

**Твърде хубаво, за да е истина? Ново проучване показва, че хората отхвърлят безплатните и евтини сделки от страх от скрити разходи**

*(Too good to be true? New study shows people reject freebies and cheap deals for fear of hidden costs)*

**Автор:**

Андрю Вонаш  
- Старши преподавател по психология, University of Canterbury

**Декларация за оповестяване:**

Андрю Вонаш не работи, не консултира, не притежава акции и не получава финансиране от която и да е



компания или организация, която би се възползвала от тази статия, и не е разкрил никакви

съответни връзки извън тяхното академично назначение.

*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



**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**



Available  
Print & Online:  
**www.BulBiz.com**

# КОЛЕТИ ДО БЪЛГАРИЯ



# CHEAP PACKAGES TO BULGARIA

› SEND AT OUR REPRESENTATIVES [CA.MEEST.COM/OFFICES](https://CA.MEEST.COM/OFFICES)

› OR MAKE A NEW ACCOUNT AT MEEST PORTAL  
[CA.MEEST.COM/PORTAL](https://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

**TRANSAM CARRIERS INC.**  
HERE FOR THE LONG HAUL

**WE ARE HIRING**

**EXPERIENCED COMPANY DRIVERS A-Z**

**Our requirements:**

- two years of verifiable experience
- clean record
- eligible to cross the US border

**DRIVE WITH TRUST**

**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.

**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](https://transamcarriers.com/careers)

**COMPETITIVE PAY** **SIGN-ON BONUSES** **EQUAL OPPORTUNITY**  
**WORK-LIFE BALANCE** **HEALTH BENEFITS** **DENTAL BENEFITS**

**PET FRIENDLY**

**@TransamCarriers** **@Transam\_Carriers**

**ПРЕДЛАГАМЕ РАБОТА**

**FIERA FOODS COMPANY**  
OUR VISION IS CLEAR  
EXPECT ONLY THE BEST!

**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.

## Твърде хубаво, за да е истина? Ново проучване показва, че хората отхвърлят безплатните и евтини сделки от страх от скрити разходи

*(Too good to be true? New study shows people reject freebies and cheap deals for fear of hidden costs)*

<< *Прод. от стр.1*

В нашето ново изследване два пъти повече хора са били готови да изядат бисквитка когато не им е било предложено плащане, в сравнение с онези, когато е било.

**От чисто икономическа гледна точка констатациите ни отразяват нерационално вземане на решения. Обективно бисквитка плюс пари е по-добре от само бисквитка. Но хората не са чисто икономически. Те са социални същества със склонност да търсят скрити причини зад поведението на другите хора.**

В случай на прекалено щедри сделки, хората очакват „фантомна цена“ – такава, скрита в първоначалната оферта. И това очакване влияе върху решението им да приемат нещо или не.

Участниците в изследването, на които бе предложена безплатна бисквитка плюс плащане, смятаха, че може би бисквитките са отровени. Или може би някой ги е оплюл. Или са очаквали, че ще дължат услуга на

лицето, което раздава лакомствата, след като бисквитката бъде изядена.

Твърде хубаво, за да е истина

Нашето проучване на бисквитките бе само един от десетте експеримента, включващи 4,205 участници в Съединените щати и Иран.

Тествахме как фантомните разходи влияят върху избора на хората да приемат или отхвърлят прекалено щедри икономически предложения. Всяко проучване даде на хората оферта. Те трябваше да решат дали да приемат или не и след това да обяснят защо.

Едно проучване помоли участниците да си представят, че са шофьор на камион и търсят работа онлайн. Всички работни места бяха описани по един и същи начин, но ние варирахме в плащането. На хората, на които предлагаша нормалните US\$15 на час, бяха напълно готови да приемат работата.

На други се

предлагаше повече от нормалната заплата. Участниците в тази група си представиха фантомни разходи. И колкото по-висока заплата им беше предложена, толкова по-лоши разходи си представяха.

Когато се предлагат \$20 или \$25 на час, участниците си представят, че работата включва повече отговорности или по-упорита работа. Но те смятаха, че това си заслужава. Повечето хора предпочитат работа, която е платена малко повече от нормалното, въпреки очакванията за фантомни разходи.

Въпреки това, когато предложихме твърде много пари – над \$900 на час – повечето хора отказаха работата, която бяха готови да свършат за \$15.

Защо? Те си представяха много по-лоши фантомни разходи: шофиране за мафията, пренасяне на опасни радиоактивни отпадъци или контрабанда на наркотици през границата. Подозрително висока почасова ставка или надница може в крайна

сметка да отблъсне хората.

Подозрението е глобално

Повторихме този експеримент с различни работни места, различни нормални заплати и в различни държави.

Както в САЩ, така и в Иран, въпреки много различия в икономиката, хората показаха същия модел на подозрение и отхвърлиха много високите заплати. Единствената разлика бе, че в Иран очакваните заплати бяха по-ниски, така че заплатите не трябваше да са високи според американските стандарти, за да станат подозрителни.

Друг експеримент тества как фантомните разходи могат да повлияят на покупките на самолетни билети, включващи хипотетичен избор между три полета.

Един струва \$235, друг \$275. Когато третата опция бе \$205, повечето хора избраха нея. Ако обаче третият вариант бе \$15,

*Прод. на стр.5 >>*

## Твърде хубаво, за да е истина? Ново проучване показва, че хората отхвърлят безплатните и евтини сделки от страх от скрити разходи

*(Too good to be true? New study shows people reject freebies and cheap deals for fear of hidden costs)*

<< Прод. от стр.4

едва ли някой въобще избра най-евтиния полет. Те го отхвърлиха, защото си представяха ужасни фантомни разходи като терористи и самолетни катастрофи.

