

التأمين ضد الأمراض

أحصل على قيمة التأمين بعد تشخيص المرض
أو أحصل على كل نفودك بالكامل إذا بقيت عفا سليماًRISK
MARI HALIMOffice 905-790-6770 Cell 416-712-5041 Fax 905-790-3536
Toll Free 1-866-MARY-HALIM email: MaryHalim@grogers.com

بدون رتوش



فريد زمحل

التطرف السلفي ضد الأقباط
وعيد العمال المجيد!!

قيام بعض المتطرفين الإسلاميين يوم الثلاثاء الماضي بحرق محلات ومنازل بعض سكان قرية الفواخر التابعة لمركز المنيا من الأقباط الأرثوذكس، لأي سبب وتحت أي مسمى وسط عويل النساء وصراخ الأطفال عمل يتنافى مع كل ما جاء في المواثيق الدولية والمنظمات العالمية لحقوق الإنسان، خاصة بعد الاستغاثة الفورية للأنبا مكاريوس بالمسؤولين في الجهات الرسمية والأمنية لسرعة التدخل والذين وصلوا مواقع الأحداث بعد 3 ساعات من وقوعها، ما يضع مصر ونظامها السياسي وجميع أجهزتها الأمنية في شبهة التصدير والإهمال المتعمد في حماية وحفظ أمن وسلامة مواطنيها من الأقباط الأرثوذكس ضد هجمات المتطرفين السلفيين، وتعتبر جريمة دولية وإنسانية لا تسقط بالتقدم، خاصة ولو كانت وليدة شائعة سخيفة تزعم وتعتمد على أكاذيب تؤكد حقيقة نيتهم في إقامة كنيسة أو دور عبادة لهم في هذه القرية التي يبلغ عدد سكانها من المسيحيين قرابة 2000 شخص.

نعم جريمة حتى وإن كان الأمر حقيقياً وليس مجرد إشاعة لأنه يُظهر الوجه السلفي للدولة ككل إذا كانت مازالت هناك دولة وحكومة تتعامل مع جميع مواطنيها على نفس الدرجة من المساواة في الحقوق والواجبات خاصة بعد قيام النظام الحاكم في الدولة بحرق ومنع عمل جماعة الإفرنج المسلمين على الأراضي المصرية وإستبداله بالسلفية الجهادية المتطرفة بشكل أو بآخر مع تقديم نوع من الدعم النوعي والمعنوي لرموزها وقادتها في الوقت الذي ساهمت فيه بحبس واعتقال كل أصحاب الرأي الإصلاحي للدين والمعتقين والمستنيرين.

ودليلي على سلفية الدولة القرار الصادر من رئيس الحكومة الدكتور مصطفى مدبولي بتغيير وترحيل موعد عيد العمال من الأول من مايو إلى تاريخ الخامس من مايو القادم رغم علمه المسبق بأنه تاريخ احتفالات الكنيسة القبطية

اعتداء على المسيحيين المصريين بقرية الفواخر المصرية
بسبب شائعة.. والأمن يضبط الجناة

وأعدت الهدوء، وألقت القبض على عدد كبير من المحرضين والجناة، وفرضت طوقاً أمنياً حول القرية وكافة مداخلها ومخارجها. ورد الأنبا مكاريوس بعد ذلك بتغريدة جديدة قال فيها: «وصلت قوات الأمن وتمت السيطرة على الوضع، والقبض على المحرضين والمنفذين، وحصر جميع التليفات، وستقوم أجهزة الدولة بتعويض المتضررين ومحاسبة الجناة»، مضيفاً أن «الهدوء يسود القرية الآن».

تم حرق العديد من المنازل ومنع الأهالي من الخروج من منازلهم في قرية الفواخر التابعة لمدينة سمالوط بمحافظة المنيا. سيطرت قوات الأمن المصرية على الوضع في قرية الفواخر التابعة لمدينة سمالوط بمحافظة المنيا جنوب البلاد، وأعدت الهدوء بعد أحداث عنف شهنتها مساء الثلاثاء جراء شائعة. وشهدت القرية اعتداءات من مجموعة من الأشخاص على أقباط بسبب شائعة حول بناء كنيسة جديدة. وقد تم إحراق منازل بعض الأقباط وضربهم ومحاولة طردهم من منازلهم. وكتب الأنبا مكاريوس أسقف المنيا على صفحته على موقع «إكس» في بداية الأحداث: «إن الأقباط في قرية الفواخر بالمنيا يتعرضون لهجوم من قبل متطرفين، حيث تم حرق العديد من المنازل ومنع الأهالي من الخروج». وتابع: «لقد أبلغنا الجهات المعنية بالاعتداءات المتوقعة، ووعدا باتخاذ الخطوات اللازمة، ونحن نقف في سرعة تحركهم».

ملك مصر السابق يعود لقرصه في الاسكندرية!



أجرى ملك مصر السابق أحمد فؤاد الثاني، يرافقه ابنه الأمير محمد علي وزوجته زيارة لقرص المنزه الملكي خلال جولة بحريها بمحافظة الإسكندرية. وحرص الملك أحمد فؤاد الثاني وأفراد العائلة برفقهم ماجد فرج المتحدث الرسمي باسم الملك السابق، على التجول في أروقة القصر الملكي والتقاط الصور التذكارية. والملك أحمد فؤاد الثاني هو ابن الملك فاروق الأول من زوجته الثانية الملكة ناريمان، وهو أحد أفراد أسرة محمد علي العلوية.



حكم الملك فؤاد الثاني رسمياً باعتباره آخر ملوك مصر والسودان من 26 يوليو 1952 وحتى إعلان الجمهورية في 18 يونيو 1953 عندما تم خلعهم. وذكر موقع «فيتو» أن الملك فؤاد وعلي خطى والده الملك فاروق، جلس في مقهى فاروق الشهير بحري حيث كان يستقبل الملك فاروق وحاشيته عند نزوله في قصر رأس التين.

وأفاد بأن ملك مصر السابق جلس وسط رواد المقهى واستقبله أصحاب المقهى وقدموا شرحاً لصور فاروق داخل المقهى وسبب تسميته، كما قاموا بإهدائه درع شكر له.

وأشار المصدر ذاته إلى أن فؤاد الثاني أبدى سعاده بتخصيص ركن بالمقهى باسمه، مشيداً بأنه لا زال هناك من يتذكرة ويتذكر الأميرة العلوية التي حكمت مصر لسنوات. كما أدى الملك فؤاد وأسرته زيارة لقرص رأس التين بحري وتناول وجبة الغداء بالمكان بعد جولة استعاد خلالها ذكرياته وذكريات العائلة المالكة.

وزار فؤاد الثاني أيضاً قصر المنزه ومنطقة حدائق المنزه والتقط صوراً التذكارية وتحدث عن ذكرياته فيه وعن التعبير في المنطقة، كما قام بزيارة لمكتبة الإسكندرية.

ومن المقرر أن يزور الملك فؤاد الثاني استاد الإسكندرية ويقوم بجولة في المقصورة الملكية والمكتب الملكي ومنطقة افتتاح الملعب الذي توجد فيه اللوحة الرخامية ومقتنيات ملكية أخرى.

دعا الرئيس الصيني شي جين بينغ الولايات المتحدة إلى البحث عن أرضية مشتركة مع الصين رغم الخلافات، وقال إن على البلدين أن يكونا شريكين وليس خصمين. وجاء ذلك خلال اجتماع لشي جين بينغ مع وزير الخارجية الأمريكي أنتوني بلينكن اليوم الجمعة في بكين، حيث استقبل الرئيس الصيني وزير الخارجية الأمريكية في قاعة الشعب الكبرى وسط العاصمة الصينية. وقال شي جين بينغ: «بصاف هذا العام مرور 45 عاماً على إقامة العلاقات الدبلوماسية بين الصين والولايات المتحدة. وعلى مدى السنوات الـ 45 الماضية، شهدت العلاقات بين بلدينا صعوداً وهبوطاً، وأظهرت لنا عدداً من الأمور المهمة، وفي مقدمتها أن يكون البلدان شريكين وليس خصمين، وأن يساعدا بعضهما بعضاً على تحقيق النجاح، وألا يؤذي بعضهما البعض».

تحذير روسي: قوات الناتو اقتربت من حدودنا وهذا تهديد!



بينما من المقرر أن تبدأ تدريبات حلف شمال الأطلسي «الناتو» اليوم في فنلندا بالقرب من الحدود الروسية، عادت موسكو وأكدت أن ما يجري «عمل استنزافي».

فقد رأى وزير الدفاع الروسي، سيرغي شويغو، أن بلاده ليس لديها الأول ولم يكن لديها من قبل خطط لمهاجمة دول حلف شمال الأطلسي. وقال شويغو خلال اجتماع لوزراء دفاع الدول المشاركة في منظمة شنجهاي للتعاون المنعقد في أستانا، إن روسيا لم تهدد أبداً الناتو، مشدداً على أن ليس لديها مصالح جيوسياسية أو عسكرية في مهاجمة دول الحلف. كما أضاف «نحن ببساطة نحمي شعبنا في أراضينا التاريخية»، مؤكداً أن موسكو تبذل دائماً أقصى الجهود للحفاظ على الاستقرار الاستراتيجي وتوازن القوى في العالم». ورغم ذلك، فقد أعلن أن قوات الناتو اقتربت من حدود بلاده، وشكلت لها تهديدات إضافية. يأتي هذا بعد ساعات فقط من إعلان ماريا زاخاروفا، المتحدث باسم وزارة الخارجية الروسية، أن تلك التدريبات العسكرية لحلف شمال الأطلسي قرب الحدود الروسية كيلومترا مع روسيا.



