

**RE/MAX**  
Olla Qita علا قيطة  
Sales Representative  
RE/MAX Performance Realty Inc., Brokerage  
Working for you with loyalty.  
Confidentiality & Dedication  
بيع وشراء وتاجير العقارات  
Cell: 416.854.4448  
Office: 905.270.2000  
141-1140 Burnhamthorpe Rd. W.  
[www.ollaqita.com](http://www.ollaqita.com)

Wednesday 8th of July 2015 Issue #25 For Advertising Call: 647.559.8716

هجرة ثقافية اجتماعية اقتصادية

جريدة شهرية مطبوعة وإلكترونية  
**لينك**  
Free Press  
الوسيط العربي  
جريدة كل العرب  
WWW.LINKTHEMEDIA.COM

**Century 21**  
New Age Realty Inc.  
IBRAHEIM ALI إبراهيم علي  
Sales Representative  
Cell: 647.801.2725 Fax: 905.567.4410  
Off: 905.567.1411 alibraheim@gmail.com  
The referral of your family & friends is the greatest compliment you can give me  
5618 Tenth Line W. Unit 9,  
Mississauga, Ontario, L5M 7L9  
WWW.CENTURY21.CA/IBRAHEIM.ALI



# القانون الجديد تهدد خطير لحقوق المواطنين الكنديين

ص... 17

**Dr. Hassan Al-Awour**  
Dental Offices  
  
Dental Office  
@ Central Parkway Mall  
Dr. Hassan Al-Awour  
905.275.3368  
377 Burnhamthorpe Rd., E. Suite 121  
Mississauga, ON L5A 3Y1

**OSAMA EBID** مستشار الهجرة والتنمية والاستثمار  
Immigration, Investment and Financial Adviser  
Direct 1.647.987.5265  
**ABEER QITA** مستشارة الهجرة والتنمية والاستثمار  
Immigration consultant  
Member of ICCRC # R506904  
Direct: 1.647.923.5265  
عضو المجلس التنظيمي لمستشاري الهجرة الكندية  
جبرو وعائلات الهجرة والتحويل والاستثمار وخدمات الإقامة في كندا  
Fast To Canada  
www.fasttocanada.com E-Mail: info@fasttocanada.com  
966 Pantera Drive Unit 31 Mississauga, ON, Canada L4W 2S1

HomeLife / United Realty Inc., Brokerage  
Each Office Independently Owned and Operated  
**Haythem Abdulwahab**  
Sales Representative  
Dir: 416-908-7877 Tel: 905-672-1234  
Fax: 905.672.0672  
2980 Drew Rd. Unit 215, Mississauga  
haythem.awahid@gmail.com  
www.skycapitalrealty.com

**A&J** CHARTERED ACCOUNTANTS LLP  
ALAA JARADAT CPA, CA  
ajaradat@ajllp.ca  
Emad Alnajjar CPA, CA  
ealnajjar@ajllp.ca  
CFO & Accounting Services . Tax Services . Assurance Services  
2155 Leanne Blvd # 210, Mississauga, ON L5K 2K8  
Your Growth... Our Passion  
www.ajllp.ca

**Ideal Protein**  
إخسر بعدل من 3-7 lbs من وزنك خلال أسبوع  
966 PANTERA DR. UNIT #31  
MISSISSAUGA  
647.493.2339

**ZAYOUNA** LAW FIRM  
Personal Injury Law  
416-622-HELP (4357)  
www.zaylaw.com  
إذا تعرضت لأي حادث أو إصابة نرجو الإتصال بنا لتوضيح حقوقك القانونية و التعويضات التي تستحقها نحن هنا للمساعدة

**MONA ATTIA** PARTNER/SALES REPRESENTATIVE  
C. 416.997.1309  
E. ATTIA.MONA@GMAIL.COM | W. MONAATTIA.COM  
MAKING YOUR REALTY DREAMS A REALITY  
**BUY • SELL • INVEST**  
RESIDENTIAL & COMMERCIAL  
منى عطية لكل احتياجاتكم العقارية  
4255 SHERWOODTOWNE BLVD., SUITE 300  
MISSISSAUGA, ONTARIO L4Z 1Y5

**RE/MAX** Realty One Inc., Brokerage  
Independently Owned & Operated  
**Tarek Elmasry** B.Sc. Eng.  
Broker  
Residential & Commercial  
416-834-8820  
Tareke23@gmail.com  
50 Burnhamthorpe Rd., W., Suite 102  
(Sussex Centre) Mississauga ON L5B 3C2  
Tel: 905.277.0771 Fax: 905.277.0086  
www.TarekElmasry.com  
www.BuyCondosInGTA.com  
www.BestRealEstateCommission.com

**DYL PARALEGAL** محامون مرخصون  
Licensed Paralegal  
لا تدفع مكافآت السير نحن نساعدك في إعماله دون نقاط ونخصيص فيملها. خدمات الطلاق في حالة موافقة الطرفان دون مسرعة ونوبات. منازعات المحاكم الإبتدائية كحد أقصى \$25000. نزاعات بين المالك والمستأجر.  
www.dylparalegal.ca Cellphone: 416.839.9901  
2399 Cawthra Rd. Unit# 208, Mississauga, ON  
E-MAIL: dylparalegal@yahoo.ca



# AL-MADEENA HAJJ TRAVEL INC



www.almadinah.ca

رحلة الحج والاقامة في افضل الفنادق 5 نجوم في قلب مدينة مكة

**\$11,990**

## HAJJ Package

AL SAFWA TOWER 5 STAR HOTEL IN MECA

All included, No Aziziya accomodate

We are authorized by  
the Saudi Hajj Ministry

**TICKETS** نذاكر سفر الى كافة اقطار

Contact us for your reservations at  
Tel: 647-430-8878 / 416-752-8333  
Cell: 647-669-8770  
Toll Free: 1.866.924.6065



ارخص الاسعار  
للجالية العربية

Email: info@almadinah.ca

200 - 1840 Lawrence Ave East, Scarborough, ON, M1R2Y4

# Elsheikh Dental Care

Family and Cosmetic Dentistry

DR. NORA AREBI

DR. DALIA ELSHEIKH

DR. MILAD ESSA



Come See Our Wonderful Clinic In Heartland Town Centre  
WE CAN HELP YOU WITH ALL YOUR DENTAL NEEDS



Call Us At: 905.568.1212

550 Matheson Blvd. West Suite 105 Mississauga, ON

www.elsheikhdental.com

ALL  
DENTAL  
PLANS  
ACCEPTED



ons vous aider 我们可以帮助 Nous pouvons vous aider Wir helfen können  
 We can help Mi możemy pomóc نستطيع المساعدة We can help Podemos ayudar  
 助 **Injured?** 我们可以帮助 Podemos ayudar רועל מילוכי ונחנא نستطيع المساعدة

**ZAYOUNA | LAW FIRM**  
 Personal Injury Law


**12 Experienced Lawyers**

**Millions Achieved**

**www.ZayLaw.com 416.622.HELP**

قمنا بالحصول على تعويضات بملايين الدولارات... لا ترضوا باقل




**Academy OF LEARNING**  
 Career and Business College

*Simply a BETTER Way to Learn!*



**Get Canadian Qualifications in Less than a year**  
**Immigration Consultant**  
**Other Courses We Offer:**  
**Personal Support Worker (PSW), Medical Office Assistant (MOA)**  
**Business, IT, Pay Roll**

احصل على شهادة **مستشار هجره** في اقل من سنه  
 المعهد معتمد من قبل المجلس الكندي لمستشاري الهجرة



وبرامج اخرى معتمده تؤهلك للحصول على شهادة للدخول في سوق العمل الكندي

**Call Us: 905.273.6788 1310 Dundas St, Suite 4, Mississauga, ON. L4Y 2C1**



## من يصنع التاريخ | في ذكرى الحرب على غزة



"انني أو من بحقي في الحرية وحق بلادي في الحياة، وهذا الايمان أقوى من كل سلاح، وحينما يقاتل المرء لكي يغتصب وينهب قد يتوقف عن القتال اذا امتلنت جعبته او انهكت قواه لكنه حين يحارب من اجل وطنه فهو يمضي في حربه الى النهاية".

مثل العدوان المغرور والمتعطر كمثل ديك يظن أن الشمس لا تشرق إلا لتسمع صياحه، فهو بحق مجنون، فهو يفعل الشيء نفسه مرة بعد مرة ويتوقع نتيجة مختلفة، فكيف يكون له ذلك؟ نابليون قال في التاريخ: "وما التاريخ إلا مجموعة أكاذيب" فهل ما نراه ويراها التاريخ كذبة؟ من يصنع التاريخ الآن؟ وما هي الكذبة ان وجدت؟ ولصالح من هذه الكذبة؟ واين الحقيقة وكل هذا الدمار وخسارة الارواح بمرأى من العالم الاكبر؟ من المقتول ومن القاتل في الدول العربية ولصالح من يقتلون؟؟ من هم داعش ولصالح من يعملون ويقتلون؟؟ هل تتحول الحقائق الى اكاذيب في سطور التاريخ وهل يتحول الظالم الى مظلوم والمعتدي الى مدافع والشهيد الى رقم في حساب قتلى الحروب. لا يروق لي الكثير من التحاليل والمواقف الدولية.....ففي التي تحرف التاريخ وتجعل من الحقائق اكاذيب

أسامة عبيد

## ضحايا المرور

متابعة محمد هارون



كل الدول والمجتمعات، بحكم النشاط الإنساني، إلا أن ارتفاعها الشديد في بلادنا العربية هناك أكثر بكثير مما هي بكتندا، والتهامها سنويا لأعداد متزايدة من الشباب ومستخدمي الطريق بوجه عام، هو ما يدفع بالتفكير إلى العمل بمختلف السبل الممكنة من أجل الحد من حوادث السير، ومن أجل توفير كل الوسائل التي قد تسهم في الحد من وقوع الحوادث، وسرعة الإنقاذ في حالة وقوعها، خاصة على محاور الطرق الرئيسية في مختلف البلاد. يضاف إلى ذلك أن الاهتمام بسلامة المواطن والحد من حوادث السير جعل بعض الحكومات العربية تعطي هذا الموضوع الحيوي أهمية خاصة حيث حثت على ضرورة التعاون والتكاتف بين أبناء المجتمع والمؤسسات المختلفة من أجل توعية الأبناء بأهمية الاستخدام الآمن للطريق، والالتزام بقواعد المرور، ووضع الضوابط الضرورية، والكفيلة بالحد من الحوادث. وبالفعل عقدت المحاضرات والمؤتمرات، وتم اتخاذ العديد من الخطوات والإجراءات التي تضمن التقليل منها، وبالتعاون كذلك مع المؤسسات الإعلامية والتعليمية، كما تم تطوير أشكال العمل للإسعاف لتقوم بدورها في إسعاف المصابين على الطرق، بأفضل وأسرع الوسائل الممكنة، بما في ذلك استخدام الإسعاف الطائر عند بعض الحكومات المحظوظة ماليا. وما زلنا نتطلع إلى خفض أكبر في أعداد الحوادث وأعداد الوفيات والمصابين فيها لأن أمتنا هناك يكفيها الأرواح الضائعة من حروب داحس والغبراء!!

