

مجلة هلا كندا



العدد الخامس عشر | ديسمبر 2022

هيثم حمد يكتب:
شكرا قطرا! موندريال رائع
ورسائل واضحة!

إنجاز جديد لشبكة هلا كندا
الإعلامية واعتمادها من
شركة جوجل العملاقة

وزير المواصلات الكندي
عمر الغبرا يعد بتحسين
خدمات المطارات في كندا

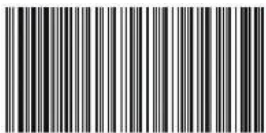
كندا تستهدف استقبال
مليون ونصف مهاجر جديد

توقعات الطقس في كندا
تشير لشتاء بارد وتلوج

انخفاض قيمة المنازل
وارتفاع أسعار الايجارات
في كندا

تعرف على اسباب رفض
الجنسية الكندية

ماذا يعني ان تكون
مواطن كندي؟



www.HalaCanada.ca

Download on the
App Store



GET IT ON
Google Play



تطبيق هلا كندا

Hala Canada App



تصفح موقع هلا كندا الإخباري
وتابع 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

حمل النسخة الجديدة
لتطبيق هلا كندا الإخباري



FOLLOW US ON



@halacanada1



هيثم حمد
رئيس تحرير شبكة هلا كندا الإعلامية



شكرا قطر ، مونديال رائع ورسائل واضحة!

الذي قال لي "سابقاً كنت اسمع عن دولة اسمها قطر ولكنني لم أكن أعرف أين تقع أو لدي معلومات عنها ولكنني بعد بدئ كأس العالم أصبحت أبحث عنها وانني متفاجئ بكثير من المعلومات عنها ، فقلت له: "ماذا وجدت؟" فقال لي: "قطر دولة صغيرة ولكن لديها أفضل شركة طيران في العالم وتعتبر ثالث أكبر اقتصاد في العالم ثالث أكبر احتياطي للغاز الطبيعي في العالم!"

هذا الصديق هو فقط عينة ربما من مئات الالاف الذين بحثوا عن قطر! وفي خضم حديثي معه سألتني: "هل انت من قطر؟" فقلت له: "نعم ولا!" فقال لي: "لم افهم!" فقلت له: "اننا من أصول عربية وكلنا نتشارك تاريخاً واحداً وتحدث لغة واحدة ولنا نفس الأولويات والقضايا ولكن الاستعمار قسمنا الى دويلات لذلك انا عربي وقطري وكل الدول العربية اعتبرها بلادي!"

كم نحن بحاجة الى ان نتوحد كأمة عربية واحدة لا يفرقنا شيء ونفتخر بإنجازات بعضها البعض ونكون كالبنيان المرصوص امام كل العالم وخصوصاً المتربصين بأمتنا!

من جهة أخرى أشادت العديد من وسائل الإعلام الدولية بجاهزية دولة قطر لاستضافة بطولة كأس العالم 2022، حيث وصفت تلك التقارير دولة قطر بأنها أضحت مركزاً رياضياً وسياسياً واقتصادياً في الشرق الأوسط، وحققت نهضة كبيرة في مجال الابتكار الرياضي، مما يؤهلها لاحتضان أهم الشركات العالمية في هذا المجال.

شكراً قطر!

استضافت دولة قطر لبطولة كأس العالم لكرة القدم 2022 من خلال تنظيم هذا المونديال جعلت الكثيرين يفتخرون بعروبيتهم ومبادئهم وتاريخهم بل حتى قضاياهم من خلال التمسك بها حيث تم استغلال هذا الحدث العالمي الذي يتابعه الملايين حول العالم من خلال إرسال رسائل صريحة وواضحة للعالم. الإبداع القطري في حفل افتتاح المونديال تمثل في الرسائل التي حرصت دولة قطر على توجيهها للعالم وأبرز تلك الرسائل هي رسالة السماحة في الإسلام واعتزاز قطر بعروبيتها ودينها والأهم من هذا كله ثبات قطر على تلك المبادئ بالرغم من تعرضها للهجوم والتشكيك بقدرتها على استضافة المونديال.

وكما هو معروف ان أي نجاح من الطبيعي ان يقابل بمحاولات وحملات تحريضية والتي شنتها بعض الجهات ضد تنظيم قطر للمونديال والمحاولات المتتالية للبحث عن أخطاء هنا وهناك وتسليط الضوء عليها بشكل يوحي ان قطر لم تنجح بتنظيم المونديال!

من وجهة نظري الشخصية اقولها وبكل صراحة مبروك لقطر هذا الإنجاز فقط نجحت نجاحاً باهراً في تنظيم هذا المونديال من خلال تهيئة البنية التحتية وبناء الملاعب الضخمة والمكيفة وتهيئة مطار الدوحة لاستقبال مئات الآلاف من الجماهير وهذا بشهادة الجميع فقد ابهرت قطر العالم بهذا التنظيم وحسن الإدارة لهذا التجمع العالمي!

مع انطلاق مونديال كأس العالم التقيت مع أحد أصدقائي الكنديين وتحدثنا عن كأس العالم والدول المشاركة ومن يتوقع الفوز ومن يشجع الى وصلنا الى تنظيم كاس العالم



مجوهرات لورن پارک

LORNE PARK JEWELLERS

Custom Design Jewellers

Since 1978

عراقة في

التصميم

قلادة ماس وزفير



إشباع لا ينتهي

حائزون على جوائز أفضل صانعي المجوهرات

- ✦ خواتم الخطبة
- ✦ تقييم المجوهرات
- ✦ تصليح وصيانة المجوهرات
- ✦ محابس
- ✦ سوليتيرات
- ✦ ماس
- ✦ تصميم مجوهرات
- ✦ زمرد - روبي - زفير
- ✦ تقييم وشراء المجوهرات

www.lorneparkjewellers.ca

905.891.0001

1107 Lorne Park Road, Unit 20 Mississauga, Ontario



مبادرة أخبار Google تختار وتعتمد شبكة هلا كندا الإعلامية

الإعلامية من قبل نقابة الصحافة الكندية الإثنية وجائزة إبطال الكوفيد من بلدية ميسيساجا وجائزة التميز الإعلامي من قبل نقابة الصحفيين الكنديين بالإضافة الى العديد من الجوائز والتكريم من المؤسسات الحكومية و الخاصة.

وكما هو معروف ان شبكة هلا كندا الإعلامية ما زالت ومنذ انطلاقتها في سنة 2015 متربعة على عرش جميع المواقع الكندية باللغة العربية بالمركز الأول، وتحظى بثقة المتابعين والجهات الرسمية والخاصة حيث تجاوزت عدد الزيارات 13 مليون زيارة شهرية بناءً على البيانات والأرقام المعتمدة!

وبهذه المناسبة يسعدنا في شبكة هلا كندا الإعلامية ان نهدي هذا النجاح والتكريم الى جميع فريق العمل ومتابعينا ومحبينا وجميع الداعمين والمعلنين، الذين لولاهم لم نكن لنواصل العمل الدؤوب والتميز ونصل الى هذا الإنجاز والمرتبة المتقدمة، ونعندكم احبتنا بالمزيد من الإنجازات في المستقبل القريب ان شاء الله ...

شكراً لكم ولكم منا جميعاً في فريق عمل شبكة هلا كندا الإعلامية اجمل باقات الشكر والعرفان

تشرفت شبكة هلا كندا الإعلامية بأن تم اختيارها من قبل مبادرة أخبار جوجل GNI، وهي مبادرة من شركة Google العملاقة للتكنولوجيا، حيث تم الإعلان عن اسماء المؤسسات الصحفية ووكالات الأنباء حول العالم.

ونجحت هلا كندا بأن تكون الموقع الإخباري العربي الوحيد الذي تم اختياره في كندا الى جانب 450 موقع أخباري في 52 دولة حول العالم.

الإختيار لم يكن سهلاً حيث تمت المراجعة والنقاش مع خبراء جوجل بدقة عدة مرات وراجعوا سجل الأخبار في مقترح المشروع، وبعد أشهر طويلة وصلنا بفضل الله إلى ان تم اختيار شبكة هلا كندا الإعلامية!

وبهذا الإنجاز الذي نفتخر به والذي يضاف الى السجل الحافل لشبكة هلا كندا الإعلامية التي تلتزم بقوانين النشر والأعراف الصحفية والعمل الدؤوب والمهني محلياً وعالمياً.

يذكر ان شبكة هلا كندا الإعلامية حصلت سابقاً على عدة جوائز وتكريم من قبل المؤسسات الحكومية و النقابات الصحفية والخاصة، حيث حصل على جائزة افضل وسيلة عرقية في كندا من شرطة بيل الإقليمية وجائزة الإبداع



د. شادي شامي

باحث في الطاقة الحيوية و الإستشفاء الذاتي



فائض الاحتمال

كل بندول طاقة لغيره من البندولات المجاورة له تماما وسيأخذ منها طاقة أيضا حيث أن هذه الحركة و هذا النظام و التبادل محكوم بقانون التوازن .

إذا نحن أيضا محكومين بقانون التوازن لأننا إذا اعتبرنا أنفسنا كبندول و بدأنا بالتأرجح وبث الطاقة الزائدة فإن ذلك سيؤدي إلى الخلل في التوازن و إحداث فائض احتمال مما سيؤدي بدوره إلى التأثير سلبا على بقية البندولات من حولنا مما سيسدعي قوى التوازن للتدخل لتعديل الخلل وإعادة التوازن وإنهاء الكمية الزائدة أو فائض الاحتمال.

