

التأمين ضد الأمراض
أحصل على قيمة التأمين بعد تشخيص المرض أو أحصل على كل نفودك بالكامل إذا بقيت عافيا سنيماً

RISK
ماری حليم

Office 905-790-6770 Cell 416-712-5041 Fax 905-790-3536
Toll Free 1-866-MARY-HALIM email: MaryHalim@rogers.com

بدون رهوش

فريد زمكحل
كاتب مصري كندي

عودة مصر مشروطة بعودة قضائها لسابق عهدها!

■ الفصل بين السلطات ضرورة يحميها الدستور في الدول المتقدمة ويؤكد عليها وعلى احترامها واقع الممارسة الفعلية المعاش والمطبق على الأرض، على اعتبار أنه السياج الواقف للحقوق والواجبات المستحقة والمفروضة على كل فرد من أفراد المجتمع ككل، بدءاً من أكبر مسؤول في الدولة إلى أصغر شخص فيها، وهو ما يقوى من دعم الشعور بالامن والأمان لجميع أفراد المجتمع على حد سواء والسبيل الوحيد للهوض بالامن والشعوب من كافة الجوانب الامنية والاقتصادية في إطار من المثل والقيم الأخلاقية النبيلة لمناهضة كل أشكال الفساد التي لا تتوقف عن مسعاها الدائم لتحقيق وتقديم مصالحها الشخصية على الصالح العام للدولة بمفهومه الشامل والمعيق.

وفي النهاية هو الفارق في القياس بين الدول المتقدمة وبين تلك المتخلفة وللسلطة القضائية في تقدير الشخصى المكاتبه الأولى والرئيسية في تحقيق التوازن المطلوب بين جميع السلطات وفقاً لنصوص القانون الهادفة لترسيخ منطق العدل وتحقيق العدالة للجميع.

الامر الذي لا أراه يتحقق في وطني الأم مصر، خاصة في القضايا الحقوقية والاجتماعية التي يتم التعامل معها بعيداً عن المنظور الإنساني المنوط بالقضاء المصري التعامل معه بكل الحيادية والنزاهة والشافية لإرساء قواعد العدل والعدالة.

fzemkhol@gmail.com

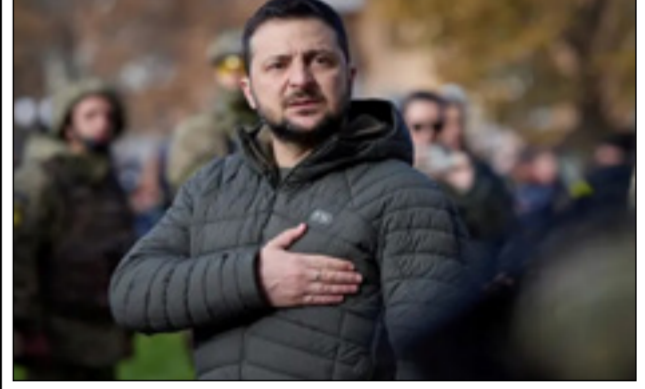
ملياري دولار حزمة المساعدات العسكرية الأمريكية الجديدة لأوكرانيا



■ أعلنت وزارة الدفاع الأمريكية، اليوم الجمعة، عن حزمة مساعدات عسكرية جديدة لكيف؛ لتأكيد دعم الولايات المتحدة الثابت لأوكرانيا وتعزيز الدفاعات الجوية الأوكرانية بقيمة مليار دولار، وذلك في إطار مبادرة المساعدة الأمنية الأوكرانية. وأفاد بيان على موقع وزارة الدفاع الأمريكية بأن الولايات المتحدة تلتزم بتوفير أنظمة جوية بدون طيار إضافية وأنظمة مضادة للطائرات بدون طيار ومعدات الكشف عن الحرب الإلكتروني، وبالإضافة إلى مخزونات الذخيرة المهمة للمدفعية والذخيرة الدقيقة التي تستعزز قدرة أوكرانيا على صد القوات الروسية. وتشمل القدرات في حزمة المساعدة الأمنية على ذخيرة إضافية لأنظمة صواريخ المدفعية عالية الحركة (هيمارس) وقذائف مدفعية إضافية من عيار 155 ملم وذخائر لأنظمة الصواريخ

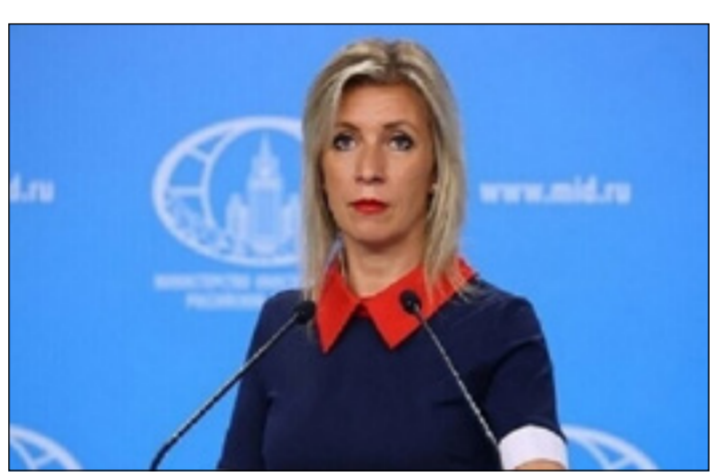
الموجهة بالليزر وطائرات بدون طيار من عدة طرازات وأنظمة مكافحة الطائرات بدون طيار ومعدات الكشف عن الحرب الإلكتروني ومعدات إزالة الألغام وتأمين معدات دعم الاتصالات وتمويل التدريب والصيانة والاستدامة.

«سهنزم الجميع».. زيلينسكي في «خطاب الصمود» في الذكرى الأولى للعملية الروسية..



■ في خطاب قاتم لم يخل من نبرة تحذّر، توجه الرئيس الأوكراني فولوديمير زيلينسكي لشعبه بذكرى مرور عام على اندلاع الحرب. واليوم.. تدخل الحرب الأوكرانية قائماً لشعبه، حرص على شحنة بنبرة تحذّر، بالقول «سهنزم الجميع». وفي لقطات فيديو حصلت عليها وسائل الإعلام وحملت عنوان «عام الصمود»، ظهر الرئيس البالغ من العمر 45 عاماً جالساً وهو يتذكر عندما وجه خطاباً على عجل للشعب الأوكراني العام الماضي، بينما كانت كيف والعالم يتأهبان للحرب. وقال زيلينسكي في الخطاب الذي استمر 15 دقيقة: «في مثل هذا اليوم قبل عام، ومن المكان نفسه في حوالي الساعة صباحاً، توجهت إليكم بخطاب مقتضب لم يتجاوز 67 ثانية. وأضاف «نحن أقوياء ومستعدون لأي شيء.. سنهزم الجميع، هكذا بدأت في 24 فبراير (شباط) 2022.. أطول أيامنا وأصعب الأيام في تاريخنا الحديث، لقد استيقظنا مبكراً ولم نتم منذ ذلك اليوم».

الخارجية الروسية تحذر واشنطن وكيف والناتو من أي خطوات غير محسوبة على حدود "ترانسنيستريا"



■ حذرت وزارة الخارجية الروسية اليوم الجمعة، كلاً من الولايات المتحدة وحلف شمال الأطلسي «الناتو» وأوكرانيا من أي خطوات غير محسوبة في ظل التواجد المكثف للقوات والمعدات الأوكرانية قرب حدود «ترانسنيستريا» في مولدوفا، مؤكدة أن موسكو ستعتبر أي عمل يهدد أمن القوات الروسية هناك بمثابة هجوم مباشر على روسيا وفقاً للقانون الدولي.

في رحلات المسيرات الأوكرانية فوق أراضي ترانسنيستريا، يجعلنا نحذر الولايات المتحدة والدول الأعضاء في حلف «الناتو» وحراسها الأوكرانيين من هذه الخطوات غير المحسوبة. وأضاف البيان «نحن نؤيد باستمرار حل أي قضية من خلال الوسائل السياسية والدبلوماسية، ولكن لا ينبغي أن يساور أحد أي شك في أن القوات المسلحة الروسية سترد بشكل مناسب على استفزازات نظام كيف إن وجدت، وستضمن حماية مواطنينا وقوات حفظ السلام

الحرس الثوري الإيراني يحاصر «مسجداً للسنة»



■ حاصرت قوات الحرس الثوري الإيراني، اليوم الجمعة، مسجداً للسنة في مدينة زاهدان شرقي البلاد. وأفادت وسائل إعلام بلوشستان الإيرانية بأن اشتباكات وقعت بين المصلين وقوات الحرس الثوري، التي كانت تحاول اقتحام المسجد. ونشرت منظمة «حال وش» الحقوقية البلوشية مقطع فيديو لـ «ضرب مواطن بلوشي» بالقرب من مسجد مكي من قبل الحرس الثوري وقوات الأمن، وتقول إن القوات الأمنية لهذا المسجد رفضت السماح لقوات الحرس الثوري الإيراني بالدخول.

تحذير كوري شمالي للولايات المتحدة من «إعلان حرب»



■ حذر مسؤول كوري شمالي كبير اليوم الجمعة من أن بلاده ستنتظر فيما تعبره أنه عمل عدواني من جانب الولايات المتحدة على أنه إعلان حرب. وذكر المدير العام المسؤول عن الشؤون الأمريكية بوزارة الخارجية كورن جونج-غون في بيان نشرته وكالة الأنباء المركزية الكورية الشمالية أن «الولايات المتحدة يجب أن تعي أنه إذا واصلت ممارساتها العدوانية والاستفزازية ضد كوريا الشمالية، فيمكن اعتبار ذلك بمثابة إعلان حرب ضد بلادنا».

سياسة

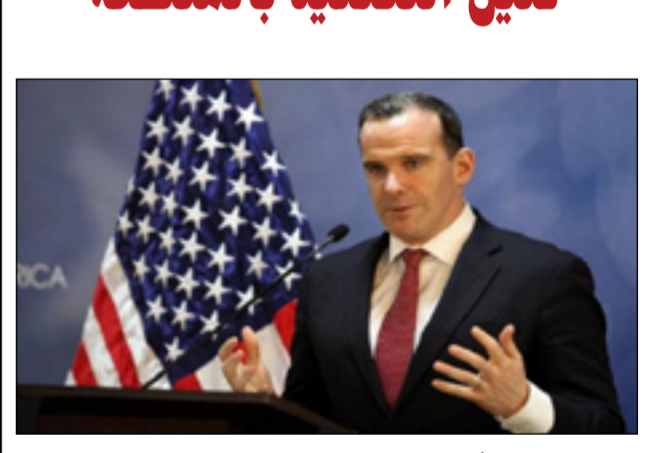
العالم في أمس الحاجة اليوم عن أي يوم آخر من أجل تفعيل مفهوم التعاون الدولي لتحقيق السلام في العالم فهل هناك من يسمع؟

فريد زمكحل

اشتباكات بين فلسطينيين وقوات الاحتلال في أنحاء متفرقة بالضفة الغربية

■ شهدت مناطق متفرقة بالضفة الغربية المحتلة، اليوم الجمعة، اشتباكات بين الفلسطينيين وقوات الاحتلال الإسرائيلي، في ظل خروج مسيرات استثنائية، تلبية لدعوة الحركة الوطنية الأسيرة بجعل اليوم «يوم نفير» لنصرة الأسرى والقدس. وقالت مصادر أمنية فلسطينية بمحافظة الخليل الواقعة جنوب الضفة، إن الاحتلال أطلق الرصاص الحي والمطاطي وقنابل الغاز على مسيرة خرجت من مسجد «الشيخ علي بكاء» بحارة الشيخ، وصولاً إلى البلدة القديمة وباب الزاوية وسط المدينة.. مضيفاً أن مواطناً أصيب بقبيلة صوت في رأسه، مما أدى إلى نزيف دماغي وقد وصفت حالته بـ «الخطيرة»، فيما أصيب آخرون بالأطراف السفلية بالرصاص المطاطي، والعشرات بحالات اختناق جراء اشتباكاتهم مع قوات الاحتلال في بيتا جنوب نابلس.

بايدن يوفد كبير مستشاريه لنزع فتيل التصعيد بالمنطقة



■ كشف البيت الأبيض النقاب عن أن كبير مستشاري الرئيس الأمريكي جو بايدن لشؤون الشرق الأوسط يزور منطقة الشرق الأوسط لبحث لوقف العنف. وقال البيت الأبيض إن بريت ماكفورك موجود في المنطقة لبحث اجتماعات مع مسؤولين في الإمارات وسلطنة عمان ومصر والأردن. وأوضح البيت الأبيض أن زيارة ماكفورك تأتي في إطار جولة متعددة إلى المنطقة، حيث أعربت واشنطن قلقها إزاء تصاعد العنف في إسرائيل والفلسطينيين بالتهدئة. ووقعت مواجهات بين عشرات الفلسطينيين والجيش الإسرائيلي استخدم الأخير فيها الرصاص الحي والمعدني. ومنذ عدة أشهر يلاحق الجيش الإسرائيلي جماعة «عرين الأسود» الفلسطينية المسلحة التي تتخذ من البلدة فلسطينية في عملية اقتحام إسرائيلية القديمة بنابلس مركزاً لها.

2001 J.K. Agence Immobilière

Jean Karam
Courtier immobilier agréé D.A.

514.947.2555

بيع وشراء واستبدال
منازل - مكاتب - عقارات تجارية وسكنية

Frais notaire payé
تكاليف التسجيل مدفوعة

www.jeankaram.com
jeank@remax2001.net / jeankaram@remax2001.net

3095, Autoroute 440, bureau 204
Laval, Québec H7P 4W5

Lotfi, Rafla & Associates
Accountants - Tax Experts
Since 1990

1-833-336-3131
info@lr-ca.ca

Cornwall 14 Third Street E, Suite 202, ON, K6H 2C7
Montréal 9900 Cavendish, Suite 305, QC, H4M 2V2
Toronto 7030 Woodbine Av, Suite 500, ON, L3R 6G2

لا أحد يستطيع التنبأ بالمستقبل ولكن يمكنك الإستعداد له

التأمين ضد الأمراض

أحصل على قيمة تفويض بعد تشخيص المرض أو أحصل على كل نفودك بالكامل إذا بقيت عافيا سنيماً

رفيق زمكحل

905-790-6770
647-990-6881
1-866-MARY-HALIM
Fax 905-790-3536

حكمة العدد

ما أصعب ان تبقى حائراً ما بين قلبك (و عقلك) و (ضميرك) ..

الى أن يمر العمر ..

لا العقل يقنعك ..

ولا القلب ينصفك ..

ولا ضميرك يريحك !!

