ACCENT MONTRÉAL

Bilunar GRATUIT Anul 14 ■ Nr. 307 ■ 11 noiembrie 2022

ANCA CIUPITU: PICTURA CA EXPRESIE ȘI EXPLORARE A RELAȚIEI PICTOR - NATURĂ UMANĂ - LUME

INTERVIU ▸ Pag. 6, 7

Servicii în drept matrimonial (divorț), comercial, civil, al imigrației sau al muncii, precum și reprezentare la litigii în România și la CEDO.

DETALII ÎN INTERIOR

514-285-0052

tismanariu@sympatico.ca

500 Place d'Armes, Suite 1800, Montréal, H2Y 2W2

WorldLine CARGO

România - Rep. Moldova - Europa

MARITIM 1.65 $/lb

AERIAN

LIVRARE LA DOMICILIU EXPRESS

Transportăm colete - plicuri- bunuri de orice natură din Canada către România, Rep. Moldova sau orice țară din Europa

DROP-OFF COLETE 24/24 h
SIGUR SI CONVENIENT !

DETALII coperta spate

DEMOCRAȚIA ÎN AMERICA DE NORD: APETITUL PENTRU FORME DE GUVERNARE AUTORITARE ESTE ÎN CREȘTERE ÎN CANADA ȘI SUA

▸ Pag. 5

ARCADE ACCOUNTING

CONTABILITATE SI FISCALITATE PROFESIONALA

Gabriela Bucsa

Member of Canadian Bookkeepers Association

514.508.8880

www.arcade-accounting.com

Preturi deosebit de avantajoase si o vasta experienta canadiana pentru ORICE domeniu de activitate! Detalii in interior

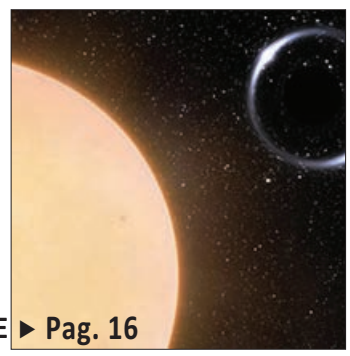
Ce mâncăm când suntem bolnavi?

Consumul de alimente potrivite atunci când suntem bolnavi poate face mai mult decât să ne furnizeze energie. Anumite alimente ne pot ajuta să ne simțim mai bine și să recuperăm mai repede.

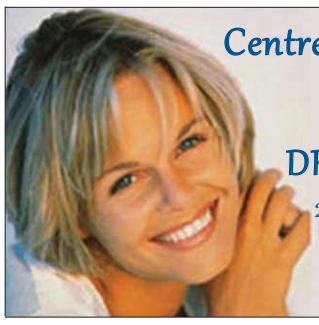
SĂNĂTATE ▸ Pag. 12, 13

A fost descoperită gaura neagră cea mai apropiată de noi

Recent a fost descoperită cea mai apropiată gaură neagră de Terra, la „doar" 1600 de ani lumină. Denumită Gaia BH1, ea este orbitată de o stea similară cu Soarele nostru.



ȘTIINȚĂ & TEHNOLOGIE ▸ Pag. 16



Centre d'Implants et d'Esthétique Dentaire de Montréal

DR. SORIN FÂRȘIROTU, DDS, FICOI

20 de ani de experiență în implanturi

514-393-3915

SERVICII
Implanturi dentare
Estetică dentară
Regenerarea osoasă și a sinusului maxilar
Albirea dinților
Coroane într-o oră cu ajutorul CEREC, tehnologie de vârf în 3D

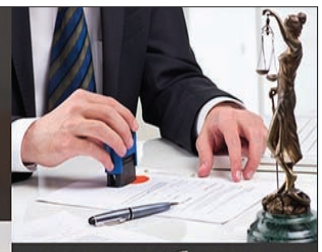
esthetiquedentaire.com

Notary Services

A Notary Public is authorized by a state governing body to verify the identity of persons entering into a formal agreement, and to witness the signing of that agreement.

Notarizations Performed:

- SUCCESION SETTELMENT
- REAL ESTATE
- WILL AND PROTECTION MANDATE
- NON-CONTENTIOUS PROCEDURES
- CERTIFICATION
- ATTESTATION
- BUSINESS AND COMMERCIAL
- POWER OF ATTORNEY



Nicholas Polyzos Notary

CONTACT US FOR A QUOTE!

Address: 7526 St. Denis, Montréal, H2R 2E6
Phone: 514-271-1010
Fax : 5142715984

Citiți ediția online Accent Montreal la:

«««« www.accentmontreal.com »»»»

Porte & Fenetre Imperial Inc

Manufactură de uși și ferestre din PVC și aluminiu

MONTREAL & TORONTO

FERESTRE DE CEA MAI BUNĂ CALITATE
NUMĂRUL 1 ÎN CANADA
(BOREAL PHTECH)

ENERGY STAR

GARANȚIE 25 DE ANI
ESTIMARE GRATUITĂ
PREȚURI COMPETITIVE

ADRIAN ȘEICA
Tel: 514-807-5139
Fax: 514-807-9878
Cel: 514-993-6508
Toll free: 1-866-995-5139
R.B.Q. 8323-5051-33
8531 Delmeade, suite 101
Mont-Royal, H4T 1M1

ROMEXPRESS

WWW.MONTREALCOLETE.COM
514-578-0383

Garantat! cele mai mici preturi pentru coletarie CARGO

TRANSPORT AERIAN

Servicii 24/7

ROMEXPRESS
CANADA - ROMÂNIA

SERVICII OFERITE

- Colete, plicuri, scrisori la domiciliu in Romania, in 3 zile lucratoare
- Colectare la domiciliu pentru 15$ în zona Laval si Montreal
- Trimitem oriunde in Romania si in Republica Moldova
- Transfer de bani spre si din Romania
- Cadouri, flori, torturi, sampanie livrate in Bucuresti pentru ocazii speciale

Coletele tale, prioritatea noastra!

YOGA CU DANIELA

Cauți să îți îmbunătățești flexibilitatea?
Vrei să revii în formă înainte de vară?
Rezervați un curs privat cu mine!
La domiciliu sau în studio

Cursuri de yoga pentru începători sau intermediari
Ajută la o postură mai bună flexibilitate și întărirea musculară

Contactați-mă la 514-578-0383 pentru mai multe detalii

COMUNITATEA ROMÂNĂ din MONTÉRÉGIE

vă invită la

REVELION 2023

STIL, ELEGANȚĂ, RAFINAMENT

31 DECEMBRIE începând cu ora 19:00

DJ Cristi Mărgineanu
PARTY WITH CLASS

Muzică, animaţie
photo booth

Aperitive
Antreu foarte bogat si diversificat cu preparate din bucataria romaneasca si internationala.

Antreu cald :
Filet de somon la cuptor cu garnitura si sos alb cu lamaie.

Salata exotica

Festinul Noului An :
Pui umplut cu garnitura de legume si cartofi
Cotlet de porc Tomahawk la cuptor cu sos de ciuperci

La miezul noptii traditionala cupa cu sampanie oferita de gazde

Desert si pizza: Sweet table - prăjituri variate, platouri cu fructe si fantana de ciocolata Géant

Bauturi alcoolice originale, cocktailuri variate, vin alb, vin rosu, sucuri răcoritoare , apă minerală se gasesc pana la ora inchiderii gratuit la bar.

OPEN BAR

Surprizele revelionului

Preț bilet
175 $ - adult
105 $ - copii (intre 4-12ani)

INFO SI BILETE:
Dan Constantin Mieilă:
(514) 815-2900
dan_mieila@yahoo.com

SALA DE RECEPŢIE - PLAZA RIVE-SUD 500, Ave du Golf, La Prairie (QC), J5R 0A5

ARTIȘTI ROMÂNI MONTREALEZI

Eva Halus, două expoziții la sfârșit de an

Pictorița Eva Halus alături de tabloul său „Irișii în Grădina Comunitară Chateaufort”, acuarelă și foiță de aur aplicată, 30”x 22”, tablou realizat în vara acestui an. Puteți vedea mai multe din lucrările sale la www.accentmontreal.com.

Între 26 noiembrie și 3 decembrie, pictorița Eva Halus va participa cu câteva lucrări la o expoziție de grup prezentată de Galeria Ambigu din Montreal, iar între 5 decembrie 2022 și 9 ianuarie 2023 va susține o expoziție solo la restaurantul Dupont & Dupont din Ville Mont-Royal.

În ultimii doi ani pictorița Eva Halus s-a concentrat foarte mult pe tema peisajului, a florilor și a animalelor, o tendință ce s-a manifestat în lucrările sale încă din 2015, odată cu tablourile realizate în Laurentides, la rezidența artiștilor și scriitorilor de la Val-David.

Artista a descoperit frumusețea naturii în parcurile cartierului Côte-des-Neiges, unde locuiește, în lungile plimbări pe care izolarea din timpul pandemiei le-a ocazionat. Însoțită de aparatul de fotografiat, ea a imortalizat toate anotimpurile, iar din miile de fotografii realizate în acest interval s-au concretizat două proiecte artistice: unul care include picturi după fotografii cu colțuri de grădină, păduri, păsări etc. și altul, numit *„The Little Univers Around My House”*, care constă în fotografii selecționate și modificate apoi în Photoshop pentru a crea o prelungire metaforică a realității.

Recent, un al treilea proiect a început să prindă contur. El este legat tot de sesiunile de fotografie în aer liber și presupune crearea unui album de fotografie cu cele mai însemnate parcuri și colțuri de natură pe care artista le cutreieră: parcul Mahatma Ghandi și versantul muntos de la Universitaté de Montréal, ambele îngrijite de Univeristé de Montréal, parcul Nelson Mandela, aflat în grija societății ecologice din Côte-des-Neiges (SOCENV), și Boisé Dora-Wasserman de pe strada Côte-Sainte-Cathèrine, de care se ocupă asociația Les amiEs du boisé Dora-Wasserman. Albumul va include prezentări ale acestor organizații și a proiectelor lor, iar ilustrația va fi semnată de Eva Halus. Mesajul este că natura urbană trebuie protejată și cultivată, cu intenția de a sensibiliza și educa populația în acest sens. Artista speră să obțină o subvenție de la Conseil des Arts du Canada pentru a realiza acest album.

Revenind la cele două expoziții pe care le va avea în noiembrie și decembrie, ele reprezintă un raccourci în această lume „nouă” (re)descoperită de Eva Halus. Prima, intitulată *„Novembre n’est pas gris”*, este o expoziție colectivă la Galeria Ambigu (1761 rue Atateken, Montreal, H2L 3L7), care va fi vernisată pe 26 noiembrie și va dura până pe 3 decembrie. Cea de-a doua, de la restaurantul Dupont & Dupont, despre care vom scrie mai pe larg într-un număr viitor, va fi una solo și se va desfășura timp de mai bine de o lună, între 5 decembrie 2022 și 9 ianuarie 2023. Această expoziție este organizată grație ART-TRAM (Table Ronde sur l’Art de Ville de Mont-Royal), organizație în care Eva Halus a devenit membră în acest an.

Ambele sunt expresia reconectării cu natura, a cărei adevărată importanță o neglijăm de multe ori, care relaxează și încântă privirea, dar care, în același timp, are nevoie de ajutorul nostru pentru a putea supraviețui alături de civilizația cu care se întrepătrunde și se intersectează, de multe ori în dezavantajul ei. Poate trebuie adăugat că uneori e nevoie ca un artist al formelor sau cuvintelor să fie intermediarul, „tălmaciul” care ne arată echilibrul, forța, armonia, plenitudinea naturii, universalismul și frumusețea ei, pentru a ne reaminti cât de legați suntem de ecosistemele în care trăim.

Stilul picturilor Evei Halus este realist, întrepătruns de fantezii cromatice sau figurative, care subliniază dimensiunea fantastică a naturii și a raportului în care ne aflăm zilnic cu ea.

ACCENT MONTREAL

ANUNȚURI COMUNITARE

ASLRQ, dublă lansare de carte

Asociația Scriitorilor de Limbă Română din Quebec (ASLRQ), în colaborare cu Asociația Culturală Română (ACR) și Comunitatea Moldovenilor din Québec (CMQ) organizează lansarea montrealeză a volumului *„Nunta de fluturi”* (Editura Princeps Multimedia, Iași, 2022) al poetei Carmen Doreal, și a volumului *„Limba română, poezia sufletului meu - Adrian Erbiceanu, volum aniversar”* (Editura Mușatinia, Roman, 2020).

Evenimentul va avea loc pe data de **12 noiembrie 2022**, între orele 14:00 și 17:00, la Centrul socio-comunitar 6767 Côte-des-Neiges din Montreal, etajul 6, sala 697.

Moderator: Ala Mîndîcanu. Prezentatori: Virginia Mateiaș, Adrian Erbiceanu și Carmen Doreal. Autorii vor da autografe.

Expoziție de icoane pe sticlă

Consulatul General al României la Montreal va fi gazda unei expoziții de icoane pe sticlă semnate de artista plastică montrealeză Ileana Anghel Meșter. Vernisajul va avea loc **joi, 24 noiembrie 2022**, de la ora 17:30. Ileana Anghel Meșter, născută în „patria icoanei pe sticlă -Transilvania” a avut deja 34 de astfel de expoziţii în Canada şi Statele Unite.

Spectacol de 1 Decembrie

Biserica Sfântul Ilie Tesviteanul (5055 Rue Joffre, Montreal, H1K 2T7), împreună cu Consiliul parohial și Biblioteca creștin ortodoxă a bisericii vă invită **duminică, 27 noiembrie**, la un spectacol dedicat zilei de 1 Decembrie, Ziua Națională a României. În program: Marina Negruță, Emil Cotrigășanu, corul de copii al bisericii și multe alte talente ale comunității noastre. Intrarea este gratuită.