و هنا يجب أن ننتبه إلى شيء هام جدا وهو أن إحداث فائض الاحتمال أو إحداث الخلل لا يكون فقط بأفعال نقوم بها ولكن يكون أيضا من خلال أفكارنا الزائدة التي ترسل طاقة زائدة مما يتسبب بإحداث فائض الاحتمال حيث تظهر الحاجة للتدخل لإنهاءه. ويحدث هذا الفائض عند تعزيز الأفكار بالأهمية الزائدة و كمثال على ذلك يقول زيلاند أنه إذا كنت تمشي داخل غرفة بشكل مستقيم على بلاط بعرض 25 سم وقطعت المسافة على طول الغرفة 3م فستجد ذلك سهلا جدا ولن يكون لديك أي شك في مدى قدرتك على قطع هذه المسافة .

ولكن إذا أردت أن تقطع نفس المسافة وعلى نفس البلاط ولكن هذه المرة ليس في داخل الغرفة ولكن بين بنائتين على ارتفاع 30 م ففي هذه الحالة سوف تتردد طويلا قبل أن تقطع تلك المسافة وستشك كثيرا في قدرتك على فعل ذلك و ستكون النتيجة أنك غالبا لن تقوم بذلك أو من الممكن أن تسقط أثناء المحاولة أو أن تنجح في قطع تلك المسافة ولكن بصعوبة بالغة وبإحساس شديد بالخوف. إن الفرق الوحيد بين الفعل الأول والثاني هو فقط أفكارك عن هذا الفعل ومقدار الأهمية التي تعطيه لها.

لطالما نسمع دائما مصطلح " فائض احتمال " و لطالما يتم تنبيهنا من قبل المتخصصين بعلوم التنمية الشخصية على عدم خلق فائض احتمال، فمأهو هذا المصطلح المجهول للأكثرية و ذو الأثر الكبير جدا و المباشر في حياتنا و حياة من حولنا؟

فائض الاحتمال يعني ببساطة الكمية الزائدة من الطاقة التي تؤدي إلى فائض الاحتمال مما يستدعي قوى التوازن بالطبيعة للتدخل لإنهاء الكمية الزائدة من الطاقة و تعديل الأمور للحفاظ على التوازن الذي يعتبر حجر الأساس باستمرار الكون.

حيث أن كل شيء في الطبيعة يسعى للتوازن و لا أحد يعلم من أين تأتي قوى التوازن هذه أو لماذا تفعل ذلك أو كيف يتم اختيار طرق إعادة التوازن أو كيف يمكن تفسير هذه القوى و لكن يمكننا القول أن كل القوانين التي اكتشفها العلم حتى هذه اللحظة هي قوانين ثانوية وغاية عملها هو الوصول للقانون الرئيسي الذي يسمى قانون التوازن .

ويعتبر تعاقب الليل و النهار من أوضح الأمثلة على موضوع إعادة التوازن.

وتختفي قوى التوازن و تتوقف عن إنهاء الكمية الزائدة فقط عند الوصول إلى حالة التوازن المطلق. إذا طابقنا هذه الفكرة مع فكرة الذبذبات و أن كل شيء الكون هو عبارة عن طاقة ترسل ذبذبات و طابقناها أيضا مع البندولات التي نعرفها و التي تتحرك إلى اليمين و اليسار بمنظومة

(بداية-ذروة-نهاية) وتصورنا وجود عدد من البندولات تتأرجح بسرعة عالية جدا وعدد آخر يتأرجح بسرعة أقل حيث تتفاعل هذه البندولات مع بعضها وبناء على مآذركنا سيعطي

نشعر لذلك فإن الحل الأمثل هو النية الحقيقية لتخفيض أهمية كل ما يحدث معنا من أحداث. متى ما نجحنا بتخفيض الأهمية أو القيمة والنظر بدون مغالاة لكل ما يحدث سندخل مباشرة بحالة توازن ولن نعطي فرصة للبندولات للتحكم فينا و امتصاص طاقتنا. إذا نحن هنا نتحدث عن الاعتدال و التوازن في التعامل مع الأحداث دون المغالاة بالإنجراف بالتفاصيل.

حيث أنه لا يوجد فرق أبداً في قيمة الأشياء لأنها تكتسب قيمتها بسبب وجهة نظرنا عنها وتقييمنا لها واعطاءها الأهمية وذلك عندما نقول عن شيء ما : هذا جيد و هذا سيء أو هذا جميل و هذا قبيح أو أحب هذا و أكره هذا... الخ. إن التقييم بحد ذاته ليس له أثر على التوازن ولكن السبب الحقيقي الذي يحدث خللاً في التوازن ويسبب الكمية الزائدة أو فائض الاحتمال ويستدعي بالتالي قوى التوازن للتدخل هو الأهمية الزائدة حيث أنك كلما أردت شيئاً بشدة سيزداد خوفك من غيابه عن مسار حياتك و أيضاً كلما رفضت شيئاً بشدة فسيزداد خوفك من ظهوره في مسار حياتك. هذه الشدة في الخوف من غياب ما تريد وظهور ما لا تريد هو الأهمية الزائدة أو ما يسمى التعلق حيث تقوم هذه الأهمية بإحداث خلل في التوازن و التسبب بالكمية الزائدة أو فائض الاحتمال مما يستدعي قوى التوازن لسدّ هذا الخلل وقوى التوازن تعمل في أغلب الأحيان ضد إرادتك.

إن التسبب بالكمية الزائدة أو فائض الاحتمال وإحداث الخلل في التوازن عبر الأهمية الزائدة هو السبب الحقيقي والأهم لكل ما نواجه من مشاكل وهو العائق الحقيقي والأهم أمام تحقيق ما نريد لأنه علينا أن لا نعطي لتقييماتنا أو تقييمات الآخرين أي أهمية. ولا يعني ذلك أن نعيش بحالة لامبالاة ولكن يعني الاعتناء الكامل بأنفسنا و بما نريد دون قلق.

إن الاهتمام الزائد في الحالة الثانية الذي هو الخوف من السقوط ، قد أحدث خللاً في التوازن وخلق الكمية الزائدة أو فائض الاحتمال واستدعي قوى التوازن لإعادة التوازن عبر إنهاء هذه الكمية الزائدة أو فائض الاحتمال المسببة للخلل والذي هو مثالنا هنا عبور هذا الجسر المعلق بين البنايتين على ارتفاع 30 م حيث ستعمل قوى التوازن هنا إما على إبعادك عن هذا الجسر أو إسقاطك عند العبور لأن هدفها الوحيد هو إعادة التوازن عبر إنهاء فائض الاحتمال الذي هو - في هذه الحالة - عبور ذلك العمر وهذا يفسر سبب تردّدك قبل العبور وتمايلك أو سقوطك عند العبور وفي حال وصولك للجهة الأخرى فستكون قوى التوازن هي السبب في وصولك بحالة هلع لأنك في الحقيقة كنت تقاومها أثناء عبورك.

أما بالنسبة للأشخاص المتدربين على هكذا أفعال فسيعبروا العمر المعلق بكل سهولة تماماً كما لو أنهم يمشون على الأرض وذلك وببساطة لأنه لم يسبب أي خلل أو فائض احتمال يستدعي قوى التوازن للتدخل.

و لذلك يدعونا زيلاند إلى التخفيض من أهمية كل الأمور التي تحدث معنا لأن جميع العواطف و ردات الفعل الغير المتوازنة مثل التهيج وعدم الرضا و الإستياء و القلق و الإثارة و الإكتئاب و اليأس و الخوف و الشفقة و التعلق و الشهوة و الحنان و المثالية و العبودية و البهجة و خيبة الأمل و الكبرياء والإحتقار و النفور و الحقد هي نتائج لسبب واحد و هو الإغلاء من أهمية الأشياء التي تحدث معنا وهذا كله من صنع البندولات التي تربطك بهذه الخيوط وتريد امتصاص طاقتك.

طبعاً لا يعني التخفيض من الأهمية أن نحارب عواطفنا و نحاول الضغط عليها ولكنه يعني أن نستوعب أن رفع الأهمية لا يجلب لنا سوى المشاكل التي نقوم نحن بصناعتها من خلال إغلاء أهمية ما يحدث و المبالغة بذلك من دون أن

لإعلاناتكم في شبكة هلا كندا الإعلامية

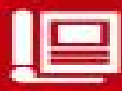
الأولى في كندا



مواقع التواصل
الإجتماعي

400 ألف

متابع شهرياً



المجلة

100 ألف

متابع شهرياً



الراديو

400 ألف

متابع شهرياً



الموقع

4 مليون

متابع شهرياً

لتصل إلى زبائنك بطريقة صحيحة

أفضل 5 استراتيجيات للتخطيط الضريبي لنهاية العام لعملك التجاري (الجزء 1)



فتحي أبو فرح
محاسب قانوني

في حين أن الجزء الخاضع للتسامح كان سيتم تضمينه في الدخل الخاضع للضريبة في السنة التي تم فيها استلام القرض ، إذا لم يتم سداد القرض بحلول الموعد النهائي الممدد ، مما يعني عدم استيفاء شروط الإعفاء من جزء من القرض ، يجب أن تعلم أن الخصم الضريبي سيكون متاحاً في ذلك الوقت.

عمليات تدقيق دائرة الضريبة

هناك دائماً احتمال أن يتم تدقيق مطالباتك من قبل وكالة الإيرادات الكندية (CRA). منذ أواخر عام 2021 ، كانت CRA تعمل بنشاط على تدقيق مطالبات دعم الأجور. تأكد من الاحتفاظ بالمستندات الداعمة لمطالباتك وإتاحتها بسهولة في حالة طلبها من قبل CRA.

