

Как получить статус постоянного резидента Канады?

Иванна и Алекс Павленко

Компания **Immigrant.today** – ваш надежный помощник в процессе иммиграции. Этот проект, объединивший профессиональных иммиграционных консультантов, предлагает комплексную поддержку на пути к канадской мечте.



Иванна Павленко, ведущий консультант, вместе с командой специалистов, поможет вам найти оптимальный путь получения статуса, учитывая ваш профессиональный и личный опыт. Веб сайт компании **Immigrant.today** предлагает доступ к уникальной онлайн-системе оценки шансов на иммиграцию, позволяющей бесплатно определить вашу подходящую программу иммиграции. Сайт и социальные сети проекта, включая YouTube-канал с более чем 100 тысячами подписчиков, содержат обширную информацию о программах иммиграции, включая экспресс-везд, провинциальные программы, учебу, работу и бизнес-иммиграцию а также **специальные возможности для украинцев приехавших в Канаду по программе CUAET и жителей Израйля.**

Образование и работа в Канаде открывают двери к получению статуса постоянного резидента, а бизнес-иммиграция предоставляет широкие возможности для предпринимателей, даже если вы не очень хорошо владеете английским языком. С правильным выбором программы и подготовкой, стать постоянным резидентом Канады вполне реально. Не упускайте



шанс воспользоваться знаниями и опытом команды Immigrant today для реализации ваших планов жить в Канаде. Обратитесь через сайт **immigrant.today** или email **mail@immigrant.today** и сделайте первый шаг к вашему будущему в Канаде.

Оттава - отличный выбор для инвестиций в недвижимость!

Оттава выделяется на фоне канадского рынка недвижимости благодаря экономической стабильности и политической безопасности, делая ее привлекательной для инвесторов. Город предлагает уникальное сочетание доступной стоимости жилья и высокой доходности аренды по сравнению с другими большими городами, благодаря стабильному спросу от государственных служащих и профессионалов. Развитая инфраструктура и качество жизни привлекают молодежь и профессионалов, усиливая спрос на жилье. Оттава предлагает широкий спектр инвестиционных возможностей, от жилой до коммерческой недвижимости, с различным потенциалом доходности и риска. Постоянное развитие инфраструктуры увеличивает стоимость недвижимости и способствует долгосрочному росту инвестиций. Инвестирование здесь обещает надежность и высокую эффективность вложений, делая Оттаву одним из наиболее привлекательных рынков недвижимости в Канаде. Как агент по недвижимости, я готова помочь с арендой, покупкой или продажей жилой недвижимости, предложив разные варианты для комфортной жизни.

Elena Dembinsky, Sales Representative Tel: **613-203 7637**

Not intended to solicit properties already listed for sale and clients currently under contract

По вопросам публикации вашей статьи или объявления - звоните: **613-203-7637** или email: **elenareinfo@gmail.com**. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений и статей



Elena Dembinsky
Sales Representative

ПОКУПКА
ПРОДАЖА
АРЕНДА

Помощь при переезде из другого города или провинции и новоприбыльшим

Engel & Völkers Ottawa
Central, Brokerage

Direct: (613) 203-7637
Office: (613) 422-8688
E-mail: elenareinfo@gmail.com



FB группа Оттавская Гавань - здесь можно найти друзей

Человеку нужны друзья, приятели, круг общения. А одинокие люди, как правило, ищут себе друзей, партнеров. И не просто каких-то друзей, а таких, чтобы интересы совпадали а главное, чтобы человек был хороший. Поэтому, мы рады представить вам новое пространство для знакомств и общения – фейсбук группу “Оттавская гавань”.

Приглашаем жителей Оттавы и Гатино присоединиться к нам в поисках новых знакомств, будь то романтические отношения с целью создания семьи или для дружбы, основанной на общих интересах. Наша группа – идеальное место для тех, кто любит активный отдых, хайкинг, путешествия, культурные мероприятия, такие как походы по музеям и посещение концертов. Здесь вы найдете единомышленников, с которыми сможете делиться своими увлечениями и вместе исследовать прекрасные места нашего города и за его пределами. “Оттавская гавань” ждет вас – присоединяйтесь и начните новую главу своей жизни среди друзей и любимых людей. **fb.com/groups/391003752832634**



Гороскоп на период 21 марта - 20 апреля - Овен:

В марте и апреле, вы встретите моменты, когда ваша энергия и инициативность будут на пике. Это идеальное время для начала новых проектов и воплощения давних идей в жизнь. Однако помните о важности баланса; не позволяйте вашему стремлению к успеху подорвать ваши отношения с близкими. В апреле, когда Солнце вступает в ваш знак, ваша личная сила и харизма будут особенно заметны окружающим. Используйте это время, чтобы вдохновлять других и руководить примером. Ваше финансовое положение улучшится благодаря неожиданным возможностям.



