

Въображението е спектър - и 1% от хората изобщо не могат да визуализират нещата психически

(Imagination is a spectrum – and 1% of people can’t mentally visualise things at all)

Автор: Шарън Гева - старши преподавател по психология и невронауки, Anglia Ruskin University

Декларация за оповестяване:
 Шарън Гева не работи, не консултира, не притежава дялове или не получава финансиране от която и да е компания или организация, която би

се възползвала от тази статия, и не е разкрила никакви съответни връзки извън тяхното академично назначение.

*Статията е публикувана в The Conversation.
 Преводът е на „Пламък“*

Прод. на стр.4 >>



Prostock-studio/Shutterstock



Your one stop **Health Food Store**

Largest **Health Food Chain** in the GTA

NOW OVER 32 LOCATIONS ACROSS THE GTA!

LIVE LIFE HEALTHY healthyplanetcanada.com



Продажба, покупка и ремонт на автомобили

867 Kipling Ave. Toronto

За продажби: Ангел и Петър: 416-823-2403, 416-821-1221

За ремонт: (Пламен1, Пламен2) 416-786-7259, 647-504-6579

www.FirstAutoGroup.ca

BARANS

TURKISH CUISINE & BAR

2043 Eglinton Ave E, Scarborough

LIVE MUSIC   416-750-4545

www.barans.ca








LINA G.Gueorguieva, SRS, CNE
 BROKER
C:647-862-2339
 REMAX ULTIMATE REALTY INC., Brokerage
 LinaGRemax@gmail.com
MyHomeForSaleToronto.com
CALL LINA G! ОБАДИ СЕ ДНЕС!

CANADIAN BUSINESS DIRECTORY
 by Bulgarian Flame Newspaper 2023-2024



21 years
 Bulgarian Canadian Business Directory
 Print & Online
www.BulBiz.com
 Coming end of May!

бизнес каталог

За да резервирате мястото си, моля се обадете на:
416-821-9915

Благодаря
 Вяра

Reserve your ad now!

Call: 416-821-9915
 Thanks, Viara

КОЛЕТИ ДО БЪЛГАРИЯ



**WANT TO SEND A PACKAGE
TO BULGARIA AND SAVE MONEY?**

**REGISTER AT MEEST PORTAL TILL APRIL 1, 2023,
AND GET 10% OFF YOUR FIRST PACKAGE**

› **MAKE A NEW ACCOUNT AT MEEST PORTAL**

WWW.MYMEEST.CA/MEESTPORTAL

› **PAY FOR YOUR PACKAGE ONLINE**

› **CHOOSE "PARCEL TO MEEST VIA CANADA POST"
AT THE CHECK OUT AND **GET 10% OFF****

**Don't miss this chance. Register now and enjoy fast
and affordable shipping with Meest!**





Daphne Kostova CNP, NNCP
Certified Holistic Nutritionist
Certified Weight Loss Coach
416-602-3196
daphne@dkwellness.ca
www.dkwellness.ca
IG @daphnekostova
FB Dk wellness



Testimonials:

"I lost 25 pounds and I am no longer prediabetic",
Kalina T.

"I lost 30 pounds and I no longer have menopausal symptoms",
Krisa M

Дафни Костова
хормонален диетолог на жени,
ви помага да отстраните симптомите
на менопаузата и
натрупани килограми ефективно.
Първи час е винаги безплатен!
Обадете се днес!
416-602-3196



Caramel Coffee shop
БЪЛГАРСКА СЛАДКАРНИЦА
в района на East York
6 Donlands ave.
(Donlands & Danforth)
До спирката на метрото
"Donlands".

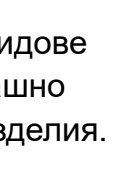
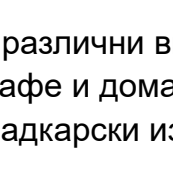
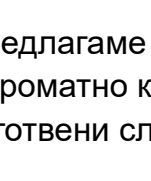
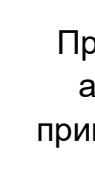
КОЗУНАЦИ ЗА ВЕЛИКДЕН
Със стафиди, орехи, плодове и бадеми.
ЗА ПОРЪЧКИ една седмица преди Великден:
(647)646-5648, Ваня
caramel.coffeeshop60@gmail.com



КОЗУНАЦИ
ПОРЪЧКИ
НА ТЕЛ 6476465648

CARAMEL COFFEE SHOP

Предлагаме различни видове
ароматно кафе и домашно
приготвени сладкарски изделия.





ПРЕДЛАГАМЕ РАБОТА
Като една от най-големите частни пекарни в Северна Америка,
FIERA FOODS COMPANY и свързаните с нея компании има
невероятна история на разширяване, иновации и качество през
последните 30 години.

Търсим изключителни хора, които да се присъединят към нашия изключителен екип;

- **Производство;** Скалери, Пекари, Оператори на производствена линия,Общо производство, Оператори на мотокари, Спедитори
- **Професионални работници;** Електротехници, Механици, PLC Техници
- **Продажби;** Възможности и за Канада и за САЩ
- **Мениджмънт;** Бригадири, Супервайзори, Мениджъри, Инжинери-проектанти

Нашият ангажимент за качество и съвършенство на продуктите са превишени само от нашия ангажимент за безопасност. Превъзходна комуникация, работа в екип и внимание към детайла са основни умения, за да сте в нашия екип!

Моля изпратете автобиографията и очакванията си за възнаграждение на имейл:
jobs@fierafafoods.com или се обадете на **(416) 746-1010 (ext. 357)**

Благодарим предварително на всички за оказания интерес, но само тези, които бъдат избрани за интервю, ще бъдат потърсени от нас.

Въображението е спектър - и 1% от хората изобщо не могат да визуализират нещата психически

(Imagination is a spectrum – and 1% of people can't mentally visualise things at all)

Когато чуete някой да говори, *виждате ли думите в ума си*? Или виждате какво казват като на филм? Лесно е да се предположи, че начинът, по който възприемате света, е еднакъв за всички. Но последните проучвания разкриват, че **има широк спектър от това как хората визуализират нещата в съзнанието си**. Възприемането на вътрешните визуални образи може дори да се променя през целия ви живот.

Ние хората варираме от тези, **които са „слепи“ и не могат да визуализират нещата мислено**, до онези, които **имат брилянтни образи в ума си**. Някои хора виждат форми в ума си, когато чуят музика, или си представят цветове, когато **видят число (феномен, наречен синестезия)**.

Има дори вид синестезия, при която **съзнанието на хората пуска писмен текст върху ментална лента**. Въпреки че синестезията на тикер лентата (или субтитрите) (TTS) е изследвана за първи път през 1883 г. от братовчедата на Чарлз Дарвин Франсис Галтън, малко се знаеше за нея доскоро.

Наскоро публикувано проучване, едно от първите, които изследват това състояние по-задълбочено, установи, че от 26-те участници с TTS повечето са имали допълнителни видове

синестезия. Най-често тя е пространствено-времева или число-пространствена, където те преживяват времето или числата като локация.

Имаше известно разнообразие в това колко дълго хората са имали TTS, като **19 от 26-те участници с TTS казаха, че са го изпитвали, откакто са се научили да четат** или откакто се помнят. Но трима казаха, че не е започнало и не са го усетили до настъпване на юношеството.

Около 40% от участниците са имали TTS дори в отговор на животински звуци, а **90% са го имали като отговор на вътрешния си глас**. Един участник разказал на изследователите как след няколко дни, когато чул птица да пее в градината си, той започнал да вижда написана дума в ума си, която представлявала песента на птицата.

Докато много възрастни могат да си представят написани думи, когато слушат реч, ако бъдат помолени да го направят, хората с TTS са различни поради лекотата, с която се случва това. Всъщност някои не могат да спрат, дори когато това затруднява проследяването на разговори, когато много хора говорят едновременно. Но способността да се обработва информация от различни сетива едновременно често е полезна. **Има еволюционно обяснение за това.**



Когато нашите предци са ходили по африканската савана преди повече от 100,000 години, бързото разпознаване на това,

което са чули или видели, е било от съществено значение. Например, след като чуят звук, идващ от храстите, **хората трябваше бързо да решат как да реагират**. Повече информация ни помага да направим правилния избор.

Така че, ако видим или дори помиришем животно в храсталака зад нас, бихме могли по-лесно да определим дали е опасен хищник, от който трябва да избягаме, или пухкав малък заек. С развитието си мозъците ни станаха **експерти в свързването на информация от различни сетива**.

Обвързващата информация от различни сетива може да ни помогне да вземем по-бързи и по-точни решения. Например, когато слушат реч, която не е лесно разбираема, може би поради фон шум, хората разбират по-добре какво се

Прод. на стр.6 >>

Недвижими имоти



LINA G. Gueorguieva, SRS, CNE
BROKER

C: 647-862-2339

REMAX ULTIMATE REALTY INC., Brokerage

✉ **LinaGRemax@gmail.com**

MyHomeForSaleToronto.com

CALL LINA G! ОБАДИ СЕ ДНЕС!

A STAR ALLIANCE MEMBER 

CONNECT TO AMAZING FLAVOR

with delicious choices prepared by our flying chefs



TURKISH AIRLINES

Products and services are subject to change depending on flight duration and aircraft.

Въображението е спектър - и 1% от хората изобщо не могат да визуализират нещата психически

(Imagination is a spectrum – and 1% of people can’t mentally visualise things at all)

<< **Прод. от стр.4**

казва, ако виждат как се движи устата на говорещия. По време на COVID ограниченията, когато маските бяха задължителни, много хора осъзнаха колко **по-трудно им е да разбират другите, когато не виждат устата им.**

Както е в случая с TTS, понякога можем да увеличим количеството или вида на достъпната ни информация, като създаваме образи в съзнанието си. Например,

след като са били обучени да създават визуални образи в съзнанието си за история, която им е била прочетена, децата, които са имали затруднения с разбирането на истории, са постигнали по-висок резултат на тестовете за разбиране на истории. Това показва как повече информация, дори ако е само образ в съзнанието ни, може да ни помогне да запомним и разберем по-добре света около нас.

В този смисъл можете да

спорите, че всички сме в спектър от създаване на образ. Какво се случва тогава, когато умовете ни не могат да създават умствени образи?

Изследванията показват, че някои хора се раждат без способността да виждат картини в ума си, докато **други може да загубят тази способност - например след мозъчно увреждане.** Проучването на моя екип показва, че някои преживели инсулт не могат да чуят собствения си глас в

изображения.



На спектър

Изследователите наскоро предположиха, че по-малко хора се раждат към края на спектъра с ниско визуално изображение. Екстремни форми на афантазия, хора, които изобщо нямат визуални образи, са редки. По-малко от 1% от хората имат тази форма. **Няма достатъчно данни за хора, които не могат да си представят собствения си глас в главите си,** за да направят сравнение. Но един твит, който стана вирусен преди няколко години, показва, че може да има повече хора, на които им липсва вътрешна реч, отколкото можете да си представите.

Някои изследвания показват, че **не сме родени със способността да си въобразяваме.** Вместо това **визуалните образи се появяват и развиват през ранното детство.** Това е последвано от намаляване на **визуалното въображение в зряла възраст.** Много по-малко се знае за вътрешната реч в детството. Въпреки руският психолог че Лев Виготски има теория за това.

Прод. на стр.8 >>

Най-хубавото гръцко вино, сега е на промоция. Идеално за Великденските празници!

AVARINÓ

LCBO #15822

TODAY'S BEST GREEK WINE!

Fresh crisp delicate aroma of citrus fruits, balanced with a great finish!