2. خطط لتوقيت شراء وبيع الأصول القابلة للاستهلاك الإنفاق الفوري للاستثمارات المؤهلة

قد تنفق على الفور الشركات الخاصة التي تسيطر عليها كنديين (CCPCs) ، والشركات غير المسجلة التي يمارسها مباشرة الأفراد المقيمون الكنديون (بخلاف الصناديق الاستثمارية) ، وبعض الشركات المؤهلة ما يصل إلى 1.5 مليون دولار من الممتلكات المؤهلة في كل عام بدءاً من عام 2021 لـ CCPCs ومن عام 2022 لدافعي الضرائب المؤهلين الآخرين.

يجب مشاركة حد 1.5 مليون دولار بين أعضاء مجموعة مرتبطة من الأشخاص المؤهلين أو الشركات. تشمل الممتلكات المؤهلة بشكل عام جميع الممتلكات الرأسمالية القابلة للاستهلاك ، بخلاف الاستثمارات طويلة الأجل مثل المباني وبعض الهياكل ، والأصول غير الملموسة غير المحدودة للحياة بما في ذلك الشهرة.

إذا كنت تخطط لشراء أصول قابلة للاستهلاك لاستخدامها في عملك التجاري في المستقبل القريب ، ففكر في القيام بذلك قبل نهاية السنة المالية لتعظيم الاستفادة من الحد السنوي البالغ 1.5 مليون دولار ، حيث لا يتوفر ترحيل هذا المبلغ للسنوات اللاحقة. طالما تم الحصول على الأصول المؤهلة واستخدامها قبل نهاية السنة المالية ، يمكنك المطالبة بالاستهلاك (CCA) لتقليل دخل عملك التجاري في هذه السنة المالية. ضع في اعتبارك أنه يجب الحصول على ملكية الأصل وإتاحته للاستخدام في السنة المالية الحالية من أجل المطالبة بالاستهلاك هذا العام.

إذا حصلت على عقار مؤهل يزيد عن حد 1.5 مليون دولار ، فيمكنك اختيار حساب الممتلكات المؤهلة على الفور في الفئات ذات أقل معدل CCA.

للحصول على أقصى استفادة من استراتيجيات التخطيط الضريبي ، يجب أن تبدأ قبل نهاية العام بوقت طويل. سيضع هذا عملك التجاري في وضع أفضل بكثير لإدارة تكاليف ضريبة الدخل لعام 2022 وحتى السنوات اللاحقة. فيما يلي خمس استراتيجيات رئيسية يجب مراعاتها عند إجراء التخطيط الضريبي لنهاية العام لعملك التجاري في عام 2022.

1. فهم الآثار الضريبية لبرامج الإعانة الحكومية من COVID-19 إعانات الأجور والإيجارات

في حين أن العديد من برامج الإعانة الحكومية من الأوبئة قد انتهت ، فإن المساعدة التي يتم تلقيها في إطار برامج ، مثل برنامج التوظيف الكندي للتعافي ، وبرنامج استعادة السياحة والضيافة ، وبرنامج استعادة الأعمال الأكثر تضرراً ، تخضع للضريبة كدخل وتعتبر مستلمة في اليوم الأخير من الفترة المؤهلة التي تتعلق بها.

إذا كان هذا ينطبق على عملك في عام 2022 ، فيجب أن تفكر في تأثيرها على التدفق النقدي لعملك أثناء استعادتك لسداد مدفوعات الضرائب النهائية.

الائتمان الضريبي لتحسين جودة الهواء للشركات الصغيرة الائتمان الضريبي المؤقت الجديد لتحسين جودة الهواء هو ائتمان قابل للاسترداد بنسبة 25٪ من النفقات المؤهلة ، بحد أقصى 10,000 دولار لكل موقع و 50,000 دولار لجميع المواقع ، تم إجراؤه بين 1 سبتمبر 2021 و 31 ديسمبر 2022. قد تتم المطالبة بالائتمان من قبل شركة خاصة تسيطر عليها كنديين (CCPC) برأس مال خاضع للضريبة يعمل في كندا على أساس مجموعة مرتبطة بقيمة 15 مليون دولار أو أقل ، أو فرد (بخلاف الثقة) ، أو شراكة.

إذا كان عملك يفكر في الاستثمار في تهوية أفضل وتنقية الهواء ، فضع في اعتبارك أن هذا الائتمان متاح فقط حتى نهاية العام. وإذا استفدت من هذا الائتمان ، فإن المبلغ المستلم يعتبر مساعدة حكومية ويتم تضمينه بشكل عام في الدخل في السنة الضريبية التي يتم استلامها فيها (أي ، في هذه الحالة ، السنة الضريبية التي تتم فيها المطالبة بالائتمان).

قروض سيبا

عندما يتم استلام قرض حساب الأعمال في حالات الطوارئ الكندي (CEBA) ، فمن المحتمل أنك تدرك أن الحكومة مددت الموعد النهائي لسداد الإعفاء من القرض من 31 ديسمبر 2022 إلى 31 ديسمبر 2023.



International Professional Group
Chartered Professional Accountants

Your Success Is Our Commitment



نجاحكم
هو التزامنا

خدمات مالية وفريقية
للشركات والأفراد
خطط العمل وتأسيس الشركات



4230 Sherwoodtowne Blvd, Mississauga, ON L4Z 2G6

www.ipgcpa.ca

+1 647 829 9685



بنك كندا يحذر: "سيكون شتاء صعبا والركود سيؤثر على الأغلبية"

من جهته، يقول جيم ستانفورد ، الخبير الاقتصادي والمدير في مركز العمل المستقبلي ، إن البنك المركزي دفع أسعار الفائدة إلى أعلى مما ينبغي وبسرعة كبيرة.

وقال إن البنوك المركزية في جميع أنحاء العالم تدرس الوضع الحالي للتضخم ، وافترض أن السبب والحل هما نفس أزمة التضخم الأخيرة في السبعينيات والثمانينيات.

وصرح ستانفورد: "أعتقد أن المسؤولين في بنك كندا والحكومة والأوساط الأكاديمية مهووسون بشكل مفرط بما حدث في السبعينيات، إنه مثل كابوس".

في السبعينيات ، كانت الأجور الحقيقية ترتفع مع ارتفاع الأسعار، هذه المرة ، انخفضت الأجور الحقيقية، وفي السبعينيات ، كانت أرباح الشركات تتراجع، ولكن في الوقت الحالي ، ارتفعت أرباح الشركات إلى مستويات قياسية.

وقال ستانفورد: "لذا فإن هذا هو عكس ما اختبرناه في السبعينيات، واستخراج وصفة عمرها 50 عاماً وتطبيقها مرة أخرى على الوضع الحالي هو أمر غير مناسب تماماً".

ويقول إن على البنك المركزي أن يوقف زياداته الحثيثة في أسعار الفائدة ويرى ما إذا كان التضخم يحتاج حقاً إلى المزيد من الدفع.

حذر بنك كندا من أن الركود الاقتصادي الذي ستشهده البلاد هذا الشتاء سيؤثر كثيراً على الكنديين خاصة ذوي الدخل المنخفض.

ورفع بنك كندا أسعار الفائدة ست مرات منذ مارس 2022، حيث قفزت المعدلات من 0.25 في المائة إلى 3.75 في المائة، من المتوقع رفع الفائدة للمرة السابعة قبل نهاية العام.

وقال محافظ بنك كندا تيف ماكليم : "نعتقد أننا ما زلنا بحاجة إلى رفع أسعار الفائدة قليلاً، إلى أي مدى؟... سنرى".

وأدت المعدلات المتزايدة للتضخم إلى تباطؤ الاقتصاد، ولهذا فإن الكنديين الذين يكافحون بالفعل لمواكبة ارتفاع تكاليف المعيشة يواجهون الآن تكاليف اقتراس أعلى.

وقال ماكليم: "نعتقد في الواقع أن النمو سيقترّب من الصفر في الأرباع القليلة القادمة ، حتى منتصف العام المقبل".

وتابع : "معدل البطالة سيرتفع، نحن لا نتحدث عن معدلات البطالة المرتفعة التي شهدناها في فترات الركود السابقة ، لكنها سترتفع".



وزير النقل عمر الغبرا: "سنعمل على توفير تجربة مناسبة للمسافرين في موسم العطلات"

وصرح الغبرا: "عيد الميلاد هو أحد أكثر أوقات السنة ازدحاماً، ولهذا أتوقع أن يكون هناك تعديلات وتحسينات ، لكن ما أريد التأكد من عدم حدوثه مرة أخرى هو هذه التأخيرات غير المقبولة التي رأيناها في الصيف الماضي ، من الإلغاء ، والإحباط وفقدان الأمتعة".

وتابع : "سنفعل كل ما في وسعنا في الحكومة لمواصلة التشجيع والضغط ، والعمل مع شركائنا في الصناعة للتأكد من استعدادهم ، وأنها نفعل كل شيء بشكل صحيح وفقاً للحجم المتوقع".

وأضاف: "يجب أن يعلم الجميع أن هناك تركيزاً شديداً من قبل الجميع على أن القطاع جاهز للعمل بشكل أفضل بعيد الميلاد ، وأريد أن يشعر الناس بالثقة".

أكد وزير النقل عمر الغبرا، أنه يعمل رفقة المسؤولين لضمان عدم تكرار إلغاء الرحلات ومشاكل الأمتعة المفقودة في مطارات كندا خلال فترة العطلات.

وشهدت مطارات كندا طيلة الصيف طوابير طويلة وإلغاء الرحلات الجوية للمسافرين الكنديين ، مع تقارير عن فقدان أمتعة ونقص في الاتصالات من شركات الطيران.

وتم تصنيف مطار تورونتو بيرسون الدولي أيضاً بأنه أسوأ مطار في العالم بسبب تأخر الرحلات الجوية في يوليو.

لكن الغبرا قال أنه كان يعمل مع الرؤساء التنفيذيين لشركات الطيران الكبرى والمطارات وهيئة أمن النقل الجوي الكندية، لضمان موسم سفر بدون مشاكل.





