



## كلمة العدد..

### حرب ترمب التجارية، سيف ذو حدين؟

الفرق بتدابير كمركية وغير كمركية دفاعاً عن مصالحها التي تذهب 83% من صادراتها إلى أميركا، وعبرت الصين عن غضبها الشديد ورفضها للقرار، ووعدت بتقديم شكوى عاجلة إلى (منظمة التجارة العالمية)، واتخاذ التدابير الوقائية لحماية مصالحها، وفرض رسوم 15% على واردات الفحم والغاز الطبيعي المسال و10% على النفط الخام والمعدات الزراعية وبعض السيارات اعتباراً من 10 شباط الجاري.



منصور السناوي

الخلاصة: الإجراءات التهورية التي أقرها ترمب هي سيف ذو حدين، فهي تضر المستهلك الأمريكي ويؤدي إلى فقدان مئات الآف الوظائف في البلدان الثلاثة وزيادة التضخم، وذلك أشعل فتيل حرب تجارية عالمية تهدد الإقتصاد الدولي برمته، بسبب أن هذه الدول تستفيد بشكل غير عادل من التجارة مع أميركا حسب قوله، وإن مخدر الفتانيل التي توفر الصين المواد الكيميائية في تصنيعه والمكسيك بتربيته عبر الحدود الذي تسبب الجرعات الزائدة منه الآف الوفيات.

وهناك شركات متضررة من هذا الإجراء وستقاضي الحكومة الأمريكية أمام منظمة التجارة العالمية، وتقوض الاستقرار السائد إلى مديات غير مسبوقة.

وبعد المكالمات الهاتفية مع رئيسة وزراء المكسيك كلوديا شينباوم، ورئيس الوزراء الكندي المستقيل جستن ترودو وتعهدهما لتشديد الرقابة الحدودية، تم تأجيل الإجراءات لمدة 30 يوماً.

وزيادة القول أن الكل متضرر من هذه الإجراءات، ويقوض العلاقات التاريخية الحميمة بين البلدين المجاورة، وإعادة النظر عبر المفاوضات من قبل الخبراء في الإقتصاد والسياسة والأمن هو عين الصواب، فهل يفعلوا؟؟؟

التاريخ والجغرافية والعلاقات الحميمة بين كندا والولايات المتحدة، هي مشتركات لا غنى للبلدين عن بعضهما في شتى المجالات، لكن وعود ترمب للناخبين الأمريكيين أثناء حملته الانتخابية، دفعته للوفاء بوعوده حال تسلمه السلطة، وهي فرض رسوم 25% على جميع الواردات من كندا والمكسيك، باستثناء النفط الكندي ومنتجات الطاقة وهي 10%، علماً بأن حوالي 60% من الواردات الأمريكية من النفط الخام تأتي من كندا بالإضافة للرسوم الأمريكية الحالية، ولو نفذت هذه الإجراءات ستكلف المستهلك الأمريكي الكثير. كما قرر فرض 10% على الواردات من الصين، وهدد ترمب بفرض رسوم على الإتحاد الأوروبي، لكن الناطق باسم الإتحاد عبر عن أسفه لكونها مؤذية لجميع الأطراف، وتؤدي إلى إرتفاع التضخم وأسعار الفائدة، وإضعاف اليورو.

ويعتقد الكثير من المراقبين إن إجراءات سلطات الطوارئ التي أقرها ترمب بسبب الهجرة غير الشرعية والمخدرات القاتلة منها الفتانيل التي تدخل أميركا، هي إجراءات ضغطية على جارتيه كندا والمكسيك ليس إلا.

وردت كندا بأنها ستفرض رسوم 25% على البضائع الأمريكية بقيمة 155 مليار دولار، ورفضت كندا عرض ترمب بضم كندا لتصبح الولاية 51 من أميركا رفضاً قاطعاً. وردت المكسيك على

## المشاركة في إنتخابات اونتاريو، واجب وطني

الجديد دون تغيير تقريباً.

وقال 40% من المستجيبين أن فورد خيارهم الأول لمنصب الحاكم، بينما قال 24% أنهم يفضلون زعيمة الحزب الليبرالي بوني كرومبي وقال 15% من المستجيبين أنهم يختارون ماري ستايلز زعيمة الحزب الديمقراطي و7% زعيم حزب الخضر مايك شراينر وظل 9% غير حاسمين أمرهم.

الخلاصة : هل يجب علينا الذهاب إلى صناديق الإقتراع؟

الحقيقة إنه واجب وطني وحق من حقوقك لإختيار من يمثلك، كما إنه يترك أثراً طيباً في سجلك كمواطن حريص على الوطن ومتفاعلاً فيما يخص مستقبلك ومستقبل اولادك واحفادك.

إذا المشاركة الفاعلة مطلوبة للتأثير على مصادر القرار، وتبيان ثقل الجالية، ليحسب الناخب ألف حساب لمدى فاعليتها وتأثيرها في المستقبل، لضمان حقوقها جنباً إلى جنب المواطنين الكنديين، فهل وصلت الرسالة ؟ نتمنى ذلك من الأعماق.

تغطية : منصور سناوي



ستجري إنتخابات مبكرة في مقاطعة اونتاريو، بطلب من رئيس الحكومة دوج فورد، للحصول على التحويل لمواجهة احتمالية فرض ترمب رسوماً قدرها 25% على الصادرات الكندية حسب زعمه، وسيكون 27 شباط الجاري اليوم الأخير لمعرفة الفائز، ليكون بالتالي رئيس الحكومة لأربع سنوات قادمة، علماً بأن فورد كان قد فاز بحكومة الأغلبية في سنة 2018 و2022 على التوالي بالأغلبية.

وحسب الإستطلاعات التي أجرتها شركة نانوس، تبين أن حزب المحافظين بقيادة دوج فورد لا زال متقدماً بفارق كبير، ولما كانت الأرقام تتغير كل يوم حسب قناعة الناخبين وإداء المرشحين، فقد كانت كالتالي 44% للمحافظين و29% للحزب الليبراليين و2.5 نقطة وظل الديمقراطي الخضر.

وقال نيك نانوس كبير علماء البيانات في التحليل المصاحب، أن المحافظين حققوا زيادة 1.2 نقطة بينما إنخفض الليبراليين 2.5 نقطة وظل الديمقراطي

## Issue Contents

Science & Technology .....	p 16
World News .....	p 17
Canada News .....	p 18
Local News .....	p 19
Cover Page .....	p 20

Discover engaging articles in this special issue! Enjoy diverse content across both Arabic and English sections for an insightful and enjoyable read.

اكتشفوا مقالات شيقة في هذا العدد المميز! محتوى متنوع بانتظاركم في القسمين العربي والإنكليزي لقراءة ممتعة ومفيدة.

## محتويات العدد

شؤون كندية .....	ص 3
مكليات .....	ص 4
أخبار ساخنة .....	ص 5
أفاق وأصوات .....	ص 6
حول العالم .....	ص 7
بحوث وتقارير كندية .....	ص 8
الواحة الثقافية .....	ص 10
الواحة الثقافية .....	ص 12
طب و اكتشافات علمية .....	ص 13
عالم الرياضة .....	ص 14
استراحة الظهرية .....	ص 15

www.zaylaw.com

ZAYOUNA  
LAW FIRM

PERSONAL INJURY  
COMMERCIAL LITIGATION

Results  
Relationships  
Recovery



We Can Help!

نستطيع المساعدة!

• Slip and Fall Injuries

• Serious Motor Vehicle Accidents

• Long Term Disability

• Commercial Litigation

416 622 HELP

Century21 Request Realty Inc 606  
**THE PROPERTY  
COUSINS**

**Buying or Selling ?**



تأمين شراء وبيع كافة أنواع العقارات

السكنية, والتجارية

تأمين أفضل القروض المالية بأقل نسبة فوائد

معنا لا يوجد ما هو مستحيل !

REAL ESTATE EXPERTS LIKE NO OTHER !



BROKER

519-991-6667

توفيق حسون



SALES REP

519-992-7726

ممدوح حسون

## متفرقات تغطية منصور سناطي

## فريلاندا: إلغاء الضريبة على مشتري السكن الأول..

لأول مرة، إذا أصبحت رئيسة الوزراء. ويمكن للشباب توفير 7500 دولار إذا وصلت قيمة السكن مليون ونصف عند شراء منزلهم الأول.

واعلنت زميلتها المرشحة لزعامة الحزب الليبرالي، كارينا جولد عن خطة إسكان ثلاثية الركائز للحد من التشرذم أو القضاء عليه، وزيادة المعروض من المساكن ودعم المشتري الأول، وينتهي سباق الزعامة في 9 مارس القادم.



تعهدت كريستيا فريلاندا تخفيض الضريبة على السلع والخدمات لمشتري المنازل

## يضرم النار بملجاً ويهدد الشرطة بالسكاكين في هاملتون

بسكاكين كبيرة، وتسكع في بهو جيش الخلاص في يورك بوليفارد، وتسبب الحريق بإضرار تقدر بـ 150 ألف دولار، ودخل مركز جاكسون سكوير ثانية ليواجه حراس الأمن بشأن الإعتداء، وعند رفضه للإمتثال أخرج سلاحاً نارياً مقلداً مهدداً بإطلاق النار، لكن الشرطة سرعان ما ألقت القبض عليه ووضعته تحت الاعتقال، ليواجه 25 تهمة جنائية بما فيها الحرق العمد.



أقدم رجلاً يبلغ 27 عاماً على إضرام النار بملجاً للمشردين في هاملتون، ثم عرج على مركز قريب وسلح نفسه

## ترامب ينشر الخريطة الأمريكية الجديدة..

كندا، قائلاً: أوه كندا. وهذا يعني إستعمال القوة الإقتصادية واصفاً إنها خطوة إيجابية على الصعيد الأمن القومي.

لكن ترودو المستقيل وزير خارجيته ميلاني جولي قال إن كندا لن تتحني أمام تهديدات ترامب، ولن تكون كندا جزءاً من الولايات المتحدة على الإطلاق.



الخريطة الترابية الجديدة تظهر ضم

## إستعدادات أحزاب المعارضة للانتخابات الفدرالية الكندية

ويذكر أن الحزب الديمقراطي الجديد، سحب دعمه لحكومة جستن ترودو في نهاية الجلسة البرلمانية، وهذا يعني يمكن أن يلعبوا دوراً حاسماً في الانتخابات المقبلة.

وتؤكد الإستطلاعات تقدم المحافظين بقيادة بيار اوليفر ويجعلهم مرشحين أقوى للفوز بتقدمهم بـ 21 نقطة على حزب الأحرار.

وهناك إنتخابات بلدية في عدة مقاطعات مثل نيوفاونلاند ولابرادور والبيرتا وكيبك.



هناك الكثير من التحضيرات للانتخابات المقبلة في كندا، ومن المتوقع إجراء إنتخابات في هذا الربيع، لأن الحكومة الحالية بقيادة جستن ترودو تواجه تحديات كثيرة، ولكن لا تسقط إلا بإتفاق أحزاب المعارضة ودعم دعوة حزب المحافظين لسحب الثقة عن الحكومة.

## الأغذية الكندية، تحذر من منتج فلافل من شركة سلطان



وكالات: أعلنت وكالة التفتيش الغذائي الكندية (CFIA) عن استرجاع منتج "فلافل مقلية مع صلصة الطحينة" من علامة "سلسلة سلطان"، وذلك بسبب احتوائه على مادة الفول السوداني التي لم يتم الإعلان عنها على العبوة. وقد تم استرجاع هذه المنتجات بعد تلقي شكوى من أحد المستهلكين، حيث تم الإبلاغ عن حالة تفاعل تحسسي مرتبطة باستهلاك هذا المنتج.

**نصائح للمستهلكين:** أوصت وكالة التفتيش الغذائي الكندية المستهلكين بعدم استخدام أو بيع أو توزيع المنتجات المتأثرة. كما يجب على الأفراد الذين يعانون من حساسية تجاه الفول السوداني أو لديهم حساسية غذائية محتملة عدم تناول هذه المنتجات، حيث قد تتسبب في ردود فعل خطيرة أو مهددة للحياة.

**إجراءات التصرف في المنتجات المسترجعة:** ينبغي على المستهلكين الذين لديهم هذه المنتجات إما التخلص منها أو إعادتها إلى المكان الذي تم الشراء منه.

**متابعة التحقيقات:** تقوم وكالة التفتيش

ببيع هذه المنتجات في بعض المقاطعات الكندية مثل أونتاريو ونيوفاونلاند ولابرادور والبيرتا. وينبغي

متابعة التحقيقات: تقوم وكالة التفتيش

الغذائي الكندية حالياً بإجراء تحقيق في سلامة الغذاء، وقد تؤدي هذه التحقيقات إلى استرجاع منتجات أخرى في حال تم اكتشاف مشكلة مشابهة فيها.

## مدينة كالكري هي الأعلى في الجرائم العنيفة..



والإعتداء باستخدام السلاح.

اما فيما يتعلق بجرائم الممتلكات كالسطو والسرقة وسرقة المركبات، فكانت فانكوفر في المرتبة 6 و كالكري في المرتبة 7 وتورنتو في المرتبة 27 ومونتريال في المرتبة 30. وسجلت وينيبك أعلى معدل الجريمة العنيفة على مستوى كندا بمعدل 675 جريمة لكل مائة ألف شخص وهو أكثر من ضعف المعدل الوطني البالغ 262 جريمة لكل مائة ألف شخص، وحسب التقرير اعلاه كانت مدينة لينتيرج في البرتا أعلى مرتبة فيما يتعلق بجرائم الممتلكات على المستوى الوطني بواقع 5521 جريمة لكل مائة ألف شخص وهو أكثر من ضعف المعدل الوطني البالغ 2513 جريمة لكل مائة ألف شخص.

قائمة الجرائم المرتبطة بالممتلكات.

ومن بين المدن الحضرية الـ 36 احتلت كالكري المرتبة 11 من حيث الجرائم العنيفة، لكنها كانت الأولى بين أكبر خمس مدن، واحتلت فانكوفر المرتبة 16 في الجرائم العنيفة، ومونتريال المرتبة 18 وتورنتو المرتبة 24 من حيث عدد السكان، والتي تشمل القتل والسرقة

في تقرير لمعهد فرارز أن مدينة كالكري سجلت أعلى معدلات الجرائم العنيفة بين أكبر 5 مدن كندية، وذكرت البيانات الصادرة بين 2019 و 2022 وهي الأحدث المتاحة والمدن هي: تورنتو ومونتريال وفانكوفر واوتاوا - كاتينو وكانت كالكري هي الأعلى معدلاً في الجرائم العنيفة، أما فانكوفر فتصدرت

## مئات الكنديين ضحايا نصب هاتفية..

تصل إلى ملايين الدولارات.

استخدمت في عملية الاحتيال تقنية تُعرف باسم "انتحال هوية المتصل"، حيث يتم تزوير رقم الهاتف الظاهر على شاشة الضحية، مما يدفعها للإجابة على المكالمات معتقدة أنها من جهة موثوقة.

وأضافت الشرطة أن المتهمين استخدموا أيضاً عدة طرق احتيالية أخرى، بما في ذلك التصيد الإلكتروني عبر البريد الإلكتروني (Phishing) وعبر الرسائل النصية (Smishing).

ولم يتم حتى الآن الكشف عن المبلغ المالي الدقيق الذي حصل عليه الزوجان من خلال هذه العمليات.

وأوضحت الشرطة أن منصورى وعلوة استخدمتا موقع "iSpooof.cc"، المصمم لعرض هوية متصل مزيفة، لتنفيذ مكالماتهما الاحتيالية. على الرغم من أن الموقع يضم حوالي 38,000 مشترك، يُعتقد أن منصورى وعلوة من بين أكثر 50 مستخدماً نشطاً في العالم.

ونفذ فريق التحقيق في الجرائم الإلكترونية



زعمت الشرطة الملكية الكندية (RCMP) أن مئات الأشخاص في كندا تعرضوا للاحتيال بملايين الدولارات من قبل اثنين من سكان تورنتو.

وأفادت الشرطة أن الزوجين، اللذين يواجهان تهماً جنائية، استخدمتا التكنولوجيا لإخفاء رقم هاتفهما، ما مكنتهما من انتحال صفة بنك أو وكالة حكومية أو جهة أمنية لخداع الضحايا ودفعهم لتسليم مذكراتهم.

وقالت الشرطة إن شكيب منصورى، البالغ من العمر 29 عاماً، وماجدولين علوة، البالغة من العمر 31 عاماً، احتالا على ما لا يقل عن 570 شخصاً بمبالغ

التابع لشرطة أونتاريو منكرات تفتيش في تورنتو، حيث داهمت الشرطة منزل المتهمين.

وتمّت مصادرة العديد من الأجهزة الإلكترونية، والتي ستخضع للتحليل للكشف عن أي جرائم إضافية محتملة.

وتتوقع الشرطة أن يرتفع عدد الضحايا المتأثرين بهذه العملية مع تقدم التحقيقات.

وُجهت إلى منصورى وعلوة تهم جنائية متعددة، بما في ذلك الاحتيال، وغسيل الأموال، والحباسة غير المصرح بها لبائعات بطاقات الائتمان، إلى جانب تهم أخرى تتعلق بالاحتيال.

ومن المقرر أن يمثل كلا المتهمين أمام المحكمة عن بُعد يوم الجمعة.

وقالت لنا دابت، المقتشة المسؤولة عن فريق التحقيق في الجرائم الإلكترونية لدى RCMP في تورنتو: "إن تأثير هذا النوع من الجرائم الإلكترونية مدمر لعائلاتنا ومجتمعاتنا".

وأضافت: "أشجع جميع الكنديين على حماية أنفسهم من خلال تعلم كيفية البقاء آمنين عبر الإنترنت"

## منظمة المجموعة الكندية التكاملية:

### حضور غداء ومناقشة حول مستقبل تطوير مدينة وندسور

استفاد مدينة وندسور من هذه الروابط لتعزيز وضعها الاقتصادي.

من بين الحضور المميزين كان السيد ألفونسو توشيبا، عضو مجلس الإدارة التنفيذي لمجلس التجارة الكندي العراقي، الذي أضاف حضوره بعداً إضافياً لهذا الحدث من خلال تسليط الضوء على أهمية الروابط الاقتصادية لمدينة وندسور على المستويات المحلية والدولية.

أسهمت الفعالية في تحفيز تبادل الأفكار بين المشاركين، حيث تم التركيز على كيفية تعزيز النمو المستقبلي للمدينة ودورها في التجارة الدولية، مما يضع مدينة وندسور كلاعب رئيسي في التنمية الاقتصادية للمنطقة.

البارزة، بالإضافة إلى قادة الأعمال من مدينة وندسور والمدن المجاورة، وكذلك من مدينة تورونتو.

وكان المتحدث الرئيس في الحدث هو صاحب السعادة السيد درو ديلكنز، عمدة مدينة وندسور، الذي استعرض خلال كلمته المستقبل الواعد للمدينة، والفرص المتاحة للنمو والتطور في مختلف المجالات.

