السفير
جريدة
كندا

كانون 1 / 2025

العدد 49

ثقافية اجتماعية سياسية تراثية شهرية تصدرها منظمة المجموعة الكندية التكاملية

.....قد نختلف في الآراء, ولكن يبقى الأحترام ديدننا.....

كلمة العدد..

إلى اين المسير، والأرض قدرنا المشترك؟

منصور السناطي

هل أجريت حديثاً حوارياً مع النفس؟ هل لك رؤية واضحة؟ فيما يخص العواطف والقرابة والتكنلوجيا؟ وهوية الإنسان في الأزمنة الكوكبية؟ وتعقيدات الظواهر والتناقضات العائمة المتكاملة والمتصارعة ونحن نعيش مع قدرنا المشترك في الأصل والفناء والضياع والموت؟ ألا يستوجب بنظرة إسترجاعية أن نكون أخوة في الإنسانية على الأقل؟ يا سادتنا في السفوح وقمم المسؤولية؟

بإعادة النظر بالماضي والحاضر والمستقبل، وإستقراء التاريخ وتجارب الشعوب مع الإشتراكية والبلشفية والستالينية الفوضوية والرأسمالية، هل عرفنا الحاضر لأننا موجودون فيه؟ ما هي معالمه؟ مع هشاشة المعرفة التاريخية، كيف يمكننا إستشراف المستقبل بدون التأثير والتاثر في حركة التاريخ الأزلية، وهل بإمكاننا بلورة البذور المجهرية ضمن الإكتشافات والإبداعات وتصوّر مدياتها المستقبلية؟

مع عدم اليقين المستقبلي، لكن الفاعلون في حاضرنا ينزوون إلى الظل، ويظهر من وراء الكواليس ومن تحت الطاولات جيل ذكي وفاعل ليلعبوا الدور في لعبة الزمن، كون الحاضر هو إستشرافاً للمستقبل، ولكن! بمحدودية خيالنا الحاوي على الثغرات المعرفية، فالتطور لا يرتبط بقوانين حتمية قابلة للقياس، فالواقع الإجتماعي المعتمد على الديموغرافية والإقتصادية والتقنية والسياسية والأيديولوجية بصيرورة مركبة بشكل مهول يقودنا إلى ضياع هويتنا، لكون التاريخ يبدع وينحرف ويتمايل ويغير السكة ويظل السبيل، وقد ينقاد مع التيّار ويصبح هو الإتجاه، فالتطور إذاً هو محصلة إنسياق وإنحراف وخلق إضطراب من رحم الأزمات، في زمن تحطم العلاقات الحميمية لصالح العلاقات المالية والأطماع البشرية.

الخلاصة: إننا لا علم لنا بالإبداع الذي لم يحدث بعد ،فالأزمات الإنسانية الراهنة ليست إنكساراً داخل العلاقات الإجتماعية فحسب بل زعزعة داخل النظام ونسق الحياة الأسرية بإمتياز، فالنزاعات الدولية وكثرة الإحتمالات والإنحرافات عن المبادىء الإنسانية أدى إلى تدمير وتآزيم قدرنا المشترك على كوكب الأرض.

نتائج الانتخابات وانفجارات كردستان...
مشهد عراقي مفتوح على الأسئلة

بدأت ملامح المشهد السياسي العراقي لعام 2025 تتضح شيئاً فشيئاً مع إعلان نتائج الانتخابات التي اتسمت بدرجة غير مسبوقة من الهدوء والشفافية فقد شهد العراقيون يوماً انتخابياً هادئاً توجه فيه الناخبون إلى صناديق الاقتراع بثقة أكبر وإرادة واضحة لإحداث تغيير يعيد رسم الخريطة السياسية وأسفرت النتائج عن توزيع جديد للقوة داخل البرلمان حيث حصد ائتلاف رئيس الوزراء محمد شياع السوداني ستةً وأربعين مقعداً بينما حصل رئيس الوزراء الأسبق نوري المالكي على تسعةٍ وعشرين مقعداً وجاء محمد الحلبوسي بسبعةٍ وعشرين مقعداً مقابل ستةٍ وعشرين مقعداً للحزب الديمقراطي الكردستاني وهي أرقام تعكس حركة جديدة في ميزان النفوذ وتوسعاً في دائرة المساءلة الشعبية وصعود قوى على حساب أخرى بما يشي بتغير المزاج العام وارتفاع سقف التوقعات من المرحلة المقبلة

ومع بدء القوى السياسية مفاوضاتها الأولى بشأن شكل الحكومة المقبلة والرئاسات الثلاث انشغل الإقليم بسلسلة من اللقاءات التي جمعت وفوداً من بغداد مع شخصيات كردية مؤثرة في محاولة لتثبيت معادلة سياسية قادرة على الصمود أمام التحولات التي فرضتها صناديق الاقتراع فالحديث يدور عن إعادة ترتيب العلاقة بين القوى السنية الساعية لتوحيد موقفها داخل البرلمان والقوى الشيعية التي تبحث عن رؤية مشتركة لرئاسة الوزراء في وقت تعمل فيه الأحزاب الكردية على الحفاظ على موقعها التقليدي في ملف رئاسة الجمهورية

لكن الانفجار الذي استهدف حقل كورمور للغاز في السليمانية بطائرة مسيرة مجهولة أعاد العراق إلى دائرة القلق في لحظة سياسية حساسة للغاية إذ أدى الهجوم إلى توقف الإنتاج وانقطاع الكهرباء في مناطق واسعة ما أثار موجة أسئلة حول توقيت الضربة وأهدافها ومن المستفيد من خلط الأوراق وإرباك التفاهمات المتقدمة التي كانت تتشكل بين القوى السياسية وفي خضم تسارع النظريات والتحليلات ظهرت من داخل العراق اتهامات خطيرة تتحدث عن أبعاد سياسية وراء الاستهداف فهناك من يرى أن الضربة جاءت لإرسال رسالة تعطيلية موجهة نحو مفاوضات تشكيل الحكومة وترتيب المناصب وهناك من يربطها بملف صفقات الغاز وتشابك المصالح الاقتصادية بين قوى محلية وإقليمية ودولية وهي سيناريوهات تتقاطع في نقطة واحدة مفادها أن الحقل لم يُستهدف عبثاً وإنما في سياق سياسي واقتصادي معقد تعيشه البلاد

وتزامن ذلك مع اجتماعات غير معلنة شاركت فيها شخصيات ذات وزن من بغداد ومن الإقليم تبحث في آلية توزيع المناصب وتركيب تحالفات عابرة للطوائف تضمن ولادة حكومة قوية لكن التفجير ذكّر الجميع بأن الأمن هو حجر الأساس وأن أي اهتزاز فيه سيطيح بكل ما يُبنى على طاولة التفاوض فالاتفاقيات السياسية لا يمكن أن تزدهر في ظل تهديد مباشر للبنية التحتية الحيوية التي يعتمد عليها المواطن في حياته اليومية

اليوم يقف العراقيون أمام مفارقة واضحة بين يوم انتخابي هادئ منحهم جرعة أمل وبين مشهد أمني واقتصادي شديد الهشاشة يهدد بتكرار هجمات تستهدف مفاصل الطاقة وتضع البلاد أمام خيارات صعبة فالعراق أمام طريقين إما تحويل هدوء الانتخابات إلى مسار سياسي مستقر يقود إلى تشكيل حكومة قادرة على حماية الموارد وتعزيز الخدمات وإما الاستمرار في دوامة الضغوط والرسائل المبهمة التي تستغل اللحظة السياسية لتغيير المواقف وإعادة تشكيل التوازنات

ويبقى الشارع العراقي مترقباً لما ستسفر عنه الأيام المقبلة من تفاهمات وهل ستتمكن القوى السياسية من تجاوز خلافاتها وتقديم مصلحة الوطن على مصالحها أم أن التعقيدات ستكون أكبر من قدرة المشهد على استيعابها ورغم كل الشكوك يظل الأمل قائماً بأن تعبر البلاد نحو مرحلة أكثر استقراراً وأن يكون ملف الطاقة وحماية الحقول والمنشآت في مقدمة أولويات الحكومة المقبلة باعتباره شريان الحياة لكل المحافظات وبين نتائج الانتخابات وانفجار كردستان يبقى المشهد العراقي مفتوحاً على كل الأسئلة ينتظر فيه المواطن لحظة يعبر فيها الوطن إلى بر الأمان.

«السفير»

www.zaylaw.com

Results
Relationships
Recovery

We Can Help!
نستطيـــع المساعـــدة!

- 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 !

519-991-6667
توفيق حسون

519-992-7726
ممدوح حسون

مارك ميلر وزير الهجرة السابق والمثلية ؟

أثار مشروع القانون بيل سي 9 الخاص بمكافحة الكراهية، والذي يُطرح حالياً للمناقشة في البرلمان الكندي، جدلاً واسعاً حول حدوده وتأثيره على حرية التعبير والمعتقد الديني. ومن المعروف أن العملية التشريعية في كندا تتسم بعدة مراحل دقيقة قبل أن يصبح أي مشروع قانون نافذاً. إذ يُطرح المشروع أولاً للموافقة عليه من قبل عدد كاف من أعضاء البرلمان، ثم يُحال إلى لجنة متخصصة تستعين بمستشارين في مختلف المجالات لإجراء التعديلات الضرورية، وبعدها يُعاد للتصويت داخل البرلمان. وإذا اجتاز هذه المرحلة، ينتقل المشروع إلى لجنة ثالثة لإجراء التعديلات النهائية، قبل أن يُرفع إلى مجلس الشيوخ. وإذا أقرّه المجلس، يُحال القانون إلى الملك لتصديقه ليصبح نافذاً.

وخلال مناقشة المشروع، استشهد النائب مارك ميلر ببعض آيات الكتاب المقدس التي تتناول المثليين، ما قد يُفهم منه تحريض على الكراهية. ويثير هذا الاستشهاد مخاوف واسعة، إذ أن القانون، في حال إقراره، قد يعرض أي شخص – سواء كان رجل دين أو مواطناً عادياً – للمساءلة القانونية لمجرد الإشارة إلى هذه الآيات. ويشمل هذا الأمر الأديان الأخرى مثل الإسلام واليهودية، التي تحرّم المثلية أيضاً، ما يرفع مستوى الحساسية الدينية ويزيد المخاوف من المساس بحرية المعتقد.

ويرى منتقدو المشروع أن إقراره قد يشكل سابقة خطيرة، تؤثر على مشاعر المؤمنين وتمس القيم التقليدية المتعلقة بالحياة الزوجية بين الرجل والمرأة. فالكتب المقدسة لم يُسمح بمسّها منذ آلاف السنين، وهي ليست وليدة العصر الحديث، ما يجعل أي محاولة لتقييد الاستشهاد بها أمراً حساساً للغاية ويثير اعتراضات شرعية ومجتمعية.

لذلك، يدعو المعارضون إلى التحرك الجاد والاتصال بأعضاء البرلمان، ورئيس الوزراء، ورئيس المعارضة، وبقية الأحزاب والمنظمات، بهدف إسقاط مشروع القانون في القراءة الثانية. ويؤكدون أن إرسال الإيميلات، وإجراء المكالمات الهاتفية، واللقاءات الشخصية، كلها أدوات ضرورية لضمان حماية حرية التعبير الديني والحق في التمسك بالقيم والمعتقدات التقليدية التي شكلت جزءاً من تاريخ المجتمع الكندي لعقود طويلة، وعدم السكوت عن أي مساس بهذا الحق.

«السفير»

خسائر قياسية لبريد كندا..

صرّح الرئيس التنفيذي لشركة بريد كندا أن الشركة ستفقد مالا يقل عن 30 الف وظيفة خلال العشر سنوات المقبلة، إما المغادرة الطوعية أو التقاعد ضمن خطة لتقليص عدد العاملين وتحديث خطتها.

وبتأكيد دوغ إيتنغر في الإجتماع السنوي للشركة أن عدد العاملين يضم نحو 62 ألفاً حتى نهاية العام الماضي وهذا عدداً ضخماً.

واضافت المديرة المالية ريندالا الحاج أن الشركة تعاني من الخسائر الفادحة تجاوزت المليار دولار خلال الأشهر التسعة الماضية، بزيادة 239 مليوناً عن العام الماضي بالإستعانة بالقروض الحكومية للبقاء على قيد الإستمرار.

واشار الرئيس التنفيذي أن الإعتماد الدائم على الدعم الحكومي ليس خياراً صحيحاً، وأن السماح للشركة لهيكلة عملياتها لتواكب التطور الحاصل في الإنحصار الورقي والإعتماد على البريد اللكتروني.

والشركة قدمت للحكومة الفدرالية خطة إصلاح، لكن اوتاوا تواصل مراجعة مقترح الشركة دون الكشف عن مضمونه.

وجدير بالتنويه أن خسائر فادحة لحقت الشركات والمتاجر بسبب إضراب العاملين في شركة البريد الكندية.

«السفير»

هل تصريحات كارني إبتعاد عن السياسة النسوية لكندا ؟

صرّحت كارينا غولد، رئيسة اللجنة المالية في مجلس العموم الكندي، بأن تصريحات مارك كارني حول السياسة الخارجية الكندية، والتي وصفها بأنها ليست «نسوية»، تمثل تحولاً نسبيًا عن نهج حكومة جاستن ترودو السابقة، التي كانت تصنف مراراً بأنها حكومة نسوية وتضع قضايا المساواة بين الجنسين في صلب سياساتها.

إلا أن غولد أوضحت أن المبادئ التي طرحها كارني خلال مشاركته في قمة العشرين بجنوب أفريقيا لا تزال تحمل مضامين نسوية مهمة، إذ أكّد التزام حكومته بمواصلة الدفاع عن حقوق المرأة ومكافحة العنف ضد النساء، وهو ما يظل جزءاً أساسياً من السياسة الخارجية الكندية الحالية. واعتبرت غولد أن هذا الموقف يعكس حرص الحكومة على المحافظة على القيم الكندية التقليدية في حماية حقوق المرأة، حتى مع التحولات السياسية الجديدة.

وأردف كارني قائلاً إن الحكومة الحالية ستسعى من خلال النقاش البناء حول المساواة بين أفراد المجتمع إلى تعزيز الحوار حول القضايا الاجتماعية المهمة، مشدداً على أن كندا ستواصل توسيع تجارتها مع شركاء جدد، بما في ذلك الدول التي قد لا تضع المساواة بين الرجال والنساء ضمن أولوياتها. وأكد أن هذا النهج يسعى لتحقيق توازن بين تعزيز القيم الإنسانية والاجتماعية، وبين الانفتاح الاقتصادي وتوسيع نطاق التعاون التجاري الدولي، بما يضمن مصالح كندا في بيئة عالمية متغيرة.

وفي الوقت نفسه، اعتبر محللون أن تصريحات كارني تشير إلى سعي الحكومة للحفاظ على الهوية النسوية للسياسة الخارجية، لكنها أيضاً تعكس واقعية التعامل مع شركاء اقتصاديين عالميين قد لا تتطابق أولوياتهم مع قيم كندا الاجتماعية، ما يضع البلاد أمام تحدٍ في الموازنة بين المبادئ والقيم الأقتصادية.

«السفير»

كيف تتجنب الإحتيال فى كندا ؟

مع تزايد عمليات الإحتيال على المواطنين الكنديين وخاصة كبار السن، صرّح الصحفي والمحلل التكنلوجي كارمن ليفي مبدياً ملاحظات مهمة جداً لكشف اساليب الإحتيال قبل التورط مع المحتالين المحترفين.

وقال إن الأسباب المؤدية إلى الإحتيال هو الثقة الزائدة الممنوحة للمحتال، وأضاف بأن معرفة هوية الشخص المتصل عبر التلفون أو الرسائل أو البريد الألكتروني مهمة جداً، وإذا لست متأكداً من المتصل أغلق الهاتف مباشرة، أو لا تجب على الهاتف أو الرسالة المكتوبة أو الصوتية، فإذا كانت الرسالة مهمة سيترك لك المجال للتحقق من مصداقيتها، وإلا فإهمالها أفضل لك، لأنه بمجرد التفاعل معها ستعطي فرصة للإحتيال بأنك شخصاً نشطاً قابل لتمرير الإحتيال عليك بشتى الوسائل والسبل، فتكرر المحاولات معك مستقبلاً.

الخلاصة: لا تثق بأي فرد قبل التأكد من هويته، حتى لو قال لك بأنه من الشركة الفلانية أو من البنك كذا أوشركة تأمين مشهورة.

وعليك طرح الإسئلة التي لا يعرفها سوى الموظف الحقيقي لإثبات هويته، وشارك بأقل ما يمكن من المعلومات الشخصية في منصات التواصل الإجتماعي مثل محل السكن والمدرسة والمعلم المفضل ومسقط الراس، لأن المحتالين يستغلون المعلومات والبيانات ليصنعوا صورة تبدو شرعية وحقيقية تكفي لخداع الضحية، وتجنب إظهار الحسابات البنكية، وعليك إزالة الحسابات المشبوهة، ومن الأفضل الإتفاق بين أفراد العائلة على كلمة السر فيما بينهم، وهذا يؤمن لك أن المتصل هو من أفراد العائلة لأن تقليد الصوت عبر برامج إستنساخ الصوت غدت متوفرة، وعليك إنهاء المكالمة فوراً دون إطالة.