اعداد: انطونيت جرجوس

WINTER OFFERS

[https:// www.carolsbeaurivage.com](https://www.carolsbeaurivage.com)




CAROLS
BEAU RIVAGE MATROUH



Long stay package
From
01/12/2022
to
30/04/2023
Stay 14 nights/15 days

Only 600 €

Only Euro 600 per person in double standard room on half board basis inclusive of service charge, taxes and transportation from HBE or CAI airport to Hotel & Vice versa (Visa not included)

 reservation@carolsegypt.com

Long stay package
From
01/12/2022
to
30/04/2023
Stay 21 nights/22 days

Only 735 €

Only Euro 735 per person in double standard room on half board basis inclusive of service charge, taxes and transportation from HBE or CAI airport to Hotel & Vice versa (Visa not included)

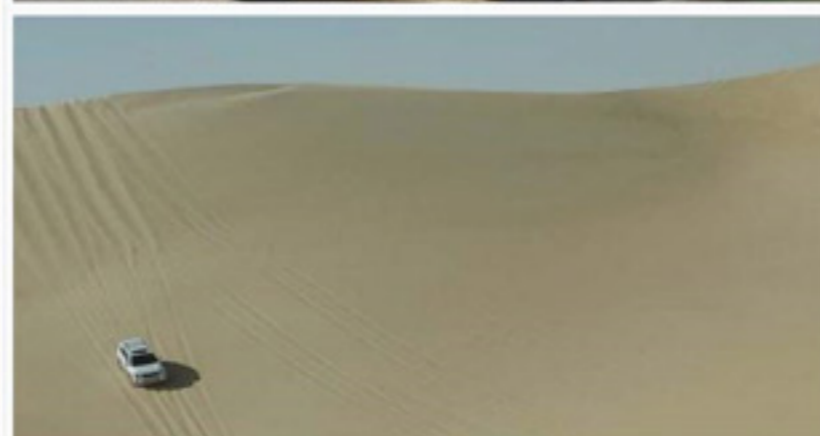
 reservation@carolsegypt.com

Long stay package
From
01/12/2022
to
30/04/2023
Stay 28 nights/29 days

Only 840 €

Only Euro 840 per person in double standard room on half board basis inclusive of service charge, taxes and transportation from HBE or CAI airport to Hotel & Vice versa (Visa not included)

 reservation@carolsegypt.com



WELCOME TOURS

تقدم لك :

- Desert safari
- Beach Holidays
- Nile Cruises
- Conference & meetings
- Incentive
- Tranportation & limousine services
- Self tailored tours
- FIT & Private services
- Meetings & cooperates services

For more information & booking kindly
contact us on:

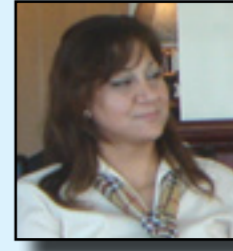
Phone: +2022685045 - +20222660550

Email: operation@welcometours.net

خلال اتصال مع زيلينسكي.. الرئيس السيسي يؤكد دعم مصر لجميع المساعي الهادفة إلى تهدئة الأوضاع في أوكرانيا



القاهرة/ فرج جريس: تلقى الرئيس عبد الفتاح السيسي الخميس اتصالاً هاتفياً من الرئيس الأوكراني "فلودومير زيلينسكي"، حيث تم تناول آخر المستجدات على الساحة الأوكرانية وتطورات الأزمة الراهنه. وصرح المتحدث الرسمي باسم رئاسة الجمهورية المستشار أحمد فهمي، بأن الرئيس السيسي اطلع خلال الاتصال من نظيره الأوكراني على آخر المستجدات على الصعيدين الميداني والإنساني في أوكرانيا، حيث أكد الرئيس السيسي دعم مصر لجميع المساعي الهادفة إلى تهدئة الأوضاع، ودفع جهود التوصل إلى حل سلمي للنزاع، على نحو يحقق الدماء ويهدم الطريق نحو السلام، منوهاً إلى استعداد مصر لمواصلة بذل الجهود اللازمة في هذا الصدد، وهو ما تمثله الرئيس الأوكراني منوهاً إلى دور مصر المؤثر على الصعيدين الإقليمي والدولي. وأضاف المتحدث الرسمي أن الاتصال تطرق أيضاً إلى قضية الأمن الغذائي، في ضوء المعاناة الكبيرة للعديد من شعوب العالم من أزمة الغذاء، خاصة في أفريقيا، حيث تمت مناقشة الجهود الجارية لتمديد اتفاق تصدير الحبوب، وأكد الرئيس السيسي الأهمية القصوى لاستقرار أسواق الغذاء العالمية، وهو ما اتفق معه الرئيس الأوكراني عارضاً جهود بلاده في هذا الصدد بهدف ضمان الأمن الغذائي العالمي.



تيماء الجبوش
كاتبة سورية من كندا

المرأة في المقاربة الإنسانية

■ ان تقع الكارثة فهذا يَحْتَمُ سؤالين في المبدأ أولهما مدى الاستعداد لها وثانيهما معالجة آثارها على المدى القريب والبعيد. في ظل كارثة زلزال سوريا وتركيا مؤخرًا كان الأسوأ في انتظار الضحايا على اختلاف أعمارهم. عدته مصادر أوروبية انه الزلزال الأسوأ في أوروبا منذ 100 عام. بالمجمل لم يكن هناك استعداد له على الرغم من المعلومات العلمية الدقيقة التي تفيد باحتمال حدوثه على اختلاف درجاته. وأن جغرافية المنطقة لها قوانينها ولعل حدوثه في السابق وأن كان ليس بذات الشدة التي وقعت مؤخرًا لكنه كان مؤشراً حيوياً يوجب حتمية التخطيط واتخاذ خطوات احترازية تخص سلامة المدنيين، وجاهزية الخدمات المدنية والطبية وقابليتها في أسوأ السيناريوهات المحتملة للزوال. وهذا بالتحديد كان سيؤثر غالباً في إنقاذ العديد وحظوتهم في فرصة ثانية للحياة. الثابت إلى الآن تواتر عدة زلات ارتدادية في المنطقة وعدم استقرار المحصلة النهائية للضحايا. وصل عدد المتضررين من الزلزال في سوريا إلى 6,000,000 شخص. ناهيك عن أعداد الضحايا في تركيا. ما زال هناك المئات من هم تحت الأنقاض والعديد من هو في حالة حرجة طيباً. وربما سيأخذ الأمر وقتاً أكثر مما يجب في سوريا بسبب أساسي ألا وهو تبعات الحروب الأهلية التي تقترض عدم الاستقرار الأمني والسياسي في البلدان التي كانت نهباً لها وهذا هو الحال هناك. زد على ذلك أن للحروب الأهلية واقعا حيث تتقاطع الخريطة السياسية والإنسانية وكيفية غلبة الواحدة على الأخرى. بمعنى متى وكيف يقدم العامل الإنساني على العامل السياسي؟ وهذا الأمر على وجه الخصوص يقتضي وعياً وثقافة أن توفرنا مزيداً من فرص فرض الخارطة الإنسانية بتفاصيلها ويقوه على الأرض، وهي ممكنة حيث لا مكان للحسابات واقتناص الفرص السياسية، قد يميل البعض إلى القول أن هذا فيه شيء من السذاجة سياسياً، كيف يمكن تحقيق التوازن ما بين الإنساني والسياسي؟ هو ممكن وليس مستحيل ما دام العامل الإنساني أهم، ما دام الوعي يدفع إلى فوق احترام حق إنساني أصيل في الحياة والكرامة والأمن مهما توتعت الأعراف والآداب والطوائف. اجزم انه في العديد من الحالات المشابهة في مجتمعات وبلدان مختلفة حدث هذا التوازن، من يشرع بالإغاثة ينتهي لديه الدفاع والوقت لتلقيد بمعدلات الحروب الأهلية ومنطق العلية لمن؟ لا يمكنه بمكان أن يحاسب الضحية العالقة تحت الأنقاض على أساس دينها أو طائفها أو جنسها. لم ينتهي زلزال سوريا وتركيا بعد بل يستطبل سنتين من العمل لمعالجة آثاره في كلا البلدين. إلى الآن هناك حذر شديد من انتشار الأوبئة والأمراض المعدية وتلوث المياه في ظل فقر غير مسبق ربما لم يصل لحد المجاعة لكنه نهب بمخالبه. وفقاً لبعض التقديرات غير الرسمية ما يوازي 60% من السوريين. عاد لينهش في جسد السوريين المتعب حيث تساقبت أرقام الفقر بينما تراجت الأوضاع الأمنية والسياسية في المناطق المتفرقة. وهذا بالتحديد غير الرسمية ما يوازي 60% من السوريين. عاد لينهش في جسد السوريين المتعب حيث تساقبت أرقام الفقر بينما تراجت الأوضاع الأمنية والسياسية في المناطق المتفرقة. وهذا بالتحديد غير الرسمية ما يوازي 60% من السوريين. عاد لينهش في جسد السوريين المتعب حيث تساقبت أرقام الفقر بينما تراجت الأوضاع الأمنية والسياسية في المناطق المتفرقة. وهذا بالتحديد غير الرسمية ما يوازي 60% من السوريين.

المغرب يؤكد دعمه لأمن مصر وحقوقها المائية



القاهرة/ فرج جريس: أكد النعم ميارة رئيس مجلس المستشارين المغربي، ومدير إدارة الدبلوماسية العامة بوزارة الخارجية المغربية، على دعم المملكة المغربية لأمن مصر المائي وحقوقها في موارد المياه. وجاء ذلك خلال استقبال وزير الخارجية المصري، سامح شكري، الخميس، النعم ميارة رئيس مجلس المستشارين المغربي. وصرح السفير أحمد أبو زيد، المتحدث الرسمي باسم وزارة الخارجية المصرية، أن ميارة أعرب خلال اللقاء عن اهتمام المملكة المغربية بالتعاون والتنسيق مع مصر في إطار الاتحاد الأفريقي. وأوضح السفير أبو زيد، في بيان حصلت "العين الإخبارية"، على نسخة منه، أن وزير الخارجية استهل اللقاء بالترحيب بـ"ضيف مصر العزيز، ومثما عن الاعتراز والفخر بما تشهده العلاقات الأخوية بين البلدين الشقيقين من زخم وتضامن، مبرزاً أهمية مواصلة توسيع نطاق مجالات التعاون الثنائي بما يعظم المصالح المشتركة للبلدين".

اضطلاع مصر بدورها الريادي في العالم العربي. واختتم سامح شكري اللقاء بالإعراب عن خالص تمنياته بإقامة هنيئة للضيف المغربي والوفد المرافق، مؤكداً على عمق وخصوصية العلاقات المصرية المغربية. وأكد وزير الخارجية المصري استعداد بلاده للقيام بمشاركة خبراتها المكتسبة في كل هذه المجالات مع المملكة المغربية الشقيقة. من جانبه، أعرب رئيس مجلس المستشارين المغربي عن تقديره وبعترازه بما تشهده مصر من تطور ونهضة في شتى مناحي الحياة، وما تؤكدته كافة الشواهد على مصر المائنة.

مصر تؤكد دعمها الكامل للحقوق المشروعة للشعب الفلسطيني وترفض تقويض حل الدولتين



القاهرة/ فرج جريس: أكد السفير أسامة عبد الخالق، مندوب مصر الدائم لدى الأمم المتحدة في نيويورك، الخميس، دعم مصر الكامل للحقوق المشروعة للشعب الفلسطيني، ورفض مصر تقويض حل الدولتين.

على قمة أجندة المجتمع الدولي حتى ينال الشعب الفلسطيني حريته واستقلال دولته على خطوط الرابع من يونيو عام 1967 وعاصمتها القدس.

مصر تواصل إرسال مساعدات إنسانية للشعبين السوري والتركي



القاهرة/ فرج جريس: أعلنت طائرتا نقل عسكريتان من قاعدة شرق القاهرة الجوية متجهتين إلى دولة تركيا محملتين بكميات كبيرة من المساعدات الإنسانية التي تشمل الأدوية والمستلزمات الطبية المقدمة من وزارة الدفاع ووزارة الصحة والسكان للمساهمة في تخفيف الأعباء عن كاهل المواطنين.

ويأتي هذا تنفيذاً لتوجيهات الرئيس عبد الفتاح السيسي القائد الأعلى للقوات المسلحة باستمرار إرسال مساعدات إنسانية إغاثية تضامناً مع الشعب التركي في تخفيف آثار الزلزال المدمر، والذي أدى إلى سقوط أعداد كبيرة من الضحايا والمصابين.

وفي سياق متصل، وصلت سفينة الإمداد المصرية التابعة للقوات البحرية إلى دولتي سوريا وتركيا.

وأعرب المسؤولون في البلدين عن تقديرهم الكامل للجهود التي تبذلها الدولة المصرية حكومة وشعباً لمساندتهم في محتهم، مؤكداً على عمق العلاقات التاريخية الممتدة بين مصر والبلدين الشقيقين. وتأتي تلك المساعدات في إطار التضامن الذي تقوم به مصر تجاه أشقائنا من الدول في مواجهة الأزمات والتحديات.

مصر تبحث مع شركة نرويجية تصدير الكهرباء إلى أوروبا

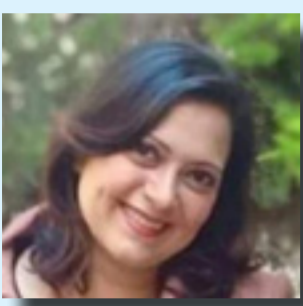
القاهرة/ فرج جريس: بحث رئيس الوزراء المصري مصطفى مدبولي مع شركة "سكاتك" النرويجية عرضاً لتصدير مصر الكهرباء إلى أوروبا. وأكد مدبولي أنه يوجد تعاون كبير وبناء بين الحكومة المصرية والشركة النرويجية، مضيفاً: "تعمل كثيرا لمزيد من الطموح على تعاون أوسع وكذا تحقيق المزيد من المصالح المشتركة".

وفي غضون ذلك، تطرقت الشركة لتنفيذ مشروع الربط الكهربائي مع القارة الأوروبية، وقال الرئيس التنفيذي للشركة نوريه بيلسكوج: "نتطلع إلى تصدير الكهرباء من مصر إلى أوروبا، ولدينا مذكرة تفاهم جاهزة للتوقيع مع الحكومة المصرية في هذا الصدد". ووصف المشروع بأنه مهم للغاية فيما يتعلق بخطة بناء منشآت لإنتاج الكهرباء على نطاق واسع وتأمين موارد الطاقة للقارة الأوروبية، والطاقة النظيفة، وهو ما يدعم كذلك خطط التحول الأخضر في القارة. وأضاف: نخطط لتصدير قدرات كهربائية من الطاقة المتجددة لأوروبا بقدرات نحو 3 جيجاوات، متعهداً بمضاعفة استثمارات الشركة في الفترة القادمة. وفي السياق ذاته، أكد بيلسكوج أن "سكاتك" تتلقى كل الدعم من الحكومة النرويجية فيما يتعلق بخطة تصدير الكهرباء من مصر إلى أوروبا.

نيجيريا قبيل الانتخابات.. هجمات متزامنة تستهدف 3 سياسيين

استهدف مجهولون 3 أعضاء بحزب سياسية في نيغيريا بهجمات قتل فيها عدة أشخاص قبل ساعات من الانتخابات البرلمانية والتشريعية المقررة السبت. يأتي ذلك وسط تحذيرات دولية من "تفاهم العنف في الدولة الواقعة غرب أفريقيا، وسط غضب شعبي بسبب نقص العملة والوقود قبيل الانتخابات المقررة السبت المقبل.

قال مفوض شرطة ولاية إنيجو جنوب شرق نيغيريا، اليوم الخميس، إن مهاجمين يشتبه بأنهم انفصاليون شنرت السبت هجمات في ثلاثة أحزاب سياسية بهجمات متزامنة قتل فيها عدة أشخاص في ساعة متأخرة مساء أمس الأربعاء بالولاية. وأضاف المفوض، إن أحد القتلى في هجمات كان من مرشحات لمعد في مجلس الشيوخ.



جاكلين جرجس
كاتبة مصرية

أصحاب القلوب العنيرة!

النور مكانه في القلوب
يا تكون قد الحياة
يا تعيش وحيد وسط الدروب
يا تكون قد الحياة
يا تعيش وحيد وسط الدروب

لعل في كلمات أغنية "منحت صالح" في فيلم "أمير الظلام" للشاعر "مجدي كامل"، دعوة داعمة تبت الأمل وتعان التحدي بداخل نفس كل من فقد نعمة نور البصر لكنه لم يفقد ضياء البصيرة ونور إنيتها وحب الحياة وشغف النجاح؛ فالبصيرة يكون لصاحبها فرصة خلق فضاء داخلي من الوضوح والهدوء في التفكير المذهل للأفكار والعواطف والأحاسيس والأحلام والخيال في تصورك دون رؤية مسيئة للعين لكن هذه الأفكار؛ أن تحلم دون أن ترى طريقك أو لون أحلامك؛ فهذا ما حدث ولا يزال يحدث من أعظم عبقري في التاريخ إلى أصغر موهوب في العالم الآن، فإند وأن يفرض الله بعباها التي لا تنضب على كل إنسان والتي تحتاج منا أن نعيدتها بالرعاية والاهتمام لتؤتي ثمارها.

من هنا بدأت مبادرات الجمهورية ببرنامج "تور حياة" في 2019 لألب عبد الفتاح السيسي لمكافحة وعلاج أمراض ضعف وفقدان الإبصار، والتي تستهدف الكشف على 5 ملايين طالب المرحلة الابتدائية على مستوى الجمهورية، والتي خصص لها مبلغ مليار جنيه من صندوق "تحيا مصر". أعلنت جمعية الهلال الأحمر المصري، التابعة لإشراف وزارة التضامن الاجتماعي، إطلاق مبادرة هي الأولى من نوعها في الشرق الأوسط، في مجال الإسعافات الأولية للأشخاص من ذوي الإعاقة المكفوفين، باستخدام لغة برايل.