Trebbiano 70% (Moschofilero 20%, Roditis 10%)

FRESH NEW VINTAGE

2021

PELOPONNESE

pillow + pony + Easy

NESTOR, A NAME TO TRUST!

12 % Alcohol = Spring Fun

CHILL TO ENJOY 7 C° - 12 C° 44 F° - 50 F°

SCREW CAP FOR FRESHNESS

TIME TO GET ANOTHER BOTTLE AND **SAVE \$1.00!**

LIMITED TIME OFFER

SAVE \$1.00

Act by April

LONDON WINE LWC GOLD COMPETITION

SCAN QR-code

THE GREAT GREEK

Mediterranean Grill

THE BEST GREEK RESTAURANT FRANCHISE



We're a fast-casual restaurant that specializes in Mediterranean fare, which has experienced surging popularity in recent years. Our menu is made up of traditional Greek favorites that generate excellent sit-down meals as well as to-go items that easily compete with QSR (quick-service restaurant) offerings. We prioritize quality, and our entire menu is made from fresh ingredients, with many healthy options to be found. As such, our model appeals to a wider customer demographic than the typical sub or burger chain.

A DELICIOUS FRANCHISE INVESTMENT

The Great Greek has been experiencing steady growth in the U.S. for years, and we've now set our sights on expanding throughout Canada.

We believe that now is an excellent time to introduce our brand to the Canadian market. There's a strong demand for great fast-casual restaurants in Canada, and family restaurants are also a popular destination. The Great Greek fits into both industry trends, spelling opportunity for new franchisees.

Furthermore, like American consumers, Canadians are becoming increasingly conscious about the foods they choose to consume and have shown a preference for foods that they believe to be healthier. As Canadians seek healthier lifestyles, they'll likely be conflicted about swapping the convenience of the QSRs they love for fresher food. With The Great Greek, they can enjoy the best of both worlds.



THE NUMBERS

- 

INITIAL FRANCHISE FEE
*\$37,500 CAD
- 

LIQUID CAPITAL REQUIRED
\$150,000 CAD
- 

INVESTMENT LOW
\$400,000 CAD
- 

INVESTMENT HIGH
\$700,000 CAD

*TRADE SHOW SPECIAL, VALID UNTIL FEBRUARY, 1, 2023.

SITE SELECTION

- 

1600 – 2000 sq. ft.
- 

Residential Focused
- 

Business District Areas
- 

Neighborhood Shopping Centers
with QSRs Preferred
- 

Daytime Working Population
- 

Preferrable Main Road Facing Units

Въображението е спектър - и 1% от хората изобщо не могат да визуализират нещата психически

(Imagination is a spectrum – and 1% of people can't mentally visualise things at all)

<< Прод. от стр.6

В началото на 20 век Виготски твърди, че децата се раждат без вътрешна реч.

Той твърди, че децата започват с лична реч – говорейки си на глас, когато играят или мислят – и това по-късно се интернализира, превръщайки се във вътрешна реч. Работата на Виготски е добре приета сред учените днес.

Не е известно дали вътрешната реч показва спад в късна зряла

възраст, подобно на това, предложено за визуални изображения.



Визуалните и слухови образи са свързани със способността ни да помним неща,

да разбираме какво четем и чуваме и да разсъждаваме върху живота си и кои сме. **Всички сме в спектър от ментални образи.**

Някои хора се оказват в крайностите на спектъра при раждането си, а някои се изместват към краищата, след като житейските събития предизвикат промяна. Но какъв тип инциденти или какви лични характеристики влияят на нашите образи са до голяма степен неизвестни.

Отговорът на тези въпроси е от ключово значение, за да започнете да изследвате човешкия ум и да помогнете на онези, които са загубили своите образи.

- Статията е публикувана в The Conversation <https://theconversation.com/imagination-is-a-spectrum-and-1-of-people-cant-mentally-visualise-things-at-all-199794>

ПАМЕТНИЦИ НА ДОБРИ ЦЕНИ

За ваше удобство, скоро отваряме офиса си и на още един адрес:

King Square Shopping Centre
9390 Woodbine Ave, Unit 2B11, Markham, ON L6C 0M5, Тел: 905-717-5310



Memorial Galleries Inc.

Monument Factory Outlet

Save Your Budget

- Дизайн по поръчка
- Всякакви форми на паметници и всякакви букви
- Final date cemetery second engraving
- Гранит маркер и Бронзов плакет
- Офорт и Статуя
- Урни
- Огромна избор на изложени в двора на фабриката за лесно разглеждане
- Инсталация във всички гробища на GTA



53 Bertrand Ave. Scarborough ON M1L 4P3

Tel: 416-759-0293, E-mail: mark@memorialgalleries.ca

Business Hours: Monday - Saturday: 10am - 7pm Sunday: By Appointment

www.memorialgalleries.ca

Send money to

Central &

Eastern Europe

New Customers Get

50% off*

transfer fees with
promo code Ria50.



Visit us at any of our 1,800+ locations in Canada, including:

Ria Mississauga: 3038 Hurontario St Unit 6 Mississauga, ON, L5B 3B9 Tel: 905-247-0283	Money Corner 6225 Bathurst St North York, ON, M2R 2A5 Tel: 416-221-6134	Money Transfer Center 4949 Bathurst St Unit 6 Toronto, ON, M2R 1Y1 Tel: 647-870-0069	Video Arena (Raduga) 5885 Bathurst St North York, ON, M2R 1Y7 Tel: 416-226-9151
Millway Dry Cleaners & Alterations 3200 Erin Mills Parkway Unit 5 Mississauga, ON, M2R 1Y1 Tel: 905-828-6501	Danforth Wireless 3158 Danforth Ave Toronto, ON, V5R 5K4 Tel: 647-957-6549	Simply Transact Ltd 462 Birchmount Rd unit 29 Scarborough, ON, M1K 1N8 Tel: 647-562-0204	Punjab International 822 Queenston Road, Hamilton, ON, L8G 1A9 Tel: 905-664-9003

Receive money from any of our payout partners in Europe, including:



ria

Money Transfer

Fast. Safe. Guaranteed.

Available on the App Store

ANDROID APP ON Google play

1.855.355.2141 • riamoneytransfer.ca

*Promo code valid for transfer amounts up to CAD\$500 to any country except Vietnam until 12/31/25. certain conditions apply and valid only at participating agent locations. Ria reserves the right to stop promotion at any time. Valid only for first time customers. Only one promo code per customer. Ria telecommunications of Canada, Inc. is registered as a money services business with the Financial Transactions and Reports Analysis Centre of Canada. When the beneficiary receives payment in non-Canadian currency, a retail currency exchange rate that provides revenue to Ria Telecommunications of Canada, Inc. shall be applied in addition to any fees. Service and funds availablility may vary based on a variety of factors including without limitation: the service(s) selected, delivery options selected, amount sent, destination country, currency availablility, regulatory matters, consumer protection matters, identification requirements, delivery restrictions, agent location hours, and differences in time zones. ©2020 Continental Exchange Solutions, Inc. All rights reserved.

26-годишен мъж бе обвинен за кражба на 3,880 лв. от църковния магазин на катедралата „Св. Александър Невски“



Районната прокуратура на София привлече към наказателна отговорност **26-годишен мъж за кражбата на пари от църковния магазин в катедралата „Св. Александър Невски“**, съобщиха от държавното обвинение.

На 6 март около 15 часа обвиняемият М.М. отнел сумата от 3,880 лева от

църковния магазин в патриаршеска катедрала храм-паметник „Св. Александър Невски“ в гр. София. Обвиняемият изчакал жената, която работи в магазина, да излезе от него, след като взел парите и избягал.

Деянито е извършено в условията на опасен рецидив, тъй като М.М. е осъждан на „лишаване от свобода“ за идентични престъпления.

По случая е образувано досъдебно производство за престъпление, за което се предвижда наказание „лишаване от свобода“.

Модерна лаборатория за канабис бе открита в Новозагорско



Супер модерна оранжерия за отглеждане на канабис е разкрита на частен адрес между селата Баня и Асеновец в Нова Загора след акция на МВР и прокуратурата. Канабисът се е отглеждал **в 8 помещения, като растенията са в различна фаза на растеж**. Установено е, че в лабораторията има **помещение за сушене на наркотика, подготвяли са се още помещения**

за отглеждане на канабиса.

На място са директорът на Националната следствена служба и заместник-главен прокурор Борислав Сарафов и главният секретар на МВР Петър Тодоров.



“Разкритата край Нова Загора нарколаборатория е сред най-големите и модерни, открити в последните години”, каза на брифинг зам.-главният прокурор Борислав Сарафов.

Прод. на стр.12 >>

Over 25 years in business

Elite Bakery and Delicatessen

EASTER IS COMING!





Specialized In:

- Greek & Middle Eastern Pastries
- Wedding & Birthday Cakes
- Grocery



1961 Kennedy Rd, Scarborough (just South of 401), Tel: 416-754-7857



eddiesmarket.ca

Eddie's

MEAT & DELI MARKET

1575 Dundas Str. E. Mississauga, 905-625-9617





- Огромен избор на прясно месо от Онатрио - свинско, телешко, агнешко, пилешко, патешко, гъше месо, пуешко и заешко.
- Огромен избор на меса без хормони и антибиотици
- Голям избор на вкусни пушени Европейски меса
- Вкусни, пресни торти
- Предлагаме и катеринг
- Посетете сайта ни eddiesmarket.ca или ни харесайте във [facebook](#) и [instagram](#).

Великденски
козунаци
Бои за яйца



Sweet Gallery

Since 1974, the Sweet Gallery has been creating the finest European cakes and pastries in the Greater Toronto Area.

- European Tortes and Pastries – Krempita, Dobos, Beigles, Reform, Opera, Caramel Crunch, Figaro and more
- Holiday Desserts including Viennese Strudel, Tutti Fruitti cookies, Stollen, & Christmas Cookie Boxes
- Dessert Tables and European Wedding Cakes
- Slab cakes, Small French Pastry, Petit Fours, European cookies
- Café featuring Burek, Goulash Soup, Quiches, Sandwiches and more

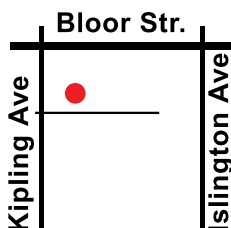
Owned and Operated by the Jelenic Family

**350 Bering Ave., Etobicoke
416-232-1539**

www.thesweetgallery.com

 @thesweetgallerycafe

 @thesweetgallerycafe



<< Прод. от стр.10

Според него лабораторията **представлява истинска фабрика, модерно оборудвана с помещения, където се прави разсад, помещение, в което израстват растенията, специализирана техника, която ги нагрява, отоплява и напоява. Между 1.5 и 2 млн. лева ще струва вложението.**

Входът е бил **добре замаскиран под формата на изоставен бус, като под него има стълбище, което води към помещение с площ около 600 кв. метра. Близко 2,000 стръка канабис, в различен стадий на растеж, са били открити в нарколабораторията, както и около 50 кг изсушена листна маса.**

Седем са задържаните за 72 часа, повдигнати са им обвинения. Двама от тях са криминално проявени, каза окръжният прокурор на Сливен Веселин Гангалов.

Европрокуратурата разследва възможни злоупотреби с европейски средства на ремонти в центъра на София



Европейската прокуратура е извършила обиски в София **по разследване на възможна корупция и злоупотреба със средства от ЕС за ремонтите в центъра на София, “включително**

емблематичните жълти павета”, предаде кореспондентът на БТА в Брюксел.

Обвиненията по разследването, придобило името “Пътят на жълтите павета”, се отнасят до **лошо управление на средствата, отпуснати на Столичната община за ремонт на центъра, съфинансиран от Европейския фонд за регионално развитие, както и възможна корупция, с изчислени щети от поне 3 млн. евро, се посочва в съобщението.** Европейската прокуратура е започнала това разследване през есента на миналата година по съобщения в медиите.