Живой уголок

Рыбка-петушок является уникальным и захватывающим домашним питомцем. Это невероятное создание пленит наше воображение своим ярким окрасом. Ее цвета могут варьироваться от ярко-синего до интенсивного красного, создавая живописный и впечатляющий облик в аквариуме. Однако, рыбка-петушок не только прекрасна внешне, но и обладает интересным поведением и известна своим задиристым характером. Она проявляет территориальность, стремясь защитить свое пространство.

Уход за рыбкой-петушком требует определенных знаний и навыков. Вода должна быть кристально чистой с оптимальными показателями pH и температурой. Также, ее рацион должен быть разнообразным и сбалансированным, чтобы обеспечить ей необходимые питательные вещества. Кроме того, рыбка-петушок нуждается в достаточном пространстве для плавания, что делает ее идеальным питомцем для тех, кто хочет внести изюминку в свой дом. Однако, перед тем как принять решение о приобретении рыбки-петушка, необходимо учесть некоторые особенности. Например, они могут быть более агрессивными, особенно к другим аквариумным обитателям. Также, создание подходящих условий для их содержания может потребовать определенных усилий и материальных затрат. Рыбка-петушок - это удивительное существо, которое способно преобразить обычный дом в экзотический уголок природы. Эта рыбка приносит в нашу жизнь красоту и эстетическое наслаждение. Таким образом, этот питомец станет настоящим компаньоном.



НАША ОТТАВА



Март 2024

Здравствуйтесь друзья! Мы рады представить вашему вниманию очередной выпуск газеты сообщества Оттавы и Гатино. Здесь вы найдете много интересной и полезной информации. Газета издается тиражом 1000 экземпляров и распространяется в магазинах Столичный, Дюк, Лакомка. Можно получать газету по подписке на почту или электронную почту. Вы можете подать публикацию, статью, или объявление позвонив: **613-203-7637** или послав email: **elenareinfo@gmail.com**

www.nashaottawa.ca

Празднование Масленицы

В прошедшие выходные Оттаве мы встретили весну как никогда весело и ярко - празднованием Масленицы! На ферме Smithvale Sêtables, которая находится в черте города, каждый мог почувствовать себя частью большого, теплого и радостного праздника.

Лошадки в запряженных повозках, украшенных лентами и бубенчиками, подарили нам и нашим детям кусочек сказки и радости. Прокатиться на такой повозке - это как краткое путешествие назад в детство, в мир волшебства и веселья.

Блины, золотые и ароматные, стали настоящим символом нашего праздника. А какие же вкусности нас ждали! Каждый смог найти что-то по душе и угоститься вволю.

Но что же праздник без настоящего искусства? Артисты ансамбля “Калинка” и молодые таланты из Break Dance School, саксофонист Pavel Rojkov еще раз показали, что Оттава - город с большим и теплым сердцем, где живет искусство и народные традиции. Их выступления не оставили равнодушным никого.



Масленица прошла весело: хороводы, игры и конкурсы, которые подарили нам массу положительных эмоций. А перетягивание каната? Это было настоящее испытание силы духа и единства!

И, конечно же, кульминацией праздника стало сожжение чучела Зимы - символическое прощание с холодными днями и радостное приветствие весне.

Масленица в Оттаве - это не просто праздник, это сердце, бьющееся в унисон со всеми нашими людьми, это встреча друзей, семей и всех, кто ценит жизнь.

Зиме конец, и пусть впереди нас ждут только яркие, теплые дни. Весна пришла к нам в город!



Мы публикуем справочник бизнесов Оттавы и Гатино

Внимание, русско- и украиноязычные предприниматели Оттавы и Гатино! Наша газета предлагает уникальную возможность расширить вашу клиентскую базу и укрепить присутствие на рынке. Мы начинаем публикацию каталога бизнесов, нацеленного на русско- и украиноязычную аудиторию нашего региона. Это ваш шанс заявить о себе тысячам потенциальных клиентов, желающих поддерживать бизнесы, разделяющие их культурные ценности.

Мы приглашаем вас прислать информацию о вашем предприятии для включения в каталог, который будет бесплатно опубликован в нашей газете. Кроме того, мы активно распространяем данные о локальных бизнесах через социальные сети, что значительно увеличит видимость вашего бизнеса.

