

مجلة هلا كندا



العدد السادس عشر | جانفي 2023

كل عام وانتم بخير 2023

السماح لصيادلة أونتاريو
بوصف بعض الأدوية دون
وصفات طبية

7 طرق للحصول على أموال
من حكومة كندا

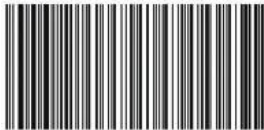
أفضل 5 استراتيجيات
للتخطيط الضريبي

كندا قد تستضيف مباريات
أكثر في كأس العالم
القادم

نمو قياسي وغير مسبوق
لعدد سكان كندا
استمرار انخفاض أسعار
المنازل

الكنديون يريدون من ترودو
التنحي وانتخابات فيدرالية
جديدة

حظر المواد البلاستيكية
في كندا



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

كل عام وانتم بخير 2023

عام جديد ... انجازات واهداف جديدة

في هذا العام الجديد وضعنا اهداف جديدة الى القائمة ونسعى بعون الله وبرفقة المحبين ان نحقق ما استطعنا منها لنكون منارة يهتدي بها من يحتاجنا او يحتاج اي معلومة ليجدها بكل سهولة ويسر، فقد استطعنا ان نبني جسور التواصل بين المجتمع العربي ومحيطهم الكندي ونسعد ان نقدم كل جديد لمنفعة الناس وتلبية احتياجاتهم!

نعم انه عام جديد واهداف جديدة نصطف فيها الى جانب تلك الشعوب والامم التي احتفلت بقدوم العام الجديد وكانت تواقة للفرح والتطلع بشغف الى الحياة، فالحياة بغياب التفاؤل تصبح جحيم لا يطاق، رغم ان الاشرار الذين يجلبون للبشرية شرورهم ينكمشون و يتقوقعون مع الافراح، لكن الخير دائماً يَعبّر عن نفسه بالأفراح، والشر دائماً يعبر عن نفسه بالأحزان، والفرحة بمثل هذه المناسبات هي طعنة في خاصرة الشر.

فلنتفاعل بقدوم العام الجديد اكراماً لأنفسنا واکراماً لأجيالنا وأهلنا، ونبقى نتأمل ونتفاعل بالخير، وان يكون هذا العام عام محبة ناعم فيه بالسلام والأمان وتحقق الأمنيات.

و نحن ندخل عتبات العام الجديد نستحضر دائماً الدعوات والأمنيات ليكون عاماً افضل مما سبقه، ونبدأ بمراجعة الماضي ووضع اهداف جديدة نطمح الى تحقيقها في العام الجديد!

العام المنصرم لم يكن عاماً مثالياً كباقي الأعوام التي سبقته بل ان العام الماضي بلغ أوج تعقده بانعدام الامن والسلام العالمي والتحديات الاقتصادية وغيرها، الا انه وحسب وجهة نظري الشخصية فرجاً بعد الخروج من ازمة جائحة الكورونا وما خلفته من ويلات اقتصادية وعواقب صحية وانحلال العقد وهو ما لن يقل عن تراكمها.

على المستوى الشخصي والمهني كان العام 2022 انجاز كبير لنا في شبكة هلا كندا الإعلامية من خلال اختيار موقع هلا كندا من قبل عملاق التكنولوجيا جوجل كموقع اخباري معتمد وهو الموقع الوحيد الذي تم اختياره من كندا في جميع اللغات وهذا جهد عمل سنوات طويلة يضاف الى انجازات سابقة حققناها بالعمل لمهنية وحرفية وشراكات مع أكبر وسائل الإعلام الكندية والعالمية.

**وكل عام ونفوسكم عامرة بالسكينة
وكل عام وانتم بألف خير!**



مجوهرات لورن پارک

LORNE PARK JEWELLERS

Custom Design Jewellers

Since 1978

عراقة في
التصميم

تنزيلات الموسم لسنة 2023



Up to 50%

حائزون على جوائز أفضل صانعي المجوهرات

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

www.lorneparkjewellers.ca

905.891.0001

1107 Lorne Park Road, Unit 20 Mississauga, Ontario



د. شادي شامي

باحث في الطاقة الحيوية و الإستشفاء الذاتي

طاقة الألوان و أعياد الميلاد المجيدة

الألوان الثلاثة، و لماذا تغطي هي و ليس غيرها في هذا الوقت من السنة؟
ياخذنا هذا السؤال للحديث عن الطاقة العلاجية لهذه الألوان لنعرف سر تمازجها و تناسقها.

اللون الأبيض:

يُعتبر أكثر الألوان راحة للنفس، حيث يحتوي على كافة ألون الطيف الضوئي، و يساعد على تقوية كافة أعضاء الجسم، و تقوية الجهاز المناعي للجسم.

اللون الأحمر:

يُعتبر أعلى الألوان طاقة و يُعتبر لونا مميزا للرومانسية و العاطفة المتدفقة لأنه يزيد طاقة و حرارة الجسم. و يساعد اللون الأحمر في علاج الاكتئاب و الكسل، و علاج فقر الدم، و الضعف العام، و له دور كبير في تنشيط الدورة الدموية للتخلص من الضغط المنخفض و التخلص من الخمول و الكسل و الإحساس الدائم بالإعياء و الإجهاد و الميل للنوم فترات طويلة. كما يساعد أيضا على إعطاء ثقة عالية في النفس، و الإحساس بالنشاط خصوصا عند الشعور بالتعب، و الإجهاد، و لذلك يُنصح باستخدامه في أماكن لعب الأطفال و الأماكن التي تحتاج لحيوية.

اللون الأخضر:

- تعرف طاقة اللون الأخضر بقدرتها على امتصاص كل الطاقات السلبية من كل أنحاء الأجسام التي تتعرض لهذا اللون. كما أنه يضيف لمسة من السكون و الطمأنينة، و يساعد على الشعور بالآتزان و الهدوء لذا يُستخدم في الأماكن شديدة الضوضاء. يُساعد هذا اللون أيضا في حالات ارتفاع ضغط الدم و التوتر الأعصاب و تسكين الآلام، بالإضافة لقدرته على تسكين تقلصات المعدة الناتجة عن الاضطرابات العصبية و لذلك يُنصح المرضى بالاستجمام بالأماكن ذات الطبيعة الخضراء.

تحمل الألوان طاقات عالية، و يميل الإنسان بالفطرة إلى حب الألوان التي يتعامل معها في المأكل و المشرب و الملبس و المسكن، و ذلك لأن الجسم يميل لها لتعويض النقص الحاصل في طاقته، و هذا ما يفسر تفضيلنا لطعام محدد، أو ارتداءنا لألوان محددة و اختيارنا لألوان محددة للأثاث. و بناء عليه فإن الألوان تساعدنا على تعديل طاقاتنا، و تساعدنا على التواصل مع أنفسنا بشكل أفضل، و تمكننا من إدارة مشاعرنا بطريقة فعالة. ولقد أصبح العلاج بالألوان أحد أنواع الطب البديل. و يستخدم المعالجون أساليب عديدة لمعالجة مرضاهم عن طريق الألوان مثل عرض لون معين عليهم لفترات محددة، أو تسليط أضواء بألوان معينة على أجزاء مختلفة من أجسادهم، أو إضافة ألوان مختلفة لخزانة ملابسهم، أو غرف نومهم، أو غرف المعيشة. و عندما تدخل طاقة الألوان إلى الجسم فإنها تنبه الغدة النخامية و الجسم الصنوبري مما يؤدي إلى إفراز هرمونات معينة تحفز مجموعة من العمليات الفسيولوجية.

ولكل نظام من أنظمة الجسم لون خاص يثيره و ينبهه، و لون آخر يكبح عمل ذلك العضو أو النظام حيث إن عملية العيش في حالة توازن نفسي و جسدي تقتضي تحقيق توازن جميع الطاقات اللونية داخل الجسم، و عندما يختل هذا التوازن ينشأ المرض و يظهر على الجسد المادي. ولقد تحدثنا في مقال سابق عن وجود مجال كهرومغناطيسي (الهالة) حول كل كائن حي، يعمل على امتصاص الضوء و تحليله إلى ألوان الطيف. ولا يقتصر تأثير الألوان على الإنسان فقط بل يتعداه للحيوانات و النباتات و كل الكائنات أيضا. و هذا ما يفسر الإنسجام الذي يحدث بين جميع الكائنات، و بين الألوان الطاغية في فترة أعياد الميلاد المجيدة، هذه الفترة التي تلامس قلوب الجميع، حيث نشاهد تناغم اللون الأبيض مع اللون الأحمر، و الأخضر، و نرى أن الجميع متأثر إيجابيا بهذا المزيج الجميل من الألوان الذي نراه يغطي على الطبيعة و على ملابسنا و أثاث منازلنا و حتى الشوارع و أماكن العمل، فما هو سر هذا التناغم الجميل بين هذه

أفضل 5 استراتيجيات للتخطيط الضريبي لنهاية العام لعملك التجاري (الجزء 2)

فتحي ابو فرح
محاسب قانوني

ففكر في تأخير البيع حتى عام 2023 (أو بداية السنة المالية التالية لعملك التجاري). سيسمح هذا لعملك بالمطالبة بسنة إضافية من CCA وسيؤجل أيضا إدراج أي CCA مستعاد ومكاسب رأس المال في الدخل الخاضع للضريبة لمدة عام واحد. لاحظ أن هذا التخطيط ينطبق على الممتلكات القابلة للاستهلاك والممتلكات العقارية التي هي ملكية رأسمالية واستثمارات.