وفي تواصل فعال أطلقت جمعية الهلال الأحمر المصري مبادرة هي الأولى من نوعها في الشرق الأوسط، في مجال الإسعافات الأولية للأشخاص من ذوي الإعاقة المكفوفين، باستخدام لغة برايل، إن تلك المبادرة تأتي ضمن جهود دمجهم ضمن فئات المجتمع المختلفة وتوفير الحياة الكريمة لهم.

كذلك لا يمكننا إغفال الدور الهام الذي تلعبه مؤسسات المجتمع المدني مثل المركز النموذجي لرعاية وتوجيه المكفوفين "بمصر" والذي تأسس عام 1953، ويضم مدارس التعليم الأساسي والثانوي ومعهد الموسيقى والمدسة السمعية ومكتبة برايل، وعلى مدى 67 عاماً تم تدريب الأتقاء على مهن متنوعة أدوات النظافة والأحذية والخيزران والجلود والتجارة والدعوات.

و في كل يوم يبهرن الأتقاء بقدرتهم على التواصل مع المجتمع وتخليهم عن الانعزالية، فأصبح لديهم مجتمع خاص بهم من خلال مواقع التواصل الاجتماعي، ليشاركوك البوستات والفيديوهات وهناك تطبيقات الأندرويد الخاص بالمكفوفين باستخدام البرنامج الناطق الذي سهل التواصل فيما بينهم في أنحاء العالم لكن بالرغم من حرماتهم من أجل لحظات رومانسية بين العشاق فالحب قد يأتي من النظرة الأولى أحياناً؛ إلا أنهم عاشوه بطريقتهم الخاصة من طريق السمع والابتذاب لصوت المحب ربما يكون هو الدافع الرئيسي الذي يحرك مشاعرهم ليتنشأوا بأعذب الألحان والأغاني ويصبح لدينا عابرة في الموسيقى والغناء مثل الفنان الكبير الراحل سيد مكاوي والموسيقيار عمار الشريعي، و الآن تتابع أوركسترا "النور والأمل" و مطوعاتهم الموسيقية خلال حفلات دار الأوبرا؛ ثم جاءت فكرة فريق wonders للملحن الشاب هشام جمال مكرناً منهم أول فريق غنائي محترف في الوطن العربي.

في مصر تعلق قضية رعاية المكفوفين وتوفير الفرص الأفضل في الحياة بأمر نحو 3.5 مليون كفيف مصري، كما يصل عدد المكفوفين الملتحقين بمراحل التعليم المختلفة نحو 37 ألف كفيف... نعم النور في القلوب.. يا إلهي أنر قلوبنا لنقدم أصحاب القلوب المنيرة.

إعلاناتكم في الرسالة

Tel.: (514) 961-0777

(450) 972-1414

elressalanews@gmail.com

Salon Said Habouri et Esthétique Antoinette

Pour femmes

Laser et plus!

«صالون سعيد»

يسعد إدارة Salon Said Habouri للسيدات و Esthétique Antoinette

أن تستقبل عملاتها الكرام طوال أيام الأسبوع ما عدا الأحد والأثنين على عنوانها الكائن في:

345, boul. Chomedey, Local - 3, Laval Qc. H7V 3S7

للحجز والاستعلام: 514 332-6333

Now serving the Arabic Community

Providing trusted advice in your local community!



Contact us for a no-obligation insurance quote.
it's fast simple, and it could save you money.



Montreal Centre Agency

4875 Van Horne Ave.

(438) 797-2265

agencemontrealcentre@allstate.ca



أزياء Marmiz تحاكي المرأة الجريئة والواقعة



بالثقة والجرأة ولا يخشين من التعبير عن أفكارهن، إذ تجمع «مريمز» بين القوة والأناقة بقصات عصرية مميزة، واللون وطبقات فريدة في كل تصميم.

وبما أن «مريمز» تهدف لرؤية المزيد من النساء بتصاميم تعبر عن هويتهم، لم يقتصر التركيز على الجودة البسيطة، بل الجودة التي تتحدث مباشرة إلى الشخصيات الشجاعة والجميلة بطبيعتها.

ما يجعل مريمز علامة مثالية ومميزة. ثمة العديد من العلامات التجارية المحلية والعالمية اليوم التي تركز على الاستدامة، وهو مهم جداً للبيئة، لكن المصممين في مريمز أرادوا التركيز على تمكين النساء بخلق مستدام يمكنهن من النجاح وتحقيق أحلامهن.

وتهدف مريمز إلى مواكبة احتياجات ورغبات النساء اللواتي يتحلين

المصان الحريرية بالوان احادية. تهدف «مريمز» إلى تشجيع الناس على اختيار الملابس عالية الجودة والمصممة بدقة، والتي تعبر بصديق عن شخصياتهم. أراد القائمون على هذه العلامة الجديدة بالمنطقة أن تشعر النساء من خلال تصاميم مريمز بالثقة والجرأة الكافية للتعبير عن أرائهن، ففكرة تحقيق هذا الهدف هو

عن رأيها. تتميز المجموعة الأولى من علامة مريمز بتصاميم عصرية وجريئة، ولمسة من الأناقة، وتكتشف عن تفاصيل فريدة من نوعها وقصات متميزة، مثل البدلات الرسمية المبطنه بالكافا قوية، وساتين بقصات جريئة غير متساوية، وسترات عصرية بالوان متباينة، وقساكين

الحداثه، العماره والأشكال الهندسية هي العوامل الرئيسية التي ألهمت العلامة التجارية الجديدة «مريمز»، التي تتحدث بتصاميمها مباشرة إلى المرأة الجريئة والواقعة التي لا تخشى التعبير

3 أنواع من السمودي اللذيذ لبشرة تشع بالصحة



■ عند محاربة علامات الشيخوخة والتقدم في السن، لا يكفي استخدام مستحضرات التجميل ومنتجات العناية بالبشرة. بل عليك الإعتناء بصحة جسدك من الداخل أولاً بتناول تشكيلة واسعة من الفواكه والخضروات الغنية بالفيتامينات والمعادن ومضادات الأكسدة. وتناول السمودي هو من أفضل الطرق التي تمنحك كم هائل من هذه المواد الغذائية في مشروب واحد.

جربي هذه الأنواع المختلفة يومياً لتعزيز صفاء بشرتك ونضارة وجهك بشكل ملحوظ وخلال أيام قليلة.

سمودي التفاح الحامض: خيار متوسط الحجم ١٠ أوراق من السبانخ الطازجة نصف تفاحة
سمودي التوتوم الحار: حبة حوز نصف حبة افوكادو ٥ حبات من اللوز ملحقة بذور الكان

الوزن الخالي من السكر
سمودي الشباب الدائم نصف كوب من اللبن الزبادي ١٠ حبات من التوت الأزرق ٥ حبات من الفراولة ٨ حبات من التوت البري raspberry ملععة كبيرة من مسحوق بذور الكان

عند محاربة علامات الشيخوخة والتقدم في السن، لا يكفي استخدام مستحضرات التجميل ومنتجات العناية بالبشرة. بل عليك الإعتناء بصحة جسدك من الداخل أولاً بتناول تشكيلة واسعة من الفواكه والخضروات الغنية بالفيتامينات والمعادن ومضادات الأكسدة. وتناول السمودي هو من أفضل الطرق التي تمنحك كم هائل من هذه المواد الغذائية في مشروب واحد.

جربي هذه الأنواع المختلفة يومياً لتعزيز صفاء بشرتك ونضارة وجهك بشكل ملحوظ وخلال أيام قليلة.

سمودي التفاح الحامض: خيار متوسط الحجم ١٠ أوراق من السبانخ الطازجة نصف تفاحة
سمودي التوتوم الحار: حبة حوز نصف حبة افوكادو ٥ حبات من اللوز ملحقة بذور الكان

قبل حفل زفافك.. كيف تحصلين على بشرة صافية؟



■ الكرمي والوجه وحده قبل حفل الزفاف، لا يمنحك البشرة النضرة والصالبة في ليلة عملك كما تتوقعين، يحتاج الأمر إلى نظام صحي للبشرة قبل أيام من موعد يومك الكبير، للحصول على بشرة رائعة.

فيما يلي دليلك الكامل لكل ما تحتاجه بشرتك قبل أيام من حفل زفافك، حتى تساعدك على الحصول على لون كميح مثالي، لا تشوبه شائبة، تابع معنا التزمي بالخطوات التالية:

١. تنظيف بشرتك قبل النوم

لا تنهي للفراش أبداً مع بقايا المكياج على بشرتك، أغسلي وجهك بمنظف مناسب مع نوع بشرتك والمشاكل التي تعانيها خلال هذه الفترة. حاولي تجنب منظفات التفتير لأنها يمكن أن تجرد الحاجز الطبيعي للبشرة مما يتركها جافة، بينما منظف الزيت يعمل على ترك بشرتك طبيعية من دون أذى أو حساسية.

٢. خل التفاح

هذا المكون له القدرة على تحويل بشرتك قبل أيام من حفل زفافك. خل التفاح مناسب لجميع أنواع البشرة، فهو يساعد على تهدئة الشور وشفاؤها بسرعة، يمكنك تمرير قطعة من القطن مغموسة بخل التفاح على بشرتك، كعلاج ليلى يساعد البشرة على التوجه في الصباح.

٣. الالافه الوردية قبل النوم

تعد الالافه الوردية حيلة رائعة لترطيب البشرة قبل النوم، بعد تعزيز بشرتك ببروتينات العناية الخاص بك، يمكنك تطبيق الالافه الوردية للحصول على مظهر متوهج وأكثر رطوبة.

■ تجنب الأطعمة المالحة في المساء

حاولي قدر الإمكان، الابتعاد عن الأطعمة المالحة للغاية قبل حفل زفافك، لأنها تزيد من انتفاخات بشرتك وزيادة الهالات السوداء حول عينيك، لذا تجنبها تماماً، واعتمدي على الأطعمة الطبيعية والخضروات والفواكه.

٥. زيوت الوجه

لا تغلقي من تطبيق زيوت الوجه على بشرتك، توفير الرغاية الكاملة للطفرة الخارجية من الجلد، مع توفير مضادات الأكسدة الغنية لمنع تلف الحمض النووي، اعتمدي على الزيوت الخفيفة مثل الأرکان والمرولا، لملاحظة التحول في أيام قليلة.

٦. فيتامين سي

أحد مفاتيح الحصول على بشرة مشرقة هو فيتامين سي، يلغي المكون الفائق البقع الداكنة ويحسن لون البشرة، ويكثف عن بشرة مشرقة بشكل جميل. طفي كريم المشرق مع مستخلص فيتامين سي أو جزر عرق السوسن، لتقليل الانتفاخات والحصول على عيون مشرقة.

٧. الترطيب

الجفاف هو نقص الماء في الجلد، يمكن أن تظهر البشرة الجافة حمراء أو

لفقدان الوزن- 5 عادات صباحية احرص عليها يومياً



■ فقدان الوزن هدف يسعى إليه الكثير من الأشخاص، يمكنهم تحقيقه، عن طريق الانتظام في اتباع مجموعة من العادات الصباحية قبل وأثناء وجبة الإفطار.

أبرز عادات الصباحية التي تساعد على إنقاص الوزن، وفقاً لموقع «Eat this».

عادات صباحية لإنقاص الوزن

١- شرب الماء

احرص على شرب كوبين من الماء فور الاستيقاظ من النوم، لأنه يساعد على امتلاء المعدة، ومن ثم تناول كمية قليلة من الطعام في وجبة الإفطار، بحسب دراسة منشورة في «Journal of Clinical and Diagnostic Research».

ولضمان الاستفادة من شرب الماء في إنقاص الوزن، يجب تناوله قبل وجبة الإفطار بتلاتين دقيقة، وتكرار نفس الأمر مع وجبتي الغذاء والمساء.

٢- المشي

يساهم المشي على معدة فارغة في تحفيز الجسم على حرق المزيد من السعرات الحرارية على مدار اليوم، لذلك ينصح بممارسته قبل تناول وجبة الإفطار.

٣- الفاكهة

تناول الفاكهة قبل وجبة الإفطار من شأنه أن يساعد على إنقاص الوزن، ويرجع السبب إلى محتواها العالي من الألياف الغذائية، التي تعمل على التحكم في الشهية.

وفي دراسة منشورة بدورية «Annals of Internal Medicine»، وجد الباحثون أن زيادة كمية الألياف يومياً حتى ٣٠ جراماً تساهم في خفض ضغط الدم وإنقاص الوزن.

ويمكن تعزيز القيمة الغذائية للفواكه، من خلال تناولها بجانب الزبادي ودقيق الشوفان.

٤- تناول البروتين

أسباب ترهل الجلد في الحود..

تجنيبي!

في ما يلي، بعض الأسباب الشائعة التي تساهم في عملية ترهل الجلد في منطقة الحود، ننكر أبرزها:

التقدم في السن

مع تقدمنا في السن نخضع بشرتنا لتغيرات متعددة، سواء كانت جينية أو هرمونية. هناك العديد من العوامل المختلفة التي تؤثر على صحة البشرة، فتتفادها صححتها وشبابها. أحد الأسباب الرئيسية وراء الجلد المترهل هو العمر، حيث تميل بشرتنا إلى فقدان الكولاجين والإيلاستين، (النسيج الضام الداعم الذي يجعلها تبدو صلبة وممتلئة وشابة) ما يؤدي إلى ضعف عضلات الوجه، وبالتالي ترهل الجلد في الوجه والحود.

التعرض لأشعة الشمس فوق البنفسجية

يمكن أن يؤثر التعرض لأشعة الشمس على مرونة الجلد وإنتاج الكولاجين أيضاً، ولكن بمعدل أسرع من الشيخوخة كذلك، تؤثر أشعة الشمس الناتجة عن الأشعة فوق البنفسجية المرئية والمتوسطة على الحمض النووي للجلد وتجعله، ما يؤدي إلى الموت الخلوي المبكر. هذا يكسر الكولاجين والإيلاستين في الجلد، فيصبح الجلد رقيقاً وأكثر عرضة لظهور التجاعيد.

فقدان الوزن المفاجئ

أسباب ترهل الجلد في الحود..

تجنيبي!

في ما يلي، بعض الأسباب الشائعة التي تساهم في عملية ترهل الجلد في منطقة الحود، ننكر أبرزها:

التقدم في السن

مع تقدمنا في السن نخضع بشرتنا لتغيرات متعددة، سواء كانت جينية أو هرمونية. هناك العديد من العوامل المختلفة التي تؤثر على صحة البشرة، فتتفادها صححتها وشبابها. أحد الأسباب الرئيسية وراء الجلد المترهل هو العمر، حيث تميل بشرتنا إلى فقدان الكولاجين والإيلاستين، (النسيج الضام الداعم الذي يجعلها تبدو صلبة وممتلئة وشابة) ما يؤدي إلى ضعف عضلات الوجه، وبالتالي ترهل الجلد في الوجه والحود.

التعرض لأشعة الشمس فوق البنفسجية

يمكن أن يؤثر التعرض لأشعة الشمس على مرونة الجلد وإنتاج الكولاجين أيضاً، ولكن بمعدل أسرع من الشيخوخة كذلك، تؤثر أشعة الشمس الناتجة عن الأشعة فوق البنفسجية المرئية والمتوسطة على الحمض النووي للجلد وتجعله، ما يؤدي إلى الموت الخلوي المبكر. هذا يكسر الكولاجين والإيلاستين في الجلد، فيصبح الجلد رقيقاً وأكثر عرضة لظهور التجاعيد.

فقدان الوزن المفاجئ

علاج ترهل الخدود طبيعياً بعيداً عن العمليات التجميلية



■ لسوء الحظ لا يمكن تجنب ترهل الجلد، لأنه جزء من التقدم في السن. ومع ذلك، ثمة العديد من الوصفات الطبيعية للبشرة تمتاز بخصائص مضادة للشيخوخة، تساعد على علاج ترهل الخدود طبيعياً. في ما يلي، طرق علاج ترهل الخدود طبيعياً من دون التدخل الجراحي.

زيت جوز الهند لشد ترهل الخدود:

يعتبر زيت جوز الهند من الزيوت الفعالة في علاج ترهل الخدود طبيعياً، نظرًا لغناه بمضادات الأكسدة التي تساهم في القضاء على الجذور الحرة. كما أنه يربط البشرة، ما يمنع ترهلها. بالإضافة إلى ذلك، يعتبر زيت جوز الهند من العلاجات الرائعة للشعر، لا سيما في علاج فروة الرأس بعد الصبغة.

