰ پل و کانال آبی بی‌پایان تشکیل شده و در تابستان‌ها از جذابیتی دوچندان برخوردار است.

بهترین زمان برای سفر: اردیبهشت تا اواسط مهر

مکان‌های زیبا برای بازدید: موزه دی اوده آرده، موزه هت اولده مات، موزه گلوریا ماریس، اقامتگاه تفریحی Arendshorst و ...
فعالیت‌هایی که می‌توان انجام داد: گشت و گذار در پارک ملی وریسن ویدن، کاتو سواری در کانال‌های خیت‌هورن، دوچرخه‌سواری در مسیرهای مخصوص دوچرخه و ...

۲- سیسیل، ایتالیا (Sicily) یک نگاه به منظره سیسیل شما را دچار ضعف می‌کند. با داشتن چشم‌اندازهای فوق‌العاده زیبا، سیسیل یکی از بزرگ‌ترین و تماشایی‌ترین جزایر مدیترانه است. با بازدید از مکان‌های تاریخی و سواحل درخشان، شما هرگز از محیط رویایی سیسیل در تعطیلات تابستانی خود در ایتالیا خسته نخواهید شد.

بهترین زمان برای سفر: اردیبهشت تا خرداد و شهریور تا مهر

مکان‌های زیبا برای بازدید: کوه اتنا، کلیسای پالاتینا، عمارت روماندل کلساله، کاخ نورمانی، کلیسای جامع دی مونترتاله و ...

فعالیت‌هایی که می‌توان انجام داد: اسکی و کوهپیمایی در کوه اتنا، قایق سواری و رفتینگ در الکتانتارا، غواصی سطحی در جزیره ایسولا بلا و ...

۱- لاوتربرونن، سوئیس (Lauterbrunnen) لاوتربرونن با وجود آبشار باشکوه و خروشان استایخ، مقصدی است که تعادلی عالی بین طبیعت، ماجراجویی، عشق، و آرامش فراهم می‌آورد. لاوتربرونن یکی از بهترین مقصدها برای ماه عسل است که توسط کوهستان‌های پوشیده از برف، مناظر طبیعی، ناهمواری‌های صخره‌ای، یخچال‌های طبیعی، دره‌ها، و هر عنصر دیگری احاطه شده که مسافرت تابستانی شما در سوئیس را تجربه‌ای فراموش‌نشدنی خواهد کرد.

بهترین زمان برای سفر: اردیبهشت تا خرداد

مکان‌های زیبا برای بازدید: آبشار ترومبلاخ، آبشار استایخ، کوه مونک، کوه لابرهورن، یخچال طبیعی ایگر، کوه مانلیکن و ...

فعالیت‌هایی که می‌توان انجام داد: لذت از چشم‌اندازهای پانورامایی قله یونگفراو و مونک از رصدخانه یونگفراو، غذا خوردن در رستوران گردان در قله شیلتورن، کوهپیمایی در گردنه کلین شیدگ، سواری با ماشین‌های کابلی از روستای استشلیبرگ تا در قله شیلتورن و ...

FIRS
EXCLUSIVE



TERANI
COUTURE

JOVANI
Women's Luxury Dresses

FIRS
EXCLUSIVE



- فرس - ژوانی کامرانیه (VIP): کامرانیه شمالی پلاک ۳۶
فرس - ژوانی جردن: جردن نبش روانپور
فرس پالادیوم: مرکز خرید پالادیوم ط همکف
فرس - ژوانی شهرک غرب: بلوار خوردين برج دوبرال

 firsitally
 firsitally

 Jovaniterani
 Jovaniterani

www.firsitaly.com

Why Do We Feel Tired?

(هیپرتیروئیدیسم) سوخت و ساز بدن سرعت می گیرد و هنگام کم کاری تیروئید متابولیسم کاهش می یابد. هیپرتیروئیدیسم خستگی عضلانی و ضعف ایجاد می کند که شما این احساس را ابتدا در ران ها متوجه می شوید. تمرین هایی مانند دوچرخه سواری وضعیت را بدتر می کند. از علائم دیگر پرکاری تیروئید می توان به کاهش وزن، افزایش ضربان قلب، قاعدگی کوتاه و مکرر و افزایش تشنگی اشاره کرد.

۳- دیابت

شکر، که گلوکز نیز نامیده می شود سوختی است که بدن شما را تامین می کند و کسانی که نمی توانند به درستی از گلوکز استفاده کنند مبتلا به دیابت می شوند. خستگی اولین عامل هشدار دهنده دیابت است. به غیر از احساس خستگی مفرط، نشانه های دیگر دیابت عبارتند از: تشنگی بیش از اندازه، ادرار مکرر، گرسنگی، کاهش وزن، تحریک پذیری، عفونت و تاری دید. تست قند خون در ناشتا شایع ترین روش اندازه گیری میزان قند خون است.

۱- کم خونی

خستگی ناشی از کم خونی مربوط به کمبود گلبول های قرمز است که اکسیژن را از ریه ها به بافت ها و سلول های بدن منتقل می کنند. کم خونی همچنین ممکن است ناشی از کمبود آهن، ویتامین، خونریزی داخلی یا بیماری های مزمن مانند آرتریت روماتوئید، سرطان یا نارسایی کلیه باشد.

زنان به خصوص در سن بارداری در معرض کم خونی ناشی از نیاز بدن به آهن اضافی و یا فقر آهن در طول قاعدگی هستند. احساس خستگی یکی از مهمترین علائم کم خونی است. از دیگر علائم می توان به ضعف شدید، خواب کم، عدم تمرکز، ضربان قلب، درد قفسه سینه و سردرد اشاره کرد. معاینه فیزیکی و آزمایش خون برای شمارش کامل گلبول های قرمز ضروری است.

۲- بیماری تیروئید

هنگامی که هورمون های تیروئید شما مشکل دارند، حتی فعالیت های روزمره شما مختل می شود. غده تیروئید، هورمون هایی تولید می کند که متابولیسم شما را کنترل می کنند. هنگام پرکاری تیروئید

۴- افسردگی

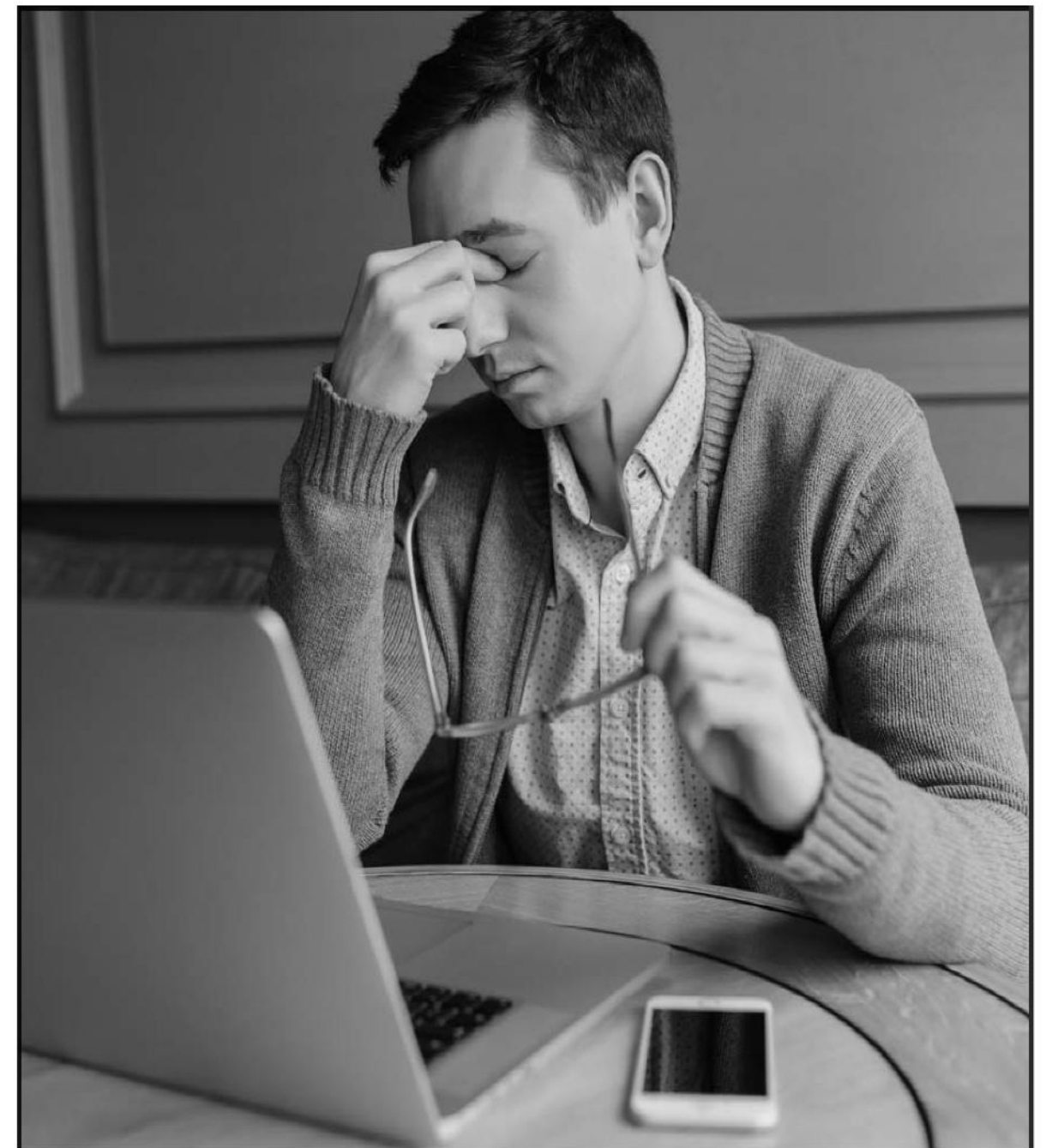
افسردگی یک بیماری است که بر روی نحوه خوابیدن، غذا خوردن و احساسات نسبت به خود و دیگران تأثیر می گذارد. درمان علائم افسردگی ممکن است هفته ها، ماه ها و یا حتی سال ها طول بکشد. همه ما افسردگی را به یک شیوه تجربه نمی کنیم. اما معمولاً افسردگی می تواند موجب کاهش انرژی، تغییر الگوهای خواب و غذا، مشکلات حافظه و احساس ناامیدی شود.

هیچ آزمایش خونی برای افسردگی وجود ندارد، اما ممکن است پزشک با پرسیدن چند سوال به شدت بیماری پی ببرد. از علائم افسردگی می توان به خستگی یا از دست دادن انرژی، خواب بیش از حد کم یا بیش از حد زیاد، خلق و خوی غمگین و مضطرب، کاهش اشتها و کاهش وزن، افزایش اشتها و افزایش وزن، بی حوصلگی، سردرد، بیوست و سایر اختلالات گوارشی، مشکل تمرکز، احساس گناه یا بی ارزش بودن، افکار مرگ یا خودکشی اشاره کرد.

۵- آپنه خواب (انسداد مجرای تنفسی در خواب)

اگر بعد از خواب احساس خستگی می کنید ممکن است به آپنه خواب مبتلا باشید. آپنه خواب یک اختلال است که به علت وقفه های کوتاه مدت تنفس در طول خواب ایجاد می شود. در رایج ترین نوع آپنه انسدادی خواب، راه هوایی فوقانی شما در واقع برای چند ثانیه بسته و یا فرو می ریزد که به نوبه خود مغز شما را بیدار می کند تا دوباره شروع به تنفس کنید.

آپنه خواب اغلب به وسیله خروپف نشان داده می شود و معمولاً بعد از ظهر روز بعد احساس خستگی می کنید. از آنجا که آپنه خواب می تواند منجر به بیماری های قلبی، فشار خون بالا و سکته مغزی شود، انجام آزمایش آن مهم است. این آزمایش شامل اقامت شبانه در یک کلینیک خواب است که در آن شما به یک پلی سومنوگرافی وصل می شوید؛ آزمایشی بدون درد که الگوهای خواب، تغییرات تنفسی و فعالیت مغز مشخص می شود.