«السفير»

جريدة السفير
تستقبل مساهماتكم ونتاجاتكم الادبية في الشعر والقصة والخاطرة الأدبية وجميع الدراسات والبحوث الأدبية والنقدية على الايميل amb.news.media@outlook.com

خبرة 32 عاماً تقود جيسون كرولي

إلى رئاسة شرطة ويندزور

شهدت مدينة ويندزور حدثاً أمنياً بارزاً مع الإعلان الرسمي عن تعيين السيّد جيسون كرولي رئيساً جديداً لشرطة ويندزور، وذلك خلال مراسم رسمية حضرها عمدة المدينة درو ديلكنز، ورئيسة لجنة الشرطة وعضو المجلس البلدي جوان جينياك، إلى جانب الرئيس السابق لجهاز الشرطة جيسون بيلير، ونائب رئيس الشرطة كاريل ديجراف، وعدد من أعضاء المجلس البلدي ومسؤولي المدينة. هذا الإعلان يمثّل محطة مهمة في مسيرة جهاز الشرطة، ويعكس توجهاً واضحاً نحو تعزيز القيادة الأمنية وتطوير أساليب العمل الشرطي بما يتناسب مع التحديات الحالية والمستقبلية.

يأتي تعيين كرولي بعد مشوار مهني حافل امتد لأكثر من اثنين وثلاثين عاماً داخل جهاز الشرطة، بدأه في صفوف الدوريات ثم تدرّج عبر مناصب متعددة حتى وصل إلى قمة الهرم القيادي. وخلال السنوات الثلاث الأخيرة تولّى منصب نائب رئيس شرطة العمليات، وهو موقع حساس يتطلب قدرة عالية على إدارة الفرق الميدانية والتنسيق بين مختلف الوحدات، إضافة إلى التعامل مع الملفات المعقّدة التي تتطلب خبرة ورؤية واضحة.

تميز كرولي طوال مسيرته بقدرته على القيادة تحت الضغط، وبناء الشراكات مع مؤسسات المجتمع، والاهتمام المتواصل بتطوير أساليب الخدمة الأمنية، بما يشمل إدخال تقنيات حديثة وتحسين مستوى الاستجابة للحوادث. كما برز خلال عمله كمفتش للدوريات، حيث أشرف على فرق الاستجابة السريعة وتعامل مع حالات ميدانية كبرى. وتواصلت نجاحاته عندما تولى قيادة قسم التحقيقات، فكان له دور محوري في إدارة ملفات حساسة وتنسيق الجهود مع شركاء محليين وإقليميين.

ومن أبرز المحطات التي رسخت مكانته في الجهاز دوره القيادي خلال أزمة إغلاق جسر «السفير»، وهي واحدة من أكثر الأزمات تعقيداً في تاريخ المدينة، حيث لعب دوراً محورياً في إدارة التحركات الميدانية وضمان سلامة المواطنين وتنظيم الإجراءات الأمنية واللوجستية في تلك الفترة الحرجة. وقد أكسبه هذا الموقف احتراماً واسعاً داخل الجهاز وخارجه، وأبرز قدرته على التعامل مع الأزمات الكبرى بمهارة وحكمة.

ينتمي كرولي لمدينة ويندزور، وقد عبّر خلال كلمته في حفل الإعلان عن عميق اعتزازه بهذا التعيين قائلاً: «يشرفني أن أتولى منصب رئيس الشرطة في مدينتي التي نشأت فيها، وسأواصل العمل بإخلاص مع فريقنا ومع شركائنا في المجتمع لتعزيز الأمن وتطوير الخدمة المقدمة لأهالي ويندزور». ويُنظر إلى هذا التصريح على أنه رسالة التزام واضحة تؤكد النهج القائم على خدمة المجتمع وتعزيز الثقة بين المواطنين وجهاز الشرطة.

من جانبها، شددت رئيسة لجنة الشرطة جوان جينياك على أن اختيار كرولي جاء نتيجة دراسة معمّقة لسيرته وخبراته، مشيرة إلى أنه يمتلك المعرفة الكافية بالسياسات العامة، والخبرة الميدانية المباشرة، وفهماً واسعاً لطبيعة المجتمع المحلي وتحدياته الأمنية. وأضافت أن مسيرته الطويلة داخل الجهاز تجعله الخيار الأمثل لقيادة الشرطة في هذه المرحلة الدقيقة التي تشهد تطوراً اجتماعياً واقتصادياً يستوجب جاهزية أمنية عالية.

ويمر جهاز شرطة ويندزور بمرحلة تتطلب تحديثاً متواصلاً في أسلوب العمل، نظراً لطبيعة المدينة التي تضم أحد أهم المعابر الحدودية في البلاد، إضافة إلى كونها مركزاً صناعياً وسكانياً نشطاً يتطلب مستوى عالياً من اليقظة والتنظيم. ولهذا يُتوقع أن يعمل كرولي على تطوير الخطط الاستراتيجية، وتعزيز القدرات التقنية، وتحسين برامج التدريب، ودعم التنوع داخل صفوف الشرطة لإرساء بيئة عمل قوية ومتوازنة.

إن اختيار كرولي لهذه المهمة يشكل خطوة مهمة في مسار تعزيز الأمن في مدينة ويندزور، ويؤكد التزام السلطات المحلية بتعيين قيادة تمتلك الخبرة والمعرفة والرؤية المستقبلية. ومع انطلاقة هذه المرحلة الجديدة، تعرب جريدة السفير ومنظمة المجموعة الكندية التكاملية عن خالص التهاني للرئيس الجديد، متمنّيتين له التوفيق والنجاح في خدمة المدينة وأهلها، وفي العمل على تعزيز الثقة بين المجتمع وجهاز الشرطة، وترسيخ قيم العدالة والشفافية والمساءلة التي يتطلع إليها جميع السكان.

«السفير»

في الحدث السنوي متعدد الثقافات بمدينة وندسور

نور السعودي

شاركت منظمة المجموعة التكاملية الكندية (ICGO) في الحدث السنوي متعدد الثقافات الذي أقيم في مدينة وندسور، برعاية مركز المجتمع متعدد الثقافات (MCC)، بمشاركة واسعة من منظمات محلية ودولية، بهدف تعزيز قيم التفاهم والتبادل الثقافي والاجتماعي بين مختلف الجاليات المقيمة في المدينة.

شهد الحدث حضورًا جماهيريًا كبيرًا وأجواءً نابضة بالحياة، حيث تخللته عروض فنية وثقافية مميزة، ومجموعة من الأنشطة التعليمية والترفيهية التي عرّفت الزوار بثقافات الشعوب المشاركة وتقاليدها. كما ضم الحدث ورش عمل تفاعلية ركزت على أهمية الحوار والتقارب الثقافي، وساهمت في خلق بيئة إيجابية تدعم التنوع والاندماج الاجتماعي.

وقد أدت منظمة المجموعة التكاملية الكندية (ICGO) دورًا محوريًا خلال الفعالية، إذ قدّمت مجموعة من الأنشطة والبرامج التي تجسّد رؤيتها ورسالتها في دعم المجتمع وتعزيز روح التعاون بين الأفراد من خلفيات مختلفة. كما حرصت المنظمة على التعريف بخدماتها وبرامجها المجتمعية التي تهدف إلى تمكين الأفراد وتطوير مهاراتهم، إلى جانب بناء جسور تواصل وتعاون مع منظمات أخرى تعمل في المجالين الاجتماعي والثقافي.

ومن ضمن مساهماتها، قدّمت المنظمة هدايا عينية رمزية للحضور، كخطوة تعبّر عن روح المشاركة والتقدير، وساهمت في نشر الأجواء الإيجابية بين الزوار، وترسيخ صورة المنظمة كجهة فاعلة وداعمة للمجتمع المحلي.

وشكّلت هذه المشاركة فرصة قيّمة لتعزيز العلاقات المجتمعية وتبادل الخبرات بين المنظمات المشاركة، إضافة إلى تسليط الضوء على الدور الفعّال الذي تؤديه منظمة المجموعة التكاملية الكندية (ICGO) في دعم المجتمع المحلي متعدد الثقافات في مدينة وندسور، والمساهمة في بناء مجتمع يسوده التفاهم والتكامل والاحترام المتبادل.

نشاطات المنظمة الكندية التكاملية ...

فرص عمل لكبار السن وربات البيوت... محاضرة تثقيفية تقدّمها إيمان مكو

في يوم الأربعاء 19 نوفيمبر الجاري قدمت السيدة إيمان مكو محاضرة قيّمة حول فرصة للعمل من المنزل وخاصة كبار السن وربات البيوت، وشرحت بالتفصيل كيفية الإشتراك ومزايا التعرف على هذه الشركة اليابانية التي تسوّق المواد الصحية ولها فروع في 26 دولة ومنها كندا، وقدمت إستعدادها لمساعدة من يرغب من الحضور او من اقاربهم او اصدقائهم للدخول في سوق العمل .

واجابت المحاضرة مشكورة عن كافةالأسئلة والإستفسارات بإسهاب وتفصيل .

وكانت هنالك مداخلات أغنت الموضوع من كافة جوانبه الموضوعية، والشكر موصول للمنظمة الكندية التكاملية لتقديم مثل هذه المحاضرات القيّمة لفائدة الناس الباحثين عن فرص العمل، ولكن المنظمة تتجنب عمل أية دعاية تسويقية، وتبقى القناعة والحرية الشخصية للشخص المتلقي حصراً هي المعوّل عليها

وهذه بعض صور النشاط المذكور .

«السفير»

العلاقات الأميركية – الصينية تتحسن... والملف التايواني خارج البيان الأميركي

أشاد الرئيس الأميركي دونالد ترمب، الاثنين، بالعلاقات «القوية للغاية» بين الولايات المتحدة والصين، عقب مكالمة هاتفية مع الرئيس الصيني شي جينبينغ، مع الحفاظ على نهج حذر تجاه ملف تايوان الذي يثير توتراً كبيراً بين الطرفين. وركز بيان ترمب على العلاقات الثنائية والتعاون الاقتصادي، من دون الإشارة إلى الخلاف حول الجزيرة، في حين ركز البيان الصيني على أن قضية تايوان كانت محوراً أساسياً في الاتصال بين الزعيمين.

وأكد ترمب في بيانه أنه يعتزم زيارة الصين في أبريل (نيسان) المقبل، فيما سيزور الرئيس الصيني واشنطن في وقت لاحق خلال عام 2026، في خطوة تعكس رغبة الطرفين في تعزيز الحوار المباشر وتخفيف حدة التوترات التجارية والسياسية. وتأتي هذه المكالمة في سياق محاولات لتهدئة النزاع التجاري بين البلدين، بعد لقائهما في كوريا الجنوبية يوم 30 أكتوبر (تشرين الأول)، والذي شهد اتفاقاً على استئناف المشتريات الصينية من المنتجات الزراعية الأميركية ووقف القيود على صادرات المعادن النادرة، مقابل تخفيض الولايات المتحدة 10 في المائة من الرسوم الجمركية المفروضة على البضائع الصينية.

ويعد ملف تايوان محور حسّاس للغاية، إذ تعتبره الصين جزءاً من أراضيها ولا تستبعد استخدام القوة لاستعادته، بينما تصر حكومة الجزيرة على حق شعبها في تقرير مصيره. ومع ذلك، يبدو أن الزعيمين الأميركي والصيني يسعيان إلى الحفاظ على قنوات التواصل مفتوحة لتجنب أي تصعيد محتمل، وهو ما يعكس رغبة واضحة في استمرار الاستقرار النسبي في العلاقات الاقتصادية والسياسية بين القوتين العالميتين.

«السفير»

السودان على صفيح ساخن: البرهان يرفض مبادرة السلام ويهاجم الأطراف الدولية

أعلن القائد العام للجيش السوداني، الفريق عبد الفتاح البرهان، رفضه لأي تسوية سياسية تُبقي على «قوات الدعم السريع» أو تعيدها إلى المشاركة في الحكم، موجهاً انتقادات حادة لمستشار الرئيس الأميركي للشؤون العربية والأفريقية، مسعد بولس، الذي اتهمه بالانحياز واعتبره «عقبة أمام السلام».

وقال البرهان إن المقترح الذي قدمه بولس ضمن مبادرة «الرباعية الدولية» يمثل «أسوأ طرح»، لأنه – بحسب وصفه – يلغي دور القوات المسلحة ويطالب بحل الأجهزة الأمنية، بينما يمنح «الدعم السريع» امتيازات تحفظ وجودها. وأضاف موجهاً حديثه للمسؤول الأميركي: «ورقتك غير مقبولة ولا قيمة لها».

وفي سياق متصل، وجّه البرهان شكره لولي العهد السعودي الأمير محمد بن سلمان على تدخله لدى الرئيس الأميركي من أجل الدفع نحو إنهاء الحرب في السودان، معتبراً أن هذه الخطوة أسهمت في «توضيح الصورة الحقيقية» للوضع لدى واشنطن.

من جهة أخرى، انتقد البرهان مشاركة الإمارات في «الرباعية»، متهماً إياها بدعم «قوات الدعم السريع»، وقال إن وجودها في المجموعة «غير سليم». وردت أبوظبي على الاتهامات عبر وزيرة الدولة لشؤون التعاون الدولي، ريم الهاشمي، التي أكدت أن «رفض البرهان المتكرر لمبادرات وقف إطلاق النار يظهر سلوكاً معرقلاً لمساعي السلام

«السفير»

اغتيال مسؤول بـ«حزب لله» يرفع منسوب التوتر على الحدود اللبنانية الإسرائيلية

تصاعدت المخاوف في لبنان من احتمال اندلاع تصعيد أمني خلال الأيام المقبلة، عقب اغتيال رئيس أركان «حزب الله» هيثم الطبطبائي في قلب الضاحية الجنوبية لبيروت، في عملية اعتبرها مسؤولون لبنانيون تحمل رسائل سياسية وأمنية واضحة. ويرى مراقبون أن العملية تأتي في إطار نهج إسرائيلي مستمر، يستهدف الرد على أي مبادرات تفاوضية يطرحها الرئيس اللبناني جوزيف عون مع تل أبيب.

وتشير مصادر وزارية مقربة من رئاسة الجمهورية إلى أن كل مبادرة تقدمها بيروت تقابل برد عسكري، مضيفة أن القصف الذي طال مناطق البقاع والجنوب قبل أسابيع جاء بعد إطلاق الرئيس عون لمبادرته الأولى، فيما استهدفت الضاحية بعد طرحه رؤيته لحل مستدام مع إسرائيل. وأكدت المصادر أن الرئاسة كثفت اتصالاتها داخل لبنان وخارجه، سعياً لاحتواء التوتر ومنع الانزلاق إلى مواجهة مفتوحة، مع التركيز على خطوات التهدئة والوساطة.

في الوقت نفسه، صعّدت إسرائيل من لهجتها وتحركاتها الميدانية، معلنة رفع مستوى الاستنفار في منظومة دفاعها الجوي على طول الحدود الشمالية، وتنفيذ تدريبات مفاجئة بالذخيرة الحية في مزارع شبعا المحتلة. وأشارت القيادات الإسرائيلية إلى أن واشنطن لن تعترض على أي خطوة تصعيدية، مؤكدة أن الجيش الإسرائيلي بات يتصرف في لبنان «كما يتصرف في الضفة الغربية المحتلة»، مما يعكس حجم التوتر الإقليمي المحتمل وتداعياته على الاستقرار الداخلي اللبناني.

«السفير»

ضغوط غربية وتفاهمات أولية...

هل تقترب الحرب الأوكرانية من نهايتها؟

أكدت أورسولا فون دير لاين، رئيسة المفوضية الأوروبية، أن دول «تحالف الراغبين» الداعمة لأوكرانيا عقدت اجتماعاً عبر الهاتف بمشاركة وزير الخارجية الأميركي ماركو روبيو، وذلك لبحث آخر تطورات المسار التفاوضي بين كييف وموسكو. وأشارت إلى أن هذا الاجتماع يأتي في وقت تشهد فيه الجهود الدبلوماسية زخماً متزايداً بعد أشهر من الجمود.

وقالت فون دير لاين في منشور عبر منصة «إكس» إن «الأيام الأخيرة حملت تقدّماً ملموساً ومشجّعاً» في المفاوضات بين الجانبين، معتبرة أن الانفتاح النسبي الذي تبديه الأطراف المعنية قد يشكّل مدخلاً لإحياء العملية السياسية. وشدّدت على أهمية تعزيز التنسيق بين أوروبا والولايات المتحدة، مؤكدة أن التعاون عبر الأطلسي كان عاملاً أساسياً في دعم أوكرانيا وفي فرض موجات العقوبات المتتالية التي «أضعفت قدرة روسيا على تمويل عملياتها العسكرية». وأضافت أن الضغط سيستمر «حتى تُظهر موسكو استعداداً حقيقياً للانخراط في مسار سلام موثوق».

وجددت رئيسة المفوضية التأكيد على أن «أمن أوكرانيا هو جزء من أمن أوروبا»، مشيرة إلى أن الاتحاد الأوروبي سيواصل دعمه المالي لكييف، بما في ذلك استخدام الأصول الروسية السيادية المجمدة، ضمن الأطر القانونية المتاحة. وأكدت أن الحفاظ على استقرار أوكرانيا يشكّل مصلحة استراتيجية لأوروبا في المدى البعيد.

وفي السياق نفسه، صرّح الرئيس الأميركي دونالد ترمب بأن بلاده «تحرز تقدّماً باتجاه إنهاء الحرب»، مضيفاً أن قنوات التواصل لا تزال مفتوحة وأن واشنطن تكثف جهودها الدبلوماسية لدفع العملية قدماً. وذكرت شبكة «إيه بي سي نيوز» أن وفداً أوكرانياً توصّل إلى تفاهمات أولية مع الولايات المتحدة بشأن شروط اتفاق محتمل للسلام، من دون الكشف عن تفاصيل تلك الشروط.

كما نقلت الشبكة عن مسؤول أميركي أن وزير الجيش الأميركي دان دريسكول عقد اجتماعاً سرياً في أبوظبي مع وفد روسي، لمتابعة المحادثات التي جرت قبل أيام مع الوفد الأوكراني في جنيف. وتهدف هذه اللقاءات، وفق المسؤول، إلى إيجاد أرضية مشتركة تسمح بالانتقال إلى مفاوضات رسمية قد تمهّد لإنهاء النزاع المستمر منذ سنوات.