حياتهم. ولكن النزيف يمتد إلى خسائر أخرى مؤثرة، على الصعيد الاجتماعي، بالنسبة للأسر التي تفقد عائلها أو أحد أعضائها، بكل ما يترتب على ذلك من نتائج على حياة أبنائها، وعلى الصعيد المادي المتمثل في الخسائر المترتبة على الحوادث، والتي تتحملها الحكومة أيضا لتوفير العلاج والرعاية الصحية للمصابين، أيا كانت فترات العلاج والرعاية حتى شفائهم. ومع الوضع في الاعتبار أن الحوادث على أنواعها موجودة في

هاتفه النقال. من المؤكد أن الحوادث المرورية تشكل السبب الرئيسي لواحد من أكثر أنواع النزيف خطورة، بالنسبة لأي مجتمع، لأن هذا النزيف لا يتوقف عند الخسائر العالية والمستمرة في أرواح مستخدمي الطريق، وهم بالمئات، ولا يتوقف عند الأرقام العالية للمصابين، وهم بالآلاف، وعدد غير قليل منهم يصاب بإصابات بالغة تؤدي إلى استمرار الإعاقة لسنوات طويلة، وربما طيلة

. ويتفق خبراء وزارة النقل على أن استخدام الهاتف الخليوي أثناء القيادة هو أحد أبرز أسباب الارتفاع في عدد الضحايا. ولا تشمل هذه الأرقام كندا برمتها، ويعتقد الخبراء بوجود نحو مئة حالة وفاة إضافية ناجمة عن حوادث سير عائدة لشروود ذهن السائق واستخدام الهاتف الخليوي ممنوع أثناء القيادة في كافة المقاطعات والأقاليم الكندية. ومن يخالف هذه القوانين يغرّم وقد يصل ما يدفعه (المتهم) أضعاف ثمن

هل أصبح من الحقائق المفزعة انه كلما تقدمت تكنولوجيا التواصل بين الناس، ارتفعت ارقام الضحايا في السير على الطرق، فمن الملاحظ وعلى نطاق واسع ارتفاع حوادث المرور الناتجة عن استخدام الهواتف للتحدث أو كتابة الرسائل. هنا في كندا تشير معطيات وزارة النقل الكندية إلى ارتفاع عدد حوادث السير القاتلة التي يتسبب بها سائقون شارودو ذهن. فقد ارتفع عدد الوفيات في حوادث سير من هذا النوع في السنوات الأخيرة



www.linkthedia.com  
Email: info@linkthedia.com  
966 Pantera Dr. Unit 31, Mississauga, ON  
L4W 2S1

أعضاء مجلس الإدارة:  
المعلنين شركاء متضامنين  
Owned by Advertisers Partners  
رئيس مجلس الإدارة  
C.E.O Sam Ebid

اقتصادية . إجتماعية . هجرة  
شعبية - يتم طباعتها وتوزيعها على مرحلتين  
تصدر عن Link The Media  
AND DEAL75  
رئيس التحرير:  
محمد هارون  
EDITOR-IN-CHIEF  
MOHAMMAD HAROON

التصميم والإخراج الفني:  
GRAPHIC DESIGNER  
«RAMIFICATION INE»  
RAMI ABU QUBE

للإعلان:

LINK@LINKTHEMEDIA.COM  
647-559-8716



## الجالية العربية في رمضان

01



وتقيم جمعية الأردنيين الكنديين حفل افطار جماعي للأردنيين والعرب يوم الأحد 12 تموز القادم في مطاعم القدس بميسيساغا . وقد أرسلت الدعوات عبر الصحف ووسائل التواصل الاجتماعي للمشاركة بهذا الحفل وذلك للمزيد من التواصل بين أبناء الأمة الواحدة بهذا الشهر الفضيل .  
وإذا مررنا وبسرعة لما يجري من مسلسلات رمضان فالمعظم متفق على انها مملة وتوجه الى الاسفاف والتبريح. والسؤال الذي يدور في أذهان المشاهدين لما يعرض من أعمال درامية هو التالي، هل استطاعت هذه الأعمال أن تحمل رؤية ثقافية أو فكرية من أي نوع؟ وهل هي فعلا معبرة عن هموم وواقع الإنسان العربي؟ أي هل تلامس واقعه أم أنها تدور في عوالم أخرى؟ المحزن أن أغلب القضايا التي تناولتها أعمال الدراما الرمضانية اتخذت منحى بعيدا عن الفن ولو أحسنا الظن فإنها لا تتعدى كونها استكشافات. وبعيدة عن الفكاكة والاضحاك، لا يوجد موضوع للمعالجة سوى التبريح، فبعد ترقب لأشهر من الدعايات كانت النتيجة مخجلة ومخزية للأسف. لا نريد ان ندخل بتفاصيل هذه الأعمال فما زالت مستمرة

أنشطة عربية عديدة اقامتها الجالية العربية في النصف الأول من شهر رمضان بعضها وصلتنا أخباره وبعضها تم بهدوء ولم نعرف تفاصيله . فبعد نهار رمضان والعمل اليومي يتناول الصائمون طعامهم وشرايهم ثم يتوجهون لصلاة التراويح ومنهم من يعد ليخلد للنوم والبعض يتجه للسهرات الرمضانية في

**Jerusalem Buffet**  
1280 Matheson Blvd E. Mississauga, ON, L4W 2Z7  
سعر الشكره للكبار \$25 ما دون 10 سنوات \$12

تتقدم هيئة ادارة جمعية الإريثيين الكنديين بمناسبة حلول شهر رمضان المبارك وأقرب عيد الفطر السعيد من الجالية الإريثية والعربية والإسلامية بإيجاد واحد سائر الشرائح والتبريك سائلي الله الطيب التاجر أن يجعله شهر خير وبركة ومحبة وسلام وأن يتقبل صيامكم وقيامكم وعبادتكم وزكياتكم.  
**رمضان كريم وكل عام وأنتم بالخير**

للحجز والمزيد من المعلومات يرجى الاتصال على الرقم التالي  
416-233-9927 Ext 240

ملاحظة: يرجى الحضور في موعد ذلك الاطعام بصفة خاصة مع الحفظ على مسافة من عدل جميع الزبائن الذين يدخلون في الاطعام مع ضرورة عدم التدخين (الرجال) في حال عدم التدخين

وعند نهايتها قد نجد المجال للحديث عنها في عدد آخر .

## لماذا تختلف ساعات الصيام من دولة لأخرى؟

02



الفلكية شمال وجنوب خط الاستواء، حيث يقصر النهار ويطول الليل، وبالتالي تقل ساعات الصيام التي تتساوي تقريبا مع عدد ساعات النهار. وكمثال أشار عودة إلى الصومال باعتبارها تقع عند دائرة عرض تصل 12 درجة شمالا بالنسبة لخط الاستواء، ما يعني أن ساعات الصيام ستزيد. أما في الإمارات التي تقع على خط عرض بين 22 و26.5 درجة شمال خط الاستواء فتزيد ساعات الصوم بها مقارنة بالصومال، وتكون متساوية مع جميع الدول التي تقع على نفس خط عرضها. وفي تركيا التي تقع بين دائرتي العرض (36، 42 درجة) شمال خط الاستواء، فتزيد فيها ساعات الصوم مقارنة بالإمارات والصومال، وكذلك الحال كلما اتجهنا شمالا إلى وسط أوروبا. وأضاف عودة "كل المناطق الواقعة فوق خط الاستواء تزيد بها ساعات الصيام، لكنها تختلف من دولة لأخرى باختلاف مواقع هذه الدول من خط الاستواء". ولفت مدير مركز الفلك الدولي إلى مناطق الدائرة القطبية الشمالية، التي تشرق الشمس فيها على مدار 24 ساعة يوميا، مثل

يشغل المسلمون خلال شهر رمضان الكريم بطول ساعات الصيام، خاصة في نصف الكرة الشمالي الذي يشهد صيفا ساخنا ودرجات حرارة مرتفعة. وتختلف ساعات الصوم من بلد لأخرى وفقا لاختلاف خطوط العرض الجغرافي (موقع البلد) وبعدها عن خط الاستواء، وفقا لمدير مركز الفلك الدولي في الإمارات العربية المتحدة، وأوضح لمدير المركز شوكت عودة أن كل الدول التي تتواجد على بعد واحد من خط الاستواء تشهد فترة صيام واحدة. وأكد أن رمضان هذا العام، الذي يزامن فصل الصيف في نصف الكرة الشمالي، تشهد فيه الدول الواقعة شمال خط الاستواء ساعات صيام أطول مقارنة بالدول الواقعة جنوب خط الاستواء، وهي ساعات تطول كلما بعدت الدولة عن خط الاستواء. وقال: "كلما اتجهنا جنوب خط الاستواء، في رمضان هذا العام الذي يشهد فيه الجنوب فصلا شتويا، فإن ساعات الصيام تقل، بحيث يشهد القطب الجنوبي ساعات صوم قليلة". وأشار مدير مركز الفلك الدولي إلى كيفية تأثير فصل الشتاء على الأوضاع

طيلة اليوم، إلا أن الفقهاء استحدثوا لهذه الظاهرة بعض الحلول الشرعية. عن سكاى نيوز عربية)

فنلندا والسويد والنرويج، وهي دول تقع على دائرة عرض 66 درجة شمال خط الاستواء، ما يعني امتناع المسلمين عن الأكل والشرب

## حتى لا نفقد الزمام من الصحافة العربية - البلاد

03

ان تكبر وتتمو نتيجة سياسات خاطئة تم انتهاجها، إن الاعتراف بخطأ هذه السياسات وتعديلها سيكون الخطوة الأولى للقضاء على ظاهرة داعش وأخواتها. نحن اليوم بحاجة لتغيير كل مناهج التعليم لتحمل مبادئ التسامح والتعايش مع الآخر وحذف أية مواد تحمل الكراهية والتفرقة التي تقسم المجتمع إلى طوائف ومذاهب دينية أو اجتماعية. نحتاج اليوم إلى إعلام يوحد لا يفرق، بحاجة لمحاسبة كل من يحاول فك لحمة المجتمع وتمزيق نسيجه ولو من على المنابر. يجب أن لا نقلل من قيمة الكلمة وتأثيرها في الناس، إن الدعوة الإسلامية كانت في الأصل دعوة للتوحيد لا للتفرقة، واليوم ما نسمعه ونقرأه من كلمات في الصحف والمحطات الفضائية غير المسؤولة من كلام يهدم ولا يبني يجب إيقافه ومنعه حتى نمنع عواقبه التي تتحول إلى متفجرات تفكك بالأبرياء. إن الوعي والوطنية لا يأتيان من فراغ بل شيء نعلمه ونكبر عليه فعندما يهمل المسؤولون القيام بدورهم المنوط بهم تصل الأمور إلى ما وصلت إليه اليوم.

دون استثناء لم تأت فجأة أو من فراغ، فقد حذر كل الحريصين على أمن الخليج وسلامة اهله من هذه الكارثة التي كانت تلوح في الأفق، فإذا كانت الدول العربية من المغرب العربي إلى مشرقه تعاني من أفة الاسلام السياسي المتشدد وكيف يقتل ويذبح ويهتك أعراض الناس في العراق وسوريا، ومصر واليوم في اليمن وتونس وليبيا وبالأمس في الجزائر من الطبيعي مع كل هذا التمدد ان يتوقع الجميع تأثر شباب دول الخليج بهذا الوباء. كل الظروف كانت مهيأة لهم للدخول في هذه التنظيمات والامتثال لأوامرها، حيث يصبح القتل والذبح من الأمور الصحيحة لديهم فهم وقد غسلت عقولهم مستعدين أن يؤمنوا بكل ما يملأ فراغ عقولهم وقلوبهم. ولعل أسهل التوصيفات التي تطلق عليهم هي وصفهم بالإرهابيين، وكان هذا الوصف هو الحل للمعضلة وسفينة النجاة ووسيلة تبرئ المسؤولين من دم الضحايا والهروب من دموع ولوعة أحبائهم، إن مواجهة هذه المعضلة لا تكون إلا بمعالجة أسبابها، وإطلاق صفة الارهاب لن يحلها، فهي بالنهاية مسألة داخلية تتحملها السلطات ومؤسساتها. لقد تمكنت هذه الأفة من