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
info@lr-ca.ca 1-833-336-3131
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 تأمين
بعد تشخيص المرض أو
أحصل على كل نفودك
بالتكامل إذا بقيت عفا سليماً
رفيق زمحل

وزير الدفاع الإسرائيلي يبحث والمبعوث
الأمريكي هوكشتاين التصعيد الأمني مع لبنان

بحث وزير الدفاع الإسرائيلي، يوفاف غالانت، مع عاموس هوكشتاين، المبعوث الخاص للرئيس الأمريكي جو بايدن، التصعيد الجاري بين إسرائيل ولبنان على جبهتي الحدود. وأفادت صحيفة يديعوت أحرونوت الإسرائيلية، مساء اليوم الجمعة، أن غالانت التقى مع هوكشتاين، خلال قيام الأخير بزيارة عائلية في تل أبيب، موضحة أن الأخير يعمل على التسوية بين إسرائيل ولبنان. وأشارت الصحيفة على موقعها إلى أن اللقاء قد أجرين على خلفية التوتر بين إسرائيل وحزب الله اللبناني، وأن هوكشتاين من المتوقع أن يلتقي في وقت لاحق اليوم الجمعة، مع الرئيس الإسرائيلي إسحاق هرتزوغ.

ويأتي هذا في وقت أعلنت السلطات الإسرائيلية، اليوم الجمعة، مقتل مواطن بصاروخ مضاد للدروع أطلقه «حزب الله» اللبناني على الشمال الإسرائيلي. وذكرت إذاعة الجيش الإسرائيلي أنه خلال تبادل إطلاق النار بين قوات «حزب الله» اللبناني والجيش الإسرائيلي في مزارع شعرا وكفر شوبا والشمال الإسرائيلي، قتل مواطن إسرائيلي جراء هذه النيران. وفي وقت سابق من اليوم الجمعة، أعلن «حزب الله» اللبناني استهداف 4 مواقع للجيش الإسرائيلي في القطاعين الشرقي والغربي من جنوب لبنان. وقال حزب الله في بيان له، إنه «نذف أسس الحبيب في جنوب لبنان، عدداً من المناطق أكثر أماناً».

من العمليات ضد مواقع وانتشار الجيش الإسرائيلي عند الحدود اللبنانية الفلسطينية». وبحسب البيان، استهدف حزب الله «انتشاراً لجنود الجيش الإسرائيلي في محيط موقع الضهيرة بالأسلحة الصاروخية وأصابه إصابة مباشرة، وقصف كتلة زبدان في مزارع شعرا اللبنانية». من جانب آخر، قال الجيش الإسرائيلي بيان له، اليوم الجمعة، إن «الطائرات المقاتلة قصفت بنية تحتية إرهابية لتنظيم حزب الله الإرهابي في منطقة كفر شوبا، إلى جانب بنية تحتية إرهابية وبنية عسكرية للتنظيم في منطقة مركبا جنوب لبنان».

وأضاف: «بم الكشف عن قاذقين مضادتين للدبابات عبرتا من لبنان باتجاه منطقة هار دوف (جبل دوف)، وهاجمت قوات الجيش الإسرائيلي مصادر التيار بنيران المدفعية والدبابات، كما حددت القوات وهاجمت قاذفة في منطقة شعرا بدبابية».

وتستمر المعارك في جنوب لبنان بين حزب الله من جهة والجيش الإسرائيلي من جهة أخرى، حيث دخلت يومها الـ 200، وتتوسع العمليات بشكل يومي على طول الحدود الجنوبية من رأس النافورة إلى مزارع شعرا وأدت إلى الكثير من الأضرار البنية التحتية والأراضي والمزروعات، ولبناني من القرى الحدودية إلى مناطق أكثر أماناً.

fzemokhol@gmail.com

For information and booking kindly
contact our central reservation
department on:



Phone: 0222687565, 0222687585

Mobile: 01142521444

Email: res.cairo@carolshotels.com



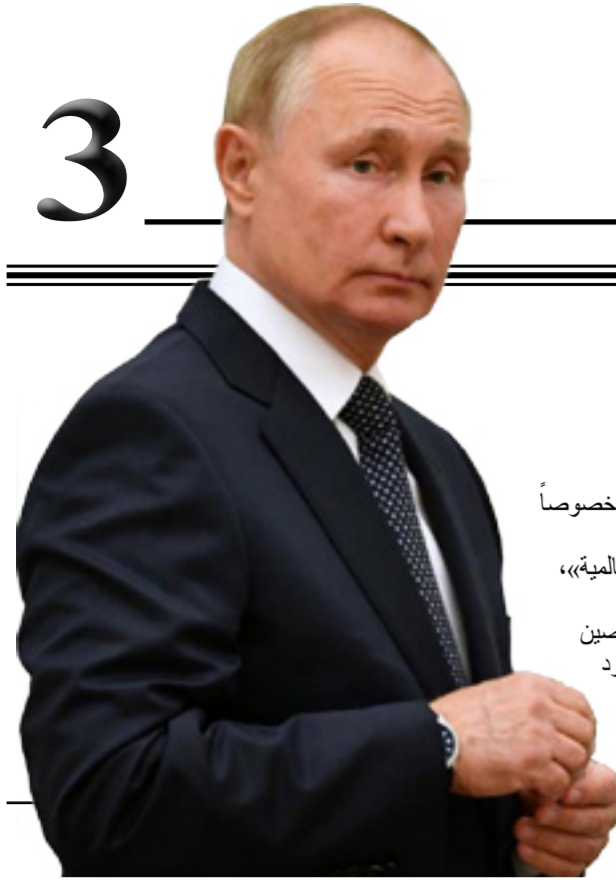
تمتعوا ببحر وشمس مرسى مطروح
Hotel Carols Beau Rivage



CAROLS
BEAU RIVAGE MATROUH
Cairo / Egypt

بعد إعادة انتخابه.. بوتين يكشف أولى وجهاته الخارجية

الرئيس الروسي فلاديمير بوتين يكشف عن أولى وجهاته الخارجية منذ إعادة انتخابه في مارس/آذار الماضي. وأمس الخميس، أعلن بوتين أنه يعتزم التوجه إلى الصين في زيارة رسمية تجرى في مايو/أيار المقبل، وفي وقت تشعر الدول الغربية بالقلق إزاء شراكة أقوى بين موسكو وبكين. وقال بوتين خلال اجتماع مع ممثلي أصحاب الشركات الروس نقل عبر التلفزيون، «من المقرر أن تتم الزيارة في مايو (أيار القادم)»، وستكون هذه أول زيارة خارجية يجريها بوتين منذ إعادة انتخابه في مارس/آذار المنقضي.



بقت: علي عبيد الهاملي
كاتب وإعلامي إماراتي

ولا عزاء للحمليين بالثررة

لا أذكر عدد المرات التي تسلمت فيها رسائل عبر البريد الإلكتروني، يبلغني مرسلوها أنه تم اختياري ضمن الفائزين بمبلغ كبير جدا في سحب إحدى شركات تقنيات الحاسوب، ويطلبون مني إرسال المعلومات الخاصة بي، ورقم حسابي في البنك، لتحويل مبلغ الجائزة إليه. كما لا أذكر عدد المرات التي وصلتني فيها رسائل من أشخاص لا أعرفهم، يخبروني فيها أنه تم التبرع لي بمبلغ دولار من مؤسسات خيرية، ويطلبون مني تزويدهم ببعض المعلومات البنكية لتحويل المبالغ المتبرع بها إلى حسابي. فالذكور «كوفي والأ»، الذي يعمل باجدي شركات الأمن في دولة أفريقية مثلا، أرسل لي مرة إيمالا يخبرني فيه أن هناك صندوقا من الصناديق يحتوي على 20 مليون دولار و 550 كيلو غراما من الماسك الذهبية تعود إلى أحد الأمراء، توفي قبل فترة، وأنه يريد أن نعمل معا على نقل الممتلكات من شركة الأمن التي، ويؤكد لي أن هذه العملية خالية من المخاطر بنسبة 100% وأنه عند الانتهاء منها يحق لي الحصول على 40% من إجمالي المبلغ، بينما سيكون نصيبه هو 60% منها، وينصحي بالحفاظ على سرية هذه الصفقة لأنه لا يزال في الخدمة وقد يريد أي تعقيدات حتى تنتهي العملية. وأخشي أن لا تصدقوني لو حدثتكم عن السيدات اللواتي توفي أزواجهن، وورثت عنهن ثروات طائلة، وقد كثر لي ي عرض أن أساعدهن في إخراج هذه الثروات من بلدانهن مقابل نسبة مجزية، ولا عن ابنة أحد الزعماء الذين أطبع بهم في بلدانهم أثناء ثورات ما أطلق عليه «الربيع العربي» حينها، تعرض علي مساعدتها في إخراج الثروة التي تحتفظ بها في بلدنا، مقابل نسبة مغرية جدا. أما المكالمات التي تصلني من أرقام محلية ودولية، يخبرني المتحدثون على الطرف الآخر منها عن فوزي بمبلغ لا يقل عن نصف مليون دولار في كل مرة، ويطلبون مني تحويل مبلغ بسيط إليهم لإرسال الجائزة لي، فهي لا تقطع عن هاتفي، رغم أنني أحاول التهرب من أصحابها ليس هربا من الثروة وإنما حفاظا على عيالي، وكلي لا أصاب بجنونها. ولأنني إنسان، مثل سائر البشر، فكثيرا ما تراودني أفكار بأن الحظ قد طرق بابي أخيرا كي أدخل نادي الأثرياء الذين أفرأ أساهم في قوائم «فوربس»، دائما، ولا أعرف ماذا