Въпреки това, когато посочихме причина за ниската цена – много неудобни седалки – повечето хора предпочетоха полета от \$15. Неудобните седалки обикновено не са повод за продажба с дискант. Но те обясниха ниската цена, така че хората не търсеха други, опасни обяснения.

Достатъчните обяснения за това, че нещо е много, премахват склонността на хората да си представят фантомни разходи.



Our research participants were more likely to accept a free cookie on top than a cookie and money.

Добра оферта, не подозрителна

Бизнесът е изправен пред балансиращ акт, когато става дума за предлагане на добра сделка на клиентите. От една страна, очакването

за фантомни разходи намалява интереса към офертата. От друга страна, чувствителните към цената потребители често търсят начини да получат най-добрата сделка.

За да избегнат клопките на фантомните разходи, фирмите трябва да съобщят причините да предложат особено добра сделка. „Празнична разпродажба“ или „разпродажба в края на сезона“ например може да обясни защо артикулите са намалени.

На пазара на труда

идентифицирането на „доброто представяне“ като причина за повишаване на заплатата на служителя може да избегне очакванията за скрити недостатъци – като например повишено натоварване.

Ясно е, че хората не са само заинтересовани икономически същества. Ние сме разумни, психологически същества, способни да разчитаме мотивите

на другите, за да се предпазим от предложения, които изглеждат твърде добри, за да са истина.

-----  
Статията е публикувана в The Conversation <https://theconversation.com/too-good-to-be-true-new-study-shows-people-reject-freebies-and-cheap-deals-for-fear-of-hidden-costs-238869>

## 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



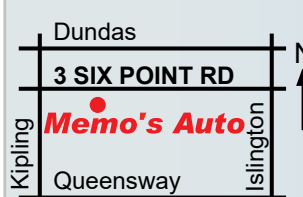
**3 Six Point Rd, Etobicoke**

(Срещу магазин "Карлово")

**Мехмед**

**416 239 4000**

memosauto@gmail.com



**С голяма радост и богоговение, най-сърдечно ви каним да отпразнуваме храмовия ни празник в чест на Преподобни Свети Йоан Рилски Чудотворец на 19 Октомври (Събота), 2024.**

Уважаеми членове и енорияши на Българската Православна Църква „Свети Йоан Рилски“ в Ниагара Фолс, както и приятели и радатели на българското общество в Ниагара, С голяма радост и богоговение, най-сърдечно ви каним да отпразнуваме храмовия ни празник в чест на Преподобни Свети Йоан Рилски Чудотворец на 19 Октомври (Събота), 2024. Много сме щастливи и развълнувани да обявим, че Негово Високопреосвященство Йосиф,

Митрополит на САЩ, Канада и Австралия ще ни удостои с честта да присъства и да благослови нашият храмов празник и енорията ни.

ПРОГРАМА на Църковните служби и празнични събития:

**Събота, 19 Октомври, 2024:**

· 10:30 ч. – Утреня и Празнична Света Литургия по случай празника на Преподобни Свети Йоан Рилски Чудотворец  
· 13:00 ч. – Благословяне празничната

трапеза и начало на веселата част

· 19:00 ч. – Вечерня

**Неделя, 20 Октомври, 2024:**

· 10:30 ч. – Утреня и Празнична Света

Литургия

· 12:00 ч. – Раздумки на кафе и сладки

Важни уточнения:

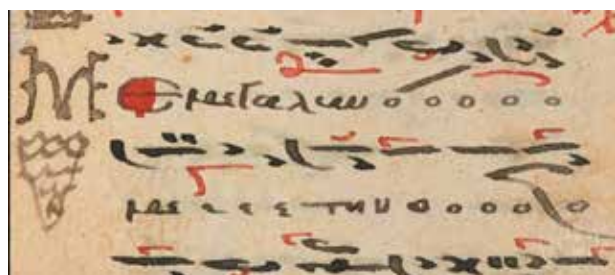
СПЕШНО ИМАМЕ НУЖДА ОТ ДОБРОВОЛЦИ, КОИТО ДА СЕ ВКЛЮЧАТ В ЦЯЛОСТНАТА ОРГАНИЗАЦИЯ НА ХРАМОВИЯ НИ ПРАЗНИК. МОЛЯ, СВЪРЖЕТЕ СЕ

С НАС ВЪЗМОЖНО НАЙ-СКОРО И БЛАГОДАРИМ!

ВЕСЕЛАТА ЧАСТ: Музика, песни и танци – български и интернационални. Менюто, с цена \$15 за порция, включва 2 кебапчета, картофена салата, зелена салата, лютеница и питка. Ще имате възможност да закупите баница (1\$), баклава (6 бр. за 5\$) и пица за децата (5\$). Всеки може да донесе, при желание, напитки по свой избор.

## БЪЛГАРИЯ

### Софийската света митрополия организира курс по източноцърковно пеене



Източник: Българска Патриаршия (<https://www.bg-patriarshia.bg>)  
Автор: Софийска света митрополия

С благословието на Негово Светейшество Софийския митрополит и Български патриарх Даниил Софийската света митрополия организира **КУРС ПО ИЗТОЧНОЦЪРКОВНО ПЕЕНЕ**. Уроците ще се провеждат всеки четвъртък от 18:30 до 20:30 ч. в две групи:

– за мъже, с преподавател Константин Фотопулос в зала „Екзарх Стефан“ в сградата на Софийската св. митрополия;  
– за жени, с преподавател Мария Василева в залата на епархийския център (площад „Св. Неделя“ № 16, ет. 2). Курсът предвижда и час по Църковнославянски език, който ще се провежда всеки вторник от 18:30 ч. в залата на

епархийския център (площад „Св. Неделя“ № 16, ет. 2). Курсът е безплатен. За записване: Мария Василева, телефон: 0876 885 889

### 15 октомври 2024 г. - Преп. Евтимий Нови



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

За преподобни Евтимий Нови узнаваме от службата в Минея. Не са известни подробности: кога се е родил и в кои години се е подвизавал. Той бил благочестив човек. Прекарвал живота си в честно

съпружество.