«السفير»

جريدة السفير
تستقبل مساهماتكم ونتاجاتكم الادبية في الشعر والقصة والخاطرة الأدبية وجميع الدراسات والبحوث الأدبية والنقدية على الايميل amb.news.media@outlook.com

اهمية دور المرأة في بناء الأسرة والمجتمع

قيصر السـناطي

لا يوجد اذا اردنا ان نتحدث عن المرأة اليوم فأننا نتحدث عن نصف سكان العالم لأن المرأة هي نصف المجتمع. لقد استطاعت المرأة عبر التاريخ أن تكون صرحًا ومنارة فكانت الشاعرة والأديبة والملكة والحاكمة والطبيبة وكانت أيضًا المحاربة والحكيمة، والمعلمة والمهندسة والعاملة والمربية وأصبحت الأن تنافس وتشارك الرجل في مختلف مجالات العمل لقد ذكرت لنا كتب التاريخ نساء لا تزال شهرتهن تذكر إلى يومنا هذا. وبدون المرأة لا توجد حياة فالله خلق المراة لكي تعطي الحياة في هذا الكون. فالمرأة تستحق من الجميع الرعاية والأسناد لأنها هي الأم والزوجة والبنت والأخت والعمة والخالة، هذا الكائن الجميل الذي خلقه الله في جنة الأرض. ان العالم يحتفل كل عام بعيد المرأة في الثامن من اذار. لأنها تستحق كل التقدير والأحترام لما تقوم به في اسناد الرجل ودورها البارز في العائلة والمجتمع وفي العالم.

وعلى الرغم الدور الكبير للمرأة في جميع المجتمعات دون استثناء ولكنها لا زالت تعاني الكثير من التمييز في بعض المجتمعات حول العالم. ففي الدول المتقدمة حصلت على المساواة مع الرجل فهي لها نفس حقوق مثل الرجل. ودخلت جميع مجالات العمل كما هو الحال في الولايات المتحدة واوروبا وكندا واستراليا. ولكنها تعاني من التمييز في المجتمعات العربية والأسلامية وفي افريقيا بسبب بعض المعتقدات الدينية والأعراف والتقاليد المجتمعية.ان تلك الدول مطالبة بمنح حقوق للمرأة وانصافها لكي تتساوى مع الرجل لكي تساهم وتشارك الرجل في البناء وفي اعباء الحياة في هذا الزمن الصعب.وهذه مسؤولية جميع المثقفين واصحاب القرار والحكومات في تلك الدول المجتمعات لكي تواكب الزمن وتطور الحياة كما هو الحال في الدول المتحضرة.

التحرر من العلاقات السامة دليل للحياة النفسية الصحية

نور السعودي

تُعَدُّ العلاقات الإنسانية جزءًا أساسيًا من حياة الإنسان، فهي تمنحه الحب والدعم والطمأنينة. غير أنّ بعض العلاقات قد تتحول إلى مصدر للألم النفسي والضغط المستمر، وهنا تُعرف بالعلاقات السامة.

العلاقة السامة هي علاقة غير صحية تلحق الأذى النفسي أو العاطفي بأحد أطرافها، وغالبًا ما يتصف الطرف المسيطر بالأنانية، وكثرة الانتقاد، وغياب الاحترام المتبادل. من أبرز العلامات التي تدل على العلاقة السامة غياب الاحترام، حيث يُتجاهل شعور الطرف الآخر وتُهمل تقديراته. كذلك، تظهر الرغبة في السيطرة من خلال فرض الآراء والقرارات باستمرار، بالإضافة إلى الانتقاد الجارح الذي يركز على العيوب بدل تقديم الدعم والتشجيع. الشعور المستمر بالتوتر والإرهاق بعد التعامل مع الطرف الآخر يعكس الطاقة السلبية التي تسود العلاقة، كما أن انعدام الثقة يبرز من خلال الشكوك، الغيرة، والكذب المتكرر. تترك العلاقات المؤذيه والسامة آثارًا كبيرة على الفرد، مثل ضعف الثقة بالنفس، والشعور الدائم بالقلق والتوتر، والعزلة عن المحيط الاجتماعي. كما قد تتسبب في أضرار صحية ملموسة مثل الأرق والصداع المستمر.

للتعامل مع هذه العلاقات، يجب أولًا التفكير بوعي والإدراك أن العلاقة أصبحت مؤذية، ومن ثم وضع حدود واضحة لحماية النفس من أي تجاوز أو استغلال. يمكن أحيانًا محاولة إصلاح العلاقة من خلال الحوار الصريح، لكن في حالات الضرورة يكون الابتعاد أفضل حفاظًا على السلام النفسي. بعد الخروج من العلاقة السامة، يحتاج الإنسان إلى وقت للتعافي وإعادة بناء ثقته بنفسه. يساعد التركيز على الأهداف والطموحات في تجاوز الألم، فكل خطوة نحو التقدم تمنح شعورًا بالإنجاز وتعيد للحياة معناها.

في الختام :
العلاقات السامة تستنزف طاقة الإنسان وتحرمه الشعور بالأمان والراحة، لذلك فإن الابتعاد عنها ليس ضعفًا، بل خطوة شجاعة نحو حياة أفضل وأكثر توازنًا. يستحق كل شخص أن يعيش بين أشخاص يمنحونه الاحترام والدعم، ويشعر معه بالأمان والطمأنينة.

البصرة بين صوت الحياة والتشدد الديني.....

غسان فؤاد ساكا

تشهد مدينة البصرة في هذه الأيام جدلا واسعا بعد الإعلان عن إقامة حفلة فنية للمطرب محمد عبد الجبار في المدينة وقد ظهرت مظاهرات واعتراضات من بعض رجال الدين الرافضين لحضوره واعتبار وجود حفلة غنائية في البصرة خروجا عن الطابع الديني الذي يحاولون ترسيخه بل ذهب البعض إلى رفض فكرة أن تكون البصرة مدينة للثقافة وهو موقف يثير الاستغراب لأن البصرة ليست مدينة طارئة على الثقافة ولا دخيلة على الفن بل هي واحدة من أعرق مدن العراق في الإبداع الشعري والفني منذ ستينات القرن الماضي وحتى نهاية التسعينات. البصرة التي خرج منها الشاعر بدر شاكر السياب والشاعر احمد مطر والشاعر الاصمعي وكذلك الاديب الشاعر الحريري البصري وفي الفن التشكيلي ظهر فنانون تشكيليون مثل صالح كريم وسلمان البصري وشاكر أحمد وفي الغناء برز مطربون من أبناء المدينة ممن أسهموا في الذاكرة الموسيقية العراقية على مدى عقود. هذه الأسماء وحدها كافية لتؤكد أن البصرة كانت مدينة مفتوحة للحياة ومحبة للفن وقادرة على إنتاج الثقافة وليست مدينة منغلقة تخشى الموسيقى أو ترفض الإبداع ولذلك يبدو غريباً أن تتحول حفلة غنائية إلى أزمة وأن يصبح صوت المنع أعلى من صوت الناس الذين يحبون الفن ويريدون أن تعود مدينتهم كما كانت مدينة قصائد وألوان وألحان.

المؤسف أن الطابع الديني المتشدد بدأ يفرض ثقله على المجتمع البصري أو أن الصوت الديني أصبح أقوى من صوت الشعب الذي يريد أن يعيش حياة طبيعية تحترم الحرية وتحافظ على السلام الاجتماعي فالتشدد لا يصنع مدينة والثقافة هي التي تحفظ الهوية أما المنع فهو الذي يقتل روح المكان ويحوله إلى فضاء خائف من الفرح.

البصرة تستحق أن تكون مدينة للثقافة لأنها كانت عبر تاريخها العريق امتد للعالم. ولأن أبناءها ما زالوا يرفضون أن تتحول إلى مدينة صامتة تخشى الفن وتخشى الحياة وما يحدث اليوم ليس صراعا حول حفلة غنائية. بل صراع بين وجهين للبصرة وجه ثقافي عميق الجذور ووجه يريد أن يحصر المدينة في إطار ضيق لا يليق بتاريخها ولا بكرامة أهلها. إن الدفاع عن ثقافة البصرة ليس موقفا ضد الدين بل هو موقف من أجل المدينة ومن أجل الناس الذين يريدون أن تبقى البصرة مساحة مفتوحة للتعبير والإبداع والحرية وهي قيم لا يمكن فصلها عن تاريخها ولا عن هويتها الحقيقية.

شذرات هادفة (7)

جهودٌ بـلا نقد... متعةُ الإلهام مثالاً

د. صبـاح قيّـا

يتردّد سؤال بين حين وآخر: هل يوجد من يبذل جهداً مثمراً من دون مقابل مادي؟ وهل يمكن تصوّر قيام الإنسان بأي عمل دون استيفاء الأجرة التي يستحقّها؟ ليس من اليسير الإجابة بـ نعم في ظل الإيقاع اليوميّ الصاخب، ومتطلّبات الفرد والمجتمع المتشعّبة. فكيف للإنسان أن يعيش من دون مورد مالي؟ وهل تتوفر مصادر مجانية لمعظم مقوّمات البقاء الأساسية، المعقولة وإن لم تكن بالضرورة الميسورة؟

قد تكون الإجابة بالإيجاب عند الأخذ بما هو معمول به في بعض الدول التي تنظر إلى الإنسان كقيمة بحدّ ذاته؛ فتمنحه ما يسدّ رمقه حتى لو كان عاطلاً عن العمل، بل وحتى إن لم يرغب بالعمل أصلاً رغم خلوّه من أي عوقٍ أو مانع. فيغدو عبئاً على نفسه وعلى المجتمع وعلى الدولة التي تتكفّله. هذه إحدى صور الحياة على رصيفٍ من أرصفة الطريق الذي لا تبدو له نهاية قريبة.

وعلى الرصيف المقابل، يوجد من يملك مورداً مالياً قد يجعله غنياً، أو مكتفياً، أو حتى في حدود الكفاف، لكنه راضٍ وقانع. وهذه الفئة، ولا سيما من الشريحتين الثانية والثالثة، هي التي لا تتردّد في العطاء وبذل الجهد – العادي أو الاستثنائي – من دون انتظار أي مردود مادي.

ويبرز هنا سؤال آخر: هل توجد أعمال تستغرق وقتاً طويلاً، وتستهلك طاقة إضافية، وربما يُضطر صاحبها أن ينفق من ماله الخاص من غير تحديد... وكل ذلك من دون أجرة؟ وبالعامية: العشا خُبّاز؟ نعم، يوجد مثل هذا الصنف من البشر، وهو مع ذلك لا يتوانى عن الاستمرار في نهجه بكل قناعة وسرور.

إن تقديم الخدمات المجانية أو أداء المهام المثمرة هبةٌ من ربّ العباد، يمنحها لنخبةٍ من خلقه. وما يجنيه صاحب هذه الهبة يفوق بكثير ما يجنيه من ينال مقابلاً مادياً. فالأثر النفسي والمعنوي الذي يرافق هذا العطاء لا يتاح لمن يعمل ويأخذ أجره بالطريقة المعتادة.

فالجزاء الحقيقي الذي يحصده هؤلاء هو المتعة: متعةٌ تجلب الطمأنينة والنشوة والقناعة، وتُشعر المرء بنكران الذات لأجل الآخرين، وتمنحه طيفاً واسعاً من المشاعر التي تطرب لها الروح ويستريح معها الضمير.

إن الإحساس بالمتعة تحصيلٌ يختصّ به من وَهبه الله إلهاماً خاصاً لإتمام ما لا يقدر عليه إلا من نال مثل هذه النفحة. كم من فنانٍ تشكيلي، أو نحات، أو موسيقيّ يدّمج نهاره بليله ليُخرج لوحة، أو تمثالاً، أو قطعة موسيقية تُعرض على الذائقة الإنسانية بلا مقابل... فقط لأن فعل الإبداع ذاته يمنحه المتعة. وكم من كاتبٍ أمضى الساعات الطوال ليؤلّف كتاباً يستمتع به كثيرون وينتفع به من يشاء، بينما لا يجني المؤلف شيئاً سوى متعة العطاء.

إن كثيراً من الناس يقدّم خدمات مجانية، مختلفة ومثمرة، تخدم الإنسان بطريقة أو بأخرى، وهم لا ينتظرون ثواباً ولا مالاً ولا شهرة، بل يطلبون ما هو أغلى وأثمن... ما تفتقده الأغلبية: ألمتعة.

المتعةُ نتيجة لا غاية؛ هي الشعور بالرضا والبهجة والارتياح عند إنجاز ما يُشبع الرغبة الذاتية. هي حالة حسّية قوامها راحة النفس والذهن والجسد، ينالها من يمتلك الإلهام لأداء ما خُصّ به.

المتعة لا تُقدّر بثمن، ولا تُباع ولا تُشترى. إنها أغلى مكسب شخصي، وأعلى ربح ذاتي، ولا تُخسر صاحبها أبداً.

إعمل ما يجلب لك المتعة، لا ما يجلب لك النقد، فما قيمة الإنسان لو ربح العالم وخسر نفسه؟

جريدة السفير
تستقبل مساهماتكم ونتاجاتكم الادبية في الشعر والقصة والخاطرة الأدبية وجميع الدراسات والبحوث الأدبية والنقدية على الايميل amb.news.media@outlook.com

تصاعد التوتر في السويداء

واتهامات متبادلة بخرق وقف إطلاق النار

نقلت وسائل الإعلام الرسمية السورية عن قوى الأمن الداخلي في محافظة السويداء أن عدداً من عناصرها أُصيبوا مساء الخميس نتيجة قصف استهدف مناطق في ريف المحافظة، واتُّهمت مجموعات وُصفت بـ«العصابات المتمردة» بالوقوف خلفه.

وبحسب التلفزيون السوري، فقد شهدت المحافظة لليوم الثالث على التوالي تجدد خروقات لوقف إطلاق النار، حيث تعرضت مواقع تابعة لقوى الأمن لقصف أدى إلى إصابات في صفوفها. وأكد بيان قوى الأمن الداخلي أن «الانتهاكات المتكررة يتحمل مسؤوليتها العناصر المسلحة والجهات الساعية إلى زعزعة الاستقرار»، مشيراً إلى إحباط عدة محاولات «تقدّم» من محاور مختلفة في المنطقة.

وفي سياق متصل، قال وزير الخارجية السوري أسعد الشيباني، خلال تصريحات أدلى بها في وقت سابق الخميس، إن الحكومة تبذل جهوداً لضبط الأوضاع الأمنية في السويداء، مؤكداً «عدم وجود مشكلة مع أبناء الطائفة الدرزية»، وأن التعامل مع الأحداث يتم «بروية لتجنب تفاقم الأزمة».

وجدد الشيباني خلال جلسة حوارية في معهد «تشاتام هاوس» في لندن تأكيد موقف بلاده الرافض لأي شكل من أشكال التقسيم، مشدداً على أهمية الحفاظ على وحدة الأراضي السورية ودمج جميع المكونات في النسيج الوطني

«السفير»

المخابرات الكندية: إحباط تهديدات إيرانية ومحاولات روسية للحصول على تقنيات حساسة

كشف مدير جهاز المخابرات الأمنية الكندي، دان روجرز، في خطاب نادر، أن الجهاز تمكن خلال العام الجاري من إحباط عدد من التهديدات المحتملة التي استهدفت مقيمين في كندا تُعدّهم طهران من خصومها. كما أعلن التصدي لمحاولات روسية للحصول على تقنيات وسلع كندية بطرق غير مشروعة.

وجاءت تصريحات روجرز خلال تقديم التقرير السنوي للجهاز حول التحديات الأمنية التي تواجه البلاد، في ظهور علني نادر لمسؤولي المخابرات الكندية. وتمثل هذه التصريحات أول تأكيد رسمي على تدخل الجهاز لحماية شخصيات معارضة لإيران داخل كندا، بعد أن كانت المعلومات السابقة تقتصر على الإشارة إلى وجود تحقيقات دون تفاصيل.

وأوضح روجرز أن الجهاز اضطر خلال الفترة الماضية إلى «إعادة ترتيب أولويات عملياته» للتعامل مع أنشطة الاستخبارات الإيرانية ووكلائها الذين استهدفوا أفراداً تعتبرهم طهران «تهديداً لنظامها». وأضاف أن الجهاز كشف وعطّل في أكثر من حالة تهديدات محتملة بالقتل ضد شخصيات مقيمة في البلاد، دون الخوض في تفاصيل حفاظاً على سرية التحقيقات.

كما أشار إلى تحديات مرتبطة بروسيا، حيث حاولت شبكات مشتريات مرتبطة بعملاء روس الحصول على سلع وتقنيات كندية بطرق غير قانونية. وذكر أن الجهاز تدخّل لإبلاغ الشركات الكندية المعنية بحقيقة الجهات التي تتعامل معها، ما دفع تلك الشركات إلى اتخاذ إجراءات فورية لوقف عمليات التزويد.

وتأتي هذه التطورات في ظل استمرار توتر العلاقات بين أوتاوا وطهران منذ قطع العلاقات الدبلوماسية بينهما عام 2012، وفي أعقاب إدراج «الحرس الثوري» الإيراني على قائمة المنظمات الإرهابية في كندا. كما تواصل أوتاوا اتخاذ موقف حازم تجاه موسكو منذ اندلاع الحرب في أوكرانيا.

«السفير»

واشنطن تطلق عملية "رمح الجنوب" لمواجهة شبكات تهريب المخدرات

أعلن وزير الدفاع الأميركي بيت هيغسيث، بدء تنفيذ عملية جديدة تحمل اسم «رمح الجنوب» تستهدف شبكات تهريب المخدرات في نصف الكرة الغربي. وأكد أن هذه الخطوة تأتي تنفيذاً لتوجيهات الرئيس دونالد ترامب، بهدف تعزيز أمن الولايات المتحدة ومحيطها الإقليمي.