3. كن مستعدا لتزويد الموظفين بنموذج T2200 / T2200S
في عامي 2020 و 2021 ، كان لدى الموظفين المؤهلين الذين عملوا من المنزل بسبب جائحة COVID-19 خيار الاختيار بين طريقتين للمطالبة بخصم نفقات المكتب المنزلي: الطريقة التفصيلية وطريقة السعر الثابت المؤقت التي تم تقديمها استجابة للوباء. في حين أن النموذج الموقع من صاحب العمل لم يكن مطلوباً للموظفين لاستخدام طريقة السعر الثابت المؤقت ، فإن النموذج الموقع T2200 ، إعلان شروط التوظيف ، أو T2200S ، إعلان شروط التوظيف للعمل في المنزل بسبب COVID-19 ، كان مطلوباً من أجل استخدام الطريقة التفصيلية. تظل متطلبات الأهلية لاستخدام هذه الطرق كما هي لعام 2022.

إذا عمل موظفوك من المنزل في عام 2022 بسبب COVID-19 ، فخطط لإعداد النموذج التقليدي T2200 أو النموذج المبسط T2200S لهم.

4. ادفع لعائلتك بحكمة
بصفتك مالكا لنشاط تجاري خاص ، من المحتمل أن تعرف قيمة إعادة النظر في استراتيجيات مكافآت شركتك العائلية سنويا على الأقل. عند تحديد أفضل مزيج من الرواتب والأرباح لك ولأفراد عائلتك ، ضع في اعتبارك عوامل مثل معدل الضريبة الهامشي لكل فرد والحاجة إلى النقد ، بالإضافة إلى معدل ضريبة الشركة وفوائد تأجيل الضرائب.

الضريبة على قواعد تقسيم الدخل
منذ عام 2018 ، أصبحت هذه العملية أكثر تعقيدا بسبب توسيع قواعد الضريبة على الدخل المقسم (TOSI). تقيد هذه القواعد استخدام شركة خاصة لتقسيم الدخل مع أفراد الأسرة. يفعلون ذلك عن طريق تطبيق معدل ضريبة مرتفع على أنواع معينة من الدخل - على وجه الخصوص ، أرباح الأسهم المدفوعة من الشركات الخاصة. عندما تنطبق هذه القواعد ، فإنها تقضي على فائدة تقسيم الدخل. ومع ذلك ، هناك حالات لا يزال بإمكانك فيها تقسيم الدخل بطريقة فعالة من الناحية الضريبية مع أفراد الأسرة. قواعد TOSI معقدة للغاية.

قواعد الملكية التحفيزية الاستثمارية المعجلة
بالإضافة إلى قواعد الإنفاق الفوري ، تتوفر قواعد الملكية التحفيزية الاستثمارية المعجلة (AIIP). بالنسبة للممتلكات المؤهلة التي تم الحصول عليها بعد 20 نوفمبر 2018 والمتاحة للاستخدام قبل عام 2028 ، تنص قواعد AIIP على CCA محسن للسنة الأولى ، مع أعلى معدل CCA متاح للممتلكات المتاحة للاستخدام قبل عام 2024. بموجب هذه القواعد ، يمكن شطب آلات ومعدات التصنيع والمعالجة المؤهلة ، وكذلك معدات الطاقة النظيفة ، المتاحة للاستخدام قبل عام 2024 بالكامل في السنة الأولى. يمكن أن تستفيد فئات أخرى من الممتلكات المؤهلة القابلة للاستهلاك من مطالبة CCA المحسنة للسنة الأولى بما يعادل ثلاثة أضعاف الاستهلاك للسنة الأولى التي يمكن المطالبة بها قبل إدخال قواعد AIIP.

لن يقلل الاستهلاك المعزز للسنة الأولى بموجب قواعد AIIP من حد 1.5 مليون دولار المطبق بموجب قواعد الإنفاق الفوري وسيكون مفيدا لعمليات الاستحواذ على العقارات الرأسمالية التي تقع في فئات CCA التي لن تكون مؤهلة للإنفاق الفوري ، أو حيث يتم تجاوز حد 1.5 مليون دولار.

المركبات عديمة الانبعاثات
مشتريات بعض المركبات عديمة الانبعاثات والمركبات عديمة الانبعاثات ذات خارج الطرق بالإضافة إلى المعدات المصنوعة خلال العام والتي تصبح متاحة للاستخدام قبل عام 2028 مؤهلة أيضا للحصول على CCA المحسن للسنة الأولى. بالنسبة للمركبات المؤهلة المتاحة للاستخدام قبل عام 2024 ، تسمح القواعد بشطب كامل في السنة الأولى. ضع في اعتبارك أن هناك حدا قدره 59,000 دولار (بالإضافة إلى ضرائب المبيعات) على مبلغ خصم CCA لكل سيارة ركاب عديمة الانبعاثات يتم الحصول عليها في أو بعد 1 يناير 2022 (في السابق ، كان الحد الأقصى 55,000 دولار). بالإضافة إلى ذلك ، إذا استفدت من حافز نقطة البيع الفيدرالية للمركبات عديمة الانبعاثات التي تديرها وزارة النقل الكندية ، فلن تكون سيارتك الجديدة مؤهلة لشطب CCA بالكامل.

إن تسريع شراء الأصول الرأسمالية قبل نهاية السنة المالية الخاصة بك والمطالبة بالاستهلاك المحسن للسنة الأولى على الممتلكات المؤهلة سيسمح بشطب ضريبي أسرع لهذه الاستثمارات ، بشرط أن تكون الأصول متاحة أيضا للاستخدام قبل نهاية السنة المالية.

تأجيل بيع الأصول ذات المكاسب المستحقة إلى ما بعد نهاية العام
إذا كنت تخطط لبيع أصول رأسمالية بمكاسب مستحقة ،



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



استطلاع: نصف الكنديين يريدون انتخابات فيدرالية جديدة في 2023

نشر مركز إيسوس للدراسات التابع لصحيفة جلوبال الكندية نتائج استطلاع كشف أن أكثر من نصف الكنديين يطالبون بانتخابات فيدرالية خلال سنة 2023.

وفي حين أن الموعد النهائي للانتخابات الفيدرالية هو 2025 ، فقد وافق الحزب الوطني الديمقراطي على إبقاء حكومة الأقلية الليبرالية في السلطة حتى ذلك الحين طالما أنها تلتزم بشروط اتفاق الحكم الذي أبرم بين الحزبين في وقت سابق من هذا العام.

ومن بين 49 في المائة من الكنديين يأملون في إجراء انتخابات فيدرالية ، قال 43 في المائة في استطلاع إيسوس إنهم يعتقدون أن الانتخابات ستحدث بالفعل.

وفي حين أن غالبية الذين شملهم الاستطلاع في بريتش كولومبيا وألبرتا وأتلانتيك كندا وساسكاتشوان يريدون إجراء انتخابات العام المقبل ، يأمل أقل من نصف سكان أونتاريو وكيبك في الذهاب إلى صناديق الاقتراع في عام 2023.

و من بين أولئك الذين تتراوح أعمارهم بين 18 و 34 عامًا ، قال 65 في المائة إنهم يريدون إجراء انتخابات ، بينما قال أقل من نصف أولئك الذين تتراوح أعمارهم بين 35 عامًا فأكثر إنهم يأملون في انتخابات جديدة في عام 2023.

ترودو يخاطب الكنديين: "سيكون 2023 عاما صعبا علينا"

وحول تقديم المساعدة والدعم للكنديين، أشار ترودو إلى خصم ضريبة السلع والخدمات ، والعناية بالأسنان ، ودعم الإيجار لمنخفضي الدخل.

وقال ترودو: "نعلم أنه على الرغم من كل التحديات التي يواجهها الكنديون مع التضخم وأسعار المواد الغذائية وأسعار الطاقة ، فإن الوضع أسوأ بكثير في أوروبا وهو أسوأ بكثير بالنسبة للأوكرانيين".

وتابع : "عندما نتعامل مع ارتفاع الأسعار في متجر البقالة ، هذا أمر مؤلم ، في المقابل يدفع الأوكرانيون حياتهم ثمنا لذلك".

وجه رئيس الوزراء جاستن ترودو تحذيرا للكنديين، وأكد أن عام 2023 سيكون صعبا على الجميع بسبب مخاوف الركود والتضخم.

وصرح ترودو بهذا الصدد : "العام المقبل سيكون صعباً أيضاً، مع مخاوف الركود العالمي ، وتباطؤ الاقتصاد، واستمرار أسعار الفائدة في الارتفاع ، والتضخم، سيكون الأمر صعباً".

وأضاف ترودو: "الشتاء القادم سيكون قاسيا على الناس ، وهذا هو المكان الذي نحتاج فيه لمواصلة التعاون، أنا أثق في قدرتنا معا في تجاوز المرحلة الصعبة".



استطلاع: الكنديون يريدون من ترودو التنحي من منصبه في 2023

أما بالنسبة لجوستين ترودو ، فإن غالبية الناخبين في كل جزء من البلاد ، باستثناء كيبيك ، يعتقدون أن الوقت قد حان بالنسبة له للتنحي.

وعلى الصعيد الوطني ، قال 54% أن ترودو يجب أن يتنحي عن منصب رئيس الوزراء وزعامة الحزب الليبرالي للسماح لشخص آخر بتولي المسؤولية.

إذا كانت هناك انتخابات ، فإن الزعيم المحافظ بيبير بوليفير يجلس عند نسبة موافقة بلغت 41% ، بما في ذلك 42% في أونتاريو وكندا الأطلسية.

ورغم ذلك قال 59% إنهم لا يوافقون على أداء بوليفير ، بما في ذلك 32% يعارضون بشدة، في حين يوافق 45% على أداء ترودو.

ويملك زعيم الحزب الوطني الديمقراطي جاغميت سينغ لديه نسبة تأييد 53%.