Според разследването през 2018 г. е сключен **Прод. на стр.13 >>** първи договор за



Shipping & Moving to Bulgaria

We Specialize in Consolidated Shipments & Full Container loads to Bulgaria.

For Full Loads we also serve:



Bulgaria Sofia, Varna, Burgas, Plovdiv
Macedonia Bitola, Ohrid, Skopje
Albania Durres port
And all European Countries!

Int'l Shipping and Moving of:

- ⇒Furniture
- ⇒Trunks
- ⇒Automobiles
- ⇒Commercial Cargo

Services we Provide:

- ⇒Wrapping / Packing Supplies
- ⇒Weekly Loadings
- ⇒Free Estimates
- ⇒Excellent Prices

In Business Since 1982 , We Take Care of Your Belongings, Because we Respect our Name

We work with the best Agents in the area such as Alex BG 2008, Alexander Logistics, Miramar etc. to make sure to get the proper service.

Contact us today at:

**29 Skagway Ave
Scarborough, ON**

Tel.: (416) 265-4686

Toll Free: 1 (877) 681-3353

Email: info@kronoscanada.com

www.kronoscanada.com





OAK PARK DELI
HOMEMADE MEALS & CATERING

213 Oak Park Ave.
(Oak Park/ Lumsden)
(416) 424-3354

TAKE OUT | DELIVERY | CATERING



Магазин за домашно приготвени ястия, доставени до вашия дом или офис в East York.

Family Specials are available for pick-up or delivery for your convenience.



Catering Menu:
Platters - Gourmet sandwich platters, Fruit Platters
Fresh Salads-Greek Salad, Caesar Salad, Spinach Salad, Pesto Pasta Salad
Appetizers - Spanakopita (със спанак), Tiropita (със сирене), Meatballs (кюфтета), Bruschetta
Hot Meals - Meat lasagna, Chicken Parmesan, Roast Beef, Curry chicken with Basmati rice, Moussaka, 1/4 Chicken, Souvlaki Dinner, Oak Park Veggie Pasta, Veggie lasagna, Shepherds Pie, Roast Lamb with lemon potatoes, Beef stew & mash potato, Pasticio, Stuffed peppers Vegetarian (пълнени чушки без месо), Baked Pork Chops, Briam.
Desserts.

Deli Menu:
Breakfast Sandwiches - Fresh homemade Pizzas - Hot Meals - Desserts



EAST YORK DELI
HOMEMADE MEALS & CATERING

903 Coxwell Ave.
416-429-3663



Магазин за домашно приготвени ястия, доставени до вашия дом или офис в East York.

Family Specials are available for pick-up or delivery for your convenience.



Family Pizza Deal
2x16" & 3 toppings,
Lg Salad, 4 drinks 355ml, 10 wings
Family Lasagna
(includes 4 cheese buns and large Caesar)
Greek Family Special
4 souvlaki on a pita, Large Fries, Large Greek salad, 4 soft drinks
Souvlaki Party Special
Half tray rice, Half tray Greek Salad, Half Tray potatoes, 10 skewers, Pita bread, Tzatziki

TAKE OUT | DELIVERY | CATERING

<< **Прод. от стр.12**

възстановяване на центъра на София (включително булевард “Цар Освободител” и площад “Народно събрание”). През 2020 г., след извършени плащания, договорот е бил прекратен по взаимно съгласие. Строителните дейности може да нанесат щети на Централния военен клуб в София, построен през 1907 г., който има историческа стойност. **Близо 3 млн. евро са били платени на изпълнителя, без неустойки за просрочие, допълва прокуратурата на ЕС.** След прекратяването на този договор

общината е подписала нов договор с нов изпълнител, при същите условия. Новият изпълнител е поискал аванс от около **750,000 евро, за да възстанови жълтите павета,** защитени от Закона за културното наследство. Тази сума засега не е изплатена, отбелязва прокуратурата на ЕС. Допълва се, че поисканата от Министерството на регионалното развитие и благоустройството техническа експертиза е установила, че **паветата са лошо положени и има и напукана настилка.** Лошото

качество на ремонта на паветата, изработени през 1908 г., **заедно с липсата на проверки от страна на общината,** биха могли да създадат допълнителни разходи, според финансовите документи, предоставени на прокуратурата на ЕС. Според разследването, **от изпълнителите са представени фалшиви документи с невярна информация,** удостоверяващи, че работите са извършени в съответствие със спецификациите, което е довело до неправомерни плащания. Според разследващите има **подозрения за**

злоупотреби в размер на близо 6 млн. евро европейски средства, с които е финансирано възстановяването на настилката от жълти павета в центъра на столицата.

Изгониха българска журналистка от събитие на политическа партия



От Асоциацията на европейските журналисти— **Прод. на стр.14 >>**

Caramel Coffee shop

БЪЛГАРСКА СЛАДКАРНИЦА

в района на East York
6 Donlands ave.

(Donlands & Danforth)

До спирката на метрото
"Donlands".

КОЗУНАЦИ ЗА ВЕЛИКДЕН

Със стафиди, орехи, плодове и бадеми.

ЗА ПОРЪЧКИ една седмица преди Великден:

(647)646-5648, Ваня
caramel.coffeeshop60@gmail.com



Предлагаме различни видове
ароматно кафе и домашно
приготвени сладкарски изделия.



Are you ready for a party? Order now!

Tel: 647-646-5648



Патиото ни е отворено. Заповядайте при нас!



България съобщи, че "журналистката от Българската национална телевизия Цвета (Флора) Стратиева е била изгонена от публичното събитие, с което официално се закрива предизборната кампания на политическа партия....".

"Лично лидерът на партията е призовал журналистката да напусне, като се е обърнал с обидни квалификации към нея. След като тя е отказала и е посочила, че е там като представител на Българската националната телевизия (БНТ) привърженици на партията са я обградили и са я принудили да си тръгне, включително и със заплахи.

Инцидентът се е случил преди началото на Деня за размисъл.

Българската медия „Петел“ е получила потвърждение за случая от самата Стратиева. Медията призова ръководството на БНТ да вземе отношение по случая и да защити журналистката Цвета Стратиева.

Припомняме, че това поведение от страна на представители на не е прецедент и отново призоваваме журналистите за солидарност. Предишните случаи бяха с представител на „Дневник“ и репортер на „Дойче Веле“, а сега

на БНТ и това показва, че обект на подобна атака би могъл да бъде всеки. А потърпевша е свободата на словото и правото на обществото да бъде информирано”, пишат от Асоциацията на европейските журналисти в България.

Посолството на Съединените американски щати напусна София на 1 април



Това съобщение се появи на страницата на U.S. Embassy Sofia днес на 1 април. Постът разбира се се оказа шега, с която дипломатическата мисия отбелязва Деня на шегата, а мненията под него бяха разнопосочни.

Потребител сериозно посочи липсата на децентрализация у нас и пожела на посолството да дадат пример с преместването си в някой друг град.

17-годишен ученик подаде бомбените
Прод. на стр. 15 >>
заплахи в цяла

България

17-годишен ученик от София е изпратил част от имейлите със заплахите за поставена бомба в училищата в цялата страна. Той бе арестуван от ГДБОП, научи БНР.

Докато е изпращал заплашителните имейли, с него са били още няколко съученици. Младежът е бил подтикнат да направи това след медийни публикации за първите заплашителни писма получени на 27-и и 28-и март в част от училищата в цялата страна.

БНР предаде, че при разпитите 17-годишното момче е признало че на 29, 30 и 31-ви март от личния си телефон създал четири имейл акаунта в “Гугъл”, от които е изпратил десетки имейли в цялата страна до училища и полицейски управления със заплахи за поставени бомби.

Младежът е обяснил, че е пратил имейлите защото не му се е ходило на училище. Намерени са компютър и телефон, които са били използвани за заплахите.

17-годишният ученик е бил арестуван, а материалите са докладвани на Софийската районна прокуратура.

Членове от екипа на сериала „Откраднат живот“ – не сме

подписали отворено писмо до медиите, че върху актрисата Диана Димитрова не е нанасян побой

/Снимка: bTV/



Членове на екипа на българския сериал “Откраднат живот” са изразили възмущението си от това, че са използвали имената им във фалшиво отвореното писмо, изпратено до медиите 27-ми март 2023 г. Писмото бе разпространено от 31 души от екипа на сериала в публична позиция пред медиите, а в него се твърдеше, че подписалите не са виждали върху актрисата Диана Димитрова да е нанасян побой или да е имала следи от такъв. Преди това пред медиите проговори и актьорът Юлиан Вергов, чието име се споменава за извършител на побоя над актрисата.

За възмущението на колегите си от използването на имената им написа Диана Димитрова в своята Фейсбук страница. Ето кои свои колеги цитира тя:

“Даниел Емарт - сет дресър. Прилагам цитат.

“Казвам се Даниел

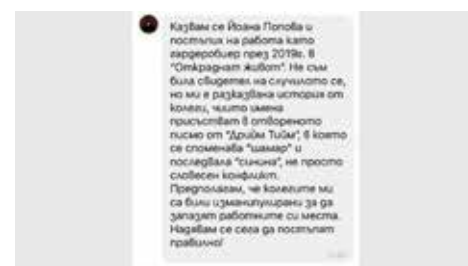
Емарт, бях Сет дресър в сериала, потвърждавам казаното от колегите, името ми е използвано в медиите без съгласието ми, обадиха ми се с повод че правят списък на екипа да спазваме някакъв неутралитет, **никога не е ставало дума за писмо до медиите и настоявам името ми да се махне от онзи списък”**

Дилиан Иванов - 2-ри асистент камера. Прилагам цитат.

“Казвам се Дилиан Иванов 2ри асистент камера. Обадиха ми се с молба за неутралитет, като ще бъде упоменато че не подкрепям никого и не съм виждал или чувал да се е случило нещо до момента на изявлението от Диана Димитрова. Писмото го прочетох от медиите до тогава не съм го виждал. В последствие се оказва, че във въпросния ден не съм бил на работа. Желая името ми да бъде премахнато от този списък!



Йоана Попова - гардеробиер. Прилагам цитат.



“Казвам се Йоана Попова и постъпих на работа като гардеробиер през 2019 г. в “Откраднат живот”. Не съм свидетел на случилото се, но ми е разказвана история от колеги, чиито имена присъстват в отвореното писмо от “Дрийм Тийм”, в която се споменава “шамар” и последвала “синина”, а не просто словесен конфликт. Предполагам, че колегите ми са били изманипулирани за да запазят работните си места. Надявам се сега да постъпят правилно!”

Грета Манчева - главен художник гримьор, която ми оказа първа помощ третирайки лицето ми със замразяващ спрей, потвърждава думите си от показанията дадени пред “Криминална полиция” СДВР. В преписката от Прокуратурата нейните показания се свеждат само до едно изречение.

Владимир Ковачев - гардеробиер. Потвърждава, че името му е използвано в отвореното писмо без неговото изрично съгласие.

Михаил Чехларов - реквизитор. Прилагам цитат.

Прод. на стр.18 >>

За пролетен детокс
и здравословно отслабване
с дългосрочни резултати,
обадете се на Дафни
416-602-3196

DK Wellness

Дафни Костова
хормонален диетолог на жени,
ви помага да отстраните симптомите
на менопаузата и натрупани килограми
ефективно. Първи час е винаги безплатен !