Не упустите возможность привлечь новых клиентов и повысить узнаваемость. Для того чтобы стать частью нашего каталога, достаточно прислать краткое описание вашего предприятия, контактную информацию и логотип (если есть). Вместе мы сделаем ваш бизнес в Оттаве и Гатино более известным и успешным!

телефон для связи: **613-203-7637**

Весна в Оттаве

Весна в Оттаве – прекрасное время для проведения активного досуга на свежем воздухе с детьми. Город располагает множеством интересных и разнообразных мест, где можно провести время с пользой и удовольствием для всей семьи.

Один из самых популярных весенних развлечений в Оттаве – это посещение Гатино, большого парка с живописными пейзажами, завораживающими водопадами и маршрутами для пеших прогулок. Здесь детям будет интересно наблюдать за плывущими льдинками и пролетающими птицами, которые возвращаются с теплыми ветрами.

Для детей, увлеченных наукой и исследованиями, отличным выбором будет Канадский музей природы (Canadian Museum of Nature), который находится недалеко от центра Оттавы. Здесь они смогут познакомиться с многочисленными экспонатами,

посвященными различным аспектам природы и животного мира. Музей предлагает интерактивные выставки, экспериментальные программы и регулярно проводит увлекательные лекции и демонстрации. Посещение Канадского музея природы не только расширит кругозор детей, но и позволит им узнать больше о чудесах природы, которые окружают нас.

Если вы ищете отличные места для добросовестного времяпрепровождения всей семьей, не пропустите Канадский музей истории (Canadian Museum of History). Этот удивительный музей предлагает множество экспозиций, рассказывающих о богатой истории страны и позволяющих узнать больше о культуре и наследии Канады.

Дети смогут посмотреть непревзойденные коллекции искусства, исторические артефакты и выставки. Поэтому, посещение Канадский музей истории – это уникальная возможность не только развлекаться, но и обучаться истории страны, провести время с пользой.

Кроме того, Оттава известна своими прекрасными парками. Весной они оживают и становятся прекрасным местом для пикников и активных игр на свежем воздухе и идеальным местом для прогулок с детьми и наблюдениям за разнообразием животного и растительного мира.

В Оттаве обилие мест, которые предлагают разнообразные занятия для детей весной. В этом городе всегда найдется интересное развлечение для каждого. Так что не упустите возможность провести незабываемое время с детьми и создать прекрасные воспоминания о весенней Оттаве!



Клиника аудиологии Ottawa Hears - улучшение слуха для всей семьи

меняем качество вашей жизни. Наша клиника, признанная лучшей в Оттаве с впечатляющими 5-звездными отзывами на Google, предоставляет высококлассный уход за пациентами, страдающими от проблем со слухом, звона в ушах (тиннитусом) и ушной серы.

Почему Ottawa Hears Audiology - Ваш лучший выбор?

- **Независимость и Профессионализм:** Мы гордимся тем, что являемся независимой аудиологической клиникой, строго придерживающейся высочайших стандартов и ценностей, направленных на благополучие наших пациентов.



- **Комплексный Уход за Слухом:** Наша клиника предлагает всеобъемлющие услуги, включая диагностику слуха, профессиональные консультации и индивидуальный подбор слуховых аппаратов.
- **Экспертиза и Опыт:** Наш ведущий сертифицированный аудиолог, **Genia Kanne-Shmigol**, обладает более чем 10-летним опытом и постоянно повышает свою квалификацию, участвуя в международных конференциях и семинарах.
- **Доверие Медицинского сообщества:** Мы активно сотрудничаем с врачами и медицинскими специалистами для предоставления комплексных и эффективных решений по улучшению слуха.

- **Доступность и Качество:** Наши услуги сочетают в себе доступные цены и неизменно высокое качество, что делает нас доступными для широкого круга пациентов.
- **Услуги на нескольких языках:** Наш аудиолог владеет несколькими языками, включая английский, французский, украинский и русский, что обеспечивает комфортное общение с пациентами из различных культурных сообществ.

Ottawa Hears Audiology: Услуги для всей семьи

Мы предлагаем аудиологические услуги для всех возрастов, включая детей. Мы уделяем особое внимание потребностям пожилых людей. Наша миссия - обеспечить каждому члену вашей семьи четкость и качество слуха.