فجعت الكويت والعالم العربي يوم الجمعة 26/7 بتفجير مسجد الصادق وسقوط الشهداء ومئات الجرحى مضرجين بدمانهم الطاهرة، ليشهدوا بشاعة وظلمة ما يحدث في عالمنا العربي منذ وطئت داعش أرض العراق الطاهرة لتحولها لنهر من الدم ولتتمدد إلى سوريا واليمن، ولتعبير الخليج وتبدأ في بث سمومها لتضليل الشباب وجرحهم لمعارك وهمية بسم الله والإسلام فينتهبون بتفجير أنفسهم تحت وهم الغداء مع رسول الله في الجنة. ولا نعرف كيف ان جريمة القتل التي حرمتها الإسلام تدخل فاعلها الجنة بل ويكافأ بأن يتعدى مع أشرف الخلق رسول الله الذي نهى في كل الغزوات عن قتل الأطفال والنساء وكبار السن ونهى عن التمثيل بالجثث، وكل هذا تقوم به داعش، حيث تتفنن في قتل ضحاياها لترهيب أعدائها ليخضعوا لها صاغرين خوفا من بطشها. إن ما حدث في المملكة العربية السعودية من تفجير أودي بحياة أكثر من ثلاثين شهيدا ومنه جريح من الأبرياء الأمنيين وهم يؤدون شعائر صلاة الجمعة في أحد المساجد، وتكرار نفس الجريمة في الكويت والتهديدات التي تتوالى لضرب جميع دول الخليج



## Now Hiring To fill up the following positions:

- 1- Bookkeeper/Office Manager - Cambridge
- 2- Bookkeeper - Mississauga
- 3- Customer Service/sales Associates - Oakville
- 4- Carpet Cleaning Technician - Oakville
- 5- Line Cook/Chef Mediterranean Cuisine - Oakville

Resumes should be sent to  
info@ajllp.ca

## مطلوب موظف

مطلوب موظف للعمل في جريدة لنك جيد اللغة العربية والانجليزية والامام بالاعمال المكتبية والتسويق يرجى ارسال السيره الذاتية الى  
[link@zone750.com](mailto:link@zone750.com)  
او الاتصال على رقم 6479875265

## مطلوب موظف

مطلوب موظف للعمل في شركة فاست تو كندا تجيد اللغة العربية والانجليزية والالهام بالاعمال والبرامج المكتبية يرجى ارسال السيره الذاتية الى  
[info@fasttocanada.com](mailto:info@fasttocanada.com)

## مطلوب للعمل

Chefs  
Waiters and Waitresses  
Managers

طباخين  
نوادل  
مدراء



## للعمل في إحدى فروع

مطاعم دارنا في سكاربورو ابتداءً من تاريخ: 15-March-2015 سيتم الإختيار حسب الخبرة ويفضل من منطقة سكاربورو يرجى إرسال السيرة الذاتية على:  
[info@darnagrill.com](mailto:info@darnagrill.com)

## Classified LINK الإعلانات المبوبة

اعلن هنا مجاناً للحرفيين  
647.559.8716

سبّاك plumber

اتصل ب Khan علي: 647.297.8433

للمقاولات الكهربائية CST

Fahmi Suliman

مقاول كهربائي

647.209.1700

وصفي | كهربائي

416.831.5044

PC Anytime

لجميع مشاكل الكومبيوتر-بيع ونصليح  
الاتصال بمصطفى 416-274-9997

نصليح و تركيب التدفئة والتبريد

Vernidet

647-409-8290

Hair Style at Home

Bloor and Dixie

Call Rania: (647)720-7456

Adam Services

لجميع أعمال التجديد والتشطيبات  
الاتصال بكما: 647.278.2955

## أعلن معنا مجاناً

مطلوب أرقام جميع أنواع  
الهنن لعرضها مجاناً في جريدة  
لينك لخدمة الجالية العربية  
والاعمال الصغيرة يرجى ارسالها على:

647-559-8716

يرجى إرسال ما لا يزيد عن 10 كلمات  
للمزيد من المعلومات أو الإستفسار يرجى الاتصال  
او الإرسال على: [link@linkthedia.com](mailto:link@linkthedia.com)



## اليوم الوطني لكندا

احتفلنا قبل أيام بالعيد الوطني لكندا هذا البلد الذي صار يشكل لنا ولولادنا وطننا وهنا مستقرا نعتز بالانتهاء له . اليكم فكرة عن نشأة الفيدرالية الكندية



النازية، وتعزو هولندا لها الفضل في القيادة والمساهمات الكبيرة لتحريرها من ألمانيا النازية. ازدهر الاقتصاد الكندي مع ازدهار الصناعات العسكرية لكل من كندا وبريطانيا والصين والاتحاد السوفياتي. وعلى الرغم من أزمة تجنيد أخرى في كيبك، أنهت كندا الحرب بجيش كبير واقتصاد قوي

### كندا حاليا

انضمت نيوفنلند (الآن نيوفنلند واللابرادور) إلى كندا في عام 1949. أدى النمو الاقتصادي في مرحلة ما بعد الحرب جنبا إلى جنب مع سياسات الحكومات الليبرالية المتعاقبة إلى ظهور هوية كندية جديدة والتي تمثلت في اعتماد علم ورقة الإسفندان الحالي في 1965، [56] واعتماد ثنائية اللغة الرسمية (الإنكليزية

والفرنسية) في عام 1969، [57] والتعددية الثقافية الرسمية في عام 1971. كان هناك أيضاً تأسيس برامج ديمقراطية اشتراكية مثل الرعاية الطبية وخطة المعاشات التقاعدية وقروض الطلاب، رغم أن حكومات المقاطعات وخصوصاً كيبك والبرتا عارضت الكثير من هذه المشاريع واعتبرتها تدخلاً في المناطق الخاضعة لولايتها. وأخيراً أسفرت سلسلة أخرى من المؤتمرات الدستورية إلى فصل الدستور الكندي عن المملكة المتحدة عام 1982 بالتزامن مع إنشاء ميثاق الحقوق والحريات] وفي عام 1999، أصبح إقليم نوناكوت الكندي ثالث إقليم في البلاد بعد سلسلة من المفاوضات مع الحكومة الاتحادية. في الوقت نفسه، خضعت كيبك لتغيرات اجتماعية واقتصادية جذرية عبر ثورة هادنة من ستينات القرن الماضي مما تجلّى في ولادة

الاتحاد، وهكذا دخلت الحرب مع إعلان بريطانيا دخولها عام 1914. أرسل المتطوعون إلى الجبهة الغربية وعرفوا لاحقاً باسم الفيلق الكندي. لعبت تلك القوات دوراً كبيراً في معركة فيمي ريدج وغيرها من المعارك الكبرى في الحرب. [ من أصل ما يقرب من 625,000 جندي خدموا في الحرب، قتل حوالي 60,000 وأصيب 173,000 آخرون. اندلعت أزمة التجنيد عام 1917 عندما فرض رئيس الوزراء المحافظ روبرت بوردن الخدمة العسكرية الإجبارية رغم اعتراض كيبك الناطقة بالفرنسية. في عام 1919، انضمت كندا إلى عصبة الأمم بشكل مستقل عن بريطانيا كما أكد قانون دستور وستمنستر 1931 استقلال كندا جلب الكساد الكبير أزمة اقتصادية إلى جميع أنحاء كندا. وفي مجال تجاوبها مع ذلك، سنت تعاونية رابطة الاتحاد في البرتا وساسكاتشوان العديد من معايير دولة الرفاه (التي كان تومي دوغلاس رائدها) في أربعينيات وخمسينيات القرن الماضي أعلنت كندا الحرب على ألمانيا بشكل مستقل خلال الحرب العالمية الثانية تحت حكم رئيس الوزراء الليبرالي ولين يون ماكينزي كينغ وذلك بعد ثلاثة أيام من دخول بريطانيا الحرب. وصلت أولى وحدات الجيش الكندي إلى بريطانيا في ديسمبر عام 1939 لعبت القوات الكندية دوراً هاماً في غارة ديبيي الفاشلة عام 1942، إضافة إلى غزو الحلفاء لإيطاليا وإنزال النورماندي ومعركة شيلدت في عام 1944. منحت كندا اللجوء للملكية الهولندية بعد سقوط البلاد بيد

### إعلان الاتحاد

بعد عقد عدة مؤتمرات دستورية، فإن قانون الدستور عام 1867 أعلن الاتحاد الكندي رسمياً في 1 يوليو 1867 من أربعة مقاطعات هي أونتاريو وكيبك ونوفا سكوشا ونيو برانزويك. سيطرت كندا على أرض روبرت والإقليم الشمالي الغربي لتشكل الأقاليم الشمالية الغربية، حيث أشعلت معاناة الميثيس "ثورة النهر الأحمر" ونتج عنها تشكيل مقاطعة مانيتوبا في يوليو عام 1870. انضمت كولومبيا البريطانية وجزيرة فانكوفر (واللتان اتحدتا في عام 1866) وجزيرة الأمير إدوارد للاتحاد في 1871 و 1873 على التوالي وضع رئيس الوزراء جون ماكدونالد وحكومته المحافظة سياسة وطنية من التعريفات الجمركية لحماية الصناعات الكندية الوليدة. رعت الحكومة بناء ثلاث سكك حديدية عابرة للقارة (بما فيها سكة حديد الهادي الكندية) في محاولاتها لإعمار الغرب كما فتحت أراضي البراري للاستيطان بقانون أراضي الدومنيون، وأنشأت شرطة الخيالة الشمالية الغربية لتأكيد سلطتها على هذه المنطقة. في عام 1898، وبعد حمى البحث عن الذهب في كلوندايك في الأقاليم الشمالية الغربية، أنشأت الحكومة الكندية إقليم يوكون. تحت حكم رئيس الوزراء الليبرالي ويلفريد لورييه، استقر المهاجرون الأوروبيون في أراضي البراري وأصبحت كل من البرتا وساسكاتشوان مقاطعتين في عام 1905

### بدايات القرن العشرين

خاضت كندا الحرب العالمية الأولى كونها كانت تابعة في سياستها الخارجية لبريطانيا وفقاً لقانون

في أواخر الثمانينات وأوائل التسعينات. شملت هذه انفجار رحلة الخطوط الجوية الهندية 182 في عام 1985، وهي أكبر مأساة من حيث عدد القتلى في تاريخ كندا، ومذبحة مدرسة الفنون التطبيقية في عام 1989، وهي حالة إطلاق نار استهدفت طالبات الجامعة، وأزمة أوكا في عام 1990 التي كانت أولى سلسلة من المواجهات العنيفة بين الحكومة وجماعات السكان الأصليين انضمت كندا أيضاً إلى حرب الخليج في عام 1990 كجزء من قوات التحالف التي تقودها الولايات المتحدة، ونشطت في عدة بعثات لحفظ السلام في أواخر التسعينات. أرسلت قوات إلى أفغانستان في عام 2001، لكنها امتنعت عن إرسال قوات إلى العراق عندما غزته الولايات المتحدة في عام 2003.

الحركة القومية الحديثة. أشعلت جبهة تحرير كيبك المتطرفة أزمة أكتوبر 1970 انتخب الحزب الكيبكي المنادي بالسيادة في عام 1976 ونظم استفتاء فاشلاً على السيادة المشتركة عام 1980. فشلت محاولات استيعاب قومية كيبك دستورياً من خلال اتفاق بحيرة ميتش في عام 1990. أدى ذلك إلى تشكيل الكتلة الكيبكية في كيبك وتنشيط حزب الإصلاح الكندي في الغرب. تلا ذلك استفتاء ثان في عام 1995، والذي رفضت فيه السيادة بفارق ضئيل 50.6% مقابل 49.4%. في عام 1997، قضت المحكمة العليا بأن انفصال المقاطعة من جانب واحد سيكون غير دستوري، وصدر قانون التوضيح من قبل البرلمان والذي يحدد شروط التفاوض لمغادرة الاتحاد. بالإضافة إلى قضايا السيادة كيبك، هزت عدة أزمات المجتمع الكندي

## الانتخابات الفدرالية:

## حملات دعائية مبكرة كندا على موعد مع الانتخابات النيابية الفدرالية الخريف المقبل.

الديمقراطي الجديد وهو حزب المعارضة الرسمية في أوتوا الإعلان الدعائي ونستمع إلى مقالته النائب الكساندر بولر يسأل ناطق باسم الحزب حول الشؤون الأخلاقية: اعتقدان بإمكاننا استخدام كلمة خسيس في هذه الحالة التي تثبت مرّة أخرى أن المحافظين مستعدون للقيام بأي شيء لتسجيل نقاط سياسية. وأبعد من مشاعر الاستنكار فقد رأت أحزاب المعارضة أنه من السخرية بمكان أن تلجأ حكومة المحافظين إلى دعايات إرهابية بهدف تحقيق المكاسب الانتخابية في وقت حضرت نشر هذه الدعايات.