چرا احساس خستگی می کنیم؟

گر همیشه احساس خستگی می کنید یا همیشه از خودتان می پرسید «چرا من خیلی خسته ام؟» به فکر تغییر برخی از شیوه های زندگی خود حداقل به مدت ۲ تا ۳ هفته باشید، مثلاً: بیشتر بخوابید، غذاهای سالم تر بخورید، مایعات بیشتری مصرف کنید، مولتی ویتامین مصرف کنید و کافئین را کاهش دهید. اگر با این تغییرات باز هم احساس خستگی کردید نیاز به درمان دارید. چرا که خستگی بیش از حد می تواند نشانه یک وضعیت جدی باشد.

دندانپزشک منتخب هنرمندان

دکتر عبدالصمدی

دندانپزشک / فلوشیپ زیبایی
www.drabdolsamadi.com

لومینیرز:

طراحی لبخند با استفاده از
جدیدترین تکنولوژی امریکا
بدون تراش دندان



Dr.Mohammadabbas abdolsamadi
Dentist & Fellowship of Cosmetic Dentistry

Gheytariye, in Front of gheytariye Park, khorasani ST. Park Gheytariye
Medical Apartment, Flat4,NO.19 TEL:22683606

 drabdolsamadi

روبروی ضلع شرقی پارک قیطریه، نرسیده به اندرزگو، نبش خیابان خراسانی
ساختمان پزشکان پارک قیطریه، طبقه چهارم، واحد ۱۹ تلفن: ۲۲۶۸۳۶۰۶



Qeshm Air sales office-Tehran

Phone: +98 21 47999

Telegram: @QeshmAirr

Instagram: qeshmair

www.qeshm-air.com

www.qeshmair.aero



Fly There by Qeshm Air

Qeshm Air is the first Iranian Airline received
TCO clearance for flying to Europe

با ما خیال ابرها را بفرستید

سامانه فروش آنلاین بلیت قشم ایر

Ebooking.qeshm-air.com

Ebooking.qeshmair.aero

www.4764.ir

سامانه نظرسنجی آنلاین قشم ایر

www.qeshm-air.com/services.asp

اشرافی‌ترین هواپیماهاک سیاست‌مداران جهان

کاملاً مشخص است، روسای جمهور و اشخاص بلندپایه کشورهای مختلف دنیا برای مسافرت و انجام ماموریت‌های سیاسی با هواپیماهای معمولی سفر نمی‌کنند، به همین دلیل روسای جمهور کشورهای مختلف ترجیح می‌دهند سوار بر جت‌های شخصی بسیار شیک و مجهز که از لحاظ امنیتی نیز تجهیز شده‌اند به کشورهای دیگر سفر کنند.



The Most Aristocratic Politicians' Planes

این هواپیماهای گول‌پیکر به عنوان امن‌ترین وسایل پروازی شناخته می‌شوند که تاکنون انسان‌ها سوار بر آن شده‌اند، به لحاظ امکانات و البته امنیت نیز این هواپیماها به بهترین دستاوردهای روز صنعت هوایی دنیا مجهز هستند، کاملاً مشخص است به لحاظ قیمت نیز با گران‌قیمت‌ترین هواپیماهای دنیا طرف هستیم و با این حساب خالی از لطف نیست اگر در ادامه ببینیم روسای جمهور کشورهای مختلف دنیا برای سفرهای هوایی از چه هواپیماهایی استفاده می‌کنند. لازم به ذکر است از آنجایی که شخصیت‌های سرشناس سیاسی کشورهای مختلف سوار بر این هواپیماها می‌شوند به دلایل امنیتی اطلاعات زیادی از فضای داخلی و تجهیزاتی که این هواپیماها به آن‌ها مجهز شده‌اند به بیرون منتشر نشده است و در نتیجه به ذکر مشخصات عمومی این هواپیماها بسنده کرده‌ایم.



بوئینگ 777-300ER، بنگلادش: بنگلادش کشور ثروتمندی نیست اما برای هواپیمای رئیس‌جمهور خود چیزی کم نگذاشته است و شخص رئیس‌جمهور این کشور سوار بر یک بوئینگ ۷۶۰ میلیون دلاری بر فراز ابرها پرواز می‌کند. قطر بدنه این هواپیما بین ۵ تا ۷ متر است و به یک راهروی دوقلو مجهز شده است. این جت گول‌پیکر در سال ۲۰۱۴ توانست به دلیل طراحی داخلی و همچنین مصرف پایین مورد توجه کارشناسان صنایع هوایی قرار بگیرد. جالب است بدانید Boeing 777-300ER که رئیس‌جمهور بنگلادش سوار بر آن می‌شود چیزی حدود ۲۲ درصد کمتر از بوئینگ‌های مدل پایین‌تر از خود دی‌اکسید کربن در هوا منتشر می‌کند.

ایرباس A340-600، اردن: این هواپیمای ایرباس چیزی حدود ۷۶ متر فضای داخل برای پادشاه اردن تعبیه کرده است، گفته می‌شود که طراحی قسمت‌های داخلی این هواپیما نیز بسیار راحت در نظر گرفته شده و با یک ایرباس ۷۷۵ میلیون دلاری طرف هستیم که مصرف بهینه‌ای دارد. این ایرباس به لحاظ تکنولوژی‌های داخلی نیز هواپیمای بسیار پیشرفته و مجهزی است و امکانات بسیار زیادی را در اختیار رئیس‌جمهور اردن و تیم همراه وی قرار می‌دهد.

بوئینگ 747-400، ژاپن: تجربه نشان داده است ژاپنی‌ها علاقه زیادی به حفظ سنت‌های قدیمی خود دارند و به سادگی و زندگی غیر تجملاتی پایبند هستند، اما این باور در خصوص هواپیمای مقامات بلندپایه ژاپن صدق نمی‌کند و با یک بوئینگ کاملاً مجهز و اشرافی طرف هستیم که چهار موتور بزرگ آن را در هوا به پیش می‌راند. سیستم‌های داخلی این بوئینگ ۳۰۰ میلیون دلاری، کاملاً خودکار عمل می‌کنند و قسمت کابین خلبان نیز به تجهیزات روز دنیا مجهز است.

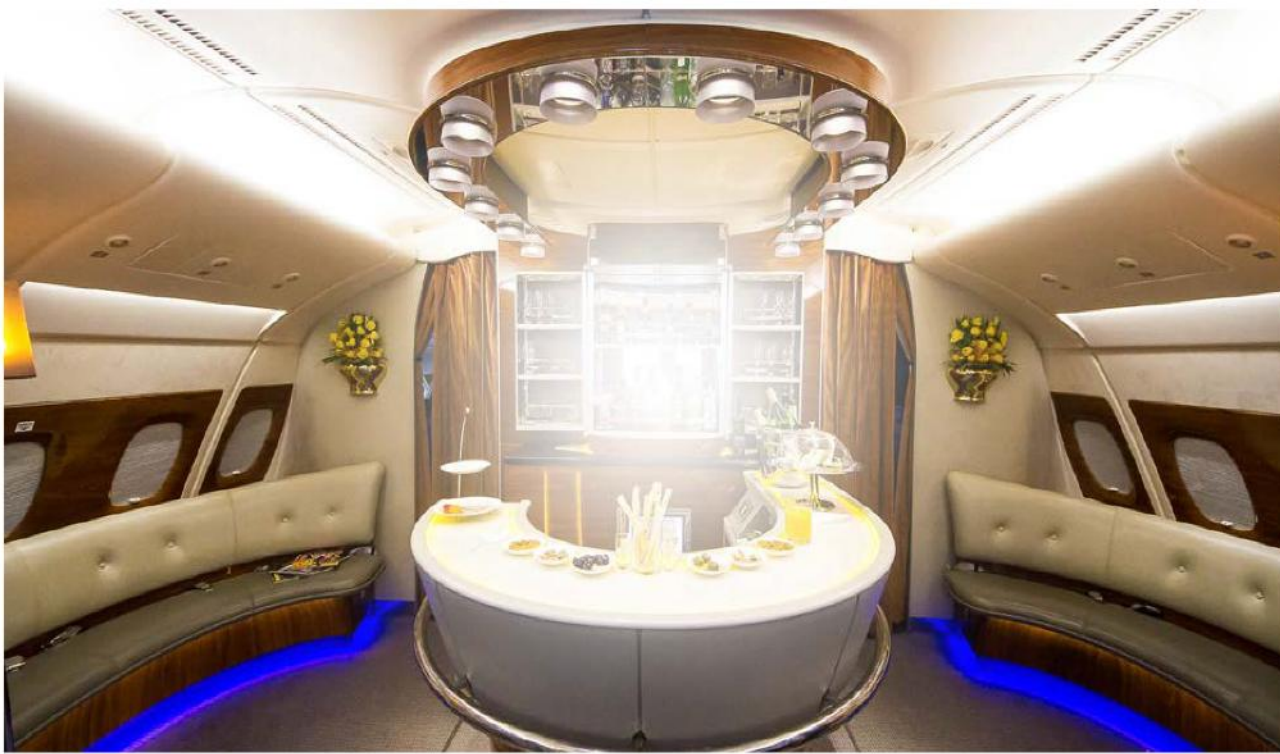
بوئینگ SP747، یمن: البته این بوئینگ SP747 رئیس‌جمهور یمن در جریان درگیری‌های داخلی این کشور آتش گرفته و در نتیجه هواپیمای دیگری از سال ۲۰۱۵ افتخار سرویس‌رسانی به رئیس‌جمهور و اعضای بلندپایه این کشور را دارد. این هواپیمای گول‌پیکر دارای چهار موتور بود و جهت خرید آن مبلغ ۳۰۰ میلیون دلار پرداخت شده بود.



بوئینگ Boeing747-200 B، ایالات متحده آمریکا: این بوئینگ چیزی حدود ۳۲۵ دلار قیمت دارد و با توجه به تعداد سرنشینانی که در آن جای می‌گیرند می‌توان گفت اگر تمامی سرنشینان این هواپیما نفری یک میلیون دلار در جیب داشته باشند می‌توانند بوئینگ رئیس‌جمهور آمریکا را خریداری کنند. این هواپیمای بوئینگ نسخه جدیدتر بوئینگ 100-747 است و با هواپیمای بسیار سنگین و عظیم‌الجثه‌ای طرف هستیم که رئیس‌جمهور و تیم همراه وی را برای سفرهای کاری به اقصی نقاط دنیا منتقل می‌کند.

هواپیمای ایرفورس وان، ایالات متحده آمریکا: در کنار هواپیمای Boeing747-200 B که در بالا به آن اشاره شد، رئیس‌جمهور آمریکا از هواپیمای معروفی با نام ایرفورس وان نیز استفاده می‌کند، در حال حاضر هواپیمای ایرفورس وان رئیس‌جمهور آمریکا را یک بوئینگ VC-25 تشکیل می‌دهد. این بوئینگ چیزی حدود ۳۲۵ میلیون دلار قیمت دارد و به لحاظ امکانات داخلی شرایط کافی را برای انجام امور مربوط به مملکت‌داری برای رئیس‌جمهور آمریکا را فراهم می‌کند. به لحاظ تجهیزات نیز با یک بوئینگ بسیار شیک و تجملاتی طرف هستیم که از جدیدترین فناوری‌های روز دنیا بهره گرفته است.

Boeing



بوئینگ 767، زیمبابوه: زیمبابوه کشور ثروتمندی نیست و به همین دلیل نیز هواپیمای ۴۰۰ میلیون دلاری رئیس‌جمهور این کشور همیشه بحث‌های مختلفی را به دنبال داشته است. همان‌گونه که از این بوئینگ چندصد میلیون دلاری انتظار می‌رود به تمامی امکانات مجهز و روز دنیا تجهیز شده است تا مسافرتی خوب و بی‌خطر را برای رئیس‌جمهور زیمبابوه به دنبال داشته باشد. در قسمت بدنه بیرونی این بوئینگ 747 شاهد پرچم ملی زیمبابوه نیز هستیم.

