

مجلة هلا كندا

نوفمبر 2021 | العدد الثاني



تعرف على
أفضل المدن
في كندا

\$300 أسبوعياً
دعم من
الحكومة الكندية

قصة
الوردة الحمراء
التي يضعها
الكنديون
على صدورهم

كل ما تحتاج إلى معرفته
حول تطبيق PRESTO

احصل على
وظيفة فوراً
في مناطق
تورنتو الكبرى

التقرير
العقاري
الشهري

منظم حرارة
ذو مجانا
في أونتاريو

الكنديون يحيون يوم الذكرى في نوفمبر



GET IT ON
Google play



Download on the
App Store

تطبيق هلا كندا
التحميل الان



www.HalaCanada.ca

HALA CANADA

SUBSCRIBE TO THIS MAGAZINE

تصدر عن شركة هلا كندا للإعلام والاعلان الالكتروني Hala Canada LTD
شركة مسجلة ومرخصة بموجب الأحكام القوانين الحكومية في كندا ونقابة الصحفيين الكنديين

CONTACT US

لتحقيق أهدافكم الإعلانية تقدم شبكة هلا كندا الإعلامية مجموعة من الخيارات من خلال موقع الأخبار والراديو والقناة وتطبيق الهاتف و المجلة الشهرية بالإضافة الى مواقع ومنصات التواصل الاجتماعي

Hala Canada media Network offers a range of options through the News Site, Radio, Channel, Mobile App, Magazine, and many Social Media Platforms to achieve your advertising goals.

For all advertising opportunities and media kits, please contact us:



email: info@halacanada.ca

Call Us: +1 (647) 504-4302



Located at:

2150 Winston Park E. unit 201, Oakville,
ON L6H5V1 - CANADA

FOLLOW US - WWW.HALACANADA.CA



@ HALACANADA1



العالم الافتراضي هل هو حقيقي؟

الدينية والفكرية! لذلك اعتقد انه لا يمكن تشكيل صورة صحيحة عن الشخص من خلال ما نراه على مواقع التواصل الاجتماعي او العوالم الافتراضية!

وقد يختار البعض مقابلة الناس وجهًا إلى وجه، والاهتمام بالعلاقات التي من شأنها أن تدعمهم خلال الأوقات العصيبة. فقد نجد إنَّ الكثيرين ممن ألقوا عن وسائل التواصل الاجتماعي، استمتعوا بشعور جديد من النشاط والحيوية في حياتهم، وذلك لأنهم وجدوا وقتًا للتواصل مع العالم الواقعي، وهو أمرٌ ضروري لمساعدتنا على الاسترخاء حتى نكون مستعدين للأوقات العصيبة القادمة.

ختاماً، العالم الافتراضي ومواقع التواصل نراها اليوم هي سلاح ذو حدين مثل قيادة السيارة، فإن تم استخدامها بطريقة صحيحة فستكون فائدتها كبيرة وإيجابية، اما ان تم استخدامها بطريقة خاطئة فستكون نتائجها سلبية حتماً.

بعد عشر سنوات من الآن، قد نعود بالزمن إلى الوراء نحو ظهور وسائل التواصل الاجتماعي معتبرين أنها كانت جزءًا من مسيرة النمو البشري، هذا الزمن الذي خلق الانقسامات الاجتماعية، والقلق، والأرق، والتي بدورها سببت الضرر في صحة وسعادة الكثيرين.

وحق ذلك الحين، ربما يكون من الأفضل أن نضع هواتفنا الذكية جانباً، أو على الأقل إطفأها بشكل أكثر، ولو قليلاً....

نسمع كثيراً مصطلح «العالم الافتراضي» الذي أصبح جزء من حياة العديد من الناس خصوصاً مع انتشار الهواتف الذكية وتعرفات الأنترنت التي أصبحت بمتناول الجميع!

وأصبح الناس يعيشون بطريقه حياة موازية لحياتهم الواقعية، ولكن هل فعلاً ما نراه ونقرأه على مواقع التواصل الاجتماعي هو حقيقة وتعكس شخصية الشخص الحقيقية؟

البشر بطبيعتهم مختلفون، حيث تتنوع اللغات والثقافات والسلوكيات والأفكار، وما نراه على هذه المواقع ان هناك اختلاف باهتماماتهم فهم يبيعون ويشتررون ويتناقشون ويغنون ويرقصون ويمارسون الرياضة والشعائر الدينية وكل ما يمكن أن يحدث في العالم الواقعي.

تلك العوالم الافتراضية وحسب احصاءات مواقع كبرى لا تشكل الا جزء بسيط من الحياة اليومية للناس! فقد يقضي الشخص على هذه المواقع يومياً ساعات، ولكن هذا لا يعني انها أصبحت بديلة عن الحياة الواقعية التي تعج وتمتلئ بالمسؤوليات والأعمال! بعض الناس يعتبر هذه العوالم الافتراضية مصدر للتنفيس من خلال نشر الخواطر والمغامرات والرحلات وغيرها، لتعويض النقص الاجتماعي أو العاطفي الذي قد يعاني منه البعض!

فأصبحت الناس تعرف اخبار جزء من اخبار بعضها البعض من خلال ما ترى على مواقع التواصل الاجتماعي ولا ننسى ان هناك العديد من الناس لا ينشر الا ما ندر عن اموره الشخصية او توجهاته

مرحبًا PRESTO



مرحبًا PRESTO!



كل ما تحتاج إلى معرفته حول PRESTO، قبل رحلتك القادمة.

ربما أن بعض الوقت قد انقضى منذ أن بدأت التنقل، ولكن PRESTO جاهزة للترحيب بك! أثناء غيابك، استغلت PRESTO الوقت لإجراء تحديثات وتحسينات على كيفية تحميل الأموال والتحقق من رصيدك أثناء تنقلك وذلك باستخدام تطبيق PRESTO، مما يجعل رحلتك أكثر راحة. فيما يلي بعض ميزات PRESTO التي تم إدخالها، فضلاً عن بعض التذكيرات التي نود أن نذكرك بها إذا كنت قد نسيتها.

تطبيق PRESTO. إنه فوري!

قل مرحبًا للتحميل الفوري وتذاكر السفر من خلال تطبيق PRESTO سهل الاستخدام. قم بتنزيل تطبيق PRESTO من App Store أو Google Play، ثم اضغط على بطاقة PRESTO الموجودة على ظهر هاتفك لتحميل الأموال عليها فورًا. أولاً، هذه الميزة تجعلك تبدو رائعًا، ومن ناحية أخرى، يمكنك الآن شحن البطاقات بأموال في أي وقت وفي أي مكان.

تطبيق PRESTO يتيح لك أيضًا التحقق على الفور من رصيد بطاقتك وسجل معاملاتك. بهذه الطريقة، يمكنك - في الوقت الفعلي - أن تعرف مقدار المال المتبقي لديك في بطاقة PRESTO الخاصة بك وعندما تنتهي عملية التحويل.

ركوب المواصلات بدون دفع نقود مع PRESTO

قل وداعًا للتذاكر الورقية والعملات المعدنية والعملات النقدية عند السفر عبر أي منطقة في تورنتو الكبرى وهاملتون وأوتاوا. ما عليك سوى النقر على بطاقة PRESTO للدفع والسفر عبر نظام نقل مختلف بما في ذلك TTC و UP Express و GO Transit والمزيد. إليك الطريقة: <https://www.prestocard.ca/en/about/using-presto>.

انقر. انطلق!

تعد تحسينات تطبيق PRESTO هذه المحطة الأولى في رحلة إلى خيارات دفع أفضل وأسرع وأكثر ملاءمة للتنقل عبر المنطقة. قل مرحبًا بتطبيق PRESTO المحسّن.

مع انتقال سكان أونتاريو إلى إجراءات إلغاء الإغلاق والروتين الجديد، ترحب PRESTO بالركاب لاكتشاف السهولة والراحة التي نقوم بعرضها على عملائنا. هل تريد معرفة المزيد؟ ما عليك سوى زيارة

www.prestocard.ca/en/about/presto-app

تحميل تطبيق PRESTO اليوم على Google Play أو App Store





igitalgy

شركة
Digitalgy
للخدمات
الإلكترونية

عروض وخصومات خاصة واسعار منافسة وجودة عالية

- تصميم مواقع إلكترونية للشركات والمطاعم
- الترويج الإلكتروني للأعمال و المنتجات على الأنترنت
- تصميم وانتاج الإعلانات المرئية والمسموعة والمطبوعة
- تصميم وطباعة المواد الترويجية للشركات
- انتاج وإخراج الفيديو

تقدم
لكم
خدمات

🌐 www.digitalgy.ca ☎ 6475044302 ✉ info@digitalgy.ca

تعرف على أفضل المدن في كندا من حيث جودة الحياة

هلا كندا - أصدر موقع Numbao تصنيفا حول أفضل المدن الكندية من حيث جودة الحياة.

ويشمل التصنيف العديد من المعايير، على غرار الرعاية الصحية، وتكلفة المعيشة، والأمن وأسعار العقارات مقارنة بالدخل والعديد من العوامل الأخرى.

وفي هذا التصنيف، جاءت مدينة فيكتوريا، بريتش كولومبيا في المرتبة الأولى في القائمة، وحصلت على تصنيف مؤشر جودة الحياة 185.04، كما حصلت على أعلى تصنيف في مؤشر المناخ

بالإضافة إلى مؤشر تكلفة المعيشة.

وفي المرتبة الثانية جاءت كالجاري ومدينة كيبك وأوتاوا وفانكوفر معا بدرجات جودة الحياة في نطاق 170، مع تفوق كالجاري على جميع المدن الأخرى في تكلفة المعيشة.

في المقابل احتلت مدينة هاليفاكس المرتبة السادسة، وجاءت في ميسيساجا في المركز الثامن، في حين تراجعت تورونتو للمركز 11 بمجموع 152.02، وتفوقت عليها كيلونا ومونتريال بالمركز التاسع والعاشر على التوالي.





يمكنكم الطلب من خلال



Uber
Eats

Open 7 days a week
from 11am - 11pm

2892324777
2892326777

SHAWARMA W شاورما

GET
20%
OFF

Coupon: Hala-Canada

Visit Us At:
75 Dundas St W,
Mississauga,
ON L5B 1H7



هل فكرتم يوماً في حقيقة النجاح والدوافع التي تقود إليه؟ - حسين يونس

يشعرون بأنهم أنجزوا مهمتهم ويستريحون، وبالتالي يفقدون دوافعهم اللازمة لجعل الأمور تتحقق على أرض الواقع.