شريط فيديو دعائي نشره التنظيم الأسبوع الفائت. ولجأ المحافظون إلى الشريط لمهاجمة زعيم الحزب الليبرالي جويستون ترودو. وقد أثار الإعلان انتقادات حادة واستهجاناً لاسيما في أوساط أحزاب المعارضة الفدرالية. ولنقرأ ما قاله بهذا الصدد الزعيم الليبرالي جويستون ترودو: أترك للكنديين أن يقرّروا بأنفسهم ما إذا كانوا سيختارون في تشرين الأول أكتوبر المقبل حزبا يلجأ إلى الدعاية الإرهابية من أجل تحقيق مكاسب انتخابية. كما انتقد الحزب

أطلقه حزب المحافظين الحاكم بزعامه رئيس الحكومة ستيفن هاربر يستهدف فيه زعيم الحزب الليبرالي المعارض جويستون ترودو. والمفقت أن حزب المحافظين يستخدم صورا ينشرها تنظيم "الدولة الإسلامية" في إعلان يستهدف فيه المحافظون ترودو كما تقول الصحافية في تلفزيون راديو كندا هيئة الاذاعة الكندية ايما نويلاترافيرسوتضيف: إعلان دعائي سلبى على موقع فيسبوك الخاص بحزب المحافظين يستخدم فيه الحزب نشيد تنظيم "الدولة الإسلامية" على خلفية إعدامات فظيعة ظهرت في



وطروحاتها ومهاجمة طروحات الآخرين. وفي هذا السياق، تناقلت وسائل الاعلام أخبار إعلان دعائي

ومازال موعد الحملة الانتخابية مبكرا ولكن الأحزاب الفدرالية تنتهز كل الفرص المناسبة للترويج لبرامجها

## لجنة التراث في اليونسكو قلقة على منتزه وود بوفالو في كندا

وطني في كندا. والبرتا هي أغنى مقاطعات كندا بالنفط، وتستخرج معظم نفطها من الرمال الزرقية. ومن المعلوم أن عملية استخراج النفط من الرمال الزرقية هي أكثر ضرراً للبيئة من عملية استخراج النفط التقليدي.

وسبق للجنة التراث العالمي في اليونسكو أن دعت أوتوا للاستجابة لقلق السكان الأصليين على هذا المنتزه. ويقع منتزه وود بوفالو على الحدود بين شمال البرتا وجنوب أقاليم شمال الغرب. مساحته 44807 كيلومترات مربعة، ما يجعل منه أكبر منتزه

كهرومائي على المنتزه. وكانت قبيلة ميكيسو (Mikisew) من أمة الكري (Cree) من سكان كندا الأصليين قد أطلقت عريضة في كانون الأول (ديسمبر) الفائت تتطلب فيها بإضافة منتزه وود بوفالو الوطني إلى قائمة مواقع التراث العالمي المعرضة للخطر.

بوفالو الوطني (Wood Buffalo National Park). وتأتي هذه الدعوة الموجهة للحكومة الكندية في إطار سلسلة توصيات صدرت عن لجنة التراث في اليونسكو. كما أوصت اللجنة بأن يقوم الفريق المستقل بتقييم وقع مشروع منجم سطحي وسد

أوصت لجنة التراث العالمي التابعة لمنظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة (يونسكو) الحكومة الكندية بأن تدعو فريقاً مستقلاً إلى مقاطعة البرتا في غرب كندا كي يقوم بدراسة وقع استخراج النفط من الرمال الزرقية على منتزه وود



## وثائق تثبت الجانب التمثيلي لبرنامج "رامز واكل الجو"

وتقول الوثيقة أيضا "سنراقب ردود فعل مضحكة من ضيوفنا المشاهير عندما يخشون القفز من الطائرة".  
وتشير الوثيقة إلى أن المزحة ستكون بإشراف سلطات دبي بتوفير الأمن "وأذا ما أردتم التأكد من ذلك يمكنكم الإتصال بمكتب ولي عهد دبي، سمو الشيخ حمدان بن راشد آل مكتوم، الذي يشرف شخصيا على سير عمل هذا المشروع".  
وتقول بعض المصادر إن شركة الإنتاج عرضت مبالغ مالية كبيرة لمن لديه الإستعداد من المشاهير للمشاركة بالبرنامج حيث وصلت إلى حدود مليون دولار. (عن روسيا اليوم)

واشنطن- حصل موقع "TMZ" الخاص بأخبار المشاهير على وثيقة أعدتها شركة الإنتاج المصرية لبرنامج "رامز واكل الجو" تبين أن كل أحداث البرنامج تمثيلية بالأساس.  
وتظهر الوثيقة أن الممثلة "باريس هيلتون" لم تكن خيار الشركة الأول، فقد أرسلت شركة الإنتاج العرض إلى ممثلين آخرين من المشاهير الأمريكيين في شهر مارس/آذار، مع تقديم كميات ضخمة من الأموال للمشاركة في البرنامج.  
وجاء بالوثيقة "سوف نتصرف كأن أمرا خاطئا يحدث، وسنطلب من جميع الركاب القفز من الطائرة!! وطبعاً سوف يشعر الجميع بالذعر، وسنعمد هواة القفز بالمظلات للتموهيه على متن الطائرة".



## اليونسكو تدعو إلى مواجهة «التطهير الثقافي»

التنبه إلى أن القوة الشديدة ليست كافية لهزيمة التطرف الذي يستولي على الأراضي.. نحن أيضا في حاجة إلى القوة الناعمة»، مشيرة إلى أنه «يجب أن تكون الثقافة جزءا من ردنا على التطرف». وأطلقت اليونسكو حملة بعنوان «متحدون مع التراث» للدفاع عن التراث في وجه المتطرفين ودعايتهم، وذلك على هامش المؤتمر التاسع والثلاثين للجنة التراث العالمي في بون بألمانيا، والذي سيستمر حتى يوم 8 تموز الجاري.  
( عن موقع الدستور )

تطهير ثقافي». واستهدف تنظيم الدولة الإسلامية مواقع أثرية عدة، ومؤخرا فخخوا المواقع الأثرية في مدينة تدمر الأثرية الشهيرة في سوريا، وهو ما أثار مخاوف من تدمير هذا الموقع المدرج على لائحة التراث الإنساني العالمي.  
وقالت بوكوفا: إن «الثقافة لطالما كانت ضحية الحرب، ولكن ما نراه اليوم لم يسبق له مثيل في نطاقه وطبيعته، وهذا يتطلب مقاربة جديدة وسياسات جديدة ونوعا جديدا من التعاون داخل المجتمع الدولي». وأضافت «أعتقد أنه يجب

دعت المديرية العامة لمنظمة الأمم المتحدة للتربية والعلوم والثقافة (يونسكو) إيرينا بوكوفا في لندن إلى مواجهة «إستراتيجية التطهير الثقافي» التي يقودها من سمتهم متطرفي تنظيم الدولة الإسلامية، وجعل الثقافة أداة لمواجهتهم.  
وقالت بوكوفا نهاية الأسبوع الماضي خلال مؤتمر في معهد شاتام «إن تدمير التراث من قبل المتطرفين ليس ضررا جانبيا.. المتطرفون يستهدفون التراث بشكل منهجي لضرب جذور وقلب المجتمعات»، معتبرة أن هناك «إستراتيجية



## نتائج واعدة للقاح تجريبي على قرودة ضد الإيدز - (أرشيفية)

عددها اثني عشر في مواجهة الإصابة بفيروس العوز المناعي لدى القرودة الشبيه بفيروس "اتش اي في" لدى البشر. وتظهر هذه البحوث أيضا وجود رابط قوي بين قدرة الحماية لهذا اللقاح وعدد الاجسام المضادة المنتجة لمحاربة الفيروس، ما يعزز أهمية متابعة تطويره بالنسبة للبشر.  
وقال الاخصائي في الفيروسات والاستاذ في كلية الطب في جامعة هارفرد دان باروش وهو أحد ابرز معدي هذه البحوث "ان النتائج التي توصلت اليها هذه الدراسة في مرحلتها ما قبل السريرية مشجعة وتفسح في المجال أمام تقييم للقاح محتمل للبشر".  
ويجري حاليا التحضير لاجراء تجربة سريرية من المرحلة الاولى تشمل متطوعين بصحة جيدة، وذلك بهدف تقييم سلامة اللقاح التجريبي.-(أ ف ب)

قد تشكل الاستراتيجية الافضل للحماية من الإصابة بهذا الفيروس لدى البشر وفق الباحثين.  
وعمد الباحثون بداية الى حقن قرودة بلقاح ضد فيروس غداني، وهو من الفيروسات المرتبطة بأمراض بشرية عدة، في شكل يؤدي الى تفعيل جهاز المناعة لديها. وفي مرحلة ثانية، اعطى العلماء هذه الحيوانات ما يشبه الجرعة المعززة، هذه المرة من خلال بروتينة مطهرة تشكل غلاف فيروس "اتش اي في" ما يؤدي الى اطلاق تفاعل اقوى من جانب الخلايا المناعية.  
هذه المقاربة الرامية الى تخفيف قوة الرد المناعي وتوسيع الحماية من هجمات فيروسية لاحقة، استخدمت بنجاح في لقاحات ضد فيروس ايبولا. وسمح هذا اللقاح التجريبي بالحصول على حماية كاملة لدى نصف القرودة البالغ



بالاستعانة بنوع آخر من العوامل المسببة للأمراض قبل تحفيزه باستخدام بروتينة موجودة على غلاف فيروس "اتش اي في". وهذه المقاربة

بينت دراسة اميركية نشرت نتائجها مجلة "ساينس" الاميركية. ويقوم هذا اللقاح على تحضير عمل جهاز المناعة بداية

واشنطن- اظهر لقاح تجريبي ضد فيروس "اتش اي في" المسؤول عن الإصابة بمرض الايدز، نتائج واعدة لدى استخدامه على قرودة، على ما



## كالغاري: مهرجان ستامبيد الرياضي يطلق فعاليات



أبوابها بمناسبة العرض. ويرتدي الكبار والصغار أزياء الكاوبوي وقبعاتهم وأحذيتهم المميزة ويتجولون بها خلال العرض وطوال أيام المهرجان. ويشارك في العرض عدد من أهل السياسة من بينهم توماس مولكير زعيم الحزب الديمقراطي الجديد وهو حزب المعارضة الرسمية في أوتاوا وجوستان ترودو زعيم الحزب الليبرالي المعارض. ويعتبر مهرجان ستامبيد من بين أضخم مهرجانات الهواء الطلق. وقد احتفل عام 2012 بمرور 100 عام على انطلاقه.

انطلقت يوم الجمعة 3 تموز الجاري في مدينة كالغاري فعاليات مهرجان ستامبيد السنوي الذي يحيى تقاليد رعاة البقر. ويستمر المهرجان حتى الثاني عشر من الشهر الجاري وتتخلله مباريات لركوب الخيل وجز عربات الخيل يشارك فيها الكاوبوي (رعاة البقر) الذكور والكاوغيرل (رعاة البقر الإناث). ويفتح المهرجان بعرض احتفالي تتولى قيادته هذه السنة بطله رياضة الزلاجة الجماعية بوبسلاي Bobsleigh الكندية كايلى هامفريز وهي من مدينة كالغاري. ويتوقع المنظمون أن يحضره نحو من 250 ألف شخص. وتقف معظم المؤسسات في وسط المدينة التجاري

## نهائي كأس العالم للسيدات 2015 للأمريكيات

منتخبات نيجيريا والسويد وأستراليا قبل أن تطيح في طريقها إلى المباراة النهائية بكولومبيا والصين والمانيا من دون أي صعوبة تذكر، في حين أخرجت لاعبات ناديشيكو منتخبات أقل مستوى بينها أربعة تشارك للمرة الأولى في النهائيات (سويسرا، والكاميرون، والإكوادور، وهولندا)، ثم إنجلترا يفارق هدف واحد ويدخل المنتخب الأمريكي بالتالي المباراة بأفضلية نسبية، كما أنه يتفوق على اليابان في التصنيف العالمي للسيدات (المركز الثاني مقابل الرابع)، بيد أن اليابان دأبت على التواجد في المناسبات الكبيرة وتعرف كيفية التعامل معها. فمُنذ عام 2011، بلغ منتخب ناديشيكو نهائي دورة الألعاب الأولمبية عام 2012، وأحرز كأس الأمم الآسيوية للمرة الأولى في تاريخه عام 2014 مبروك لأمريكا وحظاوفر لليابان وكندا.