Concert de muzică internațională

Biserica Ortodoxă Română Sf. Pantelimon (367 Rue Godard, Saint-Eustache, J7P 3V2) prezintă **duminică, 4 decembrie 2022**, la orele 13:00, un concert extraordinar de muzică internațională cu pianistul canadian Richard Abel și violonista Julie Lapierre. Evenimentul este și prilejul unei colecte de fonduri (contribuții benevole) pentru românii din Bucovina ucraineană. Spectacolul este organizat și prezentat de prof. Vania Atudorei.

Richard Abel, un mare prieten al comunității române din Quebec și Canada, este un muzician prolific ce a vândut peste un milion de discuri și a fost recompensat cu numeroase premii și distincții de-a lungul celor aproape cinci decenii de carieră artistică. El a obținut mai multe discuri de platină și cinci premii Félix (acordate de către Association québécoise de l'industrie du disque) la categoria „cel mai bun disc al anului”. A susținut numeroase spectacole cu sala plină și turnee pan-canadiene cu celebra orchestră americană Glenn Miller Orchestra, precum și cu orchestre simfonice.

Rezervele internaţionale ale României au ajuns la 51,7 miliarde de euro

Rezervele internaţionale ale României (valute plus aur) au depăşit în premieră nivelul de 50 de miliarde de euro, ajungând la finalul lunii octombrie la valoarea de 51,78 miliarde euro, faţă de 49,3 miliarde euro în septembrie, informează *Cursdeguvernare.ro*.

Din volumul total, rezervele valutare la Banca Naţională a României se situau la nivelul de 46,29 miliarde euro, de la 43,7 miliarde euro la 30 septembrie 2022. Nivelul rezervei de aur s-a menținut la 103,6 tone. În condițiile evoluțiilor prețurilor internaționale, valoarea acesteia s-a situat la 5,49 miliarde de euro.

România, cel mai mare număr de mașini înmatriculate

Din 2015 până în 2020, numărul mașinilor de pasageri din Uniunea Europeană a crescut cu 10%, în timp ce numărul mașinilor din România a crescut cu 41%, cea mai mare creștere din UE-27. Fiecare a zecea mașină nou înmatriculată în Uniunea Europeană în această perioadă a fost înregistrată în România, se arată într-un nou infografic prezentat de *Monitorul Social*. Spre deosebire, în Bulgaria numărul mașinilor a scăzut cu aproape 10% în perioada 2015-2020,

În acești cinci ani, în România au fost înmatriculate peste 2,1 milioane de mașini de pasageri noi. Cele mai mari creșteri procentuale au fost în regiunile Nord-Est (creștere de 50% a numărului de mașini), Sud-Muntenia (creștere de 46%) și Sud-Vest Oltenia (creștere de 47%) . Regiunea București-Ilfov rămâne regiunea cu cel mai mare număr al mașinilor de pasageri, cu 1,387 milioane de mașini în 2020, în creștere cu 31% față de 2015.

45% din naşterile înregistrate în rândul fetelor sub 15 ani din UE provin din România

Un studiu al Organizaţiei Salvaţi Copiii privind situaţia mamelor adolescente din România, citat de *Agerpres*, arată că în anul 2021 45% din naşterile înregistrate în rândul fetelor cu vârste mai mici de 15 ani din Uniunea Europeană provin din România, ţară aflată pe primul loc la acest capitol.

Studiul menționează că anul trecut, potrivit datelor semi-definitive INS, 687 de naşteri au provenit de la mame cu vârsta sub 15 ani. De asemenea, mai mult de opt din zece mame şi gravide cu vârsta sub 18 ani nu mai merg la şcoală, iar patru din zece accesează doar medicina de familie pe durata sarcinii.

Analiza mai evidențiază că două din zece mame minore au mai mult de un copil, iar 32% dintre acestea afirmă că mama lor era minoră când le-a născut.

Alte date importante ce reies din acest studiu: majoritatea mamelor minore au abandonat şcoala înainte de sarcină, una din zece nu a fost niciodată la şcoală, 75% au renunţat la şcoală în gimnaziu, 80% nu au utilizat nicio metodă contraceptivă, 75% au rude sau cunoştinţe care au născut la o vârstă sub 18 ani, două din zece au mai mult de un copil, vârsta medie a tatălui copiilor mamelor minore este de 21 de ani, 25% dintre gravidele vulnerabile nu au asigurare medicală şi 33% dintre acestea nu au făcut analizele recomandate din cauza lipsei banilor.

ACCENT MONTREAL

Piața închirierilor rezidențiale începe să prindă contur în România

Creşterea preţurilor proprietăţilor rezidențiale şi îngrijorările economice actuale fac dificilă posibilitatea de a deveni proprietarul unei locuinţe în ţările Europei Centrale şi de Est (CEE), se arată într-o analiză de specialitate, realizată de compania de consultanta imobiliară CBRE România, citată de *Agerpres*.

„Având în vedere că oraşe precum Praga, Bratislava şi Varşovia se află în primele cinci oraşe europene cel mai puţin accesibile pentru locuitorii lor, piaţa închirierilor rezidenţiale se prefigurează ca o reală oportunitate, iar dezvoltatorii nu ratează momentul. Uitându-ne la volumul investiţiilor în sectorul rezidenţial din Europa în perioada 2017-2021, CEE-5 (Cehia, Polonia, România, Slovacia şi Ungaria) a atras 1,8 miliarde de euro, reprezentând doar 1%", se menţionează în analiza CBRE România.

Polonia şi Cehia sunt principalele ţări în care au fost realizate tranzacţii cu acest tip de produse, împreună reprezentând 94% din totalul pieţei de investiţii începând cu 2016, în timp ce România reprezintă 5%. Diferenţa notabilă dintre Polonia şi Cehia faţă de România, Ungaria şi Slovacia poate fi legată de dezvoltarea segmentului închirierilor private în fiecare ţară precum şi de legislaţia specifică.

În prezent, capitalele ţărilor CEE-5 au un PIB mediu pe cap de locuitor de 32.900 euro. Transpunând acest lucru în creştere economică în anii următori, capitalele CEE ar putea ajunge la nivelul economic de acum al Berlinului sau al Vienei, având un impact direct asupra pieţei rezidenţiale similar cu ceea ce se întâmplă în oraşele din Vestul Europei.

Până în 2013, criza financiară a dus la o scădere a preţurilor rezidenţiale în regiunea CEE-5. Începând cu 2014 preţurile au început un trend ascendent în majoritatea ţărilor, ajungând în 2015 la nivelul de dinainte de criză, cu excepţia României.

„Chiar dacă au urmat ani cu creşteri constante, preţurile continuă să fie relativ scăzute în unele pieţe CEE. La sfârşitul primului semestru al anului 2022, cel mai mare preţ mediu pentru unităţile noi în capitalele CEE-5 se înregistrează în Praga, respectiv 6.100 euro/mp, cel mai accesibil fiind Bucureştiul cu 1.900 euro/mp", se arată în analiză.

Datele CBRE arată că numărul persoanelor care preferă să închirieze pe piaţa rezidenţială din România a crescut cu 20% în 2021 faţă de 2020. „Este de notorietate faptul că românii preferă să locuiască în propriile case, iar cifrele Eurostat confirmă acest lucru, indicând pentru 2021 o pondere de 95,3% persoane care locuiesc în propriile gospodării. Cu toate acestea, procentul persoanelor care stau în locuinţe închiriate a crescut de la 3,9% în 2020 la 4,7% în 2021", susţin reprezentanţii CBRE.

„Într-o ţară în care majoritatea cetăţenilor preferă să locuiască într-o casă pe care o deţin decât să închirieze una, piaţa închirierilor rezidenţiale începe să prindă contur pentru investitori într-un context regional. În prezent, jucătorii acestei pieţe sunt persoane fizice sau companii imobiliare mici cu un portofoliu limitat, în timp ce operatorii instituţionali sunt în număr redus. Ne aşteptăm ca acest lucru să se schimbe, atât dezvoltatorii cât şi investitorii să acceseze un teritoriu nou, să recunoască potenţialul de creştere al ţării şi să dezvolte astfel de produse investiţionale", potrivit CBRE.

ACCENT MONTREAL

SONDAJ

Democrația în America de Nord: Apetitul pentru forme de guvernare autoritare este în creștere în Canada și SUA

Vârsta, izolarea și deziluzia vizavi de guverne contribuie la amplificarea sentimentelor antidemocratice, așa cum reiese dintr-un recent sondaj Angus Reid.

SIMONA POGONAT
simona.pogonat@accentmontreal.com

În contextul recentelor alegeri la jumătate de mandat din SUA și a lucrărilor Comisiei asupra stării de urgență din Canada, un nou sondaj Angus Reid condus de-o parte și de alta a frontierei arată că populația Canadei este încă foarte atașată sistemului politic democratic, însă există o minoritate semnificativă ce manifestă entuziasm pentru forme de guvernământ non-reprezentative. Acest sentiment este și mai pronunțat în Statele Unite.

Astfel, o vastă majoritate a canadienilor, 86%, afirmă că un sistem politic democratic este cea mai bună formă de guvernare, în timp ce 6% nu sunt de acord iar 8% nu sunt siguri.

În SUA, doar două treimi (64%) susțin același lucru despre democrație, în vreme ce unul din cinci americani (19%) o consideră o formă proastă de guvernare iar 17% nu sunt siguri.

Preferința pentru democrație este mai scăzută în rândul republicanilor. Jumătate (52%) dintre cei care l-au votat pe Trump la alegerile prezidențiale din 2020 sunt de părere că democrația este un sistem bun sau foarte bun pentru Statele Unite – mult mai puțini decât cei care împărtășesc această idee și l-au votat pe Biden (83%). Totuși, proporția celor care cred că autoritarismul ar fi potrivit pentru Statele Unite este similară în cadrul celor două grupuri de votanți: 23% dintre alegătorii lui Trump și 22% dintre cei care l-au preferat pe Biden.

Când vine vorba de ideea unei conduceri autoritare – adică a unui lider care ignoră parlamentul (congresul în SUA) și n-are treabă cu alegerile – în Canada 16% consideră că acest lucru ar fi bun sau foarte bun iar 12% sunt nesiguri. În Statele Unite, 15% sunt nesiguri și 23% sunt entuziasmați de ideea unui lider puternic care nu consideră alegerile ca pe ceva important. Aceasta înseamnă că **27% dintre canadieni și 38% dintre americani nu resping ideea de autoritarism în țara lor**.

Ce determină un individ să alunece spre autoritarism?

Datele din sondajul Angus Reid întăresc ideea că **dezamăgirea față de guvern** duce la astfel de opinii. În Canada, în rândul celor care consideră că nu pot avea o influență reală asupra deciziilor politice care le afectează viața de zi cu zi, deschiderea față de o guvernare autoritară crește la 19%, iar 11% nu sunt siguri.

La vecinii de la Sud, trei din zece (28%) dintre cei care exprimă acest sentiment de neputință sunt gata să îmbrățișeze autoritarismul, în timp ce alți 12% nu îl resping.

Două treimi dintre canadieni (64%) afirmă că nu cred că pot influența deciziile politice care le afectează viața. Acest sentiment este mult mai frecvent în rândul **bărbaților cu vârste cuprinse între 18 și 34 de ani** (77%) decât în alte segmente demografice. Bărbații din această categorie de vârstă au de altfel de trei ori mai multe șanse decât oricare alt grup de populație să spună că „în unele țări e mai bine cu un regim autoritar”.

Încrederea în guverne, în scădere

O majoritate dintre canadieni (56%) afirmă că, în general, nu au încredere că guvernul acționează în interesul lor. Această proporție a crescut față de 2016, când 47% au dat un răspuns similar. În Statele Unite, neîncrederea în guvern se situează la cote alarmante, cu șapte din zece americani (72%) susținând acest lucru.

Cu cât o persoană este mai izolată social, cu atât neîncrederea în guvern și dezamăgirea sa față de sistem tind să crească. Mai mult de trei din cinci (63%) canadieni care suferă de izolare socială declară că nu au încredere că guvernul le apără interesele, în vreme ce în rândul canadienilor mult mai conectați social proporția este de 49%.

Încrederea că guvernul acționează în interesul poporului este influențată și de opțiunile politice. Astfel, cei care în 2021 au votat cu liberalii afișează niveluri ridicate de încredere (67%). Votanții NPD și Bloc québécois sunt mai circumspecți (41% în ambele categorii), iar cei care s-au îndreptat spre conservatori au o profundă neîncredere în guvern, 80% nefiind de acord cu fraza: *„I generally trust the government to act in the best interest of the people”*.

În SUA, cei care l-au votat pe Trump în 2020 sunt mult mai înclinați să spună că nu au încredere că guvernul acționează în interesul lor decât cei care l-au votat pe Biden (60% vs. 27%).

Sondajul a fost efectuat online în perioada 11-13 octombrie 2022, în rândul unui eșantion reprezentativ randomizat de 1.618 adulți canadieni și 1.015 adulți americani.

Anca Ciupitu: Pictura ca expresie și explorare

Anca Ciupitu, un nume ce s-a afirmat în mediul artistic quebechez, participă între 19 noiembrie și 4 decembrie 2022 la o nouă expoziție colectivă a Grupului M, căruia i s-a alăturat din 2016. Intitulată *„Si Saint-Laurent m'était raconté"* și găzduită de Centre des loisirs de Saint-Laurent, această expoziție este un nou prilej de a discuta cu pictorița Anca Ciupitu, de a plonja în universul său artistic pentru a-i descifra conceptele și reliefa realizările.

„SI SAINT-LAURENT M'ÉTAIT RACONTÉ"
LA CENTRE DES LOISIRS DE SAINT-LAURENT

1375 rue Grenet, Saint-Laurent, H4L 5K3
Expoziție colectivă a Grupului M, cu participarea pictoriței de origine română Anca Ciupitu
19 noiembrie - 4 decembrie 2022
Vernisaj: Joi, 24 noiembrie, între orele 18:30 și 20:30.

Pictorița Anca Ciupitu este membră și expune frecvent cu Grupul M, care reunește artiști plastici din Ville St-Laurent.