تمحورت النقاشات خلال اللقاء حول العلاقات السياسية بين كندا والولايات المتحدة وكيف تؤثر هذه العلاقات على التجارة الثنائية بين البلدين. كما تم التطرق إلى التأثير غير المباشر للعلاقات الدولية على الاقتصادات المحلية، وسبل



كان من دواعي فخر مجموعة «المجموعة الكندية التكاملية» حضور غداء اجتماعي ولقاء مخصص حول تطوير مدينة وندسور المستقبلي، والذي نظّمته غرفة تجارة وندسور إسيكس. وقد تميز الحدث بحضور العديد من الشخصيات السياسية والاقتصادية

## نشاطات منظمة المجموعة الكندية التكاملية ...

### د. صباح يعقوب (محاضرة بعنوان: أمراض القلب)



القي الدكتور صباح يعقوب أخصائي القلب والباطنية، محاضرة قيمة حول أمراض القلب، موضحاً أقسام القلب والأمراض التي يتعرض لها والأغذية التي تضر القلب والأوعية الدموية، وكيفية المحافظة على صحة القلب والشرايين والأوردة، كما أوضح بعض طرق العلاج الحديثة، فكانت بحق محاضرة مفيدة جداً، أعقبها فترة الأسئلة ومداخلات الحضور، التي أغنت المحاضرة بشكل موضوعي، سرّ بها الحضور لفائدتها التي تهم الجميع، ووعده الدكتور صباح أن يحاضر كل شهر نزولاً على رغبة الحضور مشكوراً، ودعماً للمنظمة الكندية التكاملية.

### منصور سناطي: (محاضرة بعنوان أفة المخدرات)



وحاضر السيد منصور سناطي حول أفة المخدرات، وتقدم شرحاً عن أنواع المخدرات، وتأثيرها على الأعصاب والأثار الاجتماعية والنفسية والسلوكية التي تتركها على المجتمع والعائلة، وأعطى العراق مثلاً: وما يحدث في العراق من إنتشار المخدرات بكل أنواعها، وخاصة بين الشباب، وما تقوم به الحكومة من إجراءات للحد من هذه المشكلة الكبيرة، وكيفية منع دخول المخدرات عبر حدود دول الجوار، وإجراءات التأهيل للمتورطين بهذه المشكلة وكيفية علاجهم، ثمّ أعقبها الأسئلة والمداخلات.

### موران مايك وفا: (إجازات السياقة في كندا)



قدّم السيد موران مايك وفا محاضرة مُسَهِّبة حول إجازات السياقة بدءاً بالدخول إلى مدرسة السياقة، وكيفية الحصول على (ال جي 1) و (ال جي 2) وإجازة (ال جي)، والمدة المطلوبة لكل منها وأسعارها، والفرق بين التامين في حالة الحصول على شهادة مدرسة السياقة والتي قد ينخفض لحد 40%، ثمّ تلتها الأسئلة والمداخلات، ووعده بإلقاء محاضرة حول القوانين الجديدة مستقبلاً بالتنسيق مع المنظمة الكندية التكاملية.

### منصور سناطي: (محاضرة حول انتخابات اونتاريو)



القي السيد منصور سناطي محاضرة حول أهمية المشاركة في انتخابات اونتاريو كحق وواجب وطني لكل مواطن حاصل على الجنسية الكندية، والتطوع في اعمال الانتخابات، كمساهمة لإنجاح العملية الانتخابية، وتطرق المحاضر إلى الفرق بين الفدرالية والكونفدرالية وانتخابات المقاطعات، والأسباب الموجبة التي دعت للانتخابات وكل ما يتعلق بالعملية الانتخابية، وكان مسك الختام توضيح من قبل الأستاذ غسان ساكا حول مراكز الإقتراع في شرق مدينة ونزر وغربها، وكذلك توفير المنظمة لوسائل النقل لكل من يرغب بإيصاله لمركز الإقتراع وإعادته أيضاً .

في الختام، تعرب منظمة المجموعة الكندية التكاملية عن عميق شكرها للدكتور صباح يعقوب، السيد منصور سناطي، والسيد موران مايك وفا على محاضراتهم القيمة التي أثرت الحضور بمعلومات غنية ومفيدة. كما نتشّن تفاعل الحضور من خلال الأسئلة والمداخلات التي أغنت النقاشات وأثرت الفائدة. إن التزام المنظمة بتوفير محاضرات دورية يعكس حرصنا على نشر المعرفة وتعزيز الوعي، وهو ما نأمل أن يكون له الأثر الكبير في المجتمع. نتطلع إلى المزيد من هذه الفعاليات التي تسهم في رفع مستوى الوعي وتبادل المعرفة بين أفراد المجتمع.

## انتخابات أونتاريو: أهمية دور المواطن وانخراط الجالية العربية في ونزر

السياسية، وأهمية اطلاع المواطنين على القائمة المحدثة للمرشحين من خلال زيارة المواقع الانتخابية الرسمية أو الاتصال بمكاتب الحملة الانتخابية.

**أهمية الانتخابات ودور الجالية العربية:** في ظل هذه الانتخابات الحاسمة، سيلعب أبناء الجالية العربية دوراً مهماً في تحديد مستقبل المقاطعة. تُعتبر المشاركة الفعالة في العملية الانتخابية فرصة لتعزيز التمثيل السياسي للجالية وضمان سماع أصواتهم في قضايا مثل التعليم، الصحة، والإسكان. كما تساهم المشاركة في بناء جسور التواصل بين مختلف الثقافات وتعزيز التعايش المجتمعي.

دعا السيد ساكا جميع أفراد الجالية إلى الانخراط في الانتخابات والتصويت بفعالية لضمان تمثيلهم في البرلمان والمساهمة في بناء مجتمع متكامل يسوده التعايش والاحترام المتبادل.

ختاماً، يظل دور المواطن في الانتخابات أساسياً في ضمان استمرار الديمقراطية وتشكيل مستقبل أكثر إشراقاً للجميع. لمتابعة المزيد من النقاشات حول الانتخابات، يمكنكم مشاهدة الحلقة الكاملة من «مباشر مع لونا» عبر قناة يوتيوب للمنظمة.



بالتحقق من مراكز الاقتراع المتاحة عبر الموقع الرسمي للهيئة الانتخابية لمقاطعة أونتاريو، لمعرفة الأماكن التي يمكن للناخبين الإدلاء بأصواتهم فيها واختيار ممثليهم في البرلمان. وأكد على أهمية المشاركة في الانتخابات كفرصة للمواطنين للتعبير عن آرائهم حول القضايا السياسية والاجتماعية التي تؤثر على حياتهم اليومية، واختيار الأشخاص الذين سيتمثلون المدينة في البرلمان.

في حلقة «مباشر مع لونا» بتاريخ 18 فبراير 2025، استضافت الأستاذة لونا بولص السيد غسان فؤاد ساكا، رئيس منظمة المجموعة الكندية التكاملية، لمناقشة دور المواطن في الانتخابات البرلمانية لمقاطعة أونتاريو. تناولت الحلقة نشاطات المنظمة في خدمة الجالية الكندية من أصول مهاجرة، وخطتها المستقبلية لتعزيز التكامل المجتمعي.

**مراكز الاقتراع في وندسور وضواحيها:** مع اقتراب موعد الانتخابات البرلمانية في أونتاريو، نصح السيد ساكا المواطنين في مدينة وندسور وضواحيها

وأشار إلى التنافس الكبير بين عدد من المرشحين من مختلف الخلفيات

## يوم العائلة لجمعية باطنايا ..

في السادس عشر من شهر فبراير الجاري، وعلى أرضية بناية 877 واكر رود، اجتمعت العائلات للاحتفال بيوم العائلة، تلبية لدعوة الأستاذ غسان ساكا. حضر العديد من العائلات للاحتفال معاً، وجلبوا معهم مجموعة من الأطعمة المتنوعة مثل المعجنات، السلطات، الحلويات، بالإضافة إلى الأطعمة والمشروبات التي أعدها الأستاذ غسان ساكا.

كان اللقاء فرصة رائعة للاستمتاع بما لذ وطاب من الطعام والشراب، حيث استمر الاحتفال من الساعة الرابعة عصراً حتى حوالي الساعة الثامنة ليلاً. ورغم الطقس البارد والتلوج التي غطت الشوارع والأزقة، استمتع الحضور بالأجواء الدافئة والأنغام التراثية الجميلة التي أضفت على اللقاء طابعاً خاصاً.

في الختام، ودّع الحضور بعضهم البعض كما استقبلوا من كرم الضيافة والترحيب، معبرين عن أملهم بتكرار مثل هذه اللقاءات في المستقبل.



## تصاعد الاشتباكات على الحدود اللبنانية السورية والجيش اللبناني يرد على القصف



بين الأمن السوري وعشائر الهرمل، باستخدام أسلحة متنوعة. كما شهدت منطقة مطرية إطلاق صواريخ من الجهة السورية على المناطق اللبنانية الحدودية.

وطالب مختير قضاء الهرمل في بيان لهم من الدولة والجيش اللبناني اتخاذ التدابير اللازمة لحماية المواطنين اللبنانيين. وأكدوا أن المنطقة الحدودية تعرضت لقصف من الأراضي السورية، ما أسفر عن سقوط شهداء وجرحى.

من جهته، أكد نائب رئيس بلدية جوار الحشيش الحدودية، علي جهجاه جعفر، أن المواطنين اللبنانيين غادروا بلدة جرماش بسبب المعارك، مشيرًا إلى أن المناطق المحاذية للحدود تتعرض للقصف العشوائي من قبل المسلحين السوريين، موضحة التزامهم بالوقوف خلف الجيش اللبناني.

أما في بلدي القصر وسهلات الماء، فقد تصاعدت الاشتباكات على وقع القذائف المدفعية والصاروخية التي استهدفت المنطقة، وهي مناطق لبنانية يسكنها غالبية من عشيرة آل جعفر. كما أكد أن حاجز الجيش اللبناني في سهلات الماء تعرض للقصف.

أكدت المصادر أن العشائر اللبنانية تلتزم بتعليمات الجيش اللبناني بالابتعاد عن الحدود والامتناع للتوجهات العسكرية. في الوقت ذاته، أفادت الوكالة الوطنية للإعلام بأن أهالي بلدة الشواغر حرقوا الإطارات لمنع مرور صهاريح المحروقات المتجهة نحو الأراضي السورية.

كانت المعارك قد بدأت عندما شن الأمن العام السوري حملة تشييط في القرى الحدودية السورية، مستهدفة عصابات التهريب، قبل أن تصاعد الاشتباكات ويصدر بيان من العشائر يطالب السلطات السورية بمنع تهريب السوريين وإحراق منازل اللبنانيين في تلك القرى.

المصدر: وكالات

دفع الجيش اللبناني بتعزيزات عسكرية إلى الحدود الشمالية الشرقية في ظل تصاعد القصف من الجانب السوري خلال الساعات الأخيرة، قبل أن تتخفف حدة الاشتباكات في وقت لاحق. فيما تستمر الاتصالات بين البلدين بهدف التهدئة، عقب اتصال بين الرئيس اللبناني جوزيف عون والرئيس السوري أحمد الشرع.

بدأت المعارك عندما شن الأمن العام السوري وقوات العمليات العسكرية حملة تشييط في القرى السورية الواقعة في ريف حمص الجنوبي الغربي، وهي مناطق حدودية مع شمال شرقي لبنان. وقد أسفرت الحملة عن مواجهات مع العشائر في المنطقة، ما دفع الجيش اللبناني للتدخل.

فيما قالت مصادر مطلعة إن هناك اتصالات على أعلى المستويات لوقف التصعيد، أشار مصدر عسكري إلى أنه لا يوجد قرار بوقف إطلاق النار بل على العكس، يتم اتخاذ إجراءات لإخلاء القرى الحدودية. وأوضح المصدر أن الاشتباكات تتراجع في الليل بسبب الطقس وتعود للشدة في النهار.

بعد تراجع حدة الاشتباكات، عادت المواجهات للارتفاع، حيث أعلن الجيش اللبناني أنه رد بـ«الأسلحة المناسبة» على قذائف أطلقت من سوريا نحو لبنان. وأوضح الجيش في بيان له أن عمليات إطلاق القذائف على مناطق لبنانية محاذية للحدود تكرر، مشيرًا إلى أن وحدات الجيش تواصل الرد، وتنفذ تدابير أمنية مشددة على الحدود مثل تسيير دوريات وإقامة حواجز مؤقتة.

كما أفادت الوكالة الوطنية الرسمية بسقوط صاروخ في محيط بلدة الكواخ وقذيفة داخل مدرسة قنافذ الرسمية، مشيرة إلى اشتباكات عنيفة بين مسلحي عشائر البقاع وعناصر الأمن السوري عند بلدة مطربا.

دارت الاشتباكات على جميع محاور الحدود اللبنانية السورية، من ساقية جوسية وصولاً إلى جرود الهرمل

## ترمب يهدد حماس بـ'فتح أبواب الجحيم'

إذا لم تفرج عن الرهائن الإسرائيليين

يكونوا هنا في الوقت المحدد، فإن أبواب الجحيم ستُفتح.

وأشار ترمب إلى أنه قد يتواصل مع رئيس الوزراء الإسرائيلي بنيامين نتنياهو بشأن المهلة التي حددها، ولكنه لم يوضح التفاصيل بشأن تهديده، مكتفياً بالقول "حماس ستكتشف ما أعنيه". وعند سؤاله عن إمكانية التدخل المباشر للقوات الأميركية ضد حماس، قال ترمب "سنرى ما سيحدث".

في سياق متصل، تحدث ترمب عن إمكانية قطع المساعدات عن مصر والأردن في حال لم يوافقا على استقبال اللاجئين الفلسطينيين، مؤكداً أنه يعتقد أن الأردن سيكون مستعداً لاستقبالهم. كما اقترح خطة غير تقليدية تتضمن تهجير جميع سكان غزة للسيطرة على القطاع وتحقيق مشاريع تطويرية عقارية تحت إشراف الولايات المتحدة.

ورغم هذه التصريحات، جددت مصر موقفها الثابت الرافض لأي مساس بحقوق الشعب الفلسطيني، بما في ذلك حقه في تقرير المصير والبقاء على أرضه وأستقلاله، وذلك في أعقاب لقاء بين وزير الخارجية المصري بدر عبد العاطي ووزير الخارجية الأميركي ماركو روبيو في واشنطن.

المصدر: وكالات



عن الرهائن. وقال إن الأمر يعود إلى إسرائيل لتقرر ما إذا كانت ستجدد الهدنة الهشة مع حماس. وأضاف "بالنسبة لي، إذا لم يتم تحرير جميع الرهائن في الوقت المحدد، فيجب إلغاء الهدنة وفتح أبواب الجحيم".

وأكد الرئيس الأميركي ضرورة أن تفرج حماس عن جميع الرهائن الإسرائيليين دفعة واحدة، وليس على مراحل. وأضاف "نريد عودتهم جميعاً، وأنا أتحدث عما يعينني شخصياً، ويمكن لإسرائيل أن تتجاهل ذلك، لكن بالنسبة لي، إذا لم

وصف الرئيس الأميركي، دونالد ترمب، تهديد حركة حماس بتأخير إطلاق سراح الرهائن الإسرائيليين بأنه "مروع"، محذراً الحركة الفلسطينية من عواقب وخيمة، حيث توعد بـ"فتح أبواب الجحيم" إذا لم يتم إعادة جميع الرهائن الإسرائيليين في وقت قريب.

وفي تصريحات أدلى بها أثناء لقاء مع الصحفيين في البيت الأبيض، اقترح ترمب على إسرائيل أن "تلغي" اتفاق وقف إطلاق النار الذي تم تفعيله في قطاع غزة، في حال عدم التزام حماس بالإفراج

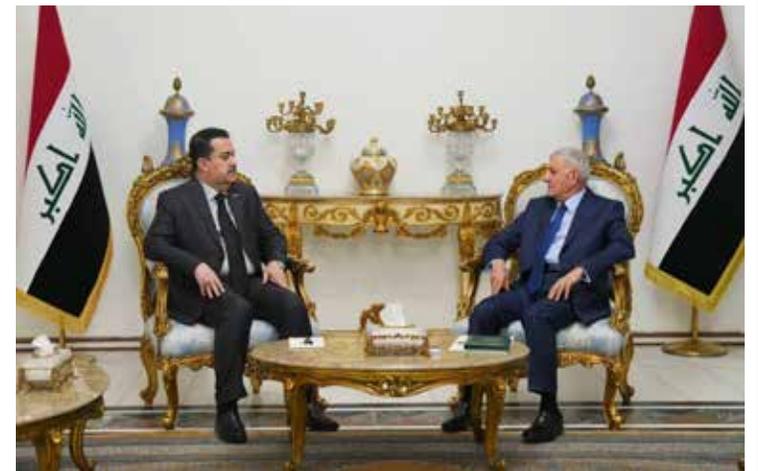
## الرئيس العراقي يرفع دعوى قضائية ضد رئيس وزرائه بسبب تأخير رواتب موظفي كردستان

تسجيلها بتاريخ 20 يناير (كانون الثاني) الماضي، ولكن الإعلان عنها تم مؤخراً نتيجة للإضراب الذي ينفذه المعلمون في الخيام وتدهور الحالة الصحية لبعضهم.

وأضاف توفيق أن الدعوى تتضمن طلباً للمحكمة بإصدار أمر ولائي عاجل لصرف رواتب موظفي إقليم كردستان بشكل منتظم ودون انقطاع. كما أشار إلى أن الدعوى لا تأخذ في اعتبارها الإجراءات الفنية المتعلقة بالمراجعة والتدقيق والرقابة، واعتبرتها عاملاً غير مبرر لتأخير صرف الرواتب.

وقد أثار هذا الموضوع قلقاً واسعاً في الأوساط الحكومية والشعبية، خاصة في ظل الظروف الاقتصادية الصعبة التي يعيشها موظفو الإقليم، ما دفع الرئيس عبد اللطيف رشيد إلى اتخاذ هذه الخطوة القانونية، التي تهدف إلى ضمان حقوق الموظفين وتحقيق استقرار مالي في الإقليم.

المصدر: وكالات



رفع الرئيس العراقي، عبد اللطيف رشيد، دعوى قضائية أمام المحكمة الاتحادية

ضد رئيس الوزراء محمد شياع السوداني ووزيرة المالية في حكومته، وذلك بسبب التأخير في دفع رواتب موظفي إقليم كردستان.

وفي تصريح للمدير العام لدائرة العلاقات والمنظمات الدولية في رئاسة الجمهورية، هاورى توفيق، أوضح أن "الدعوى تم

## شكراً سيد الرئيس على مساعدتكم لأهل كاليفورنيا.

وان كانت أجوره 30 دولاراً في الساعة. وأن أقل إيجار لغرفة واحدة يتراوح بين 1800 دولار 2000 دولار شهرياً.

نحن بحاجة ماسة للمساعدة في هذه الظروف الصعبة التي نمر بها أو يمر بها مواطنين الولاية.

زيادة الأسعار في المواد المستوردة من كندا وهي مصدر مهم في توريد الخشب الذي هو الأساس في بناء الوحدات السكنية.

– أذا يجب أن تخفض الأسعار ومساعدة الذين فقدوا بيوتهم وأعمالهم، على الأقل في الوقت الراهن، والنظر في ذلك في المستقبل.

– وضع خاص لعمال الزراعة ووقف ترحيلهم لحين وجود بديل لهم، وإلا فإن وضع الزراعة في هذه الولاية سوف يتدهور، يمكن عمل اتفاقيات تجارية بين الولاية والحكومة المكسيكية لإيجاد بديل لهذه المشكلة.

– نعم يجب ترحيل ذوي المشاكل وأصحاب الجرائم خارج حدود البلد. أم الذين يعملون بشكل منظم وليس لهم أية مشاكل فيجب النظر بوضعهم الحالي، أم قبولهم كمهاجرين ومنحهم الأوراق الرسمية والبقاء هنا أو يعملون في مواسم الزراعة ببعود بين أصحاب الأعمال والحكومة المكسيكية. نأمل من حكومتنا النظر في هذه القرارات وإعادة النظر في هذه الضرائب، وخاصة لجيراننا الشماليين والجنوبيين، نحن بحاجة إلى التفاهم وليس الاستعلاء، نحن بحاجة إلى الأصدقاء وليس الأعداء نحن بحاجة إلى جيران طيبين وليس عدائين نحن بحاجة إلى حب وليس الكراهية.