في اعتقادي، أن ما يحتاج إليه الإنسان اليوم هو المرونة في التفكير بدلاً من الإيجابية المطلقة التي لا يقوى عليها لأنها تُخالف فطرته إضافة إلى أنها غير قابلة للتطبيق، لابد أن يصبح قادراً على الاستفادة من السلبية والإيجابية معاً.. تماماً كقطبي البطارية، فحتى تعمل الدائرة الكهربائية تحتاج إلى قطب سلبى وإيجابى، ووقتها فقط تتولد الطاقة ويستطيع الإنسان التقدم وإكمال المسير، فلا ينتقل إلى الإيجابية قبل المرور بنفق السلبية ي يعي بواقعية ما هي حقيقة الأمر الذي ينوي إتمامه.

قد يكون السبب الوحيد وراء اختياراتنا لكل ما تقدّم هو البحث عن الاستقرار، نحاول أن نكون إيجابيين ي نكون مستقرين حتى وإن كانت الإيجابية وهم ليس له وجود، الأمر الذي يؤدي إلى تعاسة البعض عندما يهجرون الأوطان على الرغم من انتقالهم لدول العالم الأول، ماذا لو كنا نحن المشكلة التي أدّت إلى فساد الوطن؟ ما احتمالية تعاستنا في المهجر لأننا حملنا في أنفسنا نفس الأمراض التي أفسدت الوطن؟ تفكير قد يراه البعض سلبياً، لكنه قد يكون الطريق الوحيد للانتقال إلى المرحلة الثانية من الإيجابية، من خلال مرونة التفكير وتقبّل الواقع، لأنّ أي تجاهل ما هو إلّا قبلة موقوتة للفشل.. تم تأخير موعد انفجارها.

الإنسان عبارة عن مجموعة من الأفكار والعادات والتجارب التي إما أن تحمله إلى أعلى الدرجات أو تؤدي به إلى أسفلها. لابد لنا من أن نرى الأمور من منظور المنطق بدلاً من منظور القطيع. ماذا لو تغيّرت نظرتنا للأمور والقرارات التي يجب اتخاذها من منظور (المعنى) بدلاً من منظور (القطيع)؟ والمقصود بالقطيع عوام الناس.

لو راجعنا القرارات التي اتخذناها ونحن واهمين أننا اتخذناها لأننا نؤمن بها، قد نندهش أنها كانت تحت تأثير المجتمعات التي نتواجد فيها والإعلام الذي نشاهده، وليس وفقاً لما نؤمن به. وقد تكون كلها قرارات لحظيّة لا نقوى على مجابعتها بعد فترة



عندما نكون مغمورين بالإيجابية ومحاطين بالإيجابيين.. هل ننجح فعلاً ونحصل على ما نريد؟ أم أنّ الحقيقة عكس ذلك؟ ماذا لو كانت الإيجابية محاولة لتحويل البشر عن حقيقتهم السلبية؟ ماذا لو كان هذا النوع من الحياة يحولنا من أناس أصحّاء طبيعيين إلى مرضى في أنفسنا وأجسادنا؟ ماذا لو كانت الإيجابية التي يُنادي بها المطوّرون ما هي إلّا وهم ليس له وجود؟ ماذا لو كانت عبثاً يُؤرّق مضاجعنا لمثاليات غير قابلة للتطبيق؟ ماذا لو كانت الإيجابية في حقيقة الأمر نوع من الهروب من العالم الحقيقي إلى آخر خيالي؟ قد تكون حالة انفصال عن الواقع وتجاهل لما هو مهم في حياتنا من أحداث لا ينبغي إغفالها.

بالمقابل، ماذا لو كانت السلبية هي المفتاح الحقيقي للنجاح؟ هل فكرتم يوماً أن السلبية قد تكون أعلى درجات الحرص الذي يدفعنا للتعلّم والبحث عن الحقيقة للخروج من أزمت مُتَمَلِّلة وإخفاقات مؤثّدة؟

ألا تلاحظون أنّ الحرص اليوم يؤوّل على أنه سلبية؟ على الرغم من أنّ التجربة تقول أنّ الحريصين أقلّ عُرضة من غيرهم للسقوط في الخُفر لكثرة التفاتهم أثناء المسير، الشيء الذي يُمكنهم من رؤية الشر الذي يقع فيه الهائمون في الإيجابية.

لماذا يجب أن يبتسم الإنسان لمن حوله عندما يكون ينزف من الداخل؟ هل من الحكمة أن يتغاضى الإنسان عن حقه في تلقّي الاعتذار من شخص أساء إليه بحجة الإيجابية؟ وإذا أصرّ على موقفه نعتوه بالسلبى؟ فالأولى أن يُصارع صديقه أو زميله بأن تعلّيقه كان جارحاً بدلاً من التجاهل والكتمان والاحتراق الداخلي، أو أن يُبادر مثلاً بتغيير عمله إذا كان يُمثّل مصدراً لتعاسته. أيضاً، لماذا يجب على المرء أن يبقى في وطنه ما دام لا يرى منه خيراً؟ وإذا هاجر بعيداً قال عنه البعض أنه سلبى؟ بالمقابل، لماذا يجب أن أبقي ذليلاً في المهجر بين أقلية بائسة غير مرغوب فيها؟ ماذا لو وجدت نفسي في فرصة أفضل في الشرق؟ هل هذه سلبية؟

تقول المعالجة النفسية «توري رودريغيز - Tori Rodriguez» في مقالها: المشاعر السلبية ضرورية للحفاظ على الصحة العقلية: (بالرغم من أنّ المشاعر الإيجابية تستحق أن نشجعها، لكن المشكلات تنشأ عندما يميل الناس إلى الإيمان بأنهم يجب أن يكونوا سعداء دائماً) وتضيف (إن المشاعر السيئة لا تقل أهمية عن المشاعر الممتعة، فكلّ منهما يساعد على إعطاء النجاحات والإخفاقات الحياتية معنى وقيمة).

تقول «غبريل أوتينغين - Gabriele Oettingen» أستاذة علم النفس بجامعة نيويورك وصاحبة كتاب (إعادة التفكير في التفكير الإيجابي) أنها اكتشفت عندما بدأت دراسة التفكير الإيجابي أنّ المعتقدون بها يتخيلون ويحلمون بما يريدون تحقيقه ومن ثم

له ارتكاز شرعي من صميم الدين الحنيف.

طرح الأسئلة بهذه الطريقة ليس لتصعيب الحياة، إنما لخلق مساحات جديدة من التفكير، فالأسئلة تجعل العقل يخرج عن نطاقه اللحظي المحدود والذي يعمل أوتوماتيكياً حتى وهو نائم إلى نطاق أكثر اتساعاً وانتهاهاً ويقظة، فإن لم يكن لدينا القدرة على إجابة تلك التساؤلات التي ذكرناها آنفاً، فقد يكون أجدر بنا تصحيح مسارنا بدلاً من الاستمرار في طريق خاطئ. السؤال دائماً يخلق مجالاً للحوار مع الآخرين ومع أنفسنا، بدلاً من الصمت المستمر الذي يقتل التفكير الحر أو الإبداعي، فالأسئلة الكثيرة تجعلنا نتعرض لأجوبة كثيرة ومختلفة وقد تكون متعارضة فيما بينها، وهنا يأتي دور المرونة المنطقية للتوفيق بين كل تلك الإجابات والحصول على أفضلها لذلك المكان والزمان.

عندما نُهاجر إلى أماكن نجهل قوانينها وتحدياتها فكأنما تمت دعوتنا إلى لعبة لا نعلم قواعدها، فالأجوبة التي تأتي متأخرة قد تكون مُرهقة وقد تكلفنا الكثير، وتحمل ألم السؤال عندما يأتي باكراً، أفضل بكثير من تحمل ألم الجواب عندما يأتي مُتأخراً، فلا ينبغي أن يكون صدرنا ضيقاً لكثرة الأسئلة، إنما يجب أن يكون ضيقاً لقلة الأجوبة، وهنا تكمن المرونة لحياة أكثر منطقية.



روايي عن عالم لا نفهمه

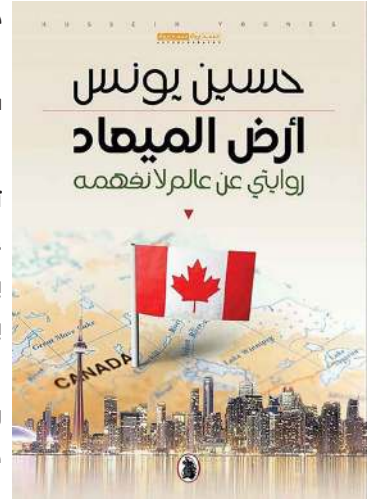
ارض الميعاد

حسين يونس

من الزمن، فلا نجد سوى الإيجابية كُمُبرّر لما اتخذناه من قرارات خاطئة دون وعي.

الذي نقوم به فعلاً، هو تجاهل الأمور التي تحتاج منا جهداً ومجاهة، نتجاهلها إما بحجة الانفتاح والتطور، أو بحجة الالتزام والتدبّر، أو بحجة الإيجابية، وكلها أمور جيدة ويمكن أن تكون مجتمعة إن كانت ذات معنى. نتجاهل بعض الأمور بسبب أنها موروث

تاريخي لا يناسب الحضارة، في الوقت نفسه نتجاهل أخرى لأنها تتعارض مع الدين الحنيف، أضف ما نتجاهله لأننا لا نريد أن نكون سلابين في نظر المجتمع، وفي الحقيقة أنّ هذا التناقض سببه البحث عن الشعور بالرضى، ولا يمكن أن نحصل عليه إذا سرنا عكس التيار، فبمجرد سيرنا مع التيار العام للمجتمع والإعلام الذي يُسوِّق أفكاره، نحصل مباشرة على ذلك الشعور الجميل الذي قد يكون متعارضاً مع مبادئنا التي نؤمن بها، ونبدأ في إقناع أنفسنا أننا نسير في الطريق الصحيح، بل نبحث عمّن يُفني لنا بأن ما نقوم به



خدمات القروض والرهن العقاري:
(سكني وتجاري)

Dr. Doaa Mohsen

Commercial & Residential
Mortgage Agent

Verico Designer Mortgages Inc.
Lic.#10194



Our Services

- Purchase Mortgage
- Mortgage Renewals
- Mortgage Refinance
- Home Quality Loans

"Mortgage Solutions Designed For You"

Speak with us today!
you won't be disappointed

(437) 998 - 2506

f Doaa Mohsen GTA Designer MORTGAGE @DrDoaakmohsen
doagtmortgage@gmail.com Doagtmortgages
9037 Derry Rd, Milton, ON. L9T 7Y9 mortgageweb.ca/Doagtmortgages





كندا تعلن عن ميزة دعم جديدة وتقدم 300 دولار أسبوعيا

واعتبارًا من 24 أكتوبر ، ستوفر ميزة Canada Worker Lockdown Benefit الجديدة 300 دولارًا في الأسبوع للعمال الذين يخضعون لتأثير إغلاق الكورونا بما في ذلك أولئك غير المؤهلين للحصول على تأمين العمل (EI).