Много жени на възраст над 35, над 40 и над 50 години страдат от здравословни проблеми и напълняване, свързани с менопаузата и с хормонални дисбаланси, които се изявяват в този период. „Много често клиентките ми не знаят, че причината за тяхното напълняване е хормонален дисбаланс. Малки промени в храненето и начина на живот помагат да се отстранят симптомите на менопаузата и довеждат до успешно отслабване в дългосрочен план“.

Дафни Костова, сертифициран нютришънист, специализира в хормонално здраве за жени над 35 години.

Тя има сертификация да използва немската програма **Метаболик Баланс**, чрез която тя изготвя Персонализирани Хранителни Планове,

с които тя помага на клиентките си да достигнат желаните килограми, но още по-важно- помага им да облекчат и дори елиминират симптомите на менопаузата.

Дафни, метаболик баланс специалист, работи в офиса си в Торонто, и също онлайн с клиентките си, като им **помага да възвърнат енергията си, да подобрят храносмилането си и да постигнат желаните килограми** чрез здравословно хранене без ограничения.

Добрата новина е, че програмата **Метаболик Баланс**, от Германия, показва доказани резултати в **спиране на напълняването и възвръщане на здравословните килограми, елиминирането на горещите вълни и проблеми с паметта** повреме на перименопаузата и менопаузата.

„Аз вече нямам горещи вълни. Енергията ми се върна и сънят ми се подобри. Паметта ми е по-добре от преди. Аз свалих 15 килограма откакто започнах програмата, и ми е лесно да поддържам.“ казва клиентка на Дафни Костова. „Моят план не е рестриктивен и е лесно да го спазвам. Дафни ми помага да следвам плана си и да го превърна в начин на живот. Чувствам се страхотно!“ добавя тя.

Програмата **Метаболик Баланс** е в повече от 30 страни по света, с повече от 25 години опит и е помогнала на повече от 1 милион човека да нормализират хормоните си и да достигнат желаната форма.

Програмата започва с подробна кръвна картина на 35 кръвни стойности. На базата на тези кръвни резултати и здравната картина

и симптоми на клиентката, тя получава персонализиран план за хранене. Планът е лесен за следване, и идва с лесни рецепти за приготвяне. Дафни съблюдава и помага на клиентките си да спазват с лекота. Планът показва на всеки клиент точните храни, в точното количество, за да се постигне идеално тегло и оптимално здраве. Дафни Костова предлага 1 безплатен час, повреме на който, тя ще ви каже какви подобрения и след колко време може да очаквате за себе си като следвате персонализиран план.

Научете още за програмат **Метаболик Баланс** и резултатите, които можете да очаквате за себе си.

Дафни от DK Wellness приема нови клиентки, и ще ви помогне да балансирате хормоните си тази пролет.

За повече информация, посетете: www.dkwellness.ca

Тел: **416-602-3196** • IG @daphnekostova • FB @Dk wellness



Every day new homemade cakes and pastries. Fresh Bread, bureks, baklava, kadaif. Prospora Bread. Custom made Cakes for all Occasions: Birthdays, Weddings, Baptism, Bridal, Shower Cakes and other.

Kostas Greek Bakery

265 Ellesmere Rd Toronto, ON
647-748-9229



**EASTER IS
COMING!**

KOSTAS MEAT & DELI

259 Ellesmere Rd, Scarborough, 416-444-3036



**Почърайте
АГНЕСКО месо
за Великден!**



**LAMB, GOAT &
КОКОРЕТСИ**

Old Mill Pastry & Deli

385 The West Mall, Etobicoke

(416) 551-1779

- Внос на европейски продукти, консерви, сирена, кашкавали, салами, пушено месо, колбаси, брашно, захар, кафе, боб, подправки, сокове, вода, айрян и др.
- Домашно приготвени баница, кебабчета, кюфтета.
- Всякакви видове десерти, пасти, торти за рождени дни и др. тържества.



<< **Прод. от стр.15**

“Казвам се Михаил Чехларов и бях реквизитор на сериала Откраднат живот, малко след тези събития. Няма да коментирам какво се е случило, защото не съм присъствал, само ще кажа, че историята ми е разказвана с подробности още 2018 г. от някой от хората, които са оставили имената си под оправданието на “Дрийм Тийм”. Как ще завърши историята, не зная, но са ми любопитни мотивите на колегите и внезапната им амнезия, които са позволили да ги включат в това писмо. До тук сме трима, които имаха доблестта да не “забравят” удобно. Надявам се и други да размислят.”

Стефан Геков
- 2-ри асистент
камера.

Прилагам цитат.

потвърждавам казаното от колегите, името ми е използвано без моето знание и публикувано в медите без съгласието ми, обадих ми се с повод че правят списък на екипа да спазваме някакъв неутралитет, никога не е ставало дума за писмо до медиите и изпращане писмото.

“Съгласен съм с написаното от Михаил Чехларов. Казвам се Стефан Геков, камера асистент в Откраднат

живот. В този ден АЗ бях на работа и ВИДЯХ последствията след побоя. НЕ съм станал свидетел на самото деяние! “Колеги” ми **позвъниха да добавят и моето име в ОНЗИ списък.** Доводите им бяха да се запази НЕУТРАЛИТЕТ по случая. А в публикуваното писмо се **ТВЪРДИ**, че това НЕ СЕ Е СЛУЧИЛО. СЛУЧИ СЕ! Диана Димитрова в следващите дни идваше на снимки с огромни очила за да прикрият синините под очите й. **Аз ИМАМ топки за разлика от “колегите” ми!** Сигурен съм, че част от тях бяха подвеждени и ще променят мнението си и ще се появят с друго писмо. А за тези които услужливо “не помнят”, има кой да ги накаже. Един вижда всичко!” В каква държава живеем, след като лъжесвидетелите Велина Павлова и други от хайката, както стана ясно, организират съставянето на фалшиво писмо,

Прод. на стр.18 >>

EASTER IS COMING!



<< Прод. от стр.18

уж от името на 31
човека от екипа на
Откраднат живот, **20 от
които не присъстват в
деня на побоя.**”

27-годишен спецполицей задържан в София за 1.5 килограма маришуана

Полицейски служител
бе задържан за
притежание и
разпространение
на 1.5 килограма
марихуана в София,
съобщиха от
полицията.

**Той е служител на
Специализирани
полицейски сили КЪМ**

Столична дирекция на вътрешните работи (СПС - СДВР). Арестът е извършен след разследване на дирекция „Вътрешна сигурност“ - МВР. 27-годишният е следен и задържан след сделката.

Случаят е докладван на Софийската градска прокуратура, и има започнало разследване. Директорът на СДВР е издал заповед за начало на дисциплинарно производство.

Alliston Meat & Delicatessen

660 Bloor St, Mississauga, (905) 275-9331

Just West of Cawthra Rd.

www.allistonmeats.com

Bloor St

Cawthra Rd.

ALLISTON MEAT & DELICATESSEN

B.B.Q PIG-LAMB 275-9331 660 BLOOR ST. E. MISSISSAUGA

Европейски хранителен магазин в Мисисага

- Деликатеси
- Пушени меса
- Печено месо
- Кашкавал, сирене
- Прясно месо
- Кебабчета
- Внос на продукти от Европа
- Баница и десерти
- Продукти с намалени цени
- Кейтъринг

A collage of various food items offered by Alliston Meat & Delicatessen. It includes several types of sausages (some in a tray, some hanging), various cuts of meat, a selection of cheeses (including a wheel of Kashkaval), a package of Kringla, a package of Chevaps, a large round loaf of bread, a colorful fruit and vegetable salad, and a large platter of sliced meats.

A package of white, cylindrical food items, likely cheese or meat, with a label. The package is made of clear plastic and shows the individual pieces inside.

A large pile of golden-brown, fried food items, possibly cheese or meat, in a white bowl. The items are irregularly shaped and have a crispy texture.

A package of large, curved, reddish-brown food items, likely sausages, in a clear plastic bag. The package is made of clear plastic and shows the individual sausages inside.

A package of small, round, reddish-brown food items, likely sausages, in a clear plastic bag. The package is made of clear plastic and shows the individual sausages inside.

VIN
GARAGE



ORDER A BATCH OF
20 LITRES OF MERLOT ARGENTINA
FOR \$74



28 Millwick Drive, Toronto, Ontario M9L 1Y3 T 416.740.4411

For all our products and prices,
visit our web site:

WWW.VINDEGARAGE.COM

100% guaranteed. In business since 1997.

Това не е отливка или копие, това е оригиналът
Масивен скелет на T-Rex
ще бъде изложен на търг
този април



Искали ли сте някога да притежавате свой собствен динозавър? Е, това може да е вашият щастлив ден, пише KCEN.

Гигантски скелет на тиранозавър ще бъде изложен на търг в Швейцария този април, едва третият по рода си, продаван някога на търг.

Скелетът, наречен “TRX-293 Trinity”, не е съвсем абсолютен оригинален скелет. Всъщност се състои от кости на три различни динозавъра, изкопани в продължение на няколко години в Монтана и Уайоминг, факт, който беше наречен от някои учени като подвеждащ или неуместен.

Сирил Колър, собственик на аукционната къща, където ще бъде продаден Trinity, каза, че **именно защото скелетът е създаден от три различни индивида**, е спечелил името си, като **числото 293 е позоваване на броя на костите в целия скелет**.

Въпреки че костите идват от множество различни динозаври, над половината от скелета на Тринити, който е масивен 12.8 фута висок и 38 фута дълъг, е съставен от истински кости на динозаври, повече от **50%, които експертите изискват, за да считат за скелет “високо качество”**.

Вкаменелостите на тиранозавър са изключително редки находки, според Ханс

Якоб-Сибер, палеонтолог от музея на динозаврите Атал в Швейцария, и по-голямата част от откритите са изложени в различни музеи.

„Това не е отливка или копие, това е оригиналът. И има много малко, много малко“, каза Сибер. „Всъщност до около 1970 или 1980 г. е имало по-малко от дузина тиранозавъри, повечето от тях вече са били в музеите на Съединените щати.“

Независимо от спора, Trinity се очаква да бъде продаден за между 5 и 8 милиона швейцарски франка.

Два други скелета на T-Rex, които бяха продадени на търг, **на име Сю и Стан, бяха продадени съответно за 8.4 милиона долара през 1997 г. И 31.8 милиона долара през 2020 г.** Колър каза, че очаква Тринити да бъде закупен от “частно лице”, но все пак очаква обществеността да може да види скелета един ден.

Независимо дали сте частен колекционер, уредник в музей или просто любител на динозаврите, **сега е вашият шанс да притежавате част от историята**, завършва KCEN.

Джереми Ренър дава първо интервю с Даян Сойер след злополука със снегорин



Джереми Ренър даде първото си интервю след злополуката със снегопочистваща машина за Нова година: едночасово специално интервю, в което звездата на Marvel разказа за инцидента и възстановяването си пред



www.**Balkan.Center**

Ethnic communities
from the Balkans, in Canada
A modern online directory

Join Us!

Promote your event
or business
today!

Visit the website **www.Balkan.Center**

- ✓ Find specific associations, businesses, doctors, stores, schools.
- ✓ Be informed about Balkan events in your city.
- ✓ Pick the greatest Balkan restaurant or club to spend an unforgettable evening.

Register your business or event

- ✓ Showcase your activity; be known by the community you belong to and by others.
- ✓ Promote the events you organize, including online ticket sale.
- ✓ Be present in our newsletter.



Contact us at center@balkan.center

Follow us on

Great advertisement opportunities at competitive prices

Over 50 ethnic groups are now represented (www.Diaspora.Center)



events • media • business • associations • advertising
community • travel • restaurants • embassies • and more

Даян Сойер, написа The Holywood Reporter.

Звездата от „Кметът на Кингстаун“ сподели подробности за инцидента, включително критичните часове, последвали изтеглянето му изпод от 14,000-фунтовия снегорин.