aliobaid2000@hotmail.com

البنطاعون يكشف ما يفعله الجنود الأمريكيون في أوكرانيا



صرح المتحدث باسم وزارة الدفاع الأمريكية (البنطاعون)، باتريك رايدر، الخميس، بأن «الجيش الأمريكي في أوكرانيا، لا يقوم بتدريب القوات المسلحة الأوكرانية، ولكنه يقدم فقط الدعم اللوجستي والإشراف على إمدادات الأسلحة». وأضاف رايدر، في مؤتمر صحفي، أن «الجيش الأمريكي لا يقوم بتدريب القوات المحلية داخل أوكرانيا، ولدينا وجود صغير في مكتب التعاون الدفاعي بالسفارة، وهذا العدد الصغير من المستشارين يقوم بتقديم المعلومات ويدعم الخدمات اللوجستية ويشارك في برنامج مراقبة الأسلحة، ويوفر المراقبة». وأشار رايدر إلى أن «الولايات المتحدة الأمريكية لم تتخذ قرارا بعد بزيادة عدد المستشارين العسكريين في أوكرانيا، وتذكر أيضا خطورة وجودهم هناك». وكشف المتحدث باسم وزارة الدفاع الأمريكية (البنطاعون)، أول أمس الأربعاء، أن الولايات المتحدة سلمت صورا بـ «اتاكمز» الجديدة المدي، إلى أوكرانيا لاستخدامها «داخل الأراضي الأوكرانية ذات السيادة»، كما يزعمون. وقال المتحدث باسم البنطاعون، «نعم، تصريح لو كالة "سيونتيك": "نعم،

العاقل الأردني يحذر ماكرون من خطورة الهجوم الإسرائيلي على رفح



تلقي العاقل الأردني الملك عبدالله الثاني، أمس الخميس، اتصالا هاتفيا من الرئيس الفرنسي إيمانويل ماكرون، بحثا خلاله التطورات الراهنة بالمنطقة. وأكد الملك عبد الله، خلال الاتصال، ضرورة تكثيف الجهود لخفض التصعيد، ومنع اتساع دائرة الصراع في المنطقة، محذرا من خطورة الهجوم الإسرائيلي على رفح. وشدد العاقل الأردني على ضرورة التوصل لوقف فوري ودائم لإطلاق النار في غزة، وحماية المدنيين، ومضاعفة إيصال المساعدات الإنسانية لقطاع بكل الطرق الممكنة وتأمين استمائها.

بريطانيا: أسقطنا صاروخا أطلقه الحوثيون باتجاه سفينة تجارية



بعد إعلان هيئة عمليات التجارة البحرية البريطانية «يو كي أي إم أو»، أن سفينة تبحر جنوب غربي مدينة عدن اليمنية أبلغت عن «غوي قوي» و «دخان»، فأدت بريطانيا أن السفينة «ديمووند» التابعة لسلاح البحرية الملكية أسقطت صاروخا أطلقه الحوثيون من اليمن لاستهداف سفينة تجارية. وقال وزير الدفاع البريطاني غرانت شايب في بيان الخميس إن بلاده «تواصل التركيز في طيلة الرد الدولي على الهجمات الخطيرة على سفن تجارية من قبل الحوثيين المدعومين من إيران»، وهي هجمات أزهت أرواح بحارة دوليين، وفق رويترز. وأشار إلى أن هيئة عمليات التجارة البحرية البريطانية كانت أعلنت بوقت سابق الخميس أن قبطان سفينة أبلغ عن سماع دوي قوي ورؤية ارتطام بالمام وتصادم للخنا من البحر على بعد نحو 15 ميلا بحريا إلى الجنوب الغربي من ميناء عدن اليمني. وأوضحت الهيئة أن السفينة وطامها بخير وأن جهات عسكرية تقدم لها الدعم.

الجماعة مع هذا الأمر، بما في ذلك القرار الذي صدر الأسبوع الماضي بإرسال الشرطة لإخلاء معسكرات التخريب المؤيدة

وواجه جامعة كولومبيا، التي ينظر إليها الكثيرون على أنها مركز الاحتجاجات الجامعية المؤيدة للفلسطينيين، موعدا نهائيا للمفاوضات حول إنهاء التخريب الموجود على مرحج حديثها، إذ حدث قدر كبير من النقاش حول كيفية تعامل سلطات

بايدن يصدق على مساعدات عسكرية بمليارات الدولارات لأوكرانيا وإسرائيل



وقّع الرئيس الأمريكي جوزيف بايدن الأربعاء على قانون للأمن القومي قرره مجلسي الكونغرس وينص على تقديم مساعدات عسكرية ضخمة لأوكرانيا وإسرائيل. وتتلخص هذه المساعدات بخصم 1.3 مليار دولار كمشاهدات إنسانية لمسكان قطاع غزة، حيث يعيش مئات الآلاف منهم على حافة المجاعة بسبب الإحتياج الإسرائيلي، واعتقد بايدن الفرصة لمطالبة إسرائيل بالسماح بوصول المساعدات الإنسانية لسكان غزة دون تأخير. وقال الرئيس بايدن في كلمة متلفزة من البيت الأبيض بعد توقيع على القانون إن إقرار قانون المساعدات العسكرية هو يوم عظيم للسلام العالمي، ورأى أن القانون سيحجز أمريكا والعالم أكثر أمنا. وأكد بايدن أن الولايات المتحدة ستبدأ خلال الساعات القليلة المقبلة إرسال المعدات القتالية لأوكرانيا. وكانت

الشرطة الأمريكية تعتقل متظاهرين مؤيدين للفلسطينيين في جامعة إيمرسون



أظهرت مقاطع فيديو متداولة لحظة اعتقال الشرطة الأمريكية متظاهرين مؤيدين للفلسطينيين في جامعة إيمرسون في الولايات المتحدة. وأظهر مقطع الفيديو، شرطة بوسطن وهي تعتقل متظاهرين مؤيدين للفلسطينيين في مخيم لجامعة إيمرسون، وليس معروفا بعد عدد الطلاب الذين تم اعتقالهم.

العرى الدولية تدين قمع الاحتجاجات الداعمة لغزة في الجامعات الأمريكية

علقت منظمة العفو الدولية على الاعتقالات والتهديات، التي يتعرض لها المشاركون في الاحتجاجات الطلابية الداعمة لفلسطين في الجامعات الأمريكية. وأكدت المنظمة، عبر صفحتها الرسمية على منصة «إكس»، الخميس، إدانتها لما وصفته بـ «قمع الاحتجاجات»، مشيرة إلى أن الاحتجاجات تمثل جزءا من حرية الرأي بشأن ما يشهده قطاع غزة. وتنتهد العديد من الجامعات الأمريكية احتجاجات

البرلمان اللبناني يُوَجل الانتخابات البلدية لمدة عام



أرجأ البرلمان اللبناني الانتخابات البلدية لمدة عام ومدّد ولاية المجلس الحالية للمرة الثالثة خلال عامين، نظرا لتعثر إجراء الانتخابات ولاسيما في جنوب البلاد جراء القصف الإسرائيلي. وتجري الانتخابات البلدية والاختيارية في لبنان كل ست سنوات. وتمت آخر مرة عام 2016، وكان من المفترض حصولها عام 2022، إلا أن البرلمان أقر تأجيلها مرتين منذ ذلك الحين جراء نداءات الانهيار الاقتصادي المستمر منذ أكثر من أربع سنوات. وأفادت الوكالة الوطنية للإعلام بأن مجلس النواب أقر «تسديد ولاية المجلس البلدية والاختيارية القائمة حتى تاريخ أصفاء 31/5/2025»، وجاء في الأسباب الموجبة للتسديد أن الاستحقاق

LR Lotfi, Rafla & Associates
Accountants - Tax Experts
Adding Value to your business
Since 1990

Ehab Lotfi Ph.D., C.Adm

Ehab Rafla C.PA., C.A.

1(833) 336-3131

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

www.LR-CA.ca

Now serving the Arabic Community

Providing trusted
advice in your local community!