يرى غالبية الكنديين أن رئيس الوزراء جاستن ترودو يجب أن يتنحي من منصبه في 2023، ولكن القليل فقط يتوقع أن هذا سيحدث بالفعل؟

وحسب استطلاع Ipsos عما إذا كان ينبغي إجراء انتخابات فيدرالية في عام 2023 ، قال 51% لا ، وقال 49% نعم، وكان الرجال أكثر استعدادًا من النساء للإجابة بنعم بنسبة 51% إلى 46%.

وكان أغلب من دعم إجراء الانتخابات في كندا الأطلسية (63%) ، ألبرتا (60%) وساسكاتشوان ومانيتوبا (كلاهما 55%).

ويعتقد 46% فقط في أونتاريو أنه يجب أن يكون هناك تصويت فيدرالي لعام 2023؛ وفي كيبيك بنسبة 40%.

على الرغم من أن نصف سكان البلاد يعتقدون أنه يجب إجراء انتخابات، يعتقد 43% فقط في جميع أنحاء البلاد أنه ستكون هناك انتخابات.



تعرف على 7 طرق للحصول على أموال من حكومة كندا

ويمكن للناس الحصول على ما يصل إلى 1300 دولار للمساعدة في دفع تكاليف خدمات طب الأسنان ، اعتماداً على دخلهم.

وتم فتح باب التقديم في الأول من ديسمبر للفترة من 1 أكتوبر 2022 إلى 30 يونيو 2023، و آخر يوم يمكنك التقديم فيه هو الجمعة 30 يونيو 2023.

وفقاً للحكومة ، بمجرد الموافقة على طلبك ، يستغرق الأمر ما يصل إلى خمسة أيام عمل للحصول على الأموال.

موعد الدفعة الثانية سيكون من 1 يوليو 2023 إلى 30 يونيو 2024.

مدفوعات المناخ

يستفيد سكان ألبرتا من مدفوعات حكومية خاصة بحوافز العمل المناخي CIA.

قبل عام 2021 ، كان CIA عبارة عن ائتمان ضريبي قابل للاسترداد يُطالب به سنوياً على إقرارات ضريبة الدخل الشخصية.

هذا العام ، تحولت مدفوعات CAI إلى ربع سنوي ، حيث تم إصدار أول دفعة في يوليو وجولة أخرى في أكتوبر.

سيوفر برنامج ألبرتا مبلغاً متفاوتاً للأشخاص في 2 يناير.

دعم العمال الكنديين

تعني التغييرات على مزايا العمال الكنديين CWB أن الكنديين المؤهلين يمكنهم تلقي مدفوعاتهم في وقت أقرب.

CWB هو ائتمان ضريبي قابل للاسترداد يساعد الأفراد والأسر ذات الدخل المنخفض.

مر الكنديون بعام صعب على كافة المستويات، من ارتفاع معدلات التضخم إلى تكلفة المعيشة العالية وأسعار الغذاء القياسية مروراً بارتفاع أسعار الإيجار.

ورغم ذلك هناك بعض الطرق للحصول على الأموال من الحكومة، حيث قدمت ميزانية الحكومة الفيدرالية لعام 2022 عدة برامج حيث يمكن للكنديين من خلالها الحصول على مساعدة مالية إضافية وسط التضخم.

منحة دعم الإيجار

تأمل الحكومة الفيدرالية في تخفيف العبء على ذوي الدخل المنخفض من خلال منحة الإيجار ، والتي أصبحت قانوناً في وقت سابق من هذا الشهر.

ويمكن لملايين الكنديين الحصول على 500 دولار، لمرة واحدة ، معفاة من الضرائب.

وسيكون باب التقديم مفتوح حتى يوم الجمعة 31 مارس 2023.

ائتمان ضريبة السلع والخدمات

حصل مشروع القانون C-30 على الموافقة الملكية في أكتوبر ، مما يعني أن الائتمان الضريبي للسلع والخدمات قد تضاعف رسمياً لمدة ستة أشهر على الأقل.

تلقى ملايين الكنديين بالفعل الدفعة الأولى في نوفمبر، ومن المتوقع أن ترسل وكالة الضرائب الكندية دفعة ائتمان ضريبة السلع والخدمات الثانية لعام 2023 في يوليو.

مزايا طب الأسنان الكندية

تم إطلاق برنامج مزايا طب الأسنان الجديد في كندا رسمياً ، مما ساعد العائلات أخيراً في الوصول إلى خدمات طب الأسنان الضرورية لذوي الدخل المنخفض.

وتريد الحكومة الفيدرالية تغيير طريقة عمل الدعم، ليصبح قادر على إصدار المدفوعات في وقت أقرب ومساعدة الناس وسط ارتفاع التضخم.

على منزل يسهل الوصول إليه.
يمكنك المطالبة بائتمان ضريبي يصل إلى 3000 دولار إذا كنت مؤهلاً.

خصم تنقل العمالة

هذا مخصص للتجار المؤهلين الذين يمكنهم الحصول على خصم مقابل بعض وسائل النقل والوجبات وتكاليف السكن المؤقت المكتسبة عن طريق السفر لمسافات طويلة لكسب دخل في موقع عمل مؤقت.

إذا أصبحت التغييرات المقترحة على المزايا قانوناً، يمكن للكنديين استلام مدفوعاتهم في وقت مبكر من يوليو 2023 عن تلك السنة الضريبية.

ائتمان ضريبي لمصاريف المنزل

هذا الائتمان الضريبي غير القابل للاسترداد مخصص لمصاريف تجديد المنزل أو تغييره، والذي يسمح للمعاقين بالحصول



نمو قياسي وغير مسبوق لعدد سكان كندا في 2022

تقول إيفون سو، الأستاذة المساعدة في قسم دراسات الأسهم بجامعة يورك، إن تزايد عدد السكان يمكن أن يساعد في المساهمة في الاقتصاد بطريقة إيجابية.

وصرحت قائلة: "كندا لديها بالفعل مثل هذه المشكلة في شغل الوظائف في القطاعات الرئيسية مثل البناء والصناعة، كل وظائف العمل هذه في حاجة ماسة للعمال وقد ملأ المهاجرون تلك المناصب".

وقالت هيئة الإحصاء الكندية إن هناك 122145 مهاجراً في الربع الثالث من عام 2022، وهو ثاني أعلى رقم في أي ربع ثالث منذ عام 1946، وهو العام الذي أصبحت فيه البيانات الفصلية متاحة.

في الشهر الماضي، كشفت الحكومة الفيدرالية النقاب عن خطط لقبول 500000 مهاجر سنويًا بدءًا من عام 2025 لمعالجة قضايا نقص العمالة. وتشمل هذه مليون وظيفة شاغرة في جميع أنحاء البلاد وقوة عاملة شيخوخة.

تمثل الأهداف الجديدة زيادة كبيرة عن 405.000 مهاجر تم قبولهم العام الماضي.

سجل عدد سكان كندا نمواً غير مسبوقاً مع اقتراب 2022 من نهايته، ويرجع إلى ارتفاع نسبة المقيمين غير الدائمين والمهاجرين.

وقالت هيئة الإحصاء الكندية إن عدد سكان البلاد نما بمقدار 362453 شخصاً، أو 0.9 في المائة، بين شهري يوليو وأكتوبر وحدهما.

وأشارت إلى أن تدفق الأشخاص على مدى فترة الثلاثة أشهر كان أكثر من إجمالي النمو السكاني البالغ 350 ألفاً في عام 2011 بأكمله، وهو أسرع معدل نمو في ربع واحد منذ الربع الثاني من عام 1957.

وقالت هيئة الإحصاء أن ارتفاع عدد المقيمين غير الدائمين، بما في ذلك حاملي تصاريح العمل والأشخاص الفارين من الغزو الروسي لأوكرانيا وراء هذا النمو.

وأشارت الوكالة إلى أن أرقام الهجرة - التي تعتبر فئة منفصلة للمقيمين غير الدائمين لأنها تشير إلى الأشخاص الذين حصلوا على حق العيش في كندا بشكل دائم - مرتفعة أيضاً، مما يعكس أهداف الحكومة.



كندا تنفق 1.24 مليار دولار لترقية أسطول الطائرات المروحية العسكرية

2019 بعد أن اعتبر اقتراح الشركة الأوروبية مكلفاً للغاية. وكانت الحكومة قد خصصت في البداية 1.03 مليار دولار للمشروع عندما تم الإعلان عنه في عام 2018.

وأعلن وزير الدفاع آنذاك هارجيت ساجان لأول مرة عن خطط لتحديث أسطول Cormorant في أغسطس 2019 ، بعد ما يقرب من 20 عاماً من دخول طائرات الهليكوبتر الخدمة، وكان من المفترض تسليم أول طائرة هذا العام.

لكن وزارة الدفاع كشفت علناً في تحديث في مايو 2021 أن "المفاوضات مع المقاول قد توقفت مؤقتاً نظراً لأن العروض لا يمكن تحملها".

تخطط كندا لإنفاق 1.24 مليار دولار لتحديث أسطولها من مروحيات البحث والإنقاذ العسكرية، وهذا المبلغ أكثر بحوالي 200 مليون دولار أكثر مما كان مخططاً له في الأصل.

وأعلنت وزيرة الدفاع أنيتا أناند عن الصفقة لتحديث طائرات الهليكوبتر Cormorant التابعة للجيش في وقت متأخر من يوم الخميس.

وتخطط الحكومة الفيدرالية لتحديث أسطول Cormorant لسنوات ، والتي ستشمل تحديث طائرات الهليكوبتر الـ 13 الموجودة لديها وشراء ثلاث طائرات جديدة.

لكن المفاوضات بين أوتاوا وليوناردو ، التي بنت الشركات التابعة لها طائرات الهليكوبتر الأصلية ، انهارت في عام

لإعلاناتكم 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



استطلاع: الكنديون يرون أن 2022 كان أسوأ من 2021!