طريقة الاستخدام:

ضعي بضع قطرات من زيت جوز الهند العضوي على راحة يديك، وراة الجلد المترهل هو العمر، حيث تميل بشرتنا إلى فقدان الكولاجين والإيلاستين، (النسيج الضام الداعم الذي يجعلها تبدو صلبة وممتلئة وشابة) ما يؤدي إلى ضعف عضلات الوجه، وبالتالي ترهل الجلد في الوجه والحود.

التعرض لأشعة الشمس فوق البنفسجية

يمكن أن يؤثر التعرض لأشعة الشمس على مرونة الجلد وإنتاج الكولاجين أيضاً، ولكن بمعدل أسرع من الشيخوخة كذلك، تؤثر أشعة الشمس الناتجة عن الأشعة فوق البنفسجية المرئية والمتوسطة على الحمض النووي للجلد وتجعله، ما يؤدي إلى الموت الخلوي المبكر. هذا يكسر الكولاجين والإيلاستين في الجلد، فيصبح الجلد رقيقاً وأكثر عرضة لظهور التجاعيد.

فقدان الوزن المفاجئ

أسباب ترهل الجلد في الحود..

تجنيبي!

في ما يلي، بعض الأسباب الشائعة التي تساهم في عملية ترهل الجلد في منطقة الحود، ننكر أبرزها:

التقدم في السن

مع تقدمنا في السن نخضع بشرتنا لتغيرات متعددة، سواء كانت جينية أو هرمونية. هناك العديد من العوامل المختلفة التي تؤثر على صحة البشرة، فتتفادها صححتها وشبابها. أحد الأسباب الرئيسية وراء الجلد المترهل هو العمر، حيث تميل بشرتنا إلى فقدان الكولاجين والإيلاستين، (النسيج الضام الداعم الذي يجعلها تبدو صلبة وممتلئة وشابة) ما يؤدي إلى ضعف عضلات الوجه، وبالتالي ترهل الجلد في الوجه والحود.

التعرض لأشعة الشمس فوق البنفسجية

يمكن أن يؤثر التعرض لأشعة الشمس على مرونة الجلد وإنتاج الكولاجين أيضاً، ولكن بمعدل أسرع من الشيخوخة كذلك، تؤثر أشعة الشمس الناتجة عن الأشعة فوق البنفسجية المرئية والمتوسطة على الحمض النووي للجلد وتجعله، ما يؤدي إلى الموت الخلوي المبكر. هذا يكسر الكولاجين والإيلاستين في الجلد، فيصبح الجلد رقيقاً وأكثر عرضة لظهور التجاعيد.

فقدان الوزن المفاجئ

8 نصائح للحوامل.. إزاي تعيري حالتك المزاجية وتستقبلي المولود الجديد

مع اتباع نصائح نفسية هامة لتخطي هذه المرحلة بسكينة واستقرار، وفقاً لما أشار إليها عبد العزيز آدم أخصائي علم النفس السلوكي.

لا تجلسي بمفردك

الوحدة والجلوس بمفردك هما العدو الأول للأم الحامل، لأنها تزيد من حدة الأفكار السلبية والمخاوف المتعلقة بالحمل لذلك يجب عدم الاستسلام أبداً للشعور بالوحدة.

بعض الأطعمة تحسن من الحالة المزاجية

يجب للمرأة الحامل الحفاظ على بعض الأطعمة التي تحسن من حالتها المزاجية والنفسية، وأسما الألبان والأسماك الدهنية الغنية بفيتامين أوميغا ٣، هذا سيسمح من صحتها النفسية والجسدية على حد سواء.

تجنب التوتر

يجب على الحامل أن تتجنب التوتر أو الخدول في مشكلات مما كانت بسيطة لأن مردودها النفسي يكون خطير جداً عليها، ويجب على الزوج والأهله مراعاة حالتها النفسية وعدم الإقبال عليها



■ فترة الحمل وانتظار مولود جديد تعبر من أصعب الفترات التي تمر بها الأمهات من الجانب النفسي، وهذا يتطلب بعض التوازن النفسي

عادات غذائية خاطئة تؤدي أسنانك

وتسبب التسوس

كثير في أسنانك وتسبب أضراراً طويلة المدى.

وأكدت بإيالاتي بالهالا أن محتوى السكر العالي يأتي من العصائر، وهو ما يسبب ضعف ميناء الأسنان، والتسوس البكتيري الموجودة على الأسنان، فتتسبب اللثة بالتهيج وبالتالي يصبح أمر ظهور تسوس الأسنان متاحاً بصورة أكبر.

ولفتت طبيبة الأسنان إلى أن أكثر من نصف البريطانيين، يشربون حليباً نباتياً يحتوي على نسب عالية من الدهون المشبعة، وهو ما يؤدي إلى نقص في الكالسيوم والعناصر الغذائية الأخرى المفيدة للحم، مما قد يزيد من خطر الإصابة بتسوس الأسنان وأمراض اللثة، وتتسبب بإيالاتي بالهالا، للحصول على أفضل نتائج لصحة الأسنان وتصنعها، استخدم معجون الأسنان العادي بالفلورايد.

يسعى الناس للاهتمام بمظهر أسنانهم، كونها تعبر بشكل أو بآخر عن مظهر وجوههم أثناء الحديث، لذا يتبعون عادات غذائية قد تساعد بمفهومهم على نظافة الأسنان، لكنهم قد لا يدركون أن هذه العادات تسبب الأذى للأسنان ولثة، وقد تصل بهم إلى الإصابة بتسوس الأسنان على المدى الطويل.

تسبب طبيبة الأسنان البريطانية بإيالاتي بالهالا تناول ميناء الأسنان بسرعة كبيرة إذا ما تم شربه بشكل يومي، ومن نتائجها كلف طبقة العاج الصفراء تحت الأسنان، مما يؤدي إلى تلويث الأسنان.

وتبين طبيبة الأسنان، أن الحميات الغذائية القائمة في معظمها على العصائر الطبيعية، أفضل نتائج لصحة الأسنان وتصنعها، بهدف تحسين الهضم ومد الجسم بالعناصر الغذائية المطلوبة، يمكن أن يكون لها تأثير

أدليل تصدم جمهورها بمرضها الخطير



قالت المغنية البريطانية أديل، إنها تعاني من الألم في ظهرها أثناء إقامتها في لاس فيجاس. حيث أخبرت جمهورها في Sin City كيف تحطمت فقرتها بالجزء الأخير من العمود الفقري القطني، والذي يمكن أن يسبب ضعفاً في الساقين، كما أنها تعاني من «عرق النساء»، والذي تصفه بأنه «سبن حقا»، وأضافت: «أدليل: «تأكدت الفقرة الأخيرة بظهي وأصبت بالديسك».

سنة تقريبا أنها ربما ستيكي عند رؤيتها لدا روك فيبر من نجومها المفضلين. من دون علم مغنية «Hello»، كان جونسون يسير خلف مقعدا، ثم نهضت المغنية المذهولة وحصلت على عنق من بطل أفلام هوليوود.

«الشخص الذي لطالما أردت مقابلته، لقد اكتشفت أيضا أنه من أكبر المعجبين بك»، لتلتفت أديل وتجد النجم دوين خلفها حيث فرحت بوجوده وقاما بتقبل بعضهما. وبعد هذا اللقاء المهم ل أديل بحكم أنها صرحت منذ

«The Rock»، أو بالأحرى استطاع النجم تحقيق حلم من أحلام أديل. فيينا كان مقدم الحفل النجم الكوميدي تريفير نواه يلقي خطابا افتتاحيا للحل وقد قربت طاوله أديل ممازحا

نيلكي كريم تجسد أخطر قضايا الصعيد في «عملة نادرة»

تواصل الفنانة نيلكي كريم، في طرح القضايا الاجتماعية الشائكة في دراما رمضان جديدة لعام ٢٠٢٣، من خلال مسلسل عملة نادرة.

تأخذ القضية في «عملة نادرة» طابع صعيدي، إذ تواجه نيلكي كريم أزمة كبرى مع أسرتها بسبب حرمانها من الميراث، وتتصدى لمحاولاتهم المستميتة على الاستيلاء على نصيبها الشرعي.

يشارك في بطولة المسلسل بجانب نيلكي كريم فريدة سيف النصر، أحمد بدير، كمال أبو رية، ومن تأليف مدحت العدل وإخراج محمد العدل.

كانت قد شاركت نيلكي كريم في الدراما الرمضانية الماضية ٢٠٢٢، من خلال مسلسل فاتن أمل حربي، الذي أحدث حالة جدلية حول تناوله لقضية الطلاق وتوابعه ومشاكله، وشاركها البطولة «شريف سلامة، محمد الشرنوبلي، خالد سرحان، محمد ثروت، هالة سدي، فادية عبدالغني، ومن تأليف إبراهيم عيسى، وإخراج ماثو العدل.



«رسالة الامام» الاسم النهائي لمسلسل خالد النبوي في رمضان 2023

وقرت الشركة المنتجة الاستعانة بمراجع تاريخي يلزم فريق المسلسل طوال فترة التصوير، إضافة إلى مراجعة الحلقات بشكل مستمر من قبل مجمع البحوث الإسلامية بالأزهر الشريف، وكذلك وجود مراجع لغوي للسيناريو، لاسيما أنه يتم تقييم العمل باللغة العربية الفصحى، بالإضافة إلى أن الفترة الماضية شهدت تدريب الفنانين المشاركين في البطولة على ركوب الخيل والمبارزة بالسيف.

مسلسل «الإمام الشافعي» بطولة خالد النبوي، أروى جودة، نضال الشافعي، خالد أنور، وليد فواز، جيهان خليل، حمزة الطيلي، أحمد الرفاعي، سلمى أبو ضيف ونخبة من نجوم الوطن العربي أبرزهم السوريين خالد الفيش وهافال حمدي، والأردنية فرح بسيسو وآخرين سيتم الإعلان عن إسمائهم قريبا، والعمل سيناريو وحوار ورشة كتابة تحت إشراف المؤلف محمد هشام عبيد، وإخراج السوري ليث ججو، وإنتاج شركة «Media Hub - سعدى وجهر».



الإمام الشافعي هو ثالث الأئمة الأربعة عند أهل السنة والجماعة، وصاحب المذهب الشافعي في الفقه الإسلامي، ومؤسس علم أصول الفقه، وتنسب له آراء فقهية عدة وفتاوى قديمة، وينظر للمسلسل إلى السنوات التي قضاه الإمام الشافعي في مصر، حيث حضر إليها عام ١٩٨ هـ / ٨١٣ م وألقى دروسه في جامع عمرو بن العاص، ونفى على يديه العديد من العلماء المصريين.

استقر صناع مسلسل النجم خالد النبوي على اسم «رسالة الإمام»، ليصبح الاسم النهائي للعمل المقرر عرضه في رمضان المقبل ٢٠٢٣، من إخراج ليث ججو، وذلك بعد أن كان اسمه «الإمام الشافعي»، من إنتاج ميديا هب، ويصور فريق العمل بكثافة حاليا لالتهام من التصوير خلال الفترة المقبلة، خاصة أن العمل يتضمن العديد من مواقع التصوير.

ماجد الكدواني ينضم لفريق عمل فيلم «أبو نسيب» بطولة محمد إمام



مؤلف «أزمة منتصف العمر» يؤكد تقديم الجزء الثاني بمخرج وأبطال مختلفين

أكد أحمد عادل، مؤلف مسلسل «أزمة منتصف العمر»، أنه يستعد لتقديم الجزء الثاني من العمل، الذي حقق نجاحا كبيرا منذ بدء عرضه عبر منصة «شاهد VIP». وتابع: «تصوير الجزء الثاني إن شاء الله يبدأ بعد رمضان بشهرين مثلا، أكون انتهيت من كتابة الحلقات بروقان». ويحظى مسلسل «أزمة منتصف العمر» بتفاعل كبير من الجمهور مع حلقاته، بسبب جرأة الموضوع الذي يناقشه. ومسلسل «أزمة منتصف العمر» يعرض عبر منصة «شاهد VIP»، وبطولة كريم فهمي، ريهام عبد الغفور، رنا رئيس، هند عبد الحليم، عمر السعيد، ركن سعد، رشدي الشامي، ومن إخراج كريم العدل، وتأليف أحمد عادل، ومعالجة درامية لكريم العدل وكريم فهمي.

أحد عادل، مؤلف مسلسل «أزمة منتصف العمر»، أنه يستعد لتقديم الجزء الثاني من العمل، الذي حقق نجاحا كبيرا منذ بدء عرضه عبر منصة «شاهد VIP». وتابع: «تصوير الجزء الثاني إن شاء الله يبدأ بعد رمضان بشهرين مثلا، أكون انتهيت من كتابة الحلقات بروقان». ويحظى مسلسل «أزمة منتصف العمر» بتفاعل كبير من الجمهور مع حلقاته، بسبب جرأة الموضوع الذي يناقشه. ومسلسل «أزمة منتصف العمر» يعرض عبر منصة «شاهد VIP»، وبطولة كريم فهمي، ريهام عبد الغفور، رنا رئيس، هند عبد الحليم، عمر السعيد، ركن سعد، رشدي الشامي، ومن إخراج كريم العدل، وتأليف أحمد عادل، ومعالجة درامية لكريم العدل وكريم فهمي.

يحرص على سؤال عن أبطال الجزء الثاني، قال: «في أبطال في فيلم ويعرض لنور في السينما في موسم أفلام عبد الفطر، فيلم «خمسة جولات»، من تأليف محمد عبد المعطي وإخراج مازن أشرف، ويشارك نور في بطولته أمم الشرفاوي، داليا شوقي، ماجد المصري، ومغني الراب آر سينك.



«قصص عصافير».. سبب احتجاز يسرا في المطار بمسلسل «حمد لله على السلامة» في تاريخ الكوميديا



تواصل الفنانة يسرا، تصوير مشاهد ضمن أحداث مسلسل «حمد لله على السلامة»، داخل مطار القاهرة، وهو مشهد عودتها من أستراليا لتستقر في مصر، ومن المقرر عرض المسلسل داخل السباق الرمضاني المقبل.

المشهد يتضمن احتجاز الفنانة يسرا، داخل المطار والسبب في ذلك وجود قصص عصافير معها أتت به من أستراليا، وتردد دخوله مصر ولكن أمن المطار يمنع ذلك وهو الأمر الذي يجعلها تدخل في مشاهد كلامية بينهم وتحجز في المطار والقض عليها. مسلسل «حمد لله على السلامة» بطولة عدد كبير من النجوم والفنانين منهم شيماء سيف، محمد ثروت، ميلان السيد، آدم الشرفاوي، أوتكا، والمطرب عنية في أول تجربة درامية تلفزيونية له، تأليف محمد نو الغفار وإخراج عمرو صلاح ومن إنتاج جمال العدل. ويذكر أن أعمال الفنانة يسرا شاركتها في السباق الرمضاني الماضي بمسلسل «أحلام سعيدة» وشاركتها البطولة عدد كبير من الفنان من الفنان غادة عادل، مي كساب، شيماء سيف، هشام إسماعيل، نور محمود، نبيل نور الدين، عمار رشاد، أوتكا، سامر مغاوري، ميسرة، عفاف مصطفى، جيهان الشمائيرجي، ملك بدوي وعدد آخر من الفنانين، تأليف هالة خليل وإخراج عمرو عرفة وإنتاج شركة العدل جروب للمنتج جمال العدل.

موعد عرض «سيدتي الجميلة» في مصر.. بعد نجاحها في السعودية



توأتا، علاء مرسي، ومحسن منصور، وعبير منير، وأسامة عبد الله، ومصطفى عبد السلام، وأحمد علي، ومحمود ميليجي، ومحمد يسري وجابر فراج رؤية إخراجية جديدة مصطفيا حسني والعمل الأصلي للمخرج حسن عبد الرحمن

أكدت أسرة مسرحية «سيدتي الجميلة» للنجمن أحمد السقا وريم مصطفى، استئناف عرض المسرحية في مصر اليوم الجمعة ٢٤ فبراير الجاري، وذلك على أحد مسارح مدينة ٦ أكتوبر.

وكان حقق العرض نجاحا كبيرا في السعودية، وكذلك بعد عرضها في مصر خلال الفترة الماضية.

