

Какво е това в морето, което ни кара да се чувстваме толкова добре?

(¿Qué tiene el mar que nos hace sentir tan bien?)

Автор:

А. Виктория де Андрес Фернандес, редовен професор в катедрата по биология на животните, Университет на Малага

Декларация за оповестяване:

А. Виктория де Андрес Фернандес не получава заплата, не извършва консултантска дейност, не притежава акции, нито получава финансиране от която и да е компания или



организация, която би могла да се възползва от тази статия, и е декларирала, че няма връзки извън гореспоменатата

академична позиция. Статията е публикувана в *The Conversation*.

Преводът е на „Пламък“

Четете на стр.4 >>

100% SOLD
20г. ОПИТ
1% КОМ.



Тодор Тодоров
Broker
Cell : (416) 837-7634
Bus.: (905) 565-9200
todortod@hotmail.com

First Auto Group Ангел и Петър
Продажба, покупка и ремонт на автомобили
416-823-2403
416-821-1221
FirstAutoGroup.ca
867 Kipling Ave.
Toronto

ИМИГРАЦИЯ - НОТАРИУС - ПРЕВОДИ



Luba Dinkova
● Лицензиран имиграционен консултант
● Нотариус за Онтарио
● Българско-Английски/ Английско-Български преводач



Tel: + 1 (416) 315-1440
Tel: + (359) 87 863 9757
luba@dinkovaimmigration.com
www.dinkovaimmigration.com

BULGARIAN CANADIAN BUSINESS DIRECTORY
by Bulgarian Flame Newspaper 2024 - 2025 20 YEARS



Italian contemporary design
www.stimexinc.com • 416-939-9881



LINA G. Gueorguleva
SRS, CNE, AREN
BROKER GOLDEN DOOR TEAM
M: 647-862-2339
LinaLuxury@gmail.com
Right at Home Realty
www.MyHomeForSaleToronto.com

Излезе новия бинзнес каталог!
Търсете го в европейските хранителни магазини.
Скоро ще бъде наличен и онлайн :
www.bulbiz.com

КОЛЕТИ ДО БЪЛГАРИЯ



CHEAP PACKAGES TO BULGARIA

- › SEND AT OUR REPRESENTATIVES CA.MEEST.COM/OFFICES
- › OR MAKE A NEW ACCOUNT AT MEEST PORTAL CA.MEEST.COM/PORTAL
- › PAY FOR YOUR PACKAGE ONLINE
- › SKIP THE LINE AND DROP OFF AT OUR REPRESENTATIVES
- › DROP OFF AT ANY CANADA POST
- › OR ORDER PARCEL PICK-UP FROM HOME



РАБОТА ЗА ШОФЬОРИ НА КАМИОНИ А-Z



HERE FOR THE LONG HAUL

DRIVE WITH TRUST

WE ARE HIRING

EXPERIENCED COMPANY DRIVERS A-Z

- Our requirements:**
- two years of verifiable experience
 - clean record
 - eligible to cross the US border



Why us?

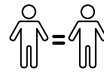
At Transam Carriers, we are proud to provide flexible work options for optimum work-life balance. In conjunction with new equipment, modern technologies, in-house truck shop, and cross-dock facility, Transam is an exceptional workplace that we call here our second home.



COMPETITIVE PAY



SIGN-ON BONUSES



EQUAL OPPORTUNITY



WORK-LIFE BALANCE



HEALTH BENEFITS



DENTAL BENEFITS

Contact us today

T. 416-907-8101 x5

Toll-Free: 877-907-8101

Address: 205 Doney Crescent, Concord, ON L4K 1P6

Email: hr@transamcarriers.com

ALL JOB OPPORTUNITIES ARE ON OUR WEBSITE transamcarriers.com/careers

Facebook: @TransamCarriers Instagram: @Transam_Carriers

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, Инженери-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@fierafoods.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.

Какво е това в морето, което ни кара да се чувстваме толкова добре?

(¿*Qué tiene el mar que nos hace sentir tan bien?*)

<< *Прод. от стр.1*

Може би сте чували да се казва, че когато плуваме в морето, тялото и умът се връщат в най-примитивното си състояние. Че се чувстваме феноменално, защото сякаш се връщаме в утробата на майката или се придвижваме към еволюционните етапи на много предци, дори към тези на нашите далечни предци рибите.

Е, всичко това не е нищо повече от ембрионалните и съответно еволюционни версии на... един огромен мит, напълно лишен от научна основа!

Колкото и привлекателно да звучи литературно, ние нямаме способността да запомним нито онтогенетичното състояние на нашата личност като индивид, нито филогенетичното състояние на нашата линия като вид. С други думи, ние нито си спомняме колко удобен е бил околоплодният мехур, който ни е защитавал, когато сме били зародиши, нито имаме способността да знаем какво са чувствали таксоните, които са ни предшествовали по нашия еволюционен път към състоянието на Хомо сапиенс.

Това, което е очевидно – и многократно проверено – е усещането за благосъстояние, което плуването в морето генерира в нас.

И бъдете внимателни,

защото благосъстоянието надхвърля простото удоволствие. Докато удоволствието би било насладата от нещо, свързано с екстаз или специфична еуфория (тоест, това е незабавно усещане), благополучието е нещо по-дълбоко - то е по-„консолидирано“ състояние на удоволствие, хармония и спокойствие, което надхвърля чисто сетивното. И това е така, защото докато удоволствието е по-свързано с онова, което се преживява, благосъстоянието включва повече множествени аспекти като здраве, благоденствие, знание, задоволяване на желанията.

Когато влезем в морето и от тази гледна точка, към чисто соматичното удоволствие ще се присъедини много по-сложното психическо благополучие, което ни кара да се чувстваме по този начин. Но защо?

Патици върху водата
Склонни сме да мислим за най-очевидното: влизането във водата ни охлажда и това, когато летните жеги се влошат, е най-доброто противодействие. Очевидно сме прави. Задоволяването на физиологична нужда, като например ядене, когато сме гладни, или пиене, когато се чувстваме жадни, винаги

е приятно.

Но в случая с влизането във водата има много повече.

От гледна точка на неврофизиологията е доказано, че вертикалното потапяне във вода генерира много интересни положителни ефекти. Първо, то увеличава скоростта на кръвния поток през средната и задната церебрална артерия. Освен това, ако потапянето е придружено от упражнения с нисък интензитет (като ходене във вода), се постига същата скорост на мозъчния кръвен поток като умереното изчерпване на водата. По-малко усилия за същите ползи. Изгодна сделка, която оправдава аква гимнастиката.

В съчетание с това увеличаване на церебралния циркулационен поток, соматосензорните стимули, генерирани от увеличаването на хидростатичното налягане, предизвикват увеличаване на кортикалната мозъчна активност, както в моторните, така и в сензорните или париеталните области. Удар за мозъка ни.

Трето, самото гмуркане до раменете намалява мускулния оток и увеличава сърдечния дебит (без да увеличава разхода на енергия), което насърчава широкия кръвен поток

и транспортирането на хранителни вещества през тялото. Това, изразяващо се в драстично намаляване чувството на умора, е причината, поради която сесията с джакузи се препоръчва на спортисти след интензивни упражнения.

Онова което тези от нас, които не сме се посветили на чупенето на рекорди, забелязваме, е как краката ни стават много по-леки, тъй като се подобрява венозното кръвообращение.

Всички горепосочени ефекти са резултат от потапяне във вода. Но може би си мислите, че плувайки в басейн не се чувстваме толкова добре, колкото в морето. И отново сте прави. Към ефектите, произтичащи от самото потапяне във вода, трябва да се добавят тези, свързани със специалния характер на морската вода.

За плуване най-доброто е морето

Морската вода, както добре знаем, получава непрекъснати речни приноси от соли и минерали. Подводните хидротермални извори и вулканичните изригвания на дъното на морето също допринасят за поддръжане на високата концентрация на солена разтвор (със средно 35 г/кг вода, от които 80% съответстват на натриев

СЧЕТОВОДНИ УСЛУГИ И ДАНЪЧНИ ДЕКЛАРАЦИИ

- Администрация, заплати, пълно счетоводство и данъчно обслужване на корпорации
- Годишни данъчни декларации за частни лица, фирми, корпорации и организации с неправителствена цел
- Консултации за всички финансови и фискални услуги, пенсиониране, раздяла, нови имигранти в Канада, UBER шофьори, продажба на имот 2ри или 3ти и т.н. имоти
- Accounting, bookkeeping, financial & fiscal strategies and tax services
- Income tax return - individuals, renting business, self employed, corporations, NGO and charity organisation
- All types of financial & fiscal consultation, retirement, separation, new immigrants, UBER drivers, property sell, 2nd, 3rd property sell, etc.



Svilson
Svilen Todorov
svilen.todorov@hotmail.com
Office (514)-800-8657

- Услугите ми се предлагат на - български, английски и френски

- Работа с всички провинции в Канада. Както и с допълнителните административни услуги за Квебек.
I work for all the provinces in Canada and I'm aware of all requirements for Quebec laws.

Memo's Auto

РЕМОНТ НА АВТОМОБИЛИ

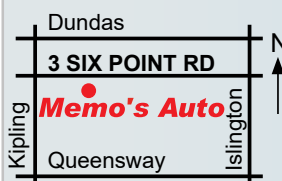
ALL IMPORTED AND DOMESTIC CARS.
SAFETY CERTIFICATES

- Смяна на масло (масло, течности и филтри)
- Спирачки и Ремонт на спирачки
- Гуми и Ремонт на гуми
- Профилактика
- Кормилно управление и Окачване
- Батерии, стартиране и зареждане
- Ауспуси и Тръби на ауспук
- Автопарк услуги
- Система за охлаждане на двигателя



3 Six Point Rd, Etobicoke

(Срещу магазин "Карлово")



Мехмед

416 239 4000

memosauto@gmail.com

Какво е това в морето, което ни кара да се чувстваме толкова добре?