Eva Halus, Accent Montreal: Anca Ciupitu, cum și când a apărut pasiunea ta pentru pictură ?
Anca Ciupitu: Nu știu dacă s-o numesc pasiune, pentru că relația mea cu arta este mai mult decât atât, este așa cum am mai spus-o cu alte ocazii, un mod de a trăi, de a mă manifesta. Face parte din caracterul meu, pe care cumva îl moștenesc de la tata, un rafinat desenator, care m-a inițiat în jocul cu expresia artistică. Îmi amintesc că privilegiam în copilărie jocul cu creionul și hârtia, celui cu păpuși, iar în adolescență am masacrat o mobilă veche de la bunica, exersând stilul ART DECO. Cu toate că educația mea a urmărit calea științei și am urmat Școala Politehnică din București (secția electrotehnică, promoția 1980), totuși arta, sub toate formele ei, a infiltrat permanent cursul vieții mele, astfel încât am căutat mereu cercurile de artiști în care m-am regăsit la locul meu și practica s-a instalat de la sine în desfășurarea activității mele.

EH: Ca mulți artiști, trecând Oceanul și stabilindu-te în Canada, ți-ai putut urma, în sfârșit, visul…
AC: Este adevărat că ajungând în Canada în 1993, s-a creat oportunitatea de a mă ocupa de pictură într-un mod mai consecvent și a o face publică. Astfel, am urmat cursuri de pictură în ulei și artă contemporană în atelierele artiștilor Maurice D'Amour, Areg Elibekian, Svetla Velikova și am asistat la demonstrații de diferite tehnici în pictură oferite de artiști cunoscuți. Din 2004, particip regulat la expoziții colective, de grup și solo.

EH: Povestește-ne despre acest Grup M: când a fost constituit, cine sunt ceilalți pictori din grup și unde expuneți de obicei?
AC: Grupul M este format din cinci pictori, care au frecventat atelierul lui Maurice D'Amour: Marc Brulé, Hong Minh Cung, Duane Gordon, Michel Boudreau și subsemnata. Interesant este că avem stiluri diferite, dar toți practicăm pictura în ulei (la care se adaugă și alte mediumuri). Cred că avem afinități și ne armonizam pe un plan al comunicării și expresiei, de aceea am fost atrași să ne reunim într-un grup cu care expunem constant din 2016 în diferite galerii și spații expoziționale, după cum se prezintă ocazia.

EH: Ești membră și în Association des Artistes de St-Laurent (AASL), Cercle des artistes Peintres et Sculpteurs du Québec (CAPSQ) și Artistes Visuels du Québec (AVQ), organizații de prestigiu care, în mai multe rânduri, au recunoscut și recompensat practica ta artistică.
AC: În 2011 și 2012 am primit mențiuni de onoare, iar în 2014 Premiul I la un concurs de artă organizat la Pierrefonds de către municipalitate. În 2017 am primit premiul asociației în cadrul expoziției anuale organizate de AASL, iar în 2019 mi s-a acordat marea distincție în cadrul Galei CAPSQ și marea distincție la o expoziție internațională în Franța.

EH: Picturile tale, în care mediul de predilecție este acrilicul aplicat cu spatula și pictura în ulei, reprezintă un stil aparte, despre care se poate spune că poartă semnătura lui Anca Ciupitu. Ce stă, așadar, în spatele tablourilor tale? Cum ai defini practica ta artistică?
AC: Eu de fapt privilegiez uleiul (mai puțin acrilicul), pentru bogăția, luminozitatea și rafinamentul pe care îl oferă, și nu în ultimul rând pentru marea calitate de a-mi ierta greșelile, ezitările, chestionările. Aceasta, pentru că pictura pentru mine este un mod de cercetare, de alunecare în adâncurile ființei, în căutare de răspunsuri, sau cel puțin un soi de dialog. Expresia acestei discuţii cu sinele m-a condus către utilizarea spatulei, abordarea unui stil pe care l-aș situa undeva în marginea figurativului, aplicarea de tușe și straturi repetitive. Un tablou este pentru mine o cale de

a relației pictor - natură umană - lume

lungă meditație, unde construiesc și desfac, mă opresc și reiau, o neliniște într-un spațiu intim care se oprește cu fiecare tablou terminat, pentru a începe cu și mai multă furie în momentul următor. Cred că este condiția artistului.

EH: Ai participat recent la un proiect inițiat de autorul și realizatorul quebechez Gaetan Lavoie: colecția literară și artistică intitulată „Les temps présents". Ai fost invitată, alături de alți 30 de artiști plastici și autori quebechezi, să exprimi prin artă timpurile actuale. Autorul te-a prezentat în carte cu următoarele cuvinte: „Anca pictează ca și cum s-ar interoga (asupra realității) fără încetare. Pictează frumos, chiar dacă nu încearcă să placă cu orice preț. Nu pot să nu observ talentul și evoluția picturii sale. Mi-a propus (n.a. pentru carte) tabloul „Un ciel à l'envers". Imediat m-am gândit că alpinistul, fotograful și marele explorator Jean-Pierre Danvoye ar putea însoți această operă de artă cu câteva cuvinte despre esca-ladarea celor mai înalte vârfuri din lume, pe care le-a urcat în ultimele decenii. Acești doi artiști, atât de diferiți, au în comun talentul de a ști să privească, să observe și să povestească, să redea, fiecare în felul lui, universul pe care îl descoperă." Ce poți să ne spui despre această colaborare?

AC: Da, consider o mare onoare această invitație a lui Gaetan, de a include tabloul meu în lucrarea lui complexă, o mărturie pentru viitor a timpurilor prezente, văzută de ochiul artistului. Cartea, care aș dori să subliniez că are o grafică superbă, realizată de graficianul Laurent Rousseau a fost lansată în august a.c., cu prilejul expoziției *„Expo du Plateau des Arts"* în Charlevoix și este disponibilă

Anca Ciupitu.

la galeria Iris în Baie-Saint-Paul. Este un fel de dialog între poezie și pictură la un nivel emoțional deosebit și am descoperit cu multă plăcere poemul delicat al exploratorului Jean-Pierre Danvoye, inspirat de lucrarea mea.

EH: Înapoi la expoziția în pregătire, „Si Saint-Laurent m'était raconté". Expui alături de ceilalți patru membri ai Grupului M: Marc Brulé, Duane Gordon, Minh Hong Cung și Michel Boudreau. Ce propuneți publicului?

AC: Încercăm o revedere a cartierului în care locuim, dintr-un punct de vedere istoric cu accente specifice artistului, fiecare adăugând o perspectivă personală. Cu această ocazie vor fi expuse și câteva fotografii de patrimoniu, pe care ni le va împrumuta Centre des loisirs de Saint-Laurent și care credem că vor îmbogăți imaginea acestui proiect. În ceea ce mă privește, eu am evitat reprezentarea prestigioasă, am încercat, din contră, să privilegiez o latură anodină, o privire atentă asupra unui spațiu ascuns ochiului grăbit, o subliniere a întâlnirii noastre zilnice cu natura, arhitectura, atmosfera ce ne înconjoară. În prezent, lucrez la două tablouri pe care sper să reușesc să le termin pentru a expune o serie de cca 5-7 lucrări. Printre ele ar fi *„Trecerea oprită"*, *„Clădire veche"*, *„Vis-à-vis"* și altele. Sperăm să incităm privirea trecătorului, să se oprească asupra frumosului firesc.

Vernisajul acestei expoziții va avea loc pe 24 noiembrie, între orele 18:30 și 20:30, la Centre de Loisirs de Saint Laurent (1375 rue Grenet, Saint-Laurent, H4L 5K3).

Pictoriță și poetă, Eva Halus se definește ca o artistă Zen, mereu în ritm cu natura. A publicat patru volume de poezii, trei de interviuri cu personalități românești din Montreal și două cărți de povești.

Repere biografice

Deși a urmat o pregătire tehnică (Politehnica București, 1980), Anca Ciupitu a fost pasionată de pictură încă din copilărie, interesul său pentru artă fiind omniprezent.

Stabilită la Montreal în 1993 își continuă cariera în domeniul ingineriei și dedică din ce în ce mai mult timp artei, urmând cursuri de pictură în ulei. Din 2004 expune constant, participând la numeroase expoziții de grup și solo. În 2011 și 2012 apar și primele recunoașteri, artista primind mențiuni de onoare la un concurs de artă organizat în Pierrefonds, la care, doi ani mai târziu, în 2014, obține premiul I.

În următorii ani, aprecierile se fac din ce în ce mai numeroase. La ora actuală, Anca Ciupitu expune adesea alături de nume de excepție ale picturii canadiene și quebecheze prin intermediului Galeriei Exib'Art, în a cărei impresionantă colecție se regăsesc lucrări de Marc-Aurèle Fortin, Marcelle Feron, Bruno Côté etc.

Artista face parte din colectivul de artiști vizuali montrealezi intitulat Groupe M și este membră în Association des Artistes de St-Laurent (AASL), Cercle des Peintres et Sculpteurs du Québec (CAPSQ) și Artistes Visuels du Québec (AVQ).

În luna aprilie 2019, lucrarea sa *„La vieille grange"* (ulei pe pânză, 12"x12") a primit La grande distinction la cea de-a 34-a ediție a Concursului internațional de arte vizuale Son et Lumière al CAPSQ.

O altă lucrare semnată de Anca Ciupitu și recompensată cu La Grande Distinction de către Cercle des artistes peintres et sculpteurs du Québec este *„Le départ"* (unei pe pânză, 31×31 cm, peisaj imaginar). Tabloul a fost inclus în expoziția internațională *„La diversité dans l'art 2019"* prezentată de CAPSQ în Franța (L'abbaye de Fontdouce, în Charente-Maritime), un eveniment anual ajuns la a 50-a ediție. La Grande Distinction i-a fost acordată pictoriței de origine română pentru „autenticitatea lucrării și pentru contribuția sa la promovarea artei de aici pe scena internațională". Atât *„Le départ"* cât și *„La vieille grange"* pot fi văzute pe site-ul artistei, la www.ancaciupitu.wixsite.com/painting.

Picturile sale fac parte din importante colecții private din Canada, Germania, Franța, Statele Unite și România.

DUMINICĂ LUNI: Închis
MARȚI: 10 - 17
MIERCURI: 10 - 17
JOI: 10 - 17
VINERI: 10 - 17
SÂMBĂTĂ: 9 - 14

ZYTYNSKY'S DELI

Business de familie din 1922

Vă oferim de sărbători cele mai bune produse: cârnați, tobă, șuncă, parizer, smoke meat, plus o mare varietate de produse europene autentice, de cea mai bună calitate.

Tel: **(514) 722 - 0826**

3350 Beaubien Est (colt cu 12e Avenue), Montreal, H1X 1G6

Al dvs. VIN

Începând de la $3.90/L*

Cabernet Sauvignon - Pinot Noir -Merlot - Zinfandel
Muscat- Chardonnay -Pinot Grigio - Icewine- Rose etc

BestWineAmerica

De 46 de ani în industria vinului

1265 O'Brien, St-Laurent, Que, H4L-3W1 Tel: 514-747-3533

Deschis: Marți - Vineri: 10.00-15.00 | Sâmbătă: 9.00-13.00
Duminică - Luni: Închis

***Detalii în magazin**

Cei mai bogați 1% poluează într-un an mai mult decât cei mai săraci 10% în 20 de ani

Cei mai bogați 1% oameni din Regatul Unit produc aceeași cantitate de emisii de dioxid de carbon pe care o produc cei mai săraci 10% în peste 20 de ani, arată *The Guardian citat de Digi24.ro.*

Noile date, rezultate în urma unei analize făcute organizația Autonomy, care cercetează impactul crizei climatice, arată uriașa diferență între „elita poluatoare", al cărei stil de viață alimentează puternic criza climatică, și majoritatea oamenilor care, chiar și în țările dezvoltate, poluează mult mai puțin. Ar dura 26 de ani pentru ca cei cu venituri mici să producă la fel de mult dioxid de carbon pe cât produc cei mai bogați într-un singur an, potrivit acestei analize.

Studiul a cercetat emisiile de carbon în contextul veniturilor între 1998 și 2018 și a arătat că cei care au câștigat 170.000 de lire sau mai mult în 2018 au fost responsabili de o cantitate mult mai mare de emisii de carbon decât cei 30% dintre britanicii care au câștigat 21.500 lire sau mai puțin în același an.

Nu doar în Marea Britanie există această diferență uriașă între cât de mult poluează bogații față de cei cu venituri mici. Tot mai multe cercetări sugerează existența acestei „elite poluatoare", al cărei stil de viață are puține lucruri în comun cu cel al oamenilor cu venituri medii sau mici. Acest lucru este valabil și în țări dezvoltate dar și în cele în curs de dezvoltare.

Zborurile, mașinile de lux, deținerea mai multor case în proprietate și călătoria între ele, dar și consumul unei diete bogate în carne și produse de import reprezintă principalele motive pentru care amprenta de carbon a bogaților este mai mare decât cea a celor cu venituri mai mici.

Oamenii cu venituri mici sau medii tind să stea aproape de casă, să dețină locuințe mai mici și să folosească transportul public.

„Uriașa cantitate de emisii de carbon a celor mai bogați din societate din ultimii ani este incredibilă. Analiza noastră sugerează că cea mai eficientă cale a guvernului de a se ocupa de schimbările climatice este să-i taxeze dur pe cei bogați, folosind o schemă bine țintită anti-carbon", spune Will Stronge, director de cercetare la Autonomy, potrivit sursei citate.

Încălzirea globală se accelerează

Dacă proiecţiile pentru acest an se vor confirma, cei opt ani din perioada 2015-2022 vor fi cei mai calzi ani înregistraţi vreodată, a avertizat Organizaţia Meteorologică Mondială (OMM), într-un raport considerat a fi o „cronică a haosului climatic", relatează *Agerpres* **citând** *AFP*.