وقال هيغسيث في منشور على منصة «إكس» إن العملية تهدف إلى «حماية الوطن» وإبعاد ما وصفه بـ«إرهابيي المخدرات» عن المنطقة، مشدداً على أن المخدرات تمثل تهديداً مباشراً لحياة الأميركيين. وأضاف أن واشنطن تعتبر نصف الكرة الغربي «امتداداً لجوارها الاستراتيجي»، وأنها ستعمل على «حمايته من العصابات الإجرامية».

وتعد هذه العملية أحدث تحرك في إطار الجهود الأميركية لمكافحة تهريب المخدرات وتعزيز الأمن الإقليمي في محيطها الجغرافي

«السفير»

القبض على عرّافة جمعت 46 مليون دولار عبر مخطط احتيالي في سيدني

أعلنت الشرطة الأسترالية توقيف امرأة تبلغ 53 عاماً في سيدني بعد الاشتباه في إدارتها مخططاً احتيالياً استهدف أفراداً من الجالية الفيتنامية. وقدمت المرأة نفسها كخبيرة «فينغ شوي» وعرافة، وأقنعت عملاء ضعفاء بالحصول على قروض مالية بزعم أن ثروة كبيرة بانتظارهم، محتفظة بجزء من الأموال لنفسها.

كما ألقي القبض على امرأة ثانية تبلغ 25 عاماً بتهمة مساعدتها في المخطط، الذي قدرت قيمته بنحو 70 مليون دولار أسترالي (46 مليون دولار أميركي).

وخلال المداهمة، صادرت الشرطة وثائق مالية وأجهزة إلكترونية وحقائب فاخرة، إضافة إلى سبيكة ذهب ورقائق كازينو، في إطار التحقيق المستمر بعمليات الاحتيال.

«السفير»

السفير
جريدة
كندا

Published Monthly by The
Integratie Canadian Group Organization
تصدر شهرياً عن
منظمة المجموعة الكندية التكاملية

صاحب الامتياز Proprietor
غسان فؤاد ساكا
Khassan F. Saka

رئيس التحرير Editor in Chief
منصور السناطي
Mansoor Sanaty
amb.news.media@outlook.com

اسرة التحرير Editorial Team
حسام الصعوب Hossam Alsoub
منصور قرياقوس Mansor Qaryaqos
قيصر السناطي Qaysar Sanati
كارلا النجم Karla Alnajm
فارس السردار Faris Alserdar
نور السعودي Nour Alsaoudi
داليا جورج Dalia Gorges

تصميم واخراج Layout & Design
الزا مراديان Elza Mouradian

المكتب الرئيسي Head Office
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 رأى 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.

كندا تتجه نحو نظام التغذية المدرسية

سهير رمزي شعيا

تتجه كندا نحو تطبيق نظام تغذية مدرسية وطني يهدف إلى توفير وجبات صحية للطلاب داخل المدارس، في خطوة تُعد من أهم المبادرات الاجتماعية الداعمة للأسر والطلبة في مختلف أنحاء البلاد. وقد أعلنت الحكومة الفدرالية في ميزانية عام ٢٠٢٤ عن تخصيص مبلغ مليار دولار يُنفّذ على مدى خمس سنوات، بهدف تقديم وجبات أو وجبات خفيفة صحية لما يقارب أربعمائة ألف طفل إضافي سنوياً، كما أصدرت سياسة وطنية خاصة بالتغذية المدرسية تحدد الرؤية العامة وأولويات البرنامج. وبما أن التعليم في كندا يخضع لإدارة المقاطعات والأقاليم، فإن تنفيذ المبادرة يتطلب عقد اتفاقيات ثنائية مع كل مقاطعة، وقد بدأت هذه الخطوة فعلاً من خلال توقيع اتفاقيات مع أونتاريو في تشرين الثاني 2024، تلتها اتفاقية مع ألبرتا في آذار 2025، التي اعتبرت آخر المقاطعات المنضمة للبرنامج. وفي مقاطعة أونتاريو، يوجد برنامج تغذية طلابية قائم منذ سنوات، ويقدم وجبات خفيفة وإفطاراً للطلاب، وسيُستخدم التمويل الفدرالي الجديد لتوسيع نطاق التغطية ودعم المزيد من المدارس. ورغم الإعلان الرسمي والتمويل الكبير، فإن البرنامج لم يصبح بعد خدمة شاملة في جميع مدارس كندا، إذ تشير التقارير إلى أن التنفيذ يتم بصورة تدريجية وبوتيرة مختلفة بين مقاطعة وأخرى، تبعاً للجاهزية المحلية والبنى التحتية المتوفرة. ويمكن القول إن كندا تسير بخطى واضحة نحو اعتماد نظام تغذية مدرسية وطني، إلا أن تطبيقه الكامل لا يزال قيد التوسع، ومن المتوقع أن تتسع دائرة الاستفادة منه خلال السنوات المقبلة ليصبح جزءاً أساسياً من الخدمات التعليمية المقدمة للأطفال في البلاد.

تشكيل المجلس السياسي الوطني للقوى السنيّة

في دار الشيخ خميس الخنجر، إجتمع قادة الأحزاب السنيّة وقرروا تشكيل المجلس الوطني وحضر السيد محمد الحلبوسي رئيس حركة التقدم وتحالف السيادة بقيادة الشيخ خميس الخنجر وحزب حزم وتحالف حسم وحزب الجماهير، وهذا يعني توحيد القوى السنيّة ليكون على غرار الإطار التنسيقي الشيعي.

واهم ملامح هذا المجلس ليكون المظلّة الجامعة للقوى السنيّة ليكون ندّاً لقوى الإطار التنسيقي ليعطي ثقلاً اكبر في المشهد السياسي والحصول على المناصب السيادية وأهمها رئاسة مجلس النواب، وسيجتمع المجلس كما اعلنته القيادات المجتمعة بشكل دوري طيلة الأربع سنوات المقبلة لضمان حصول المحافظات السنيّة على كافة الإستحقاقات القانونية والدستورية.

ولكن رغم تشكيل المجلس هذا لكنه يواجه تحديات كثيرة، منها من سيكون رئيساً لهذا المجلس وعلى الأكثر سيكون هناك تنافساً شرسا بين الحلبوسي والخنجر و كيفية تقسيم المناصب التي يحصل عليها المجلس الجديد ومن يجني ثمار هذا التحالف بخصوص المناصب السيادية ورئاسة اللجان النيابية في محافظات نينوى وصلاح الدين والأنبار، علماً أن الزعامات السنيّة ما هي إلا زعامات هشّة ذات أسس عشائرية شخصية أكثر من أن يكون لها برنامجاً ذات رؤى أيديولوجية، ومن المحتمل تفككهم بعد تسمية مرشحهم لرئاسة مجلس النواب.

ولكن لا ننسى كيف يتم التعامل مع إقليم كردستان السنّي واحزابه الرئيسية الديمقراطي الكردستاني والإتحاد الوطني وكيف يتم التعاون والتحالف في توزيع المناصب السيادية.

الخلاصة: إذا لم يقرر المجلس صهر كل التنافسات والخلافات في بوتقة المصلحة الوطنية، ليكون صوتاً معبراً واحداً عن المجلس، سيؤدي إلى تفككه بعد تشكيل الحكومة الجديدة، وهذا لن يكون في صالح القوى السنية مطلقا.

لكن كتلة الإطار التنسيقي الحاصلة على 175 مقعداً من أصل 329، وهي الكتلة الأكبر ولها الحق لتسمية رئيس الوزراء وتشكيل الحكومة، وهناك اسماء لمرشحين بارزين مثل عبدالأمير الشمري وحميد الشطري وقاسم الأعرجي بالإضافة إلى رئيس الوزراء الحالي محمد شياع السوداني، علماً أن الإطار يتكون من : إئتلاف دولة القانون (نوري المالكي) وتحالف الفتح (هادي العامري) وتحالف قوى الدولة الوطنية (عمار الحكيم وحيدر العبادي) وكتلة صادقون (قيس الخزعلي) والعقد الوطني (فالح الفياض) وإئتلاف التنمية والإعمار (محمد السوداني)

لكن التوافقات السابقة كانت : رئيس الوزراء شيعي ورئيس الجمهورية كردي ورئيس مجلس النواب سني أي العودة إلى المحاصصة المقيتة على الأرجح.

«السفير»

ابتسم... فالتغطية "شبه" مجانية!

غسان فؤاد ساكا

منذ إعلان الحكومة الكندية عن مبادرتها الجديدة لتغطية علاج الأسنان لفئات الدخل المحدود، عمّت مشاعر الارتياح بين المواطنين، خاصة في مدن مثل وندزور، حيث كان كثيرون ينتظرون هذه الخطوة منذ سنوات. لكن سرعان ما تبددت الابتسامة الأولى حين اكتشف البعض أن الابتسامة الثانية قد تكون خارج نطاق التغطية!

ففي حين روج للمبادرة على أنها "علاج مجاني للأسنان"، يبدو أن التفاصيل الصغيرة هي التي تبتلع المعنى الكبير. فالأطباء بدورهم يرفعون شعارًا جديدًا غير مكتوب: نحن نؤمن بالمجانية... ولكن على طريقتنا الخاصة.

يدخل الزبون العيادة بثقة من يملك وعدًا حكوميًا، ليخرج بعدها بحيرة من التساؤلات:

هل "المجانية" مصطلح طبي جديد؟ أم أنها وصف للحلم قبل أن يواجه الواقع؟

الطبيب يشرح بهدوء أن "التغطية ليست شاملة لكل الإجراءات"، والزبون يحاول أن يبتسم رغم المفاجأة، فيكتشف أن حتى تلك الابتسامة قد تُكلّفه شيئًا إن تم فحصها بدقة!

ربما المشكلة ليست في النوايا، بل في الترجمة بين لغة السياسة ولغة الطب. فحين تقول الحكومة "مجانًا"، يقصد المواطن "بدون مقابل"، بينما يفهم الطبيب "بحسب الشروط والأحكام". وهكذا، يظل المريض عالقًا بين الحلم بالتغطية الكاملة والواقع المليء بالاستثناءات.

إن مبادرة الحكومة تستحق التقدير، فهي خطوة نحو نظام صحي أكثر عدالة. غير أن التنفيذ الميداني كشف أن الفجوة بين القرار والتطبيق لا تزال أوسع من فتحة الفم في كرسي الطبيب.

ويبقى السؤال معلقًا بين أسنان السخرية والجدّ:

هل المطلوب أن نبتسم لأننا شملنا بالبرنامج... أم لأننا ما زلنا نحتفظ ببعض الأسنان رغم كل شيء

عيد الشكر الكندي... احتفاء مبكر بالشكر والوفرة واختلاف يروي حكاية تاريخين

يُعد عيد الشكر من أبرز المناسبات الاجتماعية والثقافية في أمريكا الشمالية، إلا أنّ جذوره وتقاليده وموعده يختلف بشكل واضح بين كندا والولايات المتحدة، الأمر الذي يمنح كل بلد طابعه الخاص ونكهته المميزة في الاحتفال. ففي كندا، يُصادف العيد الاثنين الثاني من شهر أكتوبر، بينما يحتفل به الأميركيون في الخميس الرابع من نوفمبر، وهو اختلاف يعكس تباينًا في المناخ، والظروف التاريخية، ومسار تطوّر كل مجتمع.

ترجع جذور عيد الشكر الكندي إلى بدايات الاستكشاف الأوروبي، وخاصة في أوائل القرن السابع عشر، حين وصل المستكشفون إلى السواحل الشرقية للبلاد بحثًا عن طرق جديدة للتجارة والاستيطان. ويعتبر البحّار الإنجليزي مارتن فروبيشر من أوائل من سجّلوا احتفالًا رسميًا بالشكر عام 1578، حين أقام طقوسًا بسيطة شكرًا على نجاته من رحلته عبر القطب الشمالي. ومع مرور الزمن، توسّع هذا المفهوم ليصبح احتفالًا يرتبط بالمحاصيل ونجاح موسم الحصاد القصير، وهو أمر يتناسب مع الطبيعة الكندية ذات الفصول السريعة والشتاء القارس، مما يفسّر سبب حلول العيد في وقت مبكر من الخريف مقارنة بالولايات المتحدة.

في المقابل، يرتبط عيد الشكر الأميركي بقصة المستوطنين الذين وصلوا على متن سفينة مايفلاور عام 1620، حيث واجهوا شتاءً قاسيًا هدّد حياتهم، قبل أن يحصلوا على دعم السكان الأصليين الذين ساعدوهم على الزراعة والصيد. ويُقال إن الاحتفال الأول كان تعبيرًا عن الامتنان لهذه المساعدة، وهو حدث تحوّل مع الوقت إلى رمز للتعاون وبداية مجتمع جديد على الأرض الأميركية. وفي عام 1863، أعلن الرئيس أبراهام لينكولن عيد الشكر يومًا وطنيًا رسميًا، ليصبح مناسبة توحّد الأميركيين خاصة في زمن الحرب الأهلية.

ورغم الاختلافات التاريخية بين العيدين، فإنّ القيم الأساسية تظل مشتركة: الامتنان، ولمّ شمل العائلة، وتقدير ما تجود به الحياة. وتتشارك العائلات في البلدين مائدة يبرز فيها الديك الرومي كطبق رئيسي، إلى جانب البطاطا الحلوة والصلصات والقرع، لكن تفاصيل الطهي وتنوع الأطباق يعكس الثقافة المحلية لكل مجتمع.

ويميل عيد الشكر في كندا إلى البساطة والهدوء، ويتّسم بطابع أكثر ريفية مرتبط بالمواسم والطبيعة، بينما يتخذ في الولايات المتحدة شكلًا احتفاليًا واسعًا يشمل المسيرات الضخمة، والمباريات الرياضية، ويُعد أيضًا بداية غير رسمية لموسم التسوق الأكبر في العام.

وهكذا، يبقى عيد الشكر مناسبة تجمع بين التاريخ والهوية والدفء العائلي، يحتفل بها كل بلد على طريقته، لكن الهدف واحد: الوقوف لحظة شكر وتقدير لما تمنحه الحياة من نعم وفرص.

«السفير»

جريدة السفير
تستقبل مساهماتكم ونتاجاتكم الادبية في الشعر والقصة والخاطرة الأدبية وجميع الدراسات والبحوث الأدبية والنقدية على الايميل amb.news.media@outlook.com

INTEGRATIVE CANADIAN GROUP ORGANIZATION

منظمـــة المجموعـــــة الكنديـــــــة التكامليـــــــة

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

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 ولذووي الاحتياجات الخاصة والمساكن الحكومية
عـدم محكوميـة - مـلء وطباعـة الاسـتمارات والـوكالات العامـة والخاصـة

Certified and Notarized Translations

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

ترجمـة معتمدة وموثقة

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

Senior & Youth Programs

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

برامـج لكبار السـن ولفئات عمريـة مختلفة

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

Worldwide Courier Service

DHL EXPRESS

نوفر لكم خدمة البريد السريع

WE ARE COMMISSIONER OF OATHS

نحـن محلّفـون قانونيـون معتمـدون

We Also Offer

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

نوفّر ايضاً

تعديل الشهادات العليا - جلسات تحضير لإمتحان الجنسية الكندية - خدمة التقديم لضريبة الدخل الكندية - مساعدات غذائية.
فرص عمل - فرص تطوّع.
وظائف للطلاب خلال الصيف

Ontario Trillium Foundation / Fondation Trillium de l'Ontario
An agency of the Government of Ontario
Un organisme du gouvernement de l'Ontario

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

خيانةٌ قسرية !

حســام الصعــوب

أغلق باب منزله خلفه كمن يغلق الباب في وجه الحياة ! وخلع معطفه المبتل بتثاقلٍ كأنه يخلع جلده عن جسده، ليعلقه على كتف الحائط، و كأنما يحضّره سلفاً لارتدائه غداً مع ابتسامته المزيفة التي يرتديها إلى عمله ..

تقدم بخطواته المتعبة إلى غرفة الجلوس و كأنه يزور مقبرة أنيقة ! لا يوجد الشيء الكثير هاهنا ليراه، فكل شيء كما كان و سيبقى، و رتابة المنظر الاعتيادي تُعفي عينيه من رفاهية النظر ..

اتخذ موضعه المعتاد ببطء، سقط على أريكته جلوساً، و أسلم مؤخرة رأسه للجاذبية مغمض العينين ..

لا قيمة للأقوال المأثورة عندما يخلو المرء إلى نفسه ! لا أثر يُذكر لكل مقالات التحليل و الدعم النفسي ! حتى ذلك المقطع الساخر الذي رآه اليوم وحاز على إعجاب الملايين، يبدو الآن باهتاً عديم الطعم و اللون و الرائحة في الذاكرة المرهقة .. كل شيء يبدو واضحاً في لحظات تجرد الذات أمام نفسها، فحتى أعذب الأصوات يصبح ضجيجاً، و كل الأفكار تصبح لغواً لا قيمة له، وتكون الحقيقة الوحيدة الراسخة في مركز الروح : _ نعم .. لقد تركتني وحيداً

فتح عينيه من الألم الذي اعتصر ذهنه في لحظة مرور هذه الحقيقة ، اعتدل في جلسته، و تطاولت يده لتسحب رفيقة يومه الدائمة في مثل هذا الوقت من على الطاولة القريبة، تتأول كأساً يجاورها، و صب نبيذه القانئ على مهل، فحتى عندما نتألم، يكون من الأجمل أن نتألم في رقي ..

قرّب الكأس من فمه و أراد أن يشتم رائحة النبيذ بعد رقصتين في اليد، في طقس لا مفر منه قبل الغرق، فأشتم رائحتها !! ابتسم في حرقة و اعترف بصوت مسموع : _ حتى في رَائحة النبيذ يا خائنة ؟!