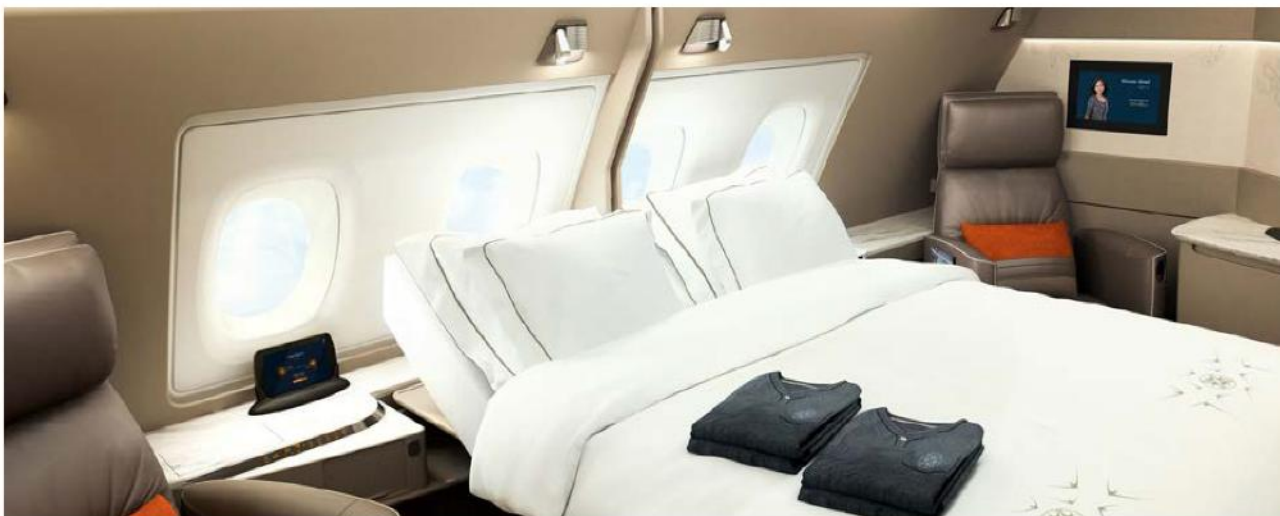
ایرباس A380، عربستان سعودی: این ایرباس ۵۰۰ میلیون دلاری عملاً یک هتل پنج‌ستاره است که بر فراز آسمان پرواز می‌کند و مورد استفاده سیاستمداران و

شاهزادگان سعودی قرار می‌گیرد. ایرباس A380 عملاً چیزی حدود ۸۰۰ مسافر را در خود جای می‌دهد و به لحاظ تجهیزات داخلی یکی از زیباترین و شیک‌ترین هواپیماهایی سیاسی به حساب می‌آید.

بوئینگ 747، عربستان سعودی: در این قسمت با یکی از گران‌قیمت‌ترین بوئینگ‌های 747 دنیا سر و کار داریم، این هواپیما به لحاظ امکانات فنی تفاوت‌های زیادی با سایر بوئینگ‌های 747 ندارد و یک بوئینگ ۲۲۸ میلیون دلاری است، اما تا دلتان بخواهد پادشاه عربستان برای قسمت‌های داخلی این بوئینگ خوش‌سلیقگی به خرج داده و ولخرجی کرده است تا اینکه قیمت تمام شده این بوئینگ 747 با تجهیزات اضافی که در آن نصب شده است به چیزی حدود نیم میلیارد دلار برسد. کف اتاق‌های داخل این هواپیما از بهترین سنگ‌های مرمر درست شده است و ۵ اتاق خواب را در کنار ۲۰ اتاق کوچک دیگر در این بوئینگ شاهانه شاهد هستیم.

بوئینگ Dreamliner 787-8، مکزیک: در این قسمت به آخرین و البته گران‌ترین هواپیمای روسای جمهور دنیا رسیدیم، این هواپیما به عنوان یکی از گران‌ترین جت‌های دنیا به حساب می‌آید و امکانات داخلی بسیار پیشرفته‌ای در آن به خدمت گرفته شده است.

این هواپیما ۶۰۰ میلیون دلاری با سرعتی حدود ۱۶۰۰ کیلومتر در ساعت دل آسمان را می‌شکافد و با یک بار سوخت‌گیری از سواحل غربی آمریکا تا سواحل شرقی این کشور پرواز می‌کند.





سالن جراحی مجهز به GPS ایمپلنت های دندان

سوابق علمی

- Master ایمپلنت و زیبایی دندان از دانشگاه UCLA آمریکا
- Master of Science لیتر از دانشگاه آخن (Aachen) آلمان
- دوره پیشرفته ساخت لمینت های بدون تراش در مرکز Ivoclar لیختن اشتاین (Liechtenstein)
- و Vita آلمان و دوره CERAM Master با پروفیسور مک لارن مدیر بخش زیبایی دانشگاه UCLA
- دوره پیشرفته CAD/CAM با مواد E-max و Zirconia و Glass Ceramic ها از کمپانی سیرونا (Sirona) آلمان
- دوره پیشرفته پیوندهای استخوانی و سینوس لیفت (close/open) زیر نظر پروفیسور والاس از آمریکا
- دوره Bone Management از کمپانی Meisinger آلمان، دوره All-on-4
- دوره زیبایی پروفیسور فرادیانی، دوره های متعدد زیبایی در اروپا
- عضو اکادمی دندانپزشکی زیبایی آمریکا (AACD)
- عضو کنگره بین المللی ایمپلنت های دهان (ICOL) و Fellow ICOL و عضو ITI
- عضو انیستیتو جهانی برای آموزش دندانپزشکان آمریکا (GIDE)
- دارنده تندیس مشتری مداری و مدرک Dental MBA
- دوره پیشرفته ایمپلنت از سوئد (مرکز Nobel Biocare)، Certificate ایمپلنت های مختلف از جمله:
- Biohorizons آمریکا، Nobel Biocare سوئد، اشترومن سوئیس



مرکز دندانپزشکی دکتر سعید کریمی

Dr.Saeid Karimi

Master ایمپلنت و زیبایی دندان
از دانشگاه UCLA آمریکا



از تصور تا واقعیت

دندان پزشکی بدون قالب گیری



مجهز به پیشرفته ترین

دستگاه های استریل

خدمات دندانپزشکی

- دندانپزشکی پیشگیری (فلوراید تراپی و فیشور سیلنت)، جرم گیری و Airflow (برای از بین بردن رنگدانه های دندان)
- جراحی های پیشرفته و جراحی دندان های نهفته
- درمان ریشه (RCT) توسط متخصص، ترمیم های هم رنگ دندان (ترمیم های کامپوزیتی)
- ساخت ترمیم های سر امیکی اینله و آتله با دستگاه CAD-CAM (دندانپزشکی بدون قالب گیری)
- روکش ها و بریج های تمام سر امیک (Metal Free Crown)
- ارتودنسی نامرئی Clear Aligner
- اصلاح نامرتبی دندان ها بدون ارتودنسی با استفاده از لمینت های زیبایی

arttec
Art & Technology

Unit 1&2, No.4, Tandis Ave, Nelson Mandela
(Jordan & Africa) Blvd, Tehran, Iran

021- 88888590 - 88884546 - 22052215

پارکینگ اختصاصی

تهران / بلوار نلسون ماندلا (چردن / آفریقا) / بالاتر از
اسفندیار / خیابان تندیس / پلاک ۴ / واحد ۱ و ۲

۰۲۱- ۸۸۸۸۸۵۹۰ - ۸۸۸۸۴۵۴۶ - ۲۲۰۵۲۲۱۵

IMPLANT AESTHETIC CAD/CAM LASER

خدمات

- لمینت های سرامیکی (Porcelain Veneer) با حداقل تراش یا بدون تراش
- لمینت های کامپوزیتی (Composite Veneer) و لومینییرز و روکش های تمام سرامیک
- ایمپلنت های دندان (تک دندان، تمام فک و اوردرنچر)
- درمان های زیبایی لثه (اصلاح تیرگی و فرم لثه با لیزر دندان پزشکی)
- درمان های پیوند استخوان (Bone Graft Treatment) و سینوس لیفت (باز و بسته)
- بازسازی دندان تمام فک (Full Mouth Rehabilitation)
- طراحی لبخند با پیشرفته ترین دستگاه دنیا (Sirona Cerec)

مجهز به پیشرفته ترین CAD/CAM دندانپزشکی



طراحی و ساخت نازک ترین لمینت های بدون تراش و حداقل تراش با CAD/CAM و اصلاح جزئیات توسط دکتر کریمی

Dental Clinic

www.Drskarimi.com

استودیو عکاسی زیبایی



Unit 1&2, No.4, Tandis Ave, Nelson Mandela (Jordan & Africa) Blvd, Tehran, Iran
021- 88888590 - 88884546 - 22052215

مجهز به لیزر های پیشرفته دندانپزشکی



دندان پزشکی بدون درد

نمونه ی از کاربردهای لیزر فتونا

■ برداشت پوسیدگی و تراش دندان

با لیزر Light Walker fotona تا 95% ترمیم دندان بدون نیاز به آمپول بی حسی امکان پذیر می شود حتی اگر پوسیدگی نزدیک عصب دندان رسیده باشد و این بدان معناست که مقدار بیشتری از بافت سالم باقی میماند. همچنین حذف لرزش و صدای ناهنجار و دقت بیشتر نسبت به مته های دندانپزشکی از مزایای کاربردی لیزر است.

■ جراحی بافت نرم و جراحی لثه و سیاهی های لثه صد در صد با لیزر قابل برگشت به رنگ طبیعی صورتی

■ درمان ریشه های عفونی

■ کاهش درد و تسریع بهبودی

■ درمان عفونت های ایجاد شده پس از ایمپلنت

■ درمان حساسیت دندانی

■ سفید کردن دندان ها



از تور مجازی در وبسایت
کلینیک دیدن فرمایید



لابراتوار اختصاصی



تهران/ بلوار نلسون ماندلا (جردن/آفریقا)/ بالا تر از اسفندیار/ خیابان تندیس/ پلاک ۴/ واحد ۱ و ۲

۰۲۱ - ۸۸۸۸۵۹۰ - ۸۸۸۸۴۵۴۶ - ۲۲۰۵۲۲۱۵

Fly There by **Qeshm Air**

Fly There by **Qeshm Air**

Qeshm Air is the first Iranian Airline received
TCO Certificate for flying to Europe

با ما خیال ابرها را تجربه کنید



Qeshm Air sales office-Tehran

Phone: +98 21 47999

Telegram: @QeshmAirr

Instagram: qeshmair

www.qeshm-air.com

www.qeshmair.aero

سامانه فروش آنلاین بلیت قشم ایر

Ebooking.qeshm-air.com

Ebooking.qeshmair.aero

www.4764.ir

سامانه نظرسنجی آنلاین قشم ایر

www.qeshm-air.com/services.asp

طرز تهیه غذاهاک تابستانی با گوجه‌فرنگی

تابستان که می‌شود نه تنها سبید میوه و سبزی خانواده تغییری عمده می‌کند و ما با رنگین‌کمانی از طعم و مزه روبه‌رو می‌شویم، غذاها هم به خاطر همین تنوع، رنگ و مزه دیگری می‌گیرند؛ به عنوان مثال همین گوجه‌فرنگی را که در اغلب غذاهای‌مان مورد استفاده قرار می‌دهیم طعم و رنگ تابستانی‌اش با دیگر فصل‌ها زمین تا آسمان فرق می‌کند و طبیعی است که همین اندازه طعم و رنگ غذاها را هم تحت تاثیر قرار می‌دهد. پس تا تابستان تمام نشده گوجه‌فرنگی‌هاپش را از دست ندهید.



پیتزا مارگاریتا

۱- فر را با حرارت ۱۷۵ درجه سانتی‌گراد روشن کنید.

۲- برای هر نفر یک عدد خمیر آماده پیتزا را روی سینی فر بگذارید.

۳- روی آن کمی روغن زیتون بمالید.

۴- حالانیم کیلو گوجه‌فرنگی پوره شده را با ۲ قاشق سوپخوری رب گوجه‌فرنگی، ۲ حبه سیر له شده، یک قاشق ریحان ریز شده و مقداری نمک و فلفل مخلوط کنید و به صورت یک لایه نازک روی خمیر پیتزا بریزید.

۵- سینی فر را به مدت یک ربع حرارت دهید، بیرون بیاورید و روی سطح پیتزا را با پنیر موتزارلای رنده شده بپوشانید.

۶- دوباره پیتزا را یک ربع دیگر حرارت دهید و بعد برای سرو روی آن را با چند برگ ریحان تازه تزیین کنید.

دمی گوجه فرنگی

۱- یک پیاز متوسط را نگینی خرد کنید و در مقداری روغن در قابلمه‌ای مناسب تفت دهید

۲- زردچوبه و فلفل را هم بیفزایید.

۳- ۵ عدد گوجه‌فرنگی را پوره یا رنده کنید و به همراه کمی نمک به قابلمه اضافه کنید.