في نفس اليوم ، أعلنت فريلاند أيضًا عن تغييرات في عدد من مزايا الوفاء الأخرى للشركات ، بالإضافة إلى تمديد (CRSB) ومزايا (CRCB).

هلا كندا - أعلنت الحكومة الفيدرالية الكندية عن ميزة دعم جديدة بعد نهاية مدفوعات CRB في 24 أكتوبر. وفي حديثها للصحفيين يوم الخميس ، قالت وزيرة المالية ونائبة رئيس الوزراء كريستيا فريلاند إن جميع مزايا الدعم الحكومية مؤقتة ومصممة كذلك. وأكدت أن برامج الدعم الحالية ستنتهي كما هو مخطط لها في 24 أكتوبر 2021 ، وقالت إن البلاد ستنتقل إلى استهداف الفئات الأكثر تضررا.





قواعد جواز سفر اللقاح الفيدرالي تدخل حيز التنفيذ في كندا

ذلك الوقت سيتعين على جميع المسافرين إثبات أنهم قد تم تطعيمهم بالكامل.

وقال وزير النقل الكندي عمر الغيرة في مؤتمر صحفي خارج مطار تورونتو بيرسون الدولي يوم الجمعة «اسمحوا لي أن أكون واضحا للغاية، إذا لم يتم تطعيمك بالكامل بحلول نهاية نوفمبر فلن تتمكن من ركوب طائرة أو قطار في كندا».

سيتم تطبيق القواعد الجديدة على السفر الجوي داخل كندا، وكذلك الرحلات الجوية العابرة للحدود أو الرحلات الدولية المغادرة من المطارات الكندية؛ السفر بالسكك الحديدية، بما في ذلك قطارات VIA Rail و Rocky Mountaineering، والسفر البحري على السفن السياحية التي تستغرق 24 ساعة أو أكثر.

هلا كندا - تدخل قواعد جواز سفر اللقاح الفيدرالي الجديد حيز التنفيذ رسمياً.

ويتعين على جميع الركاب الذين يغادرون من المطارات الكندية، وكذلك أولئك الذين يسافرون مطلقاً عبر الطائرات والقطارات والرحلات البحرية، تقديم دليل على التطعيم الكامل اعتباراً من يوم السبت 30 أكتوبر.

وستنطبق قواعد السفر الفيدرالية الجديدة على الأشخاص الذين تبلغ أعمارهم 12 عامًا فما فوق، وتقول الحكومة إنه ستكون هناك فترة انتقالية قصيرة لأولئك الذين هم في طور التطعيم والتي سيكونون خلالها قادرين على السفر إذا أظهروا اختباراً سلبياً في آخر 72 ساعة. وستنتهي الفترة الانتقالية في 30 نوفمبر، وفي



احصل على تقويم للأسنان

\$149.99
شهرياً

يمكنكم استعادة
ابتسامتك الجميلة مجدداً

استشارة مجانية
تسهيلات بالدفع بفائدة 0%
تطبق الشروط والأحكام

تقويم الأسنان

أكثر من 35 فرع في
عدة مدن بمقاطعة
أونتاريو لخدمتكم



الكنديون أصبحوا أقل دينياً

وجد موقع StatCan أيضًا أن الدين أصبح أقل أهمية بالنسبة لعدد أكبر من الكنديين، حيث كانت النسبة المئوية للأشخاص الذين أفادوا بأن المعتقدات الدينية أو الروحية مهمة إلى حد ما أو مهمة جدًا ٥٤ في المائة في عام ٢٠١٩.

كما أن الأنشطة الدينية الفردية، مثل الصلاة أو التأمل، تراجعت أيضًا، أفاد ٣٠ في المائة فقط من الكنديين بأنهم شاركوا في مثل هذه الأنشطة مرة واحدة على الأقل في الأسبوع، مقارنة بنسبة ٤٦ في المائة في عام ٢٠٠٦، عندما تم جمع البيانات لأول مرة.

كما تحدث التقرير عن الفروق بين الفئات العمرية، وكان الانتماء الديني هو الأعلى بين الكنديين المولودين بين عامي ١٩٤٠ و ١٩٥٩ بنسبة ٨٥ في المائة، مقارنة بنسبة ٣٢ في المائة لمن ولدوا بين عامي ١٩٨٠ و ١٩٩٩.

ضمن الفئة العمرية الأصغر، أفاد ٦٢ في المائة من المولودين خارج كندا بانتمائهم الديني، مقارنة بـ ٣٩ في المائة من الأفراد المولودين في كندا.

هلا كندا - وجد تقرير جديد صادر عن هيئة الإحصاء الكندية أن الكنديين أصبحوا أقل دينياً.

وتُظهر البيانات الصادرة يوم الخميس أنه في عام ٢٠١٩، أفاد ٦٨ في المائة فقط من الكنديين الذين يبلغون من العمر ١٥ عامًا أو أكثر بأن لديهم انتماءً دينيًا.

وتعتبر هذه هي المرة الأولى التي أبلغ فيها أقل من ٧٠ في المائة من الكنديين عن انتمائهم الديني منذ أن بدأت StatCan في تتبع البيانات في عام ١٩٨٥.

وبين عامي ٢٠٠٠ و ٢٠١٧، تراوحت النسبة المئوية للكنديين المنتمين إلى ديانات حول ٧٧ إلى ٨٢ في المائة، قبل أن تنخفض إلى ٧٥ في المائة في ٢٠١٨.

وأفاد ٢٣ في المائة فقط من الكنديين في عام ٢٠١٩ أنهم حضروا أنشطة دينية جماعية، مثل الكنيسة، مرة واحدة على الأقل في الشهر، وبين عامي ٢٠٠٠ و ٢٠٠٩، كان هذا الرقم حوالي ٣٠ في المائة.

الـثمن هو ما تدفعه
الـقيمة هي ما تحصل عليه

لجميع احتياجاتكم العقارية

الوكيل العقاري بسام خضير

عندما تفكر في بيع , شراء
أو الاستثمار في العقارات
وتحتاج إلى نصيحة

اتصل بي

للحصول على استشارة مجانية

☎ 416-666-2-555

✉ bk.realtor@outlook.com

🌐 www.bkrealtor.ca



REAL ESTATE
PROFESSIONALS

RE/MAX CENTRE

☎ 905-456-1-177





Toronto Regional Real Estate Board

Professionals connecting people,
property and communities.

مراقبة السوق

سبتمبر 2021

الوكلاء العقاريون في GTA أطلقوا إحصائيات سبتمبر

تورنتو، أونتاريو، 5 أكتوبر 2021 - شهد شهر سبتمبر الانتقال من سوق الصيف البطيء إلى سوق الخريف الأكثر ازدحامًا في منطقة تورنتو الكبرى (GTA). في كل عام، نشهد عمومًا (أو عامّةً) ارتفاعًا في المبيعات، ومتوسط سعر البيع والقوائم بعد عيد العمال، ولم يكن سبتمبر 2021 مختلفًا. حيث ارتفعت المبيعات مقارنة بشهر أغسطس وسجلت أيضًا ثالث أعلى مستوى على الإطلاق لشهر سبتمبر. وارتفع متوسط سعر البيع على أساس شهري وعلى أساس سنوي.

أعلن (وكلاء GTA العقاريون) عن 9,046 من المبيعات من خلال نظام TRREB's MLS في سبتمبر 2021 - بما يتماشى مع الاتجاه الموسمي المعتاد من شهر أغسطس. مقارنة بالعام الماضي، شددت ظروف السوق بشكل ملحوظ، حيث تمثل المبيعات حصة أعلى بكثير من القوائم، وعدد أقل بكثير من القوائم الجديدة في جميع المجالات. كان انتعاش سوق الشقق السكنية عاملًا في ارتفاع حصة القوائم المباعة. وانخفض إجمالي عدد المبيعات بنسبة 18% عن نتيجة سبتمبر 2020 القياسية، ويرجع ذلك في جزء كبير منه إلى انخفاض عدد الإدراجات الجديدة، التي انخفضت بنسبة 34% عن نفس الفترة من العام الماضي.

«ظل الطلب قويًا بشكل لا يصدق طوال شهر سبتمبر مع العديد من المشترين المؤهلين الذين سيشترون منزلًا مستقبليًا، شريطة أن يتمكنوا من العثور على عقار مناسب. مع انخفاض القوائم الجديدة في سبتمبر بمقدار الثلث مقارنة بالعام الماضي، فإن شراء منزل للكثيرين أسهل من التنفيذ. لقد وصل نقص المعروض من المساكن والاختيار إلى منعطف حرج. لم تكن سياسات اللصقة لقمع الطلب بشكل مصطنع فعالة. هذه ليست قضية يمكن حلها من قبل مستوى حكومي واحد فقط. يجب أن يكون هناك تعاون فيدراليًا وإقليميًا ومحليًا من أجل إيجاد حل»، كيفن كريغر، رئيس TRREB.

ارتفع المؤشر المركب لمؤشر أسعار المنازل MLS® بنسبة 19.1% على أساس سنوي في سبتمبر 2021. وارتفع متوسط سعر البيع لجميع أنواع المنازل مجتمعة بنسبة 18.3% على أساس سنوي ليصل إلى 1136,280 دولارًا أمريكيًا.

«استمر نمو الأسعار في سبتمبر مدفوعًا بقطاعات السوق منخفضة الارتفاع، بما في ذلك المنازل المنفصلة وشبه المنفصلة والمنازل. ومع ذلك، فقد ارتفعت المنافسة بين المشترين على الشقق السكنية بشكل ملحوظ خلال العام الماضي، مما أدى إلى تسارع نمو الأسعار خلال الأشهر القليلة الماضية حيث عاد المشترين لأول مرة إلى سوق الملكية. ابحث عن هذا الاتجاه للاستمرار»، جيسون ميرسر، كبير محللي السوق في TRREB.