Cu o temperatură medie estimată cu 1,15 grade Celsius mai mare decât în perioada preindustrială, se aşteaptă ca anul 2022 să se situeze „doar" pe locul al cincilea sau al şaselea al acestor cei mai calzi ani înregistraţi vreodată, datorită influenţei neobişnuite, pentru al treilea an consecutiv, al fenomenului la La Ninia care antrenează o scădere a temperaturii.

Acest lucru nu inversează însă tendinţa pe termen lung; este doar o chestiune de timp până când se va înregistra un nou an mai cald, afirmă agenţia specializată a ONU.

Dovadă a acestei tendinţe, „cei opt ani din 2015 până în 2022 vor fi probabil cei mai calzi opt ani înregistraţi vreodată", a estimat OMM, care îşi va publica evaluarea finală în 2023.

Temperatura medie în deceniul 2013-2022 este estimată la 1,14 grade Celsius peste cea din perioada preindustrială, faţă de 1,09 grade Celsius în perioada 2011-2020.

Emisiile de gaze cu efect de seră ar trebui să scadă cu 45% până în 2030 pentru a avea şansa de a limita încălzirea globală la 1,5 grade Celsius faţă de epoca preindustrială, cel mai ambiţios obiectiv al Acordului de la Paris din 2015.

Planeta a fost lovită în acest an de o avalanşă de evenimente extreme, de la inundaţii istorice în Pakistan până la valuri de căldură repetate în Europa şi seceta prelungită în Cornul Africii.

„Ştim că unele dintre aceste dezastre, inundaţiile şi canicula din Pakistan, inundaţiile şi cicloanele din sudul Africii, uraganul Ian, valurile de căldură extreme şi seceta din Europa nu ar fi fost atât de grave fără schimbările climatice", a declarat Friederike Otto, climatolog la Imperial College din Londra.

Cea de-a 27-a Conferinţă a Părţilor la Convenţia Cadru a ONU privind Schimbările Climatice (COP27), care are drept obiectiv să ofere un nou suflu luptei împotriva încălzirii globale, este în curs de desfăşurare la Sharm el-Sheikh, în Egipt.

Summitul COP27 (6-18 noiembrie 2022) reuneşte reprezentanţi din circa 200 de ţări în încercarea de a se lua măsuri urgente pentru a reduce emisiile de gaze cu efect de seră, în condiţiile în care impactul încălzirii globale - inundaţii, secete prelungite, incendii - afectează tot mai mult o planetă divizată politic şi preocupată de alte urgenţe, precum războiul din Ucraina, crizele energetice şi alimentare. **AM**

Vreți mai mulți clienți?
Suntem aici să vă ajutăm!
ACCENT MONTRÉAL
Print și online
Publicitate care funcționează!
www.accentmontreal.com | info@accentmontreal.com | 514 690.8831

RBQ- 8325-7824-25

ASTRA
FENESTRATION

FABRICANT DE UȘI ȘI DE FERESTRE

PVC, aluminium, hibrid (aluminium, pvc, lemn la interior), Energy Star
Balcoane fibră de sticlă şi balustrade în aluminium, cu sau fără instalare.
ESTIMARE GRATUITĂ! FINANȚARE DISPONIBILĂ

Săli de prezentare

1100 Av du Pacifique,
Lachine, Qc. H8S 2R4
Tel.: 514 345 9615
Fax: 514 731 5869

4498 Aut. 440,
Laval, Qc. H7T 2B7
Tel.: 450 687 5353
Fax: 450 687 5357

info@astrafenestration.com
www.astrafenestration.com

ROMEXPRESS

WWW.MONTREALCOLETE.COM
514-578-0383

Garantat! cele mai mici preturi pentru coletarie CARGO

TRANSPORT AERIAN

Servicii 24/7

ROMEXPRESS
CANADA - ROMÂNIA

SERVICII OFERITE

- Colete, plicuri, scrisori la domiciliu in Romania, in 3 zile lucratoare
- Colectare la domiciliu pentru 15$ în zona Laval si Montreal
- Trimitem oriunde in Romania si in Republica Moldova
- Transfer de bani spre si din Romania
- Cadouri, flori, torturi, sampanie livrate in Bucuresti pentru ocazii speciale

Coletele tale, prioritatea noastra!

Toate produsele noastre sunt preparate si afumate in magazinul din Laval
Retete ardelenesti

Gustosii mici de Balkani
Carnati oltenesti
Carnati afumati
Ciolane afumate
Costita afumata
Telemea de oaie
Ghiudem
Babic
+ multe alte produse traditionale romanesti

BALKANI LAVAL
ÉPICERIE D'EUROPE DE L'EST
LA PAVEL

Deschis in fiecare zi, de luni pana sambata. Sunati pentru orarul exact.

2888 Av Du Cosmodome, H7T 2X1
LAVAL
450-680-1626

EuroVictoria

Mancare gatita

Mancare traditionala la comanda
- Ciorbe de perisoare, de burta si vacuta
- Fasole cu ciolan, Fasole batuta Sarmale, Chiftele
- Snitele de porc si pui
- Salata de boeuf, Vinete Papanasi, Cornulete, Placinte cu branza, cartofi sau varza
Si multe altele!

Marche Europeen

Produse de la Balkani Brossard

Branzeturi Carpati

Prajituri de la Balkani Laval

4751 Ave. Van Horne
Montreal,H3W 1H8
514-733-8455

LIVRAM LA DOMICILIU

ORAR
L-M-M-J-V 9.00-20.00
S 9.00-19.00 | D 9.00-18.00

2023
happy new year!
$180
Elena Doina (514) 757-6955 Marco (514) 715-2774
DJ Zoli
* Cocktail international - bufet de sushi, salate, fructe de mare, branzeturi, somon etc.
* File de somon cu sos „fromage bleu" si fructe de mare
* Salata exotica
* Cotlet de porc tomahawk cu sos de ciuperci si buchet de legume
* Sweet table - mare viarietate de ciocolata, prajituri, macarons, fructe si fantana de ciocolata
* Open bar toata seara
Sala Receptii Antique: 6086 Sherbrooke Est, Montreal, H2N 1C1

Afacerea ta în mediul online!
Vorbim
Franceză
Engleză
Română
PCLAND
438-399-7922
contact@pcland.ca
www.pcland.ca
WEB DESIGN
Creare Website
Hosting (găzduire website)
Înregistrare domenii
Branding / Logo
SSL/IP Dedicat
Mentenanță
SITE-UL TĂU POATE FI AICI
Aveți încredere!
CISCO CERTIFIED
10% REDUCERE
Vino cu acest cupon și beneficiezi de 10% reducere la oricare dintre serviciile noastre.
NETWORK SOLUTIONS
Rețele calculatoare (Switch, Router, PC)
Instalare
Administrare
Mentenanță
SERVER ADMINISTRATION
Instalare /administrare servere (Windows, Linux)
Backup/Storage
Security/Firewall
Mentenanță
COMPUTER SERVICE
Recuperare date
Asamblare/instalare calculatoare
Devirusare
Backup
Optimizare Windows
SUNAȚI ACUM: (438) 399 7922

Parada lui Moș Crăciun revine anul acesta la Montreal

Le Défilé du père Noël **va anima din nou centrul orașului, după o absență de doi ani.**

Unul din cele mai așteptate evenimente ale sezonului sărbătorilor de iarnă, Prada lui Moș Crăciun, revine anul acesta la Montreal. Peste 400,000 de spectatori sunt așteptați de-a lungul străzii Ste-Catherine (între străzile Guy și Jeanne Mance), unde se va desfășura cea de-a 70-a ediție a acestei parade.

Evenimentul va avea loc pe 19 noiembrie, de la ora 11:00. Accesul este gratuit.

Peste 500 de artiști și benevoli și 15 care alegorice, 100% electrice, vor defila pe parcursul a 1,5 km. Vor participa artiștii spectacolului **Corteo** al **Cirque du soleil**, trupa spectacolului **Décembre** de la **Québec Issime**, precum și două nume îndrăgite de cei mici: **Atchoum** și **Henri Godon**.

Le Défilé du père Noël a fost anulat în 2020 și 2021 din cauza măsurilor sanitare din timpul pandemiei de COVID-19.

Prima Paradă a lui Moș Crăciun din centrul Montrealului a avut loc în 1925, la inițiativa magazinului Eaton. Din 1995, evenimentul este organizat de Société de développement commercial du centre-ville.

ACCENT MONTREAL

Ce mâncăm când suntem bolnavi?

Când nu ne simțim bine, mâncatul poate fi unul din ultimele lucruri pe care vrem să le facem. Cu toate acestea, consumul de alimente potrivite atunci când suntem bolnavi poate face mai mult decât să ne furnizeze energie. Anumite alimente ne pot ajuta să ne simțim mai bine, să recuperăm mai repede sau să ne menținem hidratați pe măsură ce ne vindecăm, după cum informează *Healthline.com*.

Supa de pui

Supa de pui este un remediu întrebuințat de generații – și pe bună dreptate! Este ușor de mâncat și o sursă foarte bună de vitamine, minerale și proteine, nutrienți de care organismul are nevoie în cantități mai mari în timpul recuperării de după boală. În plus, supa de pui este și o foarte bună sursă de lichide și electroliți, de mare ajutor atunci când există riscul de deshidratare din cauza diareei, vărsăturilor, transpirației sau febrei. Atunci când o mâncăm caldă, ea poate ajuta la reducerea congestiei, căci lichidele fierbinți sau picante pot fi utile în acest sens.

Puiul din supa de pui conține cisteină, care este un aminoacid. N-acetil-cisteina, o formă de cisteină, diminuează mucusul și are efecte antivirale, antiinflamatorii și antioxidante.

Dacă e de casă și făcută cu bulion de oase *(bone broth)*, supa de pui este bogată în colagen și nutrienți care pot favoriza vindecarea – deși nu există suficiente studii științifice privind efectul colagenului asupra sistemului imunitar pentru a valida această afirmație.

Usturoiul

Usturoiul are multiple beneficii, motiv pentru care este folosit în medicina naturistă de secole. In studii de laborator și pe animale usturoiul a demonstrat efecte antibacteriene, antivirale și antifungice.

Un studiu efectuat pe 146 de persoane a constatat că participanții care au luat un supliment pe bază de usturoi au avut cu aproximativ 70% mai puține zile în care au fost bolnavi decât grupul placebo. Totuși, autorii au ținut să precizeze că aceste rezultate nu reprezintă o dovadă suficientă pentru a concluziona că usturoiul poate preveni o îmbolnăvire și că mai multe cercetări pe acest subiect sunt necesare.

Este bine însă să adăugați usturoi în mâncare, căci el oferă un plus de savoare și poate face alimentele și mai eficiente în combaterea simptomelor răcelii sau gripei. În plus, suplimentele cu usturoi îmbătrânit ar putea îmbunătăți funcția imunitară, diminuând totodată severitatea bolii.

Ceaiurile fierbinți

Ceaiurile sunt un remediu des întrebuințat pentru multe simptome asociate cu răceala și gripa.

La fel ca supa de pui, ceaiul fierbinte acționează ca un decongestionant natural. Atenție însă, el trebuie să fie suficient de fierbinte pentru a ajuta la ameliorarea congestiei, dar nu într-atât încât să vă irite (și mai mult) gâtul.

Deși unele ceaiuri conțin cofeină, ele nu par să contribuie la deshidratare sau să provoace pierderi crescute de apă. Putem să le bem așadar pe parcursul zilei pentru a ne menține hidratați și pentru a ameliora congestia.

Ceaiul conține și polifenoli. Aceste substanțe naturale găsite în plante pot avea multiple beneficii pentru sănătate, inclusiv efecte antioxidante și antiinflamatorii și chiar potențiale efecte anticancerigene. Ceaiurile negre și cele verzi conțin ambele cantități mari de polifenoli.

Mierea

Mierea are unele proprietăți antibacteriene și este adesea folosită ca pansament antiseptic pentru arsuri sau tăieturi.

De asemenea, mierea poate stimula sistemul imunitar. Mulți folosesc miere nepasteurizată, locală, pentru a ameliora alergiile sezoniere, însă trebuie spus că în prezent nu există studii științifice care să valideze această întrebuințare a mierii.

Mierea ar putea acționa ca un inhibator de tuse la copii. Atenție însă, mierea nu trebuie dată copiilor sub un an din cauza riscului de contaminare cu bacteria care cauzează botulism.

Ghimbirul

Ghimbirul este utilizat pe scară largă în alimentație și în medicina naturistă, fiind probabil cel mai cunoscut pentru efectele sale anti-greață (ameliorează eficient greața asociată sarcinii și tratamentelor împotriva cancerului).

Așadar, dacă aveți greață sau vomitați, ghimbirul este unul dintre cele mai bune remedii naturale disponibile pentru a ameliora aceste simptome.

Folosiți ghimbir proaspăt la gătit, pentru a face ceai sau cumpărați niște bere de ghimbir pentru a obține aceste beneficii. Asigurați-vă însă că orice produs cumpărat conține ghimbir real sau extract de ghimbir, nu doar aromă de ghimbir.

ARCADE ACCOUNTING

Gabriela Bucsa
Member of Canadian Bookkeepers Association

Disponibilitate maxima, preturi deosebit de avantajoase.
Deplasari la client. Servicii personalizate.

CONTABILITATE SI FISCALITATE PROFESIONALA

- Declaratii de IMPOZIT: persoane fizice si companii
- Declaratii TPS/TVQ, Salarii, Simulari REER
- Rapoarte IFTA, Rapoarte CCQ, CSST
- Incorporari si lichidari de companii
- Reprezentare in fata autoritatilor guvernamentale
- Consiliere fiscala optima pentru rambursari maxime

3333 boul. Cavendish, suite 435, Montreal, H4B 2M5
www.arcade-accounting.com • 514.508.8880 • info@arcade-accounting.com

Pregatire profesionala de exceptie, o vasta experienta canadiana pentru ORICE domeniu de activitate!