حيث بقيت اليابانيات يقاتلن حتى صافرة النهاية والتي أعلنت فوز أمريكا-25. فعلى مدى سبع نسخات بينها كندا 2015، نجحت الولايات المتحدة في بلوغ نصف النهائي سبع مرات، النهائي أربع مرات، أما أسوأ مركز احتلته، فكان الثالث. لا شك بإنها إحصائيات تثير الرعب في نفوس أي منتخب. بيد أن إحدى الهزائم النادرة للولايات المتحدة كانت أمام اليابان في نهائي 2011 مع العلم بأن اللاتعات الأمريكيات دخلن اللقاء وهن مرشحن فوق العادة لإحراز اللقب خصوصاً بأن اليابان خاضت غمار تلك البطولة قبل أربع سنوات بمنتخب جديد يبلغ هذه المرحلة من النهائيات للمرة الأولى في مواجهة لاعبات أمريكيات مخضرمات على رأسهن آبي وامباك وأليكس مورجان وهوب سولو وكريستي رامبوني تماماً كما هي الحال اليوم، فالولايات المتحدة خرجت من مجموعة مرتفعة المستوى ضمت



مباراة القمة الولايات المتحدة- اليابان، فاتكوفر، 5 يوليو/تموز بعد مباراة واضحة المعالم لأمريكا حيث امتلكن الكأس منذ الربع ساعة الأولى تقريبا ولكن أمام شراسة اليابانيات ساور الأمريكيات الشاك بقدرتهن على إنهاء المباراة بسرعة

البطولة العالمية للسيدات، وترشحت أربعة فرق للمربع الأخير وهي أمريكا واليابان وبلعبان على المركز الأول والمانيا وإنجلترا على الثالث. وفازت إنجلترا بالوقت الضائع 1-صفر

مساء الأحد 5 تموز يوم مميز للأمريكيات بكرة القدم حيث حسمن المباراة مبكرا فقد انتهت المباراة عمليا من الشوط الأول 4 اهداف للامريكيات مقابل هدف واحد لليابان. وبالنهاية فازت أمريكا 2-5. وكانت كندا قد خرجت من

## كأس أمريكا الجنوبية لكرة القدم



تشيلي تكرس عقدة الأرجنتين وتتوج ببطولة كوبا أمريكا لأول مرة في تاريخه

بعد مباراة ماثونية، توج منتخب تشيلي بلقب بطولة "كوبا أمريكا" لأول مرة في تاريخه وكرس عقدة عقم بطولات الأرجنتين بعدما فاز عليه بركلات الترجيح بنتيجة (1-4)، عقب الوقت الأصلي والشوطين الإضافيين بالتعادل السلبي، في مواجهة منيرة أقيمت على ملعب "تشيلي الوطني" مساء السبت 4 تموز يوليو. وعولت الأرجنتين على نجومها لإنهاء عقدة الإخفاقات المستمرة منذ 22 عاما حين توجت بلقب كوبا أمريكا في 1993 للمرة الرابعة عشرة. ولكنها فشلت وتمكن المنتخب التشيلي من تحقيق البطولة للمرة الأولى.








## Global Logistics Management Inc.

# Freight Shipping

### متخصصون في الشحن من كندا و إلى جميع أنحاء العالم

**عرض خاص**  
سعر خاص لنقل الكونتنيتر  
40ft الى جبل علي \$2600

**Special Auto Export Rates**  
**Beirut Ocean Shipping Special**  
1 Auto – USD \$1,100 – Car Consolidation  
20ft – USD \$2,400  
40ft hc – USD \$2,700

**Jebel Ali, UAE**  
1 Auto – USD \$1,000 – Car Consolidation  
20ft – USD \$2,400  
40ft hc – USD \$2,600

\$50 Discount Voucher  
on your first shipment with  
Global Logistics

**خصم 50 دولار لأول طلب شحن**

For a quotation on all your  
shipping needs, please contact:  
**Dina Bakhit**  
دينا بخيت  
dina@glmanagement.ca  
Tel: 905.501.9959  
Fax: 905.501.9005

**CAR LOADING**  


**SEA**  


**AIR**  


Air exports/imports servicing over 200  
Countries worldwide  
Worldwide ocean exports and imports  
We can load 4 cars in 40hc Container  
LTL and FTL trucking services  
throughout North America  
local rush pick up and deliveries in the  
USA and Canada  
Customized cargo crating & packing  
We move personal and household effects  
Logistics consulting services  
We will beat any competitor's price !

**IMPORT & EXPORT**  
GLM Canadian Office Contact Dina for a quote at: 905.501.9959  
151 Brunel Road Units #18 & 19 Mississauga, Ontario, Canada L4Z 2H6



# عيد فطر سعيد وكل عام وانتم بخير



استخدم اتصال الإنترنت الخاص بك للحصول على قنوات التلفزيون العربي

استمتع بأكثر من **650** قناة عربية من كل أنحاء الشرق الأوسط بجودة عالية. مع SMARTSAT HD استمتع بتجربة نطاق كامل من البرامج التلفزيونية العربية أثناء بثها مع أحدث الأخبار والبرامج الشهيرة والرياضة وغيرها ، مع قنوات مثل MBC والعربية وLBC أوروبا والكثير غيرها.



## QUAD-CORE ANDROID TV BOX

Mini PC  
Video Conference

4K VIDEO  
5  
HEALTHY BATTERY  
MUSIC CENTER  
SMART TV



skype BUILT-IN CAMERA AND MICROPHONE skype



سعر الجهاز \$295 دولارا شامل خدمة القنوات وأحدث الأفلام و المسلسلات

- شاهد جميع القنوات العربية بدون انقطاع وبجودة عالية.
- شاهد جميع افلام ومسلسلات هوليوود بجودة 1080p و 4K.
- ابقى على تواصل مع الأهل والأصدقاء من خلال شاشة التلفاز عن طريق برنامج سكايب والمزود بكاميرا عالية الوضوح ومايكروفون.

اتصل الان وابدأ بالتوفير مع SMARTSAT HD.

لماذا سمارت سات



للمزيد من المعلومات يرجى الاتصال على 647 780 6689

smartsat.hd@gmail.com

زوروا صفحتنا على الفيسبوك لكيفية عمل الجهاز

www.facebook.com/SmartSatHD





للمجموعات والعزائم  
تجهيز أي نوع من الطعام  
حسب الطلب



بَارَكْ وَسَلِّمْ  
عَلَيْهِ السَّلَامْ

في رمضان بوفيه  
من الأكلات العربية  
الشهيه والمقبلات والمشاريب  
والحلويات الرمضانية في جلسات عائلية

**للشخص \$16.99**

إستمتع بالحلويات والشيشة في التراس  
أجواء وأكلات لم ترها من قبل  
إستمتع بأجواء رمضان الحقيقية  
كما تعودتم في البلاد العربية



1871 O'Connor Dr, Scarborough, ON 416.288.0123  
WWW.DARNAGRILL.COM



**CLASSC** |  
BARBER SHOP & BEAUTY SALON

**905.273.4741** <sup>منن</sup>

FOR APPOINTMENTS CALL  
**RANA: 647.720.7456**

2399 CAWTHRA RD, UNIT 39 & 40 MISSISSAUGA, ONTARIO L5A 2W9



عيد  
فطر  
سعيد  
وكل  
عام  
وانتم  
بخير



treat yourself to a  
**HOT TOWEL SHAVE.**

**FREE** EYEBROW THREADING  
**\$10** HAIRCUT

**OUR SERVICES**

**GRAND OPENING**

	MAKE-UP NOW \$20		FACIAL NOW \$20
	MANICURE NOW \$10		PEDICURE NOW \$15
	HAIR EXTENSIONS \$50 & UP		HAIR COLOUR \$20 & UP
	HIGHLIGHTS \$50 & UP		THREADING/ WAXING \$5 & UP
	BLOW DRY NOW \$15		UPDO NOW \$30

**SERVICES**

- MEN'S CUT & WASH
- COLOUR & HIGHLIGHT
- HOT TOWEL SHAVE
- WAXING
- BEARD TRIM
- MANICURE & PEDICURE
- FACIAL MASK

ASK ABOUT OUR SPECIAL RATES FOR WEDDINGS



**KIDS AREA**  
**FREE WIFI**

ASK ABOUT OUR SPECIAL RATES FOR WEDDINGS  
APPOINTMENTS & WALK-INS ARE WELCOMED

APPOINTMENTS & WALK-INS ARE WELCOMED

**FARMERS MARKET**  
FRUITS & VEGETABLES

HOURS OF OPERATIONS  
TUS - THU: 12PM - 5PM  
FRI - SAT: 9AM - 7PM  
SUN: 12PM - 5PM  
MON: CLOSED

2399 CAWTHRA ROAD, UNITS 39 & 40  
MISSISSAUGA, ON

**USE BACKDOOR  
UNIT 39 & 40**

**Grand Opening!**  
**COME VISIT US**  
**JUNE 19**  
**OPEN TO PUBLIC**  
**WHOLESALE PRICES**  
**FRUIT & VEGETABLES**




**ATLANTIC & PACIFIC**  
**INTERNATIONAL**
**33 Years in Business**  
 Reliable, Professional, Guaranteed work

## Very Competitive Prices To All Middle East

أسعار منافسة عند شحن لجميع الدول العربية وشمال أفريقيا والعالم

AIR/OCEAN SERVICE

- Shipping cars
- Personal effects & household goods
- 20ft & 40ft containters
- Less than container loads also
- Heavy machinery
- Commercial cargo



شحن  
سيارات  
وأمتعة  
شخصية

### For a Free Quote Contact Santino

Tel: 905.676.1233x102 Fax: 905.676.8800 Email: santino@atlanticandpacific.com  
 1750 Courtneypark Dr. E., Unit #5, Mississauga, ON L5T 1W1  
[www.atlanticandpacific.com](http://www.atlanticandpacific.com)


**Allstate**  
 INSURANCE


## عندما يتعلق الأمر براحة البال، كلانا نتحدث بنفس اللغة.

إتصل الآن بالوكالة المحلية للحصول  
على الخدمة والحماية المتخصصة،  
نحن نتحدث بالعربية!



### Hassan Dweiri

Mississauga North Agency  
 2969 Argentia Rd.

**289-814-2025**

Cell: 905-580-3390

hdweiri@allstate.ca



REYAN

RESTAURANT

مطعم  
الريان

رمضان

RAMADAN MUBARAK

HALAL

وجبة إفطار كاملة فقط ب

أسعار خاصة بالشهر الفضيل

\$20

للشخص الواحد تشمل:

تمر + شوربة + فتوش + فول مدمس  
+ وجبة الطبخ اليومية + هريسة  
شراب تمر هندي أو عرق سوس  
+ قهوة مرة

IFTAR MEAL  
DINE IN - TAKEOUT

الطبق اليومي



خاروف محشي (قوزي) - منسف جميد - مسخن - دجاج محشي - باسماشكات - فوارغ - فتة مكبوس  
حزاق أصبعو - مفريية - كوسكس - فريكة - كبسة - معاشي - شيخ المفشي - كبة لبنية  
داوود باشا - مقلوبة - ملوخية - بامية - خضار مشكلة مع الدجاج - صيادية سمك ... وهناك المزيد



دجاج محشي

على استعداد تام لتلبية مناسباتكم

حسم خاص لولائم الافطار الخيري بالمساجد

Tell: 905-848-2615  
75 Dundas St. West Mississauga

647-209-8379  
www.reyan.ca



# RE/MAX®

Olla Qita علا قيطة

## Listings

### Sales Representative

RE/MAX Performance Realty Inc., Brokerage

Working for you with loyalty,

**Confidentiality**

**& Dedication**

بيع وشراء

وتأجير العقارات

905-270-2000

905-270-0047



ollaqita@hotmail.com  
www.ollaqita.com



17 Ben Machree Dr Mississauga Ontario L5H2S2

**List:\$1,199,000**

Taxes:\$5,294.14 / 2014

Detached

Bungalow

Lot:75 x 179 Feet

Rms:8

Bedrooms:3

Washrooms:2



Client Remks:Attention All Builders/Investors!!! Prime Location 75X179 Ft Lot In Port Credit Being Sold "As Is" Possibility Of Building 2 Detached Homes 37.5X179 Each. Minute Walk To Lake Close To Port Credit Go Station, Surrounded By Million Dollar Homes. Well Maintained Bungalow. Biggest Lot In Area. Don't Miss Out!!!