(¿Qué tiene el mar que nos hace sentir tan bien?)

<< Прод. от стр.4

хлорид, а останалата част, главно на магнезиев хлорид, сулфат и бромид).

Пряката последица е двойна. От една страна, солената вода е по-плътна от прясната. Това изисква по-голяма тяга и съответно по-малко мускулно усилие, за да ни поддържа на повърхността. С други думи плуваме по-спокойно в морето, защото се носим повече.

От друга страна, солите се абсорбират през кожата. Това представлява

много важен принос за инхибирането на прекъсването на кожната бариера, причинено от дермални дразнещи агенти, което ускорява нейното възстановяване и предотвратява сухотата. Този факт е особено интересен при лечението на кожни заболявания като контактен дерматит или псориазис и е довел до разглеждането на морските бани като адювантна терапия при лечението на хронични дерматити.

Морската вода, специално

обогатена с магнезиеви соли, като тази от Мъртво море, също демонстрира интересно противовъзпалително действие.

Към всички тези благоприятни ефекти трябва да добавим и липсата на негативни въздействия, дължащи се на добавки, които задължително се появяват в басейните. Добавянето на хлор е необходимо, за да се предотврати размножаването на протозои, бактерии и гъбички във водата, но

това дразни кожата. Ние избягваме тази агресия, като заменяме басейна с морето.

Морето е повече от морска вода

Видяхме, че потапянето във вода е полезно и че освен това фактът, че водата е морска, е особено препоръчителен за кожата.

Големият обем вода, който се натрупва в моретата и океаните, действа като много важен термичен регулатор.

Прод. на стр.6 >>

Какво е това в морето, което ни кара да се чувстваме толкова добре?

(¿Qué tiene el mar que nos hace sentir tan bien?)

<< Прод. от стр.5

По-големият топлинен капацитет на плътна среда (като вода) в сравнение с въздуха работи като температурен буфер, така че крайбрежните райони са по-малко студени през зимата и по-малко горещи през лятото, отколкото райони с подобно географско местоположение, но във вътрешността. Това включва непрекъснато охлаждане на горещия въздух и установяване на течения, които генерират

утешителния и прохладен морски бриз.

Бризът също така носи със себе си много висока концентрация на аниони, които проникват през кожата, но също и в белите дробове. Неговите физиологични и психологически ефекти не са за пренебрегване: предотвратяване на неврохормонални нарушения, намаляване на ефектите от стреса, антиоксидантно действие

чрез повишаване на нивата на супероксид димутаза и дори подобряване на акнето.

Може да добавим и други полезни последици, като релаксацията, която интензитетът на синия цвят ни дава или успокояващите и седативни ефекти от прекрасния звук на ритмичното биене на вълните.

Направете като мен и

се насладете на морето, защото освен това е бесплатно.

Статията е публикувана в The Conversation <https://theconversation.com/que-tiene-el-mar-que-nos-hace-sentir-tan-bien-234656>



**BEAN HERE
BEAN THERE**

ВАШИЯТ МАГАЗИН ЗА КАФЕ

ПРЯСНО ИЗПЕЧЕНО КАФЕ НА ЗЪРНА
500+ ВИДА КАФЕ НА КАПСУЛИ
СИРОПИ И СОСОВЕ
ШОКОЛАДИ, БИШКОТИ, БИСКВИТИ И ДР.

ПОВЕЧЕ ИНФОРМАЦИЯ:
WWW.BEANHEREBEANTHERE.CA
416-255-2368
100 THE EAST MALL #11,
ETOBICOKE M8Z 5X2

NEW

БЪЛГАРИЯ

„Гениите избират зелено, но вие не сте го избрали“ – Бихте ли? | Интервю с дизайнера на СМФ Тереза Николова

Hype&Hyper



„Зеленото е новото злато“,
„За да останете устойчиви,
станете веган в материалите“,
„Устойчиви източници =
устойчивост“ – три основни мита,

<< *Прод. от стр.6*

които Тереза Николова буквално изгори по време на лекцията си на Brain Bar - най-големият европейски фестивал, фокусиран върху бъдещето – така започва интервюто на Тереза Николова с Рика Викариус, публикувано в Нуре & Нурег.

„Пламяк“ има удоволствието да представи на читателите си Тереза Николова и интервюто с Рика Викариус със съкращения.

Родената в България дизайнерка пристигна в Будапеща от настоящото си местоживееене в Торино, Италия, за да ни преведе през мистериите на бъдещите материали. Освен връзката между устойчивостта и ежедневните предмети, които използваме, разговаряхме с Тереза и за нейните области на опит: автомобилната индустрия, италиански дизайн, иновациите и цветовете.

Тереза Николова е израснала в Силистра, малък крайдунавски град в Североизточна България. Учила е в Милано и след това в Торино и започва кариерата си като графичен

дизайнер на свободна практика, а по-късно се присъединява към агенция като уеб дизайнер. По време на кариерата си Тереза достига точка, в която чувства, че работата в дизайна вече не е предизвикателство. Тя започна да жадува за повече разнообразие, както и да работи по проекти с по-голямо въздействие и където нейната личност може също да присъства. Когато не мисли за решения за бъдещето,

дизайнерката прекарва свободното си време в другите си две страсти: антигравитационна йога и туризъм.

В: Вие сте SMF дизайнер в *Italdesign Giugiaro*, известен най-вече с богатата си история в автомобилния дизайн. Но какво всъщност прави SMF дизайнерът?

- Иска ми се хората да знаят повече за нашата мистериозна

професия. SMF е съкращение от „Цвят, материал, покритие“, въпреки че понякога се нарича също дизайн „Цвят и материал“ или „Цвят и облицовка“ – всички тези различни наименования могат да бъдат обърквачи, но имат едно и също значение. SMF всъщност е дисциплина в областта на индустриалния дизайн и автомобилната

Прод. на стр.9 >>



NEW!

**Нов магазин
с Европейски
продукти
и деликатеси
в Етобико!**

773 The Queensway, Etobicoke
(416)255-9211



Голямо разнообразие на европейски хранителни продукти, консерви, салами, кашкавали и сирена, риба, десерти и торти, хаяб и други.

- EUROPEAN GOODS
- FRESH DELI
- BAKED GOODS
- PASTRIES & CAKES











<< Прод. от стр.7

индустрия, отговорна за избора на материали и цветове, използвани за екстериора и интериора на превозните средства. Когато става въпрос за масово произведени превозни средства, интериорът на автомобила обикновено се състои от около 100-150 части - и моята работа е да определя цветовете, материалите и покритията като комбинация, която работи най-добре.

На пръв поглед това може да изглежда като проста задача, но реалността е, че трябва да координирате цветове различни материали от няколко различни компании. Различните типове нива на оборудване също трябва да бъдат посочени, като например избор между черен или червен екстериор,

различни видове текстилни интериори и т.н. Всички тези фактори се определят от дизайнер на СМФ, а в случая на суперавтомобили това включва и персонализиране на модели автомобили по поръчка, където създаваме специални конфигурации с уникални материали и цветове, специално съобразени с желанията на клиента. В допълнение към дизайна, ние също правим проучвания и анализираме тенденциите в редица области, като архитектура, мода, изкуство, начин на живот, и след това адаптираме тези основни, определящи тенденции към превозните средства.

В: Италия е призната за световен създател на тенденции и лидер в

дизайна и е произвела някои от най-великите символи на статуса на века. Майстори като Джорджето Джуджаро, Марчело Гандини и Леонардо Фиораванти станаха едни от най-влиятелните автомобилни дизайнери на всички времена. Сега, в ерата на електрическите автомобили, когато представянето на превозното средство е по-важно от стила, италианският дизайн и художествено наследство все още ли се смятат за основен и източник на вдъхновение?

- Много нови компании, като Tesla, започват от нулата, без дизайнерско наследство и основно създават своя дизайнерски език от „празен лист хартия“. Но италианските марки имат богато наследство и могат успешно

да го надграждат. Един от любимите ми италиански модели автомобили е миналогодишният Lamborghini Sián Roadster, ограничено издание на хибридна кола. Той следва красиво отличителния дизайнерски език на Lamborghini, но все пак има футуристично усещане - изключително сложна серия, всяка със собствен уникален СМФ, така че няма два еднакви Sián. Това е добър пример за синергията между наследство и иновация.

Новият електрически Fiat 500, известен още като Cinquecento, е друг забележителен модел сред масово произведените автомобили. Той е от града, в който живеея - Турино - и градът го смята за свой, те наистина го обичат. Дизайнът на

ИМИГРАЦИЯ - НОТАРИУС - ПРЕВОДИ



DINKOVA IMMIGRATION ADVISORY

Licensed Immigration Consultant
Notary Public for Ontario
Bulgarian-English/English-Bulgarian Translator

Лицензиран имиграционен консултант
Нотариус за Онтарио
Българско – Английски/ Английско- Български преводач



+359878639757



LUBA@DINKOVAIMMIGRATION.COM



www.dinkovaimmigration.com



+1 416-315-1440



Luba Dinkova

<< *Прод. от стр.8*

автомобила остава верен на предишната си версия с двигател с вътрешно горене, но има и много нови функции, включително различни аудио функции и иновативни интериорни материали. Надяваме се, че новият електрически Fiat 500 ще бъде комерсиален хит, а и заслужава успех по отношение на дизайна.