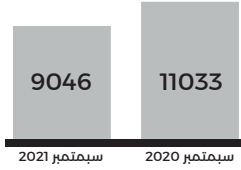
المبيعات ومتوسط السعر حسب نوع المنزل الرئيسي، 1,7 سبتمبر 2021

المبيعات	متوسط السعر		المجموع الكلي	905	416
	905	416			
متصلة	3,013	895	1,526,465	1,451,471	1,778,928
شبه متصلة	499	325	1,114,696	991,073	1,304,504
منزل	1,193	365	909,226	902,853	930,056
شقة	872	1,792	708,521	634,111	744,730

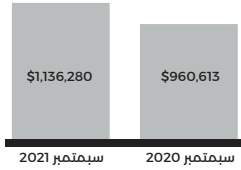
نسبة التغير على مدار العام

متصلة	22.6%	31.1%	29.3%	19.5%	31.4%	28.9%
شبه متصلة	22.8%	30.2%	27.5%	13.9%	25.2%	20.8%
منزل	8.8%	20%	17.6%	7.2%	26.0%	21.5%
شقة	16.0%	7.3%	13.0%	8.5%	18.0%	11.6%

نشاط المبيعات 1,7 TRREB MLS



معدل السعر 1,7 TRREB MLS



ملخص على مدار العام 1,7

المبيعات	2020	2021	التغير (%)
المبيعات	11,033	9,046	18.0%
قوائم جديدة	20,441	13,483	34.0%
قوائم نشطة / مفعلة	18,167	9,191	49.4%
معدل السعر	\$960,613	\$1,136,280	18.3%
DOM (معدل)	16	14	12.5%
PDOM (معدل)	22	19	13.6%

المؤشرات الاقتصادية

Real GDP Growth			
الربع الثاني	2021	▼	-1.2%
Toronto Employment Growth			
أغسطس	2021	▲	9.1%
Toronto Unemployment Rate (SA)			
أغسطس	2021	▼	9.3%
Inflation (Yr./Yr. CPI Growth)			
أغسطس	2021	▲	4.1%
Bank of Canada Overnight Rate			
سبتمبر	2021	—	0.25%
Prime Rate			
سبتمبر	2021	—	2.45%
Mortgage Rates سبتمبر 2021			
1 سنة	—	—	2.79%
3 سنوات	—	—	3.49%
5 سنوات	—	—	4.79%

المصادر والملاحظات

- هيئة الإحصاء الكندية، النمو ربع سنوي
- هيئة الإحصاء الكندية، النمو السنوي لآخر شهر تم الإبلاغ عنه.
- بنك كندا، السعر من آخر إعلان لبنك كندا
- بنك كندا، أسعار آخر شهر منقضي/ منتهي

الوكيل العقاري بسام خضير

Realtor, RE/MAX Real Estate Centre Inc.



REAL ESTATE
PROFESSIONALS

كيف يدير القادة والرؤساء التنفيذيون أوقاتهم ؟ فتحي ابو فرح

أي عضو من المجموعة المدراء التنفيذيين يقلل كثيراً من فعالية الشركة والمنظومة، وأكثر أمر شعر القادة بالأسف تجاهه هو (عدم وضع معايير رفيعة عند اختيار المرؤوسين) واتفق القادة بأن التركيز على الحاضر وعدم تركيزهم على المستقبل هو السبب فالمرؤوسين الذي كانوا باستطاعتهم ادارة الوضع الحالي غالباً كانوا غير الأشخاص الذين بوسعهم مساعدة الشركة للانتقال لمستوى جديد ،

5)أهم 100 مدير: أمضى أفضل القادة وقت أطول مع القادة الداخليين في المنظومة والذين غالباً ما يطلق عليهم (أهم 100 مدير) وتم اعتبار الوقت الذي يمضيه القائد مع هؤلاء ثمين جداً ويبعث القوة والتفاؤل والتحفيز والتمكين والقوة والاستدامة في الشركة ، فيجب أن ينتبه الرئيس من التخلي عن جانبه الانساني حيث إذا كان قريب أكثر أن يعزز موقفه وفهمه لما يدور لي يطور وينمو ويعرف المشاكل ويقف عليها وينفس الوقت يمتن ما يستطيع من فرق العمل لخلق أثر أكبر وأقوى وأنفع للمنظومة وبالتالي يعكس على الأداء والنتائج ،

6)ممارسة الإدارة التكاملية العرضية : وجدت الدراسة أن أنجح الرؤساء كانوا من ملكوا موهبة التكامل العرضي بين المهام ، خصص الرؤساء 21% على الاستراتيجية و 25% على الأداء التشغيلي و 16% على احتياجات الشركة وملائمة الهيكل التنظيمي والتشغيلي ، و 4% على الاستحواذ والباقي على الموظفين والاستثمار فيهم والعلماء. ولاحظت الدراسة تجنّب الرؤساء التنفيذيين انجاز المهام بأنفسهم ولكن جعلوا فريق العمل يتخذ القرارات ويخطئ ويتعلّم وأنجح القادة من استطاع بناء هيكل تنظيمي وعمليات مصممة لمساعدة القادة لاتخاذ قراراتهم وتوفير الدعم ،

7)تطوير الأفراد والعلاقات : وجدت الدراسة بأن الشركات والمنظمات التي نجحت كان الرؤساء ملتزمين شخصياً بتحسين جودة قادة المنظمة وأن يقوموا بأنفسهم بذلك ولا يتركون هذه المهمة للموارد البشرية ، ومجموع ما امضاه القادة أكثر من 92 يوم بالسنة في اختيار وتطوير القادة وبناء العلاقات ، المناصب القيادية هي أمر حيوي في رسم معالم وانجازات الجهة كما أن اختيار الناس الذين يُعيّنون أو يطردون أو يُرقّون يبعث بإشارة عما تُثمنه المنظومة وأيضاً الرئيس التنفيذي فهي ثقافة تبني من خلالها فكر الجهة والشركة وولاءها ونظرة موظفيها ،

8)السماح للوصول إليهم : كانت 76% من أوقات القادة مجدولة مسبقاً إلا أنهم يتركون دوماً وقت للطلبات والمفاجآت وتخصيص وقت للاجتماعات العفوية ومن هذا الوقت أيضاً وقت للاختلاء بالنفس ولو لمدة قليلة يوميه لاستعادة النشاط ،

خلاصة الدراسة في أبعاد القائد والرئيس التنفيذي واستغلال أوقاتهم تكشف حجم التعقيد والصعوبة التي قد لا يتخيلها شخص عادي ولذا يُعتبر القادة الجيّدون مهمين ومطلوبين في كل مكان مهما اختلفت تخصصاتهم لذا في هذه الدراسة شملت أهمية الاستخدام الأمثل للوقت للقادة ،

ويترك نجاح القائد تبعات وأثر كبير جيّد كان أو سيء على المنظومة والموظفين والعلماء والاقتصاد والمجتمعات وصنع الأثر وصنع قادة آخرين ونمو الأوطان والإنسان لذا كان تولّي مهمة القائد صعبة جداً فالأمور الغير متوقعة هي من تصنع قائد عظيم .

دراسة لعميد هارفارد Harvard نيتين نوريا ومايكل بوتر شملت 300 قائد و 60 ألف ساعة لحياتهم العملية والشخصية دراسة عبارة عن دورة مكثفة في القيادة ومرجع قيادي وإداري رائع يجب دراستها وفهمها والعمل بها لكل من أراد النجاح .

يترك القائد تبعات هائلة على الموظّفين والعلماء والوطن والمسار الاقتصادي وحتى على المجتمعات والأثر الذي يتركه ، ويعتبر القائد أو الرئيس التنفيذي منصب صعب لأن حجم هذه الوظيفة يجب أن يستمر في النمو والابتكار والدعم والتطور والمنافسة والتواصل الداخلي والخارجي ،

الوقت هو المورد الأندر المتاح للقادة والكيفية التي يوزعون بها أوقاتهم لها تأثير كبير جداً على النجاح والانتاجية والتميز ، هدف الدراسة هو حل أكبر التحديات التي يواجهها القادة في تدبير أوقاتهم وترتيبها وماهي السمات الشخصية والذهنية للرؤساء التنفيذيين الذي نجحوا بأداء مهامهم.

مهمة الرئيس التنفيذي والقائد هي مهمة شاقة وغاية في التعقيد فالقضايا الداخلية والخارجية والموظفون والزبائن ومجلس الإدارة ووسائل الاعلام والقوانين والأحكام ويجب على الرئيس التنفيذي أن يتعامل معها جميعاً ،

كانت الدراسة تركز على أسئلة لمعرفة الحجم الذي يمضيه الرئيس التنفيذي في العمل مقابل الوقت المخصص للأنشطة الشخصية ؟ كم يقضي من الوقت في التفكير والاستراتيجية والتوجه الأكبر ؟ هل يقضي وقت أكبر داخل الشركة أم خارجها ؟ هل يقضي وقت أكثر مع الزبائن او المستثمرين ؟

1)وظيفة شديدة الاستنزاف: القادة هم دائماً مستعدّون ولكن الدراسة بيّنت أنهم يعملون بمتوسط 10-11 ساعة يومياً و 79% من عطلة نهاية الأسبوع ينجزون أعمال اضافية بمتوسط 3.9 ساعة و 70% من العطلات الرسمية بمعدل 2.4 ساعة نصف عمل القائد حسب الدراسة 47% وينجز في مقر الشركة،

2)إيجاد وقت للرفاهة الشخصية: وجدت الدراسة ان القادة ينامون 7 ساعات في المتوسط ليلية الواحدة للمحافظة على صحتهم وأيضاً يتبعون نظام للتمارين الرياضية المنتظمة يقضون 3 ساعات يومياً مع عائلاتهم وحوالي ساعتين للاسترخاء وممارسة الهواية ،

3)يعملون وجهاً لوجه: تنطوي الوظيفة العليا في أي منظمة وبصورة أساسية على التعامل مع الناس وجهاً لوجه وهذا الأمر شغل 61% من زمن عمل الرؤساء التنفيذيين وكانت الطريقة الأفضل لمعرفة مايدور في المنظمة وتفويض القادة الآخرين وتقديم الدعم والارشاد للعاملين،