В емоционалния двуминутен трейлър на Jeremy Renner: The Diane Sawyer Interview — A Story of Terror, Survival and Triumph, Ренър се показва едновременно уязвим и обнадяден, докато обсъжда перспективата да се завърне към каскадьорската работа като част от кариерата си и се разкъсва, докато разглежда въздействието на инцидента върху семейството му. **„Избрах да оцелея“**, казва той на Сойер. **„Няма да ме убиеш. Няма начин.“**

Ренър бе тежко ранен на 1 януари, след като разчисти снеговалеж в имота си в района на магистрала Маунт Роуз с личния си PistenBully след тежко метеорологично събитие в Невада по време на новогодишния уикенд. След като излезе от оборудването, **Sno-Cat започна да се плъзга, след като аварийната му спирачка не бе правилно поставена** и в опит да предотврати нараняването на

племенника си, който бе наблизо, Ренър „се опита да се качи на пистата, за да отклони PistenBully или да го спре“, според данни от отдела на шерифа на окръг Уошо.

В първия поглед на специалното издание Ренър споделя как **не само си спомня болката от прегазването му от снегорина, но е бил „буден във всеки момент“** от инцидента.

Актьорът беше приет в районна болница в критично, но стабилно състояние и претърпя лечение и операция за отстраняване на ортопедичните му наранявания - **включително 30 счупени кости - и травма на гръдния кош.** Документален филм ще обхване времето в болницата, което, както се разкрива в трейлъра, включва **лечение на счупено лице и очна кухина, осем ребра, счупени на 14 места, както и счупено дясно коляно, ляв пищял, ключица, дясно рамо и глезени,** заедно с прободен бял дроб, наред с други тежки наранявания.

Но интервюто ще предостави и поглед зад кулисите на продължаващото му възстановяване, за което Ренър сподели части през последните няколко месеца чрез социалните си медии. Това включва използването на



ДОСТАВКИ ПО ДОМОВЕТЕ

We deliver everywhere
in Canada & US
Check out
www.selectbakery.ca
and enjoy Greek pastries,
cheese, and hundreds of
grocery products delivered to
Your doorstep.

EASTER



IS COMING!

Great selection of
Greek wines & spirits.

405 Donlands Ave.

(416) 421-2400

info@selectbakery.ca

www selectbakery.ca



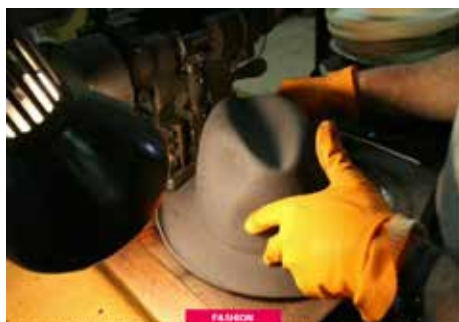
/selectbakery



@selectbakery

антигравитационна бягаща пътека, укрепващи упражнения и тренировки за електрическа стимулация.

Шапките „Борсалино“ с голямо завръщане в модата



Хъмфри Богарт, Майкъл Джексън и Ал Капоне имаха едно общо нещо. Всички бяха фенове на шапката Borsalino Fedora, която сега се радва на завръщане, пише The Fashion United.

Легендарната италианска марка - **отдавна синоним на изящна, груба мъжественост** - бе доведена до фалит през 2017 г. от безскрупулен шеф.

Френско-италианският финансист Филип Камперио обаче ги изправи на крака и съживи продажбите, **като същевременно остана верен на своите вековни традиционни техники**.

Времето сякаш е спряло във фабриката в Пиемонте близо до Алесандрия, югозападно от Милано. **Дървени машини, датиращи от 1888 г., се използват за направата на филц** от купчини заешка козина, като се **избират само най-меките нишки**.

След това те се изпращат в облак от пара върху въртящ се конус, постепенно придобивайки формата на федора, преди да бъдат напръскани с гореща вода и обгорени.

Процесът е непроменен от **основаването на марката преди повече от век и половина**.

Отнема седем седмици, за да се направи филцова шапка, а процесът има около 50 стъпки. И повечето от тези стъпки се извършват на ръка.

„Когато нашата фабрика бе открита през 1888 г., машините изпревариха времето си. **Днес ние сме едни от последните занаятчии в света, които правят шапки на ръка**“, каза мениджърът по покупките на Borsalino Алесандро Мортарино.

Използва се заешка козина, защото е “по-мека, по-устойчива и по-гъвкава от вълната”, каза той.

Даниеле Фасия, занаятчия, който работи в Borsalino от 15 години, е зает с оформянето на бъдеща федора. Той изравни широките му ръбове и деликатно оформи коронката, използвайки бързи жестове с хирургическа прецизност.

“Машините ни помагат, но основната част се прави на ръка. Ние спазваме традицията”, каза той.

Класическата федора Borsalino струва средно 300 евро. Но луксозната Panama Montecristi, чиято **изработка отнема 6 месеца, може да ви струва до 1,650 евро**.

Плакат от филма на Жак Дерей “Борсалино” от 1974 г. с участието на френския актьор Ален Делон - облечен във федора, разбира се - виси над ярко осветения шоурум на компанията, облицован с високи кутии, съдържащи шапки с всякакви форми и цветове.

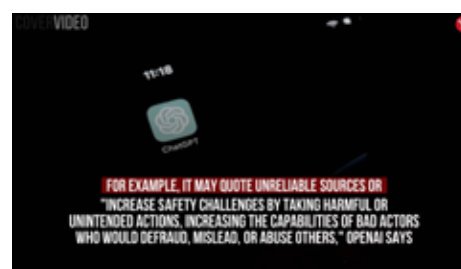
Назначаването миналата година на Якопо Полити като ръководител на стайлинга, преди в притежаваната от Chanel парижка модна фирма Maison Michel, вдъхна нов живот на производителя на шапки.

Освен класическите филцови шапки или летните сламени панамы, **Borsalino вече предлага по-закачливи бейзболни шапки, шапки и особено барети**, които 44-годишният Полити каза, че са хит сред младите хора.

Borsalino се възползва от подновения ентусиазъм към шапките от началото на 2000-те години, каза дизайнерът.

„Шапката бе смятана за старомодна и заключена **в гардероба, но сега отново е на мода**“, добави Полити.

ChatGPT вече е забранен в Италия



Органите за защита на данните в страната казаха, че AI-услугата ще **бъде блокирана и разследвана поради опасения за поверителността**, съобщава The Independent.

Системата **няма подходящо правно основание да събира лична информация за хората**, които я използват, посочва италианската агенция. Тези данни се събират, за да помогнат за обучението на алгоритъма, който захранва отговорите на ChatGPT.

Италианските власти също така обвиниха OpenAI, че не е проверила възрастта на своите потребители на ChatGPT и не е **наложила правилно правилата, забраняващи ползването на алгоритъма от лица под 13 години**. Тези млади потребители потенциално биха могли да бъдат изложени на „неподходящи отговори“ от чатбота,

предвид относителната им липса на развитие, казаха властите.

Това е само последната критика към ChatGPT и системите за изкуствен интелект, които го подкрепят, създадени от OpenAI. Решението на Италия дойде **дни след като редица експерти призоваха за спиране на разработването на нови системи**, на фона на опасения, че бързането за създаване на нови инструменти за изкуствен интелект може да бъде опасно.

Европейската потребителска организация BEUC също **призова за разследване от ЕС и националните власти** като посочи конкретно липсата на регулация за ChatGPT и други системи и потенциални проблеми с поверителността. От агенцията призоваха за незабавно разследване **„на рисковете от ChatGPT и подобни чатботове за европейските потребители“**.

Новото изявление на италианските регулатори посочи конкретно нарушение на данните миналата седмица, при което потребителите съобщиха, че **могат да видят историята на чатовете на други хора**.

OpenAI няма офис в ЕС. Но пък има назначен представител в Европейското икономическо пространство, който сега разполага с 20 дни, за да предостави информация за мерките, които е предприел в отговор на опасенията на регулаторите.

Не е ясно колко от потребителите на приложенията са в Италия. Смята се обаче, че чат-бота е бил използван от 100 милиона души по целия свят през първите два месеца..

by Viara Dimitrova, editor Bulgarian Flame, Photos ©Bulgarian Flame

T.O. Food & Drink Fest

Най-големият фестивал за храна и напитки в Канада, който се организира всяка година в Metro Toronto Convention Centre!

March 31 – April 2, 2023

Три дни, в които посетителите успяха да опитат най-доброто от местни готвачи, ресторанти, винопроизводители,

компании за спиртни напитки, бира и сайдер, качествени кулинарни продукти, както и всички най-нови тенденции в

храните и напитките. Красиво подредените щандове и оригинално декорирания център на залата, както и хубавата музика,

допринесоха още повече гостите да се почувстват в приятна атмосфера.





BOBBI DONEVA

Вашият травел агент

T: 905 849 4664
C: 647 999 2010
E: info@friendlytravel.ca
W: www.friendlytravel.ca

- Самолетни билети
- „All inclusive” почивки
- Cruises
- Visitors to Canada Insurance
- Туристически застраховки

407 SPEERS RD, Suite 203, OAKVILLE, ON, L6K 3T5



Едно приказно езеро в Калифорния – езеро Моно

Статията се предоставя от *patepis.com*

Автор: Вили

По идея и снимки от *loveopium.ru*

В източната част на Калифорния, на около 20 км източно от Национален парк Йосемити, се намира едно от най-необичайните и по своему красиви езера на Северна Америка – езерото Моно. Името му идва от наименованието “Monachi” на местни племена, които някога живеели в Сиера Невада. Мястото е с удивителни контрасти – пустинята тук се среща със заснежените планински върхове.



Езеро Моно

Езерото Моно е на възраст приблизително 760 хиляди години, което го прави едно

от най-старите езера на Земята. Намира се на 1944 м надморска височина. Дължината му е 21 км, а в най-широката си част е 15 км, максимална му дълбочина е 48 м, а средната – 17 м. Поради променливото ниво на водата му, площта му е около 182 кв. км. Тъй като водата в него не се оттича, концентрацията на сол е висока, почти три пъти по-солена от морската и е високо алкална (pH=10) *Mono Lake, Mono South, Калифорния, Съединени американски щати*

Най-големият остров в езерото се нарича Паоха и се намира почти в средата му. Появил се е вследствие изригване на вулканична магма. Вторият по големина е Негит, който е на възраст 2 хиляди години и също е дело на вулканични

процеси. В резултат на изпаряването, езерото ставало все по-плитко, и в средата на 20 век Нагит се превърнал в полуостров.



Езеро Моно

Но най-интригуващи са може би варовиковите натрупвания над водата, известни като “туфи”. Те постепенно са се натрупвали от богатата на калций прясна вода от извор на дъното на езерото, която се смесвала с езерната вода, съдържаща калиев и натриев карбонат. Колоните престанали да растат, когато водата спаднала и върховете им излезли над повърхността.

Съвсем близо до брега извираят и горещи извори, а в южната част на езерото тъмните породи скали потвърждават вулканичния произход на местността. Заради тези тъмни скали, понякога наричат Моно и “Черното езеро”. Езерото се захранва от пресноводни източници и топящия се планински сняг. Солеността му се дължи на солите и минералните вещества, разтваряли се във водата в продължение на много хиляди години.

През 1941 г. водата в езерото спаднала с почти 12 метра. Това се случило, защото четири от седемте планински реки захранващи езерото, били отклонени за водоснабдяването на Лос Анжелес, който се намира на 450 км на юг (по права линия).