من 9 ديسمبر إلى 11 ديسمبر.

في حين شهد العام الماضي رفع القيود على انتشار فيروس كورونا وعودة الملايين إلى إجراءات روتينية وجدول أكثر طبيعية ، يرى التقرير أن المخاوف بشأن التضخم وتكلفة المعيشة كانت الأسباب الرئيسية التي دفعت الناس إلى التعبير عن إحباطهم من عام 2022

وعند سؤالهم عن الأحداث التي كانوا قلقين بشأنها ، ذكر 86 في المائة ارتفاع التضخم وأسعار الفائدة والأسعار ، في حين قال 81 في المائة إنهم يخشون الركود الاقتصادي.

وتظهر النتائج أن 72 في المائة من المستجيبين أعربوا عن قلقهم بشأن توسع الحرب في أوكرانيا ، وشعر 68 في المائة بالقلق من الأحداث المناخية "الكارثية" بسبب تغير المناخ.

كشف استطلاع جديد للرأي أن العديد من الكنديين يرون أن عام 2022 كان أسوأ من 2021، رغم أن هذا الأخير قد شهد استمرار قيود الوباء والعديد من المشاكل الاقتصادية والاجتماعية للكنديين.

وجاء الاستطلاع عبر شبكة ليجر التي سألت الكنديين عن انطباعاتهم حول العام الماضي وكيف تتشكل نظرتهم لعام 2023.

ووجد الاستطلاع أن 31 في المائة من المستطلعين شعروا أن هذا العام كان أسوأ بالنسبة لهم مقارنة بالعام الماضي وقال 21 في المائة فقط إنه كان أفضل.

وقال 46 في المائة آخر إنه كان نفس الشيء ، وقال 3 في المائة إنهم لا يريدون الإجابة.

شارك ما مجموعه 1526 كنديًا في استطلاع الويب

اللهجة الكندية من بين الأفضل والأكثر جاذبية في العالم

واحتلت اللهجة الكندية المرتبة الثانية في قائمة Preply للأكثر جدارة بالثقة ، حيث اعتبر أو 38 في المائة من الأمريكيين أنها لهجة موثوقة.

وبشكل عام كانت لهجة الكنديين في المركز الرابع ، خلف إنجلترا وأستراليا وفرنسا ، وهو ما يفسر الكثير من حيث مكان وجود الأمريكيين في الحكم على اللهجات.

احتلت كندا أيضاً المركز الرابع في اللكنة الأكثر جاذبية.

وبالنسبة للهجات الأقل جاذبية ، احتلت الويلزية والكورية والجنوب أفريقية المراكز الثلاثة الأولى ، وتم منح اللهجات الأكثر إزعاجاً للصين والهند وألمانيا.

كشفت دراسة من موقع Preply أن اللهجة الكندية من بين الأكثر جاذبية والأذكى والأكثر جدارة بالثقة في استطلاع شمل 2000 أمريكي.

والغريب في الاستطلاع هو تصنيف كندا على الرغم من كونها بلداً جغرافياً شاسعاً بمئات من اللهجات الإقليمية المختلفة.

وتحتل المرتبة الرابعة في قائمة Preply للهجات المثيرة والمميزة.

وطلب Preply من جميع المشاركين في الاستطلاع التفكير في اللهجات في الفئات التالية: الأكثر متعة في الاستماع والأكثر جاذبية ، والأكثر جدارة بالثقة ، والأذكى ، والأكثر إزعاجاً.



حكومة كندا تعلن عن قانون تفويض بيع السيارات الكهربائية

ومن الواضح أنه لا يزال أمام كندا طريق طويل قبل الاقتراب من الهدف الأول في عام 2025، حيث في الأشهر الستة الأولى من هذا العام ، شكلت مبيعات السيارات الكهربائية ، بما في ذلك السيارات الهجينة والكهربائية بالكامل ، 7.2 في المائة فقط من مبيعات السيارات الجديدة، وبالنسبة لعام 2021 بأكمله ، كانت النسبة 5.2 في المائة.

وتعتبر هذه الخطة هي خارطة طريق كندا العريضة نحو تحقيق هدفها المتمثل في تقليل انبعاثات غازات الاحتباس الحراري في جميع القطاعات إلى مستوى في عام 2030 يقل بنسبة 40 إلى 45 في المائة عما كان عليه في عام 2005.

أصدر وزير البيئة الفيدرالي، ستيفن جيلبيولت مشروع قانون سيجعل خمس جميع سيارات الركاب والدفع الرباعي والشاحنات المبيعة في كندا تعمل بالكهرباء بحلول 2026.

وبحلول عام 2030 ، سيصل التفويض إلى 60 في المائة من جميع المبيعات وبحلول عام 2035 ، ستحتاج كل سيارة ركاب تباع في كندا إلى أن تكون كهربائية.

وعلى إثر هذا القانون، قد يواجه المصنعون أو المستوردون الذين لا يستوفون أهداف المبيعات عقوبات بموجب قانون حماية البيئة الكندي.

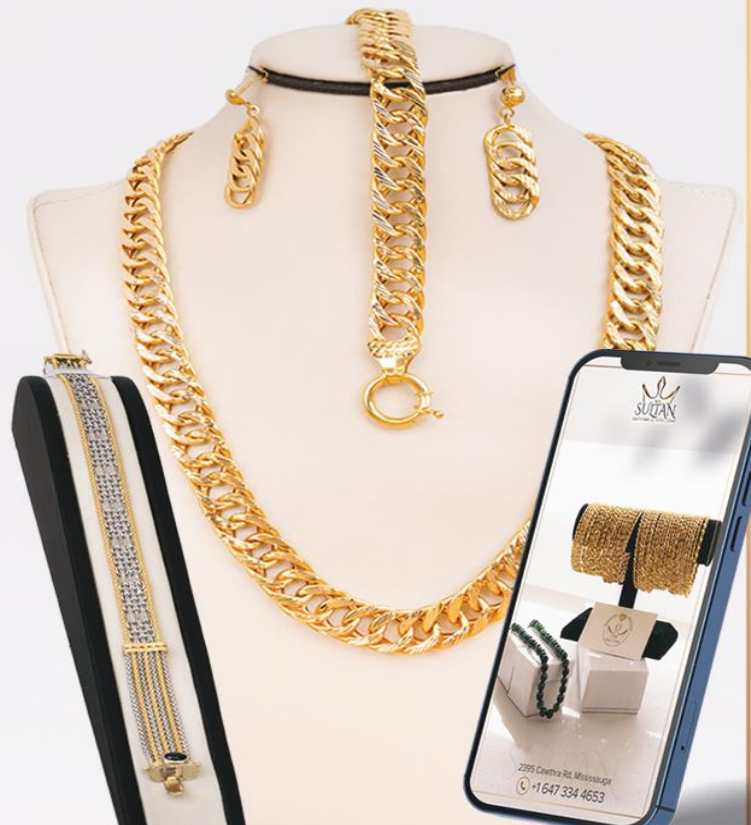


- GOLD SETS
- DIAMONDS
- BRACELETS
- RINGS


2395 Cawthra Rd, Mississauga


+1 647 334 4653


thesultanjewellery





نصائح مهمة للكنديين لضمان عدم تعطل مساحات السيارة في الثلوج

هناك اعتقاد خاطئ شائع آخر وهو أن ترك أذرع الماسحة مرفوعة عن الزجاج الأمامي لمنع التجمد أمر مفيد، ولكن هذا الأمر خاطئ، حيث يمكن أن ينكسر بسبب التجمد والرياح.

بدلاً من ذلك ، يقترح Driving.ca وضع المساحات داخل كيس بلاستيكي وتركها في وضعها الطبيعي.

وتأكد من استخراج الثلج بفرشاة أو بيدك من تحت المساحات.

ينصح موقع Driving.ca الكنديين بعدم ترك مساحات الزجاج الأمامي للسيارة مرفوعة عكس ما هو شائع لتفادي التصاقهم في الزجاج، حيث أن تركهم بتلك الوضعية قد يتسبب في تجمدهم وانكسارهم بسهولة.

وقال الموقع أن السبب الأول لفشل عمل المساحات هو ببساطة أن الناس ينسون إيقاف تشغيلهم في كل مرة يوقفون فيها سيارتهم، حتى في الأيام الجافة المشمسة.

كندا تدرس السماح للمسافرين الاحتفاظ بالإلكترونيات والسوائل في حقائبهم أثناء المرور الأمني

وجاء في بيان صادر عن هيئة النقل الكندية: "في حالة تطبيق تكنولوجيا التصوير المقطعي في كندا ، ستسمح هيئة النقل الكندية بكيفية ومتى يمكن أن تؤثر على الكنديين، ولكن لم يتم اتخاذ أي قرار في هذا الوقت".

كما هو الحال الآن ، لا يمكن للكنديين حمل السوائل أو المواد الهلامية أو البخاخات في عبوات يزيد حجمها عن 100 مل.

علاوة على ذلك ، يجب وضعها في كيس بلاستيكي شفاف ومغلق وقابل لإعادة الإغلاق لا يزيد حجمه عن لتر واحد، ولا يمكنك حمل سوى واحدة من هذه الأكياس السائلة.

وتطلب المطارات الكندية أيضاً وضع أجهزة الكمبيوتر المحمولة في صناديق أثناء مرورها عبر الأشعة السينية عند بوابة الأمن.

أكدت هيئة أمن النقل الجوي الكندية أنها تختبر تقنية يمكن أن تسمح للركاب بالاحتفاظ بالسوائل والإلكترونيات الكبيرة في حقائبهم المحمولة أثناء مرورهم عبر الأمن في المطار.