ماذا يعني أن تكون مواطن كندي؟

و بعد الحصول على الجنسية ستتمكن من التصويت في أي انتخابات في كندا، والمشاركة كعضو فاعل في المجتمع، كأنك مولود في كندا منذ أبد التاريخ، لكن يشترط قانون التصويت، أن لا يكون الشخص غائب خارج الأراضي الكندية فترة تزيد عن 5 سنوات.

بعد الحصول على الجنسية الكندية، لا يكون بمقدور الشخص التصويت في الانتخابات الكندية فقط، بل يمكنه أيضاً الترشح في الانتخابات الكندية سواء على المستوى الفيدرالي، أو على مستوى الانتخابات المحلية، ويعد هذا الأمر من أهم مميزات الجواز الكندي.

إذا كان بمقدورك بعد الهجرة الى كندا، العمل في القطاع الخاص، يمكنك بعد الحصول على الجنسية، العمل في الدوائر الفيدرالية الحكومية في كندا، رغم أن هناك وظائف حكومية يمكن العمل فيها بعد الحصول على الإقامة الدائمة في كندا، إلا أن هناك وظائف لا يمكن العمل فيها قبل الحصول على الجواز الكندي.

بعد الحصول على الجنسية، يمكن البقاء خارج كندا، دون خوف من انتهاء مدة الإقامة، والعودة إلى كندا في أي وقت.

يمكنك الاحتفاظ بجنسية بلدك الأم، ولا تتخلى عنها، إذ يسمح قانون الهجرة والجنسية الكندي بإزدواج الجنسية، ولا يجبر القانون أحداً للتخلي عن جنسيته، وهذه الميزة تعد من أفضل مميزات الحصول على الجنسية الكندية .

ان تكون حاملاً للجنسية الكندية يعني ان لك حقوق وعليك واجبات. و بمجرد حصولك على الجنسية الكندية سوف تتمتع بالعديد من المزايا والتي يضمنها ميثاق كندا للحقوق والحريات، وحتى يشعر أي شخص بـ مميزات الجواز الكندي، عليه أن يسعى للحصول على الجنسية الكندية.

ان تكون مواطن كندي ستتمتع بكامل حقوق المواطن الكندي، والعيش في مجتمع منفتح عالمياً بشكل كبير، والتمتع بكافة مميزات الحياة في كندا.

وأبرز ميزات الحصول على الجنسية الكندية هي قوة الجواز الكندي، اذا يمكن لحامل الجواز الكندي السفر لـ 172 دولة بدون تأشيرة، أو الحصول على التأشيرة عند الوصول، حيث يأتي جواز سفر كندا في المرتبة السادسة ضمن ترتيب اقوى جوازات العالم.

و للحصول على الجنسية الكندية يجب ان تكون مقيم دائماً في كندا.

و من الجدير بالذكر ان من يحصل على الجنسية الكندية، يحصل أطفاله على الجنسية بشكل مباشرة بمجرد الولادة، حتى وإن تمت ولادتهم خارج الأراضي الكندية، وهذا الأمر من مميزات التجنيس بالولادة في كندا

و بعد الحصول على الجواز الكندي، لا تكون فترة اقامة الشخص خارج كندا مشروطة المدة، ويمكن بعد الحصول على الجنسية، الإقامة خارج كندا والعودة بحرية كاملة، والشئ الذي قد يؤدي إلى فقدان الجنسية الكندية، هو الإقامة لسنوات طويلة جداً خارج كندا، دون العودة لكندا.



لماذا تستهدف كندا استقبال 1.5 مليون مهاجر جديد بحلول 2025؟

وعملها، يشكل المهاجرون مجمل النمو في القوى العاملة في البلاد حاليا، وبحلول عام 2032، من المتوقع أن يشكلوا مجمل النمو السكاني في البلاد أيضا، وفقا لبيانات حكومية كندية.

وفي وقت سابق من هذا الشهر، أعلنت الحكومة أنها خلال السنوات الثلاث القادمة ومع حلول عام 2025، تأمل في أن تجلب سنويا 500 ألف مهاجر جديد، أي بزيادة حوالي 25 في المئة عن عدد المهاجرين الوافدين إلى البلاد عام 2021.

الجانب الآخر الذي يجعل كندا فريدة في العالم الغربي في مقارنتها لموضوع الهجرة هو تركيزها على الهجرة الاقتصادية، إذ أن نحو نصف المقيمين الدائمين في كندا يحصلون على الإقامة بسبب مهاراتهم، وليس بسبب قوانين لم الشمل.

وبحلول عام 2025، تأمل الحكومة في أن تصل هذه النسبة إلى 60 في المئة.

ولا تقبل كندا أعدادا من المهاجرين وفق الشروط الاقتصادية أكثر من الدول الكبرى الأخرى فحسب، بل تعد أيضا واحدة من أفضل الدول بما يتعلق بإعادة توطين اللاجئين، وقد استقبلت 20428 لاجئا في عام 2021 وحده.

ولكن في حين حددت البلاد أهدافا طموحة للمستقبل، فقد أظهر الواقع أنها لا تحقق توقعاتها دائما.

وفي عام 2021، كان هدف كندا هو إعادة توطين حوالي 59000 لاجئ، أي ما يقرب من ثلاثة أضعاف ما استقبلته البلاد فعليا.

من جهته، قال وزير الهجرة شون فريزر إن الفجوة بين الرقمين ترجع إلى حد كبير إلى إغلاق الحدود بسبب تفشي وباء كورونا سواء في كندا أو في دول كثيرة حول العالم.

وتأمل كندا أن تتمكن بحلول عام 2023 من المساعدة في إعادة توطين 76000 لاجئ.

تعمل الحكومة الكندية بشكل كبير على الهجرة لسد الفجوة في اقتصاد البلاد، والتي خلفها خروج المنتمين إلى ما يسمى بفترة "طفرة المواليد"، من القوى العاملة في البلاد بسبب التقدم في السن.

والمقصود بالمنتمين إلى "طفرة المواليد" هم الأشخاص الذين ولدوا ما بين عامي 1946 و1964، وهي الفترة التي شهدت زيادة ملحوظة ومؤقتة في عدد المواليد في الدول التي تأثرت بالحرب العالمية الثانية.

وفي وقت سابق من هذا الشهر، أعلنت الحكومة الفيدرالية عن خطة لاستقبال 500 ألف مهاجر سنويا خلال السنوات الثلاث حتى عام 2025، وهذا يعني أن 1.5 مليون مهاجر جديد تقريبا من المفترض أن يصلوا إلى البلاد خلال السنوات الثلاث المقبلة.

وبموجب هذه الخطة، فإن معدل الذين سترحب بهم كندا سنويا من المهاجرين، بالنسبة لعدد سكانها، سيكون نحو ثمانية أضعاف المعدل السنوي للحاصلين على الإقامة الدائمة في المملكة المتحدة، وأربعة أضعاف هذا المعدل في جارتها الجنوبية، الولايات المتحدة.

لكن استطلاعا للرأي أجري مؤخرا في كندا يُظهر أن هناك قلقا بشأن استقبال هذه الأعداد الكبيرة من الوافدين الجدد.

وحاولت الحكومة الكندية لسنوات عديدة جذب المقيمين الدائمين، أي المهاجرين المقيمين الذين لديهم الحق في البقاء في البلاد إلى أجل غير مسمى من دون أن يكونوا مواطنين، للحفاظ على حركة النمو السكاني وعجلة الاقتصاد. وخلال العام الماضي وحده، استقبلت البلاد 405 آلاف مقيم دائم، وهو أكبر عدد في تاريخها بأكمله.

ويعود جزء من الأسباب التي تقف وراء هذا الموقف الكندي إلى عملية حسابية بسيطة. فعلى غرار العديد من الدول الغربية، لدى كندا شيخوخة سكانية مع ارتفاع نسبة كبار السن وانخفاض معدل المواليد الجدد. وهذا يعني أن الدولة إذا كانت تسعى إلى النمو بدلا من الانكماش، فعليها أن تستقبل مزيدا من المهاجرين.



المواصلات العامة أصبحت مجانية لكبار السن في مونتريال

وتشير الأرقام أن كبار السن في مونتريال يدفعون ما يقدر بـ 324 دولارًا على المواصلات العامة سنويًا، وهو ما يوفر لهم المزيد من المال.

من المتوقع أن تتضمن ميزانية المدينة لعام 2023 هذا الإجراء الجديد عند إصداره في 29 نوفمبر، حيث سيكون 40 مليون دولار سنويًا لتوفير النقل العام المجاني لكبار السن الذين يبلغون من العمر 65 عامًا أو أكثر، ولكن من المتوقع ألا تزيد تكلفة النقل العام عن 24 مليون دولار.

كما تعهد بلانت بخفض تكلفة النقل العام إلى النصف للأشخاص الذين تتراوح أعمارهم بين 12 و 17 عامًا.

أعلنت عمدة مونتريال فاليري بلانت في تغريدة يوم الأربعاء إن وسائل النقل العام في مونتريال ستكون مجانية لكبار السن.

واعتبارًا من يوليو 2023 ، ستكون وسائل النقل العام مجانية لمن تزيد أعمارهم عن 65 عامًا في مونتريال، وهو إجراء سيسمح لكبار السن بالمشاركة الكاملة في المجتمع وفي التحول البيئي.

وكانت هذه الخطوة جزء من خطة بلانت خلال حملتها الانتخابية لعام 2021.