По едно време душата му така се разплакала по Бога, че оставил света и неговите съблазни и заживял в пустиня по примера на древните пустинножители – в непрестанна молитва, в пост и труд.

Големите му подвизи удивили ангелите. Изплашили демоните. Монасите от околните места го избрали за началник и учител.

### ЧАСТНА И ОБЩЕСТВЕНА МОЛИТВА

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

Когато човек се моли за своите лични нужди насаме, молитвата му е **частна**. Но човек не живее сам, нито пък само за себе си. Той има свои близки; живее в общество, свързан е със семейството и народа си, с цялото човечество.

Всички люде образуват едно духовно семейство. Те имат не само лични, но и общи социални, народни и международни нужди. И както децата в едно семейство в някои случаи се явяват

*Прод. на стр. 7 >>*

всички дружно пред родителите си, за да им изразят някоя обща молба или да им засвидетелстват своята синовна обич и преданост, така и ние в нашия религиозен живот чувстваме потребност да се съберем и заедно да отправим към Бога обща просба или с една уста и едно сърце да Го славословим. В такива случаи молитвата е **обща**. Общите молитви ние отправяме към Бога в храма, при общественото богослужение.

## ХРАМ

Храмът е сградата за обществено богослужение. Той се нарича още и **църква**, което ще рече събрание.

Бог, наистина, е навсякъде, но Той проявява по-особено Своите благодатни сили в места, които са Нему посветени (Второзак. 12:5, 11; 3 Цар. 8:29; 2 Пар. 5:13; 7:1). А такива места са храмовете. Храмът, следователно, е **дом Божии** (3 Цар. 9:10; Ис. 56:7; Мат. 21:13), **Божие обиталище** (3 Цар. 8:30).

Затова храмовете се отличават от другите сгради както по своята архитектура, така и по своята вътрешна уредба и украса.

Храмът е тъй устроен, че да напомня за Бога и да извиква у нас молитвено разположение.

**Иван Лечев разказа за падането на Кирил Маричков от сцената в Селановци, при което загина легендарният музикант**

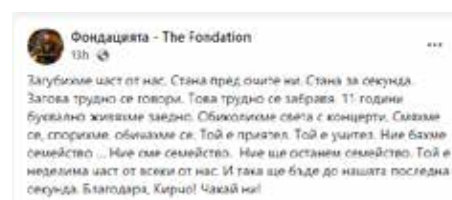


“Накратко казано Кирил просто падна от сцената. Ние всички си мислим, че той получи нещо всъщност, защото начинът, по който падна беше без никакъв жест на самосъхранение. По принцип човек, който тръгва да пада отнякъде, ще протегне ръце да се запази, ще направи нещо. А той просто падна». Така китаристът и член на «Фондацията» Иван Лечев описа пред bTV инцидента, станал снощи на 11 октомври във врачанското село Селановци, при който загина легендарният музикант Кирил Маричков от “Щурците”.

Сигналът на тел.

112 е бил подаден около 18.45 часа. Музикантите от «Фондацията» са били специални гости за откриването на традиционния фестивал «Кукурузени усмивки», провеждан като част от събора на Селановци. Екипът на Спешна помощ е пристигнал от Оряхово за 7 минути, но лекарите не успяват да спасят живота на Маричков и той издъхва в линейката.

“Аз не съм спал цяла нощ да мисля какво можехме да направим. Всички бяхме наоколо, но никой от нас не беше достатъчно близо да може някак да го задържи, да го поеме. Той падна на земята буквално на лицето си от височина от метър и половина от сцената с целия си ръст. Никой не може да оживее от такова нещо. Душата ми се къса, но никой не беше достатъчно близо, за да направи каквото и да било”, добави Иван Лечев.



По думите му преди концерта Кирил Маричков е бил добре. “Точно преди това да се случи, аз отидох до колата си, за да

си взема нещо, а той говореше с Дони. След което всички казаха, че Кирил се спънал в едни калъфи от моите инструменти и оттам е тръгнал към далечния край на сцената по неясни причини. И там е паднал. Аз всъщност не видях самото падане, аз го видях вече паднал. Каквото и да ни стане ясно, няма да го върне. А това е огромна загуба за цялото ни общество и за цялата ни музика. И като личност, и като музикант, Кирил беше един изключително голям човек», скърби китаристът на ФСБ. Според Лечев през годината Маричков е имал няколко подобни инцидента.

“Говорихме, че може би вече е време да слезе от сцената, но той искаше да е на сцената. Това му е животът, това му е призванието. И за съжаление точно на сцената се случи да загуби живота си”, каза още Иван Лечев. Той добави, че много е обичал Кирил Маричков, с когото бил свързан от детските си години. “Загубихме един голям човек. Мога да кажа, че го обичах.

Аз съм свързан с него от малък, защото неговият вуйчо беше най-добрият приятел на моя баща. И през годините, освен че свиряхме заедно,

сме имали безкрайни разговори, в които съм научил много от него. Аз още не мога да асимилирам, че говоря за него в минало време”, завърши Лечев.

**Българин глобен с 14,000 евро за опит да изнесе от Турция 1.2 тона бели миди**



Властите в Турция са наложили глоба в размер на близо 14,000 евро на българин, опитал да изнесе от Турция 1.2 тона бели миди, събщи Главната дирекция по рибарството и ловните въпроси към турското министерство на земеделието и горите.