Cele mai bune zece mâncăruri și alimente

Bananele

Bananele sunt un aliment excelent atunci când suntem bolnavi. Sunt moi, ușor de digerat și pline de nutrienți și carbohidrați cu acțiune rapidă. Potasiul din banane poate ajuta la asigurarea unei cantități optime de electroliți, deoarece potasiul este unul din electroliții esențiali de care organismul nostru are nevoie.

Un alt mare beneficiu al bananelor provine de la conținutul lor bogat în fibre solubile. Acestea devin ca un gel în prezența lichidelor, ajutând la combaterea diareii prin reducerea cantității de apă aflată în tractul digestiv.

Iaurtul

Iaurtul - cel natural, fără arome și zahăr adăugat - este foarte bun datorită probioticelor pe care le conține. Probioticele sunt alimente (sau suplimente) care conțin microorganisme vii destinate să mențină sau să îmbunătățească bacteriile bune din organism.

Mai multe studii au arătat că probioticele pot ajuta atât adulții, cât și copiii să răcească mai rar, să se facă bine mai repede atunci când se îmbolnăvesc și să ia mai puține antibiotice.

La unele persoane însă consumul de lactate poate înrăutății secrețiile de mucus, și așa exacerbate atunci când suntem bolnavi. Dacă simțiți că lactatele vă agravează congestia, încercați alte alimente fermentate, precum tradiționalele noastre murături (de casă).

Anumite fructe

Fructele sunt bogate în vitamine, minerale, antioxidanți și fibre care contribuie la o bună funcție imunitară și stare generală de sănătate.

Multe fructe sunt bogate în vitamina C, un antioxidant care ajută sistemul imunitar să funcționeze cum trebuie. În plus, unele conțin și antociani, tot din categoria antioxidanților, care le conferă culorile roșu și albastru: afinele, murele, zmeura, căpșunile, coacăzele negre, açai etc. De aceea fructele de pădure sunt foarte bune atunci când suntem bolnavi, deoarece au puternice efecte antiinflamatorii, antivirale și de întărire a sistemului imunitar.

Mai multe studii de laborator și pe animale au arătat că extractele de fructe cu conținut mare de antociani pot împiedica atașarea virusurilor și bacteriilor comune la celule.

În plus, o revizuire a 14 studii în domeniu a concluzionat că suplimentele de flavonoide, un alt tip de antioxidanți care se găsesc în fructe, au redus cu 40% numărul de zile în care oamenii au fost răciți.

Avocado

Avocado este bogat în grăsimi mononesaturate, fibre, vitamine și minerale și constituie un aliment foarte bun de consumat atunci când suntem bolnavi deoarece oferă calorii, vitamine și minerale de care organismul are multă nevoie.

Datorită grăsimilor sănătoase pe care le conține, în special acid oleic (același acid gras benefic aflat și în uleiul de măsline), avocado ar putea contribui la scăderea inflamației în organism, jucând în același timp un rol important în funcția imunitară.

Somonul

Somonul este una dintre cele mai bun surse de proteine atunci când suntem bolnavi. Este ușor de mâncat și plin de proteine de calitate de care organismul are mare nevoie.

Somonul este în mod special bogat în acizi grași omega-3, care au un puternic efect antiinflamator, contribuind la o mai bună funcționare a sistemului imunitar.

De asemenea, somonul conține multe vitamine și minerale, printre care și vitamina D, deficitară în cazul populațiilor situate la latitudini nordice. Vitamina D joacă un rol critic în funcția imunitară.

În concluzie, alimentația adecvată, alături de hidratare și odihnă, este foarte importantă pentru a ne îmbunătății starea și a ne face bine mai repede atunci când suntem bolnavi. Deși niciun aliment de unul singur nu ne poate vindeca, consumul alimentelor potrivite poate ajuta la susținerea sistemului imunitar și la ameliorarea simptomelor.

ACCENT MONTREAL

Mamografia preventivă este gratuită, rapidă și fiabilă

Mamografia este o radiografie care prezintă imagini ale țesuturilor moi ale sânului. Această procedură de screening reprezintă cel mai eficient mod de a detecta un cancer de sân în stadiu incipient, înainte de a deveni periculos. Mamografia este gratuită, rapidă, ușor de suportat și fiabilă. Prin intermediul său, un cancer mamar poate fi depistat chiar și cu doi ani înainte ca un nodul să poată fi palpat.

Reamintim că, protrivit Société canadienne du cancer, în Quebec (ca și în Canada de altfel) cancerul de sân este cel mai frecvent cancer diagnosticat la femei. În același timp, de la jumătatea anilor ‘80, rata mortalității asociată acestui cancer s-a redus la jumătate în Canada, grație cercetărilor în domeniu, ameliorării metodelor de detectare precoce și tratamentelor, dar și campaniilor de conștientizare și prevenire. În ziua de azi, aproximativ 88% dintre femeile atinse de cancer mamar pot supraviețui cel puțin cinci ani de la diagnosticare.

Pentru a face o mamografie preventivă, nu e nevoie să aveți un doctor de familie, veți fi contactată de un medic în caz de nevoie. Precizăm, de asemenea, că mamografiile sunt făcute de femei care cunosc bine această procedură.

În Quebec există un program de depistare a cancerului de sân, intitulat *Programme québécois de dépistage du cancer du sein* (PQDCS), axat pe prevenție, cu scopul de a evita cât mai multe cazuri mortale.

Prin intermediul acestui program, femeile cu vârste între 50 și 69 de ani asigurate la Régie de l’Assurance du Québec (RAMQ) primesc o scrisoare care le îndeamnă să facă o mamografie la fiecare doi ani.

Dacă ați împlinit 50 de ani și ați primit această scrisoare, oferiți-vă cel mai frumos cadou: sănătatea!

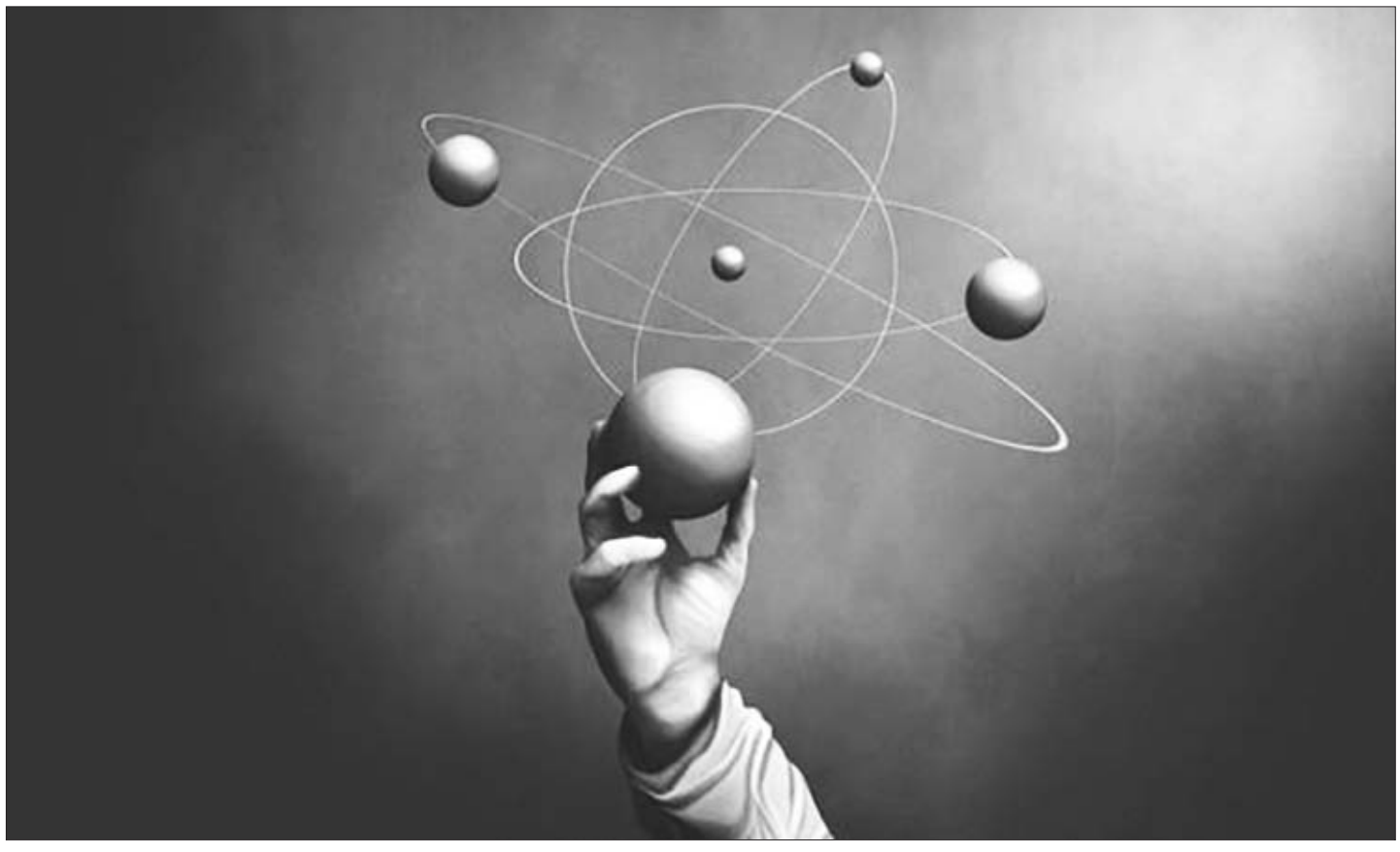
Pe site-ul *Alliance des communautés culturelles pour l’égalité dans la santé et les services sociaux* (ACCÉSSS), la www.accesss.net, există capsule video în diferite limbi, inclusiv în română, despre *Programme québécois de dépistage du cancer du sein* (PQDCS), la secțiunea *Dossiers / Cancer et femmes immigrantes / PQDCS*.

Pentru mai multe informații, puteți consulta și: www.cancer.ca/memo-mamo.

ACCENT MONTREAL

SCEPTICUS

Este materia



Nimic nu pare a fi mai real decât lumea formată din obiectele de zi cu zi, numai că lucrurile nu sunt ceea ce par. Un set de experimente relativ simple scoate la iveală nenumărate găuri în înțelegerea intuitivă a realității fizice. Despre ce este vorba?

Nu trebuie să postulăm o fizică sau o chimie specială pentru a explica metabolismul unui organism, modul în care acesta procreează, cum este transmisă informaţia sa genetică sau modul în care îmbătrâneşte sau moare. Comportamentul celulelor care formează un organism poate fi descris în legătură cu nucleul, mitocondriile şi alte entităţi subcelulare care la rândul lor pot fi explicate în legătură cu reacţiile chimice ce au loc în funcție de comportamentul moleculelor şi atomilor din care sunt compuse. **Din acest motiv, explicaţiile proceselor biologice pot fi reduse la nivelul proceselor chimice şi, în final, la nivelul proceselor fizice.**

Dacă alegem o explicaţie reductivă a fenomenelor care au loc în jurul nostru, un prim pas este să reducem explicaţiile asupra obiectelor de dimensiune medie din jurul nostru - cărămizi, creiere, albine, facturi şi bacterii - la nivelul unor explicaţii asupra obiectelor materiale fundamentale, cum ar fi moleculele. Orice lucru poate fi explicat în legătură cu constituenţii săi, mai exact atomii. Atomii, desigur, sunt şi ei formaţi din alte părţi şi astfel suntem pe drumul spre lumea unor particule subatomice şi mai mici - poate (dacă teoria stringurilor este corectă) până la nivelul stringurilor vibrante de energie pură. Până acum, nu am ajuns încă la nivelul obiectelor fundamentale. De fapt, nu există nici măcar o teorie care să susţină că ar exista asemenea obiecte.

Deci nu există niciun motiv pentru care ar trebui să ne oprim aici cu explicaţia reducţionistă, având în vedere că putem înţelege obiectele fizice de bază în termeni de spaţiu şi timp. În loc să vorbim despre o anumită particulă care există într-un anumit loc pentru o anumită perioadă de timp, putem reduce această discuţie la a vorbi despre o anumită regiune din spaţiu care este ocupată între două momente de timp diferite.

Putem merge chiar la un nivel şi mai adânc; dacă luăm ca reper un punct fix ales arbitrar din spaţiu şi o unitate stabilă de distanţă în spaţiu, putem specifica oricare alt punct din spaţiu prin trei coordonate. În acest fel, putem spune de câte unităţi avem nevoie pentru a merge în sus sau în jos, câte unităţi la stânga sau la dreapta şi câte unităţi înainte sau înapoi. Putem face la fel şi cu anumite momente în timp. Avem o modalitate de a exprima punctele în spaţiu-timp ca un set de patru numere, x,y,z şi t, unde x,y şi z reprezintă cele trei dimensiuni spaţiale şi t dimensiunea timpului. În acest fel, realitatea poate fi redusă la numere.

Şi aceasta ne duce la o chestiune şi mai fundamentală. Matematicienii au găsit o modalitate de a reduce numerele la ceva şi mai simplu: seturile. Pentru asta, ei înlocuiesc numărul 0 cu setul gol, numărul 1 cu setul care conţine numai setul gol şi aşa mai departe. Toate proprietăţile numerelor se aplică şi acestor numere surogat formate din seturi. Reducem astfel lumea materială din jurul nostru la o matrice de seturi.

Din acest motiv este important să ştim ce sunt cu adevărat aceste obiecte matematice numite **seturi**. Există două viziuni asupra obiectelor matematice care sunt importante în acest context. Mai întâi să avem în vedere definirea lor ca obiecte „platonice", adică obiecte care nu se aseamănă cu cele cu care interacţionăm. Ele nu sunt formate din materie, ele nu există în timp şi spaţiu, nu se modifică, nu pot fi create sau distruse şi nu pot fi scoase din existenţă. Conform înțelegerii platonice, obiectele există într-o „a treia lume", distinctă de lumea materiei şi de lumea entităţilor mentale, cum ar fi percepţiile, gândurile şi trăirile.