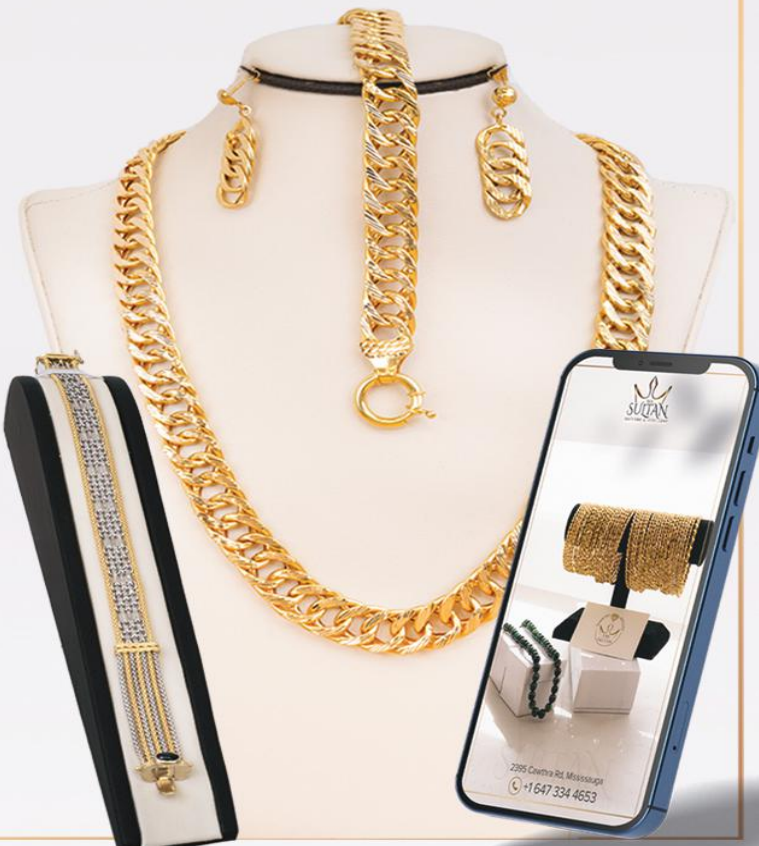


- GOLD SETS
- DIAMONDS
- BRACELETS
- RINGS


2395 Cawthra Rd, Mississauga


+1 647 334 4653


thesultanjewellery





عودة قطار العطلات الكندي الترفيهي لأول مرة منذ عامين

سيصل القطار في تمام الساعة 8:15 مساءً ، ولكن يمكن لسكان تورونتو أن يقضوا وقتاً في حفلة موسيقية مدتها 30 دقيقة بدءاً من الساعة 8:30 مساءً، مع الموسيقيين Tenille Townes و Aysanabee.

طبعاً العرض مجاني ، لكن CP تشجع الحضور على جلب بعض المال أو المواد الغذائية غير القابلة للتلف للتبرع بها إذا أمكنهم ذلك.

في العقدين الماضيين ، كان قطار العطلات قد جمع أكثر من 21 مليون دولار وجمع خمسة ملايين رطل من الطعام لبنوك الطعام المجتمعية في جميع أنحاء القارة.

سيعود قطار العطلات الكندي CP Holiday Train هذا الأسبوع في تورونتو بعد انقطاع لمدة عامين بسبب الكورونا.

ويشمل CP Holiday Train على قطارين مزينين بالألوان والأضواء يسافران عبر كندا والولايات المتحدة ، ومع عروض ترفيهية مميزة وجمع التبرعات والطعام للبنوك المحلية على طول شبكة السكك الحديدية.

يوم الثلاثاء ، سيتوقف القطار في موقف CP Yard Office في Runnymede Rd 750 ، جنوب شارع St. Clair Avenue West مباشرة.





خبراء الطقس يتوقعون شتاء كندا هذا العام تقلبات وعواصف وبرودة شديدة

ويقول كبير خبراء الأرصاد الجوية ، كريس سكوت ، إن شهري يناير وفبراير سيكونان أكثر برودة مقارنة بالعام الماضي.

ويقول سكوت إن الثلوج الغزيرة في جبال الألب ستهدئ بريتيش كولومبيا لموسم تزلج ممتاز ، بينما يتوقع أن تكون البراري أبرد جزء في البلاد هذا الشتاء.

من المتوقع حاليًا أن تشهد كندا الأطلسية درجات حرارة أعلى من درجات العادية في الأجزاء الجنوبية والشرقية من المنطقة ودرجات حرارة قريبة من المعتاد في أماكن أخرى.

من المتوقع أن يشهد شمال كندا درجات حرارة أكثر برودة من المعتاد في الأجزاء الجنوبية من نونافوت والأقاليم الشمالية الغربية ويوكون.

يتوقع خبراء الطقس في كندا بداية سريعة للشتاء مع موجة البرد والثلوج وانخفاض درجات الحرارة في جميع أنحاء البلاد.

تقول الشبكة إن الطقس الأكثر برودة والثلج سببه ظاهرة "النينيا" وهو نمط طقس يتميز بدرجات حرارة المحيط الباردة في المحيط الهادئ الاستوائي.

ورغم ذلك من المتوقع أن تكون درجات الحرارة في جنوب أونتاريو قريبة من المعدل الطبيعي لمعظم الموسم.

وتشير التوقعات أن العديد من أنظمة الطقس ستجلب مزيدًا فوضويًا من الثلج والجليد وربما المطر في بعض الأحيان.

digitalgy

شركة
digitalgy
للخدمات
الإلكترونية

عروض و خصومات خاصة و أسعار منافسة و جودة عالية

- ◆ تصميم مواقع إلكترونية للشركات و المطاعم
- ◆ الترويج الإلكتروني للأعمال و المنتجات على الأنترنت
- ◆ تصميم و إنتاج الإعلانات المرئية و المسموعة و المطبوعة
- ◆ تصميم و طباعة المواد الترويجية للشركات
- ◆ إنتاج و إخراج الفيديو

تقدم
لكم
خدمات



دراسة طبية: "الشاي يؤدي إلى صحة أفضل للنساء المسنات"

أظهرت دراسة أسترالية أن استهلاك الشاي لدى النساء المسنات له آثار إيجابية.

وشملت الدراسة 800 امرأة مسنة بمتوسط 80 عاماً، ووجدت أن مركبات الفلافونويد - وهي مادة طبيعية موجودة في المشروبات مثل الشاي الأسود والأخضر، يمكن أن تؤدي إلى فوائد صحية كبيرة للنساء.

ولم يكن لدى المشاركات علامات أو مخاطر صحية مختلفة ، وذلك بفضل الكمية الثابتة من الفلافونويد في نظامهم الغذائي.

حددت الدراسة ، التي أجراها باحثون مع معهد أبحاث التغذية والابتكار الصحي ECU ، أن مجموعة من النساء المسنات اللواتي ليس لديهن تاريخ من مضاعفات القلب والأوعية الدموية استفدن إلى حد كبير من وجود مركبات الفلافونويد في نظامهن الغذائي اليومي.

وفقاً لبيان صحفي ، كان المشاركون في الدراسة الذين تناولوا كمية أعلى من إجمالي مركبات الفلافونويد أقل عرضة بنسبة تصل إلى 39 في المائة لتكلس الشرايين.

وقال بن بارمينتر ، أحد الباحثين في الدراسة ، إن العديد من المصادر الغذائية تحتوي على مركبات الفلافونويد بكميات كبيرة ، إذا كان الشاي لا يرضيك.

نظرت الدراسة ، التي نُشرت في مجلة تصلب الشرايين والتخثر وبيولوجيا الأوعية الدموية ، إلى النساء اللائي تتراوح أعمارهن بين 78 و 82 عاماً باستخدام استبيانات تردد الطعام وتم تعديلها وفقاً للتركيبة السكانية وأنماط الحياة والنظام الغذائي.

ولهذا، إذا كنت مواطناً كندياً أو مقيماً دائماً وتعاني من مرض أو تعرضت لإصابة، ستحصل على تغطية EI لمدة 26 أسبوعاً.

وكشفت الوزيرة أيضاً: "تُدفع مزايا المرض EI بنسبة 55% من متوسط الدخل الأسبوعي القابل للتأمين لمقدم الطلب ، بحد أقصى قدره 638 دولاراً لعام 2022".

وتأتي هذه الخطوة بعد ما يقرب من عام من عودة الكنديين إلى العمل بعد تباطؤ الوباء.

كما سترتفع المدة القصوى للإجازة الطبية غير مدفوعة الأجر المتاحة لموظفي القطاع الخاص الخاضعين للتنظيم الفيدرالي من 17 أسبوعاً إلى 27 أسبوعاً، وسيبدأ هذا التحديث أيضاً في 18 ديسمبر.

وسيحتاج المطالبون بمزايا المرض EI إلى إظهار ما يلي:

لا يستطيعون العمل لأسباب طبية
انخفضت مداخيلهم الأسبوعية المنتظمة من العمل بأكثر من 40% لمدة أسبوع واحد على الأقل.

تمديد فترة تغطية العطلة المرضية في كندا

أعلنت وزيرة التوظيف وتنمية القوى العاملة كارلا كالترو أن مدفوعات العطلة المرضية الخاصة بـ EI سيتم تمديدتها من 15 أسبوعاً إلى 26 أسبوعاً.

وقالت أن هذا التغيير دائم وسيصبح ساري المفعول في 18 ديسمبر.

وكتبت كالترو في تغريدة على تويتر: "نحن نمدد إعانات المرض EI من 15 إلى 26 أسبوعاً لمنح العمال الوقت والمرونة التي يحتاجون إليها للتعافي والعودة إلى العمل، من خلال هذه الإجراءات ، نتأكد من أن العمال في جميع أنحاء كندا يتلقون الدعم بأفضل طريقة ممكنة."