В съобщението, публикувано в профила на дирекцията в социалната мрежа “X”, се посочва, че

български гражданин е глобен с 524,960 турски лири (13,977 евро) заради опит да изнесе нелегално от страната 1,210 кг живи бели миди.

Както мидите, така и автомобилът са конфискувани от турските власти, допълва БТА.

**Двама румънци бяха задържани с 13 килограма злато на ГКПП Капитан Андреево**



/Снимка: Агенция «Митници»/

Двама румънци опитали да пренесат златни кюлчета с тегло 13 килограма през ГКПП



**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



**Четете вестник Пламяк онлайн:**  
[www.bulgarianflame.com](http://www.bulgarianflame.com)



Капитан Андреево  
двама румънци.  
Недекларираното  
злато, на стойност  
близо 2 милиона  
лева, е било скрито в  
колани около кръста  
на чужденците,  
които бяха хванати  
от митническите  
служители.

Двамата румънци през  
България към Турция  
с лек автомобил,  
когато били спрени за  
митническа проверка.  
При извършен личен  
преглед на двамата  
мъже се установило, че  
плочки от жълт метал  
с правоъгълна форма  
са скрити в поставени  
на кръста ластични  
колани, с пришити към

тях джобове. Според  
извършената от вещото  
лице експертиза  
откритите изделия  
се оказали кюлчета  
от инвестиционно  
24-каратово злато,  
съобщиха от Агенция  
«Митници».

В единия от коланите  
са били укрити 6  
кюлчета с общо тегло  
**6,000 грама, а в  
другия - 7 кюлчета с  
тегло 7,000 грама.**  
Контрабандно  
пренасяното злато е  
на стойност 1,959,620  
лева и е задържано от  
българските власти.

**„Време“**



Автор: Петя Дубарова

Текат минути, часове и  
дни  
в безспирен бяг  
безследно отлетели.  
Как страшно в тези  
четири стени  
ти блъскаш своите  
мисли посивели.

И чакаш някого. Но  
идва ден,  
когато по пътеки  
осветени,  
от блясъка на слънце

озарен,  
с изопнати от дъжд  
прохладни вени  
ще спреш за миг  
внезапно покосен  
от мисъл: Младостта е  
изживяна,  
и как ли ще признаеш  
ужасен  
пред себе си, че тя е  
пропиляна.

И истински все още  
неживял,  
денят ти сив отмерва  
пулс последен.  
И времето ще  
сграбчиш ти без жал  
със трескави ръце и  
ужас леден.  
Към слънцето с  
пресъхнали очи,  
съсипан, прежаднял ще  
се катериш.

*Прод. на стр.10 >>*

# Stroganoff Restaurant



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

Подходящ е за групи, деца, партита  
Обяд, вечеря, алкохолни напитки

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



**Walk-In | Patio | Take Out | Catering**

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

**(905) 780-7575**

Major Mackenzie Dr  
/ Just East of Bathurst

&lt;&lt; Прод. от стр.9

Но слънцето жестоко ще мълчи  
и нищо ново няма да намериш,  
защото си съвсем обикновен човек  
на средна възраст. Много скоро  
е може би и онзи страшен ден,  
когато смърт очите ще затвори.  
Ще върнеш ли, дали ще върнеш пак  
загубеното, вече пропиляно?!  
На карта ще залагаш, светъл бряг  
ще търсиш, но във тебе като рана  
ще пари мисълта, че две неща  
не можеш никога да си възвърнеш:  
Живота да избавиш от смъртта  
и времето назад да върнеш!

Изтича песента като вода!

Но времето остава нейна стража.  
Дотука спира моята следа,  
а имах толкоз много да ви кажа.“

„Надежда“  
На баща ми



Автор: ИВАЙЛО ДИМАНОВ

Добрите хора си отиват рано,  
а лошите остават на банкет.  
Животът е лотария с награди,  
но кой е печелившия билет?

Добрите хора вечно са самотни,  
а лошите живеят на стада...  
Човек привиква някак неохотно  
да казва “Не”, когато мисли “Да”.

Добрите хора страдат от невроза,  
а лошите са с нерви от въже.  
Отдавна Хамлет е решил въпроса -  
“Бъди злодей, за да не ти е зле!”

Добрите хора падат първи в боя,  
а лошите отзад крещат: “Ура!”

Нима пред Ботев имаше завои  
с облаги от народната софра?

Добрите хора пеят тъжни песни,  
а лошите - тържествен дитирамб!  
Животът е прекрасен, но нелесен,  
когато нямаш сигурен гарант...

Добрите хора вярват във Доброто,  
а лошите разчитат на късмет.  
Но днеска за победа срещу злото,  
не е достатъчно да си поет!

Разправят, че добрите ще изчезнат,  
разпънати от своята доброта.  
Но аз живея с искрена надежда,  
Доброто надживява и смъртта!

„ДОБЪР ВЕЧЕР, Г-ЖО ТЪГА!“



Автор: ИВАЙЛО ДИМАНОВ

„Любовта е вечност!“  
Франсоаз Саган  
За какво ми е скучно безсмъртие?  
Искам да бъда обичан тук и сега.  
Ала късметът ми – взели го мътните.  
Добър вечер, госпожо Тъга!  
Уморих се да търся принцесата. Няма я.  
Е, и аз не съм знатният шейх на Катар.  
А душата ми сякаш Самарското знаме е.  
Има повече кръпки от дрипав клошар...  
Ще я дам в антикварен бутик срещу Лувъра  
за бутилка бордо със Саган. *Прод. на стр.11 >>*