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



Joseph Kamal
(514) 418-8512
jkamal@allstate.ca



Moustafa Halwani
(514) 819-1575
mhalwani@allstate.ca

Montreal Centre Agency
4875 Avenue Van Horne



Allstate^{MC}
Assurance

*Terms and conditions apply. Trademark owned by Allstate Insurance Company used under licence by Allstate Insurance Company of Canada.
©2023 Allstate Insurance Company of Canada. 231031 | 6-23



مجموعة أزياء براندون ماكسيويل لربيع 2024

■ من أسبوع الموضة في نيويورك، شاهدنا معنا مجموعة أزياء براندون ماكسيويل لربيع ٢٠٢٤، والتي تميزت بتصاميم متنوعة بسيطة وعصرية في الوقت نفسه، فزى السرايات ذات التصميم الذكي بأكام مقسمة، تم تنسيقها مع التناثر الطويلة المتدفقة. كما حملت المجموعة سرايات مصممة بأسلوب تقليدي، مصحوبة بجينز مزق وباهت، تشبه إلى حد كبير أسلوب الـ «Street Style». بتصاميم تبدو مناسبة للأفراد العاديين وليس المشاهير فقط. باختصار يمكن القول إن ماكسيويل قدم مجموعة منقحة وطموحة من القطع،

تعرف إلى أطعمة تحتوي على فيتامين سي أكثر من الليمون والبرتقال



■ بعد «فيتامين سي» من العناصر الغذائية الأساسية لجسم الإنسان، والتي لها العديد من الفوائد الصحية، كتنظيم المناعة، ومكافحة الشيخوخة، وتقوية صحة العظام، وتحسين امتصاص الحديد، وقد يظن البعض أن الليمون هو أكثر الأطعمة التي تحتوي على قدر الأكبر من هذا الفيتامين؛ إلا أن اختصاصية التغذية العلاجية وعلاج السمعة د. هاجر عبد الدايم كشفت في لقاءها عن عدة أطعمة أخرى تحتوي على مقدار أكبر من فيتامين سي.

كما تحتوي حبة البرتقال متوسط الحجم على ٧٠ ملليجراماً من فيتامين سي، ويحتوي كوب واحد من الفراولة على ٥٩ ملليجراماً من فيتامين سي، كذلك فإن كوباً واحداً من البابايا يحتوي على ٨٨ ملليجراماً من فيتامين سي، كما يحتوي كوب واحد من الأناناس على ٧٨ ملليجراماً من فيتامين سي، أما كوب واحد من المانجو فيحتوي على ٢٧ ملليجراماً من فيتامين سي.

وكذلك فإن البطاطا الحلوة متوسط الحجم تحتوي على ٢٤ ملليجراماً من فيتامين سي، ويصح تناول الفواكه والخضروات طازجة قدر الإمكان، مع تخزين الفواكه والخضروات في الثلاجة، وتجنب طهي الفواكه والخضروات لفترات طويلة من الوقت، مع تقطيع الفواكه والخضروات مباشرة قبل تناولها.

أفضل طرق طبيعية لتخفيف تجاعيد الوجه بمكونات متوفرة لديك

■ تُعدّ التجاعيد علامات طبيعية لمرور الزمن، لكنها قد تُصبح مصدر إزعاج للكثير من النساء، وخاصة مع تقدم العمر، وفيما تلجأ كثيرات منهنّ إلى العلاجات الطبية باهظة الثمن أو المستحضرات الكيماوية بحثاً عن حلول سريعة، ينسب غالباً أن الطبيعة قد حباها الله بوفرة هائلة من المكونات الطبيعية الغنية بخصائص تعمل على محاربة وتخفيف تجاعيد الوجه، وتُعيد إلى البشرة شبابها ونضارتها. وقيل الخوض في غمار الخلطات والوصفات الخارجية، تُذكرني عزيزتي أنّ جمال بشرتك يبدأ من الداخل، لذلك احرصي على اتباع نظام غذائي غني بالفواكه والخضروات، وخاصة تلك الغنية بمضادات الأكسدة مثل فيتامين C وفيتامين E، التي تُحارب الجذور الحرة وتُحسّن من صحة بشرتك ومرورتها، كما أنّ شرب الماء بكميات كافية يُساعد على ترطيب البشرة من الداخل ومنع ظهور التجاعيد.



«سببتي» يقدم لك باقة من الخلطات الطبيعية الفعالة لتخفيف تجاعيد الوجه، والتي تُستمدّ مكوناتها من مطبخك الخاص، لتُصبح عيادة جمالك المنزلية من دون الحاجة إلى إنفاق المال أو تعريض بشرتك للمواد الكيماوية الضارة. منذ القدم، عرفت النساء قيمة الطبيعة في العناية ببشرتهنّ، فاستخدمن مكونات طبيعية بسيطة لتنظيف بشرتهنّ وترطيبها ومكافحة علامات التقدم في السن.

على تجديد خلايا البشرة ومكافحة الشيخوخة، بينما يُرطب زيت جوز الهند البشرة بعمق ويُنعّمها.

المكونات:
نصف حبة أفكادو مهروسة.
ملعقة كبيرة من زيت جوز الهند.

الطريقة:
اخطلي المكونات جيداً حتى تحصلي على خليط ناعم، طبقي الماسك على وجهك ورفقته، ثم اغسليه بالماء الدافئ.

على تجديد خلايا البشرة ومكافحة الشيخوخة، بينما يُرطب زيت الزيتون البشرة بعمق ويُنعّمها.

المكونات:
نصف حبة أفكادو مهروسة.
ملعقة كبيرة من زيت الزيتون.

الطريقة:
اخطلي المكونات جيداً حتى تحصلي على خليط ناعم، طبقي الماسك على وجهك ورفقته، ثم اغسليه بالماء الدافئ.

يُعدّ زيت الزيتون من أهمّ المكونات الطبيعية للعناية بالبشرة، فهو غنيّ بفيتامين E ومضادات الأكسدة التي تُقاوم الجذور الحرة وتُحسّن من مرونة البشرة.

طريقة الاستخدام:
سخني القليل من زيت الزيتون في يدك. لدكي وجهك بلطف بحركات دائرية لمدة 5 دقائق. اتركي الزيت على وجهك واتركيه لمدة 30 دقيقة، ثم اغسليه بماء دافئ.

وصفات طبيعية لإزالة اسمرار الجلد وتفتيح المناطق الداكنة



■ فرط تصبغ الجلد هي مشكلة جلدية شائعة تسبب الاسمرار والبقع الداكنة والكلف والعيوب وعلامات حب الشباب والهالات السوداء التي تجعل بشرتك تبدو أغمق من لون البشرة الطبيعي، واستخدام منتجات العناية بالبشرة الحافظة، أو سوء التغذية هي بعض من الأسباب الرئيسية التي تؤدي للتصبغ وتغير لون الجلد، وفقاً لما نشره موقع «indianexpress» نقدم لك سيدتي قناعاً قد تتعرض لأسباب التصبغ وصفات طبيعية للقضاء على هذه المشكلة.

الكركم:
الكركم يحتوي على عنصر نشط يسمى الكركمين الذي يمنع إنتاج الميلانين في خلايا الجلد. له خصائص مضادة للالتهابات يمكن أن تساعد في تهدئة البشرة، خاصة إذا تعرضت لحروق الشمس أو ندوب حب الشباب. يعد الحصص ومسحوق الكركم وماء الورد بمثابة حزمة وجه خفيفة وفعالة تهدئ بشرتك وتساعد على تقليل ظهور البقع الداكنة. اصفي بضع قطرات من عصير الليمون وشاهدي التوهج الطبيعي.

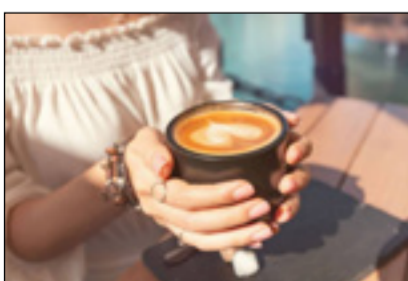
الصبار:
في كل منزل لديه الصبار، يحتوي على الألوين، وهو مركب طبيعي يزيل التصبغ وهو أيضاً مضاد للالتهابات بطبيعته، مما يساعد على تفتيح البقع الداكنة. من خلال تدمير خلايا الميلانين الموجودة، ينظّم الجلد لإنتاج الميلانين. للحصول على أفضل النتائج، أخرجي الجل الطازج من النباتات، وضعيه على المناطق المصابة

مع الحسل، ثم ضعي الخليط على الوجه لمدة ١٥ دقيقة، ثم اغسليه بالماء البارد.

البطاطس:
يعمل الإنزيم الموجود في البطاطس، والمعروف باسم الكاتيكولاز، كيميض طبيعي للبشرة وهو مفيد بشكل خاص في علاج اسمرار البشرة والتمشج والمرقنين الداكنين وتحت الإبطين ويساعد على تفتيح البشرة أثناء إزالة التصبغ. قد تلاحظ فرقا واضحا بعد تطبيق عصير البطاطس على المناطق المصابة لمدة ١٥-٢٠ دقيقة كل يوم لبضعة أشهر.