يأتي الاختبار في الوقت الذي تقول فيه بريطانيا إن التكنولوجيا الجديدة ستسمح للركاب في السنوات القادمة بحمل ما يصل إلى لترين من السوائل والمواد الهلامية، وهي زيادة هائلة عن الحد الحالي البالغ 100 مليلتر، والاحتفاظ بالإلكترونيات الكبيرة في أمتعتهم خلال الفحوصات الأمنية.

وقال المتحدث باسم CATSA إن كندا تدرس شراء تقنية مماثلة قريباً، حيث صرح : "بالنظر إلى عدد المطارات في كندا ، فإن أي اعتماد لهذه التكنولوجيا يجب أن يتم تدريجيًا بمرور الوقت".



تقرير: أسعار المنازل ستواصل الانخفاض في تورونتو الكبرى خلال 2023

يرى الخبراء أن التصحيح سيستمر في سوق العقارات بتورونتو خلال 2023، وهو ما يعني أن الأسعار ستواصل الانخفاض تدريجياً.

وبعد عام من الزيادات المستمرة في أسعار الفائدة من قبل بنك كندا وانخفاض المنازل المعروضة في جميع أنحاء البلاد، من المقرر أن يشهد عام 2023 ظروف مختلفة تماماً تترك العديد من مالكي المنازل والمشتريين المحتملين والمستأجرين في حيرة من أمرهم.

وفي هذا الصدد، يقول كيفن كريغر، رئيس مجلس إدارة تورونتو للعقارات: "أعتقد أن السؤال الكبير الذي سيطره الناس الذين يريدون شراء أو بيع منزل حول مائدة العشاء خلال الإجازات هو: ماذا أريد أن أفعل في عام 2023؟".

ومع وجود العديد من السكان في جميع أنحاء منطقة تورونتو الكبرى يراقبون عن كثب للقيام بأي تحركات متعلقة بالإسكان، يتوقع كريغر أن يكون العام المقبل نقطة تحول بالنسبة للكثيرين الذين يرغبون في دخول السوق أو إجراء تغييرات على وضعهم السكني.

وقال: "أعتقد أنه بناءً على وتيرة الحياة وتيرة النمو الواضح في السوق، ستري بالتأكيد المزيد من النشاط في عام 2023".

وتابع: "أعتقد أن استقرار الأسعار الذي اكتشفناه قرب نهاية عام 2022 سيستمر حتى عام 2023، أعتقد أن معدلات الإيجار ستظل بشكل واضح بوتيرة مرتفعة، وأعتقد أنه إذا رأينا زيادة في الطلب مع عودة الناس إلى السوق يمكن أن يوفر اتجاهًا مناسبًا للسعر في مرحلة ما في السوق".

يقول روبرت هوغ، مساعد كبير الاقتصاديين في RBC، إن العديد من أجزاء تورونتو الكبرى ستشهد توازن في السوق رغم رفع معدلات الفائدة على الرهن العقاري.

ويؤكد كامبيرون فوربس إن ارتفاع أسعار الفائدة مع ارتفاع معدلات البطالة بسبب التباطؤ الاقتصادي سيستمر في عام 2023، مما يؤدي إلى مزيد من الاستقرار في السوق.

بالنسبة للمشتريين، يشمل ذلك وجود عدد أقل من المنافسين، وانخفاض الأسعار وزيادة الخيارات في السوق.

ويوافق كريغر على أن هناك المزيد من علامات الاستقرار في السوق والتي ستستمر حتى بداية العام الجديد.

واعتباراً من نوفمبر، قال TRREB إن متوسط سعر المنزل في تورونتو الكبرى كان 1,079,395 دولاراً، وهو ما يمثل انخفاضاً بنسبة 7.2 في المائة عن نوفمبر 2021.

وبلغ متوسط سعر البيع لمنزل منفصل في تورونتو الكبرى 1,390,162 دولاراً و 708,636 دولاراً للشقة.

وفي الوقت نفسه، تتوقع Royal LePage انخفاضاً أكثر تواضعاً بنسبة 2 في المائة على أساس سنوي، حيث قد يبلغ متوسط سعر المنزل في الربع الرابع من عام 2023 1056,734 دولاراً.

من جهة أخرى، وعلى الرغم من أن أسعار المساكن من المقرر أن تنخفض في عام 2023، فمن المتوقع أن يصبح سوق الإيجارات أكثر إحكاماً العام المقبل.

تعد تورونتو ثاني أعلى سوق إيجارات في كندا، حيث بلغ متوسط إيجار غرفة نوم واحدة 2,551 دولاراً في ديسمبر، بزيادة قدرها 22.5 في المائة على أساس سنوي، وفقاً لموقع Rentals.ca.

وبلغ متوسط سعر الشقة المكونة من غرفتي نوم 3363 دولاراً في تورونتو هذا الشهر، بزيادة قدرها 21.5 في المائة على أساس سنوي.

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

الدكتورة تام: "يجب أن نكون حذرين في التعامل مع ارتفاع الكورونا وسلالات الإنفلونزا"

تقول كبيرة أطباء كندا، الدكتورة تيريزا تام، أن الكورونا لا يزال ينتشر عند مستوى مرتفع نسبيًا وقد ترتفع سلالات الإنفلونزا الأخرى في العام الجديد، ويجب على الجميع الاستعداد لهذه الموجة.

تقول الدكتورة تيريزا تام إنه في الوقت نفسه، تحتاج الحكومات إلى الاستثمار في الاستعداد للأوبئة المستقبلية والوقاية منها.

وحذرت تام الكنديين وطالبتهم بتوخي الحذر واتخاذ الإجراءات الوقائية، مشيرة إلى أن ما يحدث بعد ذلك مع COVID-19 والإنفلونزا يعتمد إلى حد كبير على الأشخاص الذين يتخذون الاحتياطات أثناء قضاء العطلات، بما في ذلك الاطلاع الدائم على التطعيمات وارتداء الكمامات في الداخل في ظروف مزدحمة أو عند رؤية أفراد الأسرة الكبار في السن والبقاء

في المنزل عندما لا تكون على ما يرام.

وصرحت بهذا الصدد: "أقول دائمًا، كما تعلم، نستطيع أن نسيطر على الوضع، يمكننا اتخاذ القرار والتأثير على مسار منحنى الجائحة، نحن نعلم ما يمكننا فعله لتقليل مخاطرها لا سيما عندما تتعرض المستشفيات لضغوط شديدة".

وأشارت تام أيضًا أن الدواء المضاد للفيروسات Paxlovid متاح للأشخاص لتقليل خطر تعرضهم لمرض شديد والاستشفاء.

وقالت: "النبا السار بشكل عام هو أنه حتى عندما ترتفع الحالات، فإن القبول في وحدة العناية المركزة والوفيات يكون منخفضًا نسبيًا، ونحن يجب أن نقلل النتائج الخطيرة ونكون أكثر حذرا".

تعويضات بـ 2.7 مليون دولار للمصابين

بأعراض خطيرة من اللقاحات في كندا

هذه هي المرة الأولى التي يكشفون فيها عن إجمالي مبلغ الدعم المالي المدفوع للمطالبين حتى الآن.

وبدأ البرنامج، الذي تم الإعلان عنه لأول مرة في ديسمبر 2020، قبول المطالبات رسميًّا في يونيو 2021.

لكي تكون مؤهلاً للحصول على تعويض، يجب أن تكون قد تعرضت لإصابة خطيرة ودائمة مرتبطة بلقاح مصرح به من قبل وزارة الصحة الكندية والذي تم إعطاؤه في كندا بعد 8 ديسمبر 2020.

ويشمل البرنامج جميع اللقاحات التي توفر الحماية من الأمراض التي يمكن الوقاية منها، بما في ذلك، على سبيل المثال لا الحصر، لقاحات الكورونا.

وتم الإبلاغ عن 52203 أعراض سلبية بعد التطعيم ضد COVID-19 في كندا منذ بدء طرح اللقاح، وفقًا لمركز الرعاية الصحية الأولية، وهو ما يمثل 0.056 في المائة من جميع الجرعات التي يتم تناولها.

كشف تقرير جديد أن برنامج دعم إصابات اللقاح الكندي VISIP قد وافق على أو دفع أكثر من 2.7 مليون دولار لمقدمي الطلبات منذ افتتاح البرنامج في عام 2021.

وحتى الآن، تمت الموافقة على 50 طلب لأشخاص تعرضوا لإصابات خطيرة ودائمة مرتبطة بلقاح مصرح به من قبل وزارة الصحة الكندية.

وبين يونيو 2021 و 1 ديسمبر 2022، تلقى البرنامج 1299 طلب، 209 منها تم تحديدها على أنها غير مقبولة لأنها إما لم تستوف معايير الأهلية أو كانت معلومات غير كاملة.

ومن بين الطلبات المتبقية، تم تقييم 221 بالكامل من قبل مجلس المراجعة الطبية للبرنامج، في حين أن 48 مطالبة قيد التقييم من قبل مجلس المراجعة الطبية و 662 مطالبة في طور جمع السجلات الطبية، والتي عادة ما تكون أطول خطوة في عملية التقييم.

وأصدر VISIP إحصاءات في وقت سابق في الصيف، ولكن



السماح لصيادلة أونتاريو بوصف أدوية

لـ 13 مرض شائع دون وصفات طبية

الشهيرة ، ارتجاع الحمض ، البواسير ، قروح البرد ، القوباء ، لدغات الحشرات والشرى ، لدغات القراد ، اللاتواءات والسلالات والتهابات المسالك البولية.

وأصدرت وزيرة الصحة سيلفيا جونز هذا الإعلان يوم الأربعاء قائلة إن هذه الخطوة ستسهل على سكان أونتاريو الحصول على "الرعاية التي يحتاجونها".

قال جونز: "لن تحتاج إلى موعد مع طبيب، لا توجد رسوم للزيارة ويمكنك بسهولة ملء الوصفات الطبية على الفور".