ويعد النجمان أحمد وريم مصطفى تقديم مسرحية «سيدتي الجميلة» على خشبة المسرح مجددا بعد ٥٣ سنة من تقديمها عام ١٩٦٩ بطولة النجمين فواد المهندس وشويكار وأصبح العمل من أيقونات المسرح المصري حتى وقتنا هذا، ويوجد أحمد السقا شخصية كمال التي قدمها فواد المهندس فيما تجسد ريم مصطفى شخصية صديقة التي قدمتها شويكار.

«سيدتي الجميلة» مقببة من مسرحية بيجامليون لجورج برنارد شو، وتم تقديمها في أكثر من عمل سواء على خشبة المسرح أو السينما، وتقدم برؤية جديدة من عالم الكتيب الراحل بهجت فخر وإخراج حسن عبد السلام، وتدور أحداثها حول كمال الذي يبحث عن امرأة جميلة ليربيها للملك، فتسرقه نشالة تدعى صديقة فيجيب بشخصيتها المتوحشة ويأخذها ليعلمها آداب الإتيكيت، ويعلمها كيفية التصرف مع الملك.

«سيدتي الجميلة» تأليف أيمن بهجت فخر، ومن بطولة أحمد السقا، ريم مصطفى، محمد عبد الرحمن

طارق لطفي يناقش الخلافات الزوجية بشكل كوميدى في رمضان



يشارك الفنان طارق لطفي، في مارثون رمضان ٢٠٢٣ بمسلسل «مذكرات زوج»، المكون من ١٥ حلقة، ويناقش خلال العمل واقع الحياة الزوجية والخلافات التي تنشأ بين الأزواج بشكل كوميدى غير معاد عن طريق ٣ أجيال مختلفة. ويشهد المسلسل التعاون الثاني الذي يجمع بين الفنانة التونسية عائشة بن أحمد مع الفنان طارق لطفي في الدراما بعدما قدما سويا مسلسل «شهادة ميلاد» الذي تم عرضه في شهر رمضان ٢٠١٦، وكان وقتها التجربة الثانية لعائشة بن أحمد في الدراما المصرية بعد «ألف ليلة وليلة». ومسلسل «مذكرات زوج» يتكون من ١٥ حلقة، ويشارك في بطولته خالد الصاوي، عائشة بن أحمد، نور خالد النبوي، سما إبراهيم، نهى عابدين، عمر الشاوي، وغيرهم من الفنانين، وهو مأخوذ عن رواية تحمل نفس الاسم للكاتب أحمد بهجت، ويكتب له السيناريو والحوار محمد سليمان عبد الملك ويخرجه تامر ناسي وإنتاج شركة أروما للمنتج تامر مرتضى. وكان قدم طارق لطفي مسلسل «جزيرة غمام» في شهر رمضان الماضي، من تأليف عبد الرحيم كمال وإخراج حسين المنباوي وبطولة طارق لطفي، مي عز الدين، قحى عبد الوهاب، أحمد أمين، رياض الخولي، وفاء عامر، محمد جمعة، محمود الزاوي، هبة عبد الغني، هاجر الشرنوبلي، ميار العيطي، عابدة فهمي، اسلام حافظ، أحمد عبد الحميد، أحمد النجار، أحمد ماجد، وعدد آخر من الفنانين، وظهر خاص للفنان عبد العزيز مخيون.

ماجد المهندس يكشف أغنيات ألبومه الجديد.. ويغنيها في دبي

يوصل الفنان ماجد المهندس الكنتف عن أسماء أغنيات ألبومه الجديد الذي يتضمن ثمانية أغنيات، والمقرر طرحه خلال الأيام القليلة المقبلة تحت عنوان «بيت أطيب». ويتعامل المهندس في الألبوم مع مجموعة من الشعراء والملحنين والموزعين الموسيقيين، منهم: الأمير سعود بن عبدالله، سيم، بشر سلطان، خالد عز، سيروس، نسرین بنت محمد، أحمد علوي، أحمد الهرمي، مشعل العروج، عبدالله بولد، محمد بولد. وتحمل أغنية «بيت أطيب» عنوان الألبوم وهي من كلمات الشاعر الأمير سعود بن عبدالله والحن سيم وتوزيع بشر سلطان، وتقول كلماتها: «بيت أطيب بيت أحس بك عادي/ بيت أحس بك خارج حدود الأله وودادي»، ومن أغاني الألبوم أيضاً: «فرصة للتغيير» و«الشا يسلم» و«من أول نظرة». ويتكلم المهندس على باقي تفاصيل أغنيات الألبوم، حيث من المتوقع أن يضم الألبوم أغنية من ألبومه كمناسبة للمنتشر الذي ضحيا للزلازل الذي ضرب سوريا وتركيا بداية الشهر الحالي.



نجل خالد النبوي يخوض أول بطولة سينمائية



يوصل الفنان المصري الشاب نور النبوي حصدا تمار تالفة الفني، بعد أن لفت الأنظار إليه في الموسم الدراسي الرمضاني الماضي في مسلسل «راجعين يا هوى»، قصة الكاتب الراحل أسامة أنور عكاشة، وإخراج محمد سلامة، وبطولة خالد النبوي، نور، سلمى أبو ضيف، أوتكا، وفاء عامر، أحمد بدير وهذا شيعة، والذي أتم عن فوزه بجائزة «أفضل فنان شاب» في الدورة الثالثة عشرة من «مهرجان الفضائيات العربية»، الذي أقيم في القاهرة نهاية العام الماضي. ويشارك نور في الموسم الدراسي الرمضاني الجديد الذي يبدأ في الأسبوع الأخير من شهر مارس المقبل، في مسلسل «الأجهر»، أمام النجم عمرو سعد، والذي يشارك في بطولته أيضا أحمد مجدي، ناهد السباعي، درة، سيد رجب وسارة سلامة، ومن إخراج ياسر سامي وتأليف ورشة ملوك.

ليشهد بعدها مشواره الفني بداية قوية من خلال مسلسل «الاختيار ٢»، حيث لفت أنظار الجمهور من خلال تجسيده لنور ضابط حديث التخرج من كلية الشرطة، والذي استشهد في عمل إرهابي بعد عام من تخرجه.

أخبار كندا

نقلا عن راديو كندا الدولي

ترودو: إن أوتوا تريد إغلاق طريق روكسهايم "لعدة سنوات"



مسؤول عن الحدود وعليه إغلاق طريق روكسهايم في غضون 30 يوماً. ولم يذكر بناء جدار في بيان مكتوب، أكد زعيم كتلة كيبك، إيف فرانسوا بلاشيت، أن «كيبك فعلت أكثر من نصيبتها على المستوى الإنساني». وقال: «إن المقاطعات التي توافق على فعل المزيد تعبر عن مخاوف مماثلة لتلك الموجودة في كيبك، ولا يبدو أي شخص يوبخهم على ذلك مصحوباً بمزاعم عن كراهية الأجانب».

بالإضافة إلى ذلك، ألمح السيد ترودو إلى أن زعيم حزب المحافظين بيير بوليغري يود «بناء جدار على طريق روكسهايم»، لكن 6000 كيلومتر من «الحدود غير الآمنة» جعلت ذلك مستحيلًا. كان يرد على السيد Poilievre، الذي طلب من الحكومة إغلاق شارع Roxham خلال الشهر المقبل. «تؤولة ذات حدود. قال السيد بوليغري في مؤتمر صحفي مرتجل في البرلمان يوم الثلاثاء «إن رئيس الوزراء

قال جاستن ترودو يوم الأربعاء إن أوتوا أرادت إغلاق طريق روكسهايم «لعدة سنوات»، مشيرًا إلى أن «سكان كيبك كانوا كرماء للغاية في استقبال طالبي اللجوء». السؤال ليس هل نغلقه، السؤال هو كيف نغلقه؟ لأن وضع المتاريس على طريق روكسهايم سيؤدي بكل بساطة إلى عبور الناس إلى مكان آخر عبر ستة آلاف كيلومتر من الحدود التي لدينا مع الولايات المتحدة، «كما أوضح رئيس الوزراء خلال حضور إعلامي قصير في ريتشموند هيل، أونت. ويؤكد السيد ترودو أن الحل يكمن في إعادة التفاوض بشأن اتفاقية دول ثالثة أمنة مع جيراننا في الجنوب. ويقول إن كندا «تحرز تقدمًا» على هذه الجبهة. «ولكن حتى ذلك الحين، علينا أن نستمع في الالتزام بقيمتنا والاتفاقيات الدولية للترحيب بالمهاجرين، ولكن علينا أيضًا أن نستمع في التواجد من أجل سكان كيبك الذين كانوا، على وجه الخصوص، كرماء للغاية في الترحيب والاستيعاب هؤلاء الأفراد الذين عبروا «الحدود» تابع رئيس الوزراء. تصاعد الضغط على الحكومة الفيدرالية خلال الأيام القليلة الماضية حيث بدأ تدفق طالبي اللجوء في عبور حدود كيبك. أرسل رئيس الوزراء فرانسوا ليوغو رسالة إلى جاستن ترودو في وقت سابق من هذا الأسبوع يطلب منه، من بين أمور أخرى، جعل شارع Roxham أولوية خلال اجتماعه مع جوبادين في أوتوا في غضون أسابيع قليلة.

طريق روكسهايم: فاليري بلانت تريد حلولاً دائمة لمونتريال



«لا أحب أن أكرر الكرة للخلف، لكنني أعنتى بالقنوات المانية والشوارع وبناء المباني وتطوير الأماكن العامة؛ على سبيل المثال، ليس لدي ضابط حجرة في مدينة مونتريال، كما تقول. ليس لدي مرخصة، وليس لدي معلوم في CPE.

«نريد أن يكون الجميع آمنين، لكننا في الوقت الحالي نسير بالوسائل المتاحة، وليس بالطريقة الأكثر فعالية، لذلك يجب على الحكومات تحمل مسؤوليتها، تابعت رئيسة البلدية نحن جزء من الحل، لكن يجب أن نحصل على الموارد والوسائل».

تحتاج مدينة مونتريال إلى مزيد من الموارد للتعامل مع العدد المتزايد من طالبي اللجوء الذين يستقرون هناك ويمرون من خلالها، وفقا لما ذكرته العمدة فاليري بلانت، التي تريد أن تكون قادرة على الترحيب بهم جميعًا. في مقابلة مع برنامج «Le Bilan»، قالت إنها تود أن يتم التعامل مع هذا الوضع على أنه دائم وليس مؤقتًا. وقالت: «أريد أن نتوقف عن إدارة وضع دائم الآن بإجراءات طارئة». يجب أن نتوقف عن رؤية هذا، كل حسب قطاعه مع الفيدرالية والمحلية. إنه يضغط على المجتمعات ويؤدي إلى اندماج الأمن». وفقا لرئيس البلدية، كان هناك حوالي 8000 طالب لجوء في مونتريال منذ عام 2021 ومر حوالي 74000 عبر المدينة عند وصولهم إلى البلاد. وقالت: «الطبع، هذا يضغط على الخدمات وهذا هو المكان بالنسبة لي، بصفتي عمدة يرحب بالجميع، يجب أن تكون هناك الموارد اللازمة».

معدل التضخم يواصل تراجعه في كندا إلى 5,9%

وعلى أساس سنوي ارتفعت أسعار البازين في محطات الوقود الشهر الفاتت بنسبة بمقدار 25 نقطة أساس، من 4,25% إلى

وارتفعت في كانون الثاني (يناير) أسعار المواد الغذائية، التي تشمل المواد الغذائية المشتراة من محلات البقالة والمطاعم، بنسبة 10,4%، مقارنة بارتفاع سنوي بنسبة 10,1% في الشهر السابق، كانون الأول (ديسمبر) 2022.

وارتفعت أيضا أسعار الأغذية المشتراة فقط من المتاجر بوتيرة أسرع الشهر الماضي، بنسبة 11,4% عن مستواها قبل سنة. وقالت وكالة الإحصاء إن أسعار اللحوم والمخبوزات والخضار ارتفعت جميعها بشكل أسرع.

ومع ذلك، استمر سعر الفائدة على الرهن العقاري وأسعار المواد الغذائية في الارتفاع، كما جاء في تقرير وكالة الإحصاء.

فقد ارتفع سعر الفائدة على الرهن العقاري بنسبة 21,2% الشهر الماضي على أساس سنوي، إذ يحاول بنك كندا (المصرف المركزي) ترويض التضخم بمعدلات فائدة مرتفعة. وهذه الزيادة السنوية هي الأكبر منذ أيلول (سبتمبر) 1982.

أما أسعار المنازل فقد ارتفعت بوتيرة أيضا في كانون الثاني (يناير) على أساس سنوي، مسجلة زيادة بنسبة 6,6% مقارنة بـ 7% في كانون الأول (ديسمبر).



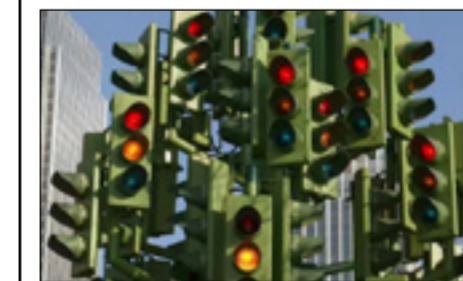
2,9%، أي أقل بـ 0,1 نقطة مئوية من الزيادة السنوية البالغة 3% في كانون الأول (ديسمبر). ويأتي استمرار التباطؤ في تضخم الأسعار فيما بنك كندا يواصل زيادة معدل الفائدة الأساسي بهدف السيطرة على هذا التضخم. ففي 25 كانون الثاني (يناير) رفع

4,50%. وكانت تلك ثامن زيادة على التوالي منذ آذار (مارس) 2022 لهذا المؤشر المرجعي الذي يمثل سعر الفائدة الليلية واحدة بين المصارف. يُذكر أن مؤشر أسعار المستهلك السنوي بلغ 8,1% في حزيران (يونيو) الماضي، أعلى مستوى له منذ كانون الثاني (يناير) 1983 عندما بلغ 8,2%.

ووفقا للمحللين في وكالة الإحصاء الكندية، فإن التضخم في كندا تباطؤه في كانون الثاني (يناير) فبلغت نسبته 5,9% على أساس سنوي، بترجع 0,4 نقطة مئوية عن مستواه في كانون الأول (ديسمبر)، حسب ما أفادت به اليوم وكالة الإحصاء الكندية. وكان خبراء الاقتصاد الذين استطلعتهم وكالة الإحصاء قد توقعوا تراجعا طفيفا في معدل التضخم، إلى 6,2%.

«ساهم انخفاض أسعار خدمات الهاتف الخليوي والسيارات في تباطؤ النمو في مؤشر أسعار المستهلك لجميع البنود. ومع ذلك، استمر سعر الفائدة على الرهن العقاري وأسعار المواد الغذائية في الارتفاع، كما جاء في تقرير وكالة الإحصاء.

قريبا إشارة المرور الرابعة؟



بالإضافة إلى الأضواء الحمراء والخضراء، قد يضطر سائقي السيارات إلى التوقف على لون جديد مخصص خصيصا للسيارات ذاتية القيادة. هذا على الأقل ما تقترحه جامعة ولاية كارولينا الشمالية، والذي يدرس تأثير إضافة ضوء متصل إلى المركبات ذاتية القيادة تماما، أي المركبات التي تقود دون تدخل السائق.

ستجعل هذه التكنولوجيا الجديدة من الممكن التحكم في تدفق حركة المرور. لذلك عندما يقترب عدد كاف من السيارات ذاتية القيادة من تقاطع ما، سيتغير لون الضوء ليخبر السائقين باتياع السيارة التي أمامهم. يعتقد الباحثون أنه من المثير للاهتمام تكيف حركة المرور مع المركبات الذكية من خلال ربطها بإشارات المرور.

«ومع ذلك، نعتقد أنه من المهم إدخال مفهوم [هذا الضوء الجديد] في التقاطعات، لأنه يخبر السائقين البشريين بما يحدث، حتى يعرفوا ما يفترض بهم القيام به عند الاقتراب من التقاطع»، أوضح علي ججاني، أستاذ مشارك في قسم الهندسة المدنية والإنشائية والبيئية في جامعة ولاية كارولينا الشمالية.