الصيدلاني رامي صافي



اكتئاب ثنائي القطب Bipolar depression

الكثير في مواضيع كثيرة وتسارع الافكار واتخاذ قرارات متسرة وغير امانة على سبيل المثال وضع المال في استثمارات غير امانة .
و هنالك الشعور بالاكتئاب الشديد في الجهة الاخرى من الدورة المرضية وتتمثل باكتئاب وحزن شديد لدرجة التفكير والانتحار .والشعور بعثية الحياة و عدم الرضا عن النفس وعدمية النفس .
مرض الاكتئاب ثنائي القطب صعب التشخيص وفي معظم الاحيان اعراضه تظهر في وقت مبكر من الشباب .
علاجه يجب ان يتضمن الادوية مدى الحياة و الدعم العائلي والنفسي .

هو نوع من الاكتئاب يتصف بتوجه سلوك المريض الى قطبين مختلفين من السلوك بدورات مختلفة.
فاحيانا يشعر المريض بشعور غامر من الحزن والاكتئاب والعزلة واحيانا يشعر بالنشوة والتوجه نحو تحقيق اشياء كثيرة في وقت قصير جدا .
هذه التقلبات المزاجية تؤدي للكثير من المشاكل الصحية والارهاق الجسدي والنفسي ومشاكل النوم.
تحصل التقلبات بشكل دوري خلال العام وتؤثر على اداء المريض في كل نواحي الحياة بشكل سلبي.
الاعراض تتكون من تناوب بين الشعور الهاير (النشط بشكل غير طبيعي) من شعور بالطاقة المفرطة ،شعور مبالغ فيه بالصحة والنشاط والنشوة ، عدم النوم . الكلام

لإعلانا تكم في شبكة هلا كندا الإعلامية

الأولى في كندا



مواقع التواصل
الإجتماعي

400 ألف

متابع شهريا



المجلة

100 ألف

متابع شهريا



الراديو

400 ألف

متابع شهريا



الموقع

4 مليون

متابع شهريا

لتصل إلى زبائنك بطريقة صحيحة



دينا شكري

أخصائية تغذية علاجية

عضو الرابطة الكندية لممارسي التغذية
الطبيعية CANNP



الكبريت العضوي

يؤدي الى تآكل في العضلات مما يؤدي الى الاحساس بالألم و الشد العضلي مما يساعد في حدوث ارتخاء في العضلات و يزيد من سرعة التشافي و زوال الألم و ترميم العظام و العضلات

هل تتوافر مادة الكبريت العضوي أو ال **MSM** في الغذاء ؟

نعم يتوافر الكبريت العضوي في كثير من الاطعمه مثل الخضر و الفاكهة و لحوم و حليب الابقار و في الدواجن و البصل و الثوم ولكن مع الأسف بنسب ضئيلة جداً و سرعان ما يتلاشى مع الطهي لذلك يفضل تناوله على شكل مكمل غذائي تحت اشراف الطبيب او أخصائي التغذية وذلك لانه

قد يحدث بعض الاثار الجانبية لدى بعض مثل :

الصداع - الدوخة - الغثيان - الاسهال

وذلك اذا ما كان الشخص يعاني من حساسية ضد الكبريت او ضد حساسية السلفا (**Sulfa allergy**) أو (**Sulfonamide**) لذلك يجب ان يكون تعاطي هذا المكمل الغذائي تحت اشراف الطبيب او اخصائي التغذية

ماهي الجرعة الموصى بها ؟

أما عن الجرعة الموصى بها لل **MSM** فهو 1200 ملجم في اليوم لمدة 12 أسبوع كحد أدنى ، و ذلك حسبما اشارت الدراسات التي أجريت على بعض الأشخاص حتى يشعر الشخص بالفائدة و زوال الألم الناتج عن التهاب المفاصل و تآكل الغضاريف عن طريق تقليل التهابات المفاصل و ترميمها.

اذا كنت تعاني من الأم المفاصل ؟ إذا يجب ان تعرف المزيد عن ال **MSM** ال **Methyl Sulfonyl Methane** أو الكبريت العضوي

يعتبر الكبريت العضوي هو ثالث معدن بعد الكالسيوم و الفسفور من حيث الانتشار في جسم الانسان ، فهو متواجد في كل خليه و نقصه يؤدي الى موت الخلايا ، فهو يمثل 1% من وزن جسم الإنسان ، و يحتاج الإنسان للكبريت العضوي للحصول على أنسجة ضامة و رابطة صحية و قوية ، حيث يحتاج الجسم للكبريت العضوي لعمل المفاصل و الانزيمات و لموازنة الهرمونات و تقوية جهاز المناعة.

و رغم ان التجارب و الابحاث اثبتت فاعليته الرائعة في التقليل بشكل كبير جداً ، سريع و ملحوظ من آلام المفاصل و التهاباتها و إمكانية زيادة مناعه الجسم. الا انه مع الاسف الشديد لم يحظى بالاهتمام الكافي في الأبحاث العلمية و علوم التغذية كمكمل غذائي مهم جداً لصحة العظام و المفاصل و رفع المناعة و تقليل الالتهابات و ترميم الانسجة من التآكل الناتج عنها

على عكس العلاجات الطبية القديمة في جميع أنحاء العالم فقد استخدمت الكبريت بشكل واسع في علاج آلام المفاصل و الالتهابات الروماتيزمية و مشاكل العظام والأمراض الجلدية. وهو ضروري أيضاً لمرضى السرطان لترميم الخلايا و تقليل الالتهابات و زيادة المناعة

ويعتبر ال **MSM** مهم أيضاً للرياضيين الذين يمارسون الرياضة بشكل يومي حيث أن ممارسة الرياضة يومياً لساعات طويلة قد

وفي سبتمبر الماضي، بدأ العديد الأشخاص في فانكوفر الحصول على فطائر البيتزا عبر الروبوتات الصغيرة التي كانت تقطع الشوارع لتصل إلى عتبة أبوابهم.

وسافرت الروبوتات الصغيرة التي تشبه المبرد الصغير على 4 عجلات بأضواء تشبه العيون عبر أرصفة المدينة، وتوجهت نحو العملاء الذي قاموا بفتحها والحصول على طلباتهم عن طريق رموز QR.

ويعتبر برنامج Serve Robotics هو جزء بسيط من عملية استحواذ Postmates من شركة Uber لعام 2020 لتوصيل الطعام والتي خصصت عدد كبير من الروبوتات في إطار خفض الانبعاثات والاعتماد على الطاقة النظيفة.

وتم حظر روبوتات التوصيل من بعض المدن الكبرى مثل تورنتو ، والتي جادلت بأنها تشكل خطراً على الأشخاص الذين يعانون من ضعف في الحركة أو الرؤية ، وكذلك كبار السن والأطفال.

هناك أيضاً مخاوف من أن الروبوتات المستقلة أو تلك التي يديرها موظفون في الخارج سوف تحرم سائقي التوصيل من الوظائف.

روبوتات التوصيل تواصل التحديات في التوسع بكندا



بدأت بعض المدن في كندا تجربة روبوتات توصيل الطعام في الأشهر الماضية، ولكن ظهر واضحاً أن هناك العديد من التحديات حتى تصبح هذه الميزة متاحة في كل أنحاء البلاد.



+1 (888) 929 - 2987



أكثر من 35 فرع في
عدة مدن بمقاطعة
أونتاريو لخدمتكم



ارتفاع كبير في متوسط أسعار الإيجار بكندا ، وهذه هي أغلى المناطق

استناداً إلى المنازل المعروضة على Rentals.ca ، سيطلب من مستأجري وحدات الاستوديو توقيع عقود إيجار بمعدلات أعلى بنسبة 6.3 في المائة من متوسط العام الماضي ، أو 22 دولاراً أكثر في الشهر.

عندما يتعلق الأمر بمتوسط الإيجار حسب المقاطعة ، كان لدى بريتيش كولومبيا أعلى إيجار عند 2682 دولاراً شهرياً في سبتمبر 2022 ، بزيادة سنوية قدرها 31 في المائة.

وكانت نوا سكوتشيا ثاني أعلى متوسط إيجار ، حيث بلغ 2453 دولاراً ، بزيادة قدرها 643 دولاراً عن نفس الفترة من العام الماضي.

وأصبح متوسط معدل الإيجار في المقاطعة الآن أعلى مما هو عليه في أونتاريو ، حيث يبلغ المتوسط 2451 دولاراً ، وذلك بفضل زيادة بنسبة 36 في المائة على أساس سنوي.

شهدت نيوفاوندلاند أيضاً زيادة كبيرة مقارنة بالعام الماضي ، بنسبة 29.7 في المائة ، من 932 دولاراً شهرياً في سبتمبر 2021 إلى 1.209 دولاراً هذا العام.

تتوفر معلومات عن أجزاء أخرى من كندا على مدونة Rentals.ca. لا يحتوي الموقع على بيانات لجميع المقاطعات والأقاليم.

وارتفع متوسط الإيجار في فانكوفر بمتوسط 3225 دولاراً شهرياً ، وهو ثالث أعلى تضخم سنوي في الإيجار في كندا ، بزيادة قدرها 29.3 في المائة سنوياً.

كشف تقرير جديد عن ارتفاع معدل الإيجار في جميع أنحاء كندا بنسبة 15.4 في المائة عن هذا الوقت من العام الماضي.

وحسب تقرير Rentals.ca ، بلغ متوسط الإيجار الشهري لجميع أنواع العقارات في كندا 2043 دولاراً شهرياً في سبتمبر.

وهذا يعني أن هناك زيادة بنسبة 4.3 في المائة على أساس شهري ، وزيادة بنسبة 21.9 في المائة عن أدنى مستوى للسوق تم تحديده مؤخراً في أبريل من عام 2021 ، ومقارنة بذروة الخريف خريف عام 2019 ، أصبح متوسط الإيجار الآن أعلى بمقدار 100 دولار شهرياً.