В: Автомобилите са направени от голямо разнообразие

от материали, като стомана, стъкло, мед и специални влакна. Кои традиционни материали са остарели и трябва да бъдат заменени? Кои са основните иновативни тенденции и решения сега?

- Пластмасата е остаряла в автомобилната индустрия, но биопластмасите могат да работят като алтернатива: те се предлагат в различни варианти и могат да бъдат произведени от различни видове биомаса, като грозде, царевица или други селскостопански

отпадъци. Повечето биопластмаси са биоразградими, но не всички. Съществуват обаче и видове обикновени пластмаси, направени от изкопаеми горива, които са биоразградими. Според мен бъдещето е да се намерят биопластмаси, които отговарят и на двата критерия: получени от биоразградима биомаса по начин, който създава кръгова икономика.

В: Нека поговорим малко и за значението на цветовете. Когато става въпрос за закупуване на

автомобил, цветът също играе важен фактор: много купувачи преминават от една марка превозно средство към друга, ако желаният от тях модел не е наличен в техния избор на цвят. Защо смятате, че цветът е толкова решаващ фактор и кой цвят е най-популярен сега?

- Външният цвят на превозното средство е най-простата характеристика, която собствениците могат да решат, когато придават на автомобила си индивидуалност,

Прод. на стр.11 >>

Stroganoff Restaurant



Автентичен европейски ресторант, с много вкусна храна и дневни специалитети.

Frozen meals also available: potato & meat pierogi, chebureki, manty, shish kebab, mititei



Обяд, вечеря, алкохолни напитки



Подходящ е за групи, деца, партита



Walk-In | Patio | Take Out | Catering

(905) 780-7575

10 Headdon Gate, Unit 2-3, Richmond Hill
www.stroganoff.co

Major Mackenzie Dr
/ Just East of Bathurst

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

Mobile Tech
2916 Lake Shore Blvd W
Toronto, ON, M8V 1J4
Tel: 416-519-0208

Millway Dry Cleaners & Alterations
3200 Erin Mills Parkway Unit 5
Mississauga, ON, M2R 1Y1
Tel: 905-828-6501

Money Trust Currency Exchange
5460 Yonge St Unit 105
North York, ON, M2N 6K7
Tel: 416-567-2222

Le Saint Jean Corp
3355 Kingston Rd, Unit 1-2
Scarborough, ON, M1M 1R3
Tel: 416-261-1804

Simply Transact Ltd
462 Birchmount Rd unit 29
Scarborough, ON, M1K 1N8
Tel: 647-562-02049

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

<p>UKRAINE</p>		<p>GEORGIA</p>		<p>ROMANIA</p>		
<p>POLAND</p>	<p>BULGARIA</p>	<p>MOLDOVA</p>	<p>KOSOVO, MACEDONIA, MONTENEGRO</p>		<p>SERBIA</p>	<p>ALBANIA</p>



Fast. Safe. Guaranteed.



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 availability may vary based on a variety of factors including without limitation: the service(s) selected, delivery options selected, amount sent, destination country, currency availability, 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.

<< **Прод. от стр.9**

и това е най-лесният начин да комуникирате уникалност и стил. Въпреки че не е най-популярният избор, зеленото е много актуално в момента. В автомобилната сфера на CMF зеленото никога не е било хит, тъй като не е лесен за използване цвят поради редица причини. Интересен факт е, че за разлика от другите цветове, очите ни са способни да различават много нюанси на зеленото и все по-голям брой марки избират този цвят – всичко от лайм до синьозелено може да се намери в тяхната палитра. Зеленото предлага спокойствие – нещо, за което потребителите копнеят в тези несигурни времена. Ето защо компаниите отговарят на нуждите си чрез зеления цвят.

Зеленото вече е навсякъде и марките все повече използват цвета. Винаги, когато си помисля

за зелено в автомобилната индустрия, в съзнанието ми изниква реплика на Робърт де Ниро във филма „Meet the Parents“: „Казват, че гениите избират зелено, но вие не сте го избрали.“
(*Well, they say geniuses pick green. But you didn't pick it.*)

В: Бавно устойчивостта се превърна в стратегически приоритет за автомобилната индустрия. Какво мислите, че ще бъде следващото голямо нещо или иновация по отношение на използването на материали? Как ще се справи с устойчивостта?

- Мисля, че следващата стъпка, която включва устойчивост, се крие в кръговата икономика и дизайна. Марките не трябва да мислят за продуктите си като за нещо, което завършва на сметищата или ще бъде

100%

SOLD

20г.

ОПИТ

1%

КОМ.



Тодор Тодоров
Broker
Cell : (416) 837-7634
Bus.: (905) 565-9200
todortod@hotmail.com



LCBO # 371047

Налична за продажба
Available for sale now

Demetra Vino Prospera Inc. • www.bsgold.bg • office@demetravp.ca

<< **Прод. от стр.11**

само частично рециклирано, вместо това те трябва да имат предвид кръговрата от самото начало на фазата на проектиране. Всички материали трябва да бъдат или биоразградими, или рециклируеми, така че да могат да служат за други цели в края на своя жизнен цикъл.

В: Ако няма ограничения: коя

е най-идеалната комбинация от цвят и материал в една кола? Според вас какво се смята за перфектна кола?

- Не вярвам, че съществува идеалната кола, но ако трябва да кажа нещо, това ще е колата, която не притежавам. Силно вярвам в икономиката на споделянето и

новите бизнес модели, изградени върху нея. Все по-голям брой марки автомобили предоставят тези опции на шофьорите – това е тенденцията на бъдещето. Нещо повече, считам за важно интериорът на автомобила да бъде направен от растителни материали и идеята за 3D отпечатани части

ме вълнува, както и че ще ми позволи да персонализирам формите, както искам. Друг важен аспект е колата да бъде лесна за почистване, например чрез използване на кожени алтернативи, от които дори петна от мастило могат лесно да бъдат премахнати. Така че като цяло моят перфектен интериор би бил светъл и винаги чист, като същевременно е елегантен с усещане за свобода.

Интервю на Българския патриарх Даниил пред БНТ: Ролята на църквата е да покаже на хората, че има път



Източник: Българска Патриаршия (<https://www.bg-patriarshia.bg>)

Новият български патриарх Даниил заяви в първото си телевизионно интервю за предаването на "Панорама" на БНТ, че Българската православна църква винаги е била с народа си и го подкрепя в трудностите. По

РЕСТОРАНТ С АВТЕНТИЧНА ТУРСКА КУХНЯ



DÖNER STATION KEBAB
— KING OF DÖNER —

4
1
6 **222.0.222**



4917 Bathurst Street, North York (at Finch Ave.W.)

**Тук можете да хапнете много вкусно,
евтино и бързо.**

Богато меню - супи, салати, шиш-кебапи, пилешко, агнешко, филе миньон фиелафел, сандвичи, пиде, лахмаджун, капсалон, вегетариански ястия, а за десерт баклава, кюнефе, сутляш и бурма.



<< *Прод. от стр.12*

думите му, църквата свидетелства за непреходните неща.

“Ролята на църквата е именно да покаже на хората, че има път. Ако политическата криза стига до задънена улица и не може да се стигне до някакво разбирателство, църквата винаги сочи този път, който е към царството Божие. Господ ни е казал: Търсете преди всичко царството на Бога и неговата правда, и всичко останало ще ви се преведе”, заяви патриарх Даниил. “Нашата мисия не може да бъде по-различна от тази да свидетелстваме пред повереното ни духовно паство, че Господ Исус Христос е с нас. Как ще се случи това - ако имаме любов помежду ни. Това е и основното послание, което имаме към нашето духовно паство – да възлюбим Бога. Изпълним ли това, постепенно всички останали проблеми ще започнат да се решават”, заяви патриарх Даниил.

“Ако изхождаме от принципа на човеколюбието, ние ще сме на страната на всички човеци и няма да позволим тогава да ни разделят с разни фили и фоби”, коментира той в отговор на въпроса

дали е на страната на Русия в конфликта ѝ с Украйна.

“Още преди да стъпя в битността ми на патриарх нееднократно съм заявява, че при този конфликт, а и при всеки конфликт, най-доброто нещо е да се спрат военните действия, кръвопролитията и да седнат враждуващите страни и другите,

които са свързани с това, да

разговарят”, поясни той.

Държавната власт не може да реши основните проблеми на човека, които са свързани със смисъла на човешкия живот, със спасението на човешката душа и църквата е показала, че в това отношение няма алтернатива.

«Държавният служител, началникът

е божи служител, с това служение той е зает денем и нощем. Защото за всички е полезно да има закон и ред в държавата, в обществото, в което живеем, а отговорността за това е на управляващите», каза той.


Прод. на стр.14 >>

НОВ
УНГАРСКИ РЕСТОРАНТ на 2183 Danforth Ave.
Just East of Woodbine Ave.