۴- بعد از چند دقیقه یک عدد سیب‌زمینی نگینی خرد شده را به مواد اضافه کنید.

۵- سیب‌زمینی که نیم‌پز شد، ۳ پیمانه برنج شسته شده را به همراه ۳ پیمانه آب اضافه کنید و هم بزنید.

۶- آب غذا که بخار شد، دم‌کنی بگذارید. بعد از ۴۵ دقیقه تا یک ساعت غذا آماده است.

سس سالسا

۱- ۶ عدد گوجه فرنگی، ۲ حبه سیر، ۲ عدد فلفل کبابی پوست و تخم گرفته، یک عدد پیاز ریز، ۱ قاشق سوپخوری روغن زیتون و آب ۱ عدد لیموترش را در مخلوط کن بریزید.

۲- چند ساقه پیازچه، مقداری برگ گشنیز و جعفری تازه و کمی نمک و فلفل به مواد بیفزایید و مخلوط کن را روشن کنید تا مواد خوب به صورت پوره در بیاید و سس مانند شود.

۳- سس آماده را می‌توانید تا چند روز در یخچال نگهداری کنید.

۴- این سس با چیپس سیب‌زمینی و ذرت یا نان برشته و بیسکویت یا سبزیجات نواری باریک خرد شده و همین طور انواع غذای گوشتی سرو می‌شود.

خورش بامیه با گوجه و سیر

۱- یک عدد پیاز متوسط نگینی خرد شده و ۲ یا ۳ حبه سیر له یا ورقه شده را در کمی روغن تفت دهید و ۱۰ تکه گوشت خورشی هم به آن بیفزایید.

۲- وقتی رنگ گوشت تغییر کرد زردچوبه، نمک و فلفل هم اضافه کنید. بعد یک پیمانه پوره گوجه‌فرنگی و یک پیمانه آب گوجه‌فرنگی بیفزایید.

۳- در این فاصله که گوشت می‌پزد، نیم کیلو بامیه را در کمی روغن تفت دهید.

۴- وقتی از پخت گوشت مطمئن شدید بامیه را در ۵ دقیقه آخر به گوشت اضافه کنید.

۵- برای طعم‌دار کردن خورش از ۲ قاشق آبلیمو استفاده کنید. این خورش را با پلو سر کنید.

اسموتی گوجه ای رژیمی

۱- دو عدد گوجه‌فرنگی رسیده، یک عدد خیار متوسط پوست کنده، یک ساقه کرفس، یک مشت برگ جعفری و چند تکه یخ را در مخلوط‌کن بریزید.

۲- کمی نمک و در صورت تمایل مقداری فلفل به آنها اضافه کرده و مخلوط کن را روشن کنید.

۳- اگر گوجه‌ها خیلی آبدار نیستند ۱ پیمانه هم آب گوجه‌فرنگی بیفزایید و مواد را خوب مخلوط کنید تا یکدست شود.

۴- این اسموتی را برای سرو در لیوان مخصوص بریزید و با برگ کرفس یا جعفری سرو کنید.

Summer Tomatoes Recipes



هولدینگ سرمایه گذاری
پل جورجیا
Investment Adviser Company



مشاوره رایگان

اخذ اقامت گرجستان

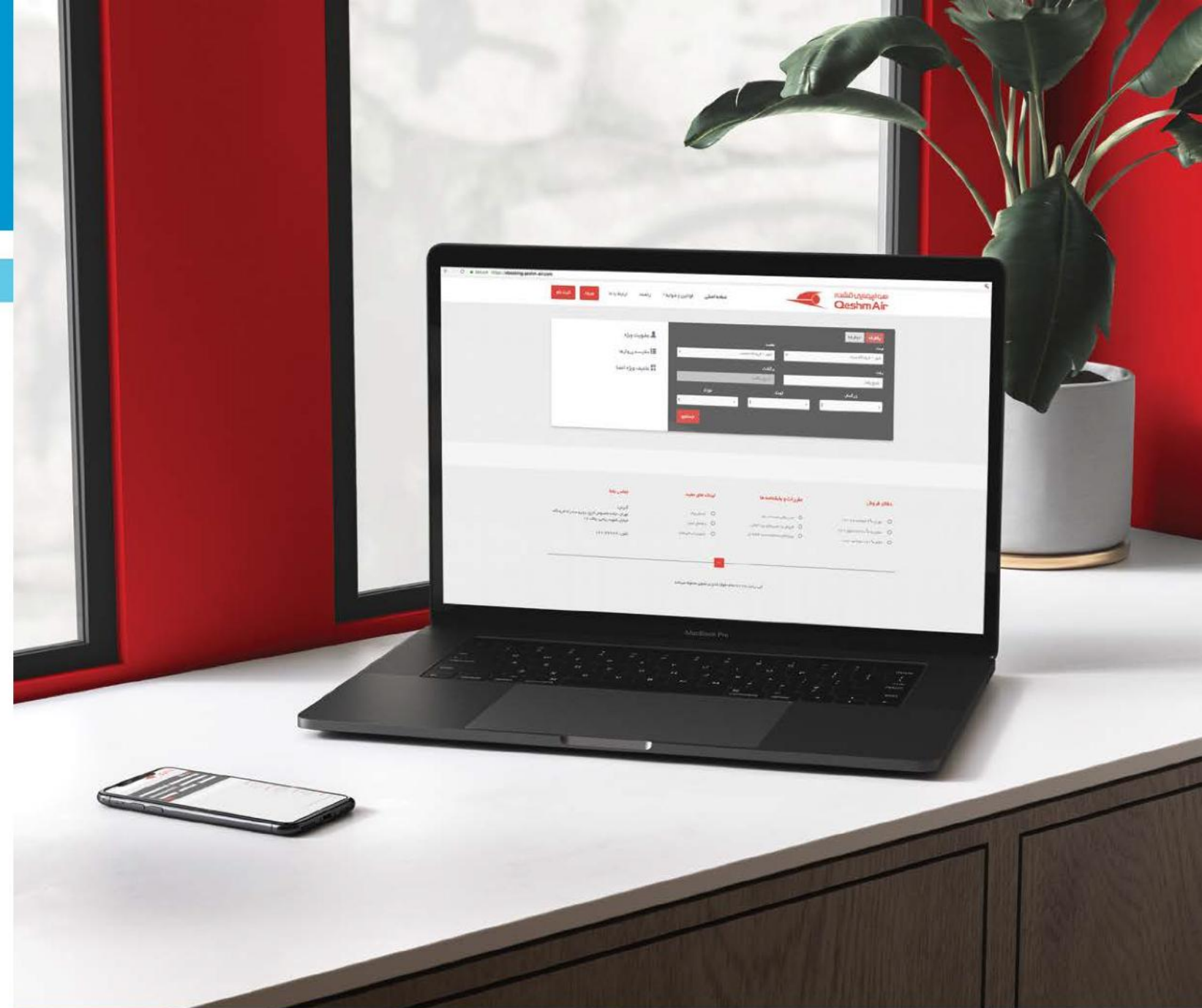
تجربه ای متفاوت از مهاجرت به
گرجستان. اگر مایل به خرید
ملک در بهترین نقاط تفلیس و
کسب اقامت و یا راه اندازی کسب و
کار خود در کشور امن و زیبای
گرجستان هستید هولدینگ بین المللی
”پل جورجیا“ با شما خواهد بود، خرید و
فروش ملک با بهترین قیمت طبق نظر
کارشناس رسمی گرجستان، سرمایه گذاری و
مشارکت در ساخت و ساز پروژه های آپارتمانی و
ویلاهای، مشاوره و خدمات راه اندازی کسب و کار،
اخذ انواع اقامت و افتتاح حساب، همه در
هولدینگ بین المللی ”پل جورجیا“ با بیش از
۱۵ سال تجربه.

”پل جورجیا“ پلی به سوی تحقق رویاهای شما در گرجستان.

ثبت شرکت
خرید و فروش ملک

📍 اوزنادزه، شماره ۵۷
🌐 www.Polgeorgia.com/new
📷 Polgeorgia.co

☎ 00995 514 343 344
📞 00995 593 866 866
📞 00995 557 459 459



سیستم فروش بلیت اینترنتی هواپیمایی قشم

Ebooking.qeshm-air.com

Ebooking.qeshmair.aero

Fly There by **Qeshm Air**

Qeshm Air is the first Iranian Airline received
TCO Certificate for flying to Europe

با ما خیال ابرها را تجربه کنید



درخشان‌ترین آثار آقای بازیگر

«واریته بهاری»، به کارگردانی پرویز خطیبی، محصول سال ۱۳۲۸، اولین فیلم سینمایی است که عزت ا.. انتظامی در آن به ایفای نقش پرداخت. داستان فیلم شامل ۶ ماجراست، بی آنکه موضوع آن‌ها به هم مربوط باشد. یکی از ماجراها مربوط به «میرزا خنده‌رو» است که کارش به بیمارستان می‌کشد و تحت عمل جراحی قرار می‌گیرد و درحالی‌که یکایک اعضای بدنش بریده می‌شود اما خنده‌اش قطع نمی‌شود.

دومین ایفای نقش او در شاهکار «گاو» ساخته داریوش مهرجویی بود که در سال ۱۳۴۸ ساخته شد. این فیلم همچنان یکی از مهم‌ترین فیلم‌های تاریخ سینمای ایران است و از اولین فیلم‌های ایرانی بود که در اروپا مورد توجه منتقدان قرار گرفت و توانست جایزه جشنواره فیلم ونیز را در سال ۱۹۷۱ از آن خود کند. عزت ا.. انتظامی با ایفای نقش در این فیلم و ارائه آن بازی درخشان، قدم در راهی گذاشت که سال‌ها بعد توانست او را به مقام آقای بازیگر برساند. پس از آن در فیلم‌های بسیاری همچون «آقای هالو»، «بی‌تا»، «پستچی»، «ستار خان»، «قیامت عشق»، «شیر خفته»، «ملکوت»، «این گروه محکومین» و «دایره مینا» پیش از انقلاب و «مدرسه ای که می‌رفتیم»، «حاجی واشنگتن»، «خانه عنکبوت»، «کمال الملک»، «چندان»، «اجاره نشین ها»، «شیر سنگی»، «سایه خیال»، «بانو»، «خانه خلوت»، «ناصرالدین شاه آکتور سینما»، «بازیچه»، «روز فرشته»، «جنگ نفتکش ها»، «روز واقعه»، «روسری آبی»، «طوفان»، «باد و شقایق»، «کمیته مجازات»، «طهران روزگار نو»، «میکس»، «سایه روشن»، «خانه ای روی آب»، «گاوخونی»، «دیوانه‌ای از قفس پرید»، «جایی برای زندگی»، «حکم»، «مینای شهر خاموش»، «شب»، «آتش سبز»، «زادبوم»، «چهل سالگی» و «راه ابریشم» به ایفای نقش پرداخت. در ادامه به شرح تعدادی از ماندگارترین نقش‌های او می‌پردازیم:



Mr Actor's Best Works

هالو: پس از نقش «مش حسن» در فیلم «گاو» که پیش‌تر به آن اشاره شد، نقش عزت ا.. انتظامی در فیلم «هالو» یکی از پرقدرت‌ترین بازی‌های او را نشان می‌دهد. این اولین و آخرین باری است که عزت ا.. انتظامی در دو نقش در یک فیلم ظاهر شده است. ایفای دو نقش «بنگامدار» و «فتح».. خان» در این فیلم بر دوش عزت ا.. انتظامی بود و اگرچه شاید نقش‌هایی محوری محسوب شوند اما قدرت بازیگری او را به رخ می‌کشند. پس از «گلو»، این دومین همکاری انتظامی با داریوش مهرجویی است. او برای این فیلم برنده مجسمه سپاس بهترین بازیگر نقش مکمل مرد شد.

حاجی واشنگتن:بازی در این فیلم، اولین همکاری عزت ا.. انتظامی با علی حاتمی است که به شرح داستان زندگی حسینقلی‌خان صدرالسلطه، اولین سفیر ایران در آمریکا می‌پردازد. از سختی‌های این نقش می‌توان به مشکلات مالی‌اش همراه با پنج ماه اقامت در ایتالیا اشاره کرد. گفته می‌شود حاتمی فیلم‌نامه هر سکانس را شب قبلش می‌نوشته و از زیر در بسته اتاق انتظامی در هتل، به او می‌رسانده است.