كان قد أيقن بسببها، أن أصعب أنواع الإدمان هو عطرُ امرأة معتق في ذاكرة الأماكن و الجسد، قدَ تستطيَع مغادرة الأماكن ! لكنك لن تستطيع مغادرة جسدك و عطرها، إلا إلى الموت..

أغمض عينيه حتى لا يرى النبيذ دمعته، و تجرع على مضض رشفته الأولى، كما لو أنه يستشعر طعم خيانتها في طعم الخمر المز، و عاد ليسلم رأسه للجاذبية ..

_ لماذا أتيتِ بي إلى هنا إذا كنت ستتركينني ؟!

تكلم و هو يعرف تماماً، أن كل قطع الأثاث في مقبرته الأنيقة لا تملك جواباً!

فتح عينيه ليعاين السقف ! فابتسم في مرارة و رفع رأسه ليواجه كأس النبيذ الذي ينتظره، تذكر في ومضة من الأسى، كيف كانت تداعبه عندما كانا يتكلمان مكالمة فيديو على الهاتف قبل أن يأتي إلى ألمانيا، بأن تجعل كاميرا الموبايل باتجاه السقف لتعاقبه، كانت تحرمه من رؤية وجهها كمن يحرم مؤمناً من رؤية وجه الإله ! شرب رشفة في صحة هذا الخاطر .. و جال بنظره على قطع الأثاث الوادعة في صمت كشواهد للقبور، و شرب رشفةً أخرى في صحة الوداع ..

في كل زاوية، يحفظ الزمن لها صورة في البال، هنا جلست، هنا وقفت، هنا استلقت إلى صدره كطفل في انتظار اللبن، هنا فرحت، هنا رقصت، هنا نبعت من بَحْرَيْها دمعة عندما أهداها خاتماً من أول أجر يحصل عليه .. و بسرعةٍ .. تتغير الابتسامة في عينيه ليعبرها الأرق، و يتغير طعم الذكريات في الفم، و تتبدل الكلمات : هنا غضبتْ، هنا انفعلتْ، هنا قالت بأنها لا تستطيع العيش في سجن الرجال، هنا صرختْ، هنا اكتأبت ، هنا ألقت بكل ذنوبها على كتفيه كما لو أنها راهبة خُطِبَتْ إلى دجال !

حرك رأسه في عنف يميناً و يساراً كأنه يخليه من ضجيج الذاكرة ! و أفرغ الكأس في جوفه انتقاماً، ثم طأطأ رأسه في صمت ..

لعلنا نستعيد ذكرياتنا الجميلة أولاً لأنها تهدينا النشوة، و نستتبعها بالمريرة منها حتى نستيقظ، تماماً كفنجان القهوة السادة مع رائحة الياسمين !

_ لقد أهدتني حياةً جديدةً ثم رحلت ..

خاطب ذكريات المكان وهو لا يزال مطأطئ الرأس و كأنه خجل منها ! فقد كانت شاهدة عليه ! كانت بحرية العينين _ كما اعتاد أن يسميها _ تُنهي كل خصومةٍ بأمل جديد ! وكأنها الحياة بكل مافيها من معنى، متجسدة في أنثى !

تذكر في غفلة من الألم و كطقس يومي في مثل هذا الوقت، كيف استقدمته إلى هنا في عجاف سنين الحرب في بلده، تذكر كيف كانت تلقمه كلمات اللغة الجديدة كشهد يستطاب عندما يخرج من بين شفتيها ! تذكر كيف كان صدرها قبراً لكل مخاوفه، و تذكر كيف كان ثغرها مهداً تنام لهدهدته كل هواجسه ..

يحبها ! نعم هو لا يزال يحبها، على الرغم من رحيلها يحبها، لم يعد لشجارهم الأخير ذلك الطعم المالح في جوف الحلق، فقد استبدله بطعم العسل، عندما عادت إليه في ذات اليوم، و أهدته الكثير من الرحيق ..

_ لماذا تركتْني إذا كانت تحبني !!

صرخ فجأة ، فارتعدت شواهد قبور غرفة الجلوس ! وقف و رماها بالكأس الفارغ في يده كأنه يريد منها الخروج عن صمتها، لكن عبثاً، فآخر ما سمعه كان صوت الزجاج المتألم لفراق بعضه، معلناً نهاية ليلة أخرى من العتب !

هدأ لمعرفته بأن الحصة اليومية قد انتهت، و كرجل نبيل، أعاد رفيقته بهدوء إلى طاولتها، و انسحب إلى غرفة نومه متمتماً:

_ لعنة الله على المرض..

فيما بقيت صورةٌ لبحرية العينين، وادعة تحتل صدر حائط غرفة الجلوس و الذكريات، و تتزين على زاويتها العليا بشريطٍ أسودٍ ليس للزينة ..

الطيور التي لا تسافر لا تستحق الجناح

فارس السردار

قرية صغيرة هي طفولتك مع ذلك لن تقطع تخومها مهما أوغلت في السفر

أدونيس

ثمة متسع على كتف الطريق، يمكن أن يشكّل موقفًا للحافلة التي تسلقت بنا التواءاته، والذاهبة بنا إلى إسطنبول. أغلب الركّاب استفاقوا وبدأوا بمغادرة الحافلة، ليتلحفوا بضياء الغبش والغيوم المتسلّلة مخترقة ممرات الطريق الجبليّ.

كان الأسفلت مبلّلًا، والندى ما زال عالقًا بالحشائش، التي أوقفها الأسفلت عن التقدّم، والتي انحنت كثيرًا جراء ثقل ما علق بها من قطراته.

لم أتصور نفسي وتلك الثُّلة غير المتجانسة من المسافرين إلا وقد أضعنا الهدف، لينتابنا إحساس صادم بما يمكن أن تمثّله البكارة من معنى. ما كان يشوّه المشهد كله ارتجاج عادم الحافلة بما كان ينفثهُ من تلوث.

الجلوس الطويل في الحافلة متعب، خاصة بعد مغادرة الحدود وما أحاط بها من انتظار أتعب ساقيَّ. فأطلقتهما على إسفلت الطريق، مبتعدًا شيئًا فشيئًا عن ركّاب الحافلة، الذين لم يغادروا إحساسهم الفائق بالهدوء وجمال الطبيعة.

هنا بادرني شعور غريب، كأنه دعوة للتلفّع بالضباب والاختباء، متسلّلًا عبر الحشائش والشجيرات إلى حيث يغفو هذا العالم في كهفه، وبين طيات جباله، بجماله وغاباته التي اعتنت بذاتها، وبقيت لتبدو لنا مبهرة ومحيّرة، ومفصحة عن إمكانية أن تكون لي هنا حياة.

لِمَ لا تكون هذه هي اللحظة الحاسمة؟ لتكن لحظة اتخاذ القرار! هذا مفترق طرق من أجل تكوين سُلالة. تملك البداية الجديدة.

لا شيء سوى أن تغادر خطواتي إسفلت الطريق، منحدرة لتضيع في مسارب وطرق هذه الجبال، ريثما تنحدر الحافلة بمن فيها مبتعدة عني.

تلك اللحظة، بما اعتراها من تردد، شكلت فيما بعد لحظة انكسار، مرافقة لفجوة طالما حاولت ردمها. إلا أنها لا تزال تتسع!

أطلقت الحافلة المنحدرة زمورها نحونا، نحن الذين شدّنا المشهد كل من اتجاه أعلى الطريق للفت الانتباه لانتهاء الفرصة. وليتها كانت تعلم أنها عطّلت قدرتنا على اتخاذ قرار حاسم طالما لمتُ نفسي على عدم اتخاذه.

لو أن قدميَّ لم تترددا وأنقدتا لأرادتهما، ربما الآن أرعى بقطيع ماعز جبليّ وأنا على ظهر حصان بريّ، أنصب كمائن للأرانب والقبج، ولا أشرب ماءً إلا من قلب النبع الفوّار.

ولكنت أعرف مكامن النحل وأسرار انحناءات الروافد والجداول، ولحاورتُ الطيرَ وعقدتُ صداقات مع دُبِّ الجبل البنيّ، ولأصبحتُ خبيرًا بالطرق الجبلية والغابات.

لم يحدث شيء من هذا، لأني ببساطة أكملت الطريق إلى إسطنبول. ووقفت أمام البحر الملتف على شواطئها، مأخوذًا بالزرقة والزبد، وقوارب صبر الصيادين، بالجزر المتناثرة في درب السفن المبحرة بالسياح أو السكان الأصليين.

للعالم في إسطنبول معانٍ أخرى لم نتعلم فكّ طلاسمها أو طمس معالمها كي لا نخدشها أو نُحسن عقد صداقة معها. إسطنبول موسيقى بإيقاع ممتلئ حبًّا وحياة. لا تمهل إسطنبول أحدًا لحظة ليغرف منها. تمنحك الفرصة كاملة، إلا أنها لا تحترم ما ينبت فيك من تردد؛ تصرخ فيك: "أغرفْ!" أنت وحدك الملام في تفويت الفرصة.

لا عودة في إسطنبول إلى الوراء، لأن القادم دوماً يدهشك، ويسحبك إلى دنياه وتفاصيل هواه. لا تستمتع فيها أو في أيّ مكان إن لم تكن مستعدًا لتقبل ما فيها، أو تؤمن بأن ما لديها يأخذك لنوافذ أخرى ما كانت يومًا مرئية..

إسطنبول لا تتوقف أنوار شوارعها عن الومض. هدير بحرها، وحتى إبحار سفنها، مقاهيها، أسواقها، مطاعمها، قطارها الساحلي، روائح السمك المقلي في قوارب صياديها... كلها إسطنبول. تحتاج لأن تتملّى أشجار حواريها، أصص شرفاتها، صبياتها بعيونهن الملّونة. أمطارها، نسيم بحرها، قرميد أسطحها، مدن ألعابها، وحدائق حيواناتها، جوامعها ومآذن مصليها، دراويش مولويتها، كورنيشها، جسورها، جزرها، تحدّب طرقها، دأب أهليها، كفاح نوارسها، لوحات خطاطيها... هكذا علقت مع البحر، لأنهم أشاعوا أن هواء المحيط مفيد للصحة.

يتبع في العدد القادم

دراسات فلسفية / الجزء الرابع /2

تطور مفهوم الخير والشر عبر التاريخ

يوحنا بيداويد

الخير والشر في فلسفة اليونانين

اما ارسطو (تلميذ افلاطون)، فسر الموضوع من زاوية اخرى هي العلة والمعلول . لقد رأى ان اي عمل يقوم به الانسان هو لغرض معين، ولكن هذا العمل يترك اثراً على الاشياء (العالم المحيط به) وهكذا نفهم أن هناك سلسلة من التاثيرات في هذا العالم ليس لها نهاية. ولا تتوقف هذه التاثيرات الا في حالة تكامل كل الاشياء معا، اذن افضل خير في الوجود هو العمل من اجل حصول هذا التكامل، ومن هذا يُستنتج ان افضل خير في نظر ارسطو هو معرفة الذات ولهذا ضرب قوله المشهور (اعرف نفسك) اي اعرف نواقصك وعالمك الداخلي، كي تستطيع ان تملأه، اي تنقله الى مرحلة اللانقص وهي مرحلة الكمال.

لكن الابيقوريين كانوا يظنون ان افضل انواع الخير هو السعادة الدائمة، غير زائلة، وهذه السعادة لن يحصل عليها الانسان الا بالسيطرة على غرائزه، لان الكثير من الغرائز التي يرغبها الانسان لكنها مضرة وخطرة على حياته، لذلك توقيفها و التحرر من تأثيرها يجلب الاستقرار والسعادة الى الانسان.

اما الرواقيون يرون ان اعلى درجات الخير في العالم للانسان هي العيش في حالة التجانس مع الطبيعة (هيرقليدس) ، لان الانسان جزء من الطبيعة، كل جزء في الطبيعة يعمل لاجل كمال الكون ولان العقل هو القوة المسيرة للكون فيجب على كل شخص ان يلتزم بقوانين الكون من اجل الخير الاعم الذي يساعد الى وصول الكون الى كماله. ولهذا عليه فهم قوانين الكون والعيش بموجبها، لكي يفهم ماهو الخير الافضل.

OMRA
TRANSPORT
CORP

Transport Services
By Franko
Windsor, Canada

Call Or Text +1 (226) 787-3787
omraaa333777@yahoo.com

FALCON TRAVEL AND TOURS
Trusted Since 1994

Phone: 519-971-9444
789 Wyandotte St. E.
Windsor, ON. N9A 3J5
TICO
Reg # 4529335

Salwa Bazzi
Owner /Manager

Salwa@falcontravelandtours.ca

SPADAFORA INSURANCE
SERVICES INC.
7830 Wyandotte St E
Windsor, Ontario N8S 1S9
SUHAIR SHAYA
Insurance Broker
Monday - Friday 10am-6pm
Office 226-774-6575
SSHAYA@PBNET.CA

BMO

Mohit Sekhon
Personal Banker

BMO Bank of Montreal
Windsor Main Office
200 Ouellette Ave
Windsor, Ontario N9A 1A5
Tel.: 519-973-3337
Fax: 519-973-3344
mohit.sekhon@bmo.com

AR
Serving Ontario since 2015

AR Litigation
Traffic Tickets Defense
Small Claims Matters
Landlords & Tenants Matters
ODSP Appeals

Maryna Gorge
Lisenced Paralegal
Maryna@arlitigation.ca

3905 Tecumseh Road East
Windsor ON
N8W 1J4
Office: 519-980-8599
Toll Free: 1844 - 683-8899
www.arlitigation.ca

ADVERTISE WITH US
CALL NOW
HUDA ALHOZI
416-454-1872

HOW TO APPLY TO
OACPCERTIFICATE.CA
THE NEW CONSTABLE SELECTION PROCESS WITH INTERNAL PROCEDURE OF POLICE AGENCY

STEP I
To obtain your OACP Certificate. Log into OACPCERTIFICATE.CA and complete Part A, Part B and Part C. Successful applicants will then be issued an OACP 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 OACP 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 SIGMA 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
FOLLOW US:

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 checi

A1
Fingerprinting
Services

Walk-Ins Welcome
Locally Owned & Operated since 2012

(519) 948-0800
300 Eugenie Street East, Suite B
Windsor, Ontario, N8X 2Y1
A1fingerprintingservices.com
HallA1Fingerprinting@gmail.com

ALTAIF fx
INCORPORATED-Ottawa
Currency Exchange / Money Transfer / Drafts

Tel: 519-962-5899
Fax: 519-962-4714
www.taifco.com
alaa@taifco.com
742 Wyandotte St. E
Windsor, ON N9A 3J4

For Professional, Dedicated
& Honest Services.

Jeewen Gill
Broker of Record

National Realty
Exchange Corp, Brokerage

3139 Briarbank DR., Windsor, ON N8R 1T1
Tel: (519) 791-9600
Fax: 1-866-791-7077
E-mail: info@nrec.ca

TELSKOF TRAVEL
TRAVEL, TOURISM, LOGISTIC CO.

0750 206 0203

شركة تلسقف
للسياحة والسفر والبريد السريع

Telskof - Nineveh
Nineveh - Iraq
www.telskof.com

طب واكتشافات علمية من اعداد كارلا النجم

نقص فيتامين B12 وسرطان عنق الرحم

يُعدّ سرطان عنق الرحم من أكثر أنواع السرطان شيوعاً بين النساء حول العالم، وغالباً ما يرتبط بالإصابة بفيروس الورم الحليمي البشري (HPV). لكن الدراسات الحديثة تشير إلى أن عوامل التغذية، وخاصة نقص بعض الفيتامينات مثل B12، قد تلعب دوراً إضافياً في زيادة احتمال الإصابة أو تطوّر التغيرات ما قبل السرطانية.

دور فيتامين B12 في صحة الجسم

يُعتبر فيتامين B12 عنصراً أساسياً في إنتاج خلايا الدم، تجديد الخلايا، وصيانة الحمض النووي (DNA). كما يساهم في عمليات مثيلة الجينات (DNA methylation)، وهي عملية مهمة لتنظيم نشاط الجينات ومنع الطفرات التي قد تؤدي إلى السرطان. نقص هذا الفيتامين قد يؤدي إلى خلل في هذه العمليات، ما يجعل الخلايا أكثر عرضة للتحولات غير الطبيعية.

ما الذي أظهرته الدراسات؟

• في دراسة حالة ضابطة أجريت في الهند، تبين أن النساء اللواتي يعانين من نقص فيتامين B12 والفولات أكثر عرضة لتغيرات خلوية ما قبل السرطانية في عنق الرحم، خاصة عند وجود طفرة في جين MTHFR المسؤول عن استقلاب الفولات.

• دراسة في تايلند أشارت إلى أن النساء في أدنى مستويات B12 كان لديهن خطر أكبر بثلاثة أضعاف تقريباً للإصابة بتغيّرات عالية الدرجة في خلايا عنق الرحم.

• دراسة أمريكية بينت أن الجمع بين مستويات كافية من B12 والفولات مرتبط بانخفاض خطر الإصابة بتغيّرات «CIN2+» بنحو 70%، ما يعكس أهمية التغذية الجيدة كجزء من الوقاية.

هل نقص فيتامين B12 يسبب السرطان مباشرة؟

الإجابة لا، نقص B12 وحده لا يسبب سرطان عنق الرحم، لكنه عامل مساعد يرفع احتمالية التغيرات غير الطبيعية للخلايا عندما تتوافر عوامل أخرى مثل:

• عدوى مزمنة بفيروس HPV
• ضعف المناعة
• التدخين أو التعرض للمواد المسرطنة
• سوء التغذية أو نقص في عناصر غذائية أخرى

الوقاية وتحسين الحالة التغذوية

للحفاظ على صحة عنق الرحم وتقليل المخاطر:

• تناول أطعمة غنية بفيتامين B12 مثل اللحوم، الأسماك، البيض، ومنتجات الألبان.