Budapest Hungarian Restaurant

Ресторант с Автентична УНГАРСКА храна

Pick Up, Delivery, Catering, Dine-In, We serve alcohol



Музика на живо

Live Music on Fri, Sat, Sun after 5 pm. **Events** **Lunch Special Mon-Fri 11-3 pm**



2183 Danforth Ave, Toronto, ON,
647-347-5047, cityjugmilk@gmail.com
 Mon to Thursday : 8:00am to 9:00pm,
 Fri to Sat: 8:00am to 10:00pm, Sun : 9:00am to 9:00pm

<< **Прод. от стр.13**

Патриархът отбеляза, че уважава чуждото мнение. По думите му когато има диалог, има искрен стремеж да се стигне до истината и нещата се случват.

“Аз уважавам личното мнение на всеки един. Когато има опасност това мнение да доведе вреда на самия човек, не оставам безразличен, а разговарям и обяснявам защо и къде според мен има проблем”, каза той. Патриарх Даниил изтъкна още, че взаимодействието между държавната и църковната власт е необходима във всички сфери. «Сред православните християни има от всички политически партии хора с различни мнения, но това, което може да ни приведе в единство, не е всеки да търси своята правда. Нашата човешка правда е донякъде, тя до голяма степен е кривда», заяви той. В душата на много българи има вяра, уверен е патриарх Даниил. «Там, където има отчуждение и песимизъм - това е вследствие на греха. Грехът действа по този начин да ни отклони от Бога, да ни отчае, да ни спре по този път. Когато ги има взаимоотношенията между нас на

човекобратство, отговорност, грижа един към друг неминувемо това ще донесе божия рай в душите ни и ще стане видно и около нас».

30 юли 2024 г. - Св. апостоли Сила, Силуан, Крискент - от Седемдесетте апостоли



Източник: Българска Патриаршия (<https://www.bg-patriarshia.bg>)

Житие

Светият апостол Сила, когото старшите апостоли избрали за проповядване на Словото Божие, носел огромни трудове в благовестието на Христовото учение, отначало заедно със свети първовърховен апостол Павел, а след това без него. Свети

апостол Силуан се трудил в проповед на словото Божие заедно с върховните апостоли Петър и Павел. И двамата споменават в писанията си за него. За свети апостол Крискент споменава свети апостол Павел във второто послание до Тимотей. Той бил епископ в Галатия, а след това проповядвал за Христа в Галия и поставил за епископ в град Виена своя ученик Захария. Отново се върнал в Галатия и загинал там мъченически по време на царуването на Траян (римски император - 98-117 г.). За свети апостол Епенет апостол Павел споменава в посланието до Римляните: «Поздравете моя възлюбен Епенет, пръв повярвал в Христа в Ахайя» (Рим. 16:5). Епенет бил епископ в Картаген. В същото послание до Римляните апостол Павел споменава и апостол Андроник.

21-годишен преби мъж на пътя в центъра на София

21-годишият **Любен Попов** е привлечен към наказателна отговорност, след бой и заплахи за убийство на пътя в

София, съобщават от Софийската районна прокуратура.

Произшествието е станало в 4:40 ч. на 25 юли на столичния булевард «Евлоги и Христо Георгиеви срещу входа на Военна академия, като 21-годишният с нанасяне на удари в областта на главата на друг мъж, му е причинил лека телесна повреда - кръвотечение от носа, разкъсване, оток на горна устна, оток на долна устна и охлузвания, като деянието е извършено по хулигански подбуди.

Обвиняемият спрял своето превозно средство на публично място в средата на кръстовище пред управлявания от пострадалия автомобил, препречил му пътя, слязъл от автомобила и започнал да го удря.

Той е привлечен към наказателна отговорност и за това, че на същата дата и място се заканил с убийство на пострадалия с думите: **“Абе аз Пилето не лежах, теб ли ще лежа, недосегаем съм. Ще те убия и няма да те лежа. Над мен има хора, които ме пазят”**.

Бащата на извършителя, според News24sofia.eu е Валери Попов

<< *Прод. от стр.14*

- собственик на „Глобул Брандс“ с бутиците „Скандал“, официален вносител на немския бранд „Philipp Plein“.

С постановление на прокурор при Софийска районна прокуратура обвиняемият е задържан за срок до 72 часа с оглед внасяне на искане пред Софийски районен съд за вземане на мярка за неотклонение «Задържане под стража».

Обвиниха зъболекар в София за измами със зъбни конструкции и протези

Софийска районна прокуратура предаде на съд зъболекар за извършени измами с поставяне на зъбни конструкции и протези, както и за присвояване на парични средства, предназначени за изработка на зъбни корони и други зъбни протези, съобщи пресцентъра на прокуратурата, предаде News24sofia.eu. Подсъдимият е обвинен за това, че ноември 2018 г. до февруари 2021 г. в София вкарвал в заблуждение различни лица, че ще им бъдат изработени и поставени зъбни конструкции от цирконий и керамика, както и горна и долна зъбна силиконова протеза, а вместо това им поставил зъбни конструкции от друг материал.

Отделно от това от юни 2019 г. до 31 август 2020 година отново в София, при условията на продължавано престъпление с единадесет отделни деяния, зъболекарят **противозаконно**

присвоил чужди движими вещи, собственост на различни физически и юридически лица, които владеел на основание устна договорка за поръчка на изработването на **зъбни конструкции от цирконий, зъбни корони, мостове от зъби, зъбни шини и зъбни протези.**

Софийска районна прокуратура е внесла делото в Софийски районен съд с обвинителен акт. **Настъпилите съставомерни вреди от деянията са на стойност 34,694 лв.**

„Най-хубавото лято си отива“



Тодор Анастасов е роден на 12 ноември 1945 г. в с Долна Гращица. Завършва филология. Автор е на хитовете «Чудак» (Георги Христов), «Обич» (Панайот Панайотов), «Няма пътища назад» (Елвира Георгиева), «Само някой и само веднъж» (Орлин Горанов). В творческия си път създава над 400 текста за забавна музика, 50 детски такива. През 1993 г. печели специалната награда за текст на фестивала «Златният Орфей» с «Вземи си сбогом с морето» в изпълнение на Васил Петров. Една от последните му записани песни е «Слушай, Мария» на Захари Костов, а един от последните стихове - «Дар от мама». Умира

през януари 2006 г. в София.

Музика: Пламен Велинов
Стихове: Тодор Анастасов
Изпълнител: Веселин Маринов

„Най-хубавото лято си отива,
В косите вече ситен дъжд вали,
Ръката ти във моята изстива и
аз не крия колко ме боли.
През мен сега очите ти
прозират
И мислите по своя път вървят,
На този свят и чувствата
умират
И знам, че няма връщане назад.

Ръката твоя в моята изстива,
Различни чувства с тебе ни
делят,
Най-хубавото лято си отива
И знам, че няма връщане назад.

Не искаш ти дори да те
прегърна,
И знам, че си далеч, далеч от
мен.
Във шепа пепел всичко се
превърна,
Сега денят е толкова студен.“

„Кантонерът“

Автор: Тодор Анастасов

„*Още неразсъмнало, излиза.*
Тихо шушнат росните треви
и разгърден все така по риза,
бавно по шосето той върви.

И усмихнат сякаш се оглежда,
пясъкът под стъпките звъни.
Спира се сега и се навежда,
хвърля паднал камък настрани.

А в полето вече идват хора,
пак се рони белият чакъл.
И съглеждат на шосето горе —
кантонерът с изгрева дошъл.“

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

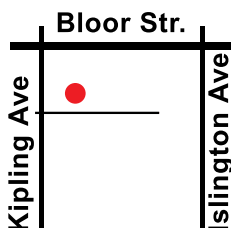
Owned and Operated by the Jelenic Family

350 Bering Ave., Etobicoke
416-232-1539

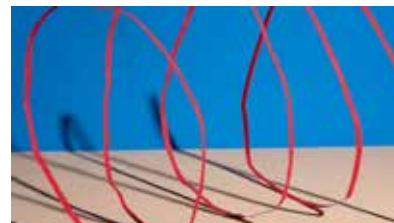
www.thesweetgallery.com

 @thesweetgallerycafe

 @thesweetgallerycafe



Странната история на лакрицата - бонбоните, които обичаме да мразим



Photograph By
Gabriel Zimmer

След като го натъпках глупаво с пържени картофи и корн дог на панаир в Аделаида, Южна Австралия, детето ми щеше с удоволствие да се прибере вкъщи и да разпръсне шеметно бонбоните си върху леглото си - така започва материал на Ребека Дъглас, публикуван в *Von Appetit*. Бих отишла в града за лепкави карамели, обвити в шоколад, малинови дъвки и газирани портокалови шербети. Това са божествени нива. Дъното на цевта? Черни желирани бонбони — и слепнали бучки от гадна лакрица. Направление от нечестив съюз на екстракт от женско биле, захар и някакъв вид свързващ агент. Пчелният восък обикновено е отговорен за характерния гумен

блясък, а меласата е това, което създава абаносовия цвят. В Австралия, откъдето съм, лакрицата обикновено е основна храна за татковци, бавачки и хора, които не им е било съобщено, че бонбоните са се появили. За мен лакрицията има вкус като кръстоска между дървесен сок и разтопен катран, който е бил замръзнал и пресован на ленти, здрави като кожа. Винаги съм се учудвала, че изглежда толкова разделяща, колкото изменението на климата и хрупкавото фъстъчено масло, но въпреки това, необяснимо, остава на рафтовете.

Независимо от многобройните му поддръжници, аз не съм единствената, която намира нещата за трудни за обичане. В история от 2012 г. за *NBC News*, писателката Меган Холохан се опита да стигне до дъното на това, което прави лакрицата толкова поляризираща. Вкусът на анасон идва от корена на растението *Glycyrrhiza glabra* и ще откриете неговата пикантна същност

Прод. на стр.18 >>

KRONOS INTERNATIONAL SHIPPERS INC.