کمال‌الملک:عزت ا.. انتظامی با بازی در نقش ناصرالدین در این فیلم، یکی از متفاوت‌ترین نقش‌های خود را رقم زد. این نقش بر خلاف نقشش در فیلم بعدی با نام «ناصرالدین شاه آکتور سینما» بسیار عبوس و جدی است. او خود در مصاحبه‌ای در رابطه با این نقش بیان کرده است: «شادترین عیدی که در زندگی‌ام گذراندم مربوط به فیلم «کمال‌الملک» علی حاتمی است که در آن فیلم کنار سفره هفت سین نشستم، عیدی دادم و خندیدم. در تمام دوران زندگی‌ام روزهای خوبی در نوروز نداشتم و معمولاً در خانه با همسرم تنها بوده و کتاب می‌خوانم اما اوایل دهه ۶۰ که «کمال‌الملک» را کار کردیم و نقش ناصرالدین شاه را بازی می‌کردم نوروز بسیار باشکوهی بود. نوع تلفظ دیالوگ‌های حاتمی در این فیلم فرم شنیداری مخصوصی ایجاد کرده است که هیچ‌گاه از خاطر تماشاگران این فیلم ماندگار پاک نمی‌شود».

اجاره نشین‌ها:سومین همکاری انتظامی و مهرجویی، باز هم به یک شاهکار ماندگار بدل شد؛ اجاره نشین‌ها. «عباس آقای سوپرگوشت» اجاره نشین‌ها نماینده قشری از جامعه است که دارد به تخریب آن می‌پردازد و خود در بطن خطر این تخریب قرار دارد. نماینده‌ای که مباشر و نماینده صاحب متوفای محل زندگی اجاره نشین‌ها هم هست و بی توجهی او که قصد تصاحب خانه را دارد، باعث می‌شود تا به رغم تلاش‌های دیگر ساکنان، کار از کار بگذرد و خانه بر ساکنانش فروریزد. آقای بازیگر برای این نقش

کاندیدای لوح زرین بهترین بازیگر نقش اول مرد از جشنواره پنجمین جشنواره فیلم فجر شد.

ناصرالدین شاه آکتور سینما: در این اثر، روی دیگری از انتظامی می‌بینیم. او این بار توانسته ناصرالدین شاه را از نقشش در کمال الملک کاملاً جدا کند و در مقام انسانی با موقعیت‌های کمیک قرار دهد. شاه قاجاری که مخالف سینماست و خودش فیلم‌ها را سانسور می‌کند، عاشق یکی از هنرپیشه‌های داخل فیلم «دختر لر» می‌شود و برای آنکه به معشوق برسد، حکومت را رها می‌کند و به دنبال سینما می‌رود. این دومین نقش انتظامی است که بار کمدی دارد و اجرای درخشان آن لوح تقدیر دهمین جشنواره فیلم فجر را برای او در پی داشت.

هامون: در این فیلم اگرچه خسرو شکیبایی، یکی از بی‌نظیرترین بازی‌های خود را ارائه می‌دهد اما عزت الله انتظامی نیز توانسته نقشی ماندگار از خود برجای بگذارد «محسن دبیری»، وکیل «حمید هامون است که نمایانگر طبقه دلالی است که می‌خواهند نقش حمایت از طبقه پایین را ایفا کنند اما در جهت اهداف طبقات بالا می‌کوشند. این شخصیت در طول فیلم در راستا جدایی «حمید هامون» از همسرش می‌کوشد. سکانسی در فیلم هست که دبیری به خانه خالی از اثاثیه هامون می‌رود و با خسرو شکیبایی پوشیده در حوله سفید حمام و شیشه نوشابه‌ای نیمه خالی در دست یک سکانس درخشان و به یاد ماندنی را بازی می‌کنند. در برخی از نقل قول‌ها آمده است که حجم بالایی از این سکانس حاصل بازی بداهه، هماهنگ و بی نظیر این دو ستاره در کنار یکدیگر است.

روز فرشته: عزت الله انتظامی با ایفای نقش نیتا.. در این فیلم توانست سیمرغ بلورین بهترین بازیگر نقش اول مرد را در دوازدهمین دوره جشنواره فیلم فجر از آن خود کند نیتا.. مردی ثروتمند و خسیس که در جریان فیلم باید نقش یک روح سرگردان را بازی کند. اسم او نشان دهنده فرجامی‌ست که در باید در انتهای داستان با هدایت هدایت ا.. رقم بزنند. انتظامی با گرمی سنگین و بازی بدنی فراوان، مقابل دوربین داریوش مهرجویی ظاهر می‌شود؛ به گونه‌ای که ممکن است مخاطب در ابتدای فیلم او را به درستی نشناسد. «قربان سالار» که به واسطه خویشاوندی باغبان مهمان بانو شده است، کم کم شروع به دزدی و غارت خانه بانو می‌کند. شخصیت پیچیده و مبهم او که کم کم نقاب از چهره بی‌می‌دارد با بازی قابل قبول انتظامی به یک نقش محوری تبدیل شده است.

روسری آبی: عزت‌ا.. انتظامی در نقش «رسول رحمانی»، مالک یک مزرعه گوجه فرنگی که

کارخانه‌ای هم در کنار آن دارد، مقابل دوربین رخشان بنی‌اعتماد رفت. «موبر کردانی» با بازی فاطمه معتمد آریا برای کار به این مزرعه می‌آید و این شروع یکی از عاشقانه‌های ماندگار سینمای ایران است. میمیک آشنای معصوم و جاقفاده چهره انتظامی در به تصویر کشیدن عشق دوران کهنسالی نقش زیبایی ایفا کرده است. بغضی که در گلو و صدای او می‌پیچد و اشکی که بر زمینه چشم‌های بانفوذش می‌نشیند دیگر تصویری آشنا و محبوب برای ماست. این یکی از دوست داشتنی‌ترین کاراکترهایی است که انتظامی بازی کرد اما با کمال تعجب در سیزدهمین جشنواره فجر برای بازی این نقش ماندگار حتی کاندید جایزه‌ای هم نشد.

خانه‌ای روی آب: بازی در این فیلم توانست سیمرغ بهترین بازیگر نقش دوم مرد را در بیستمین جشنواره فیلم فجر، برای عزت‌ا.. انتظامی به همراه داشته باشد. بازی شگفت‌برانگیز او در نقش پدر «دکتر سپید بخت» از یادها نخواهد رفت؛ پیرمردی با گذشته‌ای که در ظاهر به آن می‌بالد اما در باطن نتیجه‌اش را نمی‌پسندد و نمی‌پذیرد. فردی مستبد که در درون به شدت عاطفی است. انتظامی یک بار در مصاحبه با فرزاد حسنی گفته بود بزرگ‌ترین آرزویش این است که فرزندانش بدون اینکه با او کاری داشته باشند رنگ بزنند و از او بی‌ریا و صمیمی بپرسند: چطور ی؟

ایفای نقش انتظامی در تلویز:اگرچه شاید بسیاری عزت‌ا.. انتظامی را تنها در سینما بشناسند، اما او یکی از خیره‌ترین بازیگران تئاتر است و تله‌تئاترهای درخشانی از او دیده‌ایم که از جمله آن‌ها می‌توان به «ز خود گریخته»، «پیک‌نیک»، «نفجار»، «گلو»، «دیدار»، «عروس»، «گوهر شب چراغ» و «یک کلاغ چهل کلاغ» اشاره کرد. در این بین البته باید به یکی از درخشان‌ترین بازی‌های او در مجموعه تلویزیونی «هزاردستان»، شاهکار علی حاتمی اشاره کرد. این سریال به داستان زندگی رضا خوشنویس، که شخصیتی تخیلی مبتنی بر شخصیتی تاریخی بنام کریم دواتگر است، و نظریه توطئه‌ای مبنی بر دست داشتن شخصیتی به نام خان مظفر در وقایع پشت پرده سیاسی و اجتماعی ایران در دوران قاجار و پهلوی می‌پردازد. عزت‌ا.. انتظامی در این فیلم در نقش خان مظفر ایفای نقش می‌کند (خود هزاردستان؛ آدمی ظاهرالصلاح که در پشت پرده تمام اتفاقات سیاسی – اجتماعی روز نقش دارد و برگرفته از شخصیت عبدالحسین میرزا فرمان‌فرماست اما به گفته حاتمی، چکیده همه خاندان‌های حکومتگر در ایران است).



CALVIN KLEIN

SWISS MADE CALVINKLEIN.COM #CKMINUTE

کیش بهین
شرکت بازرگانی

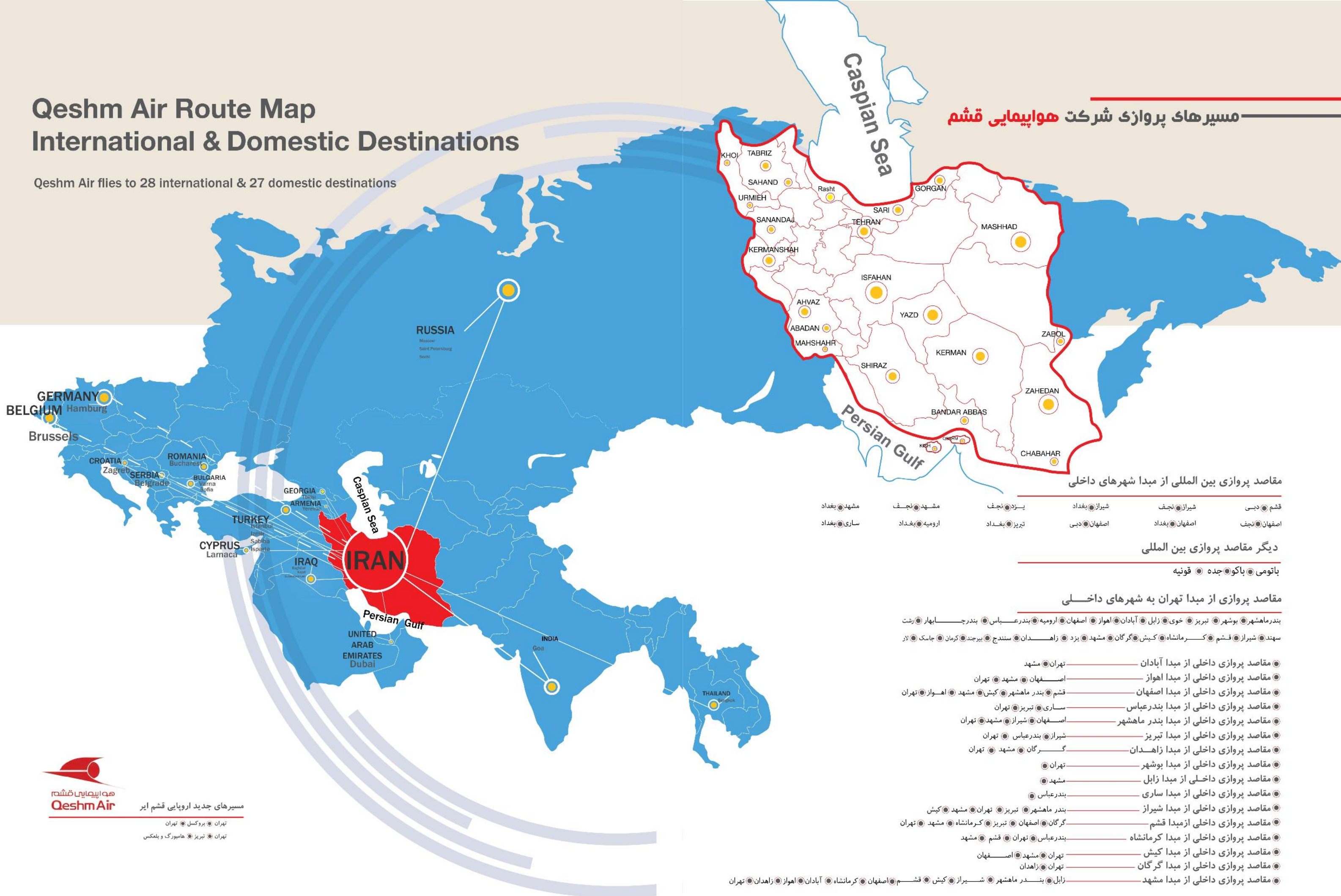


تلفن امور مشتریان: ۴۲۹۰۱
www.kish-behin.com

Qeshm Air Route Map International & Domestic Destinations

Qeshm Air flies to 28 international & 27 domestic destinations

مسیرهای پروازی شرکت هواپیمایی قشم



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

دیگر مقاصد پروازی بین المللی

باتومی ● باکو ● جده ● قونیه

مقاصد پروازی از مبدا تهران به شهرهای داخلی

بندرماهشهر ● بوشهر ● تبریز ● خوی ● زابل ● آبادان ● اهواز ● اصفهان ● ارومیه ● بندرعباس ● بندرچابهار ● رشت
سهند ● شیراز ● قشم ● کرمانشاه ● کیش ● گرگان ● مشهد ● یزد ● زاهدان ● سمنان ● بیرجند ● کرمان ● جاسک ● لار