أن حكومة الولايات دائماً لها الحكمة والمقدرة دائماً على حل الأمور والمشاكل بصورة صحيحة.

بالمواطن الأمريكي) والقادم من الولايات الأخرى) فن ارتفاع الإيجارات في هذه الولاية كبير جداً . وقد فقدنا الآلاف من المنازل وإعادة بنائها سيطول، أذا من سيقوم بالمهمة وكيف سيكون حال ولايتنا في الأيام والسنين القادمة، فرض ضرائب على البضائع المستوردة ربما تكون فكرة جيدة في الأمد البعيد، ولكن نحن بأمرنا الحاجة إلى المساعدة الآن في الوقت الحالي. فمن أين تأتي المساعدة، فإذا طردنا المواطن المكسيكي الذي يعمل ليل نهار وبأقل الأجور في المزارع وكذلك في بناء المنازل وهم الشريان الأكبر في هذه الولاية، وبدونهم فإن باون الطماطم سيكون بسعر عشرة دولارات إن لم يكن أكثر، وفس على ذلك كم يكلف بناء المنازل أن لم يكن لدينا هؤلاء العمال.

في الحقيقة نحن في ورطة كبيرة في هذه الولاية فقد حكمت الطبيعة علينا بأقصى الظروف وكذلك الحكومة. وأن حل هذا الموضوع سوف لن يكون سهلاً على الكل وسنجد أياماً صعبة جداً ومرهقة، وعسى أن تأتي الحكومة بأفكار أخرى قد تساعد هذه الولاية، وكذلك بتغيير وضع الضرائب المفروضة على جيراننا من جهة الشمال والجنوب وفك القيود على البضائع المستوردة وعدم فرض هكذا ضرائب عالية جداً والتي ستكون غاية في الصعوبة للعيش في هذه الولاية.

صحيح كما أشرنا في البداية بأن زيادة الضرائب قد تعيد البلد في السنين القادمة، ولكن وضعنا الحالي لا يسمح بذلك فنحن مفيدون الآن من جميع الجهات وهذه القوانين الضرائبية سوف تزيد من معاناتنا سوا في الزراعة أو البناء، ومن الصعب جداً بأتيان مواطنين من ولايات أخرى للعمل في هذه الولاية لأن الإيجارات مرتفعة وباهظة ولن يكون بمقدور المواطن من ولاية أخرى أن يقاوم هذه الأسعار، حتى



منصور قرياقوس

تمر هذه الولاية بأصعب فترة زمنية في تاريخها إلا وهي أحداث الحرائق التي مرت خلال الشهر الماضي أو على الأقل هذه السنة، لقد خسرت الولاية أكثر من 16 ألف منزل وعمل تجاري، وقد قدرت الخسائر بأكثر من 200 بليون دولار، وقد استبشرنا خيراً بأن الحكومة سوف تقوم بمساعدة أبناء الولاية في إعادة بناء دورهم والرجوع إلى أعمالهم السابقة. ولكن على العكس من ذلك فقد فرضت الحكومة ضرائب كبيرة على الدول المحيطة بالولاية من جهة الشمال كندا ومن جهة الجنوب المكسيك.

لكن كيف تتأثر ولاية كاليفورنيا بهذه الزيادة في الضرائب.

فمن الناحية الاقتصادية فإن الولاية سوف تتأثر تأثيراً مباشراً وواضحاً من الآن فقد زادت الأسعار بشكل ملحوظ في ولايتنا، وان الشركات سوف لن تنتظر اللحظة الأخيرة في زيادة الأسعار فقد زادت بالفعل، من هذا اليوم. وهي بداية شهر شباط، رغم أن الرئيس قد أرجع القرار إلى 30 يوماً آخر للبحث في الموضوع.

وكما هو معروف فان كاليفورنيا هي الشريان الأكبر في الولايات لتوزيع الفواكه والخضراوات، والهجرة ستكون لها وقع أكبر على الاقتصاد مباشرة إذا تم تفسير هؤلاء المهاجرين، أم إذا استعينا

## لماذا لايجوز للرجل الزواج من امرأه أميه!!



سمير رمزي شعيا

طعام صحي (لاقدر الله) فسيتعين عليك ان تخبرها بما يجب طهيها، لايمكنها البحث في كوكل او زيارة مدونات الطعام او فهم اي شئ من البرامج الغذائية، سيكون لك البؤس والشقاء!

بالاضافه إلى السلبات الأخرى للزوج من المرأة الأميه او الرجل الأمي على سبيل المثال حواجز الاتصال الفكري والتي تتجسد في صعوبة التواصل خاصة في الأشكال المكتوبة والتي دورها ستؤثر على الفعاليات اليومية وصنع القرار.

ايضاً الفرص الوظيفيه المحدوده وهي قد يكون لدى الشريك الأمي فرص عمل اقل مما يؤثر على الاستقرار المالي والتخطيط المستقبلي للأسره.

وإذا اردنا التحدث عن التحديات التعليميه للأطفال، فإذا كنت تخطط لإنجاب أطفال فقد يواجه شريك الأمي صعوبه في المساعدة في تعليمه مما قد يؤثر على الأداء الأكاديمي للأطفال.

كذلك الوصمه الاجتماعيه، فقد تكون هناك وصمه عار مجتمعيه مرتبطه بالزواج من شخص امي، مما يؤثر على مكانتك الاجتماعيه او علاقاتك مع الآخرين.

والنقطه الاخيره هي الاعتماد على الشريك الا وهي قد يصبح الشريك الأمي اكثر اعتماداً على شريكه في أداء المهام التي تتطلب القراءه والكتابه، مما يخلق خللاً في العلاقه.

الى العزب المحترمين لايفكرون مرتين ابتعدوا عن هؤلاء النساء فالأفضل لك ان تكون في منزلك وحيداً افضل من زواجك من امرأه اميه عنده حيث يكون سقف توقعاتها منك اعلى من مستواها، فإذا كنت لاتزال تعتقد أن المرأة المتلقه مزجه، فتزوج من امرأه اميه على مسؤوليتك الخاصه!

ماهي اسوء نتيجه للزواج من امرأه متعلمه؟ ان فكرة «النتيجه الاسوء» من الزواج من امرأه متعلمه يمكن ان تكون ذاتيه وتعتمد على وجهات النظر والظروف الفرديه.

وبالرجوع الى المرأة الأميه فان من اسوء التحديات التي تنشأ عن الزواج بهذه المرأة فهو التفاوتات الفكرية فهناك تفاوت فكري كبير قد يؤدي إلى مشاعر عدم الكفاءه او الاستياء لدى اي من الجانبين، في الحقيقه لا يوجد اي مؤيد للزواج من شخص امي.

واخيراً وصلت إلى وجهه نظري وهي انك اذا كنت شخصاً متعلماً فأبحث عن متعلماً مثلك فأنت لانتحاج ان تمتهن وظيفة المعلم طوال حياتك.

لاينبغي للرجال ان يتزوجوا من امرأه اميه مهما ادعوا انهم واقعون في الحب، الحب ليس له اهميه في هذه المرحله، حيث يجب حظر هذا الهراء الذي يُسهل على النساء الغير متعلمات التعامل معه، اذا لم يكن لديها شهادة او دبلوم او درجة علميه انساها!

فإذا لم يكن لديها الصبر والعزم والتصميم للذهاب إلى المدرسه فكيف سيكون لديها الطاقه اللازمه لمواصله الزواج؟

تصر بعض النساء الاميات عند سؤالهن بأنه لم تتح لهن الفرصه للحصول على التعليم المناسب ويمكن القول ايضاً ان البعض نشأ في ظروف قاسيه للغاية ولهذا السبب حملن في سن 15 عاماً وتزوجن في سن مبكره، ولكن دعونا لاندخ أنفسنا، اذ بعض النساء لديهن حساسيه تجاه التعليم . لقد سنحت لهم الفرص لكنهم اهدروها، فلماذا الزواج من مثل هذه المرأة؟

ستكون حياتك بائسه خالصه مع امرأه اميه .الى جانب كونك الخاسر الوحيد ستحتاج الى مساعدة الأطفال في واجباتهم المدرسيه طوال الوقت، هل يجب ان اخبرك ان اطفالك سيكون لديهم جينات سيئه مثل جينات أمهاتهم؟

هذا بالاضافه انه سوف لن تكون لدى الزوج اي محادثه فكرية مع زوجته الأميه لذا سيكون أضحوكة بين اقاربه لأنهم سيقولون ان زوجته غير متعلمه سيكون اختيارها للترفيه المنزلي اقل بكثير من المستوى المطلوب واشاهد أفلاماً او برامج دون المستوى المطلوب وهذا بدوره يؤثر سلباً على أطفالها.

مالم تكن أباً عملياً يملئ على أطفاله مايجب ان يشاهدوه ويفرأوه، فإن اطفالك سيواجهون تحديات فكرية حتى إذا قمت بالاشتراك في أفضل باقة ترفيه منزلي فسوف يظنون ملتصقين الى الأبد ببرامج من الدرجه الثالثه.

دعونا لاتحدث حتى عن كيف سيكون النظام الغذائي للأسره ستقتصر معرفتها الغذائية على ماتقله جدتها وامها.

اذا كنت بسبب سوء الحظ مصاباً بمرض السكري او تعاني من مرض مزمن في القلب او تحتاج إلى تناول

## السياحة في كندا

### ويسلر بلاك كومب: الثلوج تزين شتاء كندا

مدينة للمشاة فقط: استكشاف بكل راحة

ميزة فريدة من نوعها في ويسلر بلاك كومب هي أنها مدينة مخصصة للمشاة فقط. هذا يسمح للزوار بالتجول بحرية في شوارعها المتناغمة، حيث يمكنهم زيارة المتاجر المحلية أو التمتع بالمطاعم التي تقدم أشهى الأطباق الشتوية في جو دافئ. الأجواء الهادئة تجعل من المدينة مكاناً مثالياً للتمتع بالوقت مع العائلة أو الأصدقاء بعيداً عن ضوضاء حركة المرور.

تجربة شتوية لا مثيل لها

ويسلر بلاك كومب ليست فقط مكاناً للترجل، بل تقدم أيضاً تجربة شتوية غنية بالأنشطة الثقافية والمهرجانات التي تقام طوال العام. المدينة تجمع بين المغامرة والهدوء، مما يجعلها واحدة من أكثر الوجهات الشتوية المفضلة في كندا.

في النهاية، تظل ويسلر بلاك كومب وجهة متكاملة لعشاق الشتاء والطبيعة الخلابة، حيث يمكن للزوار الاستمتاع بأنشطة متنوعة في مكان يزخر بالجمال الطبيعي والمغامرة.

الجدول الذي يربط بين جبلين رئيسيين، حيث يتيح للزوار فرصة الاستمتاع بمناظر طبيعية رائعة لا يمكن مقاومتها. يمكن للمسافرين الاستمتاع برحلة على الجدول عبر الجبال المغطاة بالثلوج، والغابات الكثيفة، والوديان العميقة التي تجعل من هذه الرحلة تجربة لا تُنسى. المناظر التي يمكن رؤيتها من الجدول هي من بين الأفضل في كندا، مما يضيف بعداً آخر للاستمتاع بالطبيعة.

منتجع التزلج: للمتزلجين من جميع المستويات

منتجع التزلج في ويسلر بلاك كومب هو أحد أبرز معالم هذا المكان، حيث يقدم مسارات متنوعة تناسب جميع المستويات. سواء كنت مبتدئاً أو محترفاً، ستجد في المنتجع مساراً يناسب مهارتك. بالنسبة للمتزلجين المتقدمين، تقدم المنطقة العديد من المنحدرات الوعرة التي توفر تحديات مثيرة. كما يمكن للزوار الاستمتاع بأنشطة أخرى مثل التزلج على الجليد أو المشي على الثلج، ما يجعل المكان جاذباً لكل م عشق المغامرة في الأجواء الشتوية.



تعتبر منطقة ويسلر بلاك كومب واحدة من أبرز الوجهات الشتوية في كندا وأمريكا الشمالية، حيث تشتهر بمنتجها الضخم للتزلج على الجليد. يقع المنتجع على بُعد ساعتين فقط شمال مدينة فانكوفر، وبعد من أكبر منتجعات التزلج في المنطقة، ما يجعله وجهة مثالية لعشاق الرياضات الشتوية. يتميز المنتجع بتضاريسه المتنوعة التي توفر للزوار تجربة فريدة، مما يجذب الآلاف من السياح كل عام للاستمتاع بتجربة شتوية استثنائية.

الجدول: مناظر طبيعية خلابة

من أبرز معالم ويسلر بلاك كومب هو



Published Monthly by The  
Integrative Canadian Group Organization

تصدر شهرياً عن  
منظمة المجموعة الكندية التكاملية



**Proprietor** صاحب الامتياز

غسان فؤاد ساكا  
Khassan F. Saka

**Editor in Chief** رئيس التحرير

منصور السناطي  
Mansoor Sanaty

amb.news.media@outlook.com

**Editorial Team** اسرة التحرير

حسام الصعوب  
Hossam Alsoub

منصور قرياقوس  
Mansoor Qaryaqos

قيصر السناطي  
Qaysar Sanati

وديع زورا  
Wadee Zora

كارلا النجم  
Karla Alnajm

فارس السردار  
Faris Alserdar

**Layout & Design** تصميم واخراج

الزا مراديان Elza Mouradian

**Head Office** المكتب الرئيسي

877 Walker Road  
Windsor, ON N8Y 2N5

Phone: (519)254-2000

amb.news.media@outlook.com

Published articles express the views  
of their owners.

They do not necessarily reflect the  
opinion of the newspaper.

The newspaper is not responsible for the  
content of advertisements

المقالات المنشورة تعبر عن وجهة نظر  
أصحابها ولا تعبر بالضرورة عن رأي الجريدة.  
الجريدة غير مسؤولة عن محتوى الإعلانات.

Single Issue: 50 cents

Annual Membership: \$20, including delivery!

Stay informed and enjoy the convenience  
of doorstep delivery by subscribing today.

## تصريحات هيفسيث حول دور الولايات المتحدة في أوكرانيا



كما شدد على ضرورة أن تتحمل أوروبا "القسم الأكبر" من المساعدة المستقبلية لأوكرانيا، مؤكداً أن الولايات المتحدة لن تقبل بعد اليوم "بعلاقة غير متوازنة" داخل الناتو.

وأشار هيفسيث إلى أن الولايات المتحدة تظل ملتزمة بالتحالف وتؤيد الشراكة الدفاعية مع أوروبا، لكنه أضاف: "لن تقبل الولايات المتحدة بعد اليوم بعلاقة غير متوازنة تشجع الارتهاان".

المصدر: وكالات

أكد وزير الدفاع الأميركي، بيت هيفسيث، أن الولايات المتحدة لن تتشر قوات في أوكرانيا كجزء من أي اتفاق سلام مستقبلي، واصفاً العودة إلى حدود أوكرانيا ما قبل عام 2014 وعضوية كييف في حلف شمال الأطلسي (الناتو) بأنها أهداف "غير واقعية".

خلال اجتماع لدايمي أوكرانيا في بروكسل، صرح هيفسيث: "لكي نكون واضحين، كجزء من أي ضمان أمني، لن يتم نشر قوات أميركية في أوكرانيا".

## الأمم المتحدة: 53 مليار دولار ضرورة لإعادة إعمار قطاع غزة بعد الحرب



طلب الجمعية العامة للأمم المتحدة، أكد الأمين العام أنطونيو غوتيريش أن "المبالغ اللازمة للنهوض بقطاع غزة وإعادة إعمار ما دمرته الحرب على المدى القصير والمتوسط والبعيد تقدر بنحو 53.142 مليار دولار". وأضاف غوتيريش أن التمويل الضروري للمرحلة القصيرة خلال الأعوام الثلاثة المقبلة يقدر بحوالي 20.568 مليار دولار.

المصدر: وكالات

أفاد تقرير صادر عن الأمم المتحدة بتاريخ 11/2/2025 بأن تكلفة إعادة إعمار قطاع غزة، الذي دمرته الحرب الأخيرة بين إسرائيل وحركة "حماس"، ستتجاوز 53 مليار دولار. وتشمل هذه التكلفة أكثر من 20 مليار دولار مخصصة لإعادة الإعمار خلال الأعوام الثلاثة الأولى، وفقاً لما ذكرته وكالة الصحافة الفرنسية.

وفي التقرير الذي تم إعداده بناءً على

## أوكرانيا تحتفل حاسوبياً أهنيًا بتجسس التجسس لصالح روسيا



أعلن جهاز الأمن الأوكراني عن اعتقال ضابط رفيع المستوى كان يعمل جاسوساً لصالح روسيا.

ووفقاً لرئيس الجهاز، فاسيل ماليوك، في رسالة مصورة نشرها الجهاز، فإن الشخص المعتقل كان يشغل منصب رئيس مقر مركز مكافحة الإرهاب التابع لجهاز الأمن الأوكراني.

وأضاف ماليوك أن الجهاز وثق 14 حالة من نقل المعلومات إلى موسكو قام بها هذا الشخص، مشيراً إلى استخدام المشتبه به كذلك لنقل معلومات زائفة إلى الجانب الروسي.

ويواجه الجاسوس المزعوم الآن عقوبة تصل إلى 15 عاماً في السجن بتهمة الخيانة العظمى.

تجدر الإشارة إلى أن جهاز الأمن الأوكراني قد كشف في وقت سابق عن 12 عميلاً يتجسسون لصالح روسيا لرصد مواقع مقاتلات إف-16 وأنظمة الدفاع الجوي في أنحاء أوكرانيا.

كما تم اعتقال ضابط آخر في أكتوبر 2024 بتهمة التجسس لصالح روسيا، حيث كان مهمته تحديد مواقع القوات الأوكرانية ومدفعتها في مدينة بوكروفسك وما حولها.

تأتي هذه الاعتقالات في إطار جهود أوكرانيا المستمرة للتصدي للتجسس وتعزيز أمنها الوطني في ظل النزاع المستمر مع روسيا.

المصدر: وكالات

## استطلاع يكشف عن تباين في شعبية الرؤساء الأميركيين الأحياء



الرئيس، حيث انخفضت تصنيفاته بشكل مطرد بعد تنصيبه في يناير 2021.

من ناحية أخرى، حصل ترمب على تصنيفات شعبية أعلى مرتين فقط منذ أن بدأت "غالوب" في تتبع تصورات الجمهور له في عام 1999، وهو حالياً متعادل مع الرئيس السابق بيل كلينتون.

فيما يتعلق بالرؤساء الأحياء الآخرين، حقق الرئيسان السابقان باراك أوباما وجورج دبليو بوش أعلى نسبة من التقييم بين الرؤساء الأحياء.

حيث أن 59% من الأميركيين لديهم رأي إيجابي عن أوباما، و52% لديهم نظرة إيجابية تجاه بوش.

تظهر هذه النتائج تبايناً في مستويات التأييد بين الرؤساء الأميركيين الأحياء، مما يعكس التحديات والفرص التي قد يواجهها كل منهم في المستقبل

المصدر: وكالات

أظهر استطلاع حديث للرأي أن الرئيس الأميركي جو بايدن يُعتبر الأقل شعبية بين الرؤساء الأميركيين الأحياء، بينما شهد الرئيس السابق دونالد ترمب زيادة في شعبيته.

وفقاً لاستطلاع أجرته مؤسسة "غالوب" الشهر الماضي، يُنظر إلى بايدن (82 عاماً) بشكل سلبي من قبل 57% من الأميركيين، في حين أن 39% فقط لديهم رأي إيجابي عنه.

في المقابل، يتمتع ترمب (78 عاماً) بتأييد إيجابي من 48% من البالغين في الولايات المتحدة، بينما لا يملك 50% منهم هذا الانطباع.