<< *Прод. от стр.10*

Цяла вечер на „Place L Etoile  
ще танцувам,  
уморен от любов и тъга...  
В полунощ ще взривим  
Триумфалната арка,  
с декадентски тротил от  
Бодлер...  
Любовта е цигара, сърцето –  
угарка.  
Няма я вечната обич, ма  
шер!  
Вероятно е вечен единствен  
стремежът  
към безсмъртния, свят  
благослов.  
Франсоаз, целуни ме, тъй  
както умееш.  
Добър вечер, госпожо  
Любов!  
Ей, ако срещнете мойта  
принцеса,  
позвънете ми, моля, на всяка  
цена!  
Давам ви целия свят на  
концесия...  
Добър вечер, госпожо Тъга!“

**Happy Thanksgiving! Enjoy quality time with Family & Friends! Cheers!**



**100%**

**SOLD**

**20г.**

**ОПИТ**

**1%**

**КОМ.**



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



**BLACK SEA GOLD**  
**POMORIE**

LCBO  
#278317



**Available October 19<sup>th</sup> at select LCBO locations**

Demetra Vino Prospera Inc. • [www.bsgold.bg](http://www.bsgold.bg) • [office@demetravp.ca](mailto:office@demetravp.ca)

&lt;&lt; Прод. от стр.11

**Французин постави в Испания нов рекорд за смъртоносно гмуркане от 44.3 метра**



Французинът Ком Жирардо постави нов световен рекорд по смъртоносно гмуркане, след като скочи от височина **44.3 метра на водопада Ла Цимбара** в централна Испания.

22-годишният французин скочи от 44-метровата скала на водопада **La Cimbarrilla** близо до централния испански град Алдеакемада при силен вятър. След трисекунден «полет» Жирардо се гмурна във водата с ръце и крака със скорост от 106 километра в час, предава Suffer Today.

„Най-трудното винаги е преодоляването на психическата бариера в началото“, каза Жирардо. „В скока времето за ефир бе много по-голямо, отколкото очаквах, и изпитах най-големия си адреналин!“ Новият световен рекордьор по смъртоносно гмуркане от Бордо получи помощ от дузина свои

колеги състезатели на *Døds Diving World Tour*. Те се погрижиха за подготвителните етапи и се увериха, че опитът е извършен по безопасен начин. „**Ние сме голяма група приятели**“, казаха Кен Сторнс от Норвегия и Люсиен Шарлон от Швейцария, които бяха на служба като спасители. Сторнс постави световния рекорд от 40.5 метра през декември 2023 г., а Шарлон го подобри до 41.7 метра през август 2024 г.

### **Døds Diving** се роди в **Норвегия**

„Гмуркането Døds“, което означава „смърт“ на норвежки, произлиза от Норвегия от Ерлинг Бруно Ховден през 1969 г. и е висока дисциплина за гмуркане. Различава се от варианта за високо гмуркане, при който обикновено краката първи удрят повърхността на водата, като ръцете и краката се потапят едновременно.



Смъртното гмуркане има две основни части: класически и свободен

стил.

При класическото гмуркане на døds състезателите скачат от платформа и разтварят широко ръцете и краката си, летейки хоризонтално към водата, без да правят обръщания или завъртания.

Точно преди да ударят водата, те се прибират в свита позиция (като поза на зародиш), за да намалят удара и да избегнат нараняване.

Те обикновено се приземяват с краката и ръцете или коленете и лактите, удрящи първи водата.

Гмуркането се оценява въз основа на фактори като скорост, време прекарано във въздуха, колко сложно е гмуркането, колко време остават в разширената поза преди да се приберат, колко добре затварят гмуркането си и размера на пръскането, което правят при удара във водата.

В свободния стил, по време на скока, маневрите при гмуркането на døds са подобни на трикове, изпълнявани в сноуборд или скейтборд, за разлика от високо гмуркане, чиито трудности са по-сравними с тези в гимнастиката.

**Пътник на EasyJet бе арестуван за „неправилно“ качване на борда на полет от Манчестър до Милано**



Мъж бе арестуван, след като се качи на неправилен полет от летище Манчестър. Полицията в Манчестър съобщи, че служителите са получили сигнали от самолет, който е трябвало да излети от пистата за Милано. Въпреки че не разполагал с правилните документи, пътникът се качи на полета на EasyJet от летище Манчестър около 19:00 часа, предаде GBN. Вследствие на това мъжът - на около 20 години - бе арестуван по подозрение, че се е „укрил с цел да бъде превозен в самолет без съгласие и умишлено или по непредпазливост причинява безпокойство на обществото, след като се е върнал на терминала», според полицейските доклади.

Прод. на стр.13 >>

&lt;&lt; Прод. от стр.12

Потвърдено е, че на борда на самолета не е открито нищо подозрително и че арестът не е свързан с тероризъм. Авиокомпанията обаче каза, че нейният полет EZY2127 е имал допълнителни проверки за сигурност в допълнение към стандартната си процедура „поради неправилно качване на пътник на полета“.

Авиокомпанията каза: „Безопасността и сигурността са нашият най-висок приоритет и затова сега ще работим с наземния ни партньор на летище Манчестър, за да разберем как той е успял да се качи на полета.“

Летище Манчестър каза, че лицето е било „надлежно проверено“ от охраната, „така че безопасността на пътниците никога не е била проблем“.

**Видеонаблюдение засне коала, която небрежно върви през гарата, за да „хване“ влака**



Коала е заснета небрежно да се разхожда из гара в Сидни и да чака търпеливо на платформа за влак. Коалата се промъкна през оградата на гара Casula малко след 4.15 сутринта на 4 октомври, като видеонаблюдението проследило животното докато си проправя път през гарата до платформа, където стои опасно над жълтата линия на ръба, предава The Independent.