Едно приказно езеро в Калифорния – езеро Моно

Статията се предоставя от *patepis.com*

Автор: Вили

По идея и снимки от *loveopium.ru*

<< *Прод. от стр.24*

Така езерото Моно било лишено от повече от половината си водни ресурси. Нивото на водата в езерото спаднало и то станало още по-солено. Заради високата му соленост, в него не живеят риби, а опитите за развъждането им били неуспешни. В същото време водите му са много успешна среда за скаридите Артемия, които могат да съществуват във води със соленост до девет пъти над океанската. Тези скариди са важен елемент в изхранването на птиците, обитаващи около езерото. Цялата хранителна верига на дивата природа при езерото Моно се основава на едноклетъчните водорасли, които фотосинтезират в по-плитките и по-топли води – с тях се хранят скаридите, със скаридите – птиците и т.н.

По бреговете на Моно гнездят до два милиона от не по-малко от 35 вида птици.

Сред тях са американските саблеклюни и ибисите. Освен това, черношийният гмурец, американският бекас и някои други птици използват езерото за почивка при ежегодните си миграции за зимуване в тропическите региони.

През 2009 г. учени от НАСА открили в езерото Моно микроорганизъм, който може да съществува в токсична среда. Моно било избрано за изследвания, благодарение на необичайния химически състав на водата – в него високото ниво на сол, алкали и арсен се дължи на факта, че то е лишено от приток на прясна вода в продължение на 50

години.

И в момента езерото Моно е геологически активна зона в северния край на веригата кратери Моно-Иньо и е близо до Лонг Вали Калдера. В близост до езерото вулканичната дейност продължава – последното изригване е било преди 350 години, в резултат на което се е образувал остров Паоха. През септември 1994 г. Калифорнийският държавен съвет за контрол е издал заповед за защита на езерото Моно и неговите притоци, и от този момент досега нивото на езерото непрекъснато се покачва и възстановява.



Езеро Моно



Езеро Моно



Езеро Моно



Езеро Моно



BOBBI DONEVA

Вашият травел агент

T: 905 849 4664

C: 647 999 2010

E: info@friendlytravel.ca

W: www.friendlytravel.ca

● Самолетни билети

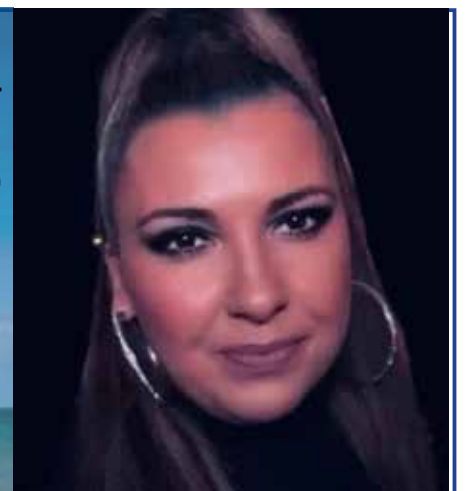
● „All inclusive” почивки

● Cruises

● Visitors to Canada Insurance

● Туристически застраховки

407 SPEERS RD, Suite 203, OAKVILLE, ON, L6K 3T5



friendly travel inc.
TICO # 4631602

Стил в японската живопис
СЕМИТСКИ ЕЗИК
ОФИЦИАЛЕН В ЕТИОПИЯ

ВИД ПУШЕН СВИНСКИ БУТ;
ШУНКА

РОМАН /1958/
ОТ ЕЙМЪС ТУТУОЛА

ДРЕБНО ЧЛЕНЕСТОНОГО ЖИВОТНО

ПАРИЧНАТА ЕДИНИЦА НА КАМБОДЖА

ПЛАВАТЕЛНА РЕКА В ЕВРОПА
/925 KM./

НАША ДЖАЗ ФОРМАЦИЯ
„НЕ ЧАКАЙ“

РУМЪНСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР

СПЕЦИАЛНО МЯСТО ЗА КЛАНЕ НА ДОБИТЬК

ОТКРИТА ОТ НЯКОГО ВЕЩ СЪС СТОЙНОСТ

ХИМИЧЕСКИ ЕЛЕМЕНТ

СТОЯНКА НА ТАКСИ-МЕТРОВИ КОЛИ

ПРЕПАРАТ ЗА ЛЪСКАНЕ

ИСПАНСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР

КАМЕРУНСКИ ФУТБОЛИСТ
/1981/, СП14

ГОРЕЩА ТОНИЗИРАЩА НАПИТКА

ГЕРОИНЯ НА Д. ДАМЯНОВ В „ТАВАНЪТ“

ПРОЯВА НА СТРОГОСТ КЪМ НЯКОГО

ИТАЛИАНСКИ ФУТБОЛЕН ТРЕНЬОР /1946/

СУВЕРЕН, ПРЕДУБЕДЕН ЧОВЕК /КНИЖ./

ЛЕКОВИТО ГРАДИНСКО ЦВЕТЕ

СТАДИОНЪТ НА СТОЛИЧНИЯ „ЦСКА“ /РАЗГ./

НОРВЕЖКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР

ПОЛОЖЕНИЕ, КОГАТО ВСИЧКО Е СЪЩО

РОД ДРЕБНИ АМЕРИКАНСКИ МАЙМУНИ

СТАРА ЗЛАТНА ФРЕНСКА МОНЕТА

ПЪЛТНА СКАЛА В СТРОИТЕЛСТВОТО

ДРЕВНОГРЪЦКА МОНЕТА, 1/6 ОТ ДРАХМАТА

СТОЛИЦА НА ШВЕЙЦАРИЯ ОТ 1848 ГОД.