في كل منزل لديه الصبار، يحتوي على الألوين، وهو مركب طبيعي يزيل التصبغ وهو أيضاً مضاد للالتهابات بطبيعته، مما يساعد على تفتيح البقع الداكنة. من خلال تدمير خلايا الميلانين الموجودة، ينظّم الجلد لإنتاج الميلانين. للحصول على أفضل النتائج، أخرجي الجل الطازج من النباتات، وضعيه على المناطق المصابة

هل القهوة منزوعة الكافيين آمنة وبدليل صحي صحيح؟



■ لجأ الكثير من الأشخاص إلى خيار القهوة منزوعة الكافيين على اعتبار أنها صحية وبدليل غير ضار للقهوة العادية، إلا أن عدداً من الخبراء حذروا من إمكانية تسبب هذا النوع من القهوة في الإصابة بالسرطان.

CNN الأمريكية، ما طلبه خبراء من «هيئة الغذاء والدواء الأمريكية»، الذين دعوا لحظر مادة كيميائية رئيسية تدخل في عملية نزع الكافيين من القهوة بسبب ارتباطها بالسرطان.

وهذه المادة الكيماوية هي كلوريد الميثيلين، وتستخدم أيضاً في تصنيع مزيلات الطلاء، وتطهير المعادن، وإزالة الشحوم.

تقول الدكتورة ماريا دوا، كبيرة مديري السياسة

الكيميائية في «صندوق الدفاع عن البيئة»، وهي من ٥ مجموعات وأفراد يقفون وراء الائتماس المرسل إلى «هيئة الغذاء والدواء»، إن كلوريد الميثيلين هو مادة مسرطنة، وقد صنفت على هذا النحو «البرنامج الوطني لعلم السموم» التابع للمعهد الوطني للصحة، ووكالة «حماية البيئة»، ومنظمة الصحة العالمية.

وتضيف: «إلى جانب كونه مادة مسرطنة، يمكن أن يسبب كلوريد الميثيلين أضراراً صحية أخرى، مثل تسبب الكبد والتأثيرات العصبية عند التعرض له بشكل أكبر، وفي بعض الحالات الوفاة»، مؤكدة أن «هيئة الغذاء والدواء تستعمل حالياً على مراجعة الائتماس».

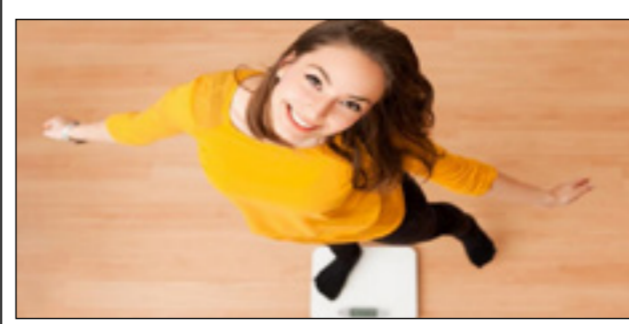
ويقول المتحدث باسم الهيئة: «في حين أن كلوريد

في القهوة أو استخدمت القليل من الحلّ على السلطة بدلاً من الزيت والصلصات العالية بسماتها الحرارية.

٦- مازي الرياضة خلال النهار

يكون من الممكن تعزيز استجابة المريض للعلاج، على سبيل المثال، وكذلك التأثير في تطور الورم، وفقاً لمؤلفي الدراسة.

6 طرق لإنقاص الوزن بدون رجيم!



■ بعيداً عن الأنظمة الغذائية الصارمة التي تجعلك تملئين من الروتين والديت، تقدم لك اليوم طرق تخفيف الوزن بدون رجيم. فكل ما عليك فعله هو إجراء بعض التعديلات البسيطة على نمط حياتك اليومي مع الالتزام بالنصائح التي نشرح لك عنها.

١- تناول وجبة الفطور كل يوم
نعم، إن تناول وجبة الفطور من أفضل الأمور للجسم، إذ إنّ تحطّي وجبة الإفطار للتقليل من السعرات الحرارية من الأمور الغير ناعمة، لأنك بذلك قد تتناولين المزيد من الطعام خلال اليوم، وبالتالي ستحرمين الجسم من الطاقة التي يحتاجها. لذا اختاري وجبة غنية بالحبوب الكاملة مع الفواكه ومنتجات الألبان قليلة الدسم لبداية صحية ومغذية.

٢- توقف عن الطعام في الليل
حدي وقتاً لتوقف فيه عن تناول الطعام، حتى لا تستسلمي للمأكولات الخفيفة وقتاً

متأخر من ساعات الليل أو تناول الوجبات الخفيفة الطائشة أثناء مشاهدة التلفاز.

٣- اختاري المشروبات المعبأة وابتدي عن السكر
تحتوي المشروبات الغازية والعصائر على نسبة كبير من السكر والسعرات الحرارية، لذا اشبعي عطشك بالماء واشربي القليل من العصير الطبيعي. وننصحك بالابتعاد قدر الإمكان عن المشروبات الغازية المضرة. فمثلاً اشربي بين الوجبات الأساسية كوباً من عصير الخضار المغذي والمنخفض بالسعرات الحرارية أو العصير الأخضر الذي يحتوي على كمية وافرة من الفيتامينات.

٤- قللي من حجم كل وجبة
إذا لم تقعلي شيئاً آخر سوى تقليل وجباتك الغذائية بنسبة عشرة بالمئة وعشرين بالمئة، فستلاحظين أنّك تخسرين الوزن بوضوح وتدرجياً. لذا بكل بساطة يمكنك البدء بتقليل حجم وحبوبك من خلال استبدال الأطباق الأكبر بالأقل حجماً.

٥- استبدلي الوجبات الدسمة بوجبات صحية خفيفة
استخدمي الأنواع قليلة الدسم من تنبيلات السلطة والمايونيز ومنتجات الألبان وغيرها من الأصناف، بهذه الطريقة يمكنك خفض سعراتك الحرارية خلال اليوم. مثلاً تناولي الحليب الخالي من الدسم بدلاً من الكريمي

تُنشّرت نتائج الدراسة التي استعرضت مجموعة من أكثر من ٢٠٠ دراسة، ركزت على كيفية تأثير الأنظمة الغذائية المختلفة في عملية التمثيل الغذائي للخلايا السرطانية.

وتقول الدكتورة أوليفيا مينيهارت، الأستاذة المساعدة في جامعة «سيمفليون»، والمؤلفة الأولى للدراسة: «إن السرطانات غير متجانسة للغاية في تبيعتها

إعلاناتكم في الرسالة
514 961 0777 /
450 972 1414
elressalnews@gmail.com /
www.el-ressala.com



اكتشاف طريقة مثالية تمنع نمو الأورام السرطانية وتطورها

عناصر غذائية محددة، مثل الأنظمة الغذائية الكيتونية والأنظمة المقيّدة بالوقت والصيام المتقطع، تمنع نمو الأورام السرطانية.

في حين أنه لا يوجد نظام غذائي واحد يناسب الجميع يمكن أن يؤثر في تطور السرطان، سلط البحث الجديد الضوء على أن طريقة التغذية تلعب دوراً في خطط علاج السرطان.

■ توصلت دراسة حديثة أجرتها جامعة «سيمفليون» في بوايست إلى أن التغيير والتبديل في الأنظمة الغذائية من طريق تقييد السعرات الحرارية والعناصر الغذائية أو الصيام المتقطع، عوامل قد تمنع نمو الورم السرطاني وتطوّره.

وخلصت التجارب فيه إلى أن الأنظمة الغذائية التي تقيّد إجمالي السعرات الحرارية أو تناول الغلوكوز أو

نقلا عن راديو كندا الدولي

أخبار كندا

رئيس مكتب كيبك في تل أبيب يزاول عمله من إسرائيل هذا الصيف



قالت وزيرة العلاقات الدولية والفرنكوفونية في حكومة كيبك، مارتين بيرون، إن رئيس المكتب التمثيلي لمقاطعة كيبك في تل أبيب سيسبق "بشكل دائم" في إسرائيل مع عائلته هذا الصيف "إذا سمح الوضع الأمني بذلك".

رئيس المكتب، أليك هاكوبيان، تم تعيينه في هذا المنصب في أيلول (سبتمبر) الماضي، وهو موجود حاليا في مونتريال بعد أن قاد مهمة أولى في تل أبيب من 26 شباط (فبراير) إلى 27 آذار (مارس)، وفق ما أكدته الوزيرة بيرون.

وجاء كلام بيرون الخميس أمام لجنة نيابية خلال دراسة اعتمادات ميزانية وزارتها، فيما لا يزال الصراع مستمرا في قطاع غزة بين الجيش الإسرائيلي من جهة وحركة حماس وفصائل فلسطينية أخرى من جهة ثانية وفي وقت يبدو فيه الهجوم الإسرائيلي المرتقب على مدينة رفح في جنوب القطاع الفلسطيني وشيكا.

وكان مكتب بيرون قد قال في 10 تشرين الأول (أكتوبر) الفائت، بعد ثلاثة أيام من اندلاع الحرب الحالية بين حماس وإسرائيل، إنه "سيتم افتتاح مكتب كيبك في تل أبيب رسميا عند استيفاء الشروط الأمنية".

لكن بيرون قالت أمس أمام اللجنة النيابية إن "الأمر استقرت" في إسرائيل وإن "الاقتصاد انتعش مجددا".