În al doilea rând, putem înţelege obiectele matematice ca fiind fundamental mentale în natura lor. Ele sunt de acelaşi tip cu alte lucruri care ne trec prin minte: gânduri şi planuri, concepte şi idei. Ele nu sunt în întregime subiective; alţi oameni pot avea acelaşi obiect matematic în mintea lor aşa cum îl avem şi noi în mintea noastră, aşa că atunci când vorbim despre teorema lui Pitagora, vorbim despre acelaşi lucru. Totuşi, ele nu există decât în minţile în care ele au loc.

Oricare din aceste interpretări duce la un rezultat curios. Dacă nivelul de bază al lumii este format din seturi şi seturile nu sunt materiale, ci în fapt entităţi platonice, obiectele materiale practic au dispărut complet din vedere şi nu pot fi considerate reale, în sensul că ar constitui baza fundamentală a întregii existenţe. Dacă urmăm acest model de reducţionism ştiinţific până la capăt, obţinem lucruri care nu seamănă cu pietricelele sau cu bilele de biliard, nici măcar cu stringurile vibratorii dintr-un spaţiu multidimensional, ci mai degrabă cu obiectele cu care se ocupă matematica pură.

Desigur, perspectiva platonică a obiectelor matematice este controversată şi multor oameni le este greu să înțeleagă modul în care obiectele există în afara spaţiului şi timpului. Dar dacă considerăm că obiectele matematice sunt de natură mentală, obţinem un scenariu încă şi mai straniu.

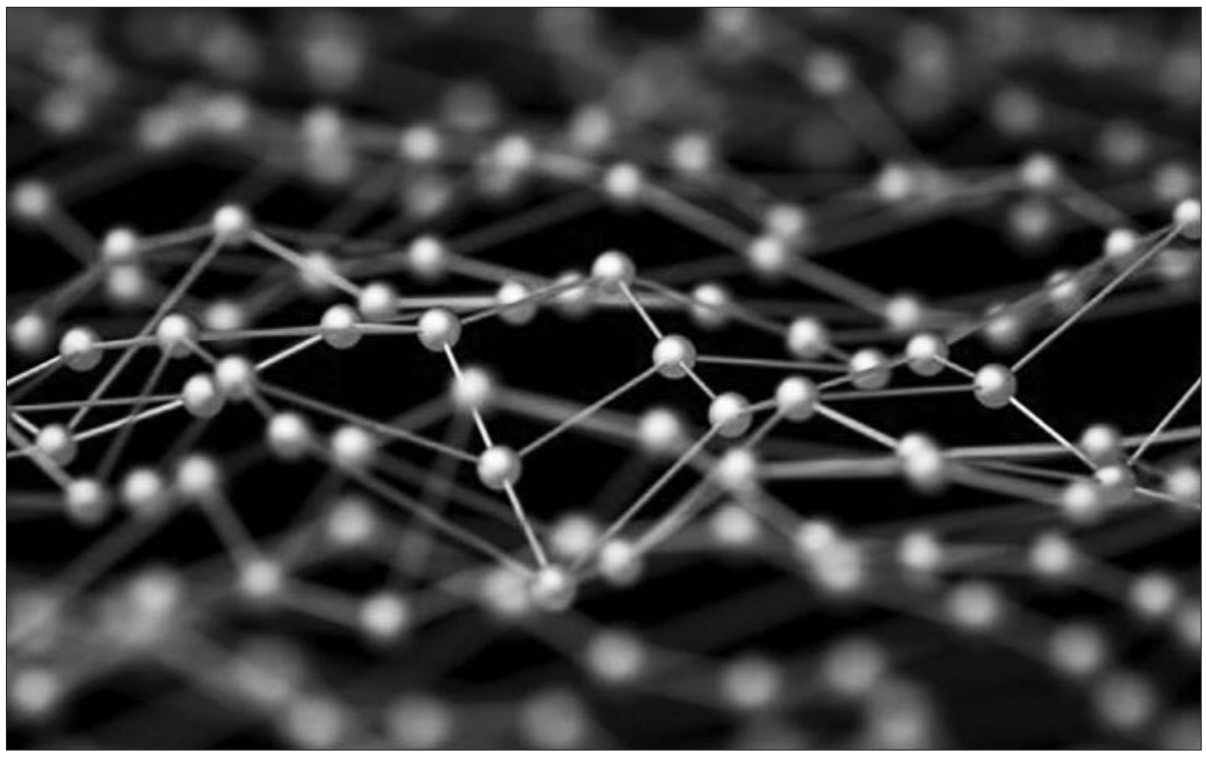
Reducționistul ştiinţific încearcă să reducă mintea umană la nivelul activităţii cerebrale, creierul la nivelul ansamblului celulelor care interacționează, celulele la nivelul moleculelor, moleculele la nivelul atomilor, atomii la nivelul particulelor subatomice, particulele subatomice la nivelul colecțiilor de puncte spaţiu-timp, colecțiile de puncte spaţiu-timp la nivelul seturilor de numere şi seturile de numere la nivelul seturilor pure.

La finalul al acestui proces reducţionist ne întoarcem înapoi de unde am plecat: la entităţile mentale.

Întâlnim un exemplu similar de buclă în cea mai influentă interpretare a mecanicii cuantice, interpretarea Copenhaga. Spre deosebire de interpretarea bazată pe conştiinţă a lui Wigner, aceasta nu acceptă faptul că funcţia de undă colapsează atunci când o minte conştientă observă rezultatul unui anumit experiment. În schimb, această interpretare afirmă faptul că funcţia de undă colapsează în momentul în care sistemul (electronul) care este măsurat interacţionează cu instrumentul de măsurare (ecranul fosforescent). Din acest motiv, trebuie să presupunem că ecranul fosforescent nu va prezenta acelaşi comportament cuantic ciudat arătat de către electron.

SCEPTICUS

reală? (II)



In interpretarea Copenhaga, lucrurile şi conceptele care pot fi descrise în termenii clasici familiari formează baza oricărei interpretări fizice. Şi acesta este locul în care are loc bucla. Analizăm lumea de zi cu zi a lucrurilor materiale de dimensiune medie la nivelul constituenţilor din ce în ce mai mici până ce ajungem la nivelul componenţilor care devin atât de mici, încât pot fi descrişi folosind efectele cuantice. Dar când trebuie să explicăm ce se întâmplă cu adevărat atunci când o funcţie de undă colapsează într-un electron care loveşte un ecran fosforescent, nu ne bazăm explicaţia pe o altă structură aflată la nivel microscopic; ne-o bazăm pe măsurători făcute de lucruri materiale non-cuantice.

Aceasta înseamnă că în loc de a merge din ce în ce mai jos, ne întoarcem înapoi la nivelul fenomenelor concrete ale percepţiei senzoriale, în special a dispozitivelor de măsurare ca ecranele fosforescente şi camerele de luat vederi. Încă o dată, ne aflăm în situaţia în care nu putem spune că lumea obiectelor cuantice este fundamentală. Nici nu putem zice că lumea dispozitivelor de măsurare este fundamentală, pentru că aceste obiecte nu sunt decât conglomerate gigantice de obiecte cuantice.

Avem aşadar un ciclu de lucruri care depind unul de celălalt, chiar dacă, spre deosebire de cazul precedent, obiectele mentale nu mai fac parte din acest ciclu. Ca rezultat, nici ecranul fosforescent şi nici electronul la minut nu pot fi privite ca fiind reale din perspectivă fundamentală, având în vedere că niciunul dintre ele nu constituie o clasă de obiecte de care depinde orice altceva.

Ceea ce am crezut că am putea considera a fi cel mai fundamental se prezintă a fi format în mod esenţial din ceea ce am privit a fi cel mai puţin fundamental.

În căutarea fundamentului realităţii am mers într-un cerc, pornind de la minte, mergând prin diferite componente ale materiei, ajungând înapoi la minte, sau, în cazul interpretării Copenhaga, de la nivel macroscopic la nivel microscopic şi apoi înapoi la nivel macroscopic. Dar aceasta înseamnă că nimic, în fapt, nu este fundamental, în acelaşi mod în care nu există o primă sau o ultimă staţie pe linia de metrou circulară din Londra. Morala pe care ar trebui s-o tragem din acest scenariu reducţionist este ori că orice lucru care este fundamental nu este material, ori că nimic, în fapt, nu este fundamental.

www.scientia.ro

Varianta originală a acestui articol, scris de Jan Westerhoff și intitulat „Reality: Is matter real?”, a fost publicată în revista New Scientist. Scientia.ro este un site de popularizare a științei și de demontare a miturilor pseudoștiințifice. Scientia.ro prezintă zilnic articole, are o secțiune de bloguri și una destinată întrebărilor din partea cititorilor. Cei care doresc să sprijine acest demers de transmitere a informației științifice pot dona la: www.scientia.ro.

CURIOZITĂȚI DESPRE CORPUL UMAN

Opt aspecte stranii despre memorie

● Avem o memorie de scurtă durată cu o capacitate de stocare foarte limitată; putem ține minte doar șapte lucruri pentru circa 20-30 de secunde. Ideea este importantă și are utilitate practică. Dacă vreți să rețineți ce se discută la o conferință, de exemplu, nu vă bazați pe memorie. Pe moment aveți impresia că rețineți tot, dar la sfârșitul evenimentului, multe vor fi uitate. Luați, așadar, notițe ori găsiți o modalitate de înregistra discuția, dacă este permis.

● Nu toți uită ușor însă. În fapt există o „specie” de indivizi cu **supermemorie**. Unii rețin multe informații ca urmare a unei zestre genetice speciale, alții ca urmare a unui antrenament, folosind tehnici de memorare rapidă. Prijesh Merlin, din India, deține recordul pentru memorarea și redarea fidelă a **470 de itemi aleatori**. Este în Cartea recordurilor pentru realizarea sa.

● Încă din jurul vârstei de 20 de ani începem să uităm numele. Pe la 50, 60 de ani acest lucru devine foarte clar. Așa că atunci când nu-ți amintești un nume, nu te îngrijora; nu ești singurul căruia i se întâmplă așa ceva.

● Nu știm exact cu funcționează memoria, cum se fixează amintirile în creier. Se crede că amintirile sunt rezultatul unor conexiuni dintre sinapsele neuronilor; sunt 100-1.000 trilioane de conexiuni sinaptice. Dar știm că unele amintiri se păstrează, chiar dacă nu ni le amintim. Adică este posibil să ai o halucinație auditivă, să auzi în creierul tău o melodie pe care nu o recunoști, deși, cel mai probabil, ai auzit-o cândva în trecut.

● Nu ne amintim lucruri de când aveam mai puțin de 3-4 ani. Este ceea ce se numește „amnezie infantilă”. Deși nu e clar de ce se întâmplă astfel, teoria principală spune că cel mai probabil cauza este faptul că în acea perioadă inițială a vieții creierul este încă în dezvoltare, iar amintirile sunt pur și simplu distruse în acest proces.

● Știți mirosul de saună? Dominant este clorul, cel mai probabil. Dar dacă vă întâlniți cu acest miros într-un alt context, de exemplu într-o cabină de probă, imediat amintirea unei saune va fi activată. Ideea este că mirosul este un excelent declanșator de amintiri, asta pentru că nervii olfactivi se află lângă hipocamp, centrul memoriei.

● Femeile au, în medie, o memorie mai bună decât bărbații, în special când vorbim despre femei și bărbați de vârstă medie, între 45 și 55 ani.

● Fără a fi clar motivul, dacă închidem ochii atunci când încercăm să ne amintim ceva, șansele de a ne aminti cresc.

www.scientia.ro

Traiteur Bourret
Comandati la 514.733.8462
Preparate culinare din bucataria traditionala romaneasca

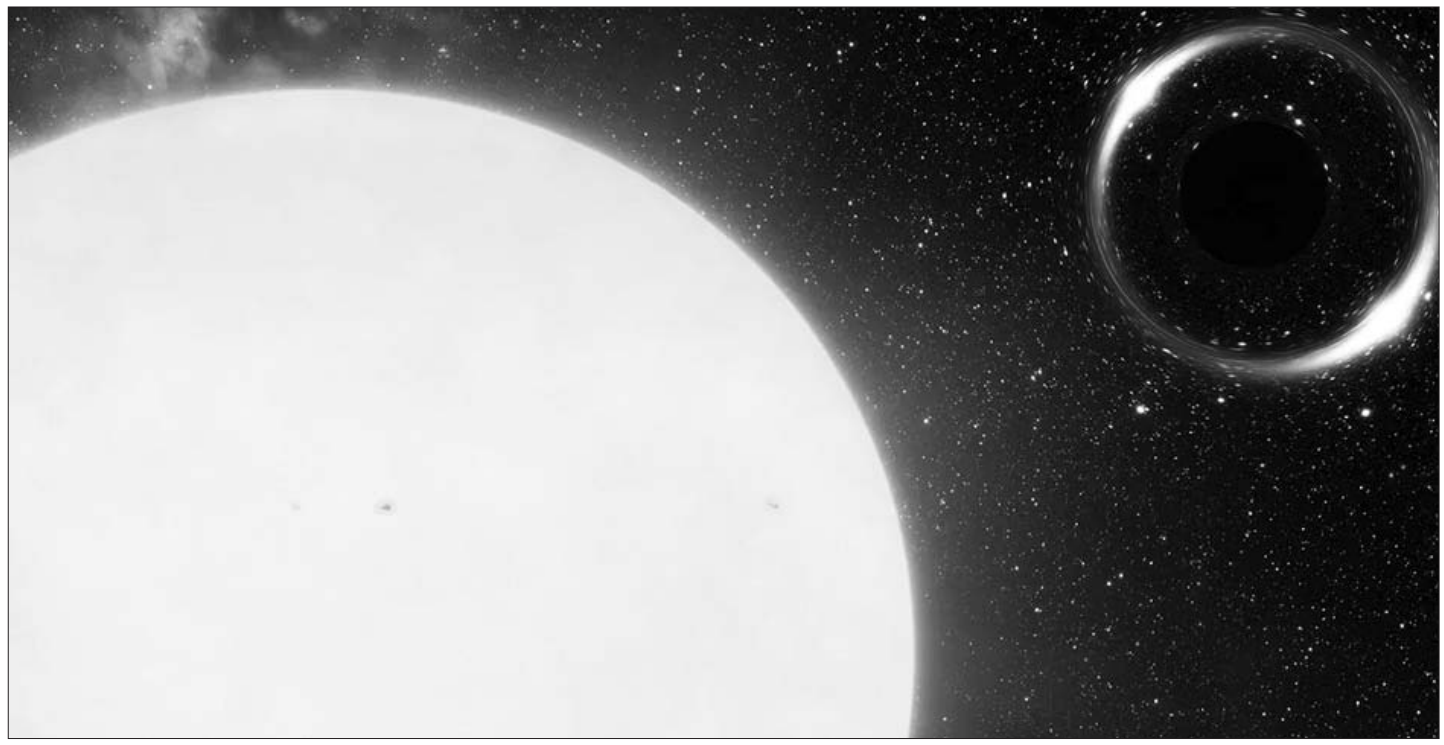
Supe, Ciorbe, Sarmale, Chiftelute, Colaci, Colive, Cozonaci si multe altele
** Cu comanda **