تجدر الإشارة إلى أن تقييمات بايدن وترمب لم تتغير بشكل كبير منذ استطلاع بعد انتخابات 2024، مما يشير إلى أن أيًا منهما لم يحصل على تعزيز لصورته من الأخبار المحيطة بالانتقال الرئاسي.

كانت أعلى نقطة في شعبية بايدن عند 61% في يناير 2017، قرب نهاية فترة ولايته كمناب

## كندا تؤكد التزامها بحل الدولتين في مؤتمر ميونيخ

وأكدت جولي على منصة "إكس" التزام كندا بمساعدة الفلسطينيين في إعادة بناء قطاع غزة، مشيرة إلى أنها ناقشت مع رئيس الوزراء الفلسطيني سبل تعزيز وقف إطلاق النار في غزة.



كما شددت الوزيرة الكندية على التزام بلادها الثابت بحل الدولتين كسبيل وحيد لتحقيق السلام والأمن المستدامين.

يُذكر أن الحملة العسكرية الإسرائيلية على الضفة الغربية بدأت بعد التوصل إلى اتفاق لوقف إطلاق النار في قطاع غزة في 21 يناير.

وقد أسفرت الحملة عن نزوح آلاف الفلسطينيين من منازلهم، وتوسعت لتشمل مناطق جديدة في الضفة الغربية، بما في ذلك مخيمات نور شمس والفارعة، بعد هجمات مماثلة أسفرت عن مقتل العشرات في جنين وطولكرم، بالإضافة إلى هدم عشرات المنازل.

**وكالات:** أعلنت وزيرة الخارجية الكندية، ميلاني جولي، في تصريح لها، أنها ناقشت مع نظيرها الإسرائيلي، جردون ساعر، خلال مؤتمر ميونيخ، سبل تعزيز المساعدات الإنسانية المقدمة للفلسطينيين في قطاع غزة.

وأوضحت جولي عبر منصة "إكس" أنها شددت على أهمية استمرار تنفيذ اتفاق وقف إطلاق النار في غزة.

هذا وقد عبرت الوزيرة عن قلق كندا البالغ إزاء الوضع في الضفة الغربية خلال اجتماعها مع رئيس الوزراء الفلسطيني، محمد مصطفى.

كما إتهم الكنديون ترودو بالأناحية وتغليب مصلحته الشخصية على مصلحة الوطن، والدعوة لإنتخابات مبكرة عام 2021 وخسارة أكثر من 600 مليون دولار والحصول على نفس النتيجة، وكان هدف ترودو الحصول على الأغلبية التي لم تحقق، وتدخله في عمل القضاء لتخفيف العقوبات على شركة: إس إن سي - لافالين، والضغط على وزيرة العدل السابقة.

كما أن إبتاع ترودو حيل سياسية مكلفة بعد تولي رامب السلطة بدل المواجهة العقلانية المدروسة، وخاصة بعد إجتماع ترودو وترامب في منتجع مارالاجو التي لم ينتج عنها غير الإحباط.

وقرب الإنتخابات في أكتوبر من هذا العام، فإن ترودو يعتبر عبئاً مقلقاً للحزب، وإذا كان باقياً لخوض الإنتخابات، فمن غير الممكن أن يفوز كما إعتد، ترودو نفسه بذلك في خطاب الإستقالة، مع التقدم الكبير للمحافظين في كل المقاطعات الكندية.

**تغطية: منصور سناطي**

## الأسباب الرئيسية حول إستقالة ترودو ..

الليبرال في إستطلاعات الراي.

وكذلك فضيخته مع (وي تشاريتي) وعدم نزاهته وإعطاء عقود حكومية لا إرتباطها بعائلته، وكذلك فقدان ثقة الناخب الكندي حيث لم يحقق الوعود الإنتخابية فيما يخص الرعاية الصحية والتعليم.

وكان لزيادة الإنفاق العام وتفاقم الديون وأزمة السكن المزمنة، وجلب المهاجرين دون أن تكون هناك خطة إسكان مدروسة، وإضطراب الحكومة لتأجير الفنادق ودفع مبالغ كبيرة يومياً من جيوب دافعي الضرائب العاملين في مختلف القطاعات، وإرتفاع تكاليف المعيشة.

وكانت لجائحة الكورونا الأثر الكبير حيث لم تعالج الحكومة الأثر الكبير وما سببته من ضيق إقتصادي، وكان لإضراب سواق الشاحنات احد مظاهرها لشدة القيود المفروضة عليهم، وفرضها قانون الطوارئ.



جاءت إستقالة ترودو كرئيساً للوزراء وقائداً للحزب الليبرالي بعد مرور مايقارب العشر سنوات في منصبه نتيجة الضغوط الكبيرة من أعضاء حزبه، حيث طالب 50 نائباً من 75 إستقالة ترودو، وكذلك مطالبية الأحزاب المعارضة الرئيسية ترودو بالتسني وإجراء إنتخابات مبكرة، إحتجاجاً على سياسته المتعثرة في عدة جوانب، منها على سبيل المثال لا الحصر:

ترجع شعبيته: أدى التراجع الكبير في شعبية ترودو إلى قلق أعضاء حزبه على مصير الحزب بقيادته، وتقدم حزب المحافظين بحوالي 20 نقطة على حزب

## برنامج "أونتاريو وركس" مساعدة مؤقتة أم اعتماد دائم؟

بناء حياة مهنية ناجحة ويدررون أعمالاً تجارية ويساهمون بشكل فعال في الاقتصاد الكندي، حيث يواجهون تحديات دفع الضرائب وغلاء المعيشة بشكل يومي. بينما يعتمد آخرون على البرامج الحكومية، مثل برنامج «أونتاريو وركس»، الذي يوفر دعماً مالياً للعاملين عن العمل والمهاجرين الجدد. هذا التفاوت داخل الجالية يثير جدلاً حول مدى فاعلية هذه البرامج في تحسين أوضاع الأفراد.

**ما هو برنامج «أونتاريو وركس»؟**

برنامج «أونتاريو وركس» هو برنامج دعم حكومي مخصص للمواطنين الكنديين والمهاجرين الجدد الذين يواجهون صعوبات مالية. يوفر لهم هذا البرنامج



نور السعودى

نظرة عامة على الجالية العربية في كندا:

الجالية العربية في كندا تعيش تجارب متنوعة ومختلفة. فمنهم من استطاع

على سبيل المثال:

- الطلاب الذين لا يملكون مصادر دخل أثناء دراستهم

- الأسر التي تعاني من ظروف مالية مؤقتة

- كبار السن الذين لا يستطيعون العمل

- المهاجرون الجدد الذين يحتاجون وقتاً للتأقلم مع قوانين وثقافة البلاد

**الخاتمة:**

في النهاية، يجب أن يُنظر إلى برنامج «أونتاريو وركس» على أنه وسيلة لدعم الأفراد بشكل مؤقت فقط، حتى يتمكنوا من الوقوف على أقدامهم وتحقيق الاعتماد على الذات. يجب العمل على تحفيز المستفيدين للبحث عن فرص عمل والتطوير الشخصي، مع مراقبة فعالة لضمان أن تكون الإعانة خطوة نحو تحقيق الاستقلال المالي وليس وسيلة للبقاء في حالة من الاعتماد الدائم على الحكومة.

الفرص المتاحة لهم.

**ردود الفعل الكندية تجاه المستفيدين من الإعانات:**

هذا الوضع أثار استياء بعض الكنديين العاملين، الذين يرون أن من غير العدل أن يدفعوا الضرائب بينما يتم إعفاء المستفيدين من برنامج «أونتاريو وركس» من بعض الالتزامات. يشعر هؤلاء العاملون أن البرنامج يشجع على الكسل، بدلاً من دعم الأفراد في رحلتهم نحو العمل والإنتاجية. ويعتقدون أن الإعفاءات الضريبية يجب أن تُمنح لمن يسعى بجد للاندماج في سوق العمل، وليس لأولئك الذين يستمرون في استغلال النظام لفترات طويلة.

**من يجب أن يستفيد من «أونتاريو وركس»؟**

يجب أن يكون برنامج «أونتاريو وركس» مخصصاً للفئات التي تحتاج إلى دعم مؤقت لتجاوز مراحل صعبة في حياتها.

مساعدة مالية شهرية تغطي الاحتياجات الأساسية مثل الإيجار والطعام. كما يُشترط على المستفيدين الانخراط في برامج تدريبية أو تعليمية لمساعدتهم في العثور على عمل، مما يعني أن الهدف الرئيسي من البرنامج هو مساعدة الأفراد على الوصول إلى الاستقلال المالي، وليس أن يصبحوا معتمدين دائماً عليه.

**اعتماد بعض الأسر على «أونتاريو وركس» كمصدر دخل دائم:**

على الرغم من أن البرنامج مصمم ليكون حلاً مؤقتاً، إلا أن هناك بعض الأسر التي اتخذت من «أونتاريو وركس» مصدر دخل دائم، معتمدين أيضاً على المساعدات الأخرى مثل رواتب الأطفال التي تقدمها الحكومة. هذا الوضع أدى إلى تفشي البطالة داخل بعض أفراد الجالية العربية، حيث يفضل البعض البقاء بلا عمل للاستمرار في تلقي المساعدات، دون التفكير في البحث عن وظائف أو تحسين مهاراتهم للاستفادة من

## قرارات ترامب: بالونات إختبار ضبابية

من مواقع حكومية، وتسهيل الوصول إلى برنامج دوج لإيلون ماسك، وإلغاء التصريح الأمني لجو بايدن، أما في التجارة، ففرض رسوماً على الصلب والألمنيوم بنسبة 25% الوارد من جميع أنحاء العالم إلى أميركا، ويهدد كندا والمكسيك بفرض رسوماً على كل الواردات منهما بنسبة 25% بإستثناء الغاز والنقط بنسبة 10% بحجة تدفق المهاجرين غير الشرعيين عبر حدودهما، وعقار الفنتالين الصيني الصنع المستخدم في المخدرات القاتلة حسب زعمه، ولهذا تعهدت كلتا الدولتين لتشديد الرقابة على الحدود ووضع كل منهما 10 آلاف من القوات لتشديد الرقابة الحدودية، لذلك تم تأجيلها لمدة 30 يوماً.

البضائع الصينية وتأجيل فرضها على دول الجوار، وهدد بفرض رسوم على اليابان، لكن رئيس وزرائها جنب اليابان حرباً مفتوحة ووافق لإستيراد كميات كبيرة من الغاز الطبيعي الأمريكي، وتحتفيز العمال الفيدراليين على الإستقالة، وفرض عقوبات على المحكمة الجنائية الدولية، وشن ضربات جوية ضد تنظيم الدولة الإسلامية في الصومال، والإسحاب من بعض مؤسسات الأمم المتحدة، وإرسال مرشحين إلى سجن غوانتانامو، ومطالبته اوكرانيا بتوفير المعادن النادرة مقابل دعم حربها مع روسيا، ومنع العابرات جنسياً من المنافسة في الرياضات النسائية، وإطلاق مياه السدود في كاليفورنيا، وإزالة الإشارات المتعلقة بالتغير المناخي

يبدو أن المائة يوم الأولى لتولي ترامب السلطة في أميركا، سبغير بعمق الوجه المعروف لأميركا على المستويين الداخلي والخارجي في الإدارة والسياسة والاقتصاد، فبدأ بترشيق الإدارة الحكومية على نحو مربك وموجع، أما في السياسة فقد أطلق ضباباً على إمتداد الكرة الأرضية، في ملفات خطيرة في أراضي وعرة ففقدت البوصلة وحجبت الرؤية، منها: الملف الأوكراني في حربها مع روسيا، والملف الإيراني فيما يخص برنامجها النووي المثير للجدل، والقضية الفلسطينية وإسرائيل، فأقترح إستيلاء أميركا على غزة وتحويلها إلى ريفيرا، والتخطيط لتسريح آلاف الموظفين في الوكالة الأمريكية للتمتية الدولية، وفرض رسوم 10% على



العديدة، وردود الأفعال من قبل الدول والمنظمات المشمولة بقرارات ترامب، فألى ذلك نستري إنتباه القراء الكرام، وما يجلي من إفرزات وتمخضات وردود الأفعال عبر القرية الكونية، ستكون محور تحليلاتنا مستقبلاً.

لا يبدو ترامب في وارد التراجع في معظم الملفات المهمة، رغم أن بعض بالونات كانت إختبارية غير قابلة للتحقيق، حيث أن حجم بعض التنازلات بهذا الحجم صعبة جداً وإحلاهما مر، وأربك محلي الأخبار ومدبجي التقارير لمواكبة الإجراءات المتسارعة والإحتمالات



## INTEGRATIVE CANADIAN GROUP ORGANIZATION

## منظمة المجموعة الكندية التكاملية

Refugees Sponsorship (G5- CS)-Family/Spousal Sponsorship  
 Skilled Worker/Business Class Immigration - Visitor/Study  
 Visa  
 Canadian Citizenship - PR Card Renewal- Canadian Passports  
 and Travel Documents - Iraqis / Arabs Passports  
 USA/ Europ/ Other Visas  
 Ontario Work - ODSP - Windsor Housing  
 Police Certificate - Filling out and printing forms for Power  
 of Attorney

### Certified and Notarized Translations

Personal, Legal & Financial Documents.  
 Educational Degree.  
 Birth and Marriage Certificate.  
 Passports, IDs, Driving Licenses & more.

### Senior & Youth Programs

Outdoor/Indoor Activities (Trips, Movies, Games) -  
 Art, Music, Computer, Sweenig & Cooking Courses

كفالات لجوء (خماسية / منظمات) - كفالة الأهل والأزواج  
 هجرة الكفاءات/ الاستثمار - تأشيرات زيارة / دراسة / عمل  
 التقديم للجنسية الكندية - تجديد هوية الإقامة - جوازات السفر الكندية  
 الدائمة والمؤقتة - جوازات سفر عراقية وعربية  
 تأشيرات دخول اميركا /اوروبا/ بقية دول العالم  
 التقديم للمساعدات الحكومية ولذوي الاحتياجات الخاصة والمسكن  
 الحكومية  
 عدم محكومة - ملء وطباعة الاستمارات والوكالات العامة  
 والخاصة

### ترجمة معتمدة وموثقة

وثائق شخصية وقانونية ومالية.  
 شهادات تعليمية.  
 شهادات الميلاد والزواج.  
 جوازات السفر - بطاقات الهوية، رخص السياقة.....

### برامج لكبار السن ولفئات عمرية مختلفة

(نشاطات داخلية وخارجية) (رحلات - افلام - العاب  
 دورات في الرسم والموسيقى والكومبيوتر والخياطة والطبخ

### Worldwide Courier Service



### نوفر لكم خدمة البريد السريع

## WE ARE COMMISSIONER OF OATHS

## نحن محلفون قانونيون معتمدون

### We Also Offer

International Degrees Evaluation - Citizenship Test  
 Preparation - Income Tax Clinic - Food Aid.  
 Work and Volunteering opportunities  
 Student Summer Job opportunity



An agency of the Government of Ontario  
 Un organisme du gouvernement de l'Ontario

نوفر ايضاً  
 تعديل الشهادات العليا - جلسات تحضير لامتحان الجنسية الكندية - خدمة  
 التقديم لضريبة الدخل الكندية - مساعدات غذائية.  
 فرص عمل - فرص تطوع.  
 وظائف للطلاب خلال الصيف

Canada

نغير حياتك نحو الأفضل

WE ARE CHANGING LIVES

877 Walker Road, Windsor, ON N8Y 2N5

+1519-254-2000

+1226-506-9331

www.i-c-g-o.com

www.facebook.com/ICGO1/

icgo.canada@outlook.com

icgo.elza@outlook.com



## الزواج أم العزوبية ؟



كان الزواج حلماً جميلاً للشباب والشابات في الوطن الأم، ومع تطور الحياة وزيادة الهجرة إلى الغرب، تغيرت الظروف والنظرة إلى الزواج، لوجود الحرية المفتوحة على مصراعها في الغرب، ومجالات التمتع وإشباع الحاجات النفسية والجسدية متوفرة لمن يبحث عنها، وبالعكس فالقيود الاجتماعية في الوطن الأم كبيرة ومتعددة، تفرضها التقاليد والأعراف، وقد تغيرت الآن ولكن! لا مجال للمقارنة مع التغيرات في الغرب.

فكان معدل سن الزواج في الوطن مثلاً لا يتعدى الثلاثين عاماً إلا في بعض الأحوال، لكن نرى في دول الإغتراب يتعدى الثلاثين بل الأربعين عاماً، لأسباب معروفة، منها على سبيل المثال لا الحصر، صعوبة الحياة وقيود العمل وتكاليف الزواج وصعوبة رعاية الأطفال سيما أن على الأبوين العمل للوفاء بمتطلبات الحياة، وكذلك فتور العلاقات الاجتماعية في الغرب، وأصبحت المادة هي الهدف في بعض الأحيان بعد أن كانت وسيلة لتحقيق الغاية، وهذا ما يعزز العزوف عن الزواج لكلا الجنسين، والإبتعاد عن كل الأمور التي تندرج في تقييد الحرية، والعكس صحيح عند البعض هو الاستقرار والتوازن وتكوين الأسرة.

وزيدة الكلام، هناك أسباب كثيرة ومتعددة لعزوف الشباب عن الزواج،

منصور سناطي

## وقت الشاشة

هاني ساعور



في مقال سابق نشر في جريدنا (السفير) الغراء كان بعنوان (شاشات الأنعزال) والتأثيرات السلبية التي تحدثها على الأطفال بشكل خاص . ولأهمية الموضوع ، رأيت أن أتممه بهذا المقال وبهذا العنوان ، فماذا يعني وقت الشاشة؟

**وقت الشاشة:** هو مصطلح يستخدم لوصف أو تحديد الوقت الذي يقضيه الشخص في النظر والتفاعل مع الشاشات (بأشكال وأنواعها) وخلال اليوم الواحد.

والبداية بهذين السؤالين والأجابة عليهما:

**\* هل يوجد حد يبين حالة الاستخدام المفرط للأجهزة الإلكترونية من قبل الطفل؟**

الجواب: نعم ، وقت الشاشة محدد علمياً وحسب الفئة العمرية للطفل وبشكل نسبي.

**\* ما هي الأضرار الصحية والشخصية المحتملة لوقت الشاشة الزائد على الأطفال بوجه الخصوص ؟**

الجواب: أ. تحتل العين وسلامة البصر الجانب الأبرز من هذه الأضرار بسبب التحديق المستمر في الشاشة ، فينال منها الأجهاد والجفاف وبعد حين يضطر الى مراجعة طبيب العيون ثم استخدام النظارات الطبية.

ب . التغذية الغير سليمة / نقص كم ونوع الغذاء / أو أفرط في نوع معين من الطعام / عدم تنوع والتوقيت الصحيح لوجبات الطعام / السمنة / خمول الجهاز الهضمي / اضطراب الأفرزات المعوية / سوء الهضم الناتج عن تناول الطعام بدون وعي أو أنتباه.

ج . اضطراب ومشاكل في النوم بسبب ضوء الشاشة الذي يعطل دورة النوم الطبيعية في الدماغ. والأسوء من ذلك التأثير على بنية الدماغ من خلال التسبب في إنكماش المادة الرمادية المسؤولة عن العمليات المعرفية فضلاً عن تشوه المادة البيضاء التي تعمل كشبكة لإشارات الدماغ. ويظهر هذا مباشرة على شكل ضعف في التركيز والذاكرة وتباطيء معالجة المعلومات وضعف التحكم في الدوافع السلوكية للطفل. ويزداد هذا الأمر سوءاً عندما يكون الطفل ودماغه في مرحلة النمو.