• في حال وجود نقص، يمكن استخدام المكملات الغذائية بعد استشارة الطبيب.

• الحفاظ على نظام غذائي متوازن غني بالفولات والفيتامينات الأخرى.

• الالتزام بالفحوصات الدورية للكشف المبكر عن تغيّرات خلايا عنق الرحم.

• تلقي لقاح HPV للوقاية من العدوى التي تمثل العامل الرئيس في السرطان.

خلاصة

بينما يظل فيروس HPV السبب الرئيس لسرطان عنق الرحم، تظهر الأبحاث أن الحالة التغذوية، وخصوصاً مستوى فيتامين B12، تلعب دوراً داعماً في الوقاية. الاهتمام بالتغذية الجيدة، الفحوصات الدورية، واللقاح ضد HPV، يشكل خطة شاملة للوقاية من هذا النوع من السرطان.

القلاع الفموي المؤلم... أكثر من مجرد قرحة صغيرة

تعد القلاع الفموي المؤلم واحدة من أكثر مشاكل الفم شيوعًا، إذ تظهر على شكل تقرحات صغيرة بيضاء أو صفراء محاطة بهالة حمراء على اللسان، اللثة، أو جدار الفم الداخلي. على الرغم من حجمها الصغير، فإن القلاع قد يسبب ألمًا شديدًا ويؤثر على القدرة على الأكل، الشرب، أو حتى التحدث بشكل طبيعي.

أسباب القلاع المؤلم

تتعدد أسباب ظهور القلاع، من أبرزها:

• ضعف جهاز المناعة: في حالات الضغط النفسي أو المرض، تقل قدرة الجسم على مقاومة الالتهابات، ما يسهّل ظهور القلاع.

• نقص الفيتامينات والمعادن: خصوصًا فيتامين B12، الحديد، وحمض الفوليك، ما يؤثر على تجديد خلايا الفم.

• الإجهاد النفسي ونقص النوم: يلعب التوتر دورًا مهمًا في زيادة احتمالية ظهور القلاع.

• التغيرات الهرمونية: مثل التي تحدث أثناء الدورة الشهرية أو الحمل.

• الأطعمة الحارة أو الحمضية والمكسرات: يمكن أن تهيج الفم وتسبب تفاقم الألم.

• التدخين والكحول: يؤثران على صحة الفم ويزيدان خطر القلاع.

الأعراض المصاحبة

عادةً ما يظهر القلاع على شكل بقع بيضاء أو صفراء صغيرة محاطة بهالة حمراء، مصحوبة بـ:

• حرقان أو وخز قبل ظهور القرحة
• ألم عند الأكل أو شرب المشروبات الساخنة أو الحمضية
• شعور بعدم الراحة عند التحدث

متى يجب مراجعة الطبيب؟

في معظم الحالات، تختفي القلاع خلال أسبوع إلى أسبوعين دون علاج، لكن هناك علامات تستدعي استشارة الطبيب:

• استمرار القلاع لأكثر من 3 أسابيع
• تكرار ظهوره بشكل متكرر جداً
• زيادة حجم القلاع أو تحول شكلها
• ظهور أعراض أخرى مثل الحمى، آلام المفاصل، أو طفح جلدي

مضاعفات محتملة

معظم القلاع المؤلمة ليست خطيرة، لكنها قد تؤثر على نوعية الحياة، إذ يمكن أن تسبب صعوبة في الأكل والكلام، وتزيد من القلق النفسي. وفي بعض الحالات النادرة، القلاع المتكررة قد تكون مؤشراً على اضطرابات مناعية أو أمراض مزمنة مثل متلازمة بهجت، الذئبة، أو مشاكل الغدد اللعابية، ما يجعل التشخيص المبكر مهماً.

نصائح للتخفيف والوقاية

• الحفاظ على نظام غذائي متوازن غني بالفيتامينات والمعادن.
• تجنب الأطعمة الحارة، الحمضية أو المهيجة للفم.
• غسل الفم بانتظام والمضمضة بمحلول ملحي أو مطهر.
• إدارة التوتر والحفاظ على نوم كافٍ.
• مراجعة طبيب الأسنان أو طبيب الجلدية إذا كان القلاع متكرراً أو مؤلماً بشدة.

الخلاصة

القلاع الفموي المؤلم قد يبدو بسيطًا، لكنه قد يكون إنذارًا مبكرًا لأمور صحية تحتاج الانتباه. العناية بالفم، التغذية الجيدة، ومراجعة الطبيب عند الحاجة، هي أفضل الطرق للحفاظ على صحة الفم والجسم بشكل عام.

كيف تقي نفسك من هشاشة العظام بعد سن الخمسين

مع التقدم في العمر، تصبح العظام أكثر هشاشة، خصوصاً بعد سن الخمسين، ما يزيد من خطر الكسور والإصابات حتى عند السقوط البسيط. هشاشة العظام أو ترقق العظام حالة شائعة بين كبار السن، وخاصة النساء بعد سن اليأس بسبب انخفاض مستوى هرمون الإستروجين، لكنه يمكن أن يصيب الرجال أيضاً.

ما هو سبب هشاشة العظام؟

تحدث هشاشة العظام عندما يفقد الجسم الكالسيوم والمعادن الأخرى بوتيرة أسرع من قدرته على تعويضها. العوامل الرئيسية تشمل:

• التقدم في العمر.
• انخفاض هرمونات الجنس (الإستروجين عند النساء، التستوستيرون عند الرجال).
• نقص فيتامين D والكالسيوم.
• نمط حياة قليل النشاط البدني.
• التدخين والكحول.

نصائح وقائية للحفاظ على العظام:

1. التغذية السليمة:

o تناول الأطعمة الغنية بالكالسيوم مثل الحليب، الجبن، الزبادي، والخضراوات الورقية.

o الحصول على فيتامين D من التعرض للشمس أو المكملات بعد استشارة الطبيب، لأنه يساعد على امتصاص الكالسيوم.

o البروتين مهم أيضاً لدعم صحة العظام والعضلات.

2. ممارسة النشاط البدني المنتظم:

o تمارين المشي، الركض الخفيف، تمارين المقاومة، رفع الأثقال الخفيف تساعد على تقوية العظام وزيادة كثافتها.

o تمارين التوازن والمرونة تقلل خطر السقوط.

3. تجنب التدخين والكحول:

o التدخين يقلل من كثافة العظام، والكحول يزيد من خطر الكسور.

4. الفحص الدوري:

o إجراء فحص كثافة العظام بعد سن الخمسين، خاصة إذا كان هناك تاريخ عائلي لهشاشة العظام أو كسور سابقة.

5. المكملات عند الحاجة:

o في بعض الحالات، قد يوصي الطبيب بمكملات الكالسيوم أو فيتامين D، أو أدوية خاصة لتقوية العظام لمن لديهم هشاشة متقدمة.

الخلاصة

الوقاية خير من العلاج، وحماية العظام تبدأ اليوم بغذاء صحي، حركة منتظمة، وحياة متوازنة. الاهتمام بالعظام بعد سن الخمسين لا يقل أهمية عن أي جانب آخر من صحة الجسم، فهو يضمن لك حياة نشطة ومستقلة ويقلل من مخاطر الكسور المؤلمة والمضاعفات.

جريدة السفير
تستقبل مساهماتكم ونتاجاتكم الادبية في الشعر والقصة والخاطرة الأدبية وجميع الدراسات والبحوث الأدبية والنقدية على الايميل amb.news.media@outlook.com

فيرستابن يبدأ من حارة الصيانة في جائزة البرازيل الكبرى

يواجه الهولندي ماكس فيرستابن، حامل لقب بطولة العالم لسباقات «فورمولا 1»، تحدياً جديداً في سباق «جائزة البرازيل الكبرى»، حيث سيبدأ المنافسة من حارة الصيانة بعد أن أجرت فرق «رد بول» تغييرات شاملة على محرك سيارته ومكونات وحدة الطاقة وإعداداتها خلال الليل الذي سبق السباق.

وكان من المقرر أن ينطلق فيرستابن من المركز السادس عشر على حلبة «إنترلاغوس»، إلا أن التعديلات التقنية أجبرته على تغيير نقطة الانطلاق. ويحتل فيرستابن حالياً المركز الثالث في ترتيب البطولة، بفارق 39 نقطة خلف المتصدر البريطاني لاندو نوريس سائق «مكلارين»، مع تبقي أربع جولات رئيسية وسباق سريع على نهاية الموسم.

ورغم صعوبة الموقف، فإن فيرستابن أبدى عزمه على التقدم في السباق، مستشهداً بفوزه في «جائزة البرازيل الكبرى» العام الماضي عندما انطلق من المركز السابع عشر.

وسيبدأ نوريس السباق من المركز الأول، بينما ينطلق زميله ومنافسه على اللقب أوسكار بياستري من المركز الرابع، في مواجهة يُتوقع أن تكون مثيرة ضمن سباق يحدد ملامح المنافسة على اللقب العالمي.

«السفير»

العراق يتأهل دولياً

شهدت الجماهير العراقية ليلة تاريخية لا تُنسى بعد أن حقق المنتخب الوطني فوزاً مستحقاً أهّله رسمياً إلى نهائيات كأس العالم، ليكتب صفحة جديدة من الفخر الكروي ويعيد العراق إلى الساحة العالمية من أوسع أبوابها. وجاء هذا التأهل بعد أداء استثنائي قدّمه اللاعبون داخل المستطيل الأخضر، حيث أظهر الفريق انسجاماً كبيراً وروحاً قتالية عالية، مدعوماً بمساندة جماهيرية غير مسبوقة داخل الوطن وخارجه، ما عكس حجم الشغف الكبير بالكرة العراقية.

منذ اللحظات الأولى للمباراة، فرض المنتخب العراقي سيطرته على مجريات اللعب معتمداً على الضغط العالي والتحركات السريعة التي أربكت الخصم وفرضت إيقاعاً خاصاً على اللقاء. وتمكّن اللاعبون من الحفاظ على هذا النسق القوي طوال المباراة، قبل أن يترجموا تفوقهم إلى هدف ثمين حسم المواجهة وضَمِن بطاقة العبور إلى المونديال، ليضع العراق بين كبار منتخبات العالم من جديد.

ومع إطلاق صافرة النهاية، انفجرت موجة فرح عمّت بغداد وجميع المحافظات، حيث خرجت الجماهير في مسيرات احتفالية ليلية تجسد ارتباط الشعب بمنتخبه الوطني. وارتفعت الأعلام العراقية في الشوارع والساحات، بينما ردد المشجعون الهتافات التي طالما رافقت لحظات الانتصار. ولم تكن الاحتفالات محصورة داخل العراق فقط، إذ غمرت المشاعر ذاتها الجاليات العراقية في مختلف دول العالم، التي تابعت المباراة بشغف وترقب منذ بدايتها وحتى لحظة إعلان التأهل.

ويرى المراقبون أن هذا الصعود يُعدّ إنجازاً وطنياً يعكس تماسك الفريق وقدرته على تجاوز الظروف الصعبة والتحديات الرياضية التي واجهها خلال مشوار التصفيات. كما يؤكدون أن المرحلة المقبلة تتطلب إعداداً مكثفاً وتحضيرات فنية عالية المستوى لضمان ظهور مشرّف يليق بتاريخ الكرة العراقية وجماهيرها الكبيرة.

ووجّه اللاعبون والجهاز الفني تحية خاصة للجماهير وكل الداعمين، مؤكدين أن هذا الإنجاز ما كان ليتحقق لولا التكاتف والإيمان بقدرة المنتخب على العودة إلى منصات المنافسة العالمية. ومع هذا التأهل التاريخي، يتحول حلم الملايين إلى حقيقة، ويستعد العراق لرفع رايته في المونديال بثقة كبيرة وتفاؤل واسع بأن يكون للمنتخب حضور قوي يعكس إرث الكرة العراقية وأجيالها المتعاقبة

«السفير»

تعادل لوريان وتولوز بهدف لكل فريق في الدوري الفرنسي

احسم التعادل الإيجابي 1-1 مواجهة لوريان وضيفه تولوز، التي أقيمت الأحد ضمن منافسات المرحلة الثانية عشرة من الدوري الفرنسي لكرة القدم، في مباراة اتسمت بالإثارة والتكافؤ على مدار شوطيها.

بدأ لوريان اللقاء بثقة واضحة وسعى للسيطرة على مجريات اللعب، ليترجم تفوقه إلى هدف في الدقيقة 44 سجله بابلو باغيس من ركلة جزاء بعد خطأ دفاعي من الفريق الضيف، منهياً الشوط الأول بتقدّم مستحق. وفي الشوط الثاني، عاد تولوز بقوة ونجح في إدراك التعادل من ركلة جزاء نفذها غابريل سيديبي في الدقيقة 56، وسط محاولات متبادلة من الطرفين لخطف الفوز دون جدوى.

بهذا التعادل، رفع لوريان رصيده إلى 16 نقطة في المركز العاشر، بينما رفع تولوز رصيده إلى 10 نقاط في المركز السادس عشر. ويواصل لوريان نتائجه المتذبذبة بعد أربع مباريات دون فوز، فيما خرج تولوز بنقطة ثمينة تعزز آماله في الابتعاد عن منطقة الخطر مع اقتراب منتصف الموسم.

«السفير»

«فيفا» يغرم الاتحادين الإيطالي والنرويجي بسبب تجاوزات جماهيرية

قرر الاتحاد الدولي لكرة القدم (فيفا) فرض غرامات مالية على كل من الاتحادين النرويجي والإيطالي، على خلفية أحداث جماهيرية وقعت خلال مباراتي المنتخبين أمام إسرائيل ضمن التصفيات الأوروبية المؤهلة إلى كأس العالم 2026 الشهر الماضي.

وأوضح «فيفا» في بيان رسمي أن العقوبات جاءت نتيجة تشويش الجماهير على عزف النشيد الوطني، واقتحام عدد من المشجعين أرضية الملعب، إضافة إلى الإخلال بالنظام والأمن العام أثناء المباراتين اللتين أقيمتا في العاصمة النرويجية أوسلو ومدينة أودينيي الإيطالية.

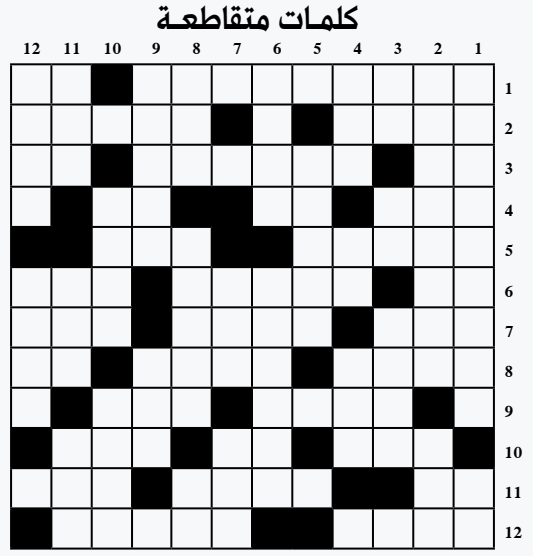
وأشار الاتحاد الدولي في الوثيقة التأديبية الصادرة مساء الخميس إلى أن الغرامة المفروضة على الاتحاد الإيطالي تبلغ 12,500 فرنك سويسري (نحو 15,500 دولار أميركي)، بينما تم تغريم النرويج مبلغ 10,000 فرنك سويسري (نحو 12,400 دولار أميركي).

ولفت البيان إلى أن العقوبات لم تشمل رفع الأعلام الفلسطينية أو الشعارات السياسية التي ظهرت في المدرجات خلال اللقاءين، إذ لم يعتبرها «فيفا» ضمن المخالفات المشمولة بالإجراءات التأديبية.

«السفير»

جريدة السفير
تستقبل مساهماتكم ونتاجاتكم الادبية في الشعر والقصة والخاطرة الأدبية وجميع الدراسات والبحوث الأدبية والنقدية على الايميل amb.news.media@outlook.com

كلمات متقاطعة

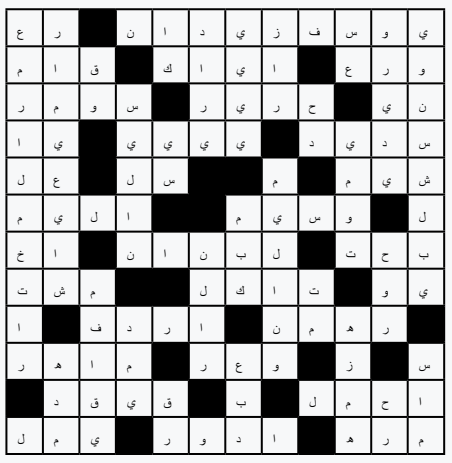


أفقي:
1- ممثل عالمي – للاستفسار
2- زمان – فراشي
3- دقّ – مدينة أيطالية – إله (معكوسة)
4- يشتم – حرف عطف (معكوسة) – بحر
5- أجزاء – قسم
6- جمع – صديقي – استقبل
7- إلهي (معكوسة) – أتعب (معكوسة) – أبي (مبعثرة)
8- ماركة سيارة – بلد – نافية
9- يتعاطف – لير (مبعثرة)
10- فاكهة صيفية – غم – علم مؤنث (معكوسة)
11- حاجز – راجع – من النباتات (معكوسة)
12- رزين – دولة عربية

عمودي:
1- مغنية أميركية – متشابهان
2- ممثل مصري راحل – مساواة
3- للتعريف (معكوسة) – قلب (معكوسة) – طنين
4- ماشية – وحدة قياس – منح
5- يؤيد
6- الود (معكوسة) – يدمرها
7- تستعمل في الكتابة (معكوسة) – انحنى
8- نعاس – ابنائي – حيوان مفترس
9- نسقيه – لهم (مبعثرة)
10- معلم – علم مؤنث
11- فرّ – ألح (مبعثرة) – ضوء (معكوسة)
12- احدى العملات – وضوح

سودوكو

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



الحل السابق

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

إضحك على الماشي

+ محشش راح متأخر على الدوام، سأله المدير! ليش متأخر، قال حلمت عندي ضيوف، واني إستحيت أقوم من النوم واخليهم.