Dr. Marius Damian D.M.D.
CHIRURGIEN DENTISTE
Centre dentaire Papineau-Villeray
7715 Papineau, suite 100
Montreal H2E 2H4
Tel: (514) 376 3371 Fax: (514) 376 3377

Cercetătorii au descoperit cea mai apropiată gaură neagră de Pământ: Gaia BH1

Recent a fost descoperită cea mai apropiată gaură neagră de Terra, la „doar” 1600 de ani lumină. Denumită Gaia BH1, ea face parte dintr-un sistem care conține o stea și tocmai studiul acestei stele i-a condus pe cercetători la concluzia că în apropierea acesteia există o gaură neagră cu masa de circa zece ori mai mare ca cea a Soarelui.

CĂTĂLINA CURCEANU
catalina.curceanu@accentmontreal.com



Credit imagine: International Gemini Observatory.

Găurile negre

Găurile negre reprezintă încă un mare mister. În centrul multor galaxii există găuri negre enorme, cu masa de milioane sau chiar miliarde de ori cea a Soarelui. Încă nu știm cum s-au format acestea, însă știm că atunci când mor, stelele masive lasă în urma lor negre cu masa de câteva ori (până la circa o sută de ori) mai mare ca cea a Soarelui.

În galaxia noastră ar trebui să existe mai bine de 100 de milioane de astfel de găuri negre. Foarte puține dintre acestea sunt cunoscute, tocmai datorită faptului că găurile negre nu emit semnale din interior. Ce se întâmplă într-o gaură neagră este una dintre întrebările cele mai importante din fizica actuală, întrucât are de-a face atât cu relativitatea generală a lui Einstein, cât și cu fizică cuantică - două teorii care nu comunică între ele, însă, cel puțin în interiorul găurilor negre, am avea nevoie de o teorie care ține cont de ambele.

Cum observăm găurile negre?

Găurile negre nu emit semnale. Avem însă la dispoziție o serie de măsurători care ne pot duce la observarea de semnale astronomice ce au de-a face cu găurile negre. Când o stea, de exemplu, este atrasă de o gaură neagră, ea începe o spirală de cădere în respectiva gaură neagră cu o mișcare din ce în ce mai accelerată, descompunându-se. Particulele cu sarcină electrică emit radiație și exact această radiație o putem măsura pentru a obține astfel informații despre gaura neagră.

O altă modalitate este măsurarea undelor gravitaționale emise în coliziunile dintre găuri negre. Studiul găurilor negre izolate este însă mult mai dificil.

Gaia BH1

Recent, noi măsurători efectuate la Internațional Gemini Observatory din Hawaii cu telescopul Gemini North au dus la descoperirea celei mai apropiate găuri negre de noi: Gaia BH1. Se bănuia deja existența acestei găuri negre din observațiile efectuate de sonda spațială Gaia, lansată de Agenția Spațială Europeană (ESA) în decembrie 2013.

Spectrograful Gemini Multi-Object Spectrograph de la Gemini North a permis observarea unei stele din constelația Ofiucus, la 1600 ani lumină față de noi. Orbita acestei stele i-a determinat pe cercetători să afirme că face parte dintr-un sistem binar, în care celălalt obiect nu este vizibil. S-a ajuns astfel la concluzia că steaua observată este însoțită de o gaură neagră, aflată la o distanță față de stea similară celei dintre noi și Soare.

Gaura neagră are o masă de circa zece ori mai mare ca cea a Soarelui și nu este vizibilă. Rezultatele acestui studiu au fost publicate în *Monthly Notices of the Royal Astronomical Society*.

Misterele se întețesc

Nu totul este însă clar. Gaura neagră Gaia BH1 s-ar fi format în urma morții unei stele cu masa de cel puțin 20 de ori mai mare că a Soarelui. Explozia acesteia, înainte să dea naștere găurii negre, ar fi avut un efect devastator asupra stelei care a permis descoperirea indirectă a găurii negre.

Cum de a rezistat aceasta? Încă nu știm, ceea ce înseamnă că mai sunt multe mistere de rezolvat, printre care și evoluția unui sistem binar de stele, dintre care una cu dimensiuni atât de mari încât să dea naștere într-un timp relativ scurt unei găuri negre. Câte alte găuri negre sunt în galaxia noastră? Probabil multe milioane!

Cătălina Oana Curceanu este prim cercetător în domeniul fizicii particulelor elementare și al fizicii nucleare, Laboratori Nazionali di Frascati, Istituto Nazionale di Fisică Nucleare (Roma, Italia) și colaborator al Scientia.ro.

Vreți mai mulți clienți?
Suntem aici să vă ajutăm!
ACCENT MONTRÉAL
Print și online
Publicitate care funcționează!
www.accentmontreal.com | info@accentmontreal.com | 514 690.8831

Anunțuri Mică Publicitate
anunturi publicitare gratuite

OFERTE DE MUNCĂ

Caut **educatoare/ ajutor de educatoare** pentru o grădiniță în mediu familial situată în Dorval, cu șase copii. Plata se face prin cec. Postul este la timp plin, cu salariu competitiv, fără asigurare colectivă, pentru persoane de 18 ani și plus. Experiența anterioară în domeniu nu este necesară, dar este binevenită. Obținerea cazierului judiciar și efectuarea unui curs de prim ajutor pentru grădinițe sunt condiții obligatorii, ale căror costuri le pot asigura. Lăsați un mesaj la 514-636-4406 sau scrieți la garderiedorval@yahoo.com.

Familie compusă din patru persoane, locuind în cartierul Côte-des-Neiges din Montreal, caută o **menajeră** pentru curățenie, spălat rufe, gătit, pentru patru zile pe săptămână. Postul este disponibil imediat. Persoanele interesate sunt rugate să ia legătura cu Mary la 514-731-2176.

Charcuterie Balkani St-Hubert caută **bucătar/bucătăreasă și/sau patisier/patisieră**. Postul este la timp plin. Contactați Éloïse, mtlbalkani@gmail.com sau 450-676-6654.

Companie de transport vrac caută **șoferi**. Camioanele sunt parcate în St-Hubert. Pentru informații sunați la 514-944-4115.

Cabinetul dentar dr. Joseph Henry (3882 Van Horne, Montreal) caută o persoană pentru postul de **igenist(ă) dentară**. Postul este permanent, la timp plin sau timp parțial, cu program flexibil. Contactați dr. Henry la 514-739-2325.

Căutăm **ajutor permanent în florărie**. Experiența cu florile nu este necesară, dar este binevenită. Plata cu cec. Florăria este online, fără clienți în spațiul de lucru. Suntem situați la 7532 Chemin Côte-de-Liesse, Ville St-Laurent, H4T 1E7. Pentru detalii sunați la 514-449-5127.

OFERTE/SERVICII

Ingrijesc persoane în vârstă. Fac și menaj. Ioana, 438-630-7140.

IMOBILIARE

Doamnă de origine română, nefumătoare, fără animale, caută un apartament 1 1/2 sau 2 1/2. Telefon: 438-922-4218.

Ofer spre închiriere cameră în casă particulară, situată într-un cartier liniștit, aproape de Trois Rivières. Preferabil persoană de sex feminin, nefumătoare, liniștită, ordonată și fără animale. 400$/lună+electricitate. Informații suplimentare la telefon 438-387-7341.

Închiriez dormitor într-un 4½ în Laval, 2255 rue Vallières, H7M 3B7. Acces la electromenajere (mașină de spălat/uscat, microunde, frigider, aragaz), BBQ pentru vară, internet, 10 minute de stațiile de metrou Cartier sau Montmorency. Stație de autobuz, autostrada 440 la 2 minute. Tel: 514-550-2774.

Apartament 2½ în Lasalle, 650$/lună în care sunt incluse și încălzire, frigider și plită electrică. Parcare exterioară gratuită. Informații suplimentare la telefon: 514-575-9377.

Apartamente 1½ și 2½ în bloc de beton, Ste-Famille colț cu Sherbrooke, la doi pași de metroul Place des Arts, complet renovate, totul inclus. Spălătorie și ascensor în imobil. Concierge român. Chirii de la 650$/lună, bail de 12 luni. Tel: 450-465-9360.

MATRIMONIALE

Domn mai în vârstă caută o doamnă între 65 și 75 de ani. Sunați la: 514-344-5153.

ANUNȚURI BISERICI

Biserica Ortodoxă Română Sfântul Nicolae anunță că sfintele slujbe au loc în fiecare duminică și de sărbători mari la orele 10:30 a.m. Adresa: 1690 Avenue De l'Église, Montreal, H4E 1G5. www.sfnicolaemtl.com.

Parohia Ortodoxă Sf. Gheorghe (Rive Sud) vă invită la următorul program de slujbe: duminica între 9:30-12:30, utrenia și Sfânta Liturghie; miercuri ora 20:00, slujba Sfântului Maslu; sâmbăta ora 16:00, slujba vecerniei. 2000 boul. Marie, Longueuil, J4T 2B1. www.sfgheorghe.com.

Biserica Ortodoxă Română Înălțarea Domnului Montreal, 5845 Upper Lachine, N.D.G., H4A 2B6. Sfânta Liturghie se desfășoară duminica și sărbătorile din săptămână la 10:30. Preot dr. Nicolae Stoleru, paroh, tel: 514-748-6730.

Biserica Ortodoxă Română Sf. Dimitrie cel Nou, 10120 av. d'Auteuil, Mtl, H3L 2K1. Sfintele slujbe au loc: duminica - orele 12:00; sărbătorile din săptămână - orele 10:00. Preot Ion Ceauşu: 514-358-5121.

Biserica Ortodoxă Română Sfântul Prooroc Ilie Tesviteanul (Anjou) are următorul program: în fiecare duminică sau sărbătoare cu cruce roșie între orele 10.45-13.00 (Acatist și Sfânta Liturghie). 5055 rue Joffre, H1K 2T7. Preot paroh Ioan Cotrigășanu, 514-475-1399 sau www.sfantulilie.org.

Programul Bisericii Ortodoxe Sfântul Mare Mucenic Pantelimon din St- Eustache: slujba are loc duminica, ora 11:15. Adresa: 367 rue Godard, St-Eustache, J7P 3V2. Preot Vasile Trif, 450-435-1097. www.bisericamontreal.org.

Pentru rubricile oferte de muncă, închirieri, vânzări, cumpărări, decese, matrimoniale

MICA PUBLICITATE în ACCENT este GRATUITĂ. Profitaţi!

Ofertele de servicii sunt publicate contra cost. Trimiteți anunțurile la info@accentmontreal.com.
Nu se primesc anunțuri prin telefon.

Scanați acest cod cu smart-phone-ul dvs.!

Comunitate: Eva HALUS; **Reflecții canadeze:** Raul DUDNIC; **Știință:** Cătălina CURCEANU; **Specialiști:** Anca TISMĂNARIU (imigrație), Șerban TISMĂNARIU (juridic); **Sport:** Matei MAXIM; **Redactor şef:** Dan GEORGESCU; **Editor**: Simona POGONAT

PUBLICAȚIE BILUNARĂ

5122 Côte-des-Neiges
C.P. 45680
Montréal, QC H3T 2A5

www.accentmontreal.com

(514) 690-8831

info@accentmontreal.com

Articolele şi fotografiile apărute în Accent Montreal nu reflectă în mod necesar opiniile redacției. Ele implică direct răspunderea legală şi/sau morală a autorilor. Accent Montreal nu își asumă responsabilitatea pentru conținutul reclamelor şi al anunțurilor de la mica publicitate.

PUNCTE DE DISTRIBUȚIE

COTE-DES-NEIGES/NDG/CSL
Centrul comunitar 6767 CDN; **Magazine**: Marché EuroVictoria (4751 Ave Van Horne), Marché Épicure (5252 Paré), Marché Épicure (5555 Westminster); **Contabilitate:** Arcade Accounting (3333 Cavendish); **Biserici:** Înălțarea Domnului.

MONTREAL CENTRU/SUD
Consulat; **Cabinete:** Dr. Fârşirotu (1255 boul.Robert-Bourassa; **Biserici**: Sf. Nicolae.

MONTREAL EST/NORD
Magazine: Balkani Montreal (Piața Jean-Talon), Île des Gourmands (6976 Sherbrooke Est); **Contabilitate:** AACSB; **Biserici**: Buna Vestire, Sf. Ioan Botezătorul, Sf. Ilie Tesviteanul

VILLE SAINT-LAURENT
Magazine: BestwineAmerica (1265 Ave O'Brien); **Coletărie:** World Line Cargo (1445 Rue Bégin).