- مقاصد پروازی داخلی از مبدا آبادان — تهران ● مشهد
- مقاصد پروازی داخلی از مبدا اهواز — اصفهان ● مشهد ● تهران
- مقاصد پروازی داخلی از مبدا اصفهان — قشم ● بندر ماهشهر ● کیش ● مشهد ● اهواز ● تهران
- مقاصد پروازی داخلی از مبدا بندرعباس — ساری ● تبریز ● تهران
- مقاصد پروازی داخلی از مبدا بندر ماهشهر — اصفهان ● شیراز ● مشهد ● تهران
- مقاصد پروازی داخلی از مبدا تبریز — شیراز ● بندرعباس ● تهران
- مقاصد پروازی داخلی از مبدا زاهدان — گرگان ● مشهد ● تهران
- مقاصد پروازی داخلی از مبدا بوشهر — تهران ●
- مقاصد پروازی داخلی از مبدا زابل — مشهد ●
- مقاصد پروازی داخلی از مبدا ساری — بندرعباس ●
- مقاصد پروازی داخلی از مبدا شیراز — بندر ماهشهر ● تبریز ● تهران ● مشهد ● کیش
- مقاصد پروازی داخلی از مبدا قشم — گرگان ● اصفهان ● تبریز ● کرمانشاه ● مشهد ● تهران
- مقاصد پروازی داخلی از مبدا کرمانشاه — بندرعباس ● تهران ● قشم ● مشهد
- مقاصد پروازی داخلی از مبدا کیش — تهران ● مشهد ● اصفهان
- مقاصد پروازی داخلی از مبدا گرگان — تهران ● زاهدان
- مقاصد پروازی داخلی از مبدا مشهد — زابل ● بندر ماهشهر ● شیراز ● کیش ● قشم ● اصفهان ● کرمانشاه ● آبادان ● اهواز ● زاهدان ● تهران



مسیرهای جدید اروپایی قشم ایر

تهران ● بروکسل ● تهران
تهران ● تبریز ● هامبورگ و بلنکس

B R U S S E L S



پروازهای هفتگی، برنامه‌ای و منظم قشم‌ایر

در مسیر مستقیم اروپایی: تهران-بروکسل-تهران، شنبه‌ها و در تابستان سه شنبه‌ها

Qeshm Air Direct European Route

Tehran-Brussels-Tehran , Every Saturday & in Summer Every Tuesday

Qeshm Air Brussels

Represented by Take-Off Aviation

VAT/BTW: BE0675.995.572

Email: bru.sales@Qeshm-air.com

Cell Phone: +32 (0) 499 12 82 11

Tel: +32 (0) 2 255 20 94-5

Qeshm Air sales office-Tehran

Phone: +98 21 47999

Telegram: @QeshmAirr

Instagram: qeshmair

سامانه فروش آنلاین بلیت قشم‌ایر

Ebooking.qeshm-air.com

Ebooking.qeshmair.aero

www.4764.ir

Fly There by Qeshm Air

Qeshm Air is the first Iranian Airline received TCO certificate for flying to Europe

با ما خیال ابرها را تجربه کنید



www.qeshm-air.com

www.qeshmair.aero



موسسه حقوقی داد ایرانیان پרגاس



کانون وکلای دادگستری مرکز

مدیریت قاضی سابق دادگستری
با همکاری وکلای پایه یک دادگستری و فارغ التحصیل از امریکا

پذیرش کلیه دعاوی حقوقی-کیفری و بین المللی

مشاوره حقوقی - چک - دعاوی ملکی - اختلافات ناشی از قرارداد

الزام به تنظیم سند رسمی - امور خانواده و انحصار وراثت

ملاقات با تعیین وقت قبلی
تماس از ساعت ۱۲ الی ۲۰

تهران ، نیاوران ،نرسیده به سه راه یاسر ،ساختمان سروستان ،پلاک ۲۴۹ ،طبقه ۲ ،واحد ۶

DAP LEGAL INSTITUTE

Need legal advice?

Our team of the best lawyers in the country is here to help

Unit 6th , Floor 2, No 249 , Sarvestan bldg , Niavaran st. ,Tehran

Call us : 12 - 20

+98 21 26 11 24 65 - 7

یکی از شهرهای زیبا و تاریخی ایران کرمانشاه است که طبیعتی بکر و آب و هوایی بی نظیر دارد. نام این شهر با نام کوهی گره خورده که یادآور دلبری‌ها و افسانه‌هاست؛ کوه بیستون که اثری ثبت شده در فهرست آثار جهانی است. اما کهن ترین آثار مجموعه جهانی بیستون، متعلق به دوران پارینه سنگی میانی و جدیدترین آن مربوط به دوران صفویه است؛ اما بیستون شهرتش را بیش از همه مدیون کتیبه و نقش برجسته داریوش اول هخامنشی (۵۲۱-۴۸۶ پیش از میلاد) است که در ارتفاع حدود ۸۰ متری از پای کوه، بر دل صخره نقش شده است. کتیبه‌ای باستانی که به گفته کارشناسان میراث فرهنگی، بزرگترین و پراهمیت‌ترین سنگ نوشته دنیا و معتبرترین کتیبه‌ای است که تاکنون در جهان شناسایی شده است؛ اما متأسفانه بخش‌هایی از آن به علت فرسایش در برابر باد و باران و بخش‌هایی در دورهای از بی‌خبری ایرانیان -که نقوش و خطوط آن را به عنوان نشانه تیراندازی مورد استفاده قرار می‌دادند- از میان رفته و ناخواناست.

در کوه بیستون که به معنای جایگاه خدایان است، آثار باستانی بسیار دیدنی وجود دارد. اگر بخواهیم نگاهی گذرا به آن‌ها داشته باشیم می‌توانیم به گوردخمه برناج -که از دوره ملوها تا دوره ساسانی تاریخ‌گذاری شده است- پل خسرو که روی رودخانه گاماسیاب قرار دارد و نام و سبک معماری آن نشان می‌دهد که در اواخر دوره ساسانی و احتمالاً در دوره خسرو پرویز ساخته شده است اشاره کرد؛ مجسمه هرکول -خدای جنگ یونانیان- یکی دیگر از این آثار است که در سال ۱۵۳ پیش از میلاد و در دوران موسوم به یونانی مابی که خدایان یونانی در ایران پرستش می‌شدند، ساخته شده و در سال ۱۳۳۷ خورشیدی و هنگام ساخت جاده همدان به کرمانشاه در این مکان کشف شد. کاروانسرای بیستون نیز از آثار دوره صفوی در این منطقه است و ساختمان آن در دوره شاه سلیمان و به همت شیخ علی خان زنگنه به پایان رسیده است و کاخ ناتمام ساسانی و کاروانسرای ایلخانی که سبک معماری و شواهد پیرامونی آن نشان

می‌دهد که از آثار اواخر دوره ساسانی است، از دیگر بناهای بازمانده بیستون است که روی بقایای آن در دوره ایلخانان مغول، کاروانسرای ساخته شده که آثاری از آن همچنان باقی است. اما در این میان کتیبه و نقش برجسته بیستون، معروف‌ترین اثر تاریخی این منطقه و از نخستین اسناد مکتوب تاریخ ایران است. این کتیبه به سه زبان عیلامی، بابلی و پارسی باستان و به خطمیخی نوشته شده است و پیروزی داریوش اول هخامنشی بر شورشیان را شرح داده و به تصویر می‌کشد. داستان کتیبه داریوش، معروف به کتیبه بیستون، چنین است که وقتی کمبوجیه، فرزند و جانشین کوروش، برای فتح مصر به آن سرزمین لشکر کشید، یکی از مغان به نام گئومات شورش کرد و خود را برادر کمبوجیه معرفی کرد؛ این در حالی بود که کمبوجیه پیش از رفتن به مصر، برادر خود را از ترس آن که مبادا در غیابش مدعی تاج و تخت شود، کشته بود. بردایی



بررسی‌های باستان شناسان و پژوهش‌های تاریخی نشان می‌دهد که کتیبه بیستون در یک مرحله ایجاد نشده است. در مرحله نخست، نقش داریوش در حالی که هشت همدست گئومات دست بسته در مقابلش صف کشیده بودند و خود گئومات زیر پایش لگدکوب می‌شد، همراه با کتیبه‌ای به خطمیخی و زبان عیلامی بر دل صخره به تصویر کشیده شده است.

Bisotun, Beautiful Old Monument

در این قسمت، نقش فروهر بر فراز پیکره داریوش و اسیران دیده می‌شود و یک کماندار و یک نیزه‌دار نیز پشت سر داریوش ایستاده‌اند. بعدها که داریوش شورش سکاهارافروشانند، نقش «سکایی تیزخود» به انتهای صف اسیران افزوده شد و پس از آن نوشته‌های دیگری به خط میخی و به دوزبان بابلی و پارسی باستان در کنار نقوش قدیمی قرار گرفت. مهم‌ترین گفته‌های داریوش در کتیبه بیستون چنین است: «معرفی داریوش و گستره شاهنشاهی او؛ داستان شورش گئومات و فرونشاندن آن؛ داستان سرکوب شورش‌های گوناگون در سرزمین‌های عیلام، بابل، ماد، پارت، پارس، ارمنستان و مرو؛ تأکید بر راست بودن مفاد سنگ نوشته بیستون؛ میرا دانستن داریوش از پلیدی و دروغگویی و تبهکاری؛ درخواست از آیندگان برای نگاهداری کتیبه؛ دعا برای حفظان آن و نفرین بر آسیب زندگان.» در دوره‌های بعد که زبان‌ها و خطوط باستانی به دست فراموشی سپرده شد، کتیبه بیستون نیز ناخوانا شد؛ نه تنها کسی نمی‌توانست متن آن را بخواند، بلکه اصلاً معلوم نبود که از آن چه کسی و مربوط به چه دوره‌ای است. در همین زمان بود که کتیبه داریوش و سایر حجاری‌های موجود در کوه بیستون که از دوران اشکانی و ساسانی بر جای مانده بودند، به فرهاد و عشق آتشین او به شیرین سربانی نسبت داده شدند و طنین بلندی در نظم و نثر پارسی یافتند.

نخستین کسی که موفق به خواندن کتیبه بیستون شد، هنری رالینسون انگلیسی بود. او که در دهه ۱۸۳۰ میلادی و اوایل دهه ۱۸۴۰ به عنوان افسر ارتش هند انگلستان، مأمور خدمت در غرب ایران بود، موفق به رمزگشایی از خطوط کتیبه شد و نخستین ترجمه آن را به دست داد. رالینسون بعدها در اواخر دهه ۱۸۵۰ برای مدت کوتاهی، به سمت وزیرمختار انگلستان در ایران منصوب شد. پس از رالینسون، افراد دیگری راه او را پی گرفتند و ترجمه‌های کامل‌تر و دقیق‌تری از کتیبه بیستون را به دست دادند.



sunSafe

کمپین پیشگیری از سرطان پوست



**خانم فروغ عباسی به عنوان سفیر
برند سان سیف انتخاب شدند.**

خانم عباسی نخسین بانوی ورزشکار ایرانی هستند که در دو دوره المپیک زمستانی (۲۰۱۴ و ۲۰۱۸) حضور داشته اند. ایشان در رشته اسکی آلپاین فعالیت می کنند و تاکنون موفق به کسب دو مدال طلا و یک نقره در بازی های آسیایی شده است. خانم عباسی به عنوان عضو اسبق تیم ملی دوچرخه سواری، این ورزش را نیز به صورت حرفه ای دنبال می کنند.