**Transport for NW сподели кадрите на страницата си във Facebook**, казвайки: „Този непоносимо сладък пътник се качи на перона на гара Casula миналата седмица. По време на самостоятелна

обиколка на гарата, pazач на влака уведоми Центъра за контрол на сигурността и пристигащите влакове бяха предупредени да намалят скоростта, когато преминават през района.

„С напътствията на някои полицейски служители от Нов Южен Уелс, коалата намери своя път обратно в храсталака жива и здрава.“

**Актьорът Киану Рийвс финишира 25-ти в състезателен дебют на рали**



Професионалният дебют на холивудската звезда Киану Рийвс в автомобилни състезания бе пълен със събития за актьора от «The Matrix», предава ABC News. Рийвс завъртя колата си на малко повече от половината от 45-минутното състезание на известната писта **Indianapolis Motor Speedway**, плъзгайки

се по тревата на изхода от завой 9 с оставащи 21 минути.

Рийвс достигна до 21-во място и успешно избегна катастрофа в първата обиколка в завой 14. Киану Рийвс финишира **25-ти**.



60-годишният Рийвс се състезава в Индианаполис в Toyota GR Supra, състезателна серия на Toyota със специални състезания и поддържаща серия за състезанието за спортни автомобили Indy 8 Hour. Киану кара кола № 92 BRZRKR, която рекламира графичния му роман „**The Book of Elsewhere**“. Той е съотборник с Коди Джоунс от «Pude Perfect“.

Рийвс има предишни състезания като бивш участник в Toyota **Grand Prix** на Лонг Бийч в състезанието за знаменитости. Рийвс спечели събитието през 2009 г.

# Четете вестник Пламяк онлайн:

[www.bulgarianflame.com](http://www.bulgarianflame.com)

## Как да се погрижим за красотата си през есента



ТЯ.bg

Есента е най-подходящият сезон за възстановяване на красотата на нашата кожа, коса, нокти и т.н. В резултат на понякога твърде щедрите слънчеви лъчи през цялото лято организъмът ни е бил подложен и на силен стрес. Как да отстраним нанесените вреди и да се подготвим за студа?

Смяната на сезоните предизвиква у много хора проблеми, свързани с кожата – тя се зачервява, става по-чувствителна и раздразнена. И разбира се, обезводнена от лятото.

Ето защо вие задължително трябва да извършите следните процедури:

### 1. Подхранване на кожата

Вашата задача е да се погрижите за кожата на цялото тяло – започвайки от лицето и завършвайки с ходилата. След взимането на душ или вана нанесете с масажни движения върху кожата подхранващ крем. Не

бързайте – отделяйте внимание на всеки един участък от кожата. След това се посветете на грижи за лицето. Вероятно през лятото кожата там е станала по-чувствителна и вие се нуждаете от друг крем за лице. Не правете икономии и си купете крем, който ще удовлетвори потребностите на кожата от влага и питателни вещества. Кремът с розово масло ще успокои чувствителната и суха кожа, а кремът, съдържащ термална вода, ще премахне зачервяването и кожното раздразнение. Много полезни са и различните маски за лице. Особено тези, които съдържат мед. Медът притежава уникални свойства: не само освежава кожата, но и възвръща нейната мекота и гладкост. Не трябва да се забравя, че тези маски могат да се използват от хората, които не страдат от алергия към меда.

### 2. Грижи за устните

Кожата на устните е много тънка и чувствителна. Тя изсъхва лесно под въздействието на слънцето и вятъра и затова по време на прехода от лятната горещина към есенния студ тя се нуждае от особени грижи. В никакъв случай не ближете устните си – така те ще се обезводняват още по-лесно. Възползвайте

се от балсама за възстановяване на кожата на устните, който се нанася преди сън. Ако имате възможност, откажете се от използването на трайните червила. Употребявайте гланц за устни, който не изсушава кожата.

### 3. Грижи за лицето и кожата

Редовно си правете пилинг на лицето и тялото. Той ще ви помогне да премахнете загрубелия през лятото слой кожа. Подходящи са пилинг маските с екстракт от зелен чай, които възвръщат на кожата нейния жизнен блясък и гладкост.

### 4. Използвайте ароматични масла за кожа.

Ароматичните масла ще възстановят красотата на кожата ви за минимален срок. Камелията и лавандулата са идеални за чувствителната и раздразнена кожа.

### 5. Грижи за косата

Снабдете се с козметични средства, съдържащи протеини – те ще помогнат за възстановяването на косата след летните горещини. Използвайте шампоани и маски за коса, съдържащи ароматични масла – те са полезни както за косата, така и за кожата.

### 6. Защитете ръцете си.

Ако през лятото кожата

на ръцете ви е станала суха и се бели, вие трябва да проведете интензивен курс за нейното възстановяване. Няколко пъти преди сън обилно намазвайте ръцете си с подхранващ крем и си поставяйте памучни ръкавици.

### Храните, които изгарят мазнините



здраве.bg

Някои продукти доказано не само не прибавят допълнителни килограми, но и благодарение на някои специфични свойства изгарят излишните мазнини. И все повече изследвания сочат, че присъствието на повече количества от тези храни е един от най-ефективните и трайни начини за намаляване и регулиране на теглото.

### Грейпфрут

Някои изследвания показват, че редовното консумиране на половин грейпфрут или 150 г сок от плода по време на всяко хранене може да намали теглото ни за 2 седмици с до 2 кг. Грейпфрутът понижава нивото на инсулина и това намалява желанието за ядене. Естествено е, че колкото по-малко ни се

яде, толкова по-малко калории натрупваме и повече изразходваме натрупаните като по този начин намаляваме и теглото си.

Ако не обичате грейпфрут, можете да смесвате изцеденият от него сок със сок от портокал или лимон, което допълнително ще укрепи вашият имунитет.