4)يعتمدون اعتماد هائل على مرؤوسيه المباشريين: المرؤوسون المباشرون للقائد والرئيس التنفيذي هم أكبر المدراء التنفيذيين في الشركة ويراهن الكثير بأنهم أكثر الناس في المنظمة مهارة وكفاءة ويمنحون الرئيس التنفيذي الفرصة الأعظم لي يستفيد منهم وهو الفريق التنفيذي الذي يمكن للقائد احداث التكامل والانجاز والمهمّات من خلالهم حوالي 46% من وقت القائد الذي أمضاه مع جهات داخلية كان مع 3 أشخاص من مرؤوسيه المباشرين. وجدت الدراسة بأن القادة الواثقين من مرؤوسيهم كانوا يميلون لأمضاء وقت أكبر بحضور مرؤوسيه المباشريين للاجتماعات ويشعرون بالثقة بشكل أعلى بوجودهم ، وجدت الدراسة أن ضعف



International Professional Group
Chartered Professional Accountants

Your Success Is Our Commitment

**نجاحكم
هو التزامنا**

**خدمات مالية وخريبية
للشركات والأفراد
خط العمل وتأسيس الشركات**

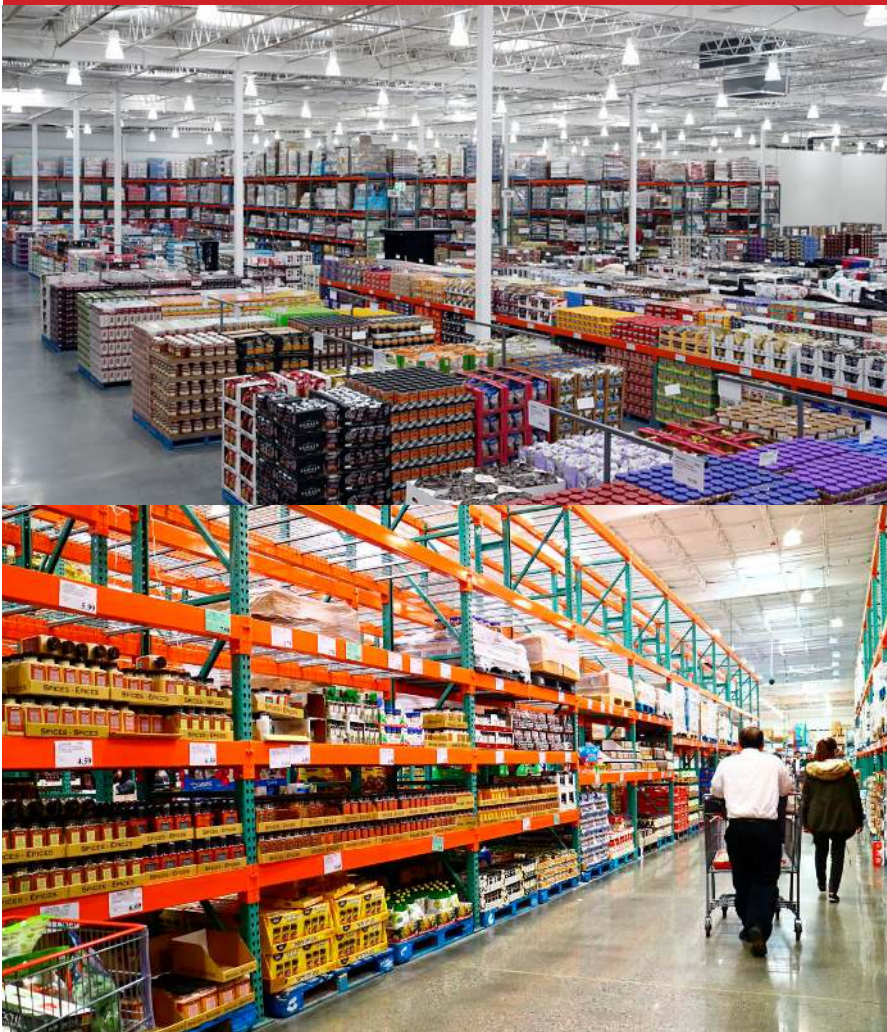
4308 Village Centre Court, Mississauga, ON

www.ipgcpa.ca

+1 647 829 9685



ترتيب أفضل المتاجر في كندا



هلا كندا - كشف تصنيف جديد عن أفضل المتاجر في كندا، وجاءت سلسلة «COSTCO» في الصدارة.

وقام التصنيف الجديد باستطلاع آراء الأشخاص في جميع أنحاء كندا لمعرفة الشركات التي يُنظر إليها على أنها الأفضل في 20 أكتوبر، وكان «COSTCO» في الصدارة متفوقًا على 13 منافسًا آخر.

واحتلت COSTCO المرتبة الأولى في تصنيف عام 2021 لبائعي البقالة وتجار الأغذية بالتجزئة برصيد 66.9، أعلى بكثير من متوسط الدرجة 59.

ويأتي ترتيب باقي المتجر كما يلي

1. Your Independent Grocer

2. Metro

3. Real Canadian Superstore

4. Sobeys

5. Walmart في المركز الأخير بنتيجة 54.4.

ولهذا السبب، يحصل العاملون في COSTCO على أجر ابتدائي قدره 16 دولارًا في الساعة ويمكن لأمناء الصندوق جني أكثر من 60 ألف دولار سنويًا بعد ست سنوات من العمل.



دراسة: تورونتو أفضل مدينة في العالم للنساء العاملات

ووجد التصنيف أيضًا أن تورونتو تتراجع في قسم التنقل ، ويرجع ذلك إلى مشاكل المرور وشبكة مترو الأنفاق القديمة كما برزته المدينة.

ولا تزال النساء في المدينة يشعرن بنقص حاد في التكافؤ بين الجنسين ، حيث إن ثلث الذين شملهم الاستطلاع لا يوافقون على فكرة أنهم يعاملون مثل نظرائهم من الرجال في العمل وفي الحياة اليومية.

وقال ما مجموعه ٣٤ في المائة من سيدات الأعمال في تورونتو اللائي شملهن الاستطلاع إنهن يتعرضن للتحرش الجنسي مرة أو مرتين على الأقل في الشهر ، وبعضهن يتعرضن للتحرش كل يوم.

هلا كندا - صنفت «بلومبرغ بيزنس» مدينة تورونتو كأفضل مدينة في العالم بالنسبة للنساء العاملات.

وفحص التصنيف جودة حياة النساء العاملات في مراكز التجارة المختارة بعناية في جميع أنحاء العالم ، وركز على عوامل مثل السلامة والتنقل والمساواة والثروة والراتب ودعم الأمومة.

وتم استخدام البيانات لمئات من النساء العاملات في كل مدينة لإنشاء التصنيف الدولي ، حيث احتلت تورونتو الصدارة ، متفوقة على مدن شهيرة مثل سيدني وسنغافورة وباريس ولندن.

واحتلت تورونتو المرتبة الأولى من بين ١٥ مدينة تجارية من حيث جودة الحياة للنساء ، حيث حققت أفضل أداء فيما يتعلق بالسلامة العامة والمساواة ودعم الأمومة.



هل تعبت من البحث عن عمل؟؟

نحن يمكننا مساعدتك

موقع

Jobssite.ca

وظائف بدوام كامل في مناطق تورنتو الكبرى GTA

تركيب وتجميع النوافذ

مشغل رافعة شوكية

عمالة عامة

مشغل آلة

عمال نظافة

التعبئة والتغليف

عمال مطاحن وصيانة

عمال شحن/ واستقبال

مشغل خلاط

ميسيساجا

سكاربورو

نورث يورك

4164773344

1325 Derry Rd East
Unit 4, 2nd Flr
Mississauga, ON
L5S 1V6

4168471806

3660 Midland Ave.
Unit 329
Scarborough, ON
M1V 0B8

4165140733

5050 Dufferin St.
Unit 122
Toronto, ON
M3H 5T5

تأثير جائحة كورونا الايجابية و السلبية على العادات الغذائية لدى الشعوب



دينا شكري

أخصائية تغذية علاجية

عضو الرابطة الكندية لممارسي التغذية الطبيعية CANNP

يرتفع بدوره مع ازدياد الضغوط العصبية عند الانسان ، وهو ما يزيد شهية الافراد و ميلهم لاكل الاطعمة المريحة كما ذكرنا سابقاً لكن للأسف يعقب هذا الشعور بالراحة الشعور بالذنب والضييق، وهو ما يزيد الضغط و التوتر عند الكثيرين و يؤدي إلى الوقوع في دوائر مغلقة لا تنتهي، خاصة وقد اصبح الطعام لديهم هو المتعة اليومية و وسيلة السعادة الوحيدة المتاحة أمامهم. لكن من جانب اخر كان هناك بعض التأثيرات الايجابية اهمها و هو مع غلق المطاعم جعل الكثيرين يهتمون اكثر بالطهي في المنازل للاستعاضة عن الاكل في الخارج ويستغرقون وقت اكثر في اعداد الوجبات لملأ الوقت والفراغ والتسلية، وابتكار العديد من الوصفات الصحية والعودة الى وصفات الجدات والامهات والاستمتاع بعملية الطهي و نشر طرق الصنع على وسائل التواصل الاجتماعي لتبادل الوصفات المنزلية مع الصور والعديد من الوصفات الصحية مع ابتكار العديد من الوصفات التي تشجع على استخدام المكونات البسيطة والمتاحة في المنزل نظراً لعدم توفر العديد من السلع والعودة الى الخبز في المنزل الى جانب الاهتمام باكل الخضروات والفواكه والاعذية المعززة لجهاز المناعة والاهتمام باخذ الفيتامينات الحيوية والتي بدورها تعزز من كفاءة جهاز المناعة ايضاً وايضاً الاهتمام بشرب الماء لترطيب الجسم وتفاذي الاصابه بمرض الكرونا بسبب الجفاف الزائد الى جانب زيادة وعي الافراد بطرق تنظيف الخضروات والفاكهه بالطرق الصحيه السليمه لتطهيرها وكيفية تخزينها بالطرق التي تضمن نظافتها وسلامتها في ان واحد.