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





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
647-329-3026



KOSTAS MEAT & DELI

259 Ellesmere Rd, Scarborough, 416-444-3036

@TOMLAMBOS



#LAMBCHOPS



<< Прод. от стр.16

в различни продукти - от Jägermeister до NyQuil. Въпреки че, за разлика от случая с кориандъра, няма ген, който да определя дали можете да понесете вкуса на женско биле или не - изглежда, че или сте родени да го харесвате, или не. През всичките си години обаче не се научих да го обичам. Друга теория е, че някои хора изглежда изпитват отвращение към глициризина, естествения

подсладител, присъстващ в корена на женско биле, който има вкус на захарина в тези ярко розови пакетчета Sweet'N Low. За мен е мистерия как лакрицата е преминала през устните ни. И все пак го направи. Появата на женско биле в кулинарията и медицината наистина датира от праисторически времена. През 400 г. пр. н. е. гръцкият лекар Хипократ разказва на

всеки, който желае да слуша, за мощната съставка и нейния потенциал да лекува язви и да утолява жаждата. Александър Велики раздава дажби на войските си, за да ги поддържа хидратирани по време на дълги походи. Изследователите дори откриха запаси от женско биле в гробницата на Тутанкамон в древен Египет за приготвяне на сладки напитки, наред с други може би

египетски съкровища.

Коренът, който все още се използва за направата на лакрицията и днес, идва от цъфтящ храст, който вирее в богатите почви и субтропичния климат, срещащи се предимно в страните от Европа, Близкия изток и Южна Азия. Означавайки „сладък корен“ на гръцки, глициризинът може да звучи като неприятна диагноза, но името е подходящо: съединението е 40 пъти по-сладко от захарта. Коренът от женско биле има множество предполагаеми ползи, включително способността да потиска кашлицата и да изчиства хрчките от дихателните пътища, както и да намалява възпалението и вирусния товар. Освен това се подозира, че се бори с рака, диабета и зъбните заболявания, въпреки че науката за това е смесена като торба с различни сладкиши.

Чувствайте се предупредени: поглъщането на твърде много може да доведе до набор от възможни странични ефекти - от неравномерен сърдечен ритъм до високо кръвно налягане, мускулна слабост и истерия - причинени от




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

28 Millwick Drive, Toronto, On, M9L 1Y3

Tel: 416.740.4411

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

www.vindegarage.com

100% guaranteed. In business since 1997

<< Прод. от стр.18

глициризина, който изчерпва нивата на калий в тялото ви. Повечето хора не биха яли количествата, необходими за предизвикване на тези странични ефекти (две унции на ден в продължение на две седмици). И в своя защита женското биле се опитва да ви отблъсне с отровния си вкус.

Английският град Понтефракт е родното място на горчиво-сладкия бонбон. Предполага се, че през 1760 г. фармацевт е

добавил захар към лекарство за кашлица, съдържащо корен от женско биле, за да го направи по-вкусно, а производителите са започнали да го произвеждат в средата на 1800 г. Оттогава женското биле се разпространява в различни страни. В Швеция, Норвегия, Дания, Исландия, Финландия, Германия и Холандия - където се консумира най-много лакриция на глава от населението в света - черна, осолена, с форма на диамант и силно стипчива

версия. В САЩ Twizzlers и Red Vines правят усукани черни лакриции. Французите обичат пастелите *Cachou Lajaunie*, които имат за цел да освежат дъха ви след хранене. В Швеция са толкова запалени, че правят *Lakritsfestivalen* („Фестивал на лакрицията“) през 2009 г., включващ дегустации, конкурси, забавления и дори скулптури, направени от веществото.

Мъдро е, че много от австралийските

сладкарски компании, с които съм израснала, маскират вкуса на самото женско биле, като го задушават в шоколад, за да образуват „куршум“. Ние също предпочитаме да обличаме нашите лакриции в цветно подредени кубчета и други различни форми, наречени „*allsorts*“ концепция, която взимашме от британците. Култовата марка Darrell Lea твърди, че произвежда достатъчно лакриция, за да се увие около Земята всяка година.

ПАМЕТНИЦИ НА ДОБРИ ЦЕНИ



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
- Огромен 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

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

King Square Shopping Centre

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

E-mail: mark@memorialgalleries.ca
www.memorialgalleries.ca

<< **Прод. от стр.19**

Те също така произвеждат имитации на аромати, които напълно премахват субстанцията, подобна на копър, включвайки сортове малина, грозде, манго, зелена ябълка и ананас в гамата си в различни точки.

По някакъв начин търсенето на истинската лакриция нараства, особено в Европа и Северна Америка. Прогноза за 2020-2030 г. на Transparency Market Research - глобална фирма за потребителски анализи – е, че лакрицията благодарение на естествената си сладост, може да запълни празнината, оставена от онези от нас, които изоставят сладките „нездравословни храни“ за по-доброто здраве. Независимо че е объркващо за мен, също така има смисъл: 10.4% от световното население се очаква да

бъде с диабет до 2030 г.

Въпреки потенциалните му ползи за здравето и дългата, изопачена история, аз се родих с отвращение към лакрицията. Когато я открия в чантите си, тя бързо лети до най-близкия кош. Мога обаче да се възхищавам на нейната упоритост. За бонбон, роден от лекарство за кашлица, лакрицията наистина се издърпа от ботуша, въъъ, презрамките. Уважавам този вид залепваща сила - само не в кътниците ми, моля!

Колумбийският хляб Pan de bono бе обявен за втория най-добър в света



Когато става въпрос за света на кулинарията,

хлябът е всеобщ любимец. Независимо дали е обикновена филийка препечен хляб за закуска или хрупкава багета, която да придружава гурме ястие, хлябът има специално място в сърцата и стомасите на хората по целия свят, пише в свои материал **HOLA!**

Наскоро Taste Atlas, платформа, посветена на изследването на разнообразните кулинарни предложения в света, публикува своя списък с „Топ 50 най-добри хлябове“ от цял свят. Изненадващо, колумбийският пан де боно зае престижното второ място в този списък, което накара колумбийците да се гордеят и зарадва ентузиастите на хляба по целия свят. Малайзийският Roti Canai, обичан плосък хляб известен с уникалното си приготвяне на тиган, е най-добрият

хляб в света. Roti Canai постигна забележителна оценка от 4.9 звезди, осигурявайки си челната позиция в списъка на Taste Atlas.

Пан де Боно:
кулинарният
скъпоценен камък на
Колумбия

Pan de bono, често наричан „bono“, е колумбийски хляб, който е завладял сърцата и вкусовите рецептори на местните жители и посетителите. Името му се превежда като „добър хляб“, а този възхитителен хляб е известен със своя отличителен вкус и уникални съставки.

Това, което отличава пан де боно от другите видове хляб, е комбинацията от съставки, включително брашно от маниока, сирене, яйца и нишесте. Резултатът е хляб с мека и леко дъвчаща вътрешност, златиста коричка

Прод. на стр.21 >>



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

<< *Прод. от стр.20*

и приятен аромат на сирене. Колумбийският хляб обикновено е кръгъл, което го прави удачен за лека закуска, гарнитура или опция за бърза закуска.

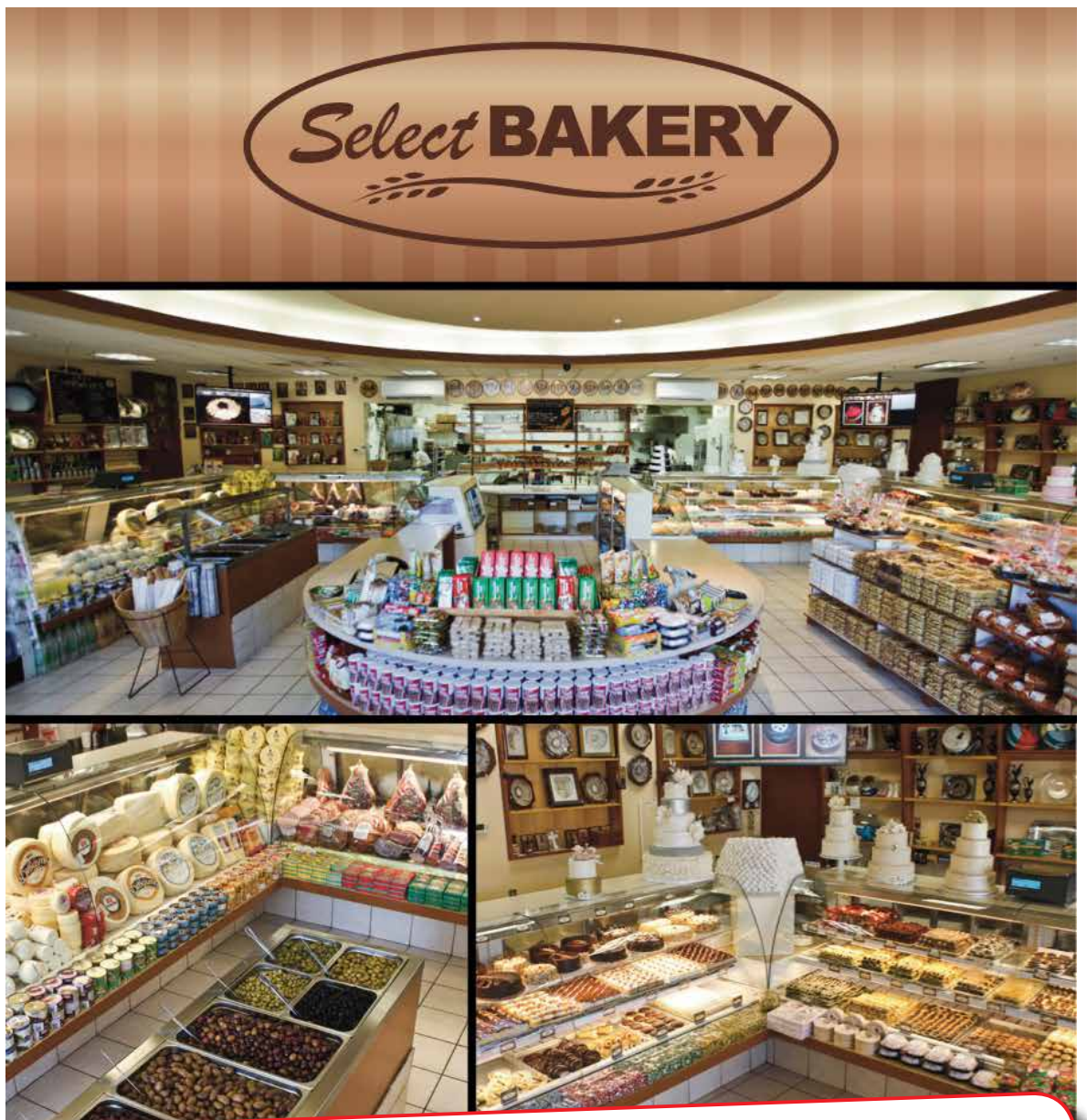
Признаването на Pan de bono за втория най-добър хляб в света от Taste Atlas показва богатото кулинарно наследство на Колумбия. Рейтингът му го поставя стабилно на международната сцена, а уникалната му комбинация от вкусове и текстури несъмнено е допринесла за неговото признание.