Extras:Fridge, Stove Top, Oven, Washer, Dryer, All Electrical Light Fixtures, All Window Coverings. Purchaser To Verify All Measurements.



67 Woodbury Rd Toronto Ontario M8W1X8

**List:\$1,299,000 For:Sale**

Taxes:\$2,614.36 / 2014

Last Status:Pc

Detached

2-Storey

Lot:40 x 125 Feet

Irreg:

Rms:7 + 3

Bedrooms:3 + 1

Washrooms:5

1x4xMain, 1x3xLower, 1x3xUpper, 1x5xUpper, 1x4xUpper

Client Remks:A Master Piece Brand New Custom Built Apollo Home In Quiet Mature Neighborhood In Alderwood. Contemporary Layout With 4000Sqft Finished Space. Bright & Spacious 3+1 Bdrms W/Ensuites, 9' Ceilings. Hardwood Flrs, Crown Moldings, 3 Fireplaces, Surround System, Gourmet Kitchen W/Island, Quartz Counters, Pot Lights, Huge Windows. Fin Bsmt W/Huge Rec Room, Bdrm+Full Bath. Lrg Fenced Yard W/Cedar Deck Landscaped & Interlocking Pad. Long Driveway No Sidewalk.

Extras:A True Perfection In Design + Workmanship. Included: S/S Kitchen Aid Appliances, Stove Top, Wall Oven, Fridge, Hwt Owned, Range Hood, Built-In Dw, Wine Cooler, Washer, Dryer, Microwave, All Elf's, Surround System, Alarm (Rental)



616 Mississauga Cres Mississauga Ontario L5H2A1

**List:\$1,399,000 For:Sale**

Taxes:\$5,786.32 / 2014

Detached

Sidesplit 4

Lot:148 x 162 Feet

Front On:S

Rms:9

Bedrooms:3 + 1

Washrooms:4

1x2xMain, 1x4xUpper, 1x5xUpper, 1x3xLower

1x4xMain, 1x3xLower, 1x3xUpper, 1x5xUpper, 1x4xUpper

Client Remks:Totally Renovated Open Concept In Prestigious Mississauga Golf Course Neighborhood. Huge Lot 148X162 W/Mature Trees & Walking Distance To The River. Features 3+1 Spacious Bdrms, Hrdwd Thru-Out, Gourmet Grand Kitchen W/Backsplash & Quartz Counters. Lrg Liv/Din Rms W/Family Rm Above Grade & Fin'd Bsmt W/Rec Rm & Extra Bdrm. All New Wndws, Roof, Furnace, Cac. All Restored W/Top Quality Material & Workmanship. A True Luxury & Elegance. Don't Miss Out!

Extras:All Stainless Steel Appliances: Fridge, Gas Stove, B/I Dishwasher, B/I Microwave, Washer, Dryer, All Elf's. Exclude: Window Coverings. Hwt (Rental). Refinished Driveway, Concrete Patio In Backyard And Front Porch. Landscaped. Move-In Ready.





## OSAMA EBID

مستشار الهجرة والتمويل والإستثمار  
Immigration, Investment  
and Financial Adviser  
Direct 1.647.987.5265



Fast To Canada

## ABEER QITA

مستشارة الهجرة والتمويل والإستثمار  
Immigration consultant  
Member of ICCRC # R506904  
Direct: 1.647.923.5265



كندا الوطن الجديد  
مقال شهري بخصوص  
أخر أخبار الهجرة الى كندا

نحصل لك على كفالة الزوج أو الزوجة خلال شهر وقضايا اللجوء خلال شهرين

# القانون الجديد . تهديد خطير لحقوق المواطنين الكنديين



الإرهاب . لماذا؟؟ هل عقوبة المدانين من قبل المحاكم ليست كافية؟ تم الغاء عقوبة النفي من قبل معظم المجتمعات المتحضرة منذ مئات السنين . و ماذا عن أولئك الذين أدينوا بارتكاب جريمة الإرهاب خارج كندا ؟ فإن القانون الجديد يسمح بإسقاط الجنسية بناء على قناعات قد تكون من أنظمة غير ديمقراطية و لا يوجد فيها إجراءات قانونية سليمة. بالتاكيد لا يمكن أن يكون هذا مقبولاً. بدلا من تعزيز حقوق المواطنين ، يحط القانون الجديد من حقوق المواطنين ويقسم المواطنين الى جزئين جزئ منهم محط الريبه والشك والترقب بسحب الجنسية بقرارات غير عادله لاتتمشى مع حقوق الجزء الثاني من المجتمع وبعيده عن الديمقراطية والعدالة وتولد فجوه كبيره من العنصريه فى المجتمع الكندي المبني على رفض العنصريه الجنسية ليست رخصه تنتهى حسب السلوك وليست امتياز مرهون بالنوايا, هى الحق فى الحصول على الحقوق .  
**أسامة عبيد**

تسعى الحكومة إلى إلغاء الجنسية. و بموجب القانون السابق فلا يجوز سحب الجنسية الا بعد جلسة استماع أمام قاض. و حسب القانون الجديد فالوزير وحده فى معظم الحالات يتخذ القرار دون عقد جلسة استماع. هذا يعنى استبدال الإجراءات القضائية بأجراءات إدارية رسمية. وسوف يقوم المسؤول بإرسال رساله مفادها أن الوزير يعتقد ان الشخص قد غير نيته عندما حصل على الجنسية وعليه سيتم سحب الجنسية وليس لديه الحق الطبيعي حسب التشريع الكندي فى الرد او الاستئناف للقرار. وهذا شئ محزن ويتنافى مع الدستور الكندي. وحسب القانون الجديد يحق للشخص الذى سحب جنسيته التوجه بقضيه للمحكمة الاتحادية للاعتراض وبطبيعة الحال لا اعتقد ان يكون قرار المحكمة الاتحادية يتعارض مع قرار الوزير وبالتالي يتم خسارة القضية وهذا يعنى ان الحكومة استبدلت العمليه القضائيه العادله بسلطه وزاريه تقديرية. والمزعج ايضا ان القانون الجديد يسمح للوزير بإلغاء الجنسية إذا أدين الكندي بجرائم

عليها الوزير قراره لاحقا بسحب الجنسية من لم يلتزم بالاقامه من حق الحكومة ان تشجع المواطنين على العيش فى كندا ولكن لايجوز اجبارهم على الاقامة فهم ليسوا مساجين فى هذا البلد ولهم الحق فى التنقل والعيش خارج كندا. ماذا لو ان المواطن المتجنس بعد ان كان ينوى العيش فى كندا حصل على وظيفه جيده خارج كندا كما يفعل الكثير من الكنديين الذين يعملون خارج كندا, أو التحق بجامعة خارج كندا للدراسه كما يفعل الكثير ايضا هل هذا يعطى الحق للحكومة بسحب الجنسية لان الشخص اخل بشروط الحصول عليها بنية الاقامة فى كندا؟؟؟؟ هل يكون هذا هو الحل من قبل الحكومة لتعزيز الجنسية عن طريق تزويج المواطنين وشعورهم بعدم الامان والاستقرار حيث من الممكن ان يتم سحب الجنسية فى اى وقت بسبب تغيير نية الاقامة؟؟؟؟ القانون الجديد أيضا يقلل بدرجة كبيرة من حقوق إجراءات التقاضى السليمة عندما

**الجنسية ليست رخصه تنتهى حسب السلوك وليست امتياز مرهون بالنوايا !!**  
تم تطبيق قانون الجنسية الجديد بحجة اصلاح قوانين الهجرة وتعزيز قيم المواطنة والجنسية. وتبعات هذا القانون تمثل تهديدا خطيرا لحقوق الكنديين ما تقوم به حكومة المحافظين هو اساءه لاستخدام السلطه من قبل الحكومة وذلك عن طريق توسيع متطلبات الحصول على الجنسية وزيادة فترة الحصول عليها والحد بشكل كبير من حقوق إجراءات التقاضى السليمه. ومن هذه القوانين الخطيره الجديده: لا يكون الشخص مؤهلا للحصول على الجنسية الا اذا اقتنع الوزير بانه بنوى الاقامة فى كندا بعد ان اصبح مواطنا كنديا. طبعا هذا ينطبق على المتجنسين وليس على المولودون فى كندا ولا نعرف كيف يتم تقييم هذا الامر هل هو بالتخمين ولاى فترة يجب ان يبقى فى كندا وما هى المعايير التى سيبنى

Citizenship & Immigration Canada	1-888-242-2100
Health Canada	1-866-225-0709
EI	1-800-206-7218
Canada Post	1-866-6076-301
SIN	1-800-206-7218
Canada Child Tax..	1-866-387-1193
Service Canada	1-800-622-6232
Service Ontario	1-866-532-3161
OHIP Offices	1-866-532-3161
OSAP	1-800-456-3958
Passport Canada (in Canada)	1-800-567-6868
Passport Canada (Outside Canada &USA)	1-819-997-8338
Driver and Vehicle licensing	1-800-387-3445
Ministry Municipal Affairs and Housing (ON)	1-866-220-2290
Ministry Of Education (ON)	1-800-387-5514



دليل  
الهاجر





تابع أخبار الجالية العربية الإقتصادية وشاهد أهم القنوات العربية  
 على موقعنا: [www.linkthemedial.com](http://www.linkthemedial.com)



واحصل على نسختك المجانية  
 من أبرز أماكن التوزيع التالية:

محلات أدونيس 905.363.0707	Chopshop 905.272.2467	محلات بطرس 905.712.9989	محمصة العائلة 905.306.9197	محلات القدس 905.275.2781	Mississauga
ملك البقلاوه 905.268.0949	ملحمة البرامونت 905.890.1700	مطعم برامونت 905.282.1600	pita land مطعم 905.755.1111	كنيسة الاقباط	
نادر سوبرماركت 905.949.6895	Stop&go 905.607.8507	الاقصى والرافدين 905.896.3694	مطعم الترويقة 905.290.0826	العجينة الذهبية 905.949.6521	
المروة - الجديد 905.507.2252	الشامي 905.273.5444	الريان 905.848.2615	المروه 905.270.4558	مطعم نادر 905.276.4444	
تامر وليث 905.267.3435	مطعم جود 905.608.1240	البيت الفلسطيني 905.270.3622	سلطان للصرافة 905.897.1616	مطعم عشتار 905.566.9797	
مركز الجالية العربية- تورنتو 416.231.7746	مطعم اكاسيا 905.232.8005	مقهى ومطعم أوك بلو 905.281.8259	Tamari Computer 905.848.1733	صالون جيمي 416.459.3083	
	Chef's Door 905 829 3100	Most of the newcomers Centres	Ghalla للصرافة 905.276.4252	مقهى الفيشاوي 905.828.9336	
ملحمة الزهراء 416.750.0586	صرافة حلبجه 416.840.0086	ملحمة السنابل 416.421.0102	محلات الاسراء 416.850.1014	مقهى رم	
مقهى الاسكندريه 647.861.8344	مقهى ام كلثوم 416.750.4403	صرافة الشرق	ملحمة لبنان	Adonis 905.363.0707	
محمصة سماره 416.701.1718	صالون وليد	صالون حبيب	محلات الارز 416.755.5084	الملاح	
Lotus Catering and Fine Food 416.757.8315	صالون الأمير 416.666.2234	ملحمة الاخاد	الخلويات الملكيه	ملحمة الغدير 416.750.7404	
أسواق بغداد 905.532.0532	Levant 905.738.3788	مطعم برامونت (905) 886-4600	Grill for you 905.907.4968	Vaughan	
محلات البيسر 905.387.1717	محلات الياسمين 905.670.4744	محلات المدينة 905.318.9366	مقهى ومطعم الميزان 905.296.6962	Hamilton	
Fish & Chicken (London) 519.661.8696	North York	Toronto	Woodbridge		
علاء الدين (London)	أسواق نينوى 416.746.2516	سومر 416.740.8684	سمير أميس 416.741.4729	اسواق نوهذرا 905.660.5435	