د . الام وتشوهات في الرقبة والظهر (العمود الفقري). ويمكن أن يحصل تصلب مزمن في فقرات الرقبة، ويزداد الثقل لوزن الرأس من 5.5 كغم كمعدل أثناء الوضع العمودي لكن عندما تحن الرقبة الى الأمام ينضاعف ثقل الرأس على الفقرات العنقية عند وصول زاوية الميل الى 60 درجة (حسب دراسة أجرتها الجمعية الكندية لطب الأطفال). وينتج عن ذلك الصداع وتآكل الأقراص الفاصلة ثم تمزقها .

هـ . الأجهزة وما فيها من مواضيع (والتي يغلب عليها الألعاب الإلكترونية)



تؤدي مع الوقت الى انخفاض فاعلية الأداء المدرسي (قراءة، كتابة وأداء

واجبات مدرسية).

و . العنف / مشاهد العنف تؤدي بالطفل أما الى العنف كحل لقضايا يواجهها في البيت و خارجه.أو الى اللامبالاة

**إدارة وقت الشاشة**

في الزمن الرقمي الذي نعيشه، تشكل مسألة إدارة وقت الشاشة تحدياً مستمراً للأباء والأمهات ، وتحتم عليهم تبني نهج استباقي ومستنير عن الآثار الضارة الناجمة عن الإفراط في استخدام الشاشات وخلق بيئة رقمية صحية لأطفالهم والتي تؤهل الى تنمية مهارات الحياة الأساسية.

توصي الجمعية الكندية لطب الأطفال بأن وقت الشاشة بالنسبة للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين سنتين الى 5 سنوات أقل من ساعة واحدة باليوم. وللأطفال الذين تزيد أعمارهم عن 5 سنوات الى 17 سنة ، وقت الشاشة الترفيهي لهم أقل من ساعتين بالإضافة الى الواجبات المدرسية والمذاكرة الإلكترونية.

**والان، كيف السبيل لتحقيق ذلك ؟**

أيضاً وحسب توصية الجمعية الكندية لطب الأطفال التي استندت على تأسيس عادات صحية فعالة بأعتماد المباديء الأربعة التالية:

إدارة وقت الشاشة من خلال خطط وقواعد وحدود واقعية مناسبة تأخذ بنظر الاعتبار خصوصية كل حالة

التشجيع على الاستخدام المحدد بزمن وبشكل مستدام للشاشات .

أن يكون الأب والأم قدوة لأطفالهم باستخدام الشاشات، ليصبح هذا سياق يلتزم به الجميع.

مراقبة علامات ومظاهر الاستخدام الغير سليم للشاشة ،أخذ الأجراء المناسبة تجاهها. وخاصة عندما تتعارض الشاشة أو تتداخل الأنشطة الأخرى غير المتصلة بالإنترنت كفترة تناول الطعام أو قبل النوم بساعة.

## Birthday

تتقدم منظمة المجموعة الكندية التكاملية

وأ أسرة جريدة السفير الكندية

باسمى آيات التهاني والتبريكات إلى السيد

**عبد الكريم درويش**

بمناسبة عيد ميلاده، متمنين له دوام الصحة والعافية، وعماماً جديداً حافلاً بالإنجازات والتفوق. نأمل أن يظل هذا اليوم بداية لمزيد من النجاح والفرح في حياته. كل عام وأنت بخير، وبأعلى درجات السعادة والتفوق.

## أسرة جريدة السفير الكندية

تقدم أحر التعازي لعائلة المغفور لها السيدة كاترين ميخا الرئيس، لإنتقالها إلى الأقدار السماوية يوم 3 شباط 2025،

وهي زوجة السيد جميل الرئيس، ووالدة كل من:

- الدكتورة فادية زوجة الدكتور ثائر يوسف عيبا
- والسيدة ندى زوجة السيد صفاء حراق
- والدكتورة مها زوجة الدكتور صباح ميخائيل قيا
- والسيدة غادة زوجة الدكتور مخلص ككتوما
- والدكتور خالد زوج السيدة كلوديا بولا

وأخت السيدة المرحومة جانيت صليبا والمرحومة أنطوانيت أسو في لبنان، والمرحومة أنجيل الرئيس من كاليفورنيا -أميركا.

نسأل الرب أن يشرق عليها نوره الأزلي ويسكنها فسيح جناته مع الملائكة والقدسين الأبرار، ويلهم أهلها وذويها ومحبيها الصبر الجميل والإيمان الراسخ، صلوا لأجلها

## مع المسيح ذلك أفضل



المغفور لها السيدة

**كاترين ميخا الرئيس**



مناسبات



**SPECIALIZING  
IN IMMIGRATION SERVICES**

كافة قضايا الهجرة الى كندا:

- هجرة المستثمرين ورجال الاعمال.
- كفالة المتزوجين.
- هجرة أصحاب الكفاءات.
- تأشيرة الدراسة/الزيارة/طلبات العمل.
- قضايا اللجوء.
- برنامج اختبار المقاطعة.
- برنامج حق التقديم على الإقامة للطلاب الاجانب وللعاملين الاجانب.

مستشارة قانونية للهجرة

**مريم بطرس**

عضو جمعية مستشاري الهجرة الكندية (ICCRC)

عضو جمعية نقابة المحامين في أونتاريو (LSO)

عضو الرابطة الكندية للاستشارات المهنية للهجرة (CAPIC)

محلف قانوني

خيارات بلا حدود

[www.CanadaSafeHaven.com](http://www.CanadaSafeHaven.com)

539 Jevlan Drive, Unit A Tel: +1 (905) 264-7773  
Vaughan, Ontario, L4L 8W1 Fax: +1 (905) 264-5577

mbtrus@CanadaSafeHaven.com



**LAURA  
JOY**  
Criminal Defense Law

☎ (519) 561-6237  
☎ (519) 980-7726  
📍 1500 Ouellette Ave Suite 101, Windsor, ON N8X 1K7  
✉ lljoy@laurajoylaw.ca

**RITA FLOWERS**  
WEDDING DESIGNER

WEDDING ACCESSORIES  
BRIDAL BOUQUETS  
BRIDAL CROWN  
BOUTONNIERE  
BAPTISM/FIRST COMMUNION  
BAPTISM DRESSES / GIFTS  
STATUES / CAVE STATUES

خبرة 40 سنة في مجال الديكور  
تجهيز كامل لجميع المناسبات والاحزان  
اعراس - تناول - عماد - حنة  
مع كادر متميز  
ورد طبيعي او فيك  
بدلات عماد وتناول

PHONE: 226-260-9191

**المحامي  
ظافر نوح**

E-mail: [dhnoohk@yahoo.com](mailto:dhnoohk@yahoo.com)  
Mob: 07901 880 348 - 07705 362 462

**ADVERTISE  
WITH US**

CALL NOW  
**519-254-2000**

**SOMMER MARKET**

1745 Albion Rd. Rexdale, ON, M9V 1C3

اسواق وتسجيلات سومر  
عدم الماكولات والحلويات العربية والشرقية

Tel: 416 740 8684  
Cell: 416 820 2229

**HOW TO APPLY TO  
DACP CERTIFICATE.CA**

THE NEW CONSTABLE SELECTION PROCESS WITH INTERNAL  
PROCEDURE OF POLICE AGENCY

**STEP I**  
To obtain your DACP Certificate, Log into DACP.CERTIFICATE.CA and complete Part A, Part B and Part C. Successful applicants will then be issued an DACP Certificate.

**STEP II**  
Submit your completed application package to the Windsor Police Service including Fitness Log, Daily Journal(s) and your Medical Examination package which were all required to obtain your DACP Certificate.

**STEP III**  
Applicant is successfully screened into police internal hiring process.

**STEP IV**  
Police Recruiters review applicant file, additional documentation, minimum physical fitness testing, and interviews are conducted. Recruiters then use SIEMA testing database to obtain Part B (cognitive ability assessment) and Part C (Personality assessment) these results will be added into the applicants package

**WINDSOR POLICE**

FOR MORE INFORMATION:  
PLEASE VISIT: [WWW.WINDSORPOLICE.CA](http://WWW.WINDSORPOLICE.CA)  
FOLLOW US:

**SUZY BEAUTY  
LOUNGE**

+1 519-792-7028  
suzybeautylounge  
4072 Walker Rd, Unit 02,  
Windsor, ON, N8W 3T5

**DREAM HOME  
COLLECTION**

3815 E 15 Mile Rd  
Stetling Heights, MI 48310

586-275-2810  
586-698-2311  
dream\_gift@yahoo.com

**LE SOLACE  
CORPORATION**

**Suhair Shaya**  
Mortgage Agent - Level 1

1-888-622-2671  
519-300-2116  
Suhair@LeSolace.com  
LeSolace.com

LeSolace Corporation FSRA #13416

**BASIC MINIMUM REQUIREMENTS:**

- Be a Canadian citizen or permanent resident of Canada.
- At least 18 years of age.
- Be physically and mentally able to perform the duties of the position; having regard for your own safety and the safety of the public;
- Be of good moral character and habits;
- Have successfully completed at least four years of secondary school education or its equivalent;
- Level 7 in the shuttle run is required;
- Possess a valid driver's license with no more than six accumulated demerit points permitting you to drive an automobile in Ontario with full driving privileges;
- Have current certification in CPR and first aid by the time the offer of employment is issued;
- be able to pass a security clearance as well as background investigation, credit, and reference checks;

**ABRAMS**

"Service Across Ontario"

24 HOUR ROADSIDE ASSISTANCE

[www.abrams.ca](http://www.abrams.ca)  
Tel: 519-977-5656  
835 Campbell Avenue, Windsor, Ontario N9B 2H8

**CAPITAL SERVICES**

You will be happy with our service

(226) 347-6244 Sam (519) 991-2227 mohamad

Automotive Services | 3663 Walker Rd  
Major & Minor Repairs | Windsor, ON N8W 3S8  
capitalservicesauto@outlook.com

## في ألمانيا



حسام الصعوب

كان يبحث الخطأ مسرعاً وكأنما المتجر هو جنته ، لم يستطع التمييز بين البخار المنبعث من تنفسه وبين دخان سيارته الأخيرة ..

.. إنه برد قارس !!

صرخت إحدى ضلوعه بصوت مسموع في دماغه ، فرمى سيارته و التفت نفسه ببديه و شرع يحتضن دفاه خوفاً عليه من الهرب مع سهيل المحركات المارة على الإسفلت غير أبهة لوحده .

دخل المتجر مسرعاً وكأنه شبح لا يثبت آدميته سوى ارتعاشه المتواتر ، توقف لحظة ليستجمع الدفء و يبثه في خلايا جسده ، بينما اعتقد الآخرون أنه غريب على وشك القيام بحماقة ما .. لاحظ عيون الزبائن المتعلقة به كما لو أنه شجرة للميلاد نُصبت في عيد الفصح ! فاختار أن يتحامل على صوت عظامه التي تثن برداً و يتقدم خطوة فخطوتين باتجاه قلب السجائر المرتبة ، حاول جاهداً فك التحام يديه بجسده و هو يلاحظ بالعين المجردة نظرات البائع المرتابة و استعداده للرد على أي حماقة بحماقة تزيد عليها ! ولوهلة أحسن بأن الليلة بأكلها ستذهب في اتجاه خاطئ تماماً !!

.. هل تحتاج إلى المساعدة ؟

أناه صوتها كنصل حاد قطع ثقل الصمت المريب !! و كعادتنا مع كل الأشياء الجميلة ، بحيث لا نصدق بوجودها إلا إذا تكررت ، وقف جامداً دون أن يلتفت إلى منبع العذوبة خلفه حتى أعادت الفتاة جملتها : عفو .. هل أنت عربي ؟ هل تحتاج إلى المساعدة ؟

التف رويداً رويداً كما لو أنه يواجه قدره ! ها هي تقف قبالة ، غزالة في معطف شتوي ثقيل لم يعتد رؤيته إلا في الأقاليم ! ينسدل شعرها الذهبي كستارة من حكايات ألف ليلة و ليلة على جانبي وجهها المشرق إلى الحد الذي يؤدي شبكية العين ! و مع ابتسامه تكاد تحتل وجهها بحيث لم يعد يرى سواها خاطبته مجدداً : هل تفهميني؟

أجاب كالمخمور من رائحة العطر : نعم .. نعم .. نعم أنا أفهمك ..

تابعت كلماتها لكنه لم يكن ينصت ! كان مشغولاً بتقصصها بكل مفاجأة كما لو أنه في حصة للرسم ! لم يمنعه معطفها الثقيل من تبين كل منحنى في جسدها ، ولم تمنعه الدهشة على وجهها من تفحص عينيها بإمعان كما لو أنه ينظر إلي جنته الخاصة ، لم تستطع عذوبة صوتها أن تصرف انتباهه عن اكتناز شفيتها و هما بانتظار الطاف ! هل هذا ما تقدمه ألمانيا من العسل ؟! سال نفسه و هو يشتعل بحمى تكفي لتدفئة برلين أسبوعاً كاملاً !

في الخمس دقائق التالية ، بدأ يشعر بأنه في حضن وطنه ، بدأ يستمع قليلاً مع استمرار عينيه في اقتحام كل تفصيل جسدي منها ، فتح أزرار معطفه و استند إلى الرق و هو يهز رأسه موافقاً على كل ما تقوله حتى على اسمها !! و بدأت ضلوعه تثن حراً بعد الجليد ..

لم يهتم تماماً بما تقوله ، لكنه فهم من البعض اليسير مما سمع ، أنها من أصل عربي و مطلقة تعيش لوحدها ، و كان هذا كافياً له ليتخذ خطوته التالية ، لكنها فجأة صمتت !! تبادر إلى ذهنه أنها قد تكون سألته سؤالا و تنتظر الإجابة ! لكن ما السؤال ؟ و كيف يستعيد الحديث في الوقت الذي كان فيه مأخوذاً بكرم شفيتها و هو لم يتذوق طعم العنب البري منذ غادر زوجته في دمشق قبل ستة أشهر !

.. عفواً .. لم تخبرني .. هل تسكن بالقرب من هنا ؟!

تنفس الصعداء لتكرارها ، و بينما كانت شفتاه تجيب ، كان دماغه يحلل خطة لا علاقة لها بما يقول : هي وحيدة ، و هي تسأل عن منزل ، و في مثل هذه الساعة المتأخرة من الليل !! أفهم و لا تتردد فقد مر زمن منذ كنت مع بيسان آخر مرة .. بيسان !! لكن ماذنها بيسان ! كيف تخونها و هي ضحكت بكل شيء حتى تسافر ، لتتبعك بعد حين ! ألم تبع خاتمها اليتيم و طوقها الأخف من الريشة حتى تتمكن من دفع فاتورة سفرك ! أوليست تعمل في وظيفتين لتؤمن مستلزمات منزلك حتى لا تضطر لإرسال المال إليها !

.. أين شردت ؟

قاطع صوت الغزالة تأنيب ضميره ، فنظر إليها بعينين دامعتين ، و عاد إلى الجدل بينه و بين نفسه : دعك من بيسان الآن ، هي ليلة واحدة ، أنت رجل و لجسدك حق عليك !

.. لا .. يجب أن أصون بيسان كما أتوقع منها أن تصونني في غيابي ..

لكن هذه الشقراء أجمل منها بكثير ! متى ستتاح لك الفرصة مرة أخرى لزيارة معبد من الرخام الأبيض بقيتين من العسل و باب من التوت الشامي !

بيسان ليست أجمل منها .. لكنها بيسان !!

و هل ستعرف بيسان ما فعلنا بعيداً عنها بألاف الكيلومترات ؟

.. لا لن تعرف .. لكنني أنا سأعرف !!

هذياناً سريعاً مَرَّ بينه و بين نفسه !!

.. ما بالك ؟! أنت لم تخبرني حتى الآن ما اسمك ؟!

قالت جملتها و هي تقترب من وجهه كأنها تتحسس سلامته العقلية ! في حين أحس هو ، و في خضم حوار مع بقايا ضميره بأن ربح الفردوس قد مرت للحظة هاهنا !

لم يجبها على سؤالها بل غرق في عينيها ! و خاطب ضميره سرا : سأصلي و أصوم بضعة أيام و لننتهي من هذا الجدل البيزنطي ، خذ غفوة على أنسام العطر ..

.. ما بالك ؟ لماذا لا ترد ؟ هل أنت مريض ؟

أناه الصوت هذه المرة مألوفاً !! و كعادتنا مع كل الأشياء السيئة ، بحيث تكذب أنفسنا إنكاراً لوجودها حتى تكرارها ، أغمض عينيه ، ليسمع الجملة مرة أخرى : ما بالك .. لماذا لا ترد .. هل أنت مريض ؟! فتح عينيه و هو يرغب في انطفائهما ، ليرى بيسان ترتب الغرفة من جوله في صخب ! ولا تزال تصرخ كبقوق من ابواق يوم القيامة :

.. أفق .. كفاك نوماً .. ستتأخر ولن تتمكن من تجديد جواز سفرك اليوم ..

فأجابها .. سامحك الله لماذا أيقظتني .. كنت أفضي ليلتي في ألمانيا !!

فالتفتت إليه كقدر ساخر ، و خاطبته و هي تسحب الغطاء من فوقه بعدوانية :

.. احصل على جواز السفر الجديد في البداية .. و لتعلم بعدها بما نشاء !!

## النقد البناء والنقد الهدام

## وما هو مخفي بين السطور



قيصر السنابلي

هو ضار ، وكما قلنا ليس هناك من لا يخطأ ، سواء كان من خلال عمله او من خلال حديثه ، ولكن هنا نركز على النقد الغير المبرر . بعض الناس وخاصة انصاف المتعلمين او اصحاب الذكاء المحدود ، فهؤلاء يترصدون كل صغيرة وكبيرة وينتقدونها وكأنهم يملكون الحقيقة كلها . في احيان كثيرة يعترضون على اعمال اصحاب الاختصاص ، وهم في نفس الوقت ليس لهم دراية بذلك الموضوع لا من قريب ولا من بعيد .

وهذه الطريقة في الانتقاد تضع الف علامة استقهام لسلوك هؤلاء المنتقدين ، وهنا يمكن تصنيف الانتقاد ضمن عدد من الحالات .

الانتقاد البناء وهو يأتي ضمن غاية نبيلة من اجل اصلاح حالة ما وتأتي من جانب الشخص الذي يريد اصلاح الخطأ من دون اي غاية او مصلحة ، ويكون له دراية بالموضوع ويقدم ادلة تثبت صحة كلامه ، وهؤلاء نضعهم

في البداية نقول لا يوجد انسان في العالم يعرف كل شيء وليس هناك انسان معصوم من الخطأ ، وان الكمال هو لله وحده فقط . في عالم اليوم يوجد الكثير من العباقرة ضمن اختصاصات معينة ، وآخرون ناجحون في اعمالهم والبعض يمتازون بالذكاء ، والبعض الآخر بسطاء يؤدون اعمال بسيطة في حياتهم ، وكل فرد يحصل على مردود ايجابي او سلبي حسب اعماله ، لأن الانسان يختلف عن بقية الخليفة لأن الله اعطى عقل للانسان ، يفكر ويستنتج ما هو مفيد وما

## أبطال هذا الزمان

المسؤولة على الآخرين .