Това е признание и на колумбийската кухня като цяло. Със своите разнообразни кулинарни традиции и регионални специалитети, Колумбия печели все повече признание на световната хранителна сцена. Присъствието на пан де боно в този престижен списък затвърждава репутацията на страната като дестинация за кулинарни ентусиасти, търсеци уникални и апетитни изживявания.



Списъкът на Taste Atlas показва широка гама от сортове хляб от цял свят, всеки с различни вкусове и методи на приготвяне. Индийският наан с чесън, иранският pan-e barbari, бразилският pão de queijo и италианският Piadina Romagnola



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.

Great selection of
Greek wines & spirits.

405 Donlands Ave.

(416) 421-2400

info@selectbakery.ca

www selectbakery.ca

f /selectbakery

o @selectbakery

<< **Прод. на стр.21**

попадат в челната десетка, подчертавайки глобалната привлекателност на хляба и креативността на пекарите по целия свят.

Мъжете с бради може да са по-стабилни романтични партньори, казва проучване



Чудите се дали някой може да бъде добър романтичен партньор? Може да се наложи да не търсите повече белези от окосмяването по лицето им. Мъжете с бради не са по-търсенето на нов партньор - просто запазват този, който имат, според проучване, публикувано в Archives of Sexual Behavior, докато гладко избръснатите мъже съобщават за повече мотивация за „търсене на половинка“, съобщава People.

„Мъжете, които имат повече окосмяване по лицето, съобщават за по-малко мотивация за търсене на партньор, но повече за задържане на партньор и мотивация за грижа за роднините“, съобщава проучването, което разглежда 414 мъже на възраст от 18 до 40 години и изследва техните „мотивации за подобряване на окосмяването по лицето“.

Констатациите: „Брадите мъже са във връзката за постоянно“, каза съавторът на изследването професор Питър Джонасън от Варшавския университет на кардинал Стефан Вишински, според The Times UK.

„Те са по-малко склонни да имат бърза житейска стратегия за търсене на многобройни партньори и вместо това са склонни да инвестират в други както

Прод. на стр.23 >>

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.22

романтично, така и семейно“, каза Джонасън според изхода.

Разсъждението се основава на грижите, необходими за добре поддържана брада.

„Брадите са трудни и отнемат време за „отглеждане“. Мъжете с бради може да сигнализират за тяхната дисциплинирана природа“, каза Джонасън.

Въпреки че „поддържането на гладко избръснато лице изисква усилие за често премахване на окосмяването по лицето“, проучването казва, че „повече окосмяване по лицето изисква повече усилия, за да го поддържате чисто... редовната грижа за окосмяването по лицето изисква време, усилия и ресурси. По този начин мотивацията за подобряване на окосмяването по лицето може да бъде свързана с желанието да се представите пред другите хора като находчив и добре организиран човек.

Проучването подчертава, че поддържането на окосмяването по лицето е ключов момент,

тъй като „гъстата, нездравословна или разпръсната коса по лицето може по-скоро да дискредитира мъжа, отколкото да му даде предимство“.



Брадите се считат за камуфлаж - проучването посочва, че някои мъже могат да си пуснат бради, за да прикрият „физически недостатъци“.

Авторите твърдят, че проучването е „първото върху мотивацията за увеличаване на окосмяването по лицето при мъжете“ и казват, че са необходими допълнителни изследвания, за да се изследва спектърът от типове окосмяване по лицето, тъй като това изследва само въздействието на гладко избръснатата кожа, светлите наболи косми и пълните бради.

Но като цяло проучването установи, че „повечето окосмяване по лицето може да се използва от мъжете, за да информират другите хора, че социалните им мотиви се изместват от фокусиране върху търсенето на връзки към дългосрочни романтични връзки и семейство“.

Alliston Meat & Delicatessen

660 Bloor St, Mississauga, (905) 275-9331
Just West of Cawthra Rd.
www.allistonmeats.com

Европейски хранителен магазин в Мисисага

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

**Медът е ефективен
антибиотик**

здраве.bg

Медът е на само вкусен, но и може да лекува. Някои видове мед са дори по-ефективни от антибиотиците при лечението на рани и инфекции, твърдят учени от университета на Сидни, Австралия.

“В повечето случаи действието на антибиотиците се ограничава само до някои видове бактерии. Повечето микроби, особено тези, които са причина за т.нар. вътреболнични инфекции, са резистентни поне към един антибиотик. За сметка на това най-новите изследвания показват, че медът действа срещу всички причинители на инфекции, в това число и срещу мултирезистентните.

Оказва се, че бактериите не могат да се приспособят и да станат резистентни към меда, както става с антибиотиците”, твърдят австралийските учени, цитирани от Би Би Си.

Друга насока, в която медът се оказва ефективен, е лечението на рани. Заради това австралийските учени препоръчват пчелният продукт да се използва по-широко във фармацията при изработването на различни мехлеми. Според тях противовъзпалителното му действие се дължи на метилглюоксала и на други негови все още недостатъчно изследвани съставки.

**Затлъстяването:
скритите причини**

здраве.bg

Неправилното хранене и заседналият начин

на живот се смятат за основните причини за натрупването на тегло над нормата и затлъстяването. Но Дейвид Елисън от университета на щата Алабама е убеден, че съществуват и много други фактори, за които ние дори не се замисляме, но тяхното въздействие не е за пренебрегване.

• Твърде бързото хранене

Специалистите смятат, че хората, които ядат твърде бързо, изяждат повече храна, отколкото им е необходима, тъй като сигналът за засищане на организма не постъпва веднага в мозъка, а известно време след пребиваването на храната в стомаха.

Компанията Scientific дори предлага на пазара специална маска (с наименованието DDS System), която принуждава хората да ядат по-бавно. Първоначално клиентът трябва да отиде при стоматолог, за да му се направи снимка на устната кухина. След това се изработва специална “шина”, която трябва да се постави в устата, за да

намали нейния обем. Това способства за намаляване скоростта на хранене и за по-бързо засищане. Доброволците, които са изпробвали новото устройство са отслабнали за 1 месец с 3 кг.

• Хормоните

По данни от нови изследвания, по време на хранене мозъкът на пълните хора не реагира достатъчно активно на производството на допамин – хормона, отговарящ за удоволствието.

Учени от университета в Тексас, Орегонския изследователски институт и Университета “Йейл” са провели експеримент, по време на който на две групи от хора е трябвало да консумират едната група вкусна храна, другата – храна без всякакъв вкус. По време на храненето им е била наблюдавана активността на мозъчните им рецептори. Оказва се, че тя е обратно пропорционална на индекса на телесната маса. Т.е. за да изпитат удоволствие от храната

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.

особено жените с наднормено тегло са се нуждаели от по-голямо количество храна, отколкото останалите.

• Безсънието

Холандски учени са изследвали хранителните навици на над 200 души, страдащи от различни нарушения на съня и са установили, че те често изпитват неконтролируем апетит, който ги кара да ядат повече пъти и по-голямо количество храна, отколкото им е необходима. Освен това, сънотворните препрати често показват като страничен ефект, че заставят пациентите да чувстват глад не само през деня, но и през нощта. Според специалистите това е свързано с метаболитните промени в организма.

• Стресът

Според американски учени от университета на щата Пенсилвания, стресът, който изпитваме на работа, също ни кара да преяждаме. В продължение на 25 минути те са поставяли на офис служителите, които са участвали в техния експеримент, различни задачи. Една част от участниците са били подложени на различни видове силен шум: телефонен звън, потракване на клавиатури и др. След това по време на 12 минутната почивка те са им предлагали висококалорични храни - чипс, сирене, шоколад, пушанки.