أعلنت وزارة الصحة الكندية أن صيادلة أونتاريو سيكونون قادرين على وصف الأدوية لعدد من الأمراض الشائعة دون موافقة الطبيب.

واعتبارًا من 1 يناير ، سيتمكن الصيادلة في جميع أنحاء المقاطعة من تقديم الوصفات الطبية على الفور ، دون تعيين طبيب ، لـ 13 من الأمراض الشائعة.

ومن بين الأمراض الـ 13 ، التهاب الأنف التحسسي ، القلاع الفموي ، التهاب الجلد ، العين الوردية ، تقلصات الدورة



الصيدلاني رامي صافي

ماهي الادوية المشمولة دون وصفات طبية في اونتاريو ؟

المعقدة، اللاتواءات العضلية، قرصات الحشرات التي تسبب مرض Lyme، مرض القوباء (مرض جلدي يصيب الرضع).

الهدف من هذه التطورات ان تجعل الحصول على الرعاية الصحية اسهل لحالات مرضية غير حرجية وذلك لسهولة الوصول للصيدلية مقارنة بغرف الاسعاف.

اذا كنتم تعانيون من اي من هذه المشاكل يمكنكم الوصول للصيدلية والحصول على العلاج المناسب بناء على بروتوكولات وانظمة اونتاريو.

تحية لكل من يحتفل باعياد الميلاد وكل عام والجميع بخير ...

كما تعلمون اصبح ابتداء من 1 يناير سيكون بمقدور الصيادلة في اونتاريو ان يصفوا ويصرفوا الادوية لـ 13 حالة مرضية .

هذه الحالات المرضية هي : حساسية الانف ، التهاب الفطر الفموي، التهاب العيون الموضعي (فيروسي و حساسية و بكتيري) ، تحسس الجلد ، اضطرابات والام الدورة الشهرية ، الارتداد المعدي او حموضة المعدة، التهاب الشفاه الفيروسي ، لدغات الحشرات، التهابات البول غير



دينا شكري

Certified holistic nutritionist, CNP
& ROHP Member of CANNP, IONC
CNS & ANS



WHAT IS CHROMIUM?

الكروميوم هو هديتي لكم في العام الجديد

ما هو عنصر الكروميوم و ما هي علاقته بمرض السكري و تأثيره على مقاومة الانسولين ؟

يحتاج جسم الإنسان إلى عنصر الكروميوم بكميات ضئيلة حيث يلعب الكروميوم العديد من الوظائف الحيوية في جسم الإنسان ومن اهم تلك الوظائف زيادة فعالية الأنسولين في الجسم وهذا يعني أن الكروميوم يفيد في الوقاية من مرض السكري و يساعد أيضاً في تنظيم نسبة الكوليسترول و الجلوكوز في الدم. و عندما ينخفض مستوى الكروميوم في جسم الانسان لا يقوم الإنسولين بوظيفته بشكل جيد، وهذا ربما يكون الخطوة الأولى لحدوث مرض السكري، و ارتفاع تخزين الدهون في الجسم و من ثم زيادة الوزن و امراض الكوليسترول و امراض القلب .. لذلك زيادة المصدر اليومي من هذا العنصر ضروري للتحكم في سكر الدم و بالتالي فهو مفيد لمرضى السكري و حساسية الانسولين ، و يساعد أيضاً في إنقاص الوزن، وأخيراً قد يخفض من مستوى الكوليسترول في جسم الانسان

فوائد الكروميوم لمرضى السكر

يقوم الكروميوم بنفس فائدة أقرص الجلوكوفاج او ما يعرف "بالميتفورمين" لمرضى السكري وبالرغم من كونه يعمل بفاعليه أقل من أقرص جلوكوفاج إلا أنه له دور كبير في تحفيز فاعلية هرمون الأنسولين. وذلك من خلال تنشيط وحث المستقبلات الخاصة بهرمون الأنسولين في خلايا الجسم للقيام باستقباله، الأمر الذي يمكن تشبيه بالطرق على الأبواب حتى يتم فتحها بسهولة من خلال زياده حساسية الخلايا و سهولة الدخول اليها.

كما أن نجاح مادة الكروميوم في علاج مرض السكري لم يقتصر على النوع الثاني فقط، بل ساعد أيضاً في انخفاض جرعة الانسولين المستخدمة والتي لا يمكن الاستغناء عنها في علاج النوع الأول أيضاً من مرض السكري حيث يتوقف تماماً إفراز هرمون الأنسولين من غدة البنكرياس في هذا النوع للعديد من العوامل الجينية أو الوراثة.

ولكن يجب التنويه إن الكروم يعزز وظيفة الانسولين و حرق السكر، بنسبه معينه فقط ولكن ذلك لا يعني أن الكروم وحده يعالج مرض السكري او حساسيه

الانسولين ولكن هو فقط يساعد في التخفيف من حدتها.

الكروم و تأثيره على الافراد الذين يعانون من اضطرابات في مقاومة الانسولين

لقد وُجد أيضاً في كثير من الدراسات، أن أخذ مكملات الكروم يحسن من مستويات الجلوكوز، و الإنسولين، حيث يبدو أن نقص الكروميوم في الجسم يزيد المقاومة ضد مفعول الإنسولين، حيث لا يستطيع الجسم استغلال السكر بشكل طبيعي، وبالتالي يحاول إفراز كمية أكبر من الإنسولين، ولكن لا يعمل الإنسولين بفعالية جيدة بسبب مقاومة الخلايا لمفعوله، والنتيجة أن يكون مستوى الإنسولين في الدم مرتفعاً، وهذا في نفس الوقت الذي يكون السكر فيه مرتفعاً أيضاً. وهذا ما يعرف بمقاومة مفعول الإنسولين، او مقاومة الانسولين مما تؤدي الى زيادة الوزن بشكل عام و خاصه البدانه المركزية (حول البطن)، تزيد بشكل كبير مما يزيد من احتمالات الاصابه بامراض القلب و السكري و ارتفاع نسبة الكوليسترول في الدم... و يقدر بعض الخبراء أن 25 % من عامة السكان يعانون من حساسية الانسولين ولكن معظم الحالات غير مشخصة.

وقد وجد في كثير من الدراسات، أن أخذ مكملات الكروميوم يمكن أن يلعب دوراً هاماً في تخفيف أعراض مقاومة الانسولين و مرض السكري. ولكن يجب التأكيد للمره الثانية إن الكروم يعزز وظيفة الانسولين و حرق السكر، بنسبه معينه فقط ولكن ذلك لا يعني أن الكروم وحده يعالج مرض السكري او حساسيه الانسولين ولكن هو فقط يساعد في التخفيف من حدتها.

تابعوا الجزء الثاني من المقال لتتعرفوا على فوائد اخرى الكروميوم و ماهي اثاره الجانبيه و من هم الافراد الذي يحظر عليهم استخدامه و ما هي اسباب نقصه و اهم مصادره الطبيعيه و الجرعات الموصى بها

دخول قرار حظر المواد البلاستيكية في كندا حيز التنفيذ

دخل قرار الحكومة الفيدرالية بحظر تصنيع واستيراد المواد البلاستيكية ذات الاستخدام الواحد رسمياً بحلول اليوم 20 ديسمبر.

ويشمل الحظر الأكياس البلاستيكية والسكاكين وأيضاً أدوات الأكل البلاستيكية التي يصعب تدويرها وأيضاً عصي الأكل، والقشاش باستثناء الطبية وأيضاً الحلقات البلاستيكية حاملة العبوات.

وتم تحديد هذه الفئات من العناصر البلاستيكية ذات الاستخدام الواحد للتخلص منها لأنها "توجد بشكل شائع في البيئة، وهي ضارة بالحياة البرية وموائلها، ويصعب إعادة تدويرها، ولديها بدائل متاحة بسهولة".

وسيؤدي هذا الحظر إلى التخلص من أكثر من 1.3 مليون طن من النفايات البلاستيكية التي يصعب إعادة تدويرها وأكثر من 22000 طن من التلوث البلاستيكي، وهو ما يعادل أكثر من واحد مليون كيس قمامة ممتلئ.



+1 (888) 929 - 2987



أكثر من 35 فرع في
عدة مدن بمقاطعة
أونتاريو لخدمتكم



FIFA WORLD CUP™ IS COMING!

#UNITED2026

الكشف عن شعار كأس العالم 2026 الذي تستضيفه كندا، المكسيك والولايات المتحدة

وتعمل الفيفا على تجنب المباريات الميئة قد تكون بين فريقين سبق لهما الفوز بالمباراة الأولى لكل منهما وحسما التأهل بالفعل للدور المقبل، ما قد يجعل المباراة بلا فائدة، أو تحقيق نتيجة تفيد كليهما وتحرم الفريق الثالث في المجموعة من التأهل.



2026
FIFA WORLD CUP
UNITED STATES | CANADA | MÉXICO

كشفت اللجنة المنظمة لبطولة كأس العالم 2026 عن الشعار الرسمي للبطولة، التي ستقام في دول أمريكا الشمالية الثلاثة كندا والولايات المتحدة الأمريكية والمكسيك.

وانتهت نسخة بطولة كأس العالم 2022 التي أقيمت في قطر، بتتويج المنتخب الأرجنتيني باللقب للمرة الثالثة في تاريخه بعد فوزه على فرنسا بركلات الترجيح بعد انتهاء الوقت الأصلي والإضافي بالتعادل 3-3.

وتم الكشف عن الشعار الرسمي لبطولة كأس العالم 2026، والذي يحمل ألوان البلاد الثلاثة التي ستستضيف المونديال.

وستقام نسخة كأس العالم 2026 لأول مرة في 3 دول، ومن 48 منتخباً، سيتم توزيعهم على 16 مجموعة.