في النهاية، يمكن أن تسمح هذه التقنية الجديدة لسائقي السيارات بتوفير الوقت. «ومع ذلك، حتى لو كانت 10% فقط من المركبات عند تقاطع المرحلة البيضاء ذاتية القيادة، فلا يزال بإمكانك رؤية عدد أقل من التأخيرات. على سبيل المثال، عندما تكون 10% من المركبات ذاتية القيادة، ستلاحظ انخفاض التأخير بنسبة 3%. عندما تكون 30% من المركبات ذاتية القيادة، تقل التأخيرات بنسبة 10.7%.

لجنة برلمانية توسع نطاق مراجعة التدخل الأجنبي في الانتخابات



الرسمية) مايكل كوبر لوكالة الصحافة الكندية، مضيفاً أنّ «اليوم هو نقطة انطلاق».

ووافقت لجنة الإجراءات والشؤون التابعة لمجلس العموم بإجماع أعضائها على دعوة وزيرة الخارجية ميلاني جولي ووزير العلاقات مع حكومات المقاطعات دومينيك لوبلان لجولة أخرى من الأسئلة.

وتستدعي اللجنة أيضا وزير السلامة العامة، ماركو منديتشينو، وممثلين عن الهيئة المنظمة للانتخابات الكندية وعن وكالات الأمن القومي، من بينها الشرطة الملكية الكندية (الشرطة الفدرالية) وجهار الاستخبارات الأمنية الكندي.

وتدرس اللجنة منذ تشرين الثاني (نوفمبر) الفائت التدخل الأجنبي في الانتخابات الفدرالية السابقة، التي جرت في تشرين الأول (أكتوبر) 2019. وبالتالي سبق للجنة أن استمعت إلى معظم الأعضاء الذين تعزز الاستماع إليهم حاليا.

«هذا بالفعل يلمس أسس ديمقراطيتنا، ويجب أن نبدأ جلسات استماع في أقرب وقت ممكن لإحضار الوزراء المعنيين والحصول على إجابات»، قال النائب عن حزب المحافظين (المعارضة

كندا تعلن تأييد محاكمة روسيا

أكدت وزيرة الخارجية الكندية ميلاني جولي، أن بلادها تود خطط إنشاء محكمة خاصة للتحقيق فيما أسمته «جرائم الحرب في أوكرانيا».

كما ذكرت وزيرة الخارجية الكندية خلال تصريح صحفي - «هناك أكثر من 60 ألف جريمة كانت الحرب الروسية في أوكرانيا هي السبب وراءها، وقررت كندا الانضمام إلى الدول التي اقترحت تطبيق العقوبة على روسيا جراء جارتها في أوكرانيا، وأن تخضع للمحاكمة الخاصة».

وأضافت أن «المحكمة الجنائية الدولية ومحكمة العدل الدولية لا تملكان بالضرورة التفويض للتمكن من مقاضاة مثل هذه الجريمة». كما تدعم المملكة المتحدة المحكمة الخاصة وتضغط

L'ass. Egyptienne Canadienne pour l'Art, la Culture le Tourisme, et l'Information
الجمعية المصرية الكندية للفنون والثقافة والسياحة والإعلام

Journal El Ressala
رئيس مجلس الإدارة ورئيس التحرير
فريد فؤاد زمكحل
Président et rédacteur en chef
Farid Fouad Zémokhol

نائب رئيس مجلس الإدارة فرج جريس
Vice Président Farag Greiss

نائب رئيس التحرير يوسف زمكحل
Deputy Editor Youssef Zémokhol

إخراج وتصميم / نازلي سليم
Nasly Selim

كتاب ومحرورون
على عبد الهاملي، كيندة الجبوش
سلم خليل، جاكين جرجس، خالد ينصفي،
د. حسين عبد الصير، مايك أنجلو،
بشير الفرقي، تيماء الجبوش، السيد الهادي
سونيا الحداد، د. خالد التوزاني، د. عبد العليم محمود،
صلاح الأشقر، عباس شعبان، صباح غريب، سناء سراج،
سمير سيداروس، عادل عطية، نسرين جبیب، جاسم مصاول،
عبد الله الديك، أمال مدهر

مدير مكتب تورنتو د. رامز زمكحل
Tél.: 1-905-790-1770

Correspondant au Caire / Claudine Karma
Section de la publicité au Caire
Caroline Mikhail

Bureau chef au Caire
8 Hoda Sharawy Bab ElLouk
Tel.: Tel: 239350400 / 01228008424
Email: elressalacanada@gmail.com

مدير مكتب الإسكندرية سمير سيداروس

Bureau chef au Canada

672 boul. Des Laurentides # 212 Laval, Qc. H7B 456
(514) 961-0777 / (450) 972-1414

Email: elressalanews@gmail.com
fzemokhol@gmail.com
www.el-ressala.com

مقاطعات الأطلسي منفتحة على استقبال طالبي اللجوء الوافدين عبر روكسهايم



وطالب فوري الحكومة الفدرالية بتقديم الدعم للمقاطعات الأطلسية لكي تستطيع الاعتناء بطالبي اللجوء بشكل مناسب. والمقاطعات الأطلسية هي الأصغر بعدد السكان والمساحة بين مقاطعات كندا العشر.

التي تواجهها مقاطعتها فيما يتعلق بالنقص في المساكن. وأبدى أندرو فوري، رئيس حكومة مقاطعة نيوفاوندلاند ولابرادور في أقصى الشرق الكندي، انفتاحا على الترحيب باللاجئين، لكنه أثار مسألة تمويل هذه الرعاية.

استجاب رؤساء حكومات مقاطعات كندا الأطلسية لنداء مقاطعة كيبك التي، حسب حكومتها، لم تعد قادرة على استقبال المزيد من طالبي اللجوء الوافدين إليها بصورة غير نظامية عبر طريق روكسهايم، فقالتوا أمس إنهم منفتحون على إعادة توجيه هؤلاء إلى مقاطعاتهم.

وكان رئيس حكومة كيبك فرانسوا ليوغو قد وجه كتابا رسميا يوم الأحد إلى رئيس الحكومة الفدرالية جويستون ترودو طلب منه فيه إعادة توجيه جميع طالبي اللجوء الذين يصلون إلى كندا، عبر طريق روكسهايم إلى مقاطعات كندية أخرى. ويقع هذا الطريق في جنوب مقاطعة كيبك عند الحدود مع ولاية نيويورك الأمريكية، وعبر منها عام 2022 نحو من 40 ألف شخص قادمين من الولايات المتحدة، أي معظم طالبي اللجوء القادمين من الجارة الجنوبية لكندا. وخلال اجتماعهم في شارلوت تاون، عاصمة جزيرة الأمير إدوارد، أعلن رؤساء حكومات المقاطعات الأطلسية

سحر مصر القديمة



بِقلم: د. حسين عبد البصير
مدير متحف الآثار والمشرف على مركز
د. زاهي حواس للمصريات-مكتبة الإسكندرية

مشدودة في وضعية مائلة بينما يسكن بأبدي لابين آخرين. ويقوم الأربعة بالدوران مع المحافظة على وضعتهم بتوازن تام وتوافق في الحركة. وهناك منظر في «مقبرة ميريوكا» يوضح فرقا تطف في صيفين متقابلين ويمسك فيها اللاعب الأول من كل فريق بيد الآخر ويشدان للخلف بعضهم البعض، بينما يقوم باقي أعضاء كل فريق بمسك بعضهما بقوة من الوسط مع محاولة شد الفريق الآخر للخلف.

وجانب الرياضيات البدنية، عرف المصري القديم نوعاً آخر من الرياضة التي كان من شأنها أن تنمي مدارك العقل وأعمال الفكر. ويعود فضل اختراع لعبة الشطرنج إلى مصر القديمة حيث عثر في المقابر الفرعونية على مجموعة من أدوات اللعب التي تتشابه في أشكالها وطريقة لعبها وكان يطلق عليها اسم لعبة «سنت».

لقد كانت مصر الفرعونية سباقاً في مجال الرياضة كما كانت سباقاً في الكثير من المجالات؛ وذلك لأن مصر دوماً هي أول كلمة في كتاب التاريخ وأهم موقع في كتاب الجغرافيا.

مصر القديمة هي التي علمت العالم العدالة



ربة العدالة ماعت.

من شأن العدالة، واحترمت الصدق والقانون، وبنيت حضارتها على النظام الكوني المستقر. ومنذ تاريخها المبكر، اهدت مصر القديمة إلى معرفة وممارسة الحقيقة والعدالة والحق والقانون والنظام بمعناه العام، وأيضاً النظام الكوني المتوازن، والقيم المعنوية والمادية المبنية والمستمدة من هذه المفاهيم المطلقة ومقوماتها الإيجابية.

رمز المصريين القدماء إلى هذا كله بالهبة ذات طبيعة حساسة وصفات عظمى. وكان من صدق حسيهم وحدهم بها وتعظيمهم لشأنها أن أطلقوا عليها اسم «ماعت». ويعني هذا الاسم حرفياً «الصدق» أو «العدالة». واعتبروا هذه الربة المميّزة ابنة لرب الأرباب، المعبود الكوني رب الشمس «رع»، وصور

الباب الثاني: الظواهر الاجتماعية الرماية

اعتنى المصريون القدماء برياسة الرماية كتدريب للدفاع عن الوطن ضد الغزاة والمجرمين. وأصبحت تلك الرياضة من الرياضات التي مارسها ملوك مصر القديمة. وظهرت مناظر عديدة لرياضة الرماية على الآثار المصرية ومنها منظر من معبد سيتي بابينوس. وأيضاً هناك صور تضم مجموعة من الرماة يتدربون على رياضة الرماية عن طريق استخدام القوس والسهم. وكانت رياضة الفتحز العالي أو ما يسمى بالوثب العالي معروفة في مصر القديمة حيث تظهر مناظرها في مقبرة «بتاح حتب» الموجودة في سفارة. ولقد مارس قدماء المصريون رياضات الحقول والمضمار مثل الوثب العالي. ومن بين الرياضات التي تتدرج تحت ألعاب القوى مصارعة الثيران. وتعتبر مصر القديمة أولى الشعوب التي اتجهت أنظارها إلى الحيوان في ممارسة الرياضة. وهي بذلك تسبق جميع الأمم في تلك الرياضات فتظهر في المناظر الفرعون وكيف يوقع العجل ويصارع.

وكان من الطبيعي أن مارس المصريون القدماء رياضة التجديف سواء في نهر النيل أو البحار المحيطة بمصر. وتحفظ الآثار المصرية بالعديد من النقوش والنماذج التي توضح رياضة التجديف ومنها منظر لمجدافين من الدولة الحديثة. لقد كان التجديف واحداً من الرياضات التي تتطلب قوة بدنية عالية من جانب قدماء المصريين. وكان فريق التجديف يعتمد لاجبيته على التجانس في تجديفهم وفقاً لإرشادات قائدهم الذي يتولى النفة. وكان هذا القائد يتحكم في الفريق من خلال نداء معين لتوحيد الوقت الذي يلاصق فيه المجاديف سطح الماء مما كان يساعد على دفع القارب للأمام بطريقة أكثر ثباتاً ومرونة.

وكان المصريون القدماء مغرمين بممارسة رياضة السباحة، فكانوا دائماً يخرجون إلى شاطئ النيل لممارسة رياضة السباحة. وقد تم تصوير العديد من مناظر السباحة، ومنها منظر لفتاة وهي تعوم بين زهور اللوتس. وهناك نماذج عديدة لرياضة السباحة منها وعاء من الألباستر على هيئة فتاة سباحة في النيل. لقد كانت السباحة هي الرياضة المفضلة لدى قدماء المصريين الذين استغلوا نهر النيل لممارستها. ولم يكن نهر النيل هو المكان الوحيد الذي تتم إقامة المسابقات فيه حيث كانت قصور النبلاء تحتوي على حمامات سباحة لتعلم اللعبة. وقد شجعت مياه نهر النيل الهادئة الشباب على إقامة مسابقات السباحة لإظهار مهارتهم.

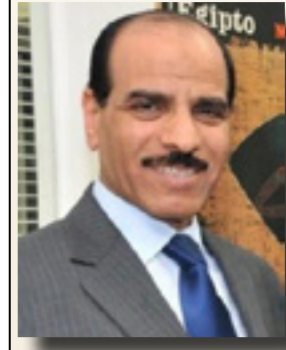
الصيد

لقد كان الصيد واحداً من الرياضات التي كان يمارسها الملوك، والأمراء والنبلاء. ويوجد الكثير من الصور الخاصة بصيد السمك كجواية في المقابر. ويوجد في المتحف المصري أنواع عديدة من عصا الصيد والخطاف الذي كان يُستخدم للصيد والذي يوضح مدى تقدم هذه الرياضة في مصر القديمة. وكان رمي الرمح أثناء العصر الفرعوني في بداي الأمر متصلاً بالصيد. واختلف طول الرمح وفقاً لنوع الفريسة. وكان المصريون القدماء يخرجون لصيد السباع والفيلة والثيران الوحشية. واعتاد النبلاء أن يركبوا القوارب الصغيرة المصنوعة من البردي. وكانوا يخرجون في رحلة إلى أحراش الدلتا وكانت معهم أسرهم وخدمهم لصيد الأسماك والطيور.

وانتقلت الفروسية من عالم الحرب وعربات الحرب إلى عالم الرياضة ومطاردة الحيوانات البرية. وكان المصريون القدماء يقومون بإقامة سباقات الخيول بين الشباب الذين تمكنوا من البقاء على ظهر الخيول والتحكم فيها بدون سرج. ونظر المصري القديم إلى رياضة الفروسية بعين الاعتبار؛ إذ كانت رياضة الفروسية من الرياضات التي يجب ممارستها. وظهرت مناظر عديدة للفروسية على الآثار المصرية منها منظر على معبد رمسيس الثاني.

كانت لعبة رفع الأثقال واحدة من الألعاب التي عرفها قدماء المصريين. وكانت محاولة رفع كيس من الرمل بواسطة يد واحدة (رفع النطير) والاحتفاظ بهذا الكيس عالياً في وضع شبيه مستقيم إحدى طرق رفع الأثقال. وكان يجب على اللاعب أن يظل محتفظاً بهذه الوضعية لفترة وجيزة. لقد كانت لعبة القوس والسهم من الرياضات المعروفة لدى قدماء المصريين. وكانت غالباً يتم تسجيلها على جدران المعابد. وتمتع الملوك والأمراء بالمهارة في إصابة الهدف بدقة. وكانوا الأوفياء في شد القوس. وكانت هناك لعبة مصرية قديمة يقوم فيها لاعبان بالتنافس في شد الطوق بخفة حيث يقوم كل متسابق بتثبيت عصا بخطاف لإعاقة اللاعب الآخر ومنعه من خطف الطوق. وكانت تحتاج هذه اللعبة لمنورة بدنية حادة وقوة ملاحظة شديدة. وكان الأمر يحتاج إلى توازن لابين مقابلين لبعضهما وواقفين على كعب أرجلها وأجسامهما

قصائد من الديوان الثالث (ترسمني لغزاً)



جاسم نعمة مساول
شاعر عراقي كندي

تكملة للعدد الماضي:

أحلامُ امرأةٍ بابليةٍ

لـورا.....
أيتها الحالمةُ بالشرق
في عينيكِ كثيرٌ من الشوقِ
تَرحل أحلامُك
مع طيورِ العُربِبةِ
عند ولادةِ الشفقِ
ليتي كنتِ الريحُ
تحمل أجنتكِ
ترتقين لي اسماءِ
تلاصين سحُبَ الأمطارِ
والسرابِ الذهبيِّ
المتلألأ في عينيكِ
وتسكنين جمال الكونِ
أحلامك تتسلل
عبر نافذتكِ
لتبحر فوق مياهِ زرقاءِ
تسابق أمواجاً منكسرةِ
في أحلامي.....
* * *

لـورا.....
أيتها القديسة البابليةِ
تسافرين في محطات العواصف والسكونِ
تسألين عن عاشقِ سومريِّ
يحمل في قلبه ياسمينه
وتراثيلٌ وقيثارةُ
هناك ستستقيظ روحك
تلتئم أشراقاتُ الفجرِ
في حديقة أزهارك
يسُركُ أريجُ الندى
يرتجش قلبك لموسيقى النسيمِ.....
* * *

لـورا.....
سواحك أزليةِ
أين ألقى مرساتي
خيولي أصبحت مرهقةُ
وأموجُ البحر تجلسُ
فوق صخرةٍ وحيدة بعيدةِ
أسمعُ تهديداكِ
تختلطُ مع ذكرياتي
فوق مياهكِ
أعشقُ زمنَ الهاربِ
نحو فجرِكِ

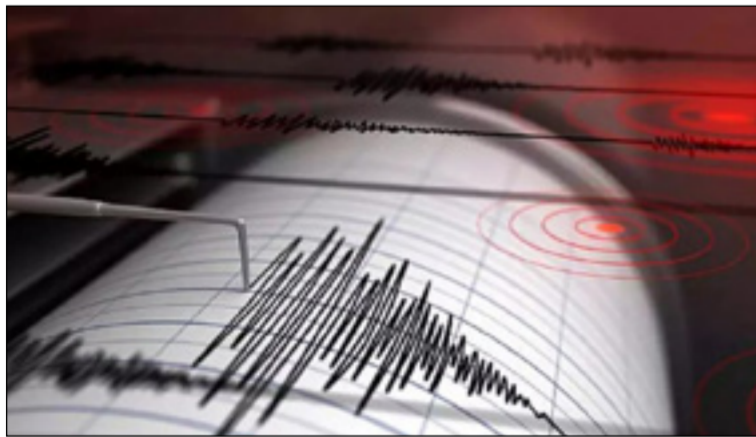
لا مرفأ لي لا زمن لي
وسلاماً لابتسامه شفتيكِ
وسلاماً لشوق لياليك.....