Оказва се, че тези, които са чувствали най-голямо раздразнение от шума, са изяждали 2 пъти по-

голямо количество храна, отколкото техните колеги, работили в условията на абсолютна тишина.

По същата причина, според учените, много от хората (повече мъжете) са склонни през почивните дни да злоупотребят с прекомерната употреба на храна и алкохолни напитки.

Дейвид Елисън изброява и други фактори, влияещи на наднорменото тегло:

- намаляване на броя на пушачите (пушенето потиска апетита),
- увеличаване на продължителността на живот на хората (с възрастта се влошава обмяната на веществата),
- увеличаване на детеродната възраст (децата, родени от не много млади жени, обикновено имат повишено тегло).

Освен това, по данни от различни изследвания, пълните хора често си избират половинки с наднормено тегло, а това означава, че техните деца ще бъдат генетично предразположени към затлъстяване, съобщава американското списание Prevention.

5 „любими“ храни, които вредят на здравето



здраве.bg

Кои храни са най-честите причинители на отравяне – това е темата на доклад,

подготвен от американски специалисти, цитирани от Ройтерс. Пренесени към родните вкусови предпочитания, тъжните първенци в класацията изглеждат познато, но в някои от случаите напълно неочаквано:

Колбаси

колбасите и в най-голяма степен кренвиршите съдържат изключително големи количества скрити мазнини, което води както до повишаване на телесното тегло и на лошия холестерол в тялото, като често самите ние не можем да проумеем как се е стигнало дотам. Специалистите в областта на храненето припомнят, че не е в реда на нещата килограм колбас да струва по-малко от килограм месо, като се има предвид, че именно от него би трябвало да се произвежда. В случаите, когато това правило видимо не е налице, то колбасът по всяка вероятност е направен от соя, нишесте, мас, мазнини, различни съединителни тъкани и добавки. На вкус може и да са го докарвали, но той далеч се отличава от полезния продукт.

Маслини

Маслините понякога не са нищо друго освен боядисани в черно или зелено плодове, в които се съдържат големи дози железен глюконат. Разбира се, могат да бъдат открити и маслини, които са носители на типичните за продукта вкусови и хранителни качества, но е невъзможно да направим разликата, съдейки само по външния им вид. За сметка на

това прекаляването с изкуствено оцветените може да доведе до натряване на тялото с желязо.

Картофи

В картофите, които са едни от най-често консумираните от българина продукти, често се съдържат патогенни микроби, които могат да причинят колики, дезинтерия, салмонела.

Сирене

Млякото и сиренето също могат да бъдат вредни, тъй като те са идеална среда за развитието на болестотворни микроорганизми. Особено внимателни при консумацията на сирене трябва да бъдат бременните жени, които са любители на сирене фета, бри и камамбер, защото в тях живеят бактерии, причинители на заболяването листериоза. То почти винаги се развива без видими симптоми, но може да бъде много опасно – например може да предизвика спонтанен аборт.

Пушените храни

Особено внимателни трябва да бъдем при избора на пушена риба, пушено сирене и т.н., защото тези продукти, оказва се, често са канцерогенни. Освен че съдържат голям набор от изкуствени подобрители на вкуса, голяма част от производителите избират да опушват с изкуствен „течен дим“, което е по-евтин процес от опушването с дървесен дим. Това обаче

Прод. на стр. 26 >>

<< Прод. от стр.25

неминуемо рефлектира върху вкусовите и хранителните качества на пушените храни.

Целулитът е полезен за здравето на жените!



здраве.bg

Не бързайте да се борите с целулита! На някои този призив може да се стори абсурден или най-малко странен – жените влагат толкова усилия и средства за лечение на целулита, че такъв съвет изглежда просто нелеп. Но, оказва се, в подобен подход има здрав смисъл.

Неотдавна публикуваните резултати от изследване, проведено от Център за диабет, ендокринология и метаболизъм към Университета на Оксфорд, Великобритания, сочат, че мастните наслаивания по бедрата на жените понижават риска от захарен диабет и сърдечни заболявания, съобщава Ройтерс.

Причината е в това че синтезът на женските полови хормони е тясно свързан с наличието на достатъчно мастна тъкан. А от хормоните на свой ред зависи правилното функциониране на репродуктивната система при жените,

и не само на нея. Този мастен слой е богат на адипонектин, който възпира възпалителните процеси и възпрепятства запушването на артериите. Естрогените (женски полови хормони) са не само фактор, определящ сексуалността, но и важна стъпка за профилактика на атеросклерозата.

Именно затова може уверено да се твърди, че мастните запаси по бедрата на жените помагат за по-доброто здраве, като защитават от диабет и сърдечно-съдови заболявания, твърдят британските учени. Разбира се, стремежът към красота и добро самочувствие също е важен, допълват те, но малко целулит няма навреди, напротив – ще помогне за по-доброто здраве на жената.

Пълнени гъби



Рецептата е публикувана в dieti.info

Продукти:
Порции: 6

12 големи гъби
100 г шунка
1 картоф (сварен)
2 яйца

1 ч.ч. заквасена сметана
50 г масло
12 филийки хляб (тостер)
магданоз
сол

Начин на приготвяне:

Нарязваме на ситно гъбените пънчета и ги задушаваме до омекване в маслото с малко от магданоза и солта. Добавяме нарязаната на малки кубчета шунка, настъргания на ситно картоф, яйцата, 3 с.л. от сметаната, сол на вкус и разбъркваме. С така приготвената смес пълним гъбите, оформяме във вид на конус и ги поставяме в намазана с масло тавичка върху филийка хляб. Печем 30 минути в умерено силна фурна като от време на време поливаме с останалата сметана или малко преди да са готови, поръсваме с нарязани на малки кубчета домати.

Кухня: българска

Основни продукти: гъби, яйца

Начин на приготвяне: печена

Време за приготвяне: 30 - 60 минути

Пържени картофи със сирене на фурна



Рецептата е публикувана в dieti.info

Необходими продукти:

750 г картофи
2-3 яйца
250 мл прясно мляко
150-200 г сирене
олио (или масло – по желание)
магданоз
черен пипер
мазнина (за пърженето)

Начин на приготвяне:

Изпържете картофите в загрятата мазнина., отцедете, изсипете в тавичка и посолете. Залейте със сместа, приготвена от прясното мляко, разбитите яйца и натрошеното сирене. Добавете парченца масло (или малко олио) и запечете ястието в умерено силна предварително загрята фурна. Преди поднасяне гарнирайте с накълцан магданоз и черен пипер.

Кухня: българска

Основни продукти: сирене/кашкавал/мляко, картофи

Начин на приготвяне: пържена, печена

Време за приготвяне: 60 - 120 минути

Олимпиада в Париж 2024: Факти за събитието



Олимпийските игри през 2024 г. започнаха на 26 юли в Париж, Франция, като 10,500 спортисти ще се състезават, за да се сдобият с желаните спортни медали. Al Jazeera пише в свои материал за 10 неща, които може и да не знаете за Париж 2024:

Сърфиране в далечна земя



Докато Париж е основният град домакин, олимпийските събития ще се проведат в 16 други града във Франция. Състезанието по сърф обаче ще бъде най-уникално – ще се проведе във френската територия на Таити, на легендарните вълни **Teahupo'o** в Тихия океан.

Разположено на 15,000 км от Париж, мястото

за сърфиране ще счупи рекорда за най-отдалечено състезание за медал, организирано извън олимпийски град-домакин. Но състезателите с удоволствие ще прелетят половината свят, за да достигнат до едни от най-зрелищните сърф почивки на планетата.

Брейкинг: новият олимпийски спорт



Игрите в Париж ще включват нов олимпийски спорт: брейкинг - градски танцов стил, който има своите корени в хип-хоп културата.

Състезанието ще включва две състезания – едно за мъже и едно за жени – и ще се проведе на 9-10 август в Париж след успеха му на Летните младежки олимпийски игри в Буенос Айрес през 2018 г.

Айфеловата кула ще бъде част от Олимпиадата

Емблематичната Айфелова кула ще бъде част от Олимпийските игри по

повече от един начин. Докато състезанието по плажен волейбол ще се проведе на временна открита арена под кулата, спортистите също ще носят част от кулата у дома, тъй като олимпийските медали ще бъдат украсени с оригинален железен метал от Айфеловата кула.

Парижани бягат

За първи път в историята публиката може да има олимпийско изживяване от първа ръка, като ѝ бъде позволено да пробяга същото трасе на олимпийския маратон в същия ден като олимпийците. Масовото събитие ще включва 35,000 любители бегачи.

Плуване в Сена



Река Сена ще бъде домакин на маратонското плуване и плувния етап от триатлона на Олимпиадата - един век след провеждането на някои състезания по време на първите игри в Париж през 1900 г.

От 1923 г. доскоро плуването в Сена бе забранено поради проблеми с качеството на водата и в продължение на десетилетия реката бе твърде токсична за повечето риби. Организаторите в Париж многократно са уверявали състезателите, че водата ще бъде достатъчно чиста за плуване по време на Олимпиадата.

Запознайте се с талисманите



Фригите са официалните талисмани на Олимпийските и Параолимпийските игри в Париж през 2024 г. Те са базирани на традиционните малки фригийски шапки, символ на Франция.

Организаторите на Олимпийските игри казват, че името и дизайнът са избрани като символи на свободата и да представят алегорични фигури на Френската република.