كان فيفا قد استقر على إقامة مونديال 2026، بمشاركة 48 منتخبا لأول مرة، بدلا من 32 كما جرت العادة، وتقسم المنتخبات على 16 مجموعة، تضم كل مجموعة 3 فرق.

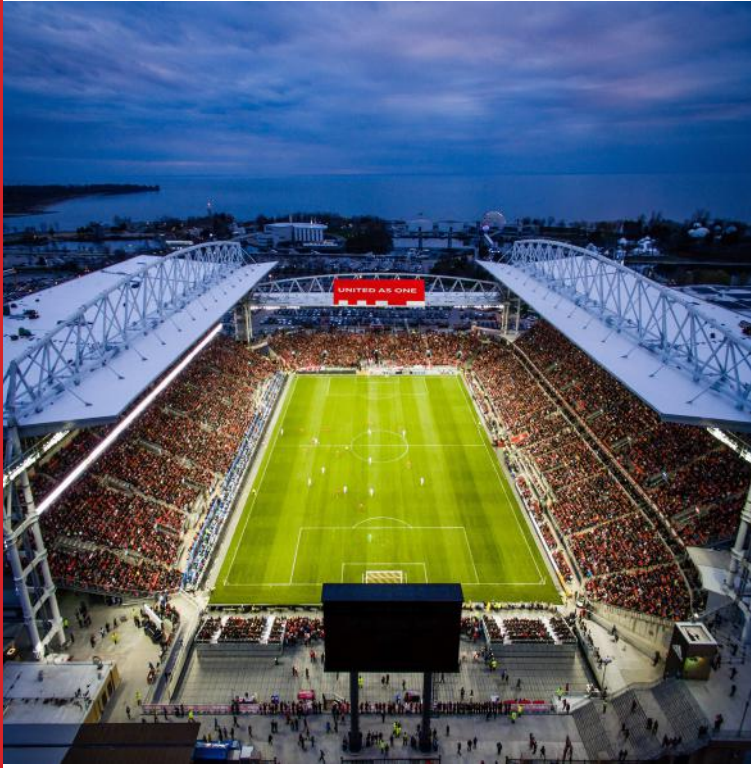
بدأ التخطيط بالفعل لكأس العالم 2026 التي ستقام في كندا، الولايات المتحدة والمكسيك، بعد اسدال الستار على كأس العالم 2022 في قطر بتتويج المنتخب الأرجنتيني.

وكانت خطة FIFA الأصلية هي استضافة الولايات المتحدة لـ 60 من 80 مباراة، مع استضافة كل من كندا والمكسيك 10 مباريات فقط.

كندا قد تستضيف مباريات أكثر في كأس العالم 2026

بموجب الخطة الأولية في 10 مباريات فقط.

وهذا يعني ثلاث مباريات إضافية لكندا ، في BC Place في فانكوفر و BMO Field في تورنتو.



ولكن الأمور تغيرت بعض الشيء، حيث ستكون بطولة كأس العالم 2026 الأكبر في التاريخ ، مع قيام FIFA بتوسيع عدد المنتخبات المشاركة من 32 إلى 48.

وبالطبع ستضمن كندا والولايات المتحدة والمكسيك المشاركة رسمياً في المونديال لأنها الدول المستضيفة.

وكانت الخطة في البداية هي إنشاء 16 مجموعة من ثلاثة فرق لكل منها، حيث سيلعب كل منتخب مبارتين فقط في دور المجموعات.

ولكن إذا قرر الفيفا اختيار 12 مجموعة من أربع دول لكل منها ، فإن مثل هذا الشكل سيشهد تأهل منتخبين في كل مجموعة ، بالإضافة إلى أفضل ثمانية فرق في المركز الثالث.

سيضمن ذلك أن يلعب كل منتخب ثلاث مباريات على الأقل مع الحفاظ على الجولة الإقصائية الموسعة المكونة من 32 فريقاً، وسيعني ذلك أيضاً المزيد من مباريات دور المجموعات للبطولة ككل ، من 48 إلى 72.

هذه زيادة قدرها 24 مباراة إذا تم المضي قدماً في الخطة، وهذا قد يعني هذا زيادة في عدد المباريات للمدينتين الكنديتين المضيفتين فانكوفر وتورنتو ، اللتين ستشاركان

MuslimDo.. Your Muslim Community App

DO EVENT
MANAGEMENT



DOWNLOAD
Now

DO PRAYER
TIME

DO TASBIH

DO LIVE
TV

MuslimDo
Do More



تعرف على مسابقة الشعر المتجمد في كندا وجوائزها!

2011، وشارك بها مجموعة صغيرة من الناس حتى تطورت وتحولت إلى حدث كبير. وفي كل شتاء، يزور الناس من جميع أنحاء العالم الينابيع الساخنة على أمل المشاركة في المسابقة.

وتبلغ درجة حرارة الينابيع 40 درجة فوق الصفر، لكن درجة حرارة الجو تصل إلى - 4 درجة فهرنهايت أو أقل.

ويتم الإعلان عن أفضل صورة للرجال وأفضل صورة للنساء والصور الأكثر إبداعاً وأفضل صورة جماعية ويحصل كل منهم على 750 دولاراً.

تشتهر مقاطعة يوكون بعبادات وتقاليد جعلتها منطقة لل جذب السياحي، وذلك لما تتمتع من الينابيع الساخنة الطبيعية والطقس البارد، حيث أقامت مسابقات الشعر المتجمد أو ما يعرف بتجميد الشعر.

بدأت المنطقة تستقطب السكان للاستحمام في الينابيع وعند الخروج في الهواء الطلق شديد البرودة فيما يؤدي إلى تجمد الشعر المبلل، حيث أصبحت هذه الممارسة شائعة وتحولت إلى منافسة سنوية يفوز بها من يستطيع تشكيل شعره المتجمد بطريقة مثيرة للإعجاب.

بدأت المسابقة الدولية لتجميد الشعر لأول مرة في فبراير

والاتصال العاطفي.

ويقول الباحثون إن "ليا 27" هي الرفيق المثالي في وقت الحاجة لأي شخص يبحث عن اتصال عاطفي استثنائي، ومستمتع رائع بفضل قدرتها الفريدة على فهم الناس والتعاطف معهم، وإلى جانب ذلك فهي متواجدة دائماً، بغض النظر عن الوقت من اليوم.

وذكر القائمون على المشروع أن "ليا 27" حققت درجات عالية في اختبار الذكاء العاطفي، مما يدل على قدرتها على التعرف على مشاعر الآخرين والاستجابة لها. علاوة على ذلك، فقد تفوقت في اختبار الذكاء، حيث أظهرت قدراتها المعرفية الفائقة.

ولسبب ما، اختار الباحثون تقديم الروبوت "ليا 27" على هيئة سيدة شقراء، وهي متاحة للحديث بعدة لغات من بينها الإنجليزية، والعربية، والألمانية، والفرنسية.

كما تساعد ليا في ملء أوقات الفراغ والعزلة، مشيراً إلى أن الذكاء الاصطناعي يكون في أفضل حالاته عندما يساعد الناس.



باحثون في كندا يخترعون روبوت على شكل امرأة تتحدث 27 لغة

ابتكر باحثون في كندا روبوتاً أنثوياً يوفر خدمات الدردشة المجانية، أطلقوا عليه اسم "ليا 27"، يستخدم الذكاء الاصطناعي للتواصل عبر الرسائل النصية أو عبر الهاتف طيلة الوقت.

ويهدف القائمون على تطوير "ليا 27" إلى إيجاد روبوت للدردشة يكون أكثر واقعية لا سيما من ناحية الذكاء



الآباء في كندا يعبرون عن مخاوفهم من تأثير TikTok على أطفالهم

وفي هذا الصدد، يقول بعض علماء النفس مثل الدكتور برنت ماكdonald إن الكثيرين ينجذبون إلى هذه الاتجاهات ويرغبون في تجربتها بغض النظر عن مدى خطورتها.

وقال ماكdonald: "يتم تقديمه علي أنه تحدي، وبالنسبة للمراهقين والشباب، يتفاعلون مباشرة ويقولون، حسنًا، لن أترجع عن التحدي، لذا سأحاول".

وتابع: "ما نراه هو أن بعض الأطفال يأخذون هذه التحديات على محمل الجد ويتابعون سلوكيات محفوفة بالمخاطر".

وبعض التحديات الأخرى التي تم الإبلاغ عنها تشمل "تحدي بيني" واتجاه "دجاج ني كويل" و "تحدي صناديق الحليب"، حيث يتسلق الناس صناديق الحليب مثل السلالم، لكنهم يميلون إلى السقوط بسبب انعدام الوزن.

والأسوأ من هذا، أنه إذا ذهبت إلى تطبيق TikTok وبحثت عن هذه التحديات، فلن تجد أي شيء تم الإبلاغ عنه وإزالته.

وتقول أم كالغاري هذه إنها لاحظت عندما تستعمل ابنتها TikTok و Snapchat كثيرا، ينعكس هذا على سلوكها واختيارها للكلمات.

ويقترح ماكdonald أن يراقب الآباء عن كثب سلوك أطفالهم، وحتى الانضمام إلى التطبيق ومراقبة النشاطات والتحديات والتأثيرات السلبية.

عبر العديد الآباء الكنديين عن قلقهم بسبب تأثير إدمان تطبيق TikTok على أبنائهم المراهقين مع الحوادث المثيرة للجدل والخطيرة المتعلقة به.

وتشارك إحدى الأمهات من كالغاري مخاوفها وتقول أن المنصة أصبحت هوس متزايد يتجه لخطورة أكبر على عقول المراهقين والشباب.