+ واحد ماسك ثلجة، والماء ينزل منها ، فقال متعجباً، أريد أعرف هذا الماء من أين ينزل؟

+ سألوا شاب شنو رأيك بالزواج المبكر؟ قال: يعني أي ساعة؟

+ غبي مرّ من أمام مقهى الأنترنيت، قرا قطعة مكتوب عليها: الساعة بعشرة دنانير! دخل وسأل: هل الساعة ضد الماء؟

+ مضيفة طيران جميلة جداً، واحد خبط على كتفها وقال، الحمّام منين؟ قالت من الناحية الثانية، خبط على الكتف الثاني، الحمّام منين؟ قالت: اكيد مو قصدك الحمّام، قال: والله أنت ذكية؟

+ الأستاذ للطالب: ما هو الشيء الذي لا يذوب بالماء؟ الطالب: السمك يا استاذ!

+ واحد ديقول لصاحبه: ثلاثة ما ممكن تشوفهم بحياتك، قال شو؟ قال: الملائكة والجن وواحد مداينة فلوس.

+ مريض عمل تحليل دم، قال له الطبيب: انت عندك سكر زيادة بالدم، المريض: والله العظيم يا دكتور أنت دمك شربات وعسل؟

+ مريض يقول للدكتور: أنا أشرب الدواء قبل 5 دقائق! قال له: ليش؟ المريض: حتى أفاجيء الجراثيم ؟

+ شافو رجل قاعد يم الصخرة وماسك خفاش ويقول : أول مرة بحياتي أشوف فار لابس عباية ؟

حكم وامثال

+ بعد العاصفة ياتي المطر وبعد المطر تشرق الشمس.

+ الحياة قصيرة فلا تضيّعها فيما لا يرضيك مادمت صادقاً.

+ لا تجعل قلبك مثل النهر يشرب منه من يشاء، بل من يستحق ذلك .

+ الجهد المستمر وليس القوة أو الذكاء، هو مفتاح قدراتنا الموجودة.

+ السعادة هي الوحيدة التي تزداد عند تقسيمها مع الآخرين.

زرقاء اليمامة

+ اسعدالله صباحكِ يا زرقاء، ماذا ترين بعينيكِ الزرقاوتين هذا الصباح؟

– إنـي ارى الكثير من المشاكل في عملية الإنتخابات الجارية في العراق واماكن أخرى من العالم.

+ هل توضحين من فضلكِ يا زرقاء.

– في العراق هناك عملية شراء الأصوات وتسقيط من قبل الناخبين ضد منافسيهم، واستعمال أساليب أقل ما يقال عنها بأنها غير عادلة وغير ديمقراطية.

+ ألا يفترض أن تكون الإنتخابات السابقة درساً للناخب والمنتخب لتجاوز هذه المسالة يا زرقاء.

– للأسف يا طويل العمر هذا واقع الحال في العراق ودول الشرق الأوسط ودول العالم الثالث.

+ هذا مما يؤسف له يا زرقاء ونحن على أعتاب الربع الثاني من القرن الواحد والعشرين.

– نتمنى أن يتعظوا ويستفيدوا من الدول الديمقراطية على الأقل.

+ كلنا أمل ورجاء يا زرقاء.

توقعـــات الفلك

كانون 1/ ديسمبر 2025

برج الحمـــــل : انتبه لما يجري حولك، زميل يحاول معاكستك والصيد في الماء العكر، كن حذراً وتيقظ لما يحاك.

برج الثـــــور : حظ يفتح لك مجالات عمل واقتراحات سفر وعروضاً كثيرة، حاول أن تكون دقيقاً في اختيار الأنسب والأفضل.

برج الجـــوزاء : ارتباك في علاقتك مع أحد الزملاء سرعان مايزول، حدد نقاط الخلاف وعالجها واحدة واحدة وبروية وحكمة.

برج الســرطان : معنويات عالية تتمتع بها تجعلك تنطلق بقوة لتحقيق طموحات طالما حلمت بها، ما تبذله لن يضيع سدى.

برج الأســـد : تطور جديد في تفكيرك يجعلك أكثر واقعية في تعاملك مع محيطك، مشكلاتك العائلية ستجد لها حلاً في وقت قريب.

برج العـــذراء : حاول أن تنفذ ما عزمت عليه لأن هناك فرصاً سانحة ستجدها فجأة أمامك، تقوم بعمل مهم خلال الايام القادمة.

برج الميـــزان : تتحسن أمورك مع الحبيب وما كان مستحيلاً يبدو الآن سهلاً، وهكذا تسقط الحواجز التي كانت تعرقل حياتك.

برج العقـــرب : تركيزك بدأ يتجه نحو التنويع في التجارب والأحاسيس وتتعامل اليوم مع مخترعات تكنولوجية، الأطفال يساهمون في فرحك.

برج القـــوس : ترى الأمور أوضح كما تشير الأجواء السائدة ويزول سوء التفاهم، الصبر سلاحك ولكنك لن تحتاج إليه، إذ تسير الأمور كما تشتهي.

برج الجـــدي : الأمور التي كانت تثير خوفك وشكوكك في الماضي تتكشف على حقيقتها وإن كان لا مبرر لها وتعرف القصة بأكملها.

برج الدلـــو : إنه الوقت المناسب لاقتحام مجالك الطموح من دون تردد والأرجح أن حياتك المهنية تنتصر جنباً إلى جنب مع حياتك العاطفية.

برج الحـــوت : ينبغي أن تحذر الحوادث اليوم وخاصة التعامل مع الأدوات الحادة. فأنت تمر في فترات متقلبة.

Prepared by Karla Al Najm

5 Amazing Benefits of Fish That Go Beyond Omega 3

Fish are often praised for their omega-3 fatty acids, but experts say their benefits reach far beyond heart health. According to Healthline (2025), fish provide a variety of nutrients that support bones, skin, and the immune system.

1. Rich in Vitamin D:

Fatty fish like salmon, herring, and mackerel are among the best natural sources of vitamin D—essential for bone strength, immunity, and mood balance. A 100-gram serving of salmon can meet most of your daily vitamin D needs (Healthline, 2025).

2. Excellent Protein Quality:

Fish protein is easily digestible and contains all essential amino acids. Studies show that the body absorbs up to 95–98 % of fish protein, compared to about 85–90 % for meat (Verywell-Health, 2024).

3. Packed with Key Minerals:

Fish are rich in selenium, iodine, and zinc, which play crucial roles in thyroid function, immunity, and cellular protection (Washington State DOH, 2024).

4. Collagen for Skin and Joints:

Salmon and tuna contain collagen precursors that support skin elasticity, joint mobility, and may delay aging signs (Ashraf et al., Marine Drugs, 2020).

5. Natural Peptides for Heart Health:

Fish proteins release bioactive peptides that help regulate blood pressure and improve blood vessel function (Þorgilsson, Matis Report, 2010).

Regularly including a variety of fish—about two to five times per week—can promote overall vitality and long-term health (Noreen et al., Frontiers in Nutrition, 2025).

This article is for informational purposes only and should not replace professional medical advice.

Cold Weather and Depression:
Why the Winter Months Affect Our Mood

Many people notice a shift in their mood as cold weather sets in. Shorter days, less sunlight, and chilly temperatures can trigger changes in how we feel and behave. For some, this ordinary shift is simply the "winter blues"; for others, it may signal a more serious condition known as Seasonal Affective Disorder (SAD) (Cleveland Clinic, 2024) .

What's behind the mood shift?

Several biological and environmental factors combine when colder seasons arrive:

• Reduced daylight exposure: Less sunlight means the body produces less serotonin (a mood regulating chemical) and may overproduce melatonin (the sleep hormone), leading to low energy and sluggishness (National Institute of Mental Health, 2024)

• Lower outdoor activity and colder weather: People tend to stay indoors more, move less, which can reduce mood boosting effects of exercise and sunlight (Scientific American, 2023) .

• Temperature effects: Cold and dreary days can affect our nervous system, increasing irritability, fatigue and social withdrawal (Verywell Mind,2024)

When is it more than "just the winter blahs"?

While many feel a little down in the chilly months, SAD is a medical condition where symptoms of depression begin in late fall or early winter, persist for at least two consecutive years, and remit in spring or summer (Harvard Health, 2024) Symptoms may include:

• persistent low mood, hopelessness or worthlessness

• loss of interest in activities

• reduced energy or excessive sleep

• weight changes or carbohydrate cravings

• difficulty concentrating

(Cleveland Clinic, 2024)

Research finds roughly 5% of adults in the U.S. may experience SAD, with many more experiencing milder "winter blues" (UC Davis Health, 2023)

Who is at risk?

SAD is more common in:

• Women than men

• People who live in regions with long winters or high latitudes

• Those with a personal or family history of depression

(BMC Psychiatry, 2022)

What can you do to protect your mood this winter?

1. Get as much natural light as you can – open curtains, take a short walk outdoors in daylight.

2. Consider bright light therapy, especially on cloudy or short day mornings. Devices are available and have proven helpful (NIMH, 2024) .

3. Stay active and maintain routine, even when it's cold – exercise helps boost mood.

4. Sleep and eat well – avoid oversleeping or excessive carbohydrate cravings, both of which are common in winter and may worsen mood.

5. Seek professional help if you have persistent symptoms lasting more than two weeks, interfere with daily life, or you experience thoughts of self harm (UVA Today, 2024).

This article is intended for information only. It does not replace diagnosis or treatment by a qualified healthcare professional.

A New Hope for
Type 1 Diabetes Patients

Type 1 diabetes is a chronic condition in which the pancreas fails to produce enough insulin, the hormone responsible for regulating blood sugar levels (Huang et al., Stem Cell Reports, 2023). Worldwide, about 9.5 million people live with this condition (ISSCR, 2023). Without adequate insulin, blood glucose levels remain elevated, which over time can damage organs such as the kidneys, eyes, and heart.

Currently, people with type 1 diabetes rely on lifelong blood sugar monitoring and insulin injections to manage their condition. However, researchers are exploring new approaches that could one day restore the body's ability to produce insulin naturally.

One promising approach focuses on converting other cells in the body into insulin-producing beta cells. Recent studies by teams at Weill Cornell Medicine (USA) and Peking University (China) have shown that human stomach cells can be genetically modified in the laboratory to become insulin-producing cells similar to pancreatic beta cells (Weill Cornell Medicine News, 2023). Researchers first created miniature "stomach organoids" from human cells and inserted a genetic switch that, when activated, triggers the transformation into insulin-producing cells (Huang et al., 2023).

When these organoids were transplanted into mice, the human stomach cells survived, integrated with surrounding tissue, and, when the switch was activated, began producing insulin. In diabetic mice, this helped improve blood glucose control (ISSCR, 2023).

It is important to note that this research is still at an early, pre-clinical stage. The method has not yet been tested in humans, and further studies are required to ensure safety, long-term stability, and effectiveness (Weill Cornell Medicine News, 2023).

Despite these limitations, the findings provide new hope: the possibility of one day converting a patient's own stomach cells into insulin-producing cells, potentially reducing or even eliminating the need for insulin injections. Researchers emphasize that this approach is experimental, and current standard treatments, including insulin therapy and blood sugar monitoring, remain essential (Huang et al., 2023; ISSCR, 2023).

This article is intended for informational purposes and should not be considered medical advice. Patients should continue following their healthcare provider's recommendations.

Iraqi Election Results and the Kurdistan Explosions

The contours of Iraq's 2025 political landscape began to take shape as the election results were announced following an exceptionally calm and transparent voting day. Iraqis headed to the polls with renewed confidence and a clear desire for change capable of reshaping the nation's political map. The results revealed a notable redistribution of parliamentary influence: Prime Minister Mohammed Shia' Al-Sudani secured 46 seats, former Prime Minister Nouri Al-Maliki won 29 seats, Mohammed Al-Halbousi obtained 27 seats, while the Kurdistan Democratic Party captured 26 seats. These figures reflect a shifting balance of power, an expanding sphere of public accountability, and a rise and decline of several political currents, signaling a broader transformation in voter sentiment.

As soon as the ballots settled, political forces shifted quickly into negotiations over the formation of the next government and the distribution of the three presidencies. Kurdistan, meanwhile, hosted a succession of intensive meetings between influential Baghdad leaders and Kurdish figures, all seeking to stabilize a new political formula capable of enduring the changes imposed by the election. Discussions focused on unifying the Sunni position inside parliament, forming a coherent Shi'a vision for the premiership, and securing the Kurdish role in the presidency.

Yet at the height of these sensitive political movements, a drone strike targeting the Khor Mor gas field in Sleimaniyah jolted the country back into a state of uncertainty. The attack halted gas production and triggered widespread electricity outages in a moment that could not have been more politically delicate. Its timing sparked immediate questions about who sought to disrupt negotiations and unsettle the emerging consensus between Iraq's major political blocs.

Within Iraq, serious accusations began to circulate, suggesting that the strike may carry political motivations tied to the government-formation process, the race for top positions, and even ongoing competition surrounding gas contracts. Some voices interpreted the incident as a deliberate attempt to derail new alliances; others viewed it as part of a wider struggle over energy resources and regional interests. Despite the variety of interpretations, they converge on one point: the attack did not occur in a vacuum but within a complex political and economic landscape.

Simultaneously, discreet meetings involving key figures from Baghdad and the Kurdistan Region were taking place to negotiate the distribution of senior posts and craft cross-sectarian alliances capable of producing a stable government. Yet the explosion served as a stark reminder that security remains the foundation of political life in Iraq. Any breach of that security has the power to collapse the entire negotiating table, no political agreement can flourish while vital national infrastructure remains exposed to targeted attacks.

Today, Iraqis find themselves caught between the hope inspired by a peaceful election day and the fragility of an environment where energy facilities remain under threat. The country stands at a crossroads: either channel the calm of the elections into a stable political trajectory that produces a strong government capable of protecting national resources and delivering services, or fall back into cycles of pressure, surprises, and power-shifting messages that exploit political timing for strategic gain.

As the nation waits for final agreements to crystallize, Iraqis watch closely to see whether their leaders will rise above partisan divides and prioritize the interests of the country, or whether the complexities ahead will outweigh the political system's capacity to navigate them. Still, hope persists that Iraq can move toward a more stable chapter one in which the next government places the protection of energy fields and vital installations at the forefront of its agenda, recognizing that they are the lifeline of every province.

Between the election results and the explosion in Kurdistan, Iraq remains a scene wide open to questions as citizens await the moment their country can finally reach safer shores.

The Ambassador

US Designates Muslim Brotherhood Branches as Terrorist Organizations

The White House announced Monday that U.S. President Donald Trump has signed an executive order directing the Secretaries of State and the Treasury to evaluate whether specific branches of the Muslim Brotherhood should be designated as Foreign Terrorist Organizations and as Specially Designated Global Terrorists. The order instructs both secretaries, in coordination with the Attorney General and the Director of National Intelligence, to prepare a detailed assessment outlining whether branches of the group—particularly in Lebanon, Egypt and Jordan—meet the legal criteria for terrorist designation under U.S. law. Within 45 days of receiving this assessment, the Secretaries of State and the Treasury would be required to take the necessary steps to formally apply the designation should the relevant standards be met. According to the White House, the purpose of the measure is to disrupt the activities of the targeted branches, restrict their access to financial resources, and eliminate any potential threat they may pose to American citizens or to U.S. national security. The administration framed the move as part of a broader effort to counter what it described as the Brotherhood's "transnational network," which—according to the statement—has been linked to violent activities and destabilizing campaigns against U.S. interests and allies across the Middle East. The White House also cited intelligence indicating that the military wing of the Brotherhood's Lebanese branch provided support to armed groups involved in firing rockets at civilian and military targets inside Israel following the events of October 7, 2023. In addition, a senior Brotherhood figure in Egypt, whose name was not disclosed, was accused of encouraging attacks on American partners in the region on the same day. Reports were also referenced alleging support from Brotherhood leaders in Jordan for the armed wing of Hamas. The administration noted that this decision comes in line with a series of actions introduced by President Trump aimed at bolstering national security, including the initiation of procedures earlier this year to classify Ansar Allah (the Houthis) as a Foreign Terrorist Organization, as well as a presidential proclamation signed in June imposing entry restrictions on non-immigrant travelers from countries deemed to have a history of terrorism or instability.

The Ambassador

The Pope urges the Middle East to engage in dialogue instead of wars

Pope Leo concluded his three-day visit to Lebanon on Tuesday with a powerful appeal to leaders across the Middle East to "listen to the cries of their people for peace" and shift away from the destructive path of conflict. The Pope, the first American to lead the Catholic Church, concluded his trip with a moving homily before a crowd of more than 150,000 gathered along Beirut's historic waterfront.

In his address, he urged Lebanon to confront its political paralysis, long-standing social divisions, and deepening economic collapse. Extending his message to the wider region, he warned that the Middle East "has walked the road of mutual hostility and devastation for far too long," calling for a renewed commitment to reconciliation and a transformation of the culture of conflict.

The visit to Lebanon followed his earlier stop in Turkey, marking the second and final leg of his first international tour as Pope. Throughout the journey, he repeatedly emphasised the need for regional peace, cautioning that escalating global conflicts pose a grave threat to humanity.

In Lebanon, the Pope called on religious leaders to unite in healing the country's wounds. He urged political leaders to advance peace efforts amid ongoing Israeli strikes and the aftermath of last year's destructive war between Israel and Hezbollah. Before departing Beirut for Rome, he made a direct plea for "an immediate halt to attacks and hostilities," adding that armed conflict "brings no benefit to any nation."