بالتاكيد انعكست جائحة كورونا على العادات الغذائية لدى الشعوب حيث اثرت بشكل سلبي على بعض الجوانب و بالاييجابية من جوانب اخرى -الجوانب السلبية

حيث اثارت حاله من الفزع و الهلع على تخزين المواد الغذائية خصوصاً السلع مرتفعة السعرات الحرارية و التي يدورها يمكن تخزينها لفترات طويلة مثل (الرز، المكرونه، السنه، الزيت، وغيرها) مما ادي الى تضخم مخزون السلع الغذائية المؤديه الى زيادة الوزن وارتفاع سكر الدم و أيضاً الكوليسترول و بالتالي زياده اللقبال على استخدامها اليومي في المنزل الى جانب ارتفاع نسبة الاكل العصبي عند الكثيرين و هو الاكل دون الشعور بالجوع او الحاجه للطعام نتيجة التوتر والقلق وبعض حالات الاكتئاب وتزايد إقبال المستهلكين على ما يُعرف بالطعام المريح، وهو الطعام الذي يحمل قيمة عاطفية معينه للشخص بصفه خاصة او عند بعض الشعوب و الثقافات بصفة عامة ، وقد يتميز هذا الطعام بارتفاع نسبة الكربوهيدرات والسعرات الحرارية أو بسهولة و سرعة تحضيره والتفسير الفسيولوجي لهذا السلوك هو أن الانسان يميل إلى الرغبة في تناول أطعمة عالية السعرات وغنية بالسكر في اوقات التوتر ، فتلك الأطعمة تمنح جرعات قصيرة المدى لكنها مكثفة من الطاقة، كما تؤدي إلى إفراز هرمون الدوبامين (هرمون السعادة). الذي بدوره يشعر الانسان بالسعادة ، الرضى و الاسترخاء ولكن هذا السلوك من جانب اخر قد يتسبب في زياده الوزن و ارتفاع سكر الدم و نسبة الكوليسترول ايضاً في الجسم والذي



كل ما تريد معرفته حول اثبات التطعيم للسفر في كندا

ويجب إجراء هذا الاختبار في غضون 72 ساعة من تاريخ سفرهم ولن يتم قبول الاختبارات السريعة.

ومع ذلك ، بدءًا من 30 نوفمبر ، لن يتم قبول الاختبارات ، وسيكون من الضروري تقديم دليل التطعيم.

تقول وكالة السفر الكندية إنه ستكون هناك استثناءات محدودة للغاية، مضيفة أنه سيتم توفير المزيد من المعلومات في الأسابيع المقبلة.

في المقابل سيتم إعفاء أولئك الذين يعيشون في المجتمعات النائية من متطلبات سفر اللقاح ، وفقًا لوزير النقل الكندي عمرة الغبرة، والذي أكد أن السكان الذين يغادرون مجتمعاتهم النائية للوصول إلى الخدمات الأساسية لن يحتاجوا إلى التطعيم على متن طائرة.

ما هي اللقاحات المقبولة؟

إذا كنت تبلغ من العمر 12 عامًا أو أكثر ، فسيتعين عليك تقديم دليل على أنك تلقيت جرعتين من أحد اللقاحات المعتمدة ، أو مزيج منها.

حاليًا ، سيُسمح للمسافرين بالصعود إلى الطائرة إذا تلقيت لقاح (Pfizer-BioNTech (Comirnaty أو لقاح Moderna (Spikevax أو لقاح AstraZeneca (Vaxzevria

ومع ذلك ، تحدد القواعد أنه يجب أن تكون قد تلقيت الجرعة الثانية من اللقاح قبل 14 يومًا على الأقل من تاريخ المغادرة.

وسيتم أيضًا السماح لأولئك الذين يمكنهم إثبات أنهم تلقوا جرعة واحدة من لقاح Janssen's Johnson & Johnson بالصعود طالما تلقوا الحقنة قبل 14 يومًا من تاريخ سفرهم.

هلا كندا - اعتبارًا من السبت 30 أكتوبر ، سيتعين على كل المسافرين بالطائرة أو القطارات أو السفن في كندا تقديم اثبات التطعيم بالكامل.

ودخلت القواعد الجديدة أعلنتها الحكومة الفيدرالية في وقت سابق من هذا الشهر حيز التنفيذ رسميًا، وفي ما يلي نظرة شاملة على الإجراءات الجديدة.

ما هي القواعد الجديدة ؟

وفقًا لـ Travel Canada ، سيحتاج أي شخص يبلغ من العمر 12 عامًا أو أكبر الآن إلى تقديم دليل على أنه قد تم تطعيمه بالكامل. وتنطبق القواعد على أي شخص يسافر بالطائرة على الرحلات الداخلية أو العابرة للحدود أو الدولية وعلى ركاب السكك الحديدية في قطارات VIA Rail و Rocky Mountaineer.

وهذا يعني أنه من أجل الصعود على متن الطائرة ، يجب أن يتلقى جميع المسافرين جرعتهم الثانية قبل 14 يومًا على الأقل من تاريخ المغادرة.

وستنطبق القواعد الجديدة أيضًا على المسافرين الذين يتطلعون إلى ركوب السفن السياحية في كندا ، بمجرد استئناف هذه الرحلات.

تقول وكالة Travel Canada إن أي شخص يستقل سفينة سياحية أو سفينة ركاب أخرى حيث تستغرق الرحلة أكثر من 24 ساعة سيحتاج إلى إظهار دليل على التطعيم.

ما هي الفترة الانتقالية ؟

وفقًا لـ Travel Canada ، ستكون هناك «فترة انتقالية قصيرة» تستمر حتى 29 نوفمبر ، حيث سيكون للمسافرين الذين قد يكونون في طور التطعيم خيار إظهار دليل على اختبار سلبي.



أونتاريو تعلن عن منظم حرارة ذي مجاناً لتوفير أسعار الغاز

من أجل التقديم ، يجب أن تستوفي معايير مستوى دخل الأسرة التالية (قبل الضريبة):

شخص واحد = ٣٦٥٧٨ دولار

شخصان = ٥١٧٢٩ دولار

ثلاثة أشخاص = ٦٣٣٥٤ دولارًا

أربعة أشخاص = ٧٣١٥٧ دولارًا

خمسة أشخاص = ٨١,٧٩١ دولارًا

ستة أشخاص = ٨٩,٥٩٨ دولارًا

سبعة أو أكثر = ٩٦٧٧٥ دولارًا

يمكنك معرفة ما إذا كنت مؤهلاً على موقع الويب الخاص بهم، إذا قمت بذلك ، فسيقومون بجدولة بضع زيارات لتقييم منزلك وتركيب المنتجات الموفرة للطاقة ، ولن يأتوا بدون سابق إنذار.

www.enbridgegas.com

هلا كندا - سيكون سكان أونتاريو مؤهلين للحصول على منظم حرارة ذي مجاناً، وهناك بعض الخطوات لتكون مؤهلاً.

واعتباراً من ١ أكتوبر ، زاد مجلس الطاقة في أونتاريو من معدلات الغاز الطبيعي التي يتعين على سكان أونتاريو دفعها، وأثر هذا بالطبع على مقدار ما سيضطرون إلى دفعه لتدفئة منازلهم.

وقال مدير Enbridge Gas «سيشهد العميل السكني النموذجي الذي يشتري الغاز الطبيعي زيادة سنوية في فواتير الغاز الطبيعي تتراوح من ٦ إلى ٨ في المائة ما يعادل ٥٧ دولارًا إلى حوالي ٨١ دولارًا سنوياً اعتماداً على الموقع».

ولكن هناك بعض الطرق التي يمكنك من خلالها توفير المال في موسم الشتاء القادم، مع برنامج Enbridge's Home Winterproofing ، يمكنك تسجيل منظم حرارة ذي مجاني يتم ضبطه تلقائياً حتى لا تهدر الطاقة ، والتدقيق يتسرب الهواء الممتع في منزلك من خلال أي شقوق. وسيكون كل شخص مؤهل للحصول على منظم الحرارة، إذا كان لديه حساب Enbridge Gas باسمه ، وإذا كان منزله مدفأ بفرن أو غلاية غاز طبيعي.

منظم حرارة ذي مجاناً

ADDICTION



تعريف الادمان باشكاله ..

الصيدلاني رامي صافي

او الكحول او القمار او حتى ادمان وسائل الاتصال الاجتماعي. الخ...
فأما ادمان على مادة او على عادة

ثالثا: يجب ان نعي ان التعامل مع حالات الادمان لا يجوز ان يكون
بإنكارها والتستر عليها.. بل بمواجهة اسبابها ومحاولة تفادي
الوقوع فيها من جذورها عبر الحوار الهادف مع جميع الفئات
العمرية خصوصا المراهقين في مجتمعنا المهاجر عبر خلق حوار
صريح مع الاهل

رابعا: الادمان له أربع اعمدة تعطيه صفة الادمان: الرغبة الشديدة
وعدم التحكم والاستخدام الفوري من غير تفكير والاستمرارية.
في المقالة القادمة سنتكلم عن تفاصيل أكثر متعلقة بالإدمان

مما لا شك فيه ان الادمان بأشكاله المختلفة (لتدخين، القمار،
الكحول، المخدرات، السوشال ميديا.. الخ) هو من أكثر المواضيع
التي تثير أعين الكثيرين في مختلف المجتمعات، ومما لا شك فيه
ان تداعيات الكورونا اثرت بشكل سلبي على الصحة العقلية رفعت
من مستويات الادمان في كافة المجتمعات..

أولا: يجب تعريف الادمان على انه مرض عقلي يجعل من المدمن
فريسة سهلة لإدمانه واول طرق العلاج هي عدم الحكم على
اي أحد من يدخلون في هذا المرض لأنه ممكن ان يحصل لأي
شخص بغض النظر عن الخلفيات الاجتماعية والمالية والتعليمية
لمريض الادمان

ثانيا: يجب ان نعي ان الادمان يكون في اشكال مختلفة كالمخدرات



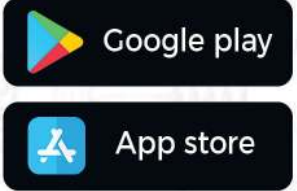
حمل الآن

تطبيق نور كندا

– إذاعة نور كندا للقرآن الكريم –



متاح الان



الإستماع للأذان حسب توقيت منطقتك

سماع البث المباشر لإذاعة القرآن الكريم

سماع أشهر قراء القرآن الكريم

بوصلة لتحديد اتجاه القبلة

والعديد من الميزات المجانية

أوقات الصلاة

هذا العمل صدقة جارية عن روح والدي الإعلامي هيثم حمد رحمهما الله

لمزيد من المعلومات
<https://www.halacanada.ca/>



ما هي هذه الزهرة الحمراء التي توضع على الصدور في كندا؟

«جون ماكراي» من مدينة «جولف» في مقاطعة أونتاريو، وهو مسؤول طبي كندي خلال الحرب العالمية الأولى.

وبدأ هذا التقليد بعد حوالي سنتين من انتهاء الحرب العالمية الأولى وبالتحديد عام 1920 وضعت إحدى العاملات في مطعم نيويورك، زهرة خشخاش في عروة قميصها في ذكرى انتهاء الحرب، وتبعتها بعض النسوة الأخريات. ثم جاءت امرأة فرنسية في زيارة إلى نيويورك ولاحظت استخدام الزهرة كرمز، فعادت إلى فرنسا لتبدأ صنع زهور يدوية وتبيعها للناس وتجمع التبرعات لصالح الأطفال في المدن الفرنسية المتضررة من الحرب.