ЕДНО БОДВАНЕ С ИГЛА ПО НЕЩО; ШЕВ

СТАРА ЖЕНА, СТАРИЦА

ВОЕНЕН СЪЮЗ НА ЗАПАДА СЪС СЕДАЛИЩЕ БРЮКСЕЛ

ЕЖЕГОДНИ НАШИ КИНО-И ТЕАТРАЛНИ НАГРАДИ

ВИД БЪЛГАРСКО ХОРО С БЪРЗ ТЕМП

СИМФОНИЯ # 59 ОТ ЙОЗЕФ ХАЙДН

СБОР ОТ ДВАНАДЕСЕТ ЕДНАКВИ ПРЕДМЕТА

ВИД ДРЕБНА МОРСКА РИБА; КОПЪРКА

СЪПРУГАТА НА ЕДИН МЪЖ

РАЗКЛОНЕНИ КОРЕНИ НА РАСТЕНИЕ

ПЕСЕН НА МИХАИЛ ИОНЧЕВ

ВИД БРАШНО ОТ ПАЛМОВА СКОРБЯЛА

ФРЕНСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР

СЪВЕТНИК, КОНСУЛТАНТ /КНИЖ./

ОПЕРА /1844/ ОТ ДЖУЗЕПЕ ВЕРДИ

МАРКА СОФИЙСКО ПИВО

ПАРЛАМЕНТАРНА РЕПУБЛИКА В ЕВРОПА

ОПЕРА /1907/ ОТ ЖЮЛ МАСНЕ

СЛОВАШКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР

ПОДКОПАНО МЯСТО В ЗЕМЯТА; ЯМА

ОБОСОБЕНА ГЕОГРАФСКИ ТЕРИТОРИЯ

АРКТИЧЕСКИ БОЗАЙНИК, ГРИЗАЧ

ФРЕНСКА ФИРМА ЗА КОЗМЕТИКА

ОБРАТНАТА СТРАНА НА МОНЕТА

ГОВОР НА СОЦИАЛНА ГРУПА; СЛЕНГ

ЗАЛОГ ПРИ ХАЗАРТНА ИГРА

ФУТБОЛНА ЛЕГЕНДА НА „СПАРТАК“ ПД /1934-1995/

ПАРЧЕ ПЛАТ ЗА ПОКРИВАНЕ НА МАСА

ПОЛИТИЧЕСКА ФОРМАЦИЯ

ПАРК, СИМВОЛ НА ВИЕНА

БИОСФЕРЕН РЕЗЕРВАТ В СТАРА ПЛАНИНА

ВИД ОГРОМНО ТРОПИЧЕСКО

КЛАВИРЕН СТРУНЕН ИНСТРУМЕНТ

ЗАХАРЕН АЛКОХОЛ /ХИМ./

БАВНА ЧАСТ В КЛАСИЧЕСКИ БАЛЕТ /МУЗ./

МИНЕРАЛ ЗА ДОБИВ НА ТОРОВЕ

РОД ПАЛМОВИ ДЪРВЕТА В ЮИ АЗИЯ

ДОБАВКА КЪМ ХРАНИ, Т.Н. „Е“-ТА

ОРКЕСТРОВО ВЪВЕДЕНИЕ КЪМ ОПЕРА

ОПЕРА ОТ ДЖОАКИНО РОСИНИ

КОМИЧНА СТРУКТУРА В КИНОТО

ВИД МАЛКИ БЕЗОПАШАТИ МАЙМУНИ

ПЕСНА ОТ НИКОЛА АТАНАСОВ

ПИСНА ОТ ФОРМУЛА 1 В АБУ ДАБИ

СВОДЕСТ ВХОД НА ТРАДИЦИОННА

АРХ./

МЛАДО ПОДРАСТВАЩО ПОКОЛЕНИЕ /СЪБИР./

РАБОТНИЛНИЦА ЗА ОТЛИВАНЕ НА МЕТАЛИ

ВИД УКРАСЕН КОПРИНЕН ПЛАТ

ОБРАТНАТА СТРАНА НА МОНЕТА

ГОВОР НА СОЦИАЛНА ГРУПА; СЛЕНГ

ЗАЛОГ ПРИ ХАЗАРТНА ИГРА

ФУТБОЛНА ЛЕГЕНДА НА „СПАРТАК“ ПД /1934-1995/

ПАРЧЕ ПЛАТ ЗА ПОКРИВАНЕ НА МАСА

ПОЛИТИЧЕСКА ФОРМАЦИЯ

ПАРК, СИМВОЛ НА ВИЕНА

БИОСФЕРЕН РЕЗЕРВАТ В СТАРА ПЛАНИНА

ВИД ОГРОМНО ТРОПИЧЕСКО

КЛАВИРЕН СТРУНЕН ИНСТРУМЕНТ

ЗАХАРЕН АЛКОХОЛ /ХИМ./

БАВНА ЧАСТ В КЛАСИЧЕСКИ БАЛЕТ /МУЗ./

МИНЕРАЛ ЗА ДОБИВ НА ТОРОВЕ

РОД ПАЛМОВИ ДЪРВЕТА В ЮИ АЗИЯ

ДОБАВКА КЪМ ХРАНИ, Т.Н. „Е“-ТА

ОРКЕСТРОВО ВЪВЕДЕНИЕ КЪМ ОПЕРА

ОПЕРА ОТ ДЖОАКИНО РОСИНИ

КОМИЧНА СТРУКТУРА В КИНОТО

ВИД МАЛКИ БЕЗОПАШАТИ МАЙМУНИ

ПЕСНА ОТ НИКОЛА АТАНАСОВ

ПИСНА ОТ ФОРМУЛА 1 В АБУ ДАБИ

СВОДЕСТ ВХОД НА ТРАДИЦИОННА

АРХ./

МЛАДО ПОДРАСТВАЩО ПОКОЛЕНИЕ /СЪБИР./

РАБОТНИЛНИЦА ЗА ОТЛИВАНЕ НА МЕТАЛИ

ВИД УКРАСЕН КОПРИНЕН ПЛАТ

ОБРАТНАТА СТРАНА НА МОНЕТА

ГОВОР НА СОЦИАЛНА ГРУПА; СЛЕНГ

ЗАЛОГ ПРИ ХАЗАРТНА ИГРА

ФУТБОЛНА ЛЕГЕНДА НА „СПАРТАК“ ПД /1934-1995/

ПАРЧЕ ПЛАТ ЗА ПОКРИВАНЕ НА МАСА

ПОЛИТИЧЕСКА ФОРМАЦИЯ

ПАРК, СИМВОЛ НА ВИЕНА

БИОСФЕРЕН РЕЗЕРВАТ В СТАРА ПЛАНИНА

ВИД ОГРОМНО ТРОПИЧЕСКО

КЛАВИРЕН СТРУНЕН ИНСТРУМЕНТ

ЗАХАРЕН АЛКОХОЛ /ХИМ./

БАВНА ЧАСТ В КЛАСИЧЕСКИ БАЛЕТ /МУЗ./

МИНЕРАЛ ЗА ДОБИВ НА ТОРОВЕ

РОД ПАЛМОВИ ДЪРВЕТА В ЮИ АЗИЯ

ДОБАВКА КЪМ ХРАНИ, Т.Н. „Е“-ТА

ОРКЕСТРОВО ВЪВЕДЕНИЕ КЪМ ОПЕРА

ОПЕРА ОТ ДЖОАКИНО РОСИНИ

КОМИЧНА СТРУКТУРА В КИНОТО

ВИД МАЛКИ БЕЗОПАШАТИ МАЙМУНИ

ПЕСНА ОТ НИКОЛА АТАНАСОВ

ПИСНА ОТ ФОРМУЛА 1 В АБУ ДАБИ

СВОДЕСТ ВХОД НА ТРАДИЦИОННА

АРХ./

МЛАДО ПОДРАСТВАЩО ПОКОЛЕНИЕ /СЪБИР./

РАБОТНИЛНИЦА ЗА ОТЛИВАНЕ НА МЕТАЛИ

ВИД УКРАСЕН КОПРИНЕН ПЛАТ

ОБРАТНАТА СТРАНА НА МОНЕТА

ГОВОР НА СОЦИАЛНА ГРУПА; СЛЕНГ

ЗАЛОГ ПРИ ХАЗАРТНА ИГРА

ФУТБОЛНА ЛЕГЕНДА НА „СПАРТАК“ ПД /1934-1995/

ПАРЧЕ ПЛАТ ЗА ПОКРИВАНЕ НА МАСА

ПОЛИТИЧЕСКА ФОРМАЦИЯ

ПАРК, СИМВОЛ НА ВИЕНА

БИОСФЕРЕН РЕЗЕРВАТ В СТАРА ПЛАНИНА

ВИД ОГРОМНО ТРОПИЧЕСКО

КЛАВИРЕН СТРУНЕН ИНСТРУМЕНТ

ЗАХАРЕН АЛКОХОЛ /ХИМ./

БАВНА ЧАСТ В КЛАСИЧЕСКИ БАЛЕТ /МУЗ./

МИНЕРАЛ ЗА ДОБИВ НА ТОРОВЕ

РОД ПАЛМОВИ ДЪРВЕТА В ЮИ АЗИЯ

ДОБАВКА КЪМ ХРАНИ, Т.Н. „Е“-ТА

ОРКЕСТРОВО ВЪВЕДЕНИЕ КЪМ ОПЕРА

ОПЕРА ОТ ДЖОАКИНО РОСИНИ

КОМИЧНА СТРУКТУРА В КИНОТО

ВИД МАЛКИ БЕЗОПАШАТИ МАЙМУНИ

ПЕСНА ОТ НИКОЛА АТАНАСОВ

ПИСНА ОТ ФОРМУЛА 1 В АБУ ДАБИ

СВОДЕСТ ВХОД НА ТРАДИЦИОННА

АРХ./

МЛАДО ПОДРАСТВАЩО ПОКОЛЕНИЕ /СЪБИР./

РАБОТНИЛНИЦА ЗА ОТЛИВАНЕ НА МЕТАЛИ

ВИД УКРАСЕН КОПРИНЕН ПЛАТ

ОБРАТНАТА СТРАНА НА МОНЕТА

ГОВОР НА СОЦИАЛНА ГРУПА; СЛЕНГ

ЗАЛОГ ПРИ ХАЗАРТНА ИГРА

ФУТБОЛНА ЛЕГЕНДА НА „СПАРТАК“ ПД /1934-1995/

ПАРЧЕ ПЛАТ ЗА ПОКРИВАНЕ НА МАСА

ПОЛИТИЧЕСКА ФОРМАЦИЯ

ПАРК, СИМВОЛ НА ВИЕНА

БИОСФЕРЕН РЕЗЕРВАТ В СТАРА ПЛАНИНА

ВИД ОГРОМНО ТРОПИЧЕСКО

КЛАВИРЕН СТРУНЕН ИНСТРУМЕНТ

ЗАХАРЕН АЛКОХОЛ /ХИМ./

БАВНА ЧАСТ В КЛАСИЧЕСКИ БАЛЕТ /МУЗ./

МИНЕРАЛ ЗА ДОБИВ НА ТОРОВЕ

РОД ПАЛМОВИ ДЪРВЕТА В ЮИ АЗИЯ

ДОБАВКА КЪМ ХРАНИ, Т.Н. „Е“-ТА

ОРКЕСТРОВО ВЪВЕДЕНИЕ КЪМ ОПЕРА

ОПЕРА ОТ ДЖОАКИНО РОСИНИ

КОМИЧНА СТРУКТУРА В КИНОТО

ВИД МАЛКИ БЕЗОПАШАТИ МАЙМУНИ

ПЕСНА ОТ НИКОЛА АТАНАСОВ

ПИСНА ОТ ФОРМУЛА 1 В АБУ ДАБИ

СВОДЕСТ ВХОД НА ТРАДИЦИОННА

АРХ./

МЛАДО ПОДРАСТВАЩО ПОКОЛЕНИЕ /СЪБИР./

РАБОТНИЛНИЦА ЗА ОТЛИВАНЕ НА МЕТАЛИ

ВИД УКРАСЕН КОПРИНЕН ПЛАТ

ОБРАТНАТА СТРАНА НА МОНЕТА

ГОВОР НА СОЦИАЛНА ГРУПА; СЛЕНГ

ЗАЛОГ ПРИ ХАЗАРТНА ИГРА

ФУТБОЛНА ЛЕГЕНДА НА „СПАРТАК“ ПД /1934-1995/

ПАРЧЕ ПЛАТ ЗА ПОКРИВАНЕ НА МАСА

ПОЛИТИЧЕСКА ФОРМАЦИЯ

ПАРК, СИМВОЛ НА ВИЕНА

БИОСФЕРЕН РЕЗЕРВАТ В СТАРА ПЛАНИНА

ВИД ОГРОМНО ТРОПИЧЕСКО

КЛАВИРЕН СТРУНЕН ИНСТРУМЕНТ

ЗАХАРЕН АЛКОХОЛ /ХИМ./

БАВНА ЧАСТ В К

**Храни и главоболие -
връзка има!**

здраве.bg

Може ли някои храни да предизвикат главоболие? Змучи някак абсурдно, но в същото време и шаблонно - защото е ясно, че съществува връзка между това, което ядем, и здравето ни. В миналото, когато не е имало лекарства, хората са използвали определени храни като средства против различни заболявания. С течение на времето медицината е открила и обратната зависимост – че някои хранителни продукти оказват негативно въздействие върху организма.

Според учените почти 20% от храните могат да предизвикат силно главоболие. Те класифицират 6 вида

вещества, които се съдържат в храната и могат да доведат до главоболие.

Тирамин Тази аминокиселина се среща в хранителни продукти като шоколад, орехи и някои видове кашкавал.

Хистамин Това вещество повишава имунните сили на организма, но употребата му в големи количества може да доведе до силна мигрена. Много хистамин се съдържа в бирата и червеното вино.

Нитрати За вредата от нитратите се говори много. В големи количества нитратите могат да се срещнат в продуктите за бързо хранене като кренвирши, шунка и други местни продукти, които са обработени по различен начин.

Кофеин В умерени количества това вещество стимулира работата на мозъка,

но прекомерната му употреба предизвиква главоболие. Затова не трябва да се злоупотребява с напитки като кока-кола, чай или кафе.

Киселини, съдържащи се в citrusовите плодове Портокалите, лимоните и грейпфрутите съдържат голямо количество витамин С. Те повишават имунитета и помагат на организма да се справи с различните вирусни инфекции. Но при хората, страдащи от алергии, твърде голямото количество от тези киселини може да предизвика главоболие.

Натриев глутамат Практически цялата храна в китайските ресторанти е богата на това вещество. То се съдържа в особено големи количества в морските деликатеси. Затова и хората, несвикнали с кухня от типа на китайската, могат да получат главоболие.

Диетолозите съветват да се отделя голямо внимание не само на това, което ядете, но и на това как го правите. Правилният хранителен режим може да ви спести много проблеми със здравето. Преди всичко никога не пропускайте закуската. Оптимално е да се яде 3-4 пъти дневно, като за предпочитане е по-голямата част от храната да приемате в часовете преди и до обяд или поне обемът на храната да се намалява от сутринта към вечерта.

За да се предотврати появата на мигрена, се препоръчва да се консумират повече салати от пресни зеленчуци и да се пият повече течности. Количеството на чая, кафето и спиртните напитки трябва да се държи в определени разумни граници, които са доста индивидуални според организма.

Четете вестник Пламяк онлайн:
www.bulgarianflame.com

Перуански футболисти се биха с полицията пред хотела си в Мадрид



..., преди да играят с Мароко, като един играч бе арестуван, а техният капитан беше ударен с юмрук и бе заловен от медиите с разкъсана риза, пише Daily Mail.

Футболистите се опитваха да поздравят очакващите ги фенове, когато започна жестокото меле. Местните медии обвиниха за **скандала факта, че някои от полицаите не са разпознали звездите** като професионални футболисти и са ги объркали с привърженици на отбора.

Перуански фен бе чул да крещи: „**Успокойте се, успокойте се, те са играчи**“, докато нервите се разгоряха и блъскането прерасна в пълномащабно сбиване. Вратарят и капитан на отбора Педро Галезе, който играе своя клубен футбол за отбора от Мейджър Лийг Сокър Орландо Сити, се оплака след скандала: „**Искахме да поздравим феновете,**

а те започнаха да ни удрят.“



Инцидентът се случи в понеделник, когато перуанският отбор стигна до хотела, в който бе отседнал след последната си тренировка **преди приятелския мач срещу Мароко** на стадиона на Атлетико Мадрид Уанда Метрополитано. Не е ясно дали е имало арести, въпреки че вратарят на Перу можеше да бъде видян да показва разкъсаното си горнище, докато беше избутан обратно към входа на хотела мигове след като беше въвлечен в жестоката конфронтация.

Перуанската футболна федерация заяви в изявление през нощта: „Съжаляваме за инцидентите, които се случиха в Мадрид, където феновете на отбора се бяха събрали по традиционен начин, за да развяват знамена.

„**Перуанската футболна федерация напълно подкрепя** нашия играч и капитан Педро Галезе и го придружава, откакто инцидентът се случи пред хотела, където

отборът бе отседнал преди приятелския си мач срещу Мароко.

„Повтаряме, че уважаваме властите и процедурите на всяка държава, която посещаваме. По тази причина ние сме **напълно разположение както на вътрешните, така и на външните правоприлагащи органи** и надзорните органи, за да се опитаме да изясним какво се е случило.“

Говорителят каза, че не може да потвърди местните съобщения, че 33-годишният вратар Педро Галезе е арестуван, а после е бил освободен.

Той добави: „Около 300 фена започнаха да се събират навън от около 19 часа нататък.