فارس السردار

وعلى مدى السنوات التي ربما قاربت الاربعين عاماً ، بقيت المقارنة دائماً تشغل عند طرح النموذج الساعي دوماً للإضافة والبناء وتحمل مشقة الاختلاف ، والذي لصفنت له نجوم أمثال المعمارية البارعة زها حديد ، أو المناضل من أجل شعبه نيلسن مانديلا ، أو الروائي الكولومبي غابرييل غارسيا ماركيز ، أو الرئيس السوداني عبد الرحمن سوار الذهب . ومن هم على شاكلتهم ، ممن لم تحضرني أسماؤهم ، صحفيون وكتاب وتجار ومحامون .. كلهم كانوا يحظون بالاهتمام خلافاً لمن يكتظ بهم الطرف الآخر ، والذين ينتمون إلى التسفيه والاحتقار عبر تعاطي الغش والرشوة والمؤامرة والخديعة وصولاً إلى التصفية الجسدية والقائه القنابل وتقجير المفخحات .

واليوم إذ نقف أمام مقترح طرق في فضاء الشرق الاوسط ، وما يحدث في غزة ، وجدت هذه المقارنة التي أرقنتي سابقاً تبرز إلى أفق رؤيتي لأعود وأقول . على الرغم من كل ما حدث فإن العالم ما زال فيه أمل ، وثمة صور تصف في نهاية النفق ، خاصة عندما شاهدت لحظة ولادة فرصة الحياة في عيون المحتقلين من كلا طرفي النزاع . وكأنها ينباع الربيع الواعدة بثمة إمكانية للحياة من جديد . وهم يستقبلون قرار إيقاف إطلاق النار على طرفي سيل الاحقاد والضغائن ورغبة الاسراف بالتدمير ، وادعاء الغلبة عبر التلويح بعلمات النصر . بعد كل الذي رأيناه من تدمير وقتل وابادة .. لكن ما يمكن أن يضعنا على عتبات النصر الحقيقي والذي ادعيه ، يمكن رؤيته بإصرار جموع الاغلبية التي كانت معدة للذبح وهي ترفع على أكتافها الدكتور محمد طاهر

ضمن النقد البناء .

المجموعة الثانية من المنتقدين والخثاء الذين لهم غايات ومصالح في الموضوع المطروح ، سواء كانت تلك المصالح مباشرة او غير مباشرة ، او تأتي ضمن الانتقاص من الفكرة المطروحة او من صاحب الفكرة او من العمل المنجز لذلك هذا النوع من الانتقاد غير النزبه يضع اصحابه ضمن اصحاب الغيات غير النبيلة .

انتقاد الجهلة الذين لا يفرقون بين الحنطة والزؤان فهؤلاء يسيرون مع التيار وتتغير اراءهم بسرعة ، وهم دائماً يحتاجون الى من يفودهم ، لأنهم لا يستطيعون السير في الحياة وحدهم ، ونستطيع ان نضيف نوع اخر لهؤلاء وهو الانتقاد من اجل حب الظهور ليس الا ، لأنهم لا يستطيعون ان يقدموا ما هو نافع ، بل مهمهم هو معارضة كل شيء دون ان يقدموا البديل وهؤلاء يشعرون النقص في الشخصية .

وفي الختام ان نقول خير الناس من نفع الناس ، اما الانتقاد الجارح والغير البناء ينعكس سلباً على شخصية الناقد ، عمل الانتقاد الناجح والبناء من اجل اتمام العمل فهذا مرحب به من اجل الوصول الى الأفضل .

والله من وراء القصد ...

المتطوع للعمل في مستشفيات غزة مجاناً وتحت خطر القصف والاعتقال التعسفي ومستكرة تضحيات زملائه الدكتور حسام أبو صافية مدير مستشفى الشهيد كمال عدوان والدكتور عدنان البرش جراح العظام في مجمع الشفاء الطبي ودكتور العيون محمد توفيق في مستشفى غزة الاوربي ، والدكتور أحمد عبد العزيز الذي عمل في شمال غزة ، وكل المسعفين الذين ضحوا بحياتهم لإنقاذ أرواح هذه الاغلبية التي تقادفتها نيران الطائرات والمدفعية للقوة الغاشمة العمياء ، والتي لم تفرق بين طفل أو شيخ أو امرأة . وكذلك الصحفيون الذين قصفوا والباليغ عددهم (158) صحفياً وهم يحاولون أن يضعوا العالم أمام صور الإبادة البشعة على أمل أن تحرك صورهم ضمائر من كانت انانيتهم ومصالحهم أكبر من ضمائرهم وانسانيتهم واحساسهم بالآخر .

نعم توقف إطلاق النار في غزة بعد أكثر من خمسة عشر شهراً . صبت فيه حمم من نار وشواظ فوق رؤوس الغزل وأبيدت أسر بالكامل ، وما تحتاجه غزة الآن لإعادة البناء والعودة إلى ما كانت عليه ثمانين عاماً .

توقفت الحرب بضمانات أمريكية ومصرية وقطرية لكن ماذا بعد اليوم الآخر الذي ستشرق شمس غداً ، على حقائق أخرى ستظهر أنها أكثر رعباً وأكثر قدرة على تحمل ما في العالم من شرور ، هي بالتأكيد رهان جديد أمام من سيذهب للنش بين الأنقاض عن جثث أسرته ليذبحها ، ومن ينش بحثاً عن ما تركه القتلى والنازحون من مقتنيات . دون الالتفات لما تحمله تلك البقايا من ذاكرة للمتكويين . ربما هي الحياة وضرورة ديمومتها ، هكذا يتنفس فيها الخير تلو ما يفتقه الشر ، من هواء فاسد متمثلاً بما هو عليه الاستئثار والمغالبة . كما يتنفس الصبح بعد نفوق الظلام .

## طب واكتشافات علمية بقلم كارلا النجم

## دور البروتين في تعزيز المناعة وصحة الجسم



يعتقد الكثيرون أن البروتين هو عنصر غذائي ضروري فقط لبناء العضلات، ولكن في الواقع، يعد البروتين جزءًا أساسيًا من العمليات الحيوية في الجسم، ولا سيما في تعزيز وظيفة جهاز المناعة وصحة الأنسجة والأعضاء. يُعد البروتين مكونًا أساسيًا للعديد من الإنزيمات والهرمونات والأجسام المضادة التي تحمي الجسم من الأمراض، وبالتالي فإن نقصه قد يؤثر بشكل كبير على قدرتنا على محاربة العدوى والمشاكل الصحية الأخرى.

## البروتين وأثره على المناعة

البروتين هو لبنة أساسية لتكوين الأجسام المضادة التي تشارك في محاربة الفيروسات والبكتيريا. وعندما يفقر الجسم إلى كميات كافية من البروتين، فإن جهاز المناعة يصبح أضعف، مما يزيد من احتمالية الإصابة بالأمراض والعدوى المتكررة. بالإضافة إلى ذلك، يعتبر البروتين من العناصر الغذائية الضرورية لتحديد خلايا الجسم وإصلاح الأنسجة التالفة، مما يساهم في الحفاظ على الصحة العامة على المدى الطويل.

## المصادر الحيوانية والنباتية للبروتين

عندما نتحدث عن البروتين، فإن المصدرين الرئيسيين له هما البروتينات الحيوانية والنباتية. البروتين الحيواني الموجود في اللحوم، الأسماك، البيض، والمنتجات الألبانية، يعتبر من البروتينات

الكاملة التي تحتوي على جميع الأحماض الأمينية الأساسية التي يحتاجها الجسم. ومع ذلك، إذا كانت هناك أسباب صحية تمنع تناول البروتينات الحيوانية، أو إذا كنت تتبع نظامًا غذائيًا نباتيًا، يمكن تعويض البروتين الحيواني بالبروتينات النباتية.

من أمثلة البروتينات النباتية نجد البقوليات (مثل العدس والفاصوليا)، الحبوب الكاملة (كالقمح والشوفان)، المكسرات، والبنجر (مثل بذور الشيا والكتان). على الرغم من أن بعض البروتينات النباتية قد لا تحتوي على جميع الأحماض الأمينية الأساسية بمفردها، فإن تناول مجموعة متنوعة من الأطعمة النباتية يضمن الحصول على هذه الأحماض الأمينية المهمة.

## الدهون الصحية وأثرها على الجسم

بالإضافة إلى البروتين، تلعب الدهون الصحية دورًا هامًا في تعزيز جهاز المناعة والحفاظ على صحة الجسم. من المهم أن يتم تضمين الدهون الصحية في النظام الغذائي مثل تلك الموجودة في المكسرات، الأفوكادو، والزيوت النباتية (مثل زيت الزيتون وزيت جوز الهند). هذه الدهون تدعم الصحة العامة وتحسن امتصاص الفيتامينات القابلة للذوبان في الدهون (مثل الفيتامينات A وD وE وK).

ومع ذلك، يجب تناول الدهون الصحية باعتدال، لأن الإفراط في تناولها قد يؤدي إلى زيادة الوزن أو مشاكل صحية أخرى. من المهم أن نضمن توازنًا جيدًا بين البروتينات والدهون والكربوهيدرات في النظام الغذائي.

## الفيتامينات والمعادن والمناعة

إلى جانب البروتين والدهون، تلعب الفيتامينات والمعادن دورًا كبيرًا في دعم جهاز المناعة. على سبيل المثال، فيتامين C هو أحد الفيتامينات الأساسية

التي تقوي جهاز المناعة، وتعمل كمضاد للأكسدة لحماية الخلايا من التلف الناتج عن الجذور الحرة. يعد تناول الحمضيات (مثل البرتقال والليمون) والمصادر الأخرى الغنية بفيتامين C، مثل الفلفل الأحمر والفراولة، أمرًا بالغ الأهمية، خاصة خلال فصل الشتاء عندما يزداد انتشار نزلات البرد.

## الحمية الغذائية المتوازنة

من أجل تعزيز المناعة وصحة الجسم بشكل عام، يجب أن يعتمد النظام الغذائي على مبدأ التوازن. يوصى بتناول مجموعة متنوعة من الأطعمة الغنية بالعناصر الغذائية الضرورية، مثل البروتينات، الدهون الصحية، الفيتامينات، والمعادن. يُفضل أن يكون النظام الغذائي غنيًا بالفواكه، الخضروات، الحبوب الكاملة، والبروتينات النباتية أو الحيوانية، مع مراعاة الحاجة الفردية لكل شخص.

عند اتباع نظام غذائي متوازن، يصبح الجسم أكثر قدرة على مقاومة الأمراض والتعامل مع الظروف المناعية المختلفة، مما يساعد في الحفاظ على صحة جيدة على المدى الطويل.

## الخلاصة

تعد البروتينات جزءًا أساسيًا من النظام الغذائي الضروري لصحة المناعة، ويجب الحرص على تضمين مصادر متنوعة منها في الوجبات اليومية. لا تقتصر أهمية البروتين على بناء العضلات فقط، بل إنه عنصر حيوي لتحسين وظائف الجسم بشكل عام، بما في ذلك دعم جهاز المناعة وحماية الجسم من الأمراض. إذا كان لديك صعوبة في تناول البروتينات الحيوانية، فإن الخيارات النباتية قد تكون بديلًا جيدًا، ولكن من المهم اتباع نظام غذائي متوازن يحتوي على جميع العناصر الغذائية التي يحتاجها الجسم.



## بلاستيك قابل للتحلل:

## ابتكارات ثورية نحو مستقبل أكثر استدامة

الجديد مصنوع من مواد نباتية يتم معالجتها باستخدام تقنيات متقدمة تضمن تحللها بشكل أسرع وأقل ضررًا على البيئة. بالإضافة إلى ذلك، يبرز هذا الابتكار قدرته على استعادة بعض مكوناته الطبيعية بعد التحلل، مما يعزز الاستدامة ويقلل من استخدام الموارد الطبيعية.

تعتبر هذه الخطوة تطورًا مهمًا في صناعة البلاستيك، حيث تتيح توفير حلول مستدامة لمجموعة واسعة من التطبيقات مثل الأغذية الغذائية، أكياس التسوق، التعبئة والتغليف، والمنتجات الزراعية. كما أن هذا النوع من البلاستيك يعد خيارًا واعدًا للحد من التلوث البيئي في البحر، الذي يتسبب فيه البلاستيك التقليدي الذي قد يستغرق مئات السنين للتحلل.

## فوائد بيئية واقتصادية

يعد البلاستيك القابل للتحلل الحيوي الخيار الأنسب للعديد من الصناعات التي تسعى إلى تقليل بصمتها الكربونية والتفاعل بشكل أكثر إيجابية مع البيئة. إذا تم تبني هذا النوع من البلاستيك على نطاق واسع، فإنه سيساهم بشكل كبير في الحد من النفايات البلاستيكية في المحيطات والتخلص من المواد

في ظل التحديات البيئية المتزايدة التي يواجهها كوكبنا، يبرز البلاستيك القابل للتحلل الحيوي كأحد الحلول الواعدة لمشكلة التلوث البلاستيكي. في يناير 2025، أعلن العلماء عن اكتشافات وابتكارات جديدة في مجال تطوير البلاستيك القابل للتحلل الحيوي، مما قد يساهم بشكل كبير في تقليل الأثر البيئي للبلاستيك التقليدي.

تعد البلاستيكات القابلة للتحلل الحيوي من المواد التي يمكنها التفكك بشكل طبيعي دون أن تترك آثارًا ضارة في البيئة. وقد كانت هذه التقنية تعد من الأمل الكبير في الحد من التلوث البلاستيكي الذي يلوث المحيطات ويهدد الحياة البرية والنظام البيئي بشكل عام. ولكن على الرغم من العديد من الجهود السابقة، ظل البلاستيك القابل للتحلل الحيوي يواجه تحديات كبيرة في سرعة تحلله، مما يحد من فعاليته في مكافحة التلوث.

## ابتكارات جديدة تفتح آفاقًا واعدة

وفي خطوة جديدة نحو المستقبل، نجح فريق من العلماء في تطوير نوع جديد من البلاستيك القابل للتحلل الحيوي يمكنه التفكك بسرعة أكبر بكثير مقارنة بالإصدارات السابقة. هذا البلاستيك

## استمتع بالقهوة...

## نصائح لتجنب حرقة المعدة والارتجاع الحمضي

تحضير القهوة الباردة، والتي تعتمد على نقع حبوب القهوة في ماء بارد لمدة طويلة، تساهم في تقليل نسبة الحموضة مقارنة بالقهوة الساخنة. ومع ذلك، من المهم أن نلاحظ أن القهوة الباردة تحتوي على نسبة أقل من مضادات الأكسدة.

## 3. القهوة منزوعة الكافيين

الكافيين يُعتبر من المثبرات التي تزيد من حموضة المعدة. لذلك، يُنصح الأشخاص الذين يعانون من الارتجاع الحمضي بتجربة القهوة منزوعة الكافيين. رغم أن هذا الخيار قد يفقد البعض بعض متعة النشاط التي توفرها القهوة، إلا أنه يمكن أن يكون الحل المثالي للتقليل من التهيج المعدي.

## 4. القهوة منخفضة الحموضة

القهوة منخفضة الحموضة هي ابتكار حديث، وقد أظهرت بعض الدراسات أنها قد تكون خيارًا جيدًا للأشخاص الذين يعانون من مشاكل في الجهاز الهضمي. يتم تحميص هذه القهوة بطريقة خاصة تحت درجات حرارة منخفضة، مما يساعد في تقليل الحموضة. ومع ذلك، يجب أن نأخذ بعين الاعتبار أن بعض الأبحاث لم تؤكد فعالية هذا النوع من القهوة في تقليل أعراض الارتجاع الحمضي بشكل ملحوظ.

## 5. اختيارات إضافية: الكريمة والسكر

من المهم أن نتذكر أن المكونات المضافة للقهوة، مثل الكريمة والسكر، قد تؤدي أيضًا إلى تفاقم الأعراض. لذلك، يمكن تقليل كمية الكريمة والسكر أو استبدالها بخيارات أقل حموضة مثل الحليب قليل الدسم أو بدائل الحليب النباتية.

## 6. توقيت تناول القهوة

يمكن أن يكون لتوقيت شرب القهوة دور مهم في تأثيرها على المعدة. يُفضل تجنب شرب القهوة على معدة فارغة أو في وقت قريب جدًا من تناول الوجبات الكبيرة. يُنصح بشرب القهوة بعد تناول الطعام مباشرة أو مع الوجبة لتقليل تأثيراتها على المعدة.

## 7. استخدام مرشحات ورقية

عندما يتم تحضير القهوة باستخدام مرشحات ورقية، فإنها تعمل على حجز بعض الأحماض الموجودة في القهوة أثناء عملية التحضير. هذا قد يساعد في تقليل الحموضة التي تصل إلى كوبك.

## خلاصة

على الرغم من الفوائد الصحية المتعددة التي تقدمها القهوة، إلا أن تأثيراتها السلبية على الجهاز الهضمي لا يجب إغفالها. لكن يمكن للأشخاص الذين يعانون من الارتجاع الحمضي أو الحموضة المعوية اتخاذ خطوات بسيطة للاستمتاع بالقهوة بأمان، من خلال اختيار الأنواع المناسبة مثل القهوة المحمصة داكنة أو القهوة الباردة، بالإضافة إلى تعديل بعض العادات اليومية المتعلقة بتوقيت تناول القهوة والمكونات المضافة. في النهاية، الاستمتاع بالقهوة مع الحفاظ على صحة المعدة ممكن إذا تم اتخاذ الخيارات المدروسة.

## 2. القهوة الباردة

القهوة المعصورة على البارد (أو القهوة الباردة) هي خيار آخر يُفضله البعض لتقليل الحموضة. الطريقة التي يتم بها



القهوة ليست مجرد مشروب، بل هي عادة يومية راسخة لدى ملايين الناس حول العالم، تساهم في تنشيطهم وزيادة إنتاجيتهم طوال اليوم. ومع ذلك، قد يصاحب هذه العادة بعض الأعراض الجانبية المزعجة مثل حرقة المعدة أو الارتجاع الحمضي لدى بعض الأشخاص. على الرغم من أن القهوة لها العديد من الفوائد الصحية التي لا يمكن إغفالها، فإن تأثيراتها السلبية على الجهاز الهضمي قد تؤثر على تجربة الاستمتاع بها.

## الفوائد الصحية للقهوة

القهوة مصدر غني بمضادات الأكسدة التي تحارب الجذور الحرة في الجسم، ما يساعد في تقليل الالتهابات وحماية الخلايا. بالإضافة إلى ذلك، تشير الدراسات إلى أن استهلاك القهوة قد يقلل من خطر الإصابة بأمراض مثل السكري من النوع الثاني والزهايمر، كما يعزز من الأداء العقلي والبدني. لكن كما هو الحال مع العديد من الأطعمة والمشروبات، لا يخلو استهلاك القهوة من بعض الآثار الجانبية، خاصة بالنسبة لأولئك الذين يعانون من مشاكل في الجهاز الهضمي.

## القهوة والحموضة المعوية: مشكلة شائعة

القهوة يمكن أن تؤدي إلى اضطرابات في المعدة مثل الحموضة المعوية والارتجاع الحمضي. الحموضة المعوية هي الشعور بالحرقة الناتج عن ارتجاع حمض المعدة إلى المريء، وهو ما يمكن أن يتسبب في ألم غير مريح في الصدر. من جهة أخرى، الارتجاع الحمضي قد يؤدي إلى حدوث مشاكل صحية مستمرة إذا لم يتم التعامل معها بشكل مناسب.

## كيف يمكن تقليل تأثيرات القهوة على المعدة؟

هناك عدة خيارات يمكن أن تساعد الأشخاص الذين يعانون من هذه المشكلات في الاستمتاع بالقهوة بأقل قدر من التأثير على جهازهم الهضمي:

## 1. اختيار التحميص الداكن

القهوة المحمصة بشكل داكن تحتوي على نسبة أقل من الحموضة مقارنة بالقهوة المحمصة بشكل فاتح. بينما قد يقلل التحميص الداكن من كمية مضادات الأكسدة، إلا أنه يساعد في تقليل الحموضة مما يجعلها خيارًا أكثر راحة لأولئك الذين يعانون من مشاكل في المعدة.