لكن "لا يتطلب الحذر أن تقوم كيبك بتجديد نشر مكتبها في إسرائيل"، في سؤال الناطق باسم الحزب الكيبكي (PQ) للشؤون الدولية، النائب باسكال بارادي.

"ليس لأسباب سياسية"، ردت وزيرة العلاقات الدولية في حكومة التحالف لمستقبل كيبك (CAQ).

"هناك إمكانيات هائلة" في إسرائيل للتجارة، أضافت بيرون. "مصالحنا في إسرائيل اقتصادية، لسنا في إسرائيل لأسباب سياسية".

من جهته، أشار الناطق باسم حزب التضامن الكيبكي (QS) اليساري للشؤون الدولية، النائب غيوم كليش ريفار، إلى أن إسرائيل تواجه اتهامات خطيرة.

وأراد كليش ريفار أن يعرف ما إذا كانت هناك "خطوط حمراء" لا ينبغي لحكومة كيبك تجاوزها عند اتخاذها قرارا حول ما إذا كان بإمكان بلد ما استضافة ممثلية دبلوماسية لها.

على سبيل المثال، النظام السوري الذي قصف شعبه بغاز السارين، هل من الممكن له أن يستضيف ممثليا لكيبك؟ سألت كليش ريفار.

"في سياق استهداف دولة ما من قبل محكمة العدل الدولية باعتبارها

كيبك تطلب من أوتوا حماية العمال الأجانب الذين تستقدمهم وكالات التوظيف



طلبت وزيرة الهجرة والفرنسة والانماج في حكومة كيبك، كريستين فريشيت، من الحكومة الفدرالية اتخاذ إجراءات لتنظيم توظيف العمال الأجانب من قبل وكالات التوظيف. وكان راديو كندا قد كشف الأسبوع الماضي أن وكالات توظيف تقوم بتوظيف عمال أجانب مؤقتين بتصاريح عمل مغلقة، وهي ممارسة تتعارض بشكل عام مع اللوائح التنظيمية في مقاطعة كيبك.

واشكك عمال أجانب مؤقتون من أنهم وضعا في حالة من الضعف الشديد، وكونهم مرتبطين بوكالات التوظيف بتصاريح عمل مغلقة، كان من المستحيل عليهم الحصول على وظيفة لدى صاحب عمل آخر، حتى لو لم تعد الوكالات تعرض عليهم ساعات العمل.

من جهتها، تدعى بعض وكالات التوظيف أنها غير ملزمة بالامتثال للوائح التنظيمية في كيبك بسبب اتفاقية تجارة حرة وقعتها الحكومة الفدرالية.

لكن الوزيرة فريشيت تذكر بأن حكومة كيبك، بموجب لوائحها التنظيمية، ترفض الموافقة على طلبات التوظيف المقدمة من الوكالات. "تتضمن كيبك معالجة كافة طلبات الحصول على شهادة القبول الكيبكية" (CAQ) "و دراسة تأثير سوق العمل" (EIMT) المقدمة من الوكالات التي ترغب في توظيف أشخاص ضمن فئة "العمال الأجانب المؤقتين" (TET) بغية إرسالهم بموجب تعاقدين من البطن إلى شركات خارجية"، قالت فريشيت في بيان مكتوب.

وترى وزيرة الهجرة الكيبكية أن "الوضع الذي يجد هؤلاء العمال أنفسهم فيه غير مقبول".

د. بارعة شبيب ضيف نادي الجزيرة العائلي ومحاضرة ناجحة



أوناريو: فشل اقتراح جديد في رفع الحظر عن ارتداء الكوفية في المجلس

تباينات داخل مجلس إدارة بنك كندا حول موعد بدء خفض أسعار الفائدة



قدم بنك كندا (المصرف المركزي) مزيداً من التفاصيل الخميس حول مناقشاته المتعلقة بالجدول الزمني لخفض أسعار الفائدة.

ونشر بنك كندا ملخصه للمداولات التي جرت في وقت سابق من الشهر الحالي. وتفضل الوثيقة مناقشات مجلس الإدارة التي سبقت إعلانه في 10 نيسان (أبريل) إبقاء معدل الفائدة الأساسي على حاله.

وجاء في الملخص أن بعض أعضاء مجلس الإدارة شعروا بأن المصرف المركزي يجب أن يأخذ وقته قبل خفض أسعار الفائدة، نظراً للآداء القوي للاقتصاد الكندي وللمخاطر التضخمية المستمرة.

لكن أعضاء آخرين أشاروا إلى أن التضخم قد تباطأ، وأُعربوا عن قلقهم من إبقاء أسعار الفائدة مرتفعة لفترة أطول مما ينبغي.

وعلى الرغم من هذه التباينات، وافق مجلس الإدارة على إبقاء معدل الفائدة الأساسي، وهو مؤشر مرجعي يمثل سعر الفائدة لليلة واحدة بين المصارف، عند مستواه البالغ 5% ولمرة سادسة على التوالي. وكان أعضاؤه متفقين على أن التخفيضات في سعر الفائدة، عندما يحين وقتها، لن تحدث دفعة واحدة.

"بينما كان هناك تنوع في وجهات النظر حول متى من المرجح أن تبرز الظروف خفض سعر الفائدة، فقد اتفقوا (اتفق الأعضاء) على أن تيسير السياسة النقدية سيكون على الأرجح تدريجياً، نظراً للمخاطر التي تهدد الأفق المستقبلية والمسار البطيء لعودة التضخم إلى الهدف"، جاء في الملخص.

ويتوقع خبراء الاقتصاد على نطاق واسع أن يبدأ بنك كندا في خفض سعر الفائدة في حزيران (يونيو) أو تموز (يوليو).

وقد تشجع بنك كندا لروية تباطؤ كبير في التضخم، بما في ذلك التضخم الأساسي الذي يقيس ضغوط الأسعار مع استبعاد التقلبات.

كيبك تعلن تعزيز المساعدة للأسر الباحثة عن سكن



مع اقتراب موعد الأول من تموز (يوليو)، الذي يختار فيه الكثيرون من سكان كيبك سكنهم، أعلنت اليوم حكومة المقاطعة عن زيادة ميزانية الخدمات التي تخصصها للأشخاص الذين يجدون أنفسهم بلا مأوى من 5,2 ملايين دولار السنة الماضية إلى 7,8 ملايين دولار هذه السنة. ويعطي هذا المبلغ بشكل خاص خدمات المساعدة في البحث عن سكن ويتيح تعويض بعض التكاليف التي تتكبدها الأسر للعثور على سكن مؤقت.

كما سيتم دعم الأسر في تكاليف تخزين ممتلكاتها أو نقلها. يُذكر أنه في الأول من تموز (يوليو) 2023 وجدت حوالي 700 أسرة في مختلف أنحاء المقاطعة نفسها بدون عقد إيجار. وهذا العام يُتوقع أن يكون العثور على سكن أمراً معقداً في ظل أزمة السكن ومعدل التفاوض السكنية المنخفض للغاية.

"نعمت النهج الذي اتبعناه في العام الماضي، أي أنه اعتباراً من شهر كانون الثاني (يناير) قمنا بحملة توعية"، قالت وزيرة الإسكان في حكومة كيبك، فرانس إلان دورانسو، في مؤتمر صحفي.

وأوضحت دورانسو أنه في إطار هذه الحملة قبل للمستأجرين إنهم إذا قرروا مغادرة سكنهم في الأول من تموز (يوليو) فعليهم أن يبدأوا البحث عن سكن آخر على الفور، وأنه تمّ تصحيح عدم مغادرة سكنهم إذا لم يكونوا مضطرين لذلك. وتريد الوزيرة دورانسو أن يكون السكان على علم بخدمات المساعدة المتاحة. ومن ضمن هذه الخدمات جعل البرنامج الذي يسمح بالحصول على سكن لذي الدخل المنخفض أكثر مرونة، ما يقلص قوائم الانتظار.

"عمل على تسريع العملية للأشخاص المحتاجين، المدججة أسماؤه على قوائمنا، الذين لديهم سكن مؤقت ويمكننا دعمهم"، أوضح داني كارون، المدير العام لمكتب الإسكان البلدي في كيبك العاصمة، فيما يتعلق بالبرنامج الكيبكي لتكلمة الإيجار (PSL) الذي يسمح للموئلين له دفع إيجار يعادل 25% من دخل الأسرة.

من جهتها، علقت منسقة مكتب الإنعاش والإعلام بشأن السكن في كيبك الكبرى " (BAIL)، نيكول ديون، بأن الحكومة "أضافت بعض المبالغ إلى برامج موجودة". "لا يوجد شيء جديد اليوم"، أضافت المنسقة في هذه المنظمة المجتمعية.

وأقرت الوزيرة دورانسو في مؤتمر صحفي أن الحل الحقيقي لأزمة السكن يكمن في زيادة العرض، مضيفة أنه تم اتخاذ تدابير لتسريع البناء. لكنها ذكرت بوجود مساعدات لدعم الأسر. "يجب الاتصال بنا"، قالت دورانسو.