### Зелен чай

За това растение не само се предполага, че предотвратява образуването на ракови клетки и помага за предотвратяването на сърдечно-съдови заболявания (науката все още търси доказателства за това), но и влияе благоприятно върху метаболизма в организма.

Смята се, че с изпиването на 5 чаши зелен чай могат да бъдат изгорени 70-80 калории.

### Пикантната храна

Обичате ли пикантна храна? За вас това може да е новост, но пикантните подправки помагат за стопяването на мазнините, като предизвикват потене и увеличават скоростта на сърцебиене, с което се ускорява метаболизма. Но, ако обичате пикантните чипсове и пикантната печена храна, едва ли ще успеете да се освободите от допълнителните килограми.

### Обезмаслени млечни продукти

Тези продукти не само снабдяват нашия организъм с калций, но и увеличават производството на витамин Д, който буквално заставя клетките да изгарят повече мазнини. Задължително включете тези продукти във вашата диета.

### Вода

Ако приемате недостатъчно количество вода, ще ви е доста трудно да отслабнете. Недостигът на течности в организма забавя метаболизма, води до намаляване нивото на глюкозата в кръвта, до отпадналост и предизвиква главоболие.

### Канела

Изследванията показват, че четвърт чаена лъжичка канела, приемана с храната, помага за по-ефективното усвояване на захарта и намалява нивото на захар в кръвта. Тя може да се използва вместо захар, тъй като има естествен сладък вкус.

### Храна, богата на белтъци

Белтъците са необходима основа за образуването на мускулна маса, а както е известно, колкото повече мускулна маса има организма, толкова

повече мазнини може да изгори - дори в състояние на покой. Още повече че за усвояването на белтъците ние изхабяваме повече калории, отколкото за усвояването на мазнините и въглехидратите. Най-добрите източници на протеини са бялото пилешко и пуешкото месо, рибата.

### Защо, колко и какви течности да прием



*здраве.bg*

Най-честият съвет за количеството вода, което трябва да прием всеки ден, е 1,5-2 литра. Но на практика това количество включва всички течности, не само водата.

Всъщност общовалидното правило за количеството е просто. С него може да се справи всеки - 40 мл течности на всеки килограм телесно тегло. Т.е. човек с тегло около 60 кг трябва да изпива всеки ден по 2,4 литра течности – не повече, но и не по-малко.

Оттук нататък обаче започват условностите и преодоляването на

битуващите погрешни схващания. Например - това че през лятото заради горещините губим голямо количество влага през кожата и за поддържане на водно-солевия баланс трябва да прием колкото се може повече вода, е заблуда или, ако го кажем по-мекко, правилото е твърде абсолютно, за да може да бъде наречено вярно.

**В резултат на наложения стереотип и множество публикации повечето от нас страдат от вредния навик – през лятото да пият повече течности отколкото през другото време от годината.**

Да – в топло време тялото е особено чувствително към нарушаването на водния баланс, но е задължително да се прави разлика между жаждата и желанието за пиене. Такава наистина има и тя е голяма! Чувството за жажда е сигнал на организма, а желанието за пиене често е свързано с неосъзнат импулс за потребност, която понякога вреди на организма.

**А ако прекалим...** Отоците под очите сутрин и вечер, продължителната и възникваща от най-малкото течение хрема, повишената секреция на мастните жлези в кожата на главата (поради която ни се иска да си мием косата

*Прод. на стр.16 >>*

<< **Прод. от стр.15**

не само всеки ден, а дори два пъти дневно), главоболието при най-малките промени в температурата, достатъчно дългата менструация (до 7 дни) при не много продължителен цикъл (21-23 дни) – всичко това са признаци за наднормено количество течности в организма.

Според специалистите, хората твърде малко се замислят за изпитите количества течности. По-голямата част от деня е съпроводена с поемането на кафета, чайове и сокове.

**Топлите напитки** са безполезни, особено през лятото. Те притежават диуретични

свойства, т.е. с тях едва ли можем да преборим жаждата.

**Газираните напитки** също не разрешават проблема - те само увреждат лигавицата на стомаха и червата, а и повечето съдържат значителни количества захар или подсладители, т.е. предизвикват жажда.

В доста от **минералните води** се съдържат много соли, които задържат влагата в организма и поради това в някои случаи могат дори да предизвикат отоци.

Подходящо решение за справяне с жаждата и набавяне на достатъчно течности (освен водата) е да се пият

сокове, но не тези, които се предлагат в магазините, а прясно изцедени. Първите съдържат консерванти, а и повечето от тях – подсладители.

Най-разпространеният начин за производството на сок е т.нар. концентрация. В процеса под въздействието на високата температура се разрушават до 50% от витамин С, изпарява се част от ароматичните вещества, а някои аминокиселини и въглехидрати влизат в реакция и променят своята структура. Така полученият сок често се разрежда с вода, захар, лимонена киселина,

ароматизатори, консерванти.

За разлика от тях, **прясно изцедените сокове** са богати на микроелементи и витамини. Те не само добре утоляват жаждата, но и притежават допълнителни свойства. Например:

- сокът от боровинки и други горски плодове помага при физическа и психическа умора.
- сокът от моркови стимулира обмяната на веществата. Соковете от портокал, лимон и грейпфрут помагат за справяне с проблемите, свързани с концентрацията на вниманието.
- сокът от ябълки способства за запазване

## 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

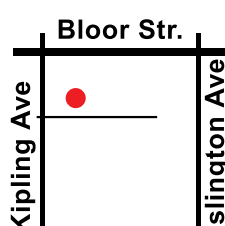
Owned and Operated by the Jelenic Family

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

www.thesweetgallery.com

@thesweetgallerycafe

@thesweetgallerycafe



**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. Proosphora 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*

на ясният ум и в напреднала възраст. Веществата, съдържащи се в него, са способни да защитават мозъчните клетки от оксидантния стрес, който води до влошаване и загуба на паметта и намаляване на интелекта.