Сервисы, которыми мы гордимся:

- Оценка слуха и помощь при ухудшении слуха
- Профилактика и лечение звона в ушах (тиннитуса)
- Индивидуальный подбор и настройка слуховых аппаратов
- Профессиональное удаление ушной серы
- Теле-аудиология для удобства онлайн-консультаций

Ваш слух - это окно в мир звуков, эмоций и общения. "Ottawa Hears" заботится о том, чтобы это окно всегда было открыто для вас. Приглашаем вас посетить нашу клинику и убедиться в высоком качестве наших услуг. Ваше здоровье и комфорт - наш главный приоритет. **Ottawa Hears** - мы слышим каждого!

Телефон: **613-808-0779** | e-mail: info@ottawahears.com

Адреса отделений клиники: 400 March Rd #125, Kanata и 80 Michael Cowpland Dr, Ottawa



Справочник бизнесов Оттавы-Гатино

Обучение для детей

Детский сад Родник	613-596-5123
Школа свв.Кирилла и Мефодия	613-866-0705
Школа Успех	613-220-8303
Уроки математики	416-910-3821
Universe DanceArt studio	613-700-0743
Break Dance school	613-276-6713
Dance with us studio	613-406-0066

Автомобили

Kanata Ford	kanataford.com	613-591-9000
DM Auto	dmautosales.ca	613-983-3322
Kanata Toyota		431-777-8373
Forward Auto		613-266-5739

Ремонт

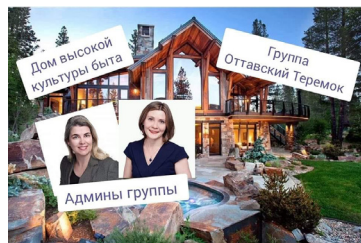
Ремонт appliances	613-880-8150
Ремонт кондиционеров, газовых приборов	819-580-7879
Ремонт appliances	613-898-0054
Электрик	613-698-5869
Ремонт и реконструкция подвалов	613-879-9108
Interlocking deck patio	613-518-2511
Установка и ремонт заборов	613-619-5650
Машинная вышивка	613-298-0418

Прочее

Иммиграционный консультант	@immigrant.today
Помощь психолога	613-263-4557
Школа автовождения	613-220-0179
Трансформационные игры	613-255-1586
Организация праздников PartyJoy	343-575-6156
Сертифицированные переводы	613-305-2663

Приглашаем в Facebook группу "Оттавский Теремок"

чтобы быть в курсе мероприятий, праздников, концертов и новостей нашего сообщества. группа объединяет людей, проживающих в Оттаве, Гатино и окрестностях. Мы создаем удобное пространство для общения, дружбы и обмена опытом.



Будь Здоров!

Продукты для весенней очистки организма

Лимоны, свекла, яблоки, зеленые овощи, чеснок, морские водоросли и зеленый чай играют ключевую роль в детоксикации и поддержании здоровья. Витамин С в лимонах помогает очищать кровь, стимулируя выведение токсинов. Свекла, богатая витаминами и минералами, улучшает пищеварение и способствует очищению печени. Яблоки, насыщенные пектином, помогают избавляться от тяжелых металлов. Зеленые овощи с высоким содержанием хлорофилла поддерживают очищение крови. Чеснок активизирует выработку печеночных ферментов для фильтрации токсинов. Морские водоросли, наполненные антиоксидантами и альгиновой кислотой, улучшают состояние крови и пищеварение. Зеленый чай с катехинами способствует гидратации и поддерживает печень. Эти продукты доступны круглый год и могут употребляться вместе для усиленной детоксикации.



Рубрика *Будь Здоров!* подготовлена нами в сотрудничестве с гляцевым журналом *BeHealthy!* который распространяется в Торонто, Оттаве и Гатино. По вопросам размещения ваших материалов и рекламы в журнале звоните:

416-826-1601 или **561-814-8472** (WhatsApp)

Тонкие блины

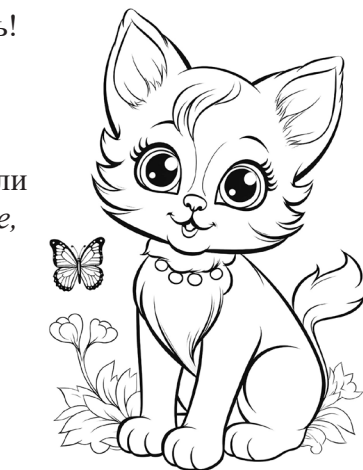
1. Приготовить тесто для домашних блинчиков. В большой миске слегка взбить венчиком яйца с сахаром и солью. Не следует это делать слишком долго и тщательно: главное, чтобы ингредиенты только соединились.
2. В получившуюся яичную смесь, основу теста блинчиков, влить половину холодного молока. Перемешать венчиком, чтобы получилась масса однородной консистенции. Муку просеять через мелкое сито.
3. Понемногу добавить в яично-молочную смесь муку, перемешивая венчиком или лопаточкой до получения теста консистенции однородной сметаны. Следите, чтобы не было комочков!
4. Добавить в тесто домашних блинчиков оставшееся молоко и тщательно перемешать венчиком. Влить растительное масло. Перемешать и оставить на 10-15 минут при комнатной температуре.
5. Нагреть чугунную сковороду, смазать растительным маслом и жарить тонкие блинчики с двух сторон. Выкладывать их стопкой, смазывая маленьким кусочком сливочного масла.