من يرغب من السادة أصحاب الأعمال العرب بإضافة أسماء محلاتهم لوضع جريدة  
 Link أو شطب إسمه من القائمة المعروضة يهنگه الإتصال على:  
 647-559-8716



## كيف تتغلب على العطش في شهر رمضان المبارك ؟



### الزرق "النيلي" موضة الصيف والأعياد

ميونيخ - يمثل الأزرق النيلي (Indigo) نجم ألوان الموضة النسائية في صيف 2015، ليمنح المرأة إطلالة جذابة تستحضر أجواء البحر المتوسط المنعشة. وأوضحت مجلة "إيلي" الألمانية أن الأزرق النيلي يمتاز بطابع قوي وساطع؛ لذا فهو يمنح البشرة مظهرًا مفعماً بالصحة والحيوية والفرح بالمناسبات والأعياد. وأضافت "إيلي" أن الأزرق النيلي يتناغم مع كل درجات الأزرق، كما أنه يبدو رائعاً مع الأبيض.



شعور الصائم في شهر رمضان المبارك بالعطش مع دخوله في فصل الصيف، حيث يمتد الصيام إلى أكثر من 16 ساعة في اليوم، فيستمر الجسم في فقد الماء على مدار تلك الساعات؛ ليصل إلى الإفطار وهو في حاجة ماسة لتعويض فوري وكاتب لما فقده الأنسجة من سوائل. ويمكننا أن نساعد أجسامنا في الحفاظ على الماء ودفع الشعور بالعطش والتقليل من حدته، بتباعد أسس التغذية الصحية خلال شهر الصوم، فبدل بعض الجيد لتجنب العطش أسهل من تحمل معاناة الشعور به!

حقلنا ضد العطش الماء سيد المشروبات ولا يمكن تعويضه بمشروب آخر وينصح الخبراء بتناول لتر ونصف لتر منه يوميا ويفضل تناول الماء المحتوي على الأملاح المعدنية لتعويض ما يفقده الجسم من الأملاح؛ خاصة في العرق. السوائل بجميع أنواعها خصوصاً المشروبات وعصائر الفواكه الطبيعية المرطبة، والتي تحتوي على أملاح. وينصح بتجنب العصائر المحتوية على مواد مصنعة ومولونة اصطناعياً، والتي تحتوي على كميات كبيرة من السكر لأنها تسبب أضراراً صحية وحساسية.

الخضروات والفواكه الطازجة يفضل تناول الخضروات والفواكه الطازجة في الليل وعند التسور، حيث تحتوي على كميات جيدة من الماء والألياف التي تكثف فترة طويلة في الأمعاء؛ مما يقلل من الإحساس بالجوع والعطش. وبعد الخبز من أشهر الخضروات التي تدفع الشعور بالعطش؛ لأنه يسكن العطش ويبرد الجسم، ويساعد على تخفيف الاضطرابات العصبية، فضلاً عن احتوائه على "البيكاسيليلوز الغذائية" التي تسهل عملية الهضم وتطرد السموم وتطفي الأمعاء.

تأخير السحور تنصح السنة المطهرة بتأخير السحور؛ لذا يفضل أن يكون السحور بعد منتصف الليل، حتى يتمكن الصائم من مقاومة الشعور بالعطش، خاصة في الأيام الأولى لتصيام، ويفضل أن تحتوي وجبة السحور على غذاء خفيف. لصوص يسرفون ماء الجسم ملح الطعام الأطعمة والأغذية المالحة تزيد من حاجة الجسم إلى الماء؛ لذا ينصح بتجنب وضع الكثير من الملح على الطعام، والابتعاد عن الأطعمة شديدة الملوحة، كالأسمك المالحة والمخللات؛ ويفضل استبدال قطرات من الليمون بدلا من الملح على السلطة، فهي تعمل على تعديل الطعم. البهارات والتوابل الوجبات والأغذية المحتوية على نسبة كبيرة من البهارات والتوابل تتطلب شرب كميات كبيرة من الماء بعد تناولها؛ لأن هذه الأطعمة تمتص الماء أثناء تناولها من البلعوم والحم والمعدة؛ سحنته جفقا في الجسم، ومن ثم الإحساس بالعطش؛ لذا على الصائم أن يتجنب تناول الأطعمة الحريفة، الغنية بالبهارات، خاصة في وجبة السحور.

المنبهات ينصح الصائم بالتقليل من شرب المنبهات كالشاي والقهوة؛ لاحتوائها على الكافيين الذي يزيد من نشاط الكلى ويعزز دورها في التخلص من الماء؛ وبالتالي تزيد المنبهات من عملية فقدان الماء من الجسم. كما يجدر التنبيه إلى أنه لا يمكن اعتبار الشاي والقهوة بدلا من الماء؛ لأن طبيعتها الساخنة لا تمكن الصائم من شرب كمية كبيرة منها. المشروبات الغازية والتي تحتوي على الكربون، الذي يسبب الانفخ والشعور بالامتلاء، ويمنع الجسم من الاستفادة من السوائل؛ لذا لا بد من تجنبها أثناء الإفطار. أشعة الشمس المباشرة على الصائم أن يبقى التعرض المباشر لأشعة الشمس لفترات طويلة.

تجنب العطش عبر اتباع الآتي:

- الابتعاد عن الاستحمام بالماء الفاتر لتبريد الجسم واستخدام الصابون للتخلص من زيوت الجسم التي قد تسد المسام العرقية.

- تجنب أشعة الشمس عن دخول المنزل أثناء فترة الظهيرة قدر الإمكان، عن طريق غلق الشيش أو الستائر.

- ارتداء ملابس فاتحة اللون فضفاضة؛ ويفضل أن تكون فضفاضة لتتمتع العرق.

- الزكوة إلى الراحة الذي يتناسب والجهد المبذول؛ وذلك لتجديد طاقة الجسم الحيوية ست خرافات قهر العطش في رمضان:

- تناول كميات كافية من السوائل عالية التركيز من السكر تعمل على تروية الجسم ودفع العطش.

الحقيقة: السوائل عالية التركيز من السكر تحث الجسم على إدرار البول وزيادة الشعور بالعطش؛ لذا ينصح الصائم بالاعتدال في تناول الحلويات والمشروبات الرمضانية عالية التركيز من السكر.

- شرب كميات كبيرة من الماء عند السحور يحمي من الشعور بالعطش أثناء الصيام.

الحقيقة: المياه الزائدة عن حاجة الجسم تظردها الكلية بعد ساعات قليلة من تناولها؛ مما يؤدي إلى قلق الصائم أثناء النوم لحاجته للذهاب إلى الحمام، وهذا يسبب إرهاقا أثناء فترة النهار.

- شرب الماء البارد جدا أو الثلج عند بداية الإفطار يروي العطش.

الحقيقة: شرب الماء الثلج عند بداية الإفطار يؤثر بشدة على المعدة، حيث يقلل كفاءة الهضم؛ ويؤدي إلى انقباض الشعيرات الدموية وبالتالي يحدث بعض الاضطرابات الهضمية؛ ولهذا يجب أن تكون درجة الماء معتدلة أو متوسطة البرودة، وأن يشربها الصائم متأنيا، وليس دفعة واحدة.

- دفع الطعام بالماء أثناء الأكل يوفر فرصة أكبر للحصول على هضم جيد.

الحقيقة: شرب الماء أثناء الأكل يعطل نزول اللعاب على الأطعمة، فلا تتمزج جيدا في الفم باللعاب، فيصعب هضمها ويقل انتفاع الجسم بها؛ ولهذا ينصح الأطباء بعدم شرب الماء أثناء تناول الطعام إلا بنسبة قليلة جدا لتساعد على بلع الطعام.

- شرب كمية وافرة من الماء بعد الانتهاء من الطعام مباشرة يساعد عملية الهضم ويقمع العطش.

الحقيقة: شرب كمية وافرة من الماء بعد الانتهاء من الطعام مباشرة يعرقل عملية الهضم، ويمنع الجهاز الهضمي من إتمام مهمته على الوجه المطلوب من الجودة؛ لأن كثرة الماء تمنع إفراز العصارة المعدية؛ والصحيح أن يتناول الإنسان قليلا من الماء بعد الإفطار لقمع العطش.

وأنسب الأوقات لشرب كمية وافرة من الماء هو بعد الإفطار بنحو ساعتين، ومن الأفضل أن يشرب الصائم كميات قليلة من الماء في فترات متقطعة من الليل طوال الفترة بين الفطور والسحور وعدم الاعتماد على الإحساس بالظما من أجل الشرب.

- كثرة شرب الماء تؤدي إلى السمنة. الحقيقة: أظهرت الدراسات الحديثة أن الماء يلعب دورا مهما في تخفيف الوزن؛ حيث يعمل على زيادة إفراز هرمون نورأدرينالين الذي يزيد من نشاط الجهاز العصبي، ويزيد من حرق الدهون؛ مما يساعد في التخلص من الوزن الزائد.

( عن الدكتور سمير الجزار )



# Five scams you (might) have already been defrauded by



and you don't know where to turn. A client hands you a large banknote to pay for a small purchase, and you give back the change without checking if the banknote was a fake. If it is, you cannot deposit the note at a bank or get reimbursed for it. Counterfeiting is more widespread than we think. About 10 million dollars in fake banknotes is seized every year in Canada.

To protect yourself against this type of fraud: Check the banknotes for every transaction settled in cash, and train your employees so they know what to look for. The Bank of Canada provides simple instructions for detecting counterfeit banknotes. It only takes a few seconds to confirm that a banknote is legal tender.

In Canada, about 6 retailers out of 10 are the victims of at least one fraud each year<sup>1</sup>. What scams are you more likely to fall victim to? More importantly, how do you protect yourself from fraud?

Contrary to what you may think, employees are not the source of most frauds. Here are five types of fraud that you should be on the lookout for, and five ways to protect yourself.

## 1. "Overpayment"

A client calls to get some information on your products and services. You do your job as a salesperson, and the client gives you a nice big order. The client makes a mistake, however, and hands you a cheque for an amount in excess of the agreed-upon amount. No problem, you cash the cheque and refund the excess amount to the client through a bank transfer. Unfortunately, the cheque bounces for non-sufficient funds (NSF), but you have already "refunded" the client with cold hard cash.

To protect yourself against

this type of fraud: Do not refund anything until you receive confirmation that the cheque has cleared. Or simply reject the first cheque and ask the client to write another one.

## 2. False advertisements and false directories

This is a classic technique for defrauding SMEs: an individual contacts you to update your information for some free advertising or a free directory. What merchant would say no to free advertising? This problem is your business will also be registered in a paid directory, one that will be very expensive indeed! The fraudster will be able to "prove" that you placed the order by producing the telephone statement where the call is recorded and by referring to any information you provided that has not been made public. The fraudster will even be able to show you your registration or your real advertisement in a directory—that no one ever sees.

To protect yourself against this type of fraud: Deal

only with recognized publications and check the real identity of the salespeople who contact you by phone.

## 3. Office supplies at exorbitant prices

You receive a call from the company that provides you with office supplies or ink cartridges. The salesperson wants to talk to you about a special offer or wishes to confirm an order. In fact, the caller is a fraudster who will bill you for office supplies at exorbitant prices.