سان سیف به عنوان یک برند موفق در حوزه ضدآفتابهای تخصصی و چندمنظوره، ضمن اینکه اجرای کمپین پیشگیری از سرطان پوست را در صدر برنامه های مسئولیت اجتماعی خود قرار داده است، "حمایت از بانوان موفق ایرانی" را نیز در این طرح در نظر دارد.



#I Can We Can ما میتوانیم

ما می توانیم با استفاده از کرم ضد آفتاب از ابتلاء به سرطان پوست پیشگیری کنیم.
شما هم به این کمپین بپیوندید.

سان سیف

SUNSAFE_SUNCARE telegram.me/SUNSAFE

تلفن ارتباط با مشتریان: ۰۲۶۲۰۱۰۱۵، سامانه پیام کوتاه: ۰۲۰۰۰۹۵۵۵ www.sunsafecare.com

رستوران شاندیز
shandiz restaurant



متنوع ترین غذاها و بهترین
رستوران ایرانی در تفلیس

همه روزه با موسیقی زنده

شعبه ۱: خیابان آقاماشنبلی، شماره ۱۱۱

۰۰۹۹۰ ۳۲ ۲۹۴ ۰۹۰۹ ۰۰۹۹۰ - ۰۱۴ ۸۰۰ ۸۰۰

شعبه ۲: خیابان شاوتلی، شماره ۱۳، جنب هتل آمباسادوری

۰۰۹۹۰ - ۰۱۴ ۶۸ ۶۶ ۸۶

@shandiz.ge

www.shandiz.ge



Venice, City of Water

Venice with over 3000 boats on its coast was the Europe's most prosperous and richest city in 1400, which was governed by a republican government for many years. But the sea which was initially considered as the most significant factor for the city's development, became an enemy so that enemies and competitors entered through this way. Eventually, the city was plundered by the rivals and other areas and was united with Italy. Venice as an exotic city with a rich history and many peculiar geographical attractions, as well as numerous historical, artistic, and architectural monuments, was listed on the UNESCO's World Heritage List, which has led millions of people from all over the world to travel to this beautiful city in Italy.

In the sixteenth century, Venice architectural design was superior to that of other cities and aristocracies competed in building magnificent palaces. This city with its glassblowing and painting industries entered the world into other industrial fields. By losing its power, Italy gained a new credit as a cultural and artistic center. Musicians such as Monteverdi and Vivaldi and artists like Canaletto accepted Venice as their motherland. This city is considered to be the most spectacular and cultured city in the world. Eventually, when the city was invaded by the Grande Armée, it lost its independence in 1797. After the collapse of the French Empire, the vast empire of Austria controlled the city for decades. In 1850, Venice once again got rid of foreign interferences, but the enchantment for the regained independence

lasted shortly. In 1866, a new allied territory was established for Italy and Venice was included as a part.

Since then, Venice has experienced many vicissitudes. You will find Venice a unique city by any standard you select for its evaluation.

There is no other place in the world like that. This floating city is also the largest city in the world with no roads and trace of smoke, traffic, cars or trucks. The only means of transportation in this floating city is the boat. Interestingly, even the police officers and firefighters are traveling by boat in the city. This city is widely known as the Queen of the Adriatic, The Floating City, City of Bridges, City of Canals and City of Masks. But, its reputation is mostly for its silk and special handicrafts.

Compared to other regions, its prosperity is in parallel with Paris in terms of wealth, architecture,

luxury, incomparable taste, complexity, business, decoration, and design. In particular, exotic designs, Murano glass chandeliers, and Locke's furniture, all reflect the luxury of this city. The pleasure of traveling to Venice will be completed by riding on the traditional gondolas and recreational vessels and Passing through the lagoon to Murano, which is a home to the famous Venetian Glassblowers. There are full of shop windows and glassblowing studios on the both sides of this canal. You can find everything from imported and cheap jewelries to expensive artwork.

In addition, Bridge of Sighs is one of the most popular sights in Venice located on the Rio di Palazzo river. This ancient bridge shows many romances and tragedies. In addition to Venetian history and architecture, the roofed white Bridge of Sighs has a special place in the romantic legends of this city.

The Grand Canal is one of the communication main roads in Venice which is surrounded by classic and magnificent buildings. The Venetians know this canal as the main boulevard of the city as it connects the St. Mark's Square and the Rialto Bridge to the main points of interfering the bridge and the water train. You cannot find a tourist who is not interested in canoeing with traditional Venetian gondolas of the Grand Canal. There are many restaurants and shopping centers in this channel, which is one of the reasons why it is popular among tourists.

The famous and spectacular Bridge of Rialto connects the San Marco and San Polo areas in Venice. This historic bridge which belongs to the 16th century AD is the first and the oldest bridge built on the Grand Canal. You can now find various stores on this bridge to buy items like glassware and crystals, souvenirs and jewelries.

Riva Degli Schiavone is considered as one of the most spectacular and vibrant tourist destinations. In addition, it is one of the main and most important waterfront promenades in the world. This promenade was inaugurated in the fifteenth century AD. Only meat and a variety of dried fish were supplied in the past. However, you can find many delicious foods including various sweets, delicious pasta and Venetian souvenirs in this area nowadays.

St. Mark's Square is one of the most important sights in Venice, which named after one of Jesus' disciples St. Mark, who was buried in this area. In addition, it is believed that the well-known traveler Marco Polo was also buried in the same place. This crowded square of Venice is called the drawing room of Europe. People are gathering, patrolling, drinking coffee and talking to each other in this square.

This city is situated in a lagoon, a shallow lake leading to the larger one or the sea, which has some parts out of water, most of which is deep, and it is definitely difficult to build a city on the water with the modern technology those days while Venetians were able to do this meticulously. In order to build a solid foundation, the wooden columns were stuck to the underwater sand which remained firmly in its place. Then, a wooden platform was installed on these wooden columns. Finally, the building itself was built with the building materials such as a concrete slab.

The city remains in its former situation by floating in water, which is constantly exposed to flood. However, efforts have been made to preserve the monuments of the historic architecture and the beauties of this floating city. Today, Italy needs huge amounts of money to preserve the ancient city of Venice. Preserving such a city requires serious attention as its unique history has changed this city as the most beautiful city and attraction for tourists from all over the world.



رنو اولین مولتی برند کیف و کفش در ایران

شعبه پالادیوم: زعفرانیه، مرکز خرید پالادیوم، طبقه ۱+، پلاک ۱۱۹
شعبه ارگ: میدان تجریش، مرکز خرید ارگ، همکف اول، پلاک ۱۲۷
شعبه گلستان: شهرک غرب، مرکز تجاری گلستان، حیاط شرقی، پلاک ۱۰۲
شعبه میرداماد: میرداماد، میدان محسنی، خیابان شاه نظری، پلاک ۴۸
شعبه جام جم: خیابان ولی عصر، نبش کوچه طاهری، مرکز خرید جام جم
شعبه پاسداران: خیابان پاسداران، نبش گلستان هفتم
شعبه ونک: میدان ونک، خیابان ونک، بعد از خیابان کار و تجارت، پلاک ۵۰
شعبه تیراژه ۲: خیابان شهید مدنی، مرکز خرید تیراژه ۲، طبقه اول، پلاک ۱۰۵
شعبه کرج: جهانشهر، بلوار ماهان، نبش نارون
شعبه اراک: اراک، خیابان خرم، جنب کلینیک ایرانمهر، پلاک ۱۶۱

☎ ۰۲۱-۲۶۷۶۷۳۴۵ 📱 renoiran



موتور جستجو املاک کشور گرجستان

به زبان فارسی، عربی، انگلیسی

خرید، فروش، رهن، اجاره سالیانه، اجاره روزانه

آپارتمان، ویلا، زمین (کشاورزی، غیر کشاورزی)، اداری، تجاری

هدف گروه ما از راه اندازی این موتور جستجو خدمات رسانی شفاف و صادقانه به کسانی که به دنبال کسب اطلاعات در حوزه املاک در کشور گرجستان هستند می باشد.

اخذ اقامت کشور گرجستان با خرید ملک حداقل 35 هزار دلار آمریکا

هدیه ویژه دریافت اقامت شخص خریدار رایگان می باشد

www.sisnohouse.com

sisnohouse sisnohouse

گرجستان، تفلیس، خیابان کازبگی شماره 12A (برای جستجو در گوگل: KAZBEGI 12A)

[+995]558 9000 40

شماره های تماس

[+995]557 9000 30

انجام کلیه امور مربوط به ثبت شرکت در گرجستان

✓ خرید ملک

✓ سرمایه گذاری

✓ کاری

مشاوره و اخذ انواع اقامت

www.sisnogeorgia.com

sisnogeorgia sisnogeorgia

[+995]557 703 703

مشاوره رایگان



عکاس: شهرام شریفی

Fly There by Qeshm Air

Qeshm Air is the first Iranian Airline received TCO Certificate for flying to Europe

با ما خیال ابرها را تجربه کنید



Qeshm Air sales office-Tehran

Phone: +98 21 47999

Telegram: @QeshmAir

Instagram: qeshmair

www.qeshm-air.com

www.qeshmair.aero

سامانه فروش آنلاین بلیت قشم ایر

Ebooking.qeshm-air.com

Ebooking.qeshmair.aero

www.4764.ir

سامانه نظرسنجی آنلاین قشم ایر

www.qeshm-air.com/services.asp



www.naderiair.ir

دارای مجوز فروش اینترنتی از سازمان هواپیمایی کشوری
 • خرید اینترنتی بلیط هواپیما • پروازهای داخلی و خارجی
 • سیستمی و چارتری

قابلیت دریافت نسخه‌ی اندروید و IOS
 جهت دانلود کد مقابل را اسکن کنید یا از سایت دانلود نمایید



@naderiair ۰۹۳۹۱۳۷۷۷۰۹ www.naderiair.ir

قشم، میدان ولایت، روبروی بلوار شهید باهنر

۰۷۶-۳۵۲۲۳۳۲۲ ۳۵۲۲۷۱۹۷ ۳۵۲۲۷۲۵۵ ۳۵۲۲۵۱۵۵

پشتیبانی: ۰۹۳۵۳۲۵۷۷۷۷



BALMAIN
 swiss watches

Beleganza Gent II

تلفن امور مشتریان: ۴۲۹۰۱
www.kish-behin.com

کیش بهین
 شرکت بازرگانی



کیش بهین
شرکت بازرگانی

تلفن امور مشتریان: ۴۲۹۰۱
www.kish-behin.com

CALVIN KLEIN

CALVINKLEIN.COM #CKMINUTE



H A M B U R G

Qeshm Air Direct European Route

Tehran-Hamburg-Tehran, Every Friday



پروازهای هفتگی، برنامه‌ای و منظم قشم‌ایر
با هواپیماهای ایرباس مدرن و پیشرفته
و ارائه خدمات و کترینگ ویژه

پروازهای هواپیمایی قشم در مسیر مستقیم اروپایی: تهران-هامبورگ-تهران، جمعه‌ها

نمایندگی فروش در هامبورگ

Hamburg sales office-Reise-Centrum
Gruppe Hamburg Ernst-Merck-Str. 12-14-Hamburg 20099
Tel: +49 40 18811890 Fax: 49 40 87872678
www.rcg-reisen.de

Fly There by Qeshm Air

Qeshm Air is the first Iranian Airline received
TCO certificate for flying to Europe

با ما خیال ابرها را تجربه کنید

Ebooking.qeshm-air.com | Ebooking.qeshmair.aero | www.4764.ir

www.qeshm-air.com/services.asp

● سامانه فروش آنلاین بلیت قشم‌ایر

● سامانه نظرسنجی آنلاین قشم‌ایر

Qeshm Air sales office-Tehran

Phone: +98 21 47999 | Telegram: @QeshmAirr | Instagram: qeshmair
www.qeshm-air.com | www.qeshmair.aero

Completion of the C-check of Qeshm Air Airbus 300-600, the Wide Body Airplane, and Successful Test Flight

Qeshm Airbus 300-600 rejoins to the operational cycle of the company by unstinting chief manager's supports and other members' assistances of directorate and also all agent's efforts in 13.August 2018

This achievements took place simultaneously with religious sacrifice and Al-Qadir celebrations, which is congratulated by Qeshm air company. It should be remarked that, this airplane has the capacity of 291 passengers and is able to fly mid-board. It returned to Qeshm air fleet, after C-check repairs, amendments, operational instructions, fundamental repairments of landing gears and providing two engines by employing 25000 person hours and also through successful test flight.