كما تحولت في كندا هذه الذكرى إلى قصيدة وما يشبه النشيد الوطني وذلك لما تحمله من معانٍ رمزية جميلة عن مشاعر قتلى الحروب الذين لا يريدون أن يطويهم النسيان.

ونحن ندعو الجميع في الجميع في كندا إلى وضع هذه الزهرة، حيث يمكنكم الحصول عليها بسهولة فهي متوفرة في العديد من المتاجر المنتشرة في أنحاء كندا ويمكنكم التبرع بأي مبلغ تريدون في صندوق التبرعات.

هلا كندا - يتسائل العديد عن زهرة الخشخاش الحمراء التي يضعها الملايين من الكنديين على صدورهم والمعروفة بـ «Poppy» في هذا الوقت من السنة والذي يبدأ في آخر جمعة من شهر أكتوبر إلى يوم الذكرى Remembrance Day بتاريخ 11 نوفمبر!

فرغم أنكم غير مجبرين على شراء أو وضع هذه الزهور على صدوركم إلا أن معظم الكنديين لا يتخلفون عن هذا الطقس السنوي والذي يعبر عن تعهد ألا ننسى أبداً أولئك الذين ضحوا بحياتهم من أجل الحرية في كندا.

فزهو الخشخاش الرمزية توضع على الصدور من أجل إظهار التضامن مع المحاربين القدامى وإظهار فخر كندا بهم من خلال ارتداء هذا الرمز والوقوف للحظة للتفكير أن هناك أناس ضحوا بحياتهم من أجل إقامة دولة كندا التي نعيش فيها اليوم.

وعادة ما يتم وضع الوردة إلى جهة اليسار قريبا من القلب، بينما يرى البعض أن جهة اليمين تناسب النساء أكثر. إلا أنه لا يوجد مكان صحيح وآخر خطأ وكل يضعها بالجهة التي يريد.

وكان الشخص الذي قدم لأول مرة هذه الزهرة إلى كندا المقدم



شادي شامي

باحث في الطاقة الحيوية والاستشفاء الذاتي

هل "الطفل الداخلي" وهم أم حقيقة؟

• أن يكون الشخص سريع الانفعال وشديد الحساسية لكل ما يُقال.
• رفض الشخص كل أنواع المساعدة من الآخرين والمواظبة على تكرار «أنا لا أحتاج أحد أبداً».
• إدمان عادات مؤذية للنفس مثل إدمان الكحول أو التسوق المبالغ به أو الطعام الزائد أو العلاقات المؤذية.
• الاكتئاب-تجنب الآخرين-صعوبة النوم-عدم التركيز-القلق المتزايد-عدم الرغبة بفعل أي شيء.
بعض الطرق الفعالة في شفاء الطفل الداخلي:

• تعرّف وأدرك تماماً وحدد وبغض النظر عن نوعية وجودة الحياة التي عشتها بالطفولة ماذا كان ينقصك عندما كنت طفلاً صغيراً.
هل كنت تتمنى المزيد من الحب، أو الانتباه، أو الأمان، أو نوع محدد من الألعاب؟

• تقبل كل المشاعر التي تأتيك وتحس بها ومن دون أن تلوم أي أحد بسبب هذه المشاعر ولا حتى والديك، فقط تقبلها وكن لطيفاً مع نفسك وكن على ثقة أنه بالطرف المقابل لهذه المشاعر يوجد السلام الداخلي والسكينة.

• لا تكرر بمرحلتك العمرية الحالية نفس النماذج والعادات والعلاقات التي كانت تجلب لك الألم بمرحلة الطفولة، حتى لو كانت هذه العادات جزءاً روتيني من حياتك اليومية. توقف عنها واستبدلها بما يُسعدك.

• أعط نفسك الآن كشخص بالغ كل الأشياء التي كانت تنقصك بمرحلة الطفولة وكنت تتمنى امتلاكها. أعط لنفسك الأمان والحب الذي لطالما تمنيت وطور علاقاتك مع الأشخاص الذين يشعروا بقيمتك الحقيقية ويروا أنك مميز ويشعروا بالسرور لأنهم معك.

هل تساءلت في أحد الأيام عن سبب كثرة القرارات الخاطئة التي اتخذتها بحياتك؟ هل تساءلت عن سبب فشل علاقاتك الاجتماعية أو عدم نجاحك بالعمل أو عدم تقدير الآخرين لك وجهودك وتضحياتك وهجرهم لك؟ هل فكرت ولو للحظة أن كل هذه الأشياء ممكن أن يكون سببها صدمات ومواقف وجراح واحتياجات حدثت بالماضي البعيد عندما كنت طفلاً، ولكنها عادت الآن وظهرت بشكل واضح قوي لأنه آن الأوان لشفائها وإلا فإنها ستستمر بالتدمير بشكل أكبر. فنحن جميعاً لدينا أسرارنا الخاصة ومعظمنا عانى بشكل أو بآخر من صدمات بمرحلة الطفولة بغض النظر عن نوع الحياة وجودتها في تلك المرحلة.

فكم من شخص منا أو من معارفنا قد انتقل أكثر أصدقاءه المقربين من الحي بمرحلة الطفولة مما سبب له حالة إحباط أو حزن شديد لدرجة أنه أحس أنه لا طعم للحياة أو للعب بعد ذلك اليوم، وكم من شخص منا أو من معارفنا تعرض بطفولته للاضطهاد والعنف الأسري أو العنف النفسي أو حتى الجسدي كما هي حال الأطفال الذين يعانون من مشاكل طلاق الوالدين أو مشاكل عنف أحد الوالدين أو أي نوع آخر من المشاكل التي تؤثر سلباً. إن الألم الناتج عن هذه المشاكل سيبقى معنا ما حيينا وقد يظهر ويعود مرات أخرى بشكل مفاجئ وبمراحل عمرية متقدمة.

إن الطفل الداخلي هو ذلك الجزء من شخصيتنا الذي يشعر تماماً كطفل صغير وتكون ردود أفعاله كذلك التي يقوم بها طفل صغير. إنه ذلك الجزء الذي يُمثل مظاهر الطفولة بما فيها من ذكريات وأفراح وأحزان واحتياجات لم يتم تلبيتها ورغبات لم يتم تحقيقها. إن التواصل مع طفلنا الداخلي مهم جداً لنحمي أنفسنا من التدمير الذاتي الذي من الممكن أن يسببه لنا ليلفت انتباهنا.

بعض العلامات التي تدل على حاجة الطفل الداخلي للشفاء:

الممالك العربية في كندا

الجزء الأول

ناجح نعيرات



هلا كندا- منذ اللحظة التي قررت فيها القدوم الى كندا مهاجرا مع عائلي، بدأت البحث عن مستقر في هذا البلد المترامي الأطراف، اذهلي جمال كندا واتساعها وبُعد المسافات فيها، أعجبت كما معظمنا بالنظام الدقيق وبسقف الحرية الخيالي مقارنة ببلادنا، وايقنت ان شبه القارة الكندية هذه تحتاج ربما الى الملايين من امثالي لمثلها واعمارها. كان احد عوامل اختيار مكان السكن والعمل هو وجود جالية عربية وإسلامية تساعدني وعائلي على تقبل الحياة الجديدة وتُحد من أثر الغربة المفترضة، وصلت الى اونتاريو والى العنوان العربي فيها (ميساساغا)، بدأت حياة مليئة بالتحديات والتي تغلبت عليها واحدة تلو الأخرى من خلال الكثير من الايمان والأمل وبمطلق الثقة بالله عز وجل، وبشيء من العناد المدروس والذي يرافقي كأنه ظلي في كل مرحلة مفصلية في حياتي.

ولأن أولى مهام المهاجر الجديد هي محاولة التواصل مع المجتمع ليختار دائرته الخاصة والتي تتلائم مع مبادئه وقيمه ومنظومته الفكرية، بدأت البحث عن المؤسسات العربية والإسلامية العاملة في محيطي، زرت العديد من هذه المؤسسات، شاركت بفعالياتها، قرأت عنها ، قابلت بعض قياداتها وأناس متفقيين ومختلفين معها، استمعت لآراء الجميع، وحاولت ان أفهم المنظومة من جذورها حتى لا احكم بناء على فهم خاطيء لواقع لم أختبره الا لفترة قصيرة، ولم اکتف بذلك، بل حاولت فهم تاريخ العديد منها والشخصيات التي مرت عليها والمشاكل التي واجهتها خلال مسيرتها، اعترف اني لم اكن علميا خلال رحلي الاستكشافية ولكن كنت اضع نفسي مكان أبناء الجالية، واحاول الحكم على أي مؤسسة من خلال انطباعي كمستفيد من خدماتها، او كشخص ارتضى ان تمثله هذه المؤسسات امام المجتمع الكندي.

لم يمض وقت طويل حتى بدأت الصورة تتكشف وبدأت أرى العوار بتجرد وبانت حقيقة الأمر او الحقيقة كما ابصرتها عيني ورأها عقلي، فأولى الملاحظات كانت ان هذه المؤسسات ما هي الا ممالك عربية معزولة في قلب كندا، فمنها ما هو قديم يتربع على رأسه مجموعة من الديناميكيات والتي يقال انها تقود الجالية العربية والإسلامية الى برّ لا اعرف ما هو، ولا يعرف أي من افراد الجالية شكله ولا متى يصلون اليه، ومنها ما هو جديد نتج عن

تضافر جهود مجموعة من المغمورين الراضين لوضع الجالية وقيادتها الحالية ولكن سرعان ما تحول هؤلاء ايضا لتبني ذات النهج الذي رفضوه ابتداءً، وكذلك صنف آخر من المؤسسات لأناس اختلفوا على كرسي الرئاسة او الواجهة ظنا منهم ان الكرسي مخلد كما في بلادنا، فوجدوا انفسهم خارج مؤسساتهم لأي سبب كان، فأنشؤوا ممالك خاصة بهم وحاشية وادعوا تمثيل الجالية وصدقوا انفسهم مع وجود مصفقين حولهم، مؤسسات كثيرة العدد عالية الصراخ ولديها الكثير من الهراء، قليلة العمل والإنجازات، ومنظومات مهترئة مترهلة، وفاسدون او مستفيدون ومنافقون يتسكعون في جنباتها أملا بفتات منصب او مال او عشاء او صورة برفقة هذا او ذاك، دكاكين تتنافس فيما بينها على كل شيء باستثناء تمكين الجالية من بناء مجتمع افضل وأقل ظلما لنفسه كالذي تركناه يتناحر في بلادنا.