وكانت سعر إيجار منزل الأسرة الواحدة 3014 دولاراً شهرياً في سبتمبر ، بزيادة 12.1 في المائة عن العام الماضي في نفس الوقت.

وجد التقرير أن هناك زيادة قدرها 171 دولاراً (7.7 في المائة) في أسعار الإيجار للشقق السكنية ، وزيادة قدرها خمسة سنتات للقدم المربع ، في كندا ، في المتوسط.

وشهدت شقق الإيجار التقليدية أيضاً زيادة سنوية بنسبة 11.8 في المائة ، ويدفع مستأجرو هذه الوحدات الآن 2.46 دولار على أساس القدم المربع.

كما ارتفعت معدلات الإيجار للمنازل والشقق الموجودة في الطابق السفلي هذا العام مقارنة بالعام الماضي ، واستناداً إلى موقع Rentals.ca ، يطلب أصحاب العقارات 200 دولاراً إضافياً شهرياً لوحدات الطابق السفلي ، وحوالي 450 دولاراً إضافياً شهرياً للمنازل.

كشف تقرير جديد من بنك RBC أن بعض المدن في أونتاريو شهدت انخفاضا كبيرا في قيمة المنازل خلال الأشهر الماضي.

وقال الخبير الاقتصادي في البنك، روبرت هوغ أن مؤشر أسعار المنازل في كندا انخفض للشهر الثامن على التوالي في أكتوبر، بنسبة 1.2 بالمائة عن سبتمبر و10 بالمائة منذ ذروة فبراير.

قال هوغ إن تراجع قيمة العقارات كان محسوساً في جميع أنحاء البلاد ، لكن حجم الانخفاضات اختلف من مقاطعة إلى أخرى.

وفي أونتاريو من فبراير إلى أكتوبر، انخفضت قيمة العقارات بنسبة 22% في كامبريدج ، و 18% في لندن وبراننفورد.

في كيتشنر - واترلو ، وكوارثا ليكس ، وهاملتون-بيرلينجتون ، انخفض مؤشر قيمة العقارات بنسبة 17% منذ ذروة الربيع، بينما شهدت تورنتو انخفاضا بنسبة 11 % فقط.

على أساس سنوي ، انخفضت عمليات إعادة بيع المنازل في تورونتو بنسبة 49.3% في أكتوبر ، بينما انخفضت المنازل المعروضة بنسبة 11.5%.

انخفاض قيمة المنازل بنسبة كبيرة في هذه المدن بأونتاريو



MuslimDo.. Your Muslim Community App

DO EVENT
MANAGEMENT



DOWNLOAD
Now

DO PRAYER
TIME

DO TASBIH

DO LIVE
TV

MuslimDo
Do More

حوالي مليون وظيفة شاغرة في كندا وهذه هي الأرقام والتفاصيل

ذلك الأطباء والممرضات والأطباء والجراحين ، وما إلى ذلك). وشهد قطاع الفنادق والمطاعم 152,400 وظيفة شاغرة في سبتمبر ، بزيادة قدرها 12% عن أغسطس.

في المقابل، شهدت المتاجر زيادة طفيفة في الوظائف الشاغرة ، مع 117300 وظيفة شاغرة في سبتمبر.

ورغم ذلك، ارتفع معدل التوظيف على المستوى الوطني بنسبة 0.5% في سبتمبر ، مع تحقيق أكبر المكاسب في كيبك وكولومبيا البريطانية وألبرتا.

القطاعات التي شهدت أكبر زيادة في التوظيف هي: الرعاية الصحية والمساعدة الاجتماعية (+ 20.700 موظف). خدمات الفنادق والطعام (+ 8400 موظف). المتاجر (+8200 موظف)

ارتفعت نسبة الوظائف الشاغرة في جميع القطاعات بكندا إلى 3.8% في سبتمبر ، لتصل إلى 994.800 وظيفة شاغرة داخل كندا.

ويأتي ذلك رغم إضافة 400 ألف وظيفة جديدة في ساسكاتشوان وأونتاريو خلال هذا الشهر.

وارتفع معدل الوظائف الشاغرة إلى 5.7% ، مما يشير إلى استمرار نقص في الموظفين.

وشهدت الرعاية الصحية والمساعدة الاجتماعية 159500 وظيفة شاغرة في سبتمبر ، ارتفاعاً من رقم قياسي في عدد الوظائف الشاغرة في أغسطس.

على أساس سنوي ، شهد القطاع زيادة بنسبة 25 ٪ في الوظائف الشاغرة ، ويرجع ذلك على الأرجح إلى استمرار الطلب المتزايد على العمال في هذا القطاع، (بما في



ستة أسباب تؤدي إلى رفض طلبك للحصول على الجنسية الكندية

على 75% أو أعلى. وأوضح رودريغيز: "إذا فشلت في الاختبار ، فسوف تعيد IRCC جدولة موعدك لمحاولة ثانية ، نظرًا لأنك تفي بجميع المتطلبات الأخرى". وقال: "إذا لم تنجح في المرة الثانية ، فسيتم تحديد موعد جلسة استماع شفوية، وعدم اجتياز جلسة الاستماع الشفوية الخاصة بك يعني أن IRCC سترفض طلبك".

- عدم تقديم ضرائب

يجب على المتقدمين تقديم ضرائب لمدة ثلاث سنوات قبل أن يتمكنوا من التقدم للحصول على الجنسية الكندية. وقال رودريغيز: "أسهل طريقة هي منح IRCC إذنًا للاتصال بـ CRA للتحقق من تقديمك للضرائب وتلبية المتطلبات".

- تخطي مراسم المواطنة

يجب على جميع المتقدمين الذين تبلغ أعمارهم 14 عامًا أو أكثر أداء قسم المواطنة الكندي خلال حفل الجنسية. ولكن ما قد لا يعرفه الكثيرون هو أنه يجب عليك بالتأكيد أن تكون في البلد للقيام بذلك.

- وجود سجل جنائي

في هذا الشأن يقول رودريغيز: "إذا ارتكبت جريمة في كندا أو خارجها ، فقد تمنعك كندا من أن تصبح مواطنًا كنديًا لبعض الوقت أو حتى بشكل دائم". ومن الأمثلة على ذلك أن يتم القبض عليك أثناء قيادتك للكحول في الدم بمستوى أعلى من المستوى المقبول، لذا ، ضع في اعتبارك أنك تتبع جميع قواعد وقوانين البلد الذي تتواجد فيه.

وإذا تم رفض طلب الجنسية الخاص بك ، فيجب أن يوفر خطاب الهجرة الناتج نظرة ثاقبة لسبب الرفض. بناءً على ذلك ، يمكنك إعادة التقدم بطلب للحصول على الجنسية ، شريطة أن تكون قد حلت المشكلة التي أدت إلى رفضك خلال المحاولة الأولى.

يعتبر التقدم بطلب للحصول على الجنسية الكندية خطوة بالغة الأهمية لأي وافد جديد إلى كندا يرغب في البقاء بشكل دائم.

وفي هذا الصدد، يقول فرانكلين رودريغيز، مستشار الهجرة لدى Mi Casa Canada Immigration Services أن التقدم لطلب الهجرة يجب أن يكون وفق شروط وبطريقة معينة تمنع الرفض.

وفيما يلي بعض الأسباب الأكثر شيوعًا التي قد تؤدي إلى رفض طلبك وما يمكنك فعله لتجنبها.

- التقدم بطلب مبكر

لكي يحصل مقدم الطلب على الجنسية ، يجب أن يكون موجودًا فعليًا في كندا لمدة ثلاث سنوات على الأقل من الخمس سنوات قبل تقديم الطلب، وهذا إجمالي 1095 يومًا. ومع ذلك ، يخلط الكثير من المتقدمين بين الوقت المطلوب للحفاظ على وضعهم كمقيم دائم (730 يومًا) ومتطلبات الوقت لتصبح مواطنًا (1095 يومًا).

- عدم وجود دليل على المهارات اللغوية

ويقول رودريغيز أنه لكي تحصل على الجنسية الكندية ، يجب أن تفي بالمعايير الكندية للغة المستوى 4 CLB أو أعلى، سواء بالتحدث أو الكتابة.

لا ينبغي أن يكون هذا صعبًا لأنه عندما يصبح الأشخاص مقيمين دائمين ، فعادة ما يُطلب منهم إجراء اختبار لغة على أي حال.

لذا ، من النصائح المفيدة الاحتفاظ بنتيجة اختبار اللغة هذا في السجل ، حتى لو انتهت صلاحيتها.

- الرسوب في اختبار الجنسية

يحتوي الاختبار على 20 سؤالًا متعدد الخيارات يتعمق في تاريخ كندا وجغرافيتها واقتصادها وحكومتها وقوانينها ورموزها.