عادل عطية
كاتب مصري

الملابس المقطعة

هل سمعت عن «قاطع الملابس»؟
- سمعت، فقط، عن «قاطع الطريق».
- انه مصمم الأزياء، الذي يجعل من تصميّماته: «موضة»،
تنتشر في كل ربوع العالم.
- أنا أعتقد بأن ليس كل موضة تليق، ولكن كل ما يلبق هو موضة.
- فما أريك في الملابس المقطعة، التي يرتديها كل «هو»
وكل «هي»، بأسعار باهظة الثمن؟
- ربما يريدون الاضطفاف مع الفقراء، وتدعيمهم، بارتداء الأزياء التي تشبه ملابسهم.
- أيهما أجدى، في رؤيتك: التعاطف، أم المساعدة؟
- ربما حيزه السؤال، فلم يجب. ولكني - ويا للمصادفة - رأيت وجهها لوجه، صبيبا يرتدى ملابس المقطعة، فجاءتني فكرة مجنونة، فتقدمت منه، وقلت له:
- هل تعلم أن ملابسك هذه، أصبحت موضة، وغالبية الثمن؟ واستدركت:
- فقط أخلعها عنك، وسأقوم بغسلها، وكيها، وبيعها لصالحك؛ لتحصل على مبلغ من المال، لا بأس به، عينيك على الحياة الضئيلة.
نظر الصبي إلى برية، وقال ببراءة:
- ولكنني سأصبح عرياناً، إلى أن تأتيني بئمنها!

زلزال يضرب الصين وطاجيكستان.. أقل نصف درجة من تركيا



■ ضرب زلزال كلا من طاجيكستان والصين، الخميس، مسجلاً هزتين بقوة 7.1 و 7.3 درجة على مقياس ريختر على التوالي بالبلدين. وبحسب مركز الزلازل الأوروبي المتوسطي فإن زلزالاً بقوة 7.1 درجة هز طاجيكستان، بحسب وكالة الأنباء الألمانية.

بينما أكد التلفزيون الرسمي الصيني، تسجيل زلزال بقوة 7.3 درجة قرب حدود إقليم شينغيانغ مع طاجيكستان. ومنذ زلزال السادس من فبراير/ شباط الجاري، الذي ضرب تركيا وسوريا، تحركت بمقدار 7.3 متر.

كانت إدارة الكوارث والطوارئ في تركيا "أفادت" أكدت أن الزلازلين المدمرين اللذين ضربا كلا من تركيا وسوريا، بقوة 7.8 و 7.6 درجة، أثرا على القشرة الأرضية، التي تحركت بمقدار 7.3 متر.

أسفر الزلزال عن تدمير نحو 105 آلاف مبنى أو إلحاق أضرار بها، بالإضافة إلى تشريد عشرات الآلاف في جنوب شرق تركيا. ولم يُعلن حتى الآن عدد الأشخاص الذين بلّوا من دون مأوى بسبب الكارثة.

ارتفاع جماعي بمؤشرات البورصة المصرية في ختام تعاملات الأسبوع



■ سجلت مؤشرات البورصة المصرية ارتفاعات جماعية لدى إغلاق تعاملات الخميس، ختام تعاملات الأسبوع، مدعومة بعمليات شراء من قبل المؤسسات وصناديق الاستثمار المحلية، والمستثمرين العرب الأفراد، فيما مالت تعاملات المؤسسات الأجنبية والمستثمرين الأفراد المصرين.

وربح رأس المال السوقي لأسهم الشركات المقيدة بالبورصة نحو 11 مليار جنيه لينتهي التعاملات عند مستوى 1.079 تريليون جنيه وسط تعاملات كلية بلغت نحو 2 مليار جنيه تضمنت تعاملات بسوق المتعاملين الرئيسيين وصفقات نقل ملكية، فيما بلغت تعاملات سوق الأسهم نحو 1.3 مليار جنيه.

وارتفع المؤشر الرئيسي للبورصة المصرية (إيجي إكس 30) بنسبة 1.35 في المائة ليبلغ مستوى 17003.9 نقطة، كما زاد مؤشر الأسهم الصغيرة والمتوسطة (إيجي إكس 70) بنسبة 1.2

514 961 0777 / 450 972 1414

laecelatank في الرسالة elressalanews@gmail.com www.el-ressala.com

Les libéraux fédéraux en baisse au Québec, selon un sondage



Un nouveau sondage pointe vers une baisse non négligeable de l'appui pour les libéraux de Justin Trudeau au Québec depuis la rentrée parlementaire de la fin janvier.

Le Parti libéral du Canada (PLC) obtiendrait aujourd'hui l'appui de 26 % des Québécois, une chute rapide en comparaison aux 31 % obtenus fin janvier et aux 32 % du mois de septembre, selon les chiffres de la firme ottavienne Abacus Data publiés lundi.

La période du présent sondage, effectué entre le 9 et le 18 février, coïncide avec nombre d'enjeux à saveur identitaire pour lesquels les libéraux ont été critiqués de toutes parts au Québec, à commencer par la gestion du dossier d'Amira Elghawaby, nouvelle responsable de la lutte contre l'islamophobie dont la nomination a été condamnée unanimement à l'Assemblée nationale après plus d'une semaine de remous dans la presse.

«C'est vrai que c'est particulièrement difficile pour les libé-

raux sur des enjeux qui touchent le Québec», a avancé Jean-François Daoust, politologue à l'Université de Sherbrooke, qui estime que cette histoire est devenue un réel «boulet» pour le gouvernement.

Les controverses entourant le chemin Roxham et la valse des hésitations entourant la réforme des langues officielles s'ajoutent à un phénomène qui semble inévitable : l'usure du pouvoir, a affirmé M. Daoust.

«Même s'il ne se passait rien de catastrophique ou désastreux, on s'attendrait à ce que les libéraux baissent un peu avec le temps», a-t-il dit.

Et sur la langue la loi sur les langues officielles, la résistance des députés anglo-montréalais, en plus d'être mal perçue par une majorité de Québécois, «projette l'image d'un parti divisé», a poursuivi l'expert.

Daniel Béland, professeur et directeur de l'Institut d'études canadiennes de McGill, a abondé dans le même sens.

«Il y a eu des problèmes d'images du gouvernement Trudeau au Québec ces dernières semaines sur les questions de l'immigration, des transferts en santé, de l'islamophobie et de la langue. Peut-être que [le sondage] prouve que ces affaires ont nui aux libéraux au Québec», a-t-il expliqué.

M. Béland prévient toutefois qu'«une hirondelle ne fait pas le printemps» et qu'il faudra d'autres sondages avant de confirmer s'il s'agit d'une tendance durable.

«Mais quand même c'est sûr que les libéraux doivent regarder ces chiffres-là avec nervosité parce que sans le Québec, ils sont perdus.»

Selon Jean-François Daoust, il s'agirait d'abord pour les libéraux de «limiter les dégâts en matière de langue» et de «centrer leur message sur leurs bons coups», puis de «se distancier de l'usure du pouvoir, soit en présentant de nouveaux visages ou alors de changer les thèmes» du débat.

Abacus Data accorde encore un avantage de huit points aux conservateurs à l'échelle du pays, ce qui confirme une tendance remarquée par d'autres maisons de sondage. Il s'agit de la plus importante avance des conservateurs depuis l'arrivée des libéraux au pouvoir en 2015.

Chemin Roxham: Valérie Plante veut des solutions permanentes pour Montréal



La Ville de Montréal a besoin de plus de ressources pour faire face au nombre grandissant de demandeurs d'asile qui s'y installent et par où ils transitent selon la mairesse Valérie Plante, qui souhaite être en mesure de tous bien les accueillir.

En entrevue à l'émission «Le Bilan», elle affirme qu'elle aimerait que cette situation soit traitée comme étant permanente, et non temporaire.

«J'ai envie qu'on arrête de gérer une situation qui est maintenant permanente avec des mesures d'urgence», dit-elle. Il faut arrêter de voir ça chacun selon son secteur avec le fédéral et le provincial. Ça met une pression sur les communautés, ça crée de

l'insécurité.»

Selon la mairesse, quelque 8000 demandeurs d'asile sont à Montréal depuis 2021 et près de 74 000 ont passé par la métropole en arrivant au pays.

«C'est sûr que ça met une pression sur les services et c'est là où pour moi, comme mairesse qui souhaite la bienvenue à tout le monde, il faut qu'il y ait des ressources nécessaires», dit-elle.

Cet afflux de nouveaux arrivants ajoute notamment de nouveaux enjeux dans certains quartiers qui en connaissent déjà d'autres, notamment près de la place Émilie-Gamelin, où le fédéral a d'ailleurs utilisé un hôtel pour loger des demandeurs d'asile.

Les organismes communautaires locaux peinent à répondre aux besoins grandissants.

«Ça ajoute de la pression et ça ajoute une population qui est vulnérable différemment des autres problématiques que connaît ce secteur, mais qui est aussi dans le besoin», soutient-elle.

Elle demande donc de l'aide aux deux paliers de gouvernement pour, non seulement avoir plus de ressources, mais aussi trouver des solutions durables.

«Je n'aime pas ça renvoyer la balle, mais moi je m'occupe des aqueducs, des rues, construire des bâtiments, aménager l'espace public; je n'ai pas par exemple d'agent de l'immigration à la Ville de Montréal, affirme-t-elle. Je n'ai pas d'infirmière, je n'ai pas d'éducatrices en CPE.»

«On veut que tout le monde soit en sécurité, mais présentement on y va avec les moyens du bord, et pas de la façon la plus efficace, donc les gouvernements doivent prendre leur responsabilité, continue la mairesse. On fait partie de la solution, mais il faut nous donner les ressources et les moyens.»

Bientôt un quatrième feu de circulation?



En plus des feux rouge, jaune et vert, les automobilistes pourraient devoir s'habituer à une nouvelle couleur dédiée spécialement aux véhicules complètement autonomes.

C'est du moins ce que propose l'Université d'État de Caroline du Nord qui étudie l'impact de l'ajout d'un feu connecté aux véhicules complètement autonomes, c'est-à-dire qui roulent sans interventions du conducteur. Cette toute nouvelle technologie permettrait de contrôler la fluidité du trafic. Ainsi, lorsque suffisamment de voitures autonomes approcheront d'une intersection, le feu changera de couleur indiquant aux conducteurs de simplement suivre l'auto devant eux.

Les chercheurs estiment qu'il est intéressant d'adapter la circulation aux véhicules intelligents en les connectant aux feux de circulation.

«Cependant, nous pensons qu'il est important d'intégrer le concept de [ce nouveau feu] aux intersections, car il indique aux conducteurs humains ce qui se passe, afin qu'ils sachent ce qu'ils sont censés faire à l'approche de l'intersection», a expliqué Ali Hajbabaie professeur agrégé au Département de génie civil de la construction et de l'environnement à l'Université d'État de Caroline du Nord. Ultiment, cette nouvelle technologie pourrait permettre aux automobilistes de sauver du temps.

«Cela dit, même si seulement 10 % des véhicules à une intersection en phase blanche sont autonomes, vous constaterez toujours moins de retards. Par exemple, quand 10 % des véhicules sont autonomes, vous voyez des retards réduits de 3 %. Lorsque 30 % des véhicules sont autonomes, les retards sont réduits de 10,7 %», a indiqué M. Hajbabaie.

Churchill Falls: Legault pourrait offrir des compensations financières

Le premier ministre Legault est prêt à donner des compensations financières à Terre-Neuve pour son approvisionnement en électricité du barrage de Churchill Falls, si la province offre au Québec des tarifs avantageux après 2041.

Le premier ministre sera à Saint John jeudi et vendredi afin d'entamer des négociations pour le renouvellement du contrat hydroélectrique de Churchill Falls.

Le contrat avec Terre-Neuve-Labrador et le Labrador se termine en 2041.

François Legault souhaite une entente «gagnant-gagnant» avec son homologue Andrew Furey, indiquant que les négociations seront longues et «difficiles».

«Ça ne sera pas facile les négociations. On sait que le Québec a un contrat très avantageux jusqu'en 2041», a-t-il souligné.

En raison de cette vieille entente signée en 1969, le Québec achète au rabais l'hydroélectricité provenant de Churchill Falls. Il paie 0,25 cent du kilowattheure sans aucune possibilité d'indexation. Les tribunaux ont d'ailleurs tranché en faveur de Québec, à la suite d'un long recours de Terre-Neuve pour forcer la réouverture de l'entente.

Lors d'une mêlée de presse mercredi, François Legault a toutefois semblé être prêt à offrir une compensation financière à Terre-Neuve, avant la fin de la présente entente.

«Est-ce qu'il y a des aménagements possibles? Il faut que ce soit gagnant-gagnant. Ça va dépendre du prix qu'ils nous offrent à partir de 2041. S'il nous offre un prix très avantageux à partir de 2041... Est-ce qu'on est prêt à verser des montants avant 2041? Ça va faire partie de ce qui va être demandé», a-t-il déclaré. «Probablement que Andrew Furey (...) va faire toutes sortes de demandes. On va l'écouter pour voir ce qui est prioritaire pour lui. L'idée c'est d'essayer le plus vite possible de renégocier le contrat après 2041.»

M. Legault estime que le Québec a encore la capacité d'exporter son hydroélectricité.

«On a différents projets au Québec, on travaille avec Hydro-Québec pour voir quelle est la capacité qu'on est capable d'ajouter chez Hydro-Québec. Mais, il faut aussi savoir ce qui s'en vient du côté de Churchill Falls et peut-être même de Gull Island.»

Territoire non cédé

Le péquiste Pascal Bérubé a quant à lui affirmé qu'il



était «humiliant de négocier sur un territoire qui nous appartient.»

«En voici un territoire non cédé au Québec, là, en ce qui me concerne», a-t-il pesté.

«Si je ne me trompe pas, que, dans les positions diplomatiques du gouvernement du Québec, il y a toujours un refus de reconnaître le territoire du Labrador comme étant cédé à Terre-Neuve.»

Selon lui, Québec devrait faire «carrément une offre» pour gérer les ressources hydroélectriques à Terre-Neuve.

Se méfier

Le chef par intérim de l'opposition officielle estime qu'il est possible de signer une entente satisfaisante pour les deux partis. Il doute toutefois des capacités de négociateur de François Legault.

«Il faut se méfier, quand François Legault prend le bâton du pèlerin puis qu'il dit : je m'en vais négocier ça puis je vais revenir. On a vu ce que ça a donné dans les transferts en santé, alors il faut toujours relativiser quant aux ambitions de François Legault», a-t-il affirmé.

Le chef parlementaire de Québec solidaire indique de son côté que le Québec a absolument besoin de Churchill Falls pour compléter sa transition énergétique.

«Pour accomplir la transition énergétique, on a besoin de plus d'électricité au Québec, et Churchill Falls, c'est un approvisionnement important. Donc, ce serait un recul que de perdre cet apport énergétique là. C'est pour ça qu'on s'attend à une entente qui soit satisfaisante pour les Québécois, les Québécoises», a signalé Gabriel Nadeau-Dubois.