المتمعن بهذا العدد الهائل المؤسسات والشخصيات والفعاليات، يقع في حيرة من أمره، ويتسائل بفطرته البسيطة «لماذا لا تتضافر كل هذه الجهود المبعثرة لخلق جسم عربي او إسلامي او كليهما معا؟» والجواب لا يحتاج لعالم ذرة ليفكك اركانه، فالعرب فرقههم اتفاق سايكس بيكو قبل مئة عام بخلق حدود سياسية بينهم ما لبثت ان تحولت الى حدود بين القلوب والعقول، فترى انعكاس سايكس بيكو عليهم هنا في اسوأ اشكاله، فلا زالت بعض الجاليات تتعامل بشيء من الاستعلاء والوصاية على الأخرى، ولا زالت المؤسسات تنتهج التنافس السليبي فيما بينها وتتحول الى كتونات تخدم شخصيات محددة. الفرقة العربية بحد ذاتها خلل بنيوي في الهوية العربية القديمة والحديثة، فالعربي قبلي التفكير لا يؤمن بالعمل الجماعي الا اذا خدم قبيلته، ليس لديه مشكلة بتفريق قبيلة اخرى ليشعر انه مهم وليملا ذلك الفراغ الكامن في وجدانه، ولا يرى العربي الفائدة المرجوة من وحدة الكلمة ووحدة الهدف لان الجيل الحالي الذي بقود الجالية لم يجرب سوى الفرقة والتشردم، اما الجيل القادم من المهاجرين فلم يجرب الا الصراع الطائفي وظلم الانظمة العسكرية والدمار والدم والغناء الاخر، ولكم ان تتخيلوا ماذا سيحصل ان لم تتدارك الامر فورا.

ولنكون أكثر تفأؤلا، فان الصورة ليست قاتمة الى ذلك الحد الذي يفقدنا الأمل، بل إن هناك بصيص بوجود صوت بدأ يرتفع رويدا رويدا بين أبناء الجالية، صوت يطالب ان يكون لنا موطيء قدم على الخارطة الكندية بكل مكوناتها. ولا اقصد هنا ان اتكلم صراحة او تلميحا عن اي من المؤسسات العاملة، ولكي وضعت الجميع في قارب واحد لان الطامة عامة ولا تميز بين طيب ندر وجوده وخبيث اشتد عم وطعم. ولنضع اصبعنا على الجرح، لابد من الوقوف على أسباب اضمحلال أثر هذه المؤسسات مجتمعة على أبناء الجالية خصوصا وعلى المجتمع الكندي عموما، وسأخصص المقال القادم لسرد هذه الأسباب مع وضع بعض الحلول لعل وعسى يكون هناك تحرك جاد للحاق بالركب وإعادة بناء ما نهدمه كل يوم وبأيدينا نحن.

**COLDWELL
BANKER**

REALTY IN MOTION,
BROKERAGE

لكافة احتياجاتكم العقارية

بيع شراء استثمار

الوكيل العقاري: أيمن قواسمي

Realtor Aiman Elqawasmi

سنقدم لكم كافة الخدمات التي تحتاجونها

6479701155

المكتب 6474977777

لإعلاناتكم في شبكة هلا كندا الاعلامية

الأولى في كندا



مواقع التواصل
الاجتماعي

400 ألف

متابع



المجلة

100 ألف

متصفح شهرياً



الراديو

400 ألف

مستمع شهرياً



الموقع

4 مليون

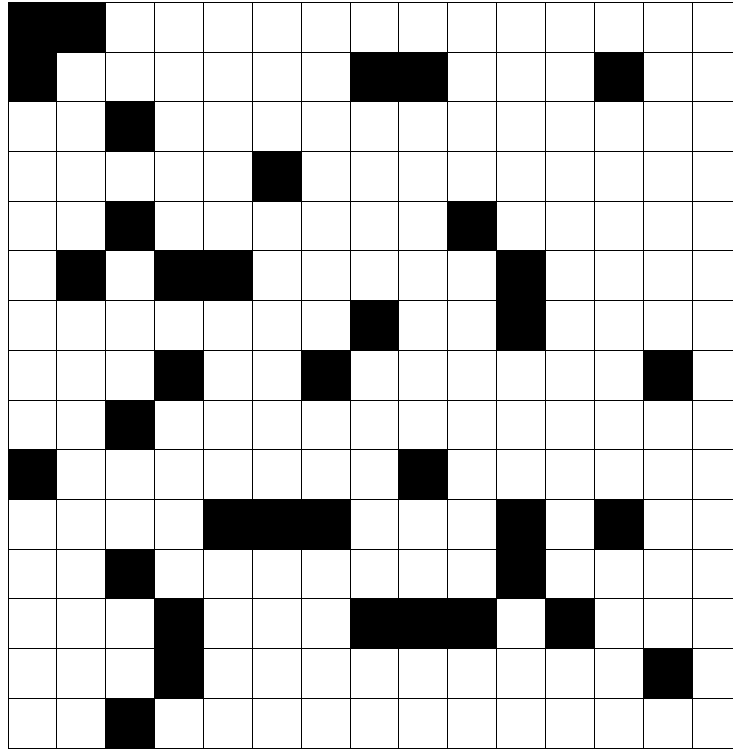
متابع شهرياً

لتصل الى زبائنك بطريقة صحيحة

info@halacanada.ca

647504450

كلمات متقاطعة



كلمات متقاطعة

أفقي

1. مسطح مائي استوائي يعد أحد أفرع المحيط الأطلسي جنوب شرق خليج المكسيك
2. نهر إيطالي، دأش دوسماً شديداً، عاصمة البرتغال
3. كاتب وروائي جزائري من أعماله : مملكة الفراشة، للنهي
4. من أغاني أم كلثوم تأليف الشاعر الباكستاني، مصائب وكوارث
5. علم مؤنث معناه واسعة العينين، غير موجودة ، ضائعة، للتنبية
6. عكس نهاري (م)، دُخل ، غُتة .
7. اختصار اتحاد وكالات الأنباء العربية، حرف نفي ونصب، من أسمائها البندقية والمدينة العائمة
8. ولاية أمريكية (م)، عُجز عن أداء المَرد، صفائح الذنوب
9. من أشهر الأطباء والعلماء المسلمين، صوت لهب النار (م)
10. الجاسوس (م)، محدث وفقهه من أشهر مؤلفاته البداية والنهاية
11. ضمير متصل، طائر صغير من رتبة الدجاجيات، من يمارس الرسم
12. تعب ومشقة، فربق كرة قدم اسباني (م)، خُب
13. ما علا من سطح الماء وتتابع، اسم الفاعل من بى، عكس أول
14. أديب مصري مؤلف النظرات والعبرات، واضح 15. شاعرة عراقية، أمر فظيع

عمودي

1. أول الأئمة الأربعة 2. اسم ديوان شعر من تأليف إيليا أبو ماضي (م)، آلة موسيقية
3. عنصر كيميائي رمزه Se وعدده الذري 34، أباح 4. كتاب من تأليف طه حسين، خاصتك
5. مؤنث أرغن، قَوْض، ارتفع، غلا 6. أمّلس، آتِن، أطول الحيوانات البرية، فعل الأمر من نال
7. دولة تقع عند ملتقى غرب آسيا وشرق أوروبا، قرع الجرس، ثُغر
8. متحف فرنسي (غير مُعرّف)، شبه جزيرة في جنوب شرق آسيا، متشابهان
9. سورة قرآنية اسمها يعني مساكن قوم عاد، إله، استجابوا للنداء
10. جزء من عشرة أجزاء (م)، هادئان ساكنان، ساجل
11. مدينة سورية تمتاز بوجود الكثير من المواقع والأبنية الأثرية، جُرم
12. سماوي يحترق عندما يدخل الغلاف الجوي للأرض، ضعيف، واهن
13. شمعة الاحتراق أو شمعة الإشعال هي جهاز كهربائي يستعمل في محركات الاحتراق الداخلي مثل السيارات ليساعد على اشتعال الوقود، من أسماء المدينة المنورة
14. عملة آسيوية، ينتجة النحل، سورة قرآنية، اشتد حر النهار
15. دائرة من الضوء تحيط بالقمر (م)، من أشهر العلماء المسلمين في الرياضيات من أهم مؤلفاته كتاب الجبر والمقابلة (م)
16. صحراء تقع في تشيلي تعتبر الصحراء الأكثر جفافاً في العالم، عاصمة أوروبية

سودوكو

1			7				9
			1			7	6
7	6	5		2	8		3
		8	4		7	5	2
5	2			1		3	
3				2			8
6			1			4	5
4		7	2		9	8	1
8			4				

كلمة السر

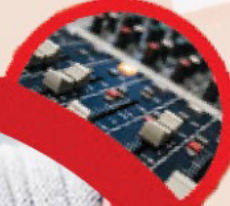
ر	ا	ر	و	م	ي	س	ن	ي
ا	ي	ن	ا	ي	ا	م	و	ر
ي	ن	ج	س	ت	س	ي	م	د
ن	ا	و	ي	ب	س	ي	ج	ن
ب	م	س	ر	و	ب	ل	ل	ي
و	ا	ي	ر	ا	ة	ي	و	ل
ن	ز	ن	ن	و	ك	و	ا	د
ا	و	م	ز	ي	ا	ت	ر	و
ن	ج	ن	ل	ر	ا	د	ن	د

النهر الأغزر في العالم؟

- ينسي - آمور - دجلة
 نيل - دانوب - دون
 راين - لوار - دارلنج
 موراي - تايمز -
 يوكون - يانجسي
 ميسيبي - بو -
 سين - رون - آر

راديو هلا كندا ... كندا هوانا

اخر الأخبار واجمل البرامج واحلى الأغاني



ON
AIR



SCAN ME

“لسماع راديو هلا كندا”

www.HalaCanada.ca/radio

راديو هلا كندا

تطبيق هلا كندا



تصفح موقع هلا كندا الإخباري
ومتابعة آخر الأخبار حال بثها

- سماع الراديو 24 ساعة
- مشاهدة قناة هلا كندا المرئية
- لتعرف حالة الطقس في منطقتك
- التواصل معنا على مدار الساعة
- قراءة مجلة هلا كندا الجديدة
- وغيرها من الميزات

قم بتحميل النسخة الجديدة
تطبيق هلا كندا على هاتفك



FIND US ON