لكن ديون تشعر بالقلق بشأن المستقبل. "سيستمر المستأجرون بقعود الإيجار الخاصة بهم"، تتوقع ديون، مضيفة أن الأشخاص الذين سيبحثون عن سكن هذه السنة هم من لن يكون لديهم خيارات وأن اندعام الخيارات قد يجبرهم على قبول كافة الشروط.

أوتوا تريد أن تتضمن معاهدة البلاستيك العالمية

سقفا للانتاج

مع بدء الجولة الرابعة من المفاوضات بشأن معاهدة عالمية لخفض إنتاج البلاستيك أمس في أوتوا، قال وزير البيئة والتغيرات المناخية الكندي ستيفن غيليو أن معاهدة عالمية لإنهاء النفايات البلاستيكية يجب أن تتضمن سقفا للإنتاج.

وتقول مجموعة بنية إن الآلة العلمية تظهر أن الطريقة الوحيدة لإبعاد البلاستيك عن البيئة هي تقليل إنتاجه.

وتريد إحدى هذه المنظمات، وهي "غرينبيس" (Greenpeace)، أن تتضمن الاتفاقية على خفض إنتاج البلاستيك بنسبة 75% بحلول عام 2040.

لكن الشركات المنتجة للبلاستيك تقول إن وضع قيود أمر غير ضروري لأن بدائل البلاستيك غالبا ما تكون أكثر تكلفة وأكثر استهلاكاً للطاقة.

وكانت هذه القضية قد تصدّرت المناقشات خلال الجولة الثالثة من المفاوضات التي انعقدت في كيبك الجريف الماضي.

وقد كان غيليو متردداً في اتخاذ موقف محدد من الدعوة إلى تحديد سقف للإنتاج، خوفاً من أن يؤدي الإفراط في التوجه إلى إشغال جولة أوتوا من المفاوضات حتى قبل أن تبدأ. لكن بدا أمس أن هذه المخاوف تتخسر.

"بصراحة، ما سمعته خلال اليومين الأخيرين من الطاولات المستديرة الوزارية هو أن الناس لا يريدون التوصل إلى اتفاق فحسب، بل يريدون اتفاقاً طموحاً"، قال غيليو.

وكندا جزء من تحالف دولي يدعم هذا الاتجاه. وفي وقت سابق من الشهر الجاري رأى هذا التحالف أن إنهاء النفايات البلاستيكية يتطلب وضع قواعد ملزمة قانوناً "لتقييد وتقليل استهلاك وإنتاج البوليمرات البلاستيكية الأولية إلى مستويات مستدامة".

والمفاوضات الجارية في أوتوا هي الجولة الرابعة من خمس جولات مخططة لها تهدف إلى وضع معاهدة، بحلول نهاية السنة الحالية، للقضاء على النفايات البلاستيكية بحلول عام

الرساله
www.el-ressala.com

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 Zemokhol

إخراج وتصميم / نازلي سليم
Mis en page et plans Nazly Selim

كتاب ومحرورون

على عبد الهاملي ، كيندة الجيوش
سليم خليل ، جاكين جرجس، خالد بنيصفي،
د. حسين عبد البصير، مسعود مطوف،
بشير القرني ، تيماء الجيوش، السيد الهادي
د. خالد التوزاني، د. عبد العظيم محمود،
صلاح الأشقر، عباس شعيبان، صباح غريب،
عادل عطية، سمرين حبيب، جاسم مصاول، نبيل باخص
عبد الله الديك، إخلص فرنسيس، نعمة الله رياض ، حسان عبد الله
جون كرم، فيفيان فريد

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

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

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

Bureau chef au Canada

672 boul. Des Laurentides # 212 Laval, Qc. H7B 4S6
(514) 961-0777 / (450) 972-1414
Email: elressalanews@gmail.com
fzemokhol@gmail.com
www.el-ressala.com

السياحة العالمية

أبرز المعالم السياحية في ماديبيري ..
جميلة جدا ومناسبة للعوائل

■ ماديبيري هي منطقة مليئة بالشلالات المثيرة للاهتمام وهي المنطقة الأكثر شعبية في جنوب الهند، وتعد محطة التل هذه "ماديبيري" محاطة بجبال غاشق الغريبة، وتتميز بأرضها المذهلة المليئة بالمناظر الطبيعية الخلابة والمناطق السياحية الجذابة.

ولا يتوقف الجمال في ماديبيري والسياسة على المناظر الطبيعية فقط بل أنها تضم العديد والعديد من العجائب المعمارية التاريخية المذهلة التي تحظى بشعبية كبيرة بين السكان. مقر الرجا: مقعد الرجا هو عبارة عن حديقة رائعة ومعلم تاريخي ملئ بالجمال، تشتهر هذه الحديقة الواقعة في منطقة كورج بزواجرها وزهورها الرائعة والمتنوعة. ويعد هذا المكان من الأماكن الأكثر شعبية في ماديبيري، حيث أنها مليئة بالتمثال التي تمثل الحيوانات الملونة في وسط الحديقة، الحديقة تعد جامعة بين المناظر الطبيعية الخلابة والتمثال الملونة الرائعة، استرخ واستمتع بالغروب المذهل. حصن ماديبيري: التحفة المعمارية الضامدة منذ القرن السابع عشر، تم بناء حصن ماديبيري على يد الملك مودوراجا في أواخر القرن السابع عشر، وقد تم إعادة بناءه من قبل "تتوبو سلطان"، بعد من أقدم الحصون في المنطقة وقد تصنّف الحصن كموقع للتراث الوطني.

ويتوسط ماديبيري في جنوب الهند، حيث تكون الشلالات في كامل تنقيها، وتبدو المنطقة من حولها أكثر خضرة ما يزيد من جمال الشلال. إيروبو: تعرف شلالات إيروبو باسم شلالات لاكشمنا تيرا، وهي أحد روائع منطقة كورج في ماديبيري، تعد إيروبو واحدة من أفضل الوجهات السياحية في الينج، فهو شلال متدفق يتدفق من أسفل تلال برهماجيري التي تقع وسط الغابا في كورج، فالشلالات تعتبر رافد لنهر كوفيري. وهناك معتقد عن شعب الهند أن المكان يعد مقسماً حيث أن مياه شلالات لاكشمنا تنتم بقوى إلهية تسهل خطايا من يغسلون فيها! دعنا من ذلك يمكنك الذهاب لزيارة المكان والتمتع بالبحايا البرية والمناظر الطبيعية وحسب.



تتميز المنطقة بشلالات ومناظر تحطف الأنفاس، كما يوجد جسر بالقرب من الشلال، يبدو المنظر ساحراً مع سير بيالية المشهد وتدفق الشلالات من الأعلى، وتعد واحدة من أفضل الأماكن خاصة للزواج الجند. تلال ماندالباتي تعد تلال ماندالباتي أحد أفضل الأماكن السياحية في ماديبيري على الإطلاق، وهي واحدة من أكثر الرحلات ممتعة هناك بفضل سحر المنطقة الجذاب حيث تتمثل ماندالباتي بمساحات شاسعة من التلال الخضراء التي تلامس السحب حيثما نظرت، المنطقة مليئة بالمنحدرات التي تطل على المناظر الخلابة.

تتميز المنطقة بشلالات ومناظر تحطف الأنفاس، كما يوجد جسر بالقرب من الشلال، يبدو المنظر ساحراً مع سير بيالية المشهد وتدفق الشلالات من الأعلى، وتعد واحدة من أفضل الأماكن خاصة للزواج الجند. تلال ماندالباتي تعد تلال ماندالباتي أحد أفضل الأماكن السياحية في ماديبيري على الإطلاق، وهي واحدة من أكثر الرحلات ممتعة هناك بفضل سحر المنطقة الجذاب حيث تتمثل ماندالباتي بمساحات شاسعة من التلال الخضراء التي تلامس السحب حيثما نظرت، المنطقة مليئة بالمنحدرات التي تطل على المناظر الخلابة.

تتميز المنطقة بشلالات ومناظر تحطف الأنفاس، كما يوجد جسر بالقرب من الشلال، يبدو المنظر ساحراً مع سير بيالية المشهد وتدفق الشلالات من الأعلى، وتعد واحدة من أفضل الأماكن خاصة للزواج الجند. تلال ماندالباتي تعد تلال ماندالباتي أحد أفضل الأماكن السياحية في ماديبيري على الإطلاق، وهي واحدة من أكثر الرحلات ممتعة هناك بفضل سحر المنطقة الجذاب حيث تتمثل ماندالباتي بمساحات شاسعة من التلال الخضراء التي تلامس السحب حيثما نظرت، المنطقة مليئة بالمنحدرات التي تطل على المناظر الخلابة.

تتميز المنطقة بشلالات ومناظر تحطف الأنفاس، كما يوجد جسر بالقرب من الشلال، يبدو المنظر ساحراً مع سير بيالية المشهد وتدفق الشلالات من الأعلى، وتعد واحدة من أفضل الأماكن خاصة للزواج الجند. تلال ماندالباتي تعد تلال ماندالباتي أحد أفضل الأماكن السياحية في ماديبيري على الإطلاق، وهي واحدة من أكثر الرحلات ممتعة هناك بفضل سحر المنطقة الجذاب حيث تتمثل ماندالباتي بمساحات شاسعة من التلال الخضراء التي تلامس السحب حيثما نظرت، المنطقة مليئة بالمنحدرات التي تطل على المناظر الخلابة.