WEST ISLAND
Magazine: Charcuterie M.D. (4882 boul Des Sources, Dollard-Des Ormeaux)

RIVE SUD
Magazine: Balkani (5552 Grande Allée, St-Hubert), Cracovia; **Biserici:** Sf. Gheorghe.

LAVAL
Magazine: Balkani Laval, Transilvania, Marché Balkan.

PE SCURT

FC Liverpool, scoasă la vânzare

Proprietarii clubului de fotbal Liverpool au anunțat că se gândesc serios la vânzare, ceea ce face posibilă o nouă tranzacție de miliarde cu o echipă din prima linie a fotbalului european.

Fenway Sports Group (FSG) a anunțat că „va lua în considerare noi investitori" în club, rămânând totodată „deplin angajat" pentru succesul lui Liverpool.

În ciuda generalității declarației, informațiile oferite de toți vectorii de media specializați converg spre o vânzare completă și iminentă, fiind deja angajate marile bănci de investiții Goldman Sachs și Morgan Stanley.

Liverpool are o valoare de 4,45 miliarde de dolari conform estimărilor, ceea ce-l face a patra cea mai valoroasă franciză sportivă din lume.

FSG deține și participații majoritare în Boston Red Sox (baseball) și Pittsburgh Penguins (hochei), celebre echipe americane.

Principalul acționar, John Henry, are o avere estimată la 4 miliarde de dolari și este și proprietarul ziarului Boston Globe. FSG a cumpărat Liverpool pentru 475 de milioane de dolari în 2010.

9,81 miliarde de dolari este estimarea valorii proprietăților lui FSG, ceea ce-l face al treilea mare imperiu sportiv al lumii, după Kroenke Sports & Entertainment (Arsenal – Premier League și Los Angeles Rams – fotbal american) și Liberty Media (Formula 1).

Alt titan din Premier League, Chelsea, a fost vândut în primăvară unui grup condus de miliardarul american Todd Boehly, după ce oligarhul rus Roman Abramovich a fost obligat să vândă de sancțiunile care i-au fost impuse.

Cea mai valoroasă echipă de fotbal din lume este în 2022 Real Madrid (5,1 miliarde de dolari), informează Forbes și The Athletic, citate de *HotNews.ro*.

Sumă record pentru un monopost condus de Michael Schumacher în 2003

Un emblematic monopost Ferrari de Formula 1, pe care legendarul Michael Schumacher l-a condus în 2003, a fost vândut la licitație, la Geneva, pentru o sumă record de 14,6 milioane de franci elvețieni (14,8 milioane de dolari).

F2003-GA 229 este acum „cea mai valoroasă mașină modernă de F1 din istorie", a anunțat casa de licitație Sotheby's.

Prețul plătit pentru acest monopost este aproape dublu față de recordul de 7,5 milioane de dolari pe care îl deținea o altă mașină Ferrari, pe care campionul german a condus-o în timpul sezonului 2001.

ROMÂNIA | CULTURISM

România, vicecampioană mondială la categoria Masters la Campionatele Mondiale de Culturism

România a devenit vicecampioană mondială la categoria Masters, la Campionatele Mondiale de culturism desfăşurate la Santa Susanna, în Spania, cu 108 puncte, a anunţat Federaţia Română de Culturism şi Fitness (FRCF), citată de *Agerpres*.

Foto: Facebook / Federaţia Română de Culturism şi Fitness.

„Cu un total de 108 puncte sportivii noştri foarte bine pregătiţi care au concurat la categoriile Masters în cadrul Campionatului Mondial de Culturism au reuşit să claseze România pe locul II pe naţiuni. A fost un campionat extrem de greu, cu sportivi participanţi din 87 de ţări, la categoria Masters participând peste 40 dintre acestea, însă membrii lotului naţional au arătat lumii întregi că prin determinare, disciplină şi multă muncă poţi să atingi culmile, indiferent de concurenţa pe care o ai. Ne-am întors de la Campionatul Mondial cu 5 medalii de aur, 7 medalii de argint şi 6 medalii de bronz. Felicitări tuturor sportivilor care au pus România încă o dată pe podiumul mondial al sportului", a arătat Federaţia Română de Culturism şi Fitness (FRCF), pe Facebook.

Categoria Masters a Campionatului Mondial de Culturism a fost câştigată de Slovacia, cu 118 punte, locul al doilea a revenit României cu 108 punte, poziţia a treia fiind ocupată de Suedia cu 81 de puncte.

Campionatele Mondiale de culturism (seniori/master) s-au desfăşurat în perioada 2-7 noiembrie la Santa Susanna din Spania.

În acelaşi oraş s-au desfăşurat, în aceeaşi perioadă, şi Campionatele Mondiale de Fitness Challenge, unde România a devenit campioană mondială pe echipe, în finala disputată împotriva Ungariei, doborând şi recordul mondial pentru numărul de repetări, cu 2.321 de puncte.

România a obţinut, în cadrul Campionatelor Mondiale de Fitness Challenge, trei medalii de aur, două de argint şi trei de bronz.

FOTBAL

CM 2022: Fostul președinte al FIFA regretă alegerea Qatar ca gazdă

Fostul președinte FIFA Joseph Blatter și-a recunoscut responsabilitatea pentru decizia de desfășurare a Campionatului Mondial în Qatar (20 noiembrie - 18 decembrie 2022), dar nu a ezitat să arate cu degetul spre Michel Platini și relațiile Franței cu prințul moștenitor, informează HotNews.ro.

„Această alegere a fost o greșeală și îmi accept responsabilitatea, deoarece eram președintele FIFA la acea vreme. Qatar este o țară mică, Cupele Mondiale sunt pentru țări mari", a declarat Blatter.

„Am convenit în Comitetul Executiv că Rusia va organiza CM 2018, iar Statele Unite ale Americii CM 2022. Ar fi fost un gest de pace dacă cei doi rivali politici ar fi organizat succesiv Cupa Mondială", a explicat fostul președinte al FIFA, suspendat din funcție în 2015 pentru acuzații de corupție.

Celelalte candidate pentru organizarea Cupei Mondiale au fost Japonia, Australia și Coreea de Sud.

„Cu o săptămână înainte de Congresul FIFA din 2010, Michel Platini m-a sunat să îmi spună că planul nostru (organizarea CM în SUA) nu va funcționa. Tocmai se întâlnise cu președintele francez Nicholas Sarkozy, care avusese mai multe întâlniri cu prințul moștenitor din Qatar.

Votul lui Platini a fost decisiv pentru această atribuire. Bineînțeles că a fost și un motiv financiar. La șase luni de la aceste întâlniri, Qatar a cumpărat avioane de luptă franceze cu o valoare uriașă", a mărturisit Sepp Blatter, cu puțin timp înainte de startul Campionatului Mondial.

HOROSCOP

BERBEC (21 martie - 19 aprilie)
Sănătate: Orice abuz, orice abatere de la principiile pe care ţi le-ai impus în ceea ce priveşte regimul de viaţă, poate lăsa urme. **Dragoste:** Totul pare să prindă viaţă în plan sentimental, inima îţi bate mai tare, cuprinsă de pasiune. **Financiar:** Nu se poate vorbi acum de investiţii.

TAUR (20 aprilie - 20 mai) Sănătate: Evită excesele de orice fel. Noiembrie te găseşte într-o perioadă de vulnerabilitate. **Dragoste:** Dragostea se desfăşoară exact după firea ta: calm, comod, fără răsturnări de situaţie şi fără noutăţi spectaculoase. **Financiar:** Nu trebuie să spui la toată lumea care e nivelul tău financiar şi nici cât de mari îţi sunt datoriile, e mai bine să păstrezi o oarecare discreţie.

GEMENI (21 mai - 21 iunie) Sănătate: Nu te simţi tocmai bine în pielea ta, te preocupă o problemă ascunsă, dar îţi este teamă să înfrunţi realitatea şi să mergi la medic. **Dragoste:** Chiar dacă dragostea nu pare domeniul predilect, atmosfera e mai curând pozitivă în relaţia cu celălalt. **Financiar:** Multe aspecte anterior apăsătoare sau neplăcute revin acum la normal.

RAC (22 iunie - 22 iulie)
Sănătate: Rezistenţa fizică riscă să scadă dramatic. Ai mai multă grijă de tine. Acordă-ţi graţie! **Dragoste:** Această perioadă se anunţă cel puţin hibernală pe plan sentimental. Nu uita, comunicarea cu partenerul depinde de tine. **Financiar:** Banii sunt pe un teren cam agitat, vin şi se duc.

LEU (23 iulie - 22 august)
Sănătate: Problemele de sănătate nu te preocupă câtuşi de puţin şi dai dovadă de o vitalitate de invidiat. **Dragoste:** Nu este timpul unei discuţii decisive, încearcă să-ţi păstrezi calmul şi să te gândeşti bine ce spui, altfel ai putea să-ţi jigneşti partenerul. **Financiar:** Eşti de lăudat pentru felul înţelept în care îţi manipulezi bugetul.

FECIOARĂ (23 august - 22 septembrie)
Sănătate: Persistă o stare de oboseală pe care nu ţi-o poţi explica, după cum există şi riscul de a contracta o boală contagioasă. **Dragoste:** Oricât de mult ai iubi, nu poţi lua decizii numai cu inima. **Financiar:** Te descurci bine cu banii, manipulezi totul cu talent încât uimeşti pe toată lumea cu abilităţile tale financiare.

BALANŢĂ (23 septembrie - 22 octombrie)
Sănătate: O problemă de sănătate din trecut revine în actualitate, deoarece nu te-ai ocupat de ea aşa cum trebuia la vremea respectivă. **Dragoste:** Singurătatea nu îţi priește, deci nu sta acasă, schimbând canalele la televizor, aşteptând ca cineva să te sune şi să te invite. **Financiar:** Banii sunt ceva mai limitaţi acum.

SCORPION (23 octombrie - 21 noiembrie)
Sănătate: Ai grijă la ceea ce consumi, dar mai ales la condiţiile de mediu în care iei masa sau poposeşti. **Dragoste:** Eşti norocosul astrelor în materie de iubire, partenerul se poartă cu tine de parcă ai fi totul pentru el. **Financiar:** În plan financiar, este bine să fii mai chibzuit.

SĂGETĂTOR (22 noiembrie - 21 decembrie)
Sănătate: Ai grijă la propriile tale decizii, la felul cum îţi ocroteşti sănătatea, la regimul de viaţă de acum, pentru că toate vor avea urmări de perspectivă. **Dragoste:** Duci dorul unor vremuri apuse şi trăieşti prea mult în trecut. **Financiar:** Este o perioadă de „echilibristică" financiară, când te străduieşti să ţii pasul cu toate obligaţiile pe care le ai.

CAPRICORN (22 decembrie - 19 ianuarie)
Sănătate: Nu te lua după păreri neavizate sau după sfaturi din reviste, chiar dacă unii spun că le-au încercat cu succes pe pielea lor. **Dragoste:** Fii pregătit să te îndrăgosteşti din nou sau să trăieşti momente de o sensibilitate maximă alături de cel drag. **Financiar:** Nu te arunca în alte împrumuturi sau credite, pentru că nu e cel mai potrivit moment.

VĂRSĂTOR (20 ianuarie - 18 februarie)
Sănătate: Abţine-te de la factorii de risc ce pot strica armonia la care ai ajuns şi încearcă un regim mai lejer. **Dragoste:** Este un moment bun pentru relaţii, comunicarea şi rmantismul sunt la cote înalte. **Financiar:** Nu te împrumuta, însă aminteşte-ți ce datorii au alții la tine.

PEŞTI (19 februarie - 20 martie) Sănătate: Prezinţi lumii o imagine ireproşabilă datorată unui regim de viaţă echilibrat şi unei atitudini de viaţă pozitive. **Dragoste:** Viaţa de cuplu are şi suişuri, şi coborâşuri, dar reuşeşti să o păstrezi pe un teren constant. **Financiar:** Cu cât eşti mai motivat să depui eforturi suplimentare, cu atât la final te va aştepta o recompensă mai frumoasă.

ŞERBAN MIHAI TISMĂNARIU
& ASOCIAŢII
CABINET DE AVOCATURĂ

Cabinetul nostru de avocatură oferă asistenţă, consultanţă şi reprezentare juridică în procese de ***divorţ, partaj matrimonial, custodie minor, pensie alimentară,*** *în procese de moştenire, succesiune, înfiinţare firme.*
Vă punem la dispoziţie o experienţă de peste două decenii, cu rezolvarea unor cazuri dificile, ce au făcut jurisprudenţă la Curtea Federală şi Curtea Superioară.
Oferim, de asemenea, reprezentare la litigii în România şi la CEDO.
Onorarii rezonabile. Cărţile de debit şi credit sunt acceptate

Birourile noastre sunt situate la
500 Place d'Armes, Suite 1800, Vieux-Montréal, H2Y 2W2

514-285-0052

tismanariu@sympatico.ca

Transportăm

colete, plicuri, bunuri de orice natură din Canada către România, Rep. Moldova sau orice ţară din Europa

MARITIM

AERIAN

LIVRARE LA DOMICILIU

WorldLine CARGO

www.worldlinecargo.com

(514)335-6620

TOLL FREE 1(888)472-8478

1445 rue Bégin,
St-Laurent QC H4R 1V8

CALCULATOR TARIFE ONLINE

Exemplu: 49$ pentru13 kg, transport maritim din Canada oriunde în România, cu 50$ valoare de asigurare inclusă
Pentru DETALII şi DATE DE COLECTARE din fiecare lună vă rugăm să ne sunaţi sau vizitaţi pagina de web.

ORAR

L-V: 9:00 - 16:00
Deschis in weekend, verificati pe web

Modalitate de plată:

Plata prin Credit/Debit Card - FĂRĂ SUPRATAXĂ!

! Pentru rapiditatea predării şi preluării, vă rugăm să veniţi cu pachete închise !