It did its first official flight on wednesday 22.August 2018

Nader vali, director of deputy of Qeshm air engineering and maintenance.



Holding Second Safety and Quality Seminar in Qeshm Air Company

Second safety and quality seminar was held in Mehrabad CIP hall to promote the level of safety and services' qualifications. It was held by the experts of the company, Masoud Eskandari and Mohammad Amin Mozafari, in presence of Mahmood shekarabi, the chief manager and the member of directorate of Qeshm air, and several of deputies and superiors, public relation of the company reported.



Operational activities of airlines principally based on identifying dangers and managing risks which may result in personnel injury or loss of life. To reach and fulfil this goal, codifying and performing instructions according to international standards play an important role, Majidi, safety manager and quality assurance of Qeshm air said. Managing changes is a way to control and reduce risks, he added. It should be stipulated that danger is the hidden part of any change. If they are not detected, they can lead to incidents whose risks are neither evaluated nor controlled. Updating standards instructions in aviation requires changes management and executive process which the necessity is included in SMM (safety management Manual) of Qeshm air, Majidi added. It's quotable that this company have come a long way in implenting safety management system (SMS) from the point of view of domestic and international auditors during two recent years. In continue, he

pointed to correct information and accurate education to managers and interest masters which are main factors in process of changes management.

This educational seminar was held by safety management and quality assurance department, due to recent changes in operational regulations of CAO of Islamic Republic Of Iran and also by virtue of applying Safety Management System (SMS).



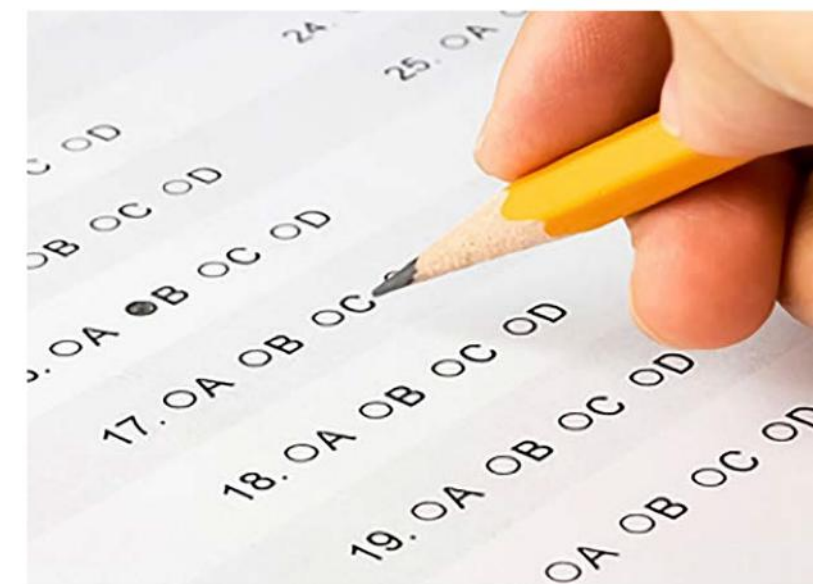
English Test Was Held to Evaluate Level of Qeshm Air Staffs and Crews

English level assessment test was held according to TOEFL and TOLIMO standards for all Qeshm air staffs and crews.

First phase of the test was held by presence of 114 participants which was a 90- minutes one with 60 mutiple choice question and listening part, in 10&15 . July.2018.

Evaluating the level of English language Mohammad Ali Mashkoori Najafi, the manager of education center of man power sources of the company said. of staffs and consequently promoting level of their knowledge and abilities is our purpose which may definitely effect an airline's outperformance.

The ones who are deriveda reasonable grade in written test, are invited to be interviewed consequentially, he added. When the results are announced, English courses will be held by qualified teachers for those who have not gotten the intended mark, according to chief manager's recognition.



The First Official
And Professional
Spa & Massage



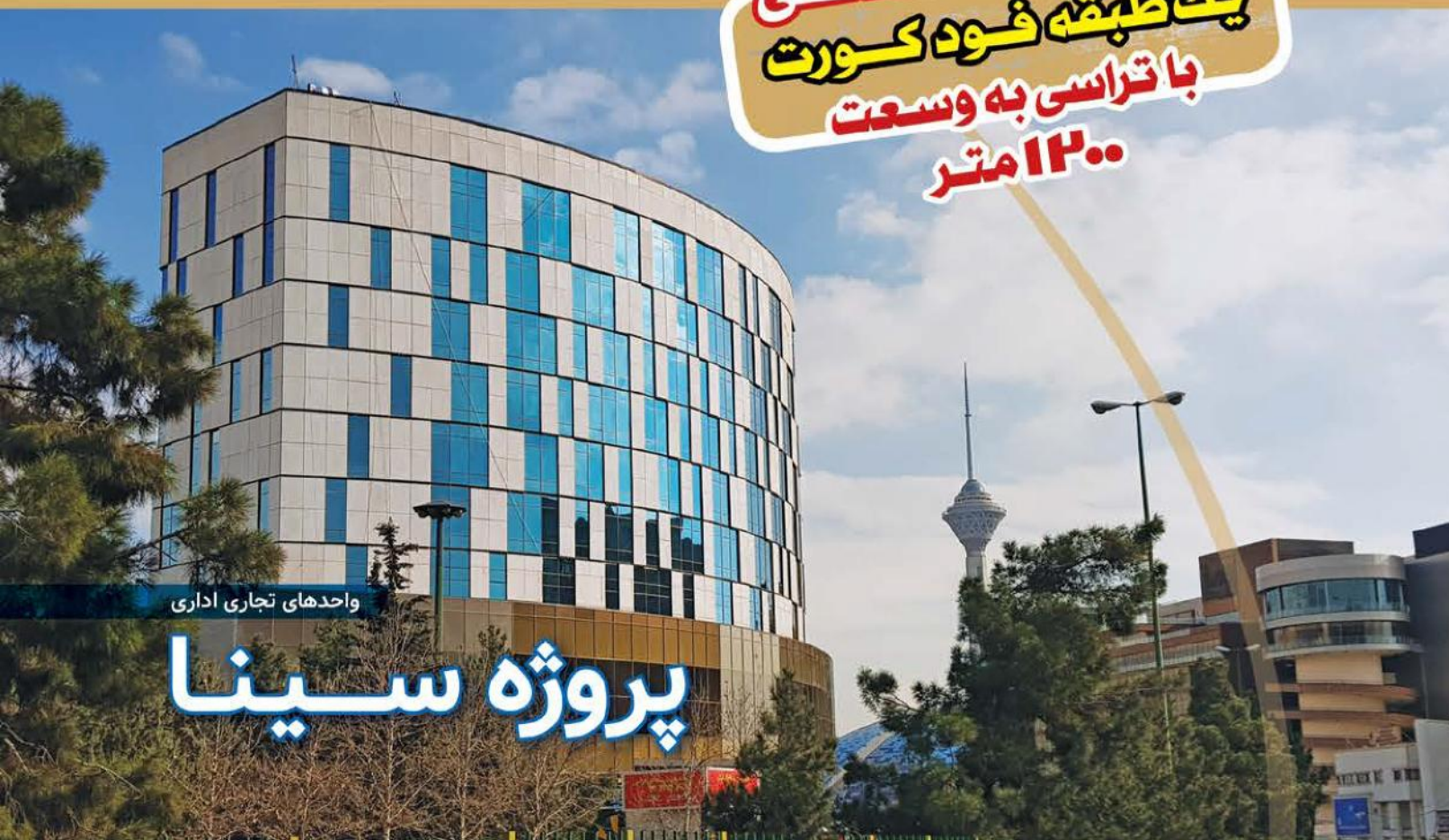
**نخستین مرکز رسمی و تخصصی
اسپا و ماساژ در ایران
با کادر متخصص تایلندی**

در شعب تهران و جزیره زیبای کیش
سالنهای مجزا ویژه آقایان و بانوان

**By Professional
Thai Spa Therapist
www.niloofarabi.ir**

• کمترین پیش پرداخت
• اقساط بلندمدت

**فروش اختصاصی
یک طبقه فود کورت
با تراسی به وسعت
۱۲۰۰ متر**



واحدهای تجاری اداری

پروژه سینا



آپارتمان‌های ساحلی

پروژه مسکونی روما

خانہ

با نیم قرن تجربه در انبوه‌سازی

واحدهای • مسکونی • تجاری • اداری
در تهران، مازندران، کیش، کرمانشاه و...

• دفتر فروش: ۵۲ - ۸۸۸۰۱۴۵۰ - ۰۲۱
• ۴۲۰۶۴ - ۰۲۱

تهران

شهرک غرب
ابتدای بلوار فرحزادی

• بهترین دسترسی
• واحدهای تجاری - اداری
• ۴ طبقه پارکینگ

جزیره زیبای کیش

بلوار سیمرغ، روبروی هتل سیمرغ

• در فضایی به وسعت ۳۶۰۰۰ مترمربع
• واحدهای لوکس مسکونی
با چشم‌انداز دریا
• روف گاردن • فضای سبز
• پارکینگ مسقف و غیرمسقف





آژانس تبلیغات دیجیتال

ما نسل بعدی تبلیغات در دنیا هستیم.

افزایش فروش محصولات و خدمات شما تا ۲۵۰٪

تبلیغ در میلیونها سایت خارجی

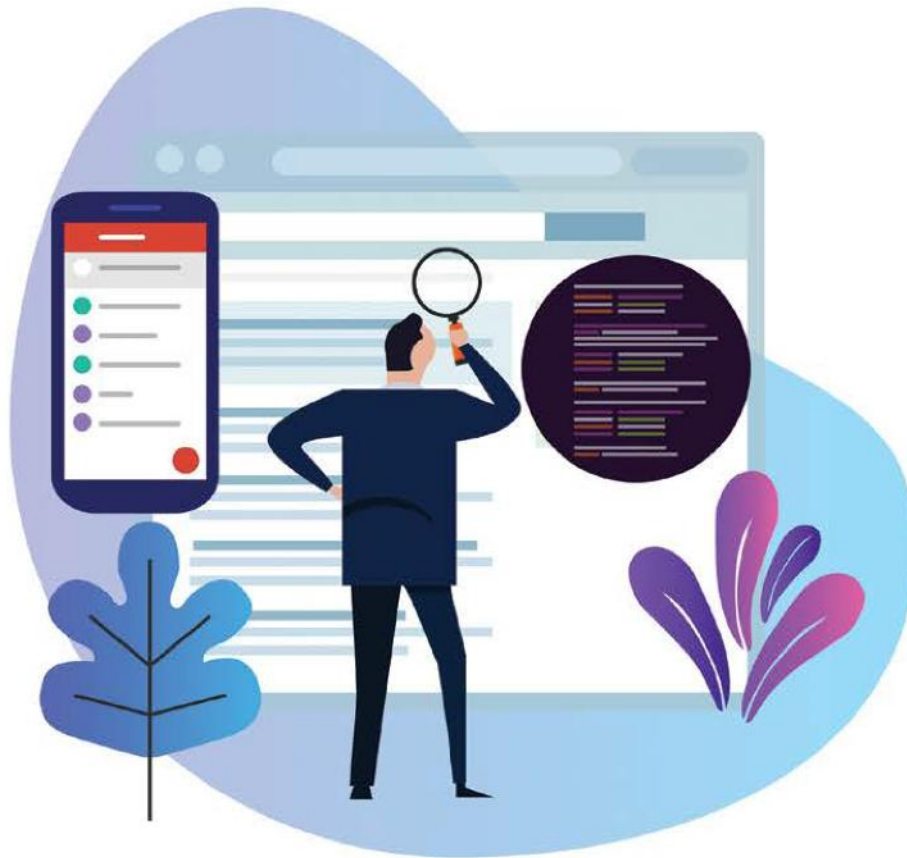
محصول و خدمات شما را در صدهامیلیون سایت خارجی طرف قرارداد با گوگل نمایش میدهیم. نمایش فقط به کاربران ایرانی

تبلیغ در اینستاگرام

تبلیغات قانونی Sponsorship در سراسر اینستاگرام. با هدفمندی شهر شغل و جنسیت.

تبلیغ در گوگل

اگر کاربر متن خاصی را در گوگل جستجو کند، مستقیماً سایت شما را در رده اول نتایج میبیند.



 Google Ads  Instagram  LinkedIn  Google Analytics



Afrak.com

021-284262

031-3665 1571

Powered by IraniCard