ويجب على المتقدمين الإجابة بشكل صحيح على 15 سؤالًا على الأقل للنجاح ، مما يعني أنه يتعين عليهم الحصول



لبنى شعبان
لايف كوتاش

حب = تعلق = ارتباط = زواج = حياة؟

الوقت وما أدراك ما الوقت؟

تربينا على مقولة: "الوقت كالسيف إن لم تقطعه، قطعك"

لكن كما الكثير من أبناء وبنات جيلي تم نسيان هذه المقولة كغيره. اعتبرناها شعارات طنانة لا تخضع لمفاهيم حياتنا اليومية. لم قررت الكتابة عن الوقت الآن؟ وهو أمر يعتبر كليشية للتنظير. الحقيقة، وجهت بنات أختي هذا السؤال لي، ماذا عن تنظيم الوقت؟ وكيف أقوم أنا بتنظيم وقتي؟ لطالما أربكتني هذه الأسئلة، أحاول جاهدة الحفا على مصداقيتي دون كذب. ودون أن أقودهم للاستهتار والعشوائية. لذلك تعلقمت التأنى قبل الإجابة. بالنسبة للكثيرين ممن يعرفونني، أعتبر إنسانة فوضوية، عشوائية، وأجبح للمزاجية. تبينت هذه الصفات وأحببتها لدعمها تصوري عن حياة المبدعين البوهيمية. حياة مليئة بالغموض والفضول. تسمح لفترات عبثي بسحري وأنا أحاول توقع الشكل النهائي لخطوط ألواني. لكن وأنا أبحث عن الجواب الأصح في أقبية ذاكرتي اكتشفت شيئا جديدا. اكتشفت أن استهتارنا بالوقت وقيمه نابع من جهلنا للقيم الرئيسية التي تحركنا. وقيمتنا نحن كبشر ودورنا.

ماهي القيم الأساسية في حياة كل منا؟ القيم هي الدافع الأساسي والحقيقي لقيامنا بأي حركة أو مجهود. ومن وعي منا قيمته لا يمكن له أن يضيع وقته أبدا. علينا الانتباه بأن ما قد يحمل قيمة وجودية لأحدنا لا يحمل بالضرورة ذات القيمة للآخر. فكل منا شخصيته وتحدياته ودوره الخاص في هذه الحياة. كما أن الاستمتاع بقيمة، كذلك تقديم الخدمات قيمة، الرعاية قيمة، النفع قيمة، والعلم قيمة. ويمكننا أن نقسم القيم الحاكمة لسلوكياتنا على الأقل لقسمين: قيمنا الخاصة بنا كأفراد. وقيم تجمعنا ككتلة مجتمعية، تكفل لنا سلامتنا وقدرتنا على تنفيذ ما نرغب بتنفيذه.

للتعرف على هذه القيم يجب أن نجلس جلسة هادئة ونتفكر في أنفسنا: ما الشيء الذي نسعد بالقيام به؟ نستمتع به ونفقد معه كل إحساس لنا بالوقت أو التعب والإرهاق؟ ثم نسأل: ما الجزء الذي نحبه من هذا العمل أو النشاط؟ بمعنى ما هو الشعور الذي نشعر به عند تنفيذه؟ السعادة؟ الإنجاز؟ مع استمرارنا بطرح بهذه الأسئلة سنصل للقيم الحقيقية. وبعدها نسأل أنفسنا ونتأمل: كيف نتمكن من تحويل هذا الأمر لنجاح باهر في القيمة التي تمثلني؟ كم من الوقت سيلزمني للاستثمار في التمرن عليها لأنتقل للمستوى الأعلى؟

نظريا سيبدو الكلام سهلاً، لا بل حتى قد يظنه البعض سخيفاً. لكن سحر هذه التمارين يكمن في بساطتها الظاهرية. لأنها تنقب في أعماق أرواح. قد نتفاجأ

ونحن ننقب كم من الوقت نصرف على متابعة ومحاولة التعرف على أدق تفاصيل حياة أشخاص قد لا نجتمع بهم في حياتنا كلها. مثل المشاهير والنجوم. وكيف أننا فعليا نجهل نفسنا تماما. فالغوص في غياهب نفسنا مخيف. لا أحد يحب معرفة حقيقته الكاملة بنوره وظلامه. ولكن لهذا حديث آخر سنصله يوما.

لندرك قيمة الوقت، ومقدار ما نخسره من حياتنا فعليا لننفذ هذا التمرين معا: (سأستخدم أرقاما افتراضية وليستخدم كل منا الأرقام التي تتناسب مع وضعه المعاشي الآن):

- 1- لنكتب على ورقة كم نصرف من الوقت الضائع يوميا. كم ساعة؟ سأفترض مجازيا 6 ساعات يوميا.
- 2- مجموع هذه الساعات أسبوعيا هو $6 \times 7 = 42$ ساعة أسبوعيا ما يعادل 168 ساعة شهريا ويعادل 2016 ساعة سنويا..
- 3- الآن ما معدل أجرنا الساعي؟ سأفترض أجرا قريبا من الحد الأدنى ولنقل 20 دولارا في الساعة.
- 4- تكلفنا هذه الساعات الضائعة خسارة $20 \times 2016 =$ حوالي أربعين ألف دولار سنويا.
- 5- خلال أربع سنوات نحن نتحدث عن 160 ألف دولار تقريبا عندما ننظر للأرقام، يصبح الأمر حقيقيا وواضحا. فليسأل كل منا نفسه، هل حقا أنا في وضع مالي يسمح لي برمي مبلغ 160 ألف دولار في سلة المهملات؟

أكرر أنني هنا لأحاسب وأدرب نفسي قبل الآخرين. ولكن مجرد تنفيذ هذا التمرين دفعني لإعادة النظر في حساباتي بشكل كامل. الوقت من ذهب. وما يذهب منه لا يعود. لتذكر دائما بأننا لا نملك القدرة على التحكم بالوقت لأنه مستمر في حركته بغض النظر عن متطلباتنا. لكننا نملك القدرة على التحكم ب وتنظيم سلوكنا تجاه الوقت. هناك من نجح في فك شيفرة التوظيف الأمثل لوقته. بطريقة تتناسب مع أهدافه وأسلوب الحياة الذي يحاول الوصول إليه. وهناك من تمكن من جعل المال يعمل له دون أن يشعر باستنفاد كامل لطاقته ووقته. الراحة قيمة ولها وقتها. العلاقات الاجتماعية قيمة ولها وقتها. الرياضة والنشاطات قيمة ولها وقتها. التعلم قيمة ولها وقتها. والعمل قيمة ولها وقتها. الناجح من رتب هذه القيم بما يناسبه. ومن هنا فلنبدا. ولنا في الحياة لقاء، دتم بحب



حمل الآن تطبيق نور كندا

إذاعة نور كندا للقرآن الكريم

متاح الآن



سماع البث المباشر بإذاعة القرآن الكريم

الإستماع للأذان حسب توقيت منطقتك

سماع أشهر قراء القرآن الكريم

بوصلة لتحديد اتجاه القبلة

أوقات الصلاة

والعديد من الميزات المجانية



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



طيران كندا تفوز بجائزة أفضل شركة في أمريكا الشمالية والبعض غير موافق!

حصلت Air Canada على جائزة أفضل شركة طيران في أمريكا الشمالية حسب مجلة Global Traveler Magazine للعام الرابع على التوالي.

وصنفت المجلة أيضا Air Canada على أنها تتمتع بأفضل مقصورة طيران نظافة للسنة الثالثة على التوالي.

ويرتكز تصنيف المجلة على آراء القراء والمسافرين في العديد من الفئات المتعلقة بالسفر ، بما في ذلك شركات الطيران والفنادق وبرامج الولاء.

قد يكون الفوز مفاجئاً للبعض ، نظراً لأن شركة طيران كندا قد تلقت قدراً كبيراً من الانتقادات من الركاب مع

عودة السفر إلى مستويات ما قبل الوباء هذا العام.

وقال أحد مستخدمي تويتر: "من الصعب تصديق إمكانية منح شركة طيران جائزة عندما تكون خدمة العملاء هي الأسوأ".

وقال آخر : "هذه مزحة ، أليس كذلك؟ خدمة فظيعة، في حالات الطوارئ يمكنك الاتصال والبقاء في الانتظار لساعات دون جدوى، إلغاء الرحلات والكثير من الأشياء التي تجعل تجربتك مريعة".

وانتقد كثيرون آخرون تأخيرات شركة الطيران وإلغائها وخدمة العملاء هذا العام.



شركة Bro Master

تركيب واصلاح أبواب الكراجات

نقوم بجميع خدمات تركيب واصلاح ابواب الكراجات السكنية و التجارية



إعادة
برمجة الكود



اصلاح جميع
المشاكل الفنية



أسعار
منافسة

خدمة 24 ساعة في جميع مناطق تورنتو الكبرى

هاتف 4168780360 إيميل: bromasterinc@hotmail.com

خبرة أكثر من 15 عامًا



شركة Tesla للأنارة والكهرباء

حلول متكاملة لنظم التحكم في البناء وتطبيقات

الإنارة الاحترافية والخدمات الإنشائية

بين
20%
و
50%

**خصومات
على جميع المشتريات
من المعرض**

إضاءة
خارجية
وداخلية

ثريات
كرستال

منتجات
وافكار جديدة
لديكور بيتك

جميع
معدات البناء
الكهربائية

للتسوق عبر الإنترنت عن طريق المتجر الإلكتروني

www.teslalighting.ca

تسوق من خلال الموقع واحصل على خصومات وعروض حصرية

خدمه التوصيل محاناً لجميع انحاء منطقة تورنتو الكبرى

📍 1846 Dundas St East. Mississauga, ON L4X 1L9

☎ 4168345071 - 9058480958

🌐 www.teslalighting.ca ✉ info@teslalighting.ca

HALA CANADA

SUBSCRIBE TO THIS MAGAZINE

تصدر عن شركة هلا كندا للإعلام و الإعلان الإلكتروني HALA CANADA LTD
شركة مسجلة و مرخصة بموجب الأحكام و 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 و القناة و تطبيق الهاتف و المجلة الشهرية بالإضافة إلى مواقع ومنصات التواصل الاجتماعي

Hala Canda 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 :
4145 N° Service Rd 2nd Floor
Burlington, ON L7L 6A3
CANADA



FOLLOW - WWW.HALACANADA.CA



@HALACANADA1



راديو هالا كندا... كندا هوانا

آخر الأخبار وأجمل البرامج وأحلى الأغاني



“للاستماع
لراديو هالا كندا”

www.halacanada.ca/radio