Детский уголок

Отгадай загадку

- За спиной у нас висит, Много сможет он вместить!
- *На пол снова убежало С моей кровати ...*
- Только на небо приплыли, Тут же солнце собой скрыли
- *В них прошли мы по дороге, Не промокли наши ноги!*
- Как по ткани он пройдёт, Складочки все соберёт
- *По утрам у тёти Маши Ем вкуснейшую я ...*



Китая 'гошил' 'гошил' 'н'лиш 'ов'варо 'ж'ежид :ичиэшО

Помощь в кризисных ситуациях

Меня зовут Марианна.

Я доктор психологических наук и психотерапевт с лицензией на практику в Онтарио и многолетним стажем работы по оказанию помощи людям в разных тяжелых жизненных ситуациях и кризисах.

Обращайтесь, если вы столкнулись с:

- Чувствами тревоги, страха, депрессии, бессонницей или кошмарами.
- Подозрениями, навязчивыми воспоминаниями или мыслями.
- Утратой близкого человека, разрывом отношений, увольнением или другими глубокими потерями.

Марианна Штурман, PhD, R.P., C.C.C.
mashturman@gmail.com 613-263-4557

Мой сервис покрывается разными страховками

Необходимость отдыха

В современном мире, насыщенном стрессом и суетой, сколько времени мы уделяем себе, своему отдыху? Впереди всегда так много дел, так много планов, что кажется, что отдыха просто нет места в нашей жизни. Однако, чтобы быть продуктивными и счастливыми, необходимо уметь организовать себя и уделить время и внимание своему отдыху. Первое, что следует сделать – это осознать, что отдых необходим. Мы – не беспрерывно работающие машины, мы люди со своими физиологическими и психологическими потребностями. Наши организмы нуждаются в регулярном восстановлении, а наш ум нуждается в отдыхе от постоянного напряжения. Поэтому, первый шаг – принять тот факт, что без отдыха невозможно эффективно и продуктивно работать.

Далее, необходимо научиться планировать свое время так, чтобы в нем

был выделен специальный отрезок времени для отдыха. Когда у нас есть график работы и список дел, возьмите календарь и отметьте на нем время, когда вы будете специально отдыхать. Это может быть вечернее время после работы или выходные дни, когда вы никак не связаны с рабочими проектами. Важно, чтобы это время было свободным от забот и обязанностей, чтобы вы могли по-настоящему расслабиться и забыть о проблемах.

Но отдых – это не только время, проведенное без дела. Он должен быть активным и разнообразным, чтобы восстановить и балансировать ваш организм и ум. Итак, подумайте о своих интересах и хобби. Что вам приносит удовольствие? Может быть, это чтение хорошей книги, занятие спортом, прогулка на свежем воздухе или знакомство с новыми местами? Попробуйте разнообразить свой отдых, чтобы он был не только полезен, но и интересен для вас.

Не забывайте также о физическом отдыхе. Регулярные физические упражнения не только помогут укрепить ваше тело, но и способствуют выработке эндорфинов, которые являются естественными антидепрессантами. Будь то пробежка, йога или танцы – найдите форму физической активности, которая будет вам по душе, и придерживайтесь ее регулярно.

Исключите многочисленные отвлекающие факторы из своего времени отдыха. Отключите мобильные устройства и отложите выполнение задач на позже. Позвольте себе насладиться моментом и настоящим миром вокруг вас.

В заключение, организация себя для отдыха – это важный аспект заботы о себе, который помогает нам сохранять энергию и восстанавливаться для дальнейших достижений. Независимо от того, насколько заполнен ваш график или насколько вы загружены, всегда найдите время для отдыха.

Корейская косметика Atomy

Если не знаете, что купить для себя, подарить друзьям, предлагаю большой ассортимент продукции Южно-Корейской компании Атоми. Здесь вы найдете продукцию как для женщин, так и для мужчин. Богатый ассортимент товара. За подробной информацией обращайтесь к Мелании. Отличное качество. Доступная цена. **613-617-3788**