## 2. القهوة الباردة

القهوة المعصورة على البارد (أو القهوة الباردة) هي خيار آخر يُفضله البعض لتقليل الحموضة. الطريقة التي يتم بها

## وفاة الملاكم الأيرلندي جون كوني بعد صراعٍ مع إصابةٍ دماغيةٍ في حلبة الملاكمة



المستشفى بشكل عاجل.

وفي بيان له، قال دنلوب: "ببالغ الحزن نعلن وفاة كوني بعد صراعٍ دام أسبوعاً من أجل حياته". وأضاف: "لقد كان ابناً وأخاً وشريكاً محباً للجميع، وسيظل تميزه في ذاكرتنا مدى الحياة".

كان كوني قد فاز باللقب في نوفمبر 2023 بعد فوزه على ليام غابنور بالضربة القاضية في الجولة الأولى. لكنه اضطر للابتعاد عن الحلبة لعام كامل بسبب إصابة في يده، قبل أن يعود في أكتوبر الماضي بفوز على التانزاني تامبيللا ماهاروسي.

**وكالات:** توفي الملاكم الأيرلندي جون كوني عن عمر 28 عاماً، بعد أسبوعٍ من تعرضه لإصابة خطيرة في الدماغ خلال دفاعه عن لقبه في وزن «الريشة السوبر» في الأول من فبراير، وفقاً لما أعلن مروج أعماله مارك دنلوب.

كان كوني، الذي أُدخل إلى العناية المركزة، يعاني من نزيف في الدماغ عقب نزال جمعه بالبولندي ناثان هاويز في بلفاست على حلبة «أولستر»، بحسب ما نقلت «وكالة الصحافة الفرنسية». وأوقف الحكم النزال في الجولة التاسعة، ليتم نقل كوني إلى

## كاساس: نعمل على تصحيح الأخطاء استعداداً لمباراة السعودية بعد خسارتنا أمام البحرين

بشكل عام، لن تكون المباراة سهلة. وأشار كاساس بمستوى منتخب البحرين، قائلاً: "مباراة البحرين لم تكن سهلة على الإطلاق، ويجب تهنيتهم على الفوز والتأهل". وأضاف: "شعرنا بالإرهاق، كما أن غياب بعض اللاعبين كان له تأثير كبير على أدائنا". وأشار كاساس إلى أنه فضل إشراك لاعبين أكثر حيوية في المباراة بسبب ملاحظته إرهاق بعض عناصر الفريق، مؤكداً أن العراق لم يقتصر على الدفاع في الشوط الثاني بل كان أكثر هجومية. وقال: "لكنني بصراحة غير راضٍ عن الأداء اليوم".

وفيما يتعلق بالجوانب الإيجابية، أضاف كاساس: "هناك شيء جيد اليوم، وهو وجود عدد من اللاعبين الشباب الذين اكتسبوا خبرة من هذه البطولة، وهذا سيفيدهم في المستقبل. البحرين كانت الأفضل في الالتحامات، وهذا كان أحد الأسباب التي ساعدتهم في الفوز، لكن من جانبنا، فإن لاعبي الفريق الصغار استفادوا كثيراً من هذه التجربة".



السعودية المقبلة.

وفي المؤتمر الصحفي بعد المباراة، قال كاساس: "مباراة السعودية ستكون صعبة للغاية. سنعمل على تحليل أخطائنا ومحاولة تجهيز أكبر عدد من اللاعبين الذين يتمتعون بلياقة بدنية جيدة لخوض اللقاء، وسنعمل كل ما بوسعنا، ولكن

**وكالات:** أوضح الإسباني خيسوس كاساس، مدرب منتخب العراق، أنه سيقوم بتحليل الأخطاء التي أدت إلى خسارة فريقه 0-2 أمام البحرين في الجولة الثانية من المجموعة الثانية في بطولة كأس الخليج لكرة القدم (خليجي 26) بالكويت، وذلك استعداداً لمباراة

## بحضور ترمب... فيلادلفيا إيغلز يحرز لقب السوبر بول ويمنع كانساس سيتي من تحقيق إنجاز تاريخي

على وجهها.

في الماضي، كان ترمب قد انتقد دوري كرة القدم الأميركية عدة مرات، واتهمه خلال فترة رئاسته الأولى بما اعتبره معاملة سلبية للاحتجاجات التي نظمها اللاعبون ضد عنف الشرطة تجاه الأقليات. إلا أنه قبل المباراة، أصدر ترمب بياناً أعرب فيه عن تقديره لهذه المناسبة قائلاً إنها تمثل "تقليداً سنوياً يتجاوز خلافاتنا ويجسد قيمنا الوطنية المشتركة".

وأضاف الرئيس الأميركي الذي غادر قبل نهاية الشوط الأول: "كرة القدم هي الرياضة الأكثر شعبية في أميركا، ولسبب وجيه: فهي تعزز الشعور بالوحدة الوطنية، وتجمع العائلات والأصدقاء والمشجعين معاً، وتدعم المجتمعات". لذلك، لم يتمكن ترمب من حضور حفل الشوط الثاني الذي أحياه مغني الراب كندريك لامار، الذي كان قد انتقده علناً، كما لم يحضر مراسم تتويج فيلادلفيا إيغلز بكأس فينس لومباردي.

وبفوزه، أثبت فيلادلفيا انتصاره بعد خسارته أمام كانساس سيتي بفارق ثلاث نقاط في نفس المرحلة من البطولة قبل عامين، ليمنع تشيفز من تحقيق إنجاز غير مسبق في تاريخ الدوري الأميركي لكرة القدم، وهو الفوز باللقب ثلاث مرات متتالية. ومنذ بدء مسابقة السوبر بول قبل 58 عاماً، لم يتمكن أي فريق من تحقيق هذا الإنجاز.



الضغط المستمر على ماهومس وفريقه منذ بداية المباراة، ما أعاق هجوم تشيفز بشكل كبير.

قبل انطلاق المباراة، ظهر ترمب على أرض الملعب، حيث تقدم كريس جونز، مدافع تشيفز، لتحتيته. وبعد ذلك، أخذ مكانه في المقصورة الخاصة، حيث صنف له بعض من الحضور في ملعب سيزرز سوبر دوم عندما ظهر لفترة قصيرة على الشاشات العملاقة أثناء النشيد الوطني الأميركي.

وفي الجهة المقابلة، استقبلت المغنية تاليور سويفت، التي حضرت لتشجيع شريكها لاعب تشيفز ترافيس كيلسي، بصيحات استهجان، ما أظهر ارتباكاً

**وكالات:** توج فريق فيلادلفيا إيغلز بلقب السوبر بول للمرة الثانية في تاريخه، بعد فوزه على كانساس سيتي تشيفز 40-22 في المباراة النهائية، التي جرت تحت أنظار الرئيس الأميركي دونالد ترمب، مما حال دون حصول تشيفز على لقبه الثالث على التوالي.

وكان ترمب، الذي حضر المباراة من الملعب ليصبح أول رئيس أميركي في منصبه يتابع نهائي السوبر بول، قد توقع فوز كانساس سيتي بسبب إعجابه بنجم الفريق، لاعب الوسط باتريك ماهومس، حسيماً فأدلت «وكالة الصحافة الفرنسية». ولكن دفاع فيلادلفيا، الذي يُعتبر الأفضل في الدوري، تمكن من

## روبن دياز: مانشستر سيتي قادر على قلب الطاولة أمام ريال مدريد في إياب دوري الأبطال



فعلناها".

وتابع: "يجب أن نقوم بعمل أفضل، الأمر بهذه البساطة. الآن، المسألة تتعلق بالإيمان - كم نؤمن بأنفسنا، ونؤمن بأننا يمكننا المضي قدماً".

وأكد دياز: "يجب فقط أن نتقبل اللحظة التي نوجد فيها. ما فعلناه من قبل لم يكن كافياً".

وأكمل: "ولكن في النهاية، الشيء الجيد أن في هذا الفريق، وفي هذا النادي، إذا كان لدينا الإيمان في أنفسنا، وإذا كان لدينا ما يكفي من الإيمان بأننا سنفوز بها، يمكننا فعل أي شيء".

واختتم قائلاً: "لدينا ما يكفي من القوة لتحقيق الفوز، ولكن يجب أن نؤمن بذلك".

أعرب روبن دياز، مدافع مانشستر سيتي الإنجليزي، عن ثقته في قدرة فريقه على تعديل النتيجة أمام ريال مدريد في إياب دور الـ16 من دوري أبطال أوروبا.

ووفقاً لوكالة الأنباء البريطانية "بي بي سي ميديا"، خسر مانشستر سيتي 3-2 أمام ريال مدريد على ملعب الاتحاد، مما يضع الفريق في موقف صعب قبل مباراة الإياب.

وقال دياز: "نحن مستأفون من ذلك. بالطبع هي نتيجة محبطة".

وأضاف: "دائمًا ما تكون مبارياتنا من نوعية مختلفة، وهناك فرص للطرفين، ولكن إذا انتهى بك الأمر وأنت تلعب للدقائق الأخيرة متقدماً 1-2 فلا يمكنك أن تترك الأمور تسير بالطريقة التي

+ واحد يتفرج على التلفزيون، وكل شويه يتعصب ويقول: إهرب يا حمار؟ فمراته قالتله: بتتفرج على فلم رعب؟ قال: باتفرج على فرحنا؟

+ محشش دخل مزرعة دجاج وهو معصب، قال: بيدي كل وحده بكره تحتها 4 بيضات؟ اجاهم ثاني يوم كلهم تحتهم 4 بيضات إلا وحده تحتها بيضتين، سأله: أنا شو قلت؟ قالت الله يلغلك أنا ديك! بس من الخوف بصت؟

+ واحد اسمه نادر، تزوج وحده إسمها نادرة، خلفو ولد سموه: مهدي بالإقراض.

+ واحد يريد يبيع أرنب، فجه واحد محشش قال: يكلم القرد؟ قال: هذا أرنب مش قرد؟ قال المحشش: أنا مش بسالك، أنا بسال الأرنب؟

+ واحد يسأل صاحبه: إيه اخبار والدك؟ لكن افكر بسرعة أن ابوه ميت، قال بسرعة: هو لسه في نفس التربة؟

ضحك على الماشي

+ واحد شاف النار مولعة بحماتو قال: منورة يا حاجة والله؟

+ وحدة بتقول لزوجها: ياريتني متزوجة إبليس أحسن منك؟ قال: ماينفعش!!! علشان أنتم اخوات؟

+ محشش اخوه مات، ومش عارف يقول لمراته ازاي فقال: اخوية تجوز عليك؟ قالت إنشاء الله يجيني ميت؟ فقال: دخلوه يا شباب.

+ غبي إشتري موبايل قال لآخوه: اكتبلي رسالة عشان خطي وحش!

+ مدرس يسأل الطالب: ما هو مفرد كلمة مصائب؟ قال: ليس لها مفرد يا أستاذ، لأنها كلها تجي مع بعض؟

## سودوكو

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

## كلمات متقاطعة

12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
											1
											2
											3
											4
											5
											6
											7
											8
											9
											10
											11
											12

## أفقي:

- 1- ممثلة مصرية
- 2- مسرحية لشكسبير
- 3- علامة موسيقية (معكوسة) - اللنداء - مدينة فلسطينية (معكوسة)
- 4- استمر - اسم موصول (معكوسة) - حرف عطف
- 5- من الطيور - شامل - متشابهان
- 6- ناقشهم - يشتم (معكوسة)
- 7- أساس - يسكنه الفلاحون - دولة عربية
- 8- متشابهان - لحظة - متشابهان
- 9- حرف ناصب - حرف أبجدي
- 10- متين (معكوسة) - مشروب ساخن - من الأقارب
- 11- تراجع
- 12- شاعر عراقي

## عمودي:

- 1- ممثل سوري - نقولها للموافقة
- 2- نكتب عليها - مادة قاتلة
- 3- حرف جازم - في الطعام - مستقبل
- 4- حروف متشابهة - يطفو في الماء - طريق صعب (معكوسة)
- 5- طقس - بروم (مبعثرة) - للتأفف
- 6- حرف عطف - علم - غنى
- 7- أحترم (معكوسة) - للتأوه - رب (معكوسة)
- 8- جدها في بافلوف - حروف متشابهة - عملة آسيوية (معكوسة)
- 9- عكس صالح (معكوسة) - سكب - حرامي
- 10- حروف متشابهة - مداد - نصف أعاد
- 11- سقاية - أشعر - درج
- 12- يقرأ - من الأنبياء - خاصتي

## الحل السابق

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

## صلم وامثال اقوال مأثورة عن المرأة



- + الحب هو تاريخ المرأة، وليس إلا حادثاً عابراً في حياة الرجل (مدام دوستايل).
- + قد يكتب الرجل عن الحب كتاباً، ومع ذلك لا يستطيع أن يعبر عنه، ولكن كلمة واحدة عن الحب من المرأة تكفي لذلك كله (فيكتور هوجو).
- + عندما تتقف رجلاً تكون قد تفقت فرداً، وعندما تتقف امرأة، فإنما تتقف عائلة بأكملها (شوبنهاور).
- + فشل المرأة في الحب يزيد من أنوثتها، وفشل الرجل في الحب، يزيد من قسوته على المرأة والمجتمع (صولون الأثيني).
- + المرأة تريد أن تكون آخر امرأة في حياة من تحب، والرجل يريد أن يكون أول رجل في حياة من يحب (شوبنهاور).

## زرقاء اليمامة



- بدل الحرب = الحروب هي دماء ودموع وتهجير، والسلام هو فرح وطمانينة وإستقرار يا طويل العمر.
- بماذا تصحبن يا زرقاء؟
- + إنني أرى أن لا غنى عن السلم والسلام، فعلى الإسرائيليين أن يعترفوا بحق الفلسطينيين بالعيش في دولتهم المستقلة، وعلى الفلسطينيين الإعتراف بالإسرائيليين، إي حل الدولتين.
- وهل يقبلان بذلك يا زرقاء؟
- = عليهم تقبل ذلك، لأن من المستحيل شطب شعب كامل من حقوقه، والتاريخ القديم والحديث يثبت ذلك يا طويل العمر.
- نأمل ذلك يا زرقاء، وأن يلهمهما الحكمة والرأي السديد.
- يسعد صباحك يا زرقاء، بماذا تخبرنا لأنك تترين ما لا نستطيع رؤيته؟
- = إنني أرى بضعة أسرى إسرائيليون يعودون إلى اهاليهم الفرحانيين بعدتهم والدموع تنهمر على الوجنات، ومن الجهة الثانية عودة مئات الفلسطينيين السجناء، والزغاريد ودموع الفرحة ملأت الأجواء من قبل اهاليهم.
- ما اجمل لم شمل العوائل يا زرقاء، إنها عواطف إنسانية بامتياز.
- = صدقت يا طويل العمر، ولكن المعاناة البشرية مستمرة.
- نعم إنها من نتائج ومخلفات الحروب يا زرقاء، حبذا لو جنحت الشعوب إلى السلام

## كانون /2 يناير 2025

- ابتعد عن الأمور العاطفية قدر المستطاع، تجد نفسك مفعماً بالنشاط والحيوية لكنك قد تخطئ في ملاحظة أهدافك. تفتح صفحة جديدة مع أحد أفراد أسرتك ما يبشر بانطلاقة جديدة.
- ترصد الأحداث بدقة وكأنك تملك لاقطاً يلاحق كل ما يجري من حولك. لكن ثمة ظاهرة تدل أنك ستخوض جدالاً عنيفاً، وقد يؤثر كثيراً في إضعاف معنوياتك.
- لا تدع أفكارك تشرد منك إن كنت مصمماً على الوصول إلى نتيجة ولا تضع الوقت في السعي وراء أمور تافهة. من يرى مصيبة غيرته تهن عليه مصيبتك. فلا تتذمر ولا تتبرم.
- البعض يظهر لك الجفاء مما يؤثر على أعصابك، الفترة مواتية لملاحظة واجباتك العائلية وإعادة الأمور إلى حاليها. فورتك العاطفية تتعش قلب الحبيب.
- كي تحقق النجاح المرغوب فيه عليك أن تعطي الاهتمام الكبير لأعمالك، ابتعد عن الأحلام والأوهام وفكر ملياً بالأمور المهنية. كن متفائلاً وتسلح بالثقة والابتهامة.
- أنت حساس أكثر من اللزوم وتضع كرامتك في مركز الصدارة وتتألم لأي كلمة قاسية توجهه. قرارات حاسمة ستخذها في سبيل تحسين أمر يهيك كثيراً.
- أنت تختزن همومك في صدرك وهذا ما يجعل حياتك صعبة ومعقدة عليك معالجة أمورك بالتروي والصبر والحكمة لا تهتم ولا تشغل بالك بأمور لا قيمة لها.
- مفاجأة سارة في محيط العائلة... ابتعد عن المغريات مهما تكن الظروف التي تحيط بك في العمل. حاول ألا تعقد الأمور في محيط العائلة واعلم أن المعارضة لن تنجح هذه الفترة.
- أفكار كثيرة تتلاعب بك فاعرف كيف تواجهه السليبي منها والاستفادة مما هو إيجابي في تطوير أحوالك. العناد لن يوصلك أبداً إلى غايتك فلماذا لا تلجأ إلى الحوار والتفاهم؟
- هناك أشياء تزعجك فحاول تجنبها، أمورك المادية حسنة، فرصة سانحة لعقد صفقات عملية. ابق هادئاً فالشريك يمر بطرف صعب ولا يوجد له غيرك تقف جانبه وتتحملة.
- رسالة سارة تصلك خلال الايام القادمة، تطرد القلق من قلبك المتعب، لا تفقد أعصابك بسبب مشكلات بسيطة. لا تستمر في ملاحظة الأمور المطلوبة منك لأن الجميع ينتظرون قرارك.
- متابعك المالية تحتاج إلى قرار حاسم وجذري فدع الآخرين يساعدونك وقد تتلقى هدية أو مبلغاً صغيراً من المال قريباً جداً. لا تحشر نفسك في ما لا يعينك .

## توقعات الفلك

- برج الحمل :
- برج الثور :
- برج الجوزاء :
- برج السرطان :
- برج الأسد :
- برج العذراء :
- برج الميزان :
- برج العقرب :
- برج القوس :
- برج الجدي :
- برج الدلو :
- برج الحوت :



# The Future of Travel: Facial Recognition as the New Passport



The traditional paper passport, a staple of international travel for centuries, is on the brink of obsolescence. Advancements in biometric technologies, particularly facial recognition, are set to revolutionize how we identify ourselves across borders.

## The Rise of Digital Travel Credentials

In recent years, the travel industry

has been exploring digital alternatives to physical passports. Facial recognition technology, combined with smartphones, is at the forefront of this transformation. By 2030, many airports are expected to implement "walk-through, contactless immigration," allowing passengers to move through borders without presenting physical documents.

### How It Works

Digital Travel Credentials (DTCs) leverage biometric data stored on mobile devices. When approaching a border control point, a passenger's face is scanned and matched against their digital passport information. This process is swift, often taking just a few seconds, thereby reducing wait times and enhancing the travel experience.

### Global Adoption and Trials

Several countries are already piloting passport-free travel systems. In October 2024, Singapore announced that its residents could travel to and from the country without using physical

passports, with over 1.5 million individuals utilizing this system.

Similarly, airports in Finland, Canada, the Netherlands, the UAE, the UK, Italy, the US, and India are experimenting with various forms of digital travel credentials.