Lebanese President Joseph Aoun thanked the Pontiff for his message, expressing hope that Lebanon will remain in his prayers.

During his stay, the Pope also visited the site of the 2020 Beirut port explosion, placing a wreath at the memorial and meeting survivors and families of the victims. Many attendees described his presence as a rare "glimmer of hope" for a nation enduring years of hardship.

The Ambassador

Canada's 2025 Budget: Investing in Growth, Committing to Fiscal Discipline

Dalia Gorges

The federal government's latest budget, presented by Prime Minister Mark Carney's administration, aims to strengthen Canada's long-term prospects while addressing immediate affordability concerns. The plan combines targeted investments with a renewed commitment to fiscal discipline.

The budget focuses on driving growth in infrastructure, clean energy, and innovation, while controlling operating expenses and managing debt. The government plans to balance daily expenditures and use controlled borrowing only for long-term capital investments.

Key priorities include developing Canada's green industrial base, expanding housing, and diversifying trade away from over-reliance on the U.S. As detailed in the budget document, the government intends to enable about $1 trillion in total investment over the next five years.

Reactions are mixed. Supporters welcome the emphasis on infrastructure and long-term productivity, while critics, including Conservative Party members, warn that ongoing deficits could burden future generations and harm fiscal credibility. Some question whether increased spending aligns with the government's commitment to restraint.

The budget has also influenced the political landscape. Nova Scotia MP Chris d'Entremont crossed from the Conservative Party to the Liberals shortly after the budget's release. This move, along with the resignation of another opposition member, has prompted discussion about parliamentary stability and the governing party's efforts to consolidate support. Media outlets note that the timing of these changes has intensified debate about political strategy.

Ultimately, Canadians will judge the budget by its ability to improve affordability and deliver tangible benefits. Its success depends on whether structural investments produce real results for households, communities, and the broader economy.

Miller's Comments About Using Scripture as a Defense Spark National Debate

The liberal MP Marc Miller is at the center of a new controversy about whether people should be allowed to use religious scripture as a defense in hate speech cases. Miller, who serves as chair of the House Justice Committee, is heavily involved in discussions around legal reform and the direction of federal justice policy.

Miller says freedom of worship is protected, but he believes people should not get away with spreading hate just because they use religious texts. The debate began in a committee meeting on Thursday, when Miller asked if Canada's laws let people use scripture too easily to defend hateful speech. He pointed to parts of Leviticus, Deuteronomy, and Romans, saying some verses are clearly hateful. "They should not be used as defense," he said.

He doubled down Friday in a post online, saying there should be no defense for publicly inciting hatred based on verses such as Leviticus 20:13 or Deuteronomy 22:22, which prescribe death for homosexuality and adultery.

His comments quickly drew criticism from conservative and religious voices, who said he was trying to control which scriptures people can read. Some critics said Miller was betraying the diverse voters, including Christians, who supported him. Others argued that the Bible is an ancient text and should not be changed to fit modern views. Political commentator Jasmin Laine said online that Miller wants to control which Bible passages churches can read, especially those about LGBTQ people.

Miller responded that critics were twisting his words. "You can read whatever you want," he wrote, but "if you commit a public hate crime, you shouldn't be able to use it as a defense to what otherwise would be a public hate crime"

The broader debate centers on Section 319 of the Criminal Code, which deals with the willful promotion and public incitement of hatred against identifiable groups. He questioned whether existing exemptions truly reflect the government's goals. "We have to be honest about what is being said, how it's being justified, and whether our laws are working the way we say they are," he told the committee.

For now, Miller's comments have started a national debate about how Canada balances religious freedom with the need to prevent hate. The discussion is ongoing. Yet, there are no signs that the Justice Committee has moved forward with any formal changes.

The Ambassador

Remembering the Fallen:

Canada's Remembrance Day

Dalia Gorges

Every year on November 11, Canadians across the country pause to honour the men and women who gave their lives in service to their nation. Remembrance Day stands as one of Canada's most solemn and unifying national observances; a time to reflect on the cost of freedom and the courage of those who defended it.

The tradition dates back to the end of the First World War in 1918, when the armistice was signed at the eleventh hour of the eleventh day of the eleventh month. Since then, Canadians have gathered each year to remember the soldiers who died in both World Wars and in modern peacekeeping and military missions worldwide.

Across Canada, the red poppy has become a powerful symbol of remembrance, inspired by Lieutenant Colonel John McCrae's famous poem In Flanders Fields. Worn close to the heart, the poppy represents both grief and gratitude, a reminder that freedom was won through immense sacrifice.

Ceremonies are held in nearly every community. Schools and universities often host assemblies where students read poems, perform songs, and observe a moment of silence. These events help younger generations understand the significance of Remembrance Day and the importance of learning from the past. Universities, along with many high schools and elementary schools across the country, organize tributes that bring together students, veterans, and local officials.

Public places also become spaces for reflection. War memorials, cenotaphs, and city squares host gatherings attended by veterans, military personnel, and citizens from all walks of life. In Ottawa, the National War Memorial stands at the centre of the country's main ceremony, where the Governor General and Prime Minister lay wreaths to honour the fallen.

Remembrance Day is more than a national holiday; it is a moral reminder of the human cost of war and the responsibility to pursue peace. The sound of the bugle's Last Post and the quiet reflection at 11 a.m. remind Canadians that remembering is not just about looking back, but it is also about carrying forward the values of courage, service, and hope for a better future.

This message of remembrance resonates beyond Canada's borders. In Iraq, a similar spirit is observed on Martyrs' Day, held on December 1, which honours those who sacrificed their lives for Iraq's freedom and stability. Just as Canadians stand in silence to remember their fallen heroes, Iraqis light candles and visit memorials to pay tribute to their own. Both observances, though born of different histories, share a universal truth: remembering the fallen is an act of unity, gratitude, and enduring respect.

Smile... Because Coverage Is Almost Free

Khassan F. Saka

When the Canadian government announced its new dental care plan for low-income groups, relief swept across the country—especially in cities like Windsor, where many had been waiting for such an initiative for years.

But that first smile of joy soon faded… when people discovered that their second smile might not actually be covered!

While the program was promoted as "free dental care," it turns out that the fine print has a way of biting back. Dentists, in turn, have adopted their own unwritten motto: "We believe in free care, just not completely."

The patient enters the clinic full of confidence, armed with a government promise. Minutes later, they leave with a handful of questions:

Is "free" a new medical term? Or is it just a dream that disappears once it meets reality?

The dentist calmly explains, "The coverage isn't for all procedures." The patient tries to smile anyway, only to realize that even that smile might cost something—if examined too closely.

Perhaps the issue isn't bad faith, but translation—between the language of politics and the language of practice. When the government says "free," the citizen hears "no charge," while the dentist understands "subject to terms and conditions." And so, patients remain suspended between the dream of full coverage and the reality of exceptions.

To be fair, the government's initiative deserves credit—it's a step toward a more equitable healthcare system. Yet, in practice, the gap between policy and implementation still feels wider than a patient's mouth in the dental chair.

And so, the question lingers—caught somewhere between irony and truth:

Should we smile because we're included in the program, or because we still have a few teeth left to smile with?

CBSA Operation Disrupts Major Drug and Firearm

In a significant blow to cross-border criminal activity, the Canada Border Services Agency (CBSA) has announced the success of Operation Meridian, a 60-day enforcement initiative that resulted in the disruption of multiple drug and firearm smuggling attempts across Southwestern Ontario including two major incidents at the Blue Water Bridge in Sarnia.

According to details released Friday, CBSA officers intercepted more than 724 kilograms of illegal narcotics and seized nine firearms from various ports of entry during the operation. The enforcement effort led to five individuals being charged, with several ongoing investigations that continue to unfold.

The Sarnia border crossing played a central role in the operation's success. Officers at the Blue Water Bridge stopped two separate attempts to smuggle large quantities of drugs into Canada. In these cases, 108.4 kilograms of cocaine and 349.8 kilograms of methamphetamine were discovered and confiscated. Three suspects were arrested in connection with these seizures and later transferred into RCMP custody for further investigation.

CBSA officials noted that 90 per cent of all seizures under Operation Meridian were attempts to bring drugs and contraband into Canada, while the remaining 10 per cent were export-related attempts moving outward through border points.

"We have had remarkable success in intercepting smuggling efforts of dangerous narcotics destined to cities throughout the country. This outstanding work helps keep Canadians safe by stopping harmful drugs from reaching our streets and communities," said Michael Prosia, Regional Director General for the Southern Ontario Region of the CBSA.

Operation Meridian remains active, with 16 investigations still ongoing as federal authorities continue to dismantle smuggling networks operating across the region.

The CBSA says it will maintain enhanced enforcement presence and intelligence-driven operations in an effort to further safeguard Canadian communities from the dangers posed by drug trafficking and illegal weapons.

The Ambassador

At Windsor's Annual MCC Event, the ICGO Showcases Community Leadership

The Integrative Canadian Group Organization (ICGO) participated in the annual Multicultural Event held in the City of Windsor, organized by the Multicultural Community Centre (MCC). The event brought together a wide range of local and international organizations to strengthen values of understanding, cultural exchange, and social connection among the city's diverse communities.

The celebration attracted a large audience and an energetic atmosphere, featuring artistic and cultural performances, along with various educational and recreational activities that introduced visitors to the traditions and heritage of participating communities. The event also included interactive workshops highlighting the importance of dialogue and cross-cultural engagement, fostering a positive environment that supports diversity and social inclusion.

ICGO presents a variety of programs and activities that reflect its mission and vision of supporting the community and fostering collaboration among individuals from different backgrounds. The organization also took the opportunity to introduce visitors to its community services and programs aimed at empowering individuals, enhancing their skills, and building bridges of cooperation with other organizations working in the social and cultural sectors.

The event provided a valuable opportunity to strengthen community relationships, exchange expertise with participating organizations, and highlight the essential role that ICGO continues to play in supporting Windsor's multicultural environment. Through its ongoing efforts, the organization contributes to building a community grounded in understanding, integration, and mutual respect.

The Ambassador

لابتوب *acer* بانتظارك!

أجب عن السؤالين التاليين لتدخل السحب وتكون الفائز المحظوظ!

السؤال 1: ما هي عاصمة كندا؟

.....

السؤال 2: من هو رئيس وزراء كندا الجديد؟

.....

قصّ هذا الكوبون وضعه في صندوق البريد الرصاصي التابع لمنظمة المجموعة الكندية التكاملية على العنوان التالي:

877 Walker Road, Windsor, ON

يجرى السحب يوم 31/12/2025

كوبون المسابقة

Ambassador Visits Downtown Mission in Windsor

On November 26, 2025, Ambassador Newspaper visited Downtown Mission in Windsor and met with Ms. Bernard, the director of the organization's production unit. The meeting highlighted the Mission's long-standing role in supporting vulnerable residents since its founding in 1972, when it began operating from a church basement before moving to its current building in 2017. The production department prints shirts, workwear, mugs, and promotional items for schools, universities, and businesses. All revenue supports the Mission's programs

for people experiencing homelessness. The organization provides eighty-five beds and fifty additional floor spaces, yet nearly six hundred individuals remain without shelter due to limited capacity.

The Mission offers twenty-six training and education programs that help participants rebuild their lives, develop skills, and eventually secure employment. While some programs receive government support, many rely on community donations and the income generated through the production unit. Ms. Bernard noted that she assumed her position recently and is working to strengthen community outreach and awareness. Ambassador Newspaper expressed appreciation for the warm welcome and acknowledged Dr. Sabah Yacoub for arranging the visit. A future presentation about the Mission's services will be organized in partnership with the Integrative Canadian Group Organization.

The Ambassador

Frazier Fathers
Wins Ward 2 By-Election

Dalia Gorges

Windsor recently held a by-election in Ward 2 to fill the City Council seat after Fabio Costante stepped down to join Windsor's housing corporation. This election allowed west-end residents to pick new local leadership for the rest of the council term. Frazier Fathers won with about 47% of the vote. He is known for his work as a community advocate and his involvement in local research and policy. Congratulations to Councilor Frazier Fathers on his well-deserved victory and new role serving Ward 2 residents.

Windsor Ward Meeting Merger Raises Concerns About Civic Engagement

Changes to Windsor's annual ward meetings this year have raised questions about how the city engages with its residents. For many years, each ward held its own individual meeting, giving people a chance to speak directly with their councillor in a smaller and more focused setting. This fall, the city decided to merge several wards together into larger combined meetings. The decision was made because the recent by-election in Ward 2 required significant staff time and resources, and because delays in mail delivery made it difficult to guarantee that notices would reach residents on time. As a result, the city relied mostly on online announcements and social media to inform people about the schedule.

All ward meetings for 2025 have already taken place, with different groups of wards meeting together over the past month at various community locations. While the city believes the combined format helped reduce costs and streamline logistics, some residents and community advocates worry that merging several wards into one meeting limits people's ability to speak openly about the specific issues affecting their neighbourhoods. There is concern that larger crowds may discourage individuals from raising personal or sensitive matters, and that the loss of a dedicated ward-only space might reduce the quality of discussion.

Another issue raised by community members is that the first meeting had very little notice, leaving some residents unsure about the details until the last minute. In Ward 2, people attending the meeting did not have a councillor present because the by-election winner had not yet taken office at the time. The city has said it will hold a separate introductory session for the new representative in early December so that residents can meet them properly.

Reactions to the new format have been mixed. Some people feel that combining wards takes away an important part of community life, while others believe councillors can still be reached throughout the year through email, phone calls or one-on-one meetings. Many residents say they value any opportunity to raise concerns, but still prefer the traditional model where each ward meets independently.

As of November 29, 2025, the city has completed all ward meetings for the year and plans to review public feedback before deciding whether to continue with the merged format in 2026 or return to separate meetings for each ward.

The Ambassador

Ambassador Newspaper We welcome your contributions and literary works in poetry, short stories, essays, and all literary and critical studies and research at the following email address: amb.news.media@outlook.com

Ambassador
Newspaper
CANADA
Dec. 2025
ISSUE 49
A monthly Cultural, Social & Political Newsletter published by Integrative Canadian Group Org.
.....We may differ in opinions, but respect remains our principle.....

A NEW WINDSOR POLICE CHIEF APPOINTED

In a significant and widely welcomed development for the City of Windsor, the Windsor Police Services Board has formally appointed Jason Crowley as the new Chief of Police, marking the beginning of a new chapter for one of the oldest and most diverse police services in Ontario. The announcement was made during an official ceremony attended by Windsor Mayor Drew Dilkens, Police Services Board Chair and City Councillor Jo-Anne Gignac, former Chief of Police Jason Bellaire, Deputy Chief Karel DeGraaf, and several members of City Council. The presence of these senior officials reflected the importance of the appointment and the trust placed in Crowley to lead the service through a period of ongoing evolution in community expectations, public safety challenges, and modernization of policing methods.

Jason Crowley brings with him more than thirty-two years of service with the Windsor Police. His long career has shaped him into a seasoned leader with deep knowledge of frontline operations, strategic planning, and community-based policing. Over the past three years, he has served as Deputy Chief in charge of operations, a role that placed him directly at the centre of critical decision-making involving patrol deployment, emergency response planning, investigative strategies, and public engagement initiatives. Throughout these years, Crowley became known for his calm leadership style, his commitment to accountability, and his ability to manage complex situations with professionalism and sound judgment.

His career includes a wide range of leadership positions, beginning with his early years as a patrol officer, where he gained extensive frontline experience in neighbourhood policing and community interaction. He later served as Patrol Inspector, overseeing major response units and guiding officers in handling some of the city's most challenging operational calls. Crowley's leadership was further highlighted during his time as head of investigations, where he coordinated major case operations, ensured compliance with investigative standards, and strengthened collaborations with partner agencies. One of the most notable moments in his career was his leadership role during the Ambassador Bridge blockade, a crisis that drew international attention and required decisive management, interagency coordination, and community sensitivity. His contributions during that event strengthened his reputation as a reliable leader capable of navigating high-pressure situations while maintaining public trust.

During the ceremony announcing his appointment, Crowley expressed deep gratitude for the confidence placed in him and emphasized his commitment to serving the city where he was born and raised. He stated that leading the Windsor Police Service is an honour and a responsibility he approaches with dedication and humility. He pledged to continue building strong partnerships with community organizations, neighbourhood groups, local institutions, and residents across the city, stressing that public safety is a shared responsibility that can only be achieved through cooperation and mutual respect. He also highlighted the importance of transparency, modernization, and continued improvement of police services to meet the needs of a rapidly growing and diversifying community.

City Councillor Jo-Anne Gignac praised Crowley's appointment, noting that his deep experience, steady leadership, and understanding of both policy and frontline realities make him uniquely qualified for the role. She emphasized that he has served in positions that require a detailed understanding of operations, governance, and community expectations, and that his leadership will help guide the service through ongoing changes in policing standards, technological advancements, and the increasing complexities of public safety in a border city. Mayor Drew Dilkens also expressed confidence in Crowley's ability to lead the service forward, highlighting the importance of having a chief who understands Windsor's unique geographical, cultural, and socioeconomic landscape. The mayor noted that Windsor's location as an international border crossing point requires a police service equipped to manage challenges that are not typical in other municipalities. The appointment comes at a time when policing across Canada is undergoing significant evolution. Communities are calling for stronger accountability, improved communication, and enhanced cooperation between law enforcement agencies and residents. Crowley's experience in financial oversight, diversity initiatives within the service, modernization of policing tools, and community partnership building positions him well to lead Windsor Police into its next phase. His approach aligns with broader trends in policing that prioritize trust-building, transparency, and evidence-based strategies.

The Ambassador Newspaper and the Integrative Canadian Group Organization extend their sincere congratulations to Chief Jason Crowley, wishing him continued success in his leadership and in serving the people of Windsor with dedication, fairness, and integrity.

The Ambassador