تتميز المنطقة بشلالات ومناظر تحطف الأنفاس، كما يوجد جسر بالقرب من الشلال، يبدو المنظر ساحراً مع سير بيالية المشهد وتدفق الشلالات من الأعلى، وتعد واحدة من أفضل الأماكن خاصة للزواج الجند. تلال ماندالباتي تعد تلال ماندالباتي أحد أفضل الأماكن السياحية في ماديبيري على الإطلاق، وهي واحدة من أكثر الرحلات ممتعة هناك بفضل سحر المنطقة الجذاب حيث تتمثل ماندالباتي بمساحات شاسعة من التلال الخضراء التي تلامس السحب حيثما نظرت، المنطقة مليئة بالمنحدرات التي تطل على المناظر الخلابة.

تتميز المنطقة بشلالات ومناظر تحطف الأنفاس، كما يوجد جسر بالقرب من الشلال، يبدو المنظر ساحراً مع سير بيالية المشهد وتدفق الشلالات من الأعلى، وتعد واحدة من أفضل الأماكن خاصة للزواج الجند. تلال ماندالباتي تعد تلال ماندالباتي أحد أفضل الأماكن السياحية في ماديبيري على الإطلاق، وهي واحدة من أكثر الرحلات ممتعة هناك بفضل سحر المنطقة الجذاب حيث تتمثل ماندالباتي بمساحات شاسعة من التلال الخضراء التي تلامس السحب حيثما نظرت، المنطقة مليئة بالمنحدرات التي تطل على المناظر الخلابة.

تتميز المنطقة بشلالات ومناظر تحطف الأنفاس، كما يوجد جسر بالقرب من الشلال، يبدو المنظر ساحراً مع سير بيالية المشهد وتدفق الشلالات من الأعلى، وتعد واحدة من أفضل الأماكن خاصة للزواج الجند. تلال ماندالباتي تعد تلال ماندالباتي أحد أفضل الأماكن السياحية في ماديبيري على الإطلاق، وهي واحدة من أكثر الرحلات ممتعة هناك بفضل سحر المنطقة الجذاب حيث تتمثل ماندالباتي بمساحات شاسعة من التلال الخضراء التي تلامس السحب حيثما نظرت، المنطقة مليئة بالمنحدرات التي تطل على المناظر الخلابة.



ركن الرياضة

الأهلي يخسر أمام بترو أتلتيكو الأنجولي
في نصف نهائي كأس الكؤوس
الأفريقية لسيدات اليد

■ خسر فريق سيدات كرة اليد بالنادي الأهلي أمام نظيره بترو أتلتيكو الأنجولي بنتيجة 19-24، في المباراة التي جمعتهم مساء أمس الخميس، في إطار نصف نهائي كأس الكؤوس الأفريقية المقامة بالجزائر. وكان فريق سيدات يد الأهلي حقق الفوز على إندجان بطل كوت ديفوار في الدور ربع النهائي. الثلاثاء بنتيجة 16-28، وفاز فريق سيدات كرة اليد بالنادي الأهلي على نظيره الإيبير الجزائري بنتيجة 29-17 في إطار ختام مواجهاته بالدور الأول بالبطولة يوم الاثنين الماضي. وخسر فريق سيدات كرة اليد في المواجهة الماضية بالبطولة أمام بريمرو الأنجولي بنتيجة

الزمالك يصل غانا لمواجهة دريمز بالكونفدرالية



■ وصلت بعثة الفريق الأول لكرة القدم بنادي الزمالك إلى مدينة كوماسي الغانية. استعداداً لخوض مباراة دريمز الغاني في نصف نهائي بطولة كأس الكونفدرالية. وكان الزمالك ضيفاً على دريمز في السابعة مساءً يوم الأحد المقبل بإستاد بابا بارا الرياضي في إيباب نصف نهائي كأس الكونفدرالية. وكان الفريق الأبيض تعادل سلبيا على أرضه بإستاد القاهرة الدولي بذهاب نصف نهائي كأس الكونفدرالية. ويترأس بعثة الزمالك في غانا حسام المنوره أمين الصندوق، ويرافق الفريق كل من حسين لبيب رئيس النادي وأحمد سليمان عضو مجلس الإدارة وعبدالله

كولر: جاهزون لما زيمبي.. نتيجة الذهاب خطيرة..
وكل شيء ممكن حول الشناوي وعاشور

■ تحدث السويسري مارسيل كولر المدير الفني لفريق النادي الأهلي، عن مباراة فريقه ضد ما زيمبي الكونغولي والمقرر لها مساء اليوم الجمعة في إيباب نصف نهائي دوري أبطال أفريقيا. وكان لقاء الذهاب والذي أقيم السبت الماضي، انتهى بنتيجة التعادل السلبى، وهذا يحتاج الأهلي للفوز بأي نتيجة لتأهل للنهائي. وقال كولر في تصريحات عبر الموقع الرسمي للنادي: "جاهزون لمباراة العودة أمام ما زيمبي، وسعيد بالحضور الجماهيري، وكان بإمكان أي من الفريقين تحقيق الفوز في مباراة الذهاب، ويجب علينا أن نظهر بقوة لتحقيق مجدداً على سعاده بالتحضور الجماهيري، وقال إنه يؤمن أن الكرة للجمهير، وعندما يلعب أي فريق أمام جماهيره تكون الدوافع كبيرة للاعبين والجهاز الفني. ومن المقرر أن تقام مباراة الإياب بين الأهلي وما زيمبي على ملعب "استاد القاهرة" في تمام العاشرة مساءً بتوقيت القاهرة.

فريق يد الزمالك تضرب موعداً مع الترجي
في نهائي بطولة إفريقيا

■ تأهل فريق يد الزمالك إلى نهائي بطولة إفريقيا للأندية أبطال الكؤوس- مساء أمس الخميس- بعد فوزه على سكيكدة الجزائري بنتيجة 26-30، في المباراة التي جمعتهم، ضمن منافسات الدور نصف النهائي. وقدم لاعبو الزمالك أداءً مميزاً خلال أحداث المباراة، حيث أنهى الشوط الأول بتقدم الفارس الأبيض 12-20. وفي الشوط الثاني، واصل أبناء قلعة البيضاء سيطرتهم على مجريات اللقاء، لتنتهي المباراة بفوز الكوماندوز بنتيجة 26-30. ومن المقرر، أن يلتقي الفارس الأبيض مع نظيره

تصالح الدنيا معك ..
أبكي تبكي وعكك

الكلمات المتقاطعة

١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	١٢	١٣	١٤	١٥	١٦	١٧	١٨	١٩	٢٠	٢١	٢٢	٢٣	٢٤	٢٥	٢٦	٢٧	٢٨	٢٩	٣٠	٣١
١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	١٢	١٣	١٤	١٥	١٦	١٧	١٨	١٩	٢٠	٢١	٢٢	٢٣	٢٤	٢٥	٢٦	٢٧	٢٨	٢٩	٣٠	٣١

أسئلة:

- ١- فنانة مصرية راحلة
- ٢- في المطبخ والحمام - أسرة
- ٣- الدوسيه الخاص بهم - لمس
- ٤- زراع (معكوسة) - من المسافات
- ٥- أسره - كتابة عربية راحلة
- ٦- جمع مدينة - من أمراض العيون
- ٧- شعر الجمل - حرفان
- ٨- عظم - قصة لمصطفى أمين
- ٩- الأسم الأول لكاتب كوميدي قديم - قام بتربيتهم
- ١٠- أغنية لنجاة الصغيرة - أول السلم الموسيقي

أفقيًا:

- ١- إحارس مرمى سابق لنادي الزمالك
- ٢- عالمي - مدينة سورية (معكوسة)
- ٣- ضيف (مبعثرة) - أمير - ملكة فرعونية قديمة (معكوسة)
- ٤- من الطيور - في العيد
- ٥- مهم - من أجلنا
- ٦- ضمير الغائبة (معكوسة) - من أجله - الإله
- ٧- يستخدم للسعود عليه - عكس حلو - والدي
- ٨- مادة قاتلة - سنم
- ٩- حرفان متشابهان - يقدم اليه المساعدة والعون - ذلك
- ١٠- اسم سباق دولي - لقب محمد صلاح

دراكونا لو كان عايش في مصر
كان مص قصب

فيه طقم معين كل ما تلبسه
تقابل شخص صدفة
ببيقى نفسك تقوله إيدني فرصة
أشركك عندي غيره والله

إشمعني؟

علشان الناس ميقاش عندها دم

لما تلاقى نفسك مبسوط
أدخل نام
قبل ما حد ينكد عليك

يا خوفي بعد ما نوصل
لمفتاح الفرج
يطلع الفرج ببصمة

عامل إيه مع خطيبتك؟

مبقتش خطيبتي

أحسن برضو دي وحشة
ومش كويسة

بقت مراتي

بس جدعة وبنت ناس أوى

ممكن أتعرف بيكي؟

أنا أميرة بحجابي
وإنت؟

أنا سعيد ببطلوني