### Benefits

**Efficiency:** Streamlined border crossings with reduced wait times.

**Security:** Enhanced identity verification through biometric data.

**Convenience:** Elimination of the need to carry physical documents.

### Challenges and Concerns

Despite the advantages, the shift to digital travel credentials raises several concerns:

**Privacy:** Potential misuse of biometric data and surveillance.

**Data Security:** Risks of data breaches and unauthorized access.

**Equity:** Ensuring equal access to the necessary technology for all travelers.

Experts emphasize the need for robust data protection standards and clear usage guidelines to address these issues.

### Looking Ahead

The transition from paper passports to digital travel credentials signifies a monumental shift in international travel. While the benefits are compelling, it is crucial to balance innovation with privacy and security considerations to ensure a safe and equitable travel experience for all.

# Exploring the Link Between Depression and Type 2 Diabetes



Recent research has unveiled a significant genetic connection between depression and type 2 diabetes, suggesting that individuals with a genetic predisposition to depression may have an increased risk of developing type 2 diabetes.

## Genetic Insights

A study led by Professor Inga Prokopenko from the University of Surrey utilized genetic data from extensive cohorts in the UK and Finland to investigate the relationship between depression and type 2 diabetes. The researchers identified seven genetic variants that contribute to both conditions. These shared genes are involved in insulin secretion and inflammation processes within the brain, pancreas, and adipose tissue. Alterations in these biological pathways may explain how depression elevates the risk of developing type 2 diabetes.

## Inflammation as a Common Factor

Chronic inflammation has been recognized as a key factor linking depression and type 2 diabetes. Both conditions are associated with systemic, cytokine-mediated inflammatory states, which can disrupt metabolic processes and insulin sensitivity. This inflammatory response contributes to the development and progression of type 2 diabetes in individuals with depressive symptoms.

## Implications for Health Management

Understanding the genetic and inflammatory connections between depression and type 2 diabetes underscores the importance of integrated healthcare approaches. Healthcare providers should consider the mental health status of patients when assessing the risk for type 2 diabetes and vice versa. Early identification and management of depressive symptoms may be crucial in preventing the onset of type 2 diabetes, particularly in individuals with a family history or genetic predisposition to either condition.

In conclusion, the interplay between depression and type 2 diabetes is complex, involving shared genetic factors and inflammatory mechanisms. Ongoing research is essential to fully comprehend this relationship and to develop effective strategies for prevention and treatment.

# Growing Concerns Over Space Debris Impacting Aviation Safety



The escalating issue of uncontrolled space debris reentering Earth's atmosphere has raised significant concerns regarding aviation safety. While the probability of such debris colliding with aircraft remains low, the potential consequences are severe, prompting authorities to implement precautionary measures.

## Recent Incidents Highlighting the Issue

A notable example occurred on January 16, 2025, when SpaceX's Starship Flight 7 experienced an explosion over the Atlantic Ocean. The upper stage of the spacecraft disintegrated

approximately 8.5 minutes after launch, releasing debris into the ocean near the Turks and Caicos Islands. This incident led to temporary airspace restrictions, causing flight delays and diversions due to safety concerns.

## Research Findings on Collision Risks

A study published in Scientific Reports by researchers from the University of British Columbia examined the risks associated with space debris reentries in congested airspaces. The study found that uncontrolled reentries have a 26% chance of occurring annually in high-traffic areas such as the Northeastern United States or Northern Europe. This increasing risk is attributed to the growing number of space missions and the accumulation of debris in Earth's orbit.

## Economic and Operational Implications

The potential for space debris to disrupt air travel poses significant economic challenges. Airspace closures, implemented as safety measures during reentries, can lead to flight delays, cancellations, and increased operational costs for airlines. For instance, in 2022, European authorities enacted temporary airspace closures in response to reentering

debris, highlighting the delicate balance between ensuring aviation safety and maintaining operational efficiency.

## Future Challenges and Mitigation Strategies

As the number of space missions continues to rise, the volume of debris in Earth's orbit is expected to increase, exacerbating the risk of uncontrolled reentries. To mitigate these dangers, experts suggest implementing controlled reentries into designated oceanic zones, thereby reducing the likelihood of debris impacting populated areas or airspace. However, with over 2,300 rocket bodies currently in orbit, many of which are expected to reenter unpredictably over the coming decades, managing this threat will require ongoing international cooperation and technological innovation.

In conclusion, while the risk of space debris colliding with aircraft is currently low, the increasing frequency of space missions and the accumulation of debris in orbit necessitate proactive measures to safeguard aviation safety. Ongoing research, policy development, and technological advancements are essential to address this emerging threat effectively.

## Fuel Station in Exchange for Weapons:



In a significant development in international relations, an agreement has been reached between Russia and Sudan involving the establishment of a fuel supply station in exchange for weapons. The agreement, which highlights the strengthening of military and economic cooperation between the two countries,

has drawn attention from observers due to its strategic implications.

According to sources familiar with the deal, Sudan will provide Russia with the rights to establish a fuel supply station on its territory, which will be used to support Russian military activities in the region. In return,

Russia is expected to supply Sudan with advanced weaponry, bolstering the Sudanese military's capabilities.

The agreement is seen as part of Russia's broader efforts to expand its influence in Africa and enhance its presence in strategic locations across the continent. For Sudan, the deal is expected to provide much-needed military support as the country continues to navigate internal and regional security challenges.

While the details of the agreement are still emerging, it is clear that this development marks a new chapter in the evolving relationship between Russia and Sudan, with potential implications for the geopolitical landscape in the region.

## Gulf Leaders, Egypt, and Jordan

*Meet in Riyadh at Saudi Crown Prince's Invitation*



Saudi official source stated that, at the invitation of Crown Prince Mohammed bin Salman, Saudi Arabia's Prime Minister, leaders of the Gulf Cooperation Council (GCC), the King of Jordan, and the President of Egypt met in the Saudi capital, Riyadh, for an informal brotherly gathering.

This meeting is part of the regular friendly gatherings that have taken place for many years between the leaders of the GCC, Jordan, and Egypt, reflecting the

strong fraternal ties that unite them. According to the Saudi source, such meetings aim to enhance cooperation and coordination among the GCC countries, Jordan, and Egypt.

The source also clarified that, within the framework of joint Arab efforts and decisions made regarding it, discussions related to the upcoming emergency Arab summit, which will be held in the Arab Republic of Egypt, are expected to be part of the agenda.

## With U.S. Support: Five ISIS Members Killed in Iraqi Strikes in Kirkuk



U.S. Central Command announced that precise airstrikes led by Iraqi security forces killed five members of the ISIS terrorist organization near Kirkuk on January 31.

In a post on the "X" platform, it was added that "an initial sweep after the strike uncovered several suicide vests and other materials." The statement also noted that U.S. forces provided support for the airstrikes.

Militias and the U.S. Troop Withdrawal

Despite Iraq reaching an agreement with the United States last year on the withdrawal of its troops from the country, particularly after pressure from Iranian-backed militias, the situation appears to have shifted dramatically.

Several Iraqi and U.S. officials revealed that the fall of Syrian President Bashar al-Assad prompted Iran-aligned militias in neighboring Iraq to reconsider their demands for the departure of U.S. forces, according to a Saturday re-

port by the Associated Press.

These militias, including the "Coordination Framework," the coalition that brought Prime Minister Mohammed Shia al-Sudani to power in late 2022, reassessed their position following Assad's sudden downfall in a swift attack by armed factions. Assad's unexpected collapse weakened Iran's influence in the region, leaving its allied groups in Iraq feeling vulnerable.

Iraqi factions also feared that ISIS could exploit the security vacuum to stage a comeback while Syria's new leaders were preoccupied with consolidating control and forming a national army.

One official familiar with the situation said, "Most Coordination Framework leaders now support the continued presence of U.S. forces due to what happened in Syria."

He also explained that they "fear ISIS could take advan-

tage of the vacuum if the Americans leave and the situation in Iraq collapses."

Fading Calls for U.S. Troop Withdrawal

A senior official in Iraq's National Security Service noted during a meeting with the government that "it is not in the country's interest to request the withdrawal of the U.S. and international coalition forces at this time."

He added, "The loud voices that previously called for this withdrawal have significantly quieted," noting, "I don't expect them to leave this year."

Similarly, a senior official at the U.S. Department of Defense disclosed that "since Assad's fall, Iraqi officials have informally requested at the highest levels to delay the withdrawal."

He added that "Iraqis have expressed concern that ISIS could exploit the chaos following Assad's ousting

and the large stockpiles of weapons left behind by the former Syrian army to make a comeback."

He clarified that while ISIS may not re-emerge soon, it could return under a new name and formation.

U.S. Troop Presence in Iraq

The Iraqi government has not issued any public statement regarding the possible extension of the international coalition's mandate.

However, government spokesperson Basim al-Awadi affirmed that "the timelines agreed upon between Iraq and the coalition have not changed," and that meetings between the two sides are ongoing.

Last year, Baghdad and Washington announced that they had agreed on the withdrawal of U.S. forces, operating within the international coalition against ISIS, by September 2025.

## Ontario Election 2025: Snap Vote Called Amid U.S. Tariff Threat

Ontario Election 2025. is set to hold a snap provincial election on February 27, 2025, following Premier Doug Ford's request to dissolve the legislature. This decision comes in response to U.S. President Donald Trump's threatened 25% tariffs on Canadian imports, which Ford warns could lead to significant job losses in Ontario's manufacturing sector.

The main political parties are actively campaigning:

**Progressive Conservative Party (PC):** Led by Premier Doug Ford, the PC is seeking a third consecutive majority mandate. Ford emphasizes the need for a strong provincial mandate to effectively counteract the proposed U.S. tariffs.

**Ontario New Democrat-**

**ic Party (NDP):** Under the leadership of Marit Stiles, the NDP is focusing on workers' rights and economic resilience in the face of potential tariffs. Stiles has criticized the early election call, suggesting that the government should prioritize addressing the tariff threat over political maneuvering.

**Ontario Liberal Party (OLP):** Led by Bonnie Crombie, the

OLP is emphasizing health-care improvements and economic diversification. Crombie has expressed concerns about Ford's handling of the tariff situation and advocates for a more collaborative approach to economic challenges.

**Green Party of Ontario (GPO):** Led by Mike Schreiner, the GPO focuses on environmental sustainability

and economic resilience. Schreiner has called for a "Buy Ontario" procurement strategy to support local businesses amid the tariff threats.

As the election approaches, party leaders are making campaign stops across the province, engaging with voters and outlining their platforms. Advance voting has begun and will continue until February 22, 2025. Election day is scheduled for February 27, 2025.



## Walmart Profit Forecast Falls Short as Growth Slows



Walmart's profit forecast has come in below Wall Street expectations, with the company projecting adjusted earnings between US\$2.50 to US\$2.60 per share. This marks a downturn from analyst projections and sent the retailer's stock down 6.2% as of 9:35 a.m. on Thursday in New York.

Historically, Walmart has taken a conservative approach with its guidance. However, the company's stock has surged by 77% over the past 12 months, leading investors to set high expectations for future performance. Bobby Griffin, an analyst at Raymond James, noted that Walmart is adopting a cautious stance on consumer trends

and near-term investments, including the recent acquisition of Vizio Holding Corp., a smart-TV maker. Despite the stock fluctuation, Griffin reassured that Walmart's long-term prospects remain unchanged.

During a call with analysts, Walmart CFO John David Rainey said the company's guidance aligns with past practices, but he acknowledged uncertainties surrounding consumer behavior, as well as global economic and geopolitical conditions.

For the upcoming fiscal year, Walmart expects net sales growth in the range of 3% to 4%, falling short of the 5% growth recorded in the previous year. Rainey also pointed out that the guidance does not factor in the potential impact of tariffs, which remain unpredictable. Walmart im-

ports food from Mexico and general merchandise from China, which could be impacted by tariffs in the future.

Despite these uncertainties, Walmart has managed to maintain its position as a leader in low prices, benefiting from consumers who continue to prioritize essentials like groceries. The most recent quarter saw an increase in market share, particularly among households with annual incomes exceeding US\$100,000.

As the first major retailer to release its quarterly figures post-holiday season, Walmart reported a 4.6% increase in comparable sales, excluding fuel, for U.S. stores open at least a year in the quarter ending Jan. 31, exceeding analysts' expectations.

Rainey described consumer behavior as "steady" but far from a full recovery, emphasizing that general merchandise sales have shown improvement, and demand during the holiday season met expectations. The company

also noted a rise in food prices by low single digits, with general merchandise items becoming more affordable. Transaction counts increased, with customers spending more per visit. January was recorded as the strongest month of the quarter.

However, the retail sector continues to grapple with challenges, including tariffs and unpredictable weather conditions that affected January U.S. retail sales. While President Trump paused tariffs on products from Mexico and Canada, additional levies on Chinese imports are still a concern for retailers. Many consumer companies are yet to factor these tariff impacts into their forecasts.

In conclusion, Walmart's forecast signals cautious optimism, with the company navigating through various challenges but maintaining steady growth. As the retailer braces for potential market shifts, it will continue to leverage its private brands and partnerships to keep prices competitive

## Windsor Police Recover Stolen Rental Truck



Windsor Police Recover Stolen Rental Truck, Windsor police have made a significant recovery, charging a 40-year-old man in connection with the theft of a rental truck and over \$7,500 worth of music equipment. The incident, which began on Feb. 3, saw a rental truck stolen from the 800 block of Janette Avenue as the victim was unloading musical gear from the rear of the vehicle.

According to police, the suspect seized the opportunity to slip into the driver's seat and sped away, leaving the victim stunned.

The following day, the stolen vehicle was discovered abandoned in the 2600 block of Langlois Court. However, the case didn't end there. The Windsor Police Service's auto theft unit swiftly launched an investigation, identifying a suspect and obtaining a search warrant for a property in the 600 block of South Pacific Avenue. There, officers uncovered a trove of stolen items, including speakers, LED lights, and various other pieces of music equipment. All items were returned to their rightful owner.

Windsor police arrested the suspect in the 2400 block of Dougall Avenue on Feb. 18. He now faces multiple charges, including theft of a motor vehicle, theft exceeding \$5,000, possession of stolen property exceeding \$5,000, and dangerous operation of a motor vehicle.

Police are urging anyone with further information on the case to contact their target base unit at 519-255-6700, ext. 4350. Anonymous tips can be provided through Windsor & Essex County Crime Stoppers at 519-258-8477 (TIPS) or online at [catchcrooks.com](http://catchcrooks.com).

## Doug Ford Championing Ontario Workers in Windsor: *A New Era for the Tories*



In a scene that would have been hard to imagine not long ago, Premier Doug Ford recently donned a Unifor hoodie and stood side by side with Windsor autoworkers, positioning the Progressive Conservatives as the party of Ontario's working class. Historically seen as a party more aligned with big business, Ford's leadership is transforming the Tories into a strong advocate for workers, particularly in the automotive sector.

Ford's visit to Windsor comes as part of his continued commitment to bolstering Ontario's economy through direct investments in local industries. As John D'Agnolo, president of Unifor Local 200, emphasized, Ford has been a consistent supporter of auto industry investments. "Doug Ford has offered the money to get production in Windsor, Brampton, and Oakville. That's not something we've seen traditionally from previous Conservative governments," D'Agnolo stated.

The Premier's focus on protecting jobs and investing in re-skilling Ontario's workforce has garnered endorsements from several prominent unions, including LiUNA and the Ontario Professional Fire Fighters Association (OPFFA). In a time when global economic uncertainty looms large, Ford's approach to safeguarding local industries, particularly the auto sector, is being recognized across the province.

Launching his re-election campaign at the Ambassador Bridge, Ford underscored his promise to invest billions in Ontario workers. "We will do whatever it takes to protect workers and their livelihoods," Ford affirmed, committing to collaboration with both unions and businesses to safeguard jobs and ensure the province remains a leader in auto and energy innovation.

His government's dedication to ensuring that the NextStar Energy battery plant remains in Wind-

sor-Essex is a key example of this. The initiative will not only secure thousands of jobs but also strengthen Ontario's standing in the electric vehicle (EV) market, an industry vital for future growth.

Ford's pro-worker image is further backed by his track record of providing financial support to retrain autoworkers and maintain crucial subsidies for EV battery production. In an era of shifting economic landscapes, Ford has positioned himself as a reliable partner for Ontario workers, ensuring they are equipped to face the challenges ahead.

While critics may call Ford's approach a "gimmick," the endorsements from multiple unions suggest that the Tories are redefining what it means to be the party of the working class. In Windsor and beyond, Doug Ford's leadership is making it clear: the Progressive Conservatives are committed to building a prosperous, worker-focused future for Ontario.

# Ambassador

Newspaper

CANADA

Jan. 2025

ISSUE

43

A monthly Cultural, Social & Political Newsletter published by Integrative Canadian Group Org.

.....We may differ in opinions, but respect remains our principle.....

## WINDSOR-ESSEX REGIONAL CHAMBER OF COMMERCE: 2025 Mayor's Luncheon,



Windsor Mayor Drew Dilkens delivered a stark warning at the Windsor-Essex Regional Chamber of Commerce's 2025 Mayor's Luncheon, sponsored by Port Windsor, on Wednesday. Emphasizing the severe economic threat posed by U.S. President Donald Trump's proposed tariffs on Canadian goods, Dilkens called on Windsorites to stand united and face the storm head-on.

Rather than focus on the city's usual accomplishments, Dilkens spent much of his speech addressing the looming 25% tariff Trump plans to impose on Canadian goods, warning that it could be cat-

astrophic for Windsor. The U.S. President has also threatened to impose even higher tariffs—up to 100%—on the Canadian auto industry, a key sector in Windsor's economy.

"We need to lock arms in this moment and not let go if things get rough," Dilkens said, addressing a packed room at the luncheon. "I'm not going to sugarcoat it for anyone here, and I hope I'm dead wrong, but it may get rough. If it does, we need to stick together."

Dilkens described the situation as "madness," with the potential to dismantle the deeply integrated trade sys-

tem between Canada and the U.S., costing both countries hundreds of billions of dollars. Standing at the St. Clair Centre for the Arts, with Detroit's skyline in the background, he drew a historical comparison to the War of 1812 when cannons were positioned along Detroit's waterfront, aimed at Upper Canada.

Despite the significant economic uncertainty, Dilkens was resolute, framing Trump's tariff threats as a "rallying cry" for the people of Windsor. "Windsorites are tough, determined, and some may even say stubborn. But we certainly punch above our weight," he said, urging local

residents to assert themselves more in the face of adversity.

While Windsor is experiencing unprecedented growth and investment, the mayor made it clear that the threat of tariffs requires immediate action. He warned that the U.S. tariffs will have "swift and dramatic impacts" on the region. Vehicle prices are set to rise, and sales will likely decline. Original equipment manufacturers (OEMs) would scale back production, resulting in layoffs, while parts suppliers would reduce output, sending workers home. "The cascading effect will hit everyone, from manufactur-

ers to service workers. Even the young person behind the counter at Tim Hortons could lose their job as disposable income drops and people save money to weather the storm," Dilkens said.

The mayor pointed out that the tariffs would have casualties on all sides. Americans would face higher prices for goods, and businesses would delay investments until a more favorable environment emerges. Meanwhile, Trump's rhetoric continues to target Canada's natural resources.

Dilkens also expressed frustration with the U.S. president's apparent lack of understanding of Canadians. "We admire and appreciate our American friends, but we also want to preserve our Canadian identity and pride," he said.

Windsor, as a border city, stands at "ground zero" for the impacts of these tariffs. Dilkens urged citizens to take pride in their Canadian identity, urging them to buy Canadian, wear the maple leaf, and display the Canadian flag this weekend, as five former Canadian prime ministers had also suggested.

"Do the little things that send signals that we won't be taken advantage of by a bully," Dilkens said. "Stand tall. Be proud to be Canadian. But please—don't boo at the U.S. national anthem. We are better than that, and we like our U.S. neighbors too much to hold them accountable for the actions of a single American.