„**Някои започнаха да изстрелват сигнални ракети и офицери** от звено за бързо реагиране, наречено UIP, бяха повикани като резерва.

„Малко преди 22 часа местно време играчите пристигнаха. „Феновете се опитаха да стигнат до играчите и полицията застана по средата между играчите и феновете, за да избегне лавина от хора, застрашаващи обществената безопасност.

Бивш ММА боец обвини ЛеБрон Джеймс, че приема наркотици за подобряване на издръжливостта



ЛеБрон Джеймс е една от най-известните суперзвезди в баскетбола в момента. Неговият продължаващ невероятен геймплей дори на възраст от 38 години е горещо обсъждана тема от известно време, пише Hindustan Times.

Въпреки че Джеймс **никога не е давал положителен тест** за каквито и да било лекарства за подобряване на представянето, **подобни обвинения и твърдения често стават тема за разговори.** Последният, който се присъедини към подобни обвинения към баскетболиста е **бившият ММА боец Чейл Сонън**, който направи някои неблагоприятни коментари за баскетболната звезда в подкаста Flagrant.

Сонън твърди, че **той и Джеймс имат „един и същ човек с наркотици“.** И добави, че той и голфърът

Тайгър Уудс приемат “големите три” - ЕРО (еритропоедин), растежен хормон и тестостерон, комбинация от подобрители, която той нарече “диетата на Ланс Армстронг”.

„Знам точно какво Джеймс прави“, каза Сонън. „ЕРО има значение; това е причината, поради която ЛеБрон го приема. Има значение. ЕРО увеличава червените кръвни клетки, което ви дава издръжливост, така че можете да играете през целия мач. Можете да стреляте през последната четвърта част на мача точно както сте стреляли през четвъртата минута. Това, което приема е кралят на подобрителите на издръжливостта“, добави той

Томас Тухел призна за инфарктна 5-минутна среща при напускането си от „Челси“



Томас Тухел

предостави повече подробности за срещата, довела до уволнението му от Челси, като призна, че срещата е продължила само 5 минути и той е останал “шокиран” от решението.

Тухел току-що беше получил огромни възможности по време на трансферния прозорец, когато подписа с играчи като Рахийм Стърлинг, Марк Кукурела и Уесли Фофана. пише британския Express.

Германецът започва нова глава в кариерата си поемайки Байерн Мюнхен. Сега отново на работа с Байерн Мюнхен, Тухел разкри повече за това как се случи уволнението му от Стамфорд Бридж. „Беше шок“, призна Тухел.



„Срещата продължи само 3 до 5 минути в осем часа сутринта. Всички смятахме, че сме на прав път и имаме повече време да изградим нещо.

„Сега открих ново предизвикателство и съм щастлив, че съм тук. Тухел обаче не изглежда таи лоши чувства към повечето

хора в Челси. „Имахме добри отношения с хората там (в Челси)“, добави той. Все още имам много приятели в Челси и това няма да се промени.

Шакира се среща с „мистериозен“ мъж в Маями месеци след раздялата си с футболиста Жерар Пике



Шакира най-накрая реши да продължи след болезнената раздяла с партньора си футболиста Жерар Пике. Медиите съобщават, че изпълнителката на Waka Waka може и да има нов мъж в живота си и планира да се премести в Маями, за да бъде по-близо до него. пише Geo TV.

Според съобщения в испанските медии 46-годишният колумбийски певица и авторка на песни щипи се мести във Флорида, след като подписа споразумение за попечителство над детето с бившия си Пике.

Последните доклади разкриват, че Шакира може да има друга причина (връзката и с мистериозен мъж) да побърза с преместването си в Маями.

В медиите също така се твърди, че Шакира и последният ѝ любовта и от Маями са се срещнали преди няколко месеца, преди тя да напише последната си песен, насочена към Пике и новата му приятелка Клара Чиа.

„Изглежда, че колумбийската певица може да е намерила нова муза във формата на мистериозен мъж, когото очевидно е срещнала в Маями и с когото е била в контакт от четири месеца“, се казва в доклада.

Шакира все още не е коментирала съобщенията в испанските медии.

Шакира и Пике обявиха раздялата си през юни 2022 г. Те бяха заедно 11 години.



Спортна рубрика:
Павел Станимиров

Фейсбук сменя името си. Новото ще е Маскбук.



Седя си във Фейсбук и усещам аромат на печени картофи. А уж ги сложих да се варят!



Чат във Фейсбук:

- Утре?
- Да.
- Къде?
- Където кажеш.
- В колко часа?
- Все ми е едно.
- Добре. Само не закъснявай, ако обичаш!



Полицай спира автомобил за проверка и о, чудо, зад волана седи Змей-горянин! Полицаят се панира тотално и казва на Змея:

- Я ми дъхни бе пич ...
Змеят:
- Абе, ти да не си пил?



На вратата се звъни. Момченце отваря и вижда полицай.
- Татко ти вкъщи ли е?
- Не.

- А майка ти?
- Тя също се скри.



Разговор на пътя:
- Пих само една бира, принцесо. Мога ли да те наричам принцеса?

- Не!
- Изпих само една бира, господин полицай.



Семейна вечеря.
Мъжът тих, угрижен, замислен...
Жената развълнувана се чуди, как да му каже радостната новина.
- Скъпи, бременна съм!
- Айде и тази!



В магазина:
- Имате ли безалкохолна бира?
- Не.
- Дайте ми тогава две бутилки гроздова.



Жена се прибира и намира мъжа си в леглото с друга. Мъжът:
- Мими, бързо се обади в полицията, изнасилват ме!



Шофьор минава на червено и моментално е

спрян от катаджия.
- Книжката, ако обичате.
- Нямам - взеха ми я за шофиране в нетрезво състояние.

- Талонът на колата?
- Вижте, колата не е моя, а собственикът, от който я взех, не ми даде талона.

- Кой е собственик?
- Не го познавам, но трупът му е в багажника...

Катаджията, уплашен, веднага вика подкрепления, които обграждат спряната кола както по филмите. Шефът на полицията се приближава. Шофьорът му подава книжката си и талона на колата си, отваря багажника - няма труп. Шефът в недоумение пита:

- Не разбирам, моят колега каза, че нямате книжка, колата е открадната и има труп в багажника!
- Ами! Не му вярвайте! Той още малко ще каже и че съм минал на червено...



Мъж се обажда във фитнес център и пита:
- Колко трябва да е висок един мъж, който тежи 110 кг?

- Към 2 метра.
Мъжът към жена си:
- Видя ли, нали ти казах. Не съм дебел - нисък съм!



3 часа през нощта. Телефонът звъни:
- Ало, 66-44-66 ли е?
- Съжалявам, имате грешка. Тук е 664-466.
- О, извинете, че ви събудих!
- Няма нищо. И без това щях да ставам - телефонът звънеше.



- Ходи ли на зъболекар?
- пита жената.
- Ходих. Той ми извади тези два зъба.
- Ама, не те ли болеше само един?
- Нямаше дребни да ми върне...



Пияница звъни по телефона:
- Алооо, т'ва ли е номера за помощ на алкохолици?
- Да, кажете.
- Абеее, как се прави мохито?



Патриция Алексиева и Младен Алексиев



ЗАСТРАХОВКИ



Extended Health & Dental

**Medical Insurance for Visitors to Canada,
Parent Super Visa and Canadian Travellers**

Toll Free: 1-877-838-0020

www.ExtendedHealthCanada.ca

www.VISITORSinsurance.ca

www.TRAVELLERSinsurance.ca

Owned and Operated by Easy Links Financial Inc.



- Продажба, покупка и ремонт на автомобили
- Над 60 автомобили в наличност
- Японски, европейски и американски модели
- Осигуряваме финансиране, leasing, гаранция и гаранционно обслужване



www.FirstAutoGroup.ca

sales@firstautogroup.ca

867 Kipling Ave. Toronto, ON, M8Z-5H1

SALES:

416-823-2403, 416-821-1221 (Angelo, Peter)

MECHANIC SHOP:

416-786-7259, 647-504-6579 (Plamen 1, Plamen 2)





Vienna Fine Foods
1050 Birchmount Rd., Scarborough
(north of Eglinton), 416-759-4481

EASTER IS COMING!



**Large variety of
Chocolates, cookies and sweet gifts
from Germany and Austria.**

Bulgarian Flame Newspaper

Funded by the Government of Canada

Canada

Отговори от Сканди:

Водоравно: Амхара,
Акага, Осасуна,
Армията, Хелий, Рет,
Стабек, Скъпотия,
Сова, Обол, Луидор,
Вавел, Берн, Баба, Ако,
Кикони, Копаница,
Котис, НАТО, Дузина,
Пени, Тот, Сагу, Цаца,
Мерино, Кан, Жила,
Латвия, Нал, Референт,
Татран, Мане, Ернани,
Регион, Муска, Ариана,
Л>Ореал, Лантан, Реверс,
Магда, Младеж, Миза,
Покривка, Ена, Адина,
Пратер, Яс Марина,
Баобаб, Ему, Арка, Гег,
Сорбит, Трон, Наслов,
Апатит, Арини, Балтон,
Адитив, Амадок, Урания,
Брава, Хавай, Вежен,
Кларинет, ДДС, Зенит,
Клирос, Южо, Арго,
Брезак, Ури, Оти, Пета,
Аромат, Клик, Айсикю,
Джамал, Ерика, Юнкер,
Радуга, Каруцар, Там,
Сантра, Харама.

Отвесно: Ямато е,
Аскеер, Леярна,
Адютант, Храбрата
африканска ловджийка,
Жамбон, Огнена, Дамаст,
Асо, Сем, Риел, Рано
е, Лори, Пир, Паяк,
Бод, Жена, Жаргон,
Заек, Капуцини, Диев,
Увертюра, Маас, Базалт,
Леминг, Аренга, Ан,
Кланица, Ровина,
Адажио, ДДТ, Бакъу,
Ина, Тереза, Спинет,
Ажур, Пиаца, Лагера,
Боатин, Брага, Находка,
Матиас, Партия, Крома,
Етою, Петрол, Пробив,
Клема, Полир, Керван,
Моабит, Близалка,
Сия, Кониин, Лактат,
Арарат, Ар, Чай, Витиня,
Магреб, Амарок, Ера,
Саки, Мундир, Травис,
Крум, Суровост, Настав,
Еридан, Улица, Невен,
Очанка, Кимоно, Еврика,
Фаталист, Леанка,
Уникат, Икар.

ОПТИКА В МИСИСАГА - ОБСЛУЖВАМЕ НА БЪЛГАРСКИ

📍 1077 North Service Rd
Mississauga, Ontario

☎ (905) 272-1632

 @Abbeopt

ABBE
OPTICIANS

Eye Exams
Designer Eyewear
Contact Lens Fitting
Safety Eyeglasses
Prescription Glasses
Prescription Sunglasses

*Direct billing to all insurance companies

Пламяк Print & Online

ISSN 1920-5155 (Print), ISSN 1920-5163 (Online)

Editor-in-Chief: Viara Dimitrova

Publisher: VIRAD

408-11 Dervock Cres,

Toronto, ON, M2K1A6

Tel: 416-821-9915

E-mail: info@bulbiz.com

www.bulgarianflame.com

**Четете
в. Пламък
онлайн:**

We are not responsible for writer's content and the content of advertising. The information provided is general and not case specific and must not be relied upon by readers. Please consult with certified professionals for assistance.

Редакцията не носи отговорност за информацията предоставена от авторите и рекламодателите и препоръчва на читателите да се посъветват с лицензирани професионалисти преди да вземат решение. Мнението на редакцията може да не съвпада с мнението на авторите.

Вестникът използва материали от канадската, българската преса и световните информационни агенции