وقالت الأم لطفلين ورفضت الكشف عن هويتها: "لا يمكنني أن أثق في هذا التطبيق وتأثيره السلبي على الأطفال، ولكن ماذا بإمكانني أن أفعل؟ الشيء الوحيد الذي يمكنني فعله هو أنه يمكنني فحص هاتفيهم كل بضعة أيام ... لمعرفة ما يحدث، ولكن أعرف أن ابنتي تذهب للمنصة عبر الموقع الإلكتروني، وليس بالضرورة التطبيق، وهنا لا يمكنني المراقبة كل دقيقة من اليوم، هذا أمر مستحيل ويجعلني أشعر بالعجز".

ولا تقتصر المخاوف على المحتوى فحسب، بل تشمل أيضا بعض تحديات TikTok التي تثير مخاوف الآباء، وتسبب في وفاة عدة أطفال وشباب عبر العالم.

ومن بين التحديات المخيفة، هو حبس الأنفاس حتى فقدان الوعي، حيث شهد هذا التحدي العديد من الوفيات في الولايات المتحدة، بما في ذلك صبي يبلغ من العمر 12 عاماً في كولورادو وفتاتان صغيرتان في ويسكونسن.

كندا تسجل رقما قياسيا في انتاج شراب القيقب خلال 2022

القيقب في البلاد، حيث أنتجت 72.3 مليون لتر، بزيادة 59.1 في المائة عن عام 2021، وهو رقم قياسي جديد للمقاطعة.

وأبلغ المنتجون في نيو برونزويك عن زيادة بنسبة 3.2 في المائة في حصاد القيقب في عام 2022، كما شهدت أونتاريو، ثالث أكبر منتج للقيقب في كندا، عوائد تاريخية عالية في الأجزاء الشمالية من المقاطعة، مما ساهم في زيادة الإنتاج بنسبة 27.7 في المائة إلى 2.7 مليون لتر.

وجد تقرير عام 2020 الصادر عن الزراعة والأغذية الزراعية أن كندا تنتج ما يقرب من ثلاثة أرباع شراب القيقب في العالم، تليها الولايات المتحدة.

كشف تقرير حديث صادر عن مكتب الإحصاء الكندي أن انتاج شراب القيقب في كندا بلغ مستويات قياسية بـ 79.1 مليون لتر في 2022.

ويمثل محصول هذا العام زيادة بنسبة 53.8 في المائة عن عام 2021 وهو أعلى محصول على الإطلاق من 2008 على الأقل.

وكانت كيبك وراء انتاج أكثر من 91 في المائة من شراب



لبنى شعبان

لايف كوتش

حب = تعلق = ارتباط = زواج = حياة؟

حب من لا نحمل له المودة

أشار تعالى في كتابه الحكيم إلى العلاقات الزوجية في عدة آيات تذكر منها على سبيل المثال:

"وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ" صدق الله العظيم

تعلّمنا وحفظنا أن أصل الزواج هو المودة والرحمة والسكينة. فإن انتفى أحد هذه الأصول أو جميعها، انتفت صلاحية الزواج. وأصبح ممكناً لأي من الزوجين طلب الطلاق الذي شرّعه الله حفاظاً على مشاعر الاحترام بين الزوجين وحرصاً على أن يربي الأبناء في أقل ضرر نفسي ممكن. فأغلب من تربي في منزل غارق بالمشاكل وأصوات الشجار وقلة الاحترام قضى ما تبقى من عمره في التشافي من تلك الجراح النفسية العميقة..

أقول هذا وأبدأ به مقالي وأنا أدرك أهمية استمرار هذه النواة الاجتماعية التي تبقى مهما حاولنا تهميشها نواة المجتمع الأساسية، مهما تطور أو تخلف. مشكلتي مع كثير من العلاقات التي لازلت أحاول سبر أغوارها وكشف أغوارها هي كيف تطورها. الزواج عهد وميثاق غليظ بين الطرفين أمام الله والأهل والمجتمع، يتعهد فيه الزوج بالرعاية والحماية وتقديم الحياة المناسبة للزوجة، وتتعهد هي بمنحه العصمة والطاعة حبا وطواعية. لم يكن المقصد منه يوماً أن يحيا الطرفان سجينان محكومان حكماً مؤبداً لا فكاً منه. بنيت الحياة على حسن الأخلاق وحسن العشرة. وتناسينا بشكل أو بآخر أن أي علاقة سيكون فيها ثلاثة أطراف حتماً يعملون معاً بتناغم ليتطوروا ويرتقوا في هذه الحياة. لا ليدوب أحد الأطراف ويختفي في فضاء الطرف الآخر. كل العلاقات فيها الطرفين المعتادين الشريكين. أما الطرف الثالث فهو العلاقة التي تعتبر كينونة كاملة مستقلة بحياتها كالطفل الأول، إن لم يحرص الطرفان على خدمتها وتغذيتها وتهذيبها وتحديد شكلها ماتت.

كيف سنتعامل بحب مع أزواج لا نحمل لهم المودة في قلوبنا. أزواج اعتادوا الاستهزاء بمشاعرنا، والتقليل من قيمتنا، واحتقارنا، واستغلالنا جسدياً، ونفسيّاً، ومادياً. هل هذا ممكن؟ أثبتت العديد من التجارب أن هذا ممكن، بمعنى أننا قد نتمكن من تصحيح مسار علاقتنا. لن أطلب أو أشجع امرأة أو رجلاً على الاستمرار بعلاقة تحمل التعنيف الجسدي والنفسي أبداً. في النهاية لكل زوجين خطوطاً حمراء يرسماتها ويحظر تجاوزها من أي أحد. ما حدث ويحدث في مجتمعاتنا اعتبار الكثير من النساء أن بقائها في علاقة تتعرض فيها للعنف يقع تحت بند واجبها الديني المقدس. لكن الرحمن

الرحيم لم يأمر أحداً بظلم نفسه. هناك طاقة للاحتمال ترتفع وتقل باختلاف الأشخاص. لكن وبرغم وجود كل المؤشرات على انتهاء علاقة ما. نجد أن بعض السيدات تصر على المحاولة. لا زالت ترغب في عيش شعور يشغف وإثارة مرحلة شهر العسل، والحفاظ على كيان أسرتهما. أحياناً يمكننا النجاح بتجديد هذه العلاقة إن وضعنا بعض النقاط على الحروف. مثلاً كيف تتمكن من منح هذا الشريك الذي يعاملك بكل هذا الاستخفاف مشاعر الحب؟

بالتأكيد لن تحمل مشاعر دافئة باتجاه شخص يكرهك. لكن بإمكانك القيام بأفعال تنم عن الحب اتجاههم. هذا بالنهاية يبقى اختياراً. فأنت بالنهاية لا تدعي أن هذا التصرف هو فعلاً نابع من مشاعر عميقة. ما تحاول فعله هو فتح مجال لاحتمالات تحسين العلاقة وأسلوب الحياة.

إن كان زواجك وارتباطك يمر بمشاكل عميقة وترغب في محاولة تصحيح العلاقة، يتوجب عليك الالتزام التام و بإرادتك الكاملة لتقوم بهذه المحاولة. في النهاية لا يوجد ضمان بأنها ستنتفع. ستعاني من ألم ورفض أكثر مما تخيلت، لكن بالمقابل قد تربح زواجاً صحيحاً وسعيداً. حدد أولوياتك واجرد حساباتك وقرر. قد تحتاج ستة أشهر على الأقل:

1- اسأل الشريك: كيف يمكنك أن تكون زوجاً/ زوجة أفضل. بغض النظر عن رد فعل الشريك أو جوابه. استمر في البحث عن رغبات الشريك وتنفيذها من كل قلبك. أكد للشريك نقاء دوافعك

2- عند تلقيك لأي رد فعل إيجابي من الشريك. ستعلم بأنك تحرز تقدماً. كل شهر اطلب طلباً محدداً واحرص أن يكون سهلاً وواضحاً، وأن يتناغم هذا الطلب مع لغتك الخاصة في الحب. كقضاء ساعة بالتنزه في الحديقة العامة التي تحبها معاً. وهذا ما سيبدأ بملء خزان حبك الفارغ.

3- عندما يبدأ الشريك بالتجاوب معك وتنفيذ طلباتك. ستتمكن من التجاوب معه بإرادتك وبمشاعرك. دون أن تبالغ، استمر بتقديم التغذية الراجعة وكلمات الدعم الإيجابية طوال الوقت.

4- عندما يبدأ زواجك بالتعافي وتعمق العلاقة بينكما. تأكد من ألا تسترخي وتتناسى لغة حب شريكك. فأنت لا زلت على الطريق. حدد مواعيد لتقوما معاً بتقييم الوضع في علاقتهما. وتحديد نقاط التطور، وأين يتوجب العمل أكثر لأن هذا الرباط بني على نية الديمومة والاستمرارية. إن لكل أمرٍ ما يسعى ولنا في الحياة لقاء... دمتم 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

هكذا أصبحت شلالات نياجرا بعد موجة البرد والثلوج!

ورغم ذلك من المستحيل تجميد الشلالات كلها، واقتصر الأمر على بعض الزوايا فقط.

وحسب مسؤولي الشلالات، عندما تكون درجات الحرارة أقل من درجة التجمد، يمكن أن تتشكل قشرة من الجليد فوق الماء وتجعلها تبدو كما لو كانت متجمدة بالكامل، على الرغم من استمرار تدفق المياه تحت الجليد.

تسببت موجة البرد الشديدة التي ضربت أونتاريو في تحويل شلالات نياجرا إلى أرض العجائب بعدما تجمد كل شيء تقريباً.

ومع العاصفة الثلجية القوية وانخفاض درجات الحرارة والجليد، فلا عجب أن الشلالات الشهيرة أصبحت نصف مجمدة بألواح من الجليد والضباب.



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