To protect yourself against this type of fraud: Always make sure the order being discussed is real. Moreover, never provide your banking information to anyone who calls you. If he claims to work for a recognized company, ask for his name, and call the company back yourself once you have confirmed the phone number on the company's website.

## 4. Counterfeit money

It's the busiest time of the day, clients are lined up

## 5. Anti-virus software

A technician from the company that makes your anti-virus software, another software or even your operating system calls you because a problem has been detected. Just your luck, the solution is free! All you have to do is download a small application that the technician will use to fix the bug in just a few minutes. The truth is, there is nothing wrong with your computer, and by downloading the application, the fraudster will have access to highly sensitive data, such as the password you use to access your bank account.

To protect yourself against this type of fraud: Be cautious of anyone who calls you about a computer problem, even if something is really wrong with your computer. IT security firms or software companies do not make this type of phone call.

<sup>1</sup>According to Statistics Canada, 57% of retailers were the victims of fraud in 2008.



## 5 simple tips to spend less time on your phone



With the news that we're now spending more time on our phones than with our significant others, it might be time to think about reducing our screen time.

In fact, 62% of recently polled Brits said they hate how much time they spend on their phones. If you also wish you were less addicted to your device, we might be able to help.

There's no better time to start than now — beginning at sundown on March 6 through sundown on March 7 is the National Day of Unplugging. It started out as a project from Reboot, an organization that "affirms the value of Jewish traditions and creates new ways for people to make them their own." It's an outgrowth of Reboot's Sabbath Manifesto, which encourages people to unplug from their phones and tablets in order to better connect with the world around them.

Although it has roots in Jewish culture, anyone can participate, anywhere across the globe.

We studied some stats, spoke to experts and took a look at tips that could help you break your phone-checking habit. Read our suggestions :

### 1. Turn off notifications.

Does checking a single notification turn into a half-hour of phone browsing? You're not alone — it's all too easy to get sucked into the social media world through one alert.

If you disable all unnecessary notifications, this is less likely to happen. Even muting your device to stop audio alerts can end that impulse we all have to check our phones whenever they chirp.

### 2. Find out how much you're using your phone.

If you'd like to shock yourself into reducing phone time, maybe some cold, hard stats would help. There are various apps, such as QualityTime for Android and Moment for iOS, that monitor your phone usage and inform you just how many hours a day you're spending looking at a screen.

These apps also allow you to set alerts to remind you if you are using your phone too much.

### 3. Set up phone-free periods every day.

You don't need your phone at the dinner table, in the bathroom, or while you're watching a movie or reading a book.

Try to set up phone-free periods during the day. Schedule them when you're busy doing something else, in order to make the break a bit easier. For example, you could put your phone on Airplane Mode for the first hour after you get home from work. Chances are you'll be busy making dinner, spending time with your family or getting ready

to go out, so you won't feel the need to check in.

### 4. Don't use your phone as an alarm clock.

Don't even take your phone into the bedroom. How many of us, as we set our alarms, check our phones just before we go to sleep? And then how many of us, once the alarm has gone off, check our phones first thing in the morning?

Removing your phone from the room can also remove the overall temptation.

### 5. Train yourself with 'tech breaks.'

If the previous tips don't work for you and you're still spending more time on your phone than you'd like, then you may need to kick it up a notch.

We asked Dr. Larry D. Rosen, professor of psychology at California State University and author of *iDisorder: Understanding Our Obsession with Technology and Overcoming Its Hold on Us*, what he suggests.

"One easy way is to slowly train yourself with 'tech breaks,'" Rosen tells Mashable. "Start by looking at your phone for one minute and checking all forms of communication, including texts, calls and social media. Then turn it off, set the alarm for 15 minutes and

place it face-down in plain sight. The upside-down phone reminds your brain to not release stress and anxiety neurotransmitters."

The next time it rings or chirps, check it again for only one minute. Keep doing that until it feels natural not to check in, and see that you didn't miss anything.

"Increase your tech break by five minutes every week or so, and soon you will be able to not check in for an hour or more without getting anxious about what you may have missed," Rosen advises. "It also trains your friends, family and colleagues to not



شاهد  
الاخبار  
وروتانا  
والتلفزيون  
المحلي  
على موقع  
لينك



www.linkthedia.com

## LINK NEWSPAPER

أعضاء مجلس الإدارة:  
المعلنين شركاء متضامنين

Owned by Advertisers Partners

www.linkthedia.com  
Email: info@linkthedia.com  
966 Pantera Dr. Unit 31, Mississauga, ON  
L4W 2S1

رئيس مجلس الإدارة

C.E.O  
Sam Ebid

اقتصادية . إجتهابية . هجرة

شهرية - يتم طباعتها وتوزيعها على مرحلتين

تصدر عن LINK MEDIA POWERED BY DEAL 75

رئيس التحرير:

محمد هارون

EDITOR-IN-CHIEF  
MOHAMMAD HAROON

التصميم والإخراج الفني:

GRAPHIC AND COMMUNICATION DESIGNER

«RAMIFICATION INE»

RAMI ABU QUBE

للإعلان:

LINK@LINKTHEMEDIA.COM  
647-559-8716

المقالات والدرء المنشورة لا تعبر بالضرورة عن وجهة نظر الجريدة وإنما  
تعبر عن وجهة نظر أصحابها، وليس على الجريدة أي مسؤولية قانونية بسببها.



4 قاعات في قاعة واحدة

تاج بنكويت هال

 Tel: 416.742.9787  
 Cell: 416.731.5615

 No Event is Too Big  
 or Small For Us  
 to Facilitate

 We Take Pride in Our Services & We Are Pleased to Accommodate all Types of Celebrations  
 Conferences & Meetings Including Weddings, Parties and Special Events.

لكافة مناسباتكم: حفلات الخطوبة، والزواج، مؤتمرات وندوات، بيوت العزاء

 قاعات تتسع من  
 100 - 1000 شخص

 قاعات جميلة في موقع مميز  
 خدمات مميزة  
 مأكولات عربية وأسيوية

4619 Steeles W North York, ON M9L 1X2

www.tajbanquethall.ca




INDEPENDENTLY OWNED AND OPERATED, BROKERAGE

 تأجير، بيع و شراء  
 العقارات السكنية  
 والتجارية

Team Hadi


 جميع  
 احتياجاتكم  
 العقارية

 Bashar Hadi  
 Sales Representative  
 Cell (416) 731-9811  
 Bhadi.re@gmail.com

 Aniseh Mosely  
 Sales Representative  
 Cell (416) 356-4855  
 anisehmosely@gmail.com

 Ghada Mozan  
 Sales Representative  
 Cell (416) 625-1380  
 gmozan.re@gmail.com





## Fast To Canada

Immigration, Finance, Investment and General Services Corporation

Your Faster and Safer Path to Canada

طريقك الامن والسريع الى كندا



## OSAMA EBID

مستشار الهجرة والاستثمار والتمويل

Immigration, Investment  
and Financial Adviser  
Direct 1-647-987-5265



مكتب معتمد ومرخص من قبل

icccrc crcic  
IMMIGRATION CONSULTANTS OF  
CANADA REGULATORY COUNCIL  
CONSEIL DE REGLEMENTATION DES  
CONSULTANTS EN IMMIGRATION DU CANADA

الهجس الكندي لهستشاري الهجرة

## ABEER QITA

مستشارة هجرة

Immigration Consultant  
Member Of ICCRC # R506904  
Direct: 1.647.923.5265

Immigration, Finance, Investment and General Services Corporation  
جميع معاملات الهجرة، خدمات الإستثمار والتمويل، الخدمات العامة

- ◀ هل ترغب أنت أو أصدقائك أو أقاربك بمعاملة هجرة سريعة الى كندا ؟
- ◀ إستثمار أموالك في مشاريع مربحة في كندا ؟
- ◀ خدمات الإقامة والتأهل للعمل في كندا ؟

فريق فاست تو كندا مؤهل لتقديم هذه الخدمات بالدقة والسرعة والمصدقية اللازمة.



- ◀ نحصل لك على كفالة الزوج او الزوجة
- ◀ خلال شهر وقضايا اللجوء خلال شهرين
- ◀ تجديد الإقامة الدائمة ◀ جويع معاولات الهجرة
- ◀ تقديم معاملة الجنسية

Fast To Canada



Direct: 1-647-987-5265

Direct: 1-647-923-5265

www.fasttocanada.com | Email: info@fasttocanada.com

966 Pantera Drive Unit 31 Mississauga, ON. Canada L4W 2S1



استمتع بالضيافة العربية  
وأشهى المأكولات العربية

حلال  
HALAL

WWW.DARNAGRILL.COM

**Ghalla** Monetary Services

Money Transfer  
Cheques Cashing  
Pay Cash for your Gold

كافة الهوالآت العالية  
صرف الشيكات  
شراء الذهب نقداً

غالا للمرافاة

2325 Hurontario st., Unit 17, Mississauga, Ontario, L5A 4C7.  
Tel: (905) 276.4252 Fax: (905) 276.4254 Mobile: (416) 830.9263  
ghalla888@gmail.com

Banquet Hall

**Taj**

www.tajbanquethall.ca  
4619 Steeles W North York, ON M9L 1X2

Wednesday 8th of July 2015 Issue #25 For Advertising Call: 647.559.8716

Economy Immigration Cultural Social

**Fast To Canada**  
Your Faster & Safer Path to Canada  
Immigration, Finance, Investment and General Services Corporation

جميع معاملات الهجرة والتمويل والاستثمار وخدمات الإقامة في كندا  
Immigration, Finance, Investment and General Services Corporation

Member of ICCPC # R506904 **Abeer Qita**  
Direct: 1.647.923.5265 Immigration consultant  
E-Mail: info@fasttocanada.com

بقراءتك لهذه الكلمات  
انت اثبت الان بان هذا  
المكان ممتاز للاعلان  
اعلن معنا

كن شريكاً في الجريدة، وأعلن بسعر خاص

**6474932339**

monthly printed and electronic Newspaper

**LINK**  
Free Press  
الوسيط العربي

Arabic Canadian Newspaper

WWW.LINKTHEMEDIA.COM

Import & Export

GLM

**Global Logistics Management Inc.**

وتخصصون في الشحن من كندا وإلى جميع أنحاء العالم

**5**

Scams you (might) have already been defrauded by

Page 20

**5**

Simple tips to spend less time on your phone

Page 21

**TCHE TCHE**

Open for Lunch

جلسات هادئة

TEL: 905.282.0020

A19-5004 TIMBERLEA BLVD.  
MISSISSAUGA, ON L4W 5C5

**RE/MAX** Legacy Realty

ياسر الشايف  
Sales Representative

DIR: 416.602.9006  
OFFICE: 905.270.8840

بيع وشراء وتأجير جميع العقارات  
نساعد في الحصول على القرض العقاري

7015 Tranmere Dr., Unit 7, Mississauga, ON L5S 1T7 (Facing Derry RD)  
Email: www.yasiraldhayif.com

**Dr. Hassan Al-Awour Dental Offices**

عيادات الدكتور حسن العاوير

We Love Children!

- Implants
- Wisdom Teeth Extraction
- Cleaning & Check up
- Fillings
- Crown & Bridge
- Root Canals
- Bonding
- Sport & Night Guards
- Whitening

Keep Smiling!

Open 7 Days A Week, Including Holidays!

Locations:

<p><b>Dental Office @Heartlake Plaza</b> Dr. Hassan Al-Awour Dr. Randa Emara's 905.840.4888 164 Sandalwood Parkway East Unit 213 Brampton, ON L6Z 3S4</p>	<p><b>Westford Dental Center</b> Dr. Hassan Al-Awour Dr. Farah Minhas 416.751.8080 2131 Lawrence Ave E, Unit #5 Scarborough, ON M1R 5G4</p>	<p><b>Dental Office @ Central Parkway Mall</b> Dr. Hassan Al-Awour 905.275.3368 377 Burnhamthorpe Rd, E, Suite 121 Mississauga, ON L5A 3Y1</p>
---	---	--

New Patients, Emergencies & Children Welcome!! نرحب بالمرضى الجدد. الحالات الطارئة والاطفال