<< **Прод. от стр. 27**

100 годишнина

Игрите през 2024 г. ще отбележат завръщането на Олимпиадата в Париж след 100 години. Париж за първи път бе домакин на Олимпийските игри през 1900 г., а след това през 1924 г. Френската столица ще стане вторият град, домакин на Олимпиада три пъти след Лондон (1908, 1948 и 2012 г.).

Пълно равенство между половете

Париж 2024 ще бъде първата олимпиада в историята, която ще постигне числено равенство между половете, като равен брой жени и мъже ще участват в най-голямото спортно събитие в света. От 10,500 атлети, участващи в игрите, 5,250 ще бъдат мъже и 5,250 жени.

Изгубени в превода? Не в парижкото метро

Системата за обществен транспорт на Париж (RATP) предостави на повече от 3,000 агенти устройства за превод, поддържани от AI, за да помогнат на стотици хиляди туристи да навигират по маршрути по време на Олимпиадата. Устройството може да превежда между

френски и 16 различни езика.

Изключете климатика

Няма да има климатици в стаите на спортистите в Париж 2024, като организаторите обещаха да бъдат домакини на „най-екологичните“ Игри. Вместо това сградите в селото на спортистите са проектирани с охладителна система, извличаща вода от под земята, а фасадите са регулирани така, че да получават малко пряка слънчева светлина.

Руска атлетка носеща флагът на Кипър предизвика широка полемика



Лекоатлетката Елена Куличенко, която носеше флага на Кипър на Олимпийски игри в Париж, привлече внимание след репортаж в гръцките медии от eReportaz, който предизвика реакции и полемика, предава Kathimerini Cyprus.

Репортажът възкресява спорния въпрос за „златните паспорти“, предполагайки, че нейното кипърско гражданство, както и това на родителите ѝ, са били осигурени чрез тази противоречива схема. Освен това докладът прави непотвърдени твърдения за „непристойни“ видеоклипове, за които се твърди, че включват Куличенко, което нейният правен екип категорично отрича, заявявайки, че видеоклиповете са генерирани с помощта на AI.

Въпреки медийния шум, няма официално подадено оплакване до властите относно предполагаемите видеоклипове или друг въпрос, свързан с Куличенко.

Допълнително усложнявайки ситуацията, разследвания на AI Jazeera подчертаха, че родителите на Куличенко, родом от Русия, са получили кипърски паспорти през 2018 г. В тях се споменава, че баща ѝ, Алексей Куличенко, притежава компания, санкционирана от Украйна след анексирането на Крим от Русия през 2014 г.

Куличенко, която се

състезава за Кипър поради санкции на Световната атлетическа федерация срещу Русия, бе избрана за знаменосец въз основа на нейните атлетически качества и наличност. Никос Софиопулос, пресаташе на Кипърския олимпийски комитет (COC), потвърди, че нейният избор се дължи на високото ѝ световно класиране сред кипърските спортисти и логистични съображения, тъй като някои спортисти ще се състезават в други градове или ще имат събития, насрочени сутринта след церемония по откриването.



Елена Куличенко е родена на 28 юли 2002 г. в Одинцово, Русия и в момента учи в University of Georgia, САЩ. Тя държи рекорда на Кипър в скок на височина с 1.93 метра, постигнат на 30 март 2024 г. Нейните забележителни постижения включват спечелването на **Прод. на стр. 29 >>>** златния медал

<< Прод. от стр28

на Европейското първенство **U23** през **2023 г.** и второто място на Световното университетско първенство същата година.

Олександър Усик няма съмнение коя битка е била най-трудната



Олександър Усик с право може да твърди, че се е бил с най-добрите мъже в първите две дивизии на бокса. Бившият олимпийски златен медалист от Украйна е също толкова успешен и на професионалния ринг. В рамките на

шест години, след като се премести, той стана безспорен шампион, както и спечели първите Световни боксови супер серии, предава Second Sout.

След като се премести в тежка категория и победи срещу Чад Уидърспун и Дерек Чисора, той се изправи срещу тогавашния обединен световен владетел в тежка категория Антъни Джошуа, когото победи в 12 рунда през 2021 г., използвайки майсторство на ринга, работа с крака, скорост и IQ.

Украинецът повтори постижението при първата защита на титлите си през 2022 г., след което спря предизвикателството

на Даниел Дюбоа с победа, която го доведе до дългоочакваната битка с Тайсън Фюри. Тази битка през май бе първата безспорна от почти 25 години и Усик излезе победител по точки след оспорван двубой.

Говорейки пред Boxing King Media, Усик наскоро бе попитан коя е била най-тежката битка в кариерата му досега, включително срещу „Цигански крал“, Джошуа, Дюбоа и др.

„Тайсън Фюри“ бе отговорът.

Много фенове ще се съгласят. Въпреки че Джошуа имаше по-голям успех във втората битка,

отколкото в първата, Фюри даде най-голям отпор на Усик особено в средните рундове, когато нанасяше много силни удари. Както обаче обикновено прави Усик, той преодоля бурята и се върна по-силен.

Елитният боксьор скоро ще се отправи към лагера още веднъж преди реванша с Фюри. Той ще се проведе през декември и двамата боксьори се зарекоха да бъдат по-добри, отколкото в първата битка, като Фюри наскоро потвърди, че ще запази същия отбор, въпреки многото коментари, че това го е разочаровало по време на първия двубой.



Спортна рубрика:
Павел Станимиров

BULGARIAN CANADIAN BUSINESS DIRECTORY

by Bulgarian Flame Newspaper 2024 - 2025   YEARS



Излезе новия бинзнес каталог!
Търсете го в европейските
хранителни магазини.






Скоро ще бъде наличен
и онлайн:

www.bulbiz.com

Italian contemporary design



www.stimexinc.com • 416-939-9881

LINA G. Gueorguieva,
SRS, CNE, SRES, AREN
BROKER GOLDEN DOOR TEAM
M: 647-862-2339
LinaGluxury@gmail.com
Right at Home Realty
www.MyHomeForSaleToronto.com

Най-важното, когато жена те попита: "Какво ще правиш без мен?", е да не се усмихваш!



- Що е то Екватор?? - Това е мислена линия, която разделя Земята на Северна и Южна Македония...



Две мутри се качват по стълбите към офиса... Отгоре се чува стрелба и тупурдия, покрай тях се изтъркулва една отрязана глава. И двамата се спират и я проследяват с поглед. Единият казва:

-Абе, Картоф, това май беше боса, а???

Другият продължава да следи падащата глава и отговаря:

-Стига бе, Буца, шефа не се ли сещаш колко е по-висок...



На интервю за държавна

работа:

-Госпожице, защо решихте да работите точно в нашето учреждение?

-Тате, стига глупости, де!



Мутра кара по пътя и вижда свой колега, който седи на края на канавката и плаче.

- Тиква, какво става?

- Ами погледни в канавката!

Гледа той - в канавката лежи разбито BMW.

- Стига бе, Тиква, струва ли си да плачеш за едно нищо и никво BMW?

- А бе вътре погледни!

Гледа той - в колата мъртва девойка.

- Стига бе, ти сега за една мацка ли ще плачеш?

- А бе не, бе, погледни какво има в устата ѝ бе...



Мутра отива на работа.

Гледат го другите мутри

- и на лявата буза, и на дясната едни марли,

едни превръзки. Питат

го:

-Кво става бе, брато?

-Кво става, как можа да ми звънне GSM -а баш като си гладех ризата бе. Звъни той и аз вдигам да се обадя и си лепнах ютията за бузата.

- Добре де, ама що си с лепенки и от другата страна бе.

- Що... Щот нали требваше да се обадим у Пирогов.



- Извинете, тук реката става ли за къпане, дълбоко ли е?

- Не Ви съветвам, тук е пълно с крокодили.

- Аха, а там, където се влива в морето ?

- О, да... там може, там акулите жив крокодил не оставиха.



Полицай, към подпийнала женица:

- За къде бързате?

- За лекция.

- Кой чете лекция в два през нощта?

- Мъжа ми.



Проверка от Кат:

- Какво е това в багажника?!... Ваш ли е този автомат?

- Това е калкулатор, господин полицай.

Полицаят вади елка.

- Ето това е калкулатор!

- Старши, твоят е за предварителни, а този в багажника е за окончателни сметки.



Френски полицай пише описание на жена:

- "Очи черни, големи, изразителни, страстни, омагьосващи, излъчващи неутолимо желание, огън и чар... Едното липсва."



Немец:

- Кой ви научи да танцувате върху жаравата?

- Ами когато сме се заселили тук, кората на земята още не е била изстинала...



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



TICO # 4631602



- Продажба, покупка и ремонт на автомобили
- Над 60 автомобила 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:

Monday to Friday 9:30am- 5pm





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



Large variety of European products.
 Chocolates and cookies from Germany and Austria.
 Smoked and Fresh meat, Cheese, Homemade salads and fresh bread.
HOT MEALS: Schnitzels, Soups, Hamburgers, Goulash. Sausages, Fish, Ribs, Chicken, Potato Pancakes.



Bulgarian Flame Newspaper

Funded by the Government of Canada

Canada

Пламяк
 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

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 рекламоделите 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.

Четете
в Пламяк

онлайн:
www.bulgarianflame.com

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



Вази - ръчно нарисувани с акрилни бои. Добавила съм сухи цветя. Има покритие за предпазване от светлина и влага. Може да се почиства с влажна кърпа.

Можете да си ги купите от **Preston Gallery**

77 Brock St W, Uxbridge, (905) 550-8825

Автор: Вяра Димитрова, редактор в Пламяк