Salah ELACHKAR

Croire en Dieu est une Doctrine,

L'homme du Seigneur
L'homme de la foi
L'homme faible pêcheur
L'homme d'aujourd'hui et d'autrefois

Le Christ, notre sauveur
Crucifié sur la croix
Il nous a offert le meilleur
Pour nous conduire sur la voie
De la vérité et du bonheur
Nous avons trahi son choix
Aie pitié Seigneur, épargnez-nous du malheur
Reconduisez-nous sur le chemin droit

L'amitié se tisse en fil de soie
Elle est si sensible et cassable parfois
Avoir la tienne elle fut une richesse
Je la garderai précieusement avec joie

Ecouter tes belles paroles c'est enrichissant
Recevoir tes conseils c'est rafraîchissant
De la mémoire et du bien-être
Ton école spirituelle inspire les savants
De la théologie et du savoir-faire
Ta présence parmi nous est pour satisfaire
Notre assoiffement de mieux connaître
Les valeurs de la vie enseignées par toi le Notaire

Qui a su diffuser les paroles du Créateur
Pour sauver des âmes et des malfaiteurs
Eparpillés sur le carrefour de l'ignorance
Sans but, sans crépuscule et sans plan directeur

Tu as rassemblé ces êtres perdus
Tu les as redressés pour suivre le chemin de notre élu
Le seigneur Jésus, c'est ta mission
Sois heureux de ta vocation bien voulue

Par ta jeunesse quant elle était tendre
Par ta sagesse pour donner et prendre
Des leçons dans le sens de la vie et ses multitudes
Croire en Dieu est une doctrine à apprendre

Your Support to our new expansion projects

Will enable us to provide treatment and care to many more children

Organization Accredited by Joint Commission International

Knowledge Into Action

For the sake of not turning away any child with cancer and

Thanks to your Support

We have already launched the execution of the new expansion

How to donate:
 Immediate tax deductible receipt with online donation
 Visit our website: www.egyptcancernetwork.ca - and click on donate now
 Donations by checks sent to: 3319 Stalybridge Drive L6M 0H1, Oakville, Ontario, Canada
 Phone: (+1)289 4000 190

[Egypt Cancer Network 57357 canada](https://www.facebook.com/EgyptCancerNetwork57357)

الشمس تتعاقد على وجه تمثال رمسيس الثاني بمعبد أبو سمبل

تعاقدت يوم الأربعاء، الشمس على تمثال الملك رمسيس الثاني بمعبده الكبير بمدينة أبو سمبل السياحية، جنوب أسوان، في الظاهرة الفلكية الفريدة التي يتكرر حدوثها مرتين خلال العام يومي ٢٢ فبراير، و٢٢ أكتوبر، وسط حضور يتجاوز ٦٢٠٠ من السائحين الأجانب والمصريين.



وكان من أبرز الحضور محافظ أسوان أشرف عطية، والدكتور غادة شلبي نائب وزير السياحة والآثار، وقيادات وزارة السياحة والآثار ومحافظ أسوان. وقال الأثري الدكتور عبدالمعتمد سعيد المشرف العام على شئون السياحة والآثار بأسوان ومدير عام منطقة آثار أسوان والنوبة، إن ظاهرة التعاقد بدأت الساعة ٦،٢١ دقيقة صباحاً، واستمرت لمدة ٢١ دقيقة، وحتى الساعة ٦،٤٢ دقيقة، قطعت خلالها أشعة الشمس ٦٠ متراً داخل المعبد مروراً بصالة الأعمدة حتى حجرة قوس الأقداس لتسقط أشعة الشمس على وجه تمثال الملك رمسيس الثاني، مكونة ما يشبه بقبض من نور يملأ قسامات وجه الملك الفرعوني داخل حجراته في قوس الأقداس، ثم يتكاثر شعاع الشمس بسرعة مكوناً حزمة من الضوء تضئ وجه التماثيل الأربعة داخل قوس الأقداس، وهي تماثيل الآلهة آمون ورح حور وبتاح التي تقسها وعيها المصري القديم.

وأوضح أن الظاهرة الفلكية الفريدة، ما تزال لغزا حير علماء الآثار والفلك حتى الآن، بشأن سر صنعها الفلكية الإعجازية، متسائلاً: كيف نجح القدماء المصريين في تحديد وحساب موعد تعاقد الشمس قبل نحت المعبد، الأمر الذي سيحتاج بدوره لعشرات السنين في البحث والدراسة لمحاولة الوصول إلى هذا اللغز المحير والكشف عن شفرته، فضلاً إلى مهارة الإنشاء ووضع المعبد في زاوية انحراف محددة لاستقبال شعاع

الشمس بهذه الكيفية لضمان وصول ضوء الشمس وكانت محافظة أسوان، استعدت

ما سر البالونات الحمراء فوق أنقاض منازل أنطاكيا؟

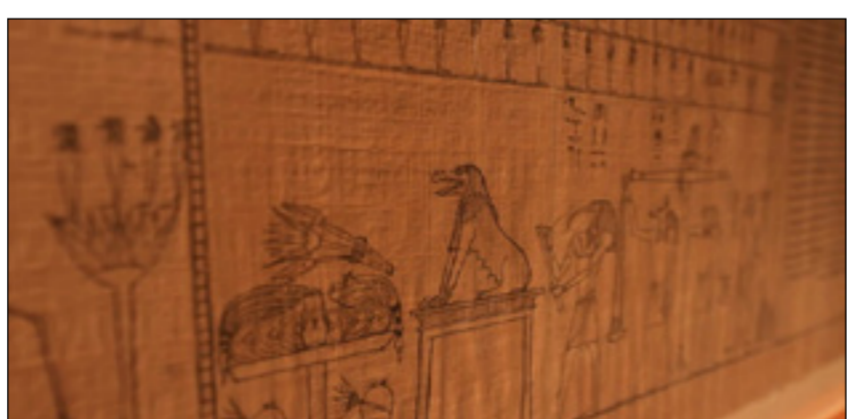


بأبت أشبه بمدينة أنشاح لا يخرق صمتها سوى الحفارين وشاحات إزالة الردم. وأودى الزلزال المدمر بحياة أكثر من ٤٢ ألف شخص في تركيا، فيما لم تعلن السلطات التركية عن عدد الأطفال بين هؤلاء الضحايا.

منذ عام ٢٠٢٠، يدعم أوكران الأطفال المحرومين من خلال جمعية التي تزود الصغار بالألعاب والطعام وتغطي في بعض الحالات تكاليف الأطراف الصناعية أو العمليات بسبب بآلون».

يعكس انتشار البالونات الحمر وسط الأناضول، تناقضاً صارخاً مع اللون الرمادي المغزى للركام والأساسات المعدنية الملتوية التي كانت تشكل ذات يوم مبنى من تسع طوابق. على خلفية أحادية اللون، تشهد حفنة من المقتنيات الشخصية على قاطنين صغار حصد أرواحهم الزلزال. وترقد لعبة أرجوانية مزينة بصور كرتونية لشخصيات من عالم ديزني للأطفال، من المطة «ديزي» إلى الفأر «ميتي»، بالقرب من دراجة سكوتر بالون الزهري ومعطف وردي داكن مزين بقلوب الحب. ويقول أوغون سيفير أوكر، صاحب فكرة المبادرة، «مات ثلاثة أطفال هنا وكنا في سن ١٨ شهراً وأربع سنوات وست سنوات». وتطوع كمنفذ في الأيام التي أعقبت الزلزال في مسقط رأسه في أضنة، قبل أن يتوجه إلى أنطاكية الواقعة على بعد ٢٠٠ كيلومتر، وهي من أكثر المواقع تضراً جراء الزلزال.

المتحف المصري بالتحرير يشهد عرض أول وأكبر بردية بالخط الهيراطيقي



13 فصلاً من كتاب الموتى موزعة على 150 عموداً مختلف الأحجام والمقاسات وكذلك عدد السطور في كل عمود، تم كتابة الفصول وترتيبها في تنسيق جيد من خلال كتابة الفصول في أماكن محددة وكذلك تحديد أماكن أخرى للرسم التوضيحية، وتبدأ البردية بمساحة فارغة حوالي 40 سم ثم بعد ذلك يوجد منظر كبير يوضح صاحب البردية وهو يتعدد للمعبود أوزير جالساً داخل المقصورة.

أما عن الخط الهيراطيقي المكتوب به البردية فهو خط واضح مكتوب بشكل منظم يعكس احترافية الكاتب الذي قام بتنفيذ هذا العمل، حيث تعد البردية إضافة ممتازة لنصوص كتاب الموتى

عرض الدكتور مصطفى وزيرى الأمين العام للمجلس الأعلى للآثار أول وأكبر بردية بالخط الهيراطيقي يتم العثور عليها في مقبرة. جاء ذلك الاحتفال بإقتناح المرحلة الأولى من مشروع تطوير المتحف المصري بالتحرير، حيث تم عرض بردية "وزيرى 1" لأول مرة بعد الانتهاء من أعمال ترميمها في قاترينه خاصة بها. وعثر على هذه البردية أثناء حفائر البعثة المصرية في منطقة سفارة برئاسة الدكتور مصطفى وزيرى في مايو عام 2022، في تابوت شخص يدعى أحسن، ومحتوى هذه البردية هو كتاب موتى لأحسن مكتوبة بالخط الهيراطيقي وتعود إلى بداية العصر البطلمي (300 ق.م).

الشيخ إلياس كورييه
Elias Kourieh
Musicien
Leçons privées
لدرسين خصوصية

PHOTO & VIDEO
JS MEDIA
514 961 8206
MARIAGE
BAPTÊME
PHOTO D'IDENTITÉ
4237 Boul Notre dame, Laval

هل أنت مؤهل للحصول على دعم من الحكومة الكندية 40%-20 على منحراك لتعليم أولادك
رفيق زمكحل
Tel: (905) 780-6770
Fax: (905) 780-3536
Cell: (947) 960-6801
Toll Free 1-866-627-9425
Rafik-Z@Rogers.com

التأمين ضد الأمراض
أحصل على قيمة التأمين بعد تشخيص المرض أو أحصل على كل نفودك بالكامل إذا بقيت عافياً سليماً
RISK
ماری حليم
Office 905-790-6770 Cell 416-712-5041 Fax 905-790-3536
Toll Free 1-866-MARY-HALIM email: MaryHalim@rogers.com

آخر عمود
فريد زمكحل
شاعر مصري كندي
حببتي .. لو قرأتني في يوم ديواني
وتجولت على مهل في حقول الأمانى
ستعرفين بانى قد زرعتك في كل حوض في المكان
وباتي هجرت الصحافة للفلاحة في زمانى
مكتفياً بكونى صرت في حقول الحب بستانى
ألقى ببذور العشق يوماً بعد يوم رغم ألمى وحرمانى
وفي حصاد الزهور تكتمل السعادة بإبداع المعانى
وتتلاقى الحروف في كمال وبها في آداب المجانى
وتعزف الأوتار أنغاماً تراقص أفراسي فيها أشجانى
التي أهواها وأعشقها .. وتعتقني وتؤانى
لانى أعشقتك وأحملك في قلبى ووجدانى
سواء كنت أديباً أو في حقول العشق بستانى
وكيف لا ؟ وأنت في خاطري وحي وفي الكيان كيانى
حببتي .. عزمي .. فكري .. وجملتي الخولة في ديوانى
fzemkhol@gmail.com

الولايات المتحدة تعيد إلى عهدة السلطات اليمينية 77 قطعة أثرية منهوبة



أعلنت الولايات المتحدة الأمريكية أنها أعادت إلى عهدة السلطات اليمينية 77 قطعة أثرية منهوبة. وقال المدعى العام الفيدرالي في نيويورك برون بيس - في بيان أوردته قناة أخبار أمريكية الأربعاء - "إن القطع الأثرية هي "64 رأساً حجريا منحوتاً، و11 صفحة مخطوطة من المصحف، ووعاء منقوش من البرونز وشاهدة جنائزية من ثقافات معين أو المعينيين القليلة في مرتفعات شمال غرب اليمن، ويرجع تاريخها إلى القرن الأول قبل الميلاد".

وأسرد المدعى العام بيانه بالاشتراك مع وزارتي الأمن الداخلي والخارجية ومؤسسة سميثسونيان، التي تضم ما يقرب من 20 متحفا في الولايات المتحدة، حيث إن الرؤوس الحجرية المنحوتة والبالغ عددها 64 رأساً، صودرت في الولايات المتحدة في إطار اتفاقية إقرار بالذنب أبرمها مع القضاء الأمريكي في 2012، مهرب آثار يدعى موسى خولي ويعرف أيضاً باسم "موريس" خولي. وأشار البيان إلى أن هذه الكنوز الأثرية سيتم الاحتفاظ بها "موقتاً" في متحف في واشنطن بموجب اتفاق مع الحكومة اليمينية. ونقل البيان عن السفير اليميني لدى الولايات المتحدة محمد الحضرمي تعبيره عن "امتنانه العميق" للسلطات الأمريكية، مضيفاً لقد وقعت الحكومة اليمينية والمتحف الواقع في واشنطن اتفاقاً يحفظ به الأخير بهذه القطع لمدة عامين "قبله للتجديد بناء على طلب" اليمن.

Amir Helkany, B. Pharm
Pharmacien - propriétaire
Pharmacie Amir Helkany
895, rue de la Gauchetière O.
Montréal Québec H3B 4G1
Tél.: 514-861-8947
Fax: 514-861-9670
تتكلم اللغة العربية، الفرنسية والإنجليزية
نقوم بتوصيل الدواء أينما تكونون داخل مدينة مونتريال أو خارجها
affilié à:
uniprix SANTÉ

Canadian Realities
مع واقعتنا
كنده الجيوش
كاتبة سورية كندية

الحرب والزلازل..

ونشاط مهم للجالية السورية في مونتريال وتحديداً «اللجنة الطارئة للإغاثة السورية في مونتريال» هو إفتار صباحي خيري بسعر رمزي يوم السبت ٢٥ فبراير شباط الحالي في مطعم ليالي بيروت لدعم أهنا في شمال غرب سوريا في المناطق التي تسيطر عليها الحكومة وكذلك المناطق الخارجة عن سيطرة الحكم. والمساعدة ستكون كما يقول القيوم عليها وأعضاء اللجنة بما فيهم السيد غسان صباح هي لكل أهنا في سوريا بعض النظر عن الدين والطائفة والسياسة والانتماء المحلي والمدينة وغيرها. هي لكل السوريين كما تعرف وكما هو النفس السوري كنا واحد... وان الأوان أن نكون كما كنا وطن واحد ونعش واحد.. واحد. والمساعدة مهمة بإطارها المادي والحد الإنساني الذي يستقدمه ولكنها أيضاً

مجرد كلمة
بايدن والغرب مخلصين في العمل على تدمير أوكرانيا وليس روسيا!
يقلم: أبو حجاج

16 دولة تشارك في منتدى مصر الدولي لكنوز الأبداع بشرم الشيخ



انطلق منتدى "مصر الدولي لكنوز الإبداع"، الخميس، بمحافظة جنوب سيناء، بمشاركة 16 دولة و22 موهبة غنائية عربية في فعاليات الدورة الخامسة للمنتدى، والذي يستمر على مدار 4 أيام بمدينة هوليود الترفيهية، تحت رعاية اللواء خالد فودة، محافظ جنوب سيناء، والهيئة الوطنية للإعلام، ووزارتي الشباب والرياضة، والسياحة والآثار. وأكد أحمد مجدي المنسق الإعلامي للمنتدى، أن المنتدى تقوم بتنظيمه إحدى الشركات الكبرى لتنظيم المؤتمرات

محيط جديد يتكون وسط قارة إفريقيا ومتوقع تقسيمها



تعرض قارة إفريقيا إلى احتمالية تقسيمها لنصفين وظهور بحر جديد، بعد تأثيرها بصدح في الصحاري الأثيوبية، الذي بلغ طوله 56 كم، ووفقاً للدراسات التي ذكرت في إحدى المجلات الأجنبية أن تكون الصدح مشابهة لتلك التي تحدث في قاع المحيط. أفادت هيئة البث الكيني التعاونية بأن هناك احتمالية كبيرة بتكون محيط جديد في إفريقيا، خاصة بأنها نفس الحركة التي كونت البحر الأحمر، ولكن بمعزل