- Зеленчуковите сокове са своеобразна панацея за тези, които страдат от пролетно-летни алергии. Особено ефективни са соковете от зеле и картофи.

Всички диетолози са единодушни, че който и сок да изберете, всекидневната употреба на една чаша може да удължи живота ви средно с 3-4 години.

**Компресът – как да го****използваме правилно***здраве.bg*

Компресът е най-разпространеното средство за лечение при удар, синини, главоболие и други заболявания. Но не всички, които го използват, знаят, че и тази безобидна на пръв поглед процедура има противопоказания и правила за изпълнение.

**Най-разпространеният вид компрес е затоплящият,** който има за цел да помогне за съхраняване на топлината в човешкото тяло. Той способства за разширяването на кръвоносните съдове, подобрява притока на кръв към кожата и към органите, разположени под мястото на компреса, възпалителният процес преминава и болката изчезва. Превръзката може да се намокри с топла вода (често се използват спирт или някакво алкохолно питие) или лекарствен разтвор. Когато тя изсъхне, компресът трябва да се свали (обикновено след 6-10 часа). Преди да се постави нов компрес кожата трябва да се промие с топла вода, а върху затопленото място да се постави суха превръзка.

**Ако топлината засилва болката,** предизвикана от възпаление, компресът трябва веднага да се махне. Затоплящ компрес може да се прави например на гърдите при кашлица, в областта на шията при лимфаденит и около ушите – при отит.

**При висока температура** се използват физическите методи на охлаждане – болният се намазва с вода или оцет - с изпаряването на течностите температурата се понижава. Това може да се постигне и с всеки продукт, изваден от фризера и обвит в кърпа, който се поставя върху болното място.

**За да се разсеят местните възпалителни огнища** или други такива при мигрени, предизвикани от спазми на главния мозък, колики (чревни и бъбречни), болки в ставите и при неврити се прилагат горещи компреси. Под въздействието на топлината си извършва прилив на кръв, което създава болкоуспокояващ ефект.

**VIN**  
DE GARAGE



**ORDER A BATCH OF  
20 LITRES OF MERLOT ARGENTINA  
FOR \$79**

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*

&lt;&lt; Прод. от стр.18

Намокнете кърпа в гореща вода, изцедете я добре и я поставете върху болното място. Върху нея може да поставите грейка или вълнена материя. Сменяйте компреса на всеки 10-15 минути.

**Компреси не трябва да се правят при:** кожни и сърдечно-съдови заболявания, при атеросклероза, тромбофлебит, варикозно разширение на вените.

Компресите са противопоказани и за болните от туберкулоза в активна фаза и при други инфекциозни

заболявания.

### Медени пилешки крилца



Рецептата е публикувана в *dieti.info*

#### Необходими продукти:

1 кг пилешки крилца  
1 ч.л. мед  
4 скилидки чесън  
1/2 ч.л. кетчуп  
2-3 с.л. соев сос

1-2 с.л. олио  
1/2 ч.л. джинджирил

#### Начин на приготвяне:

Смесете меда, счуканите скилидки чесън, соевия сос, олиото, кетчупа и джинджирила и в получената смес потопете пречупените по ставите крилца. Покрийте съда с капак и оставете крилцата да престоят така 3-4 часа. Сложете в тава и ги изпечете до готовност, като ги поливате периодично с маринатата.

**Кухня:** българска  
**Основни**

**продукти:** пилешко месо

**Начин на приготвяне:** печена  
**Време за приготвяне:** 60 - 120 минути

#### Мешана салата



Рецептата е публикувана в *dieti.info*

**Необходими продукти:**

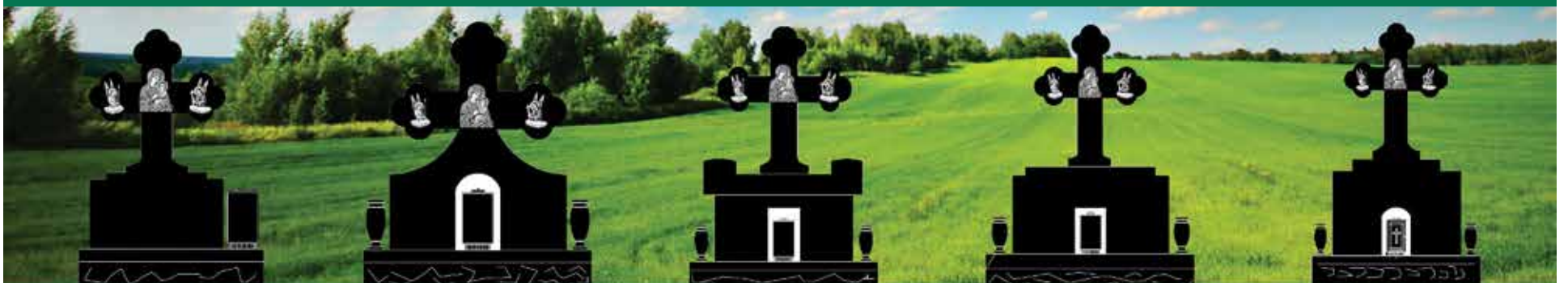
# ПАМЕТНИЦИ НА ДОБРИ ЦЕНИ



## 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](mailto:mark@memorialgalleries.ca)

[www.memorialgalleries.ca](http://www.memorialgalleries.ca)

<< **Прод. от стр.19**

2 стръка зелен лук (или сезона)  
1 малка глава - според 1/2 връзка магданоз  
сезона) олио  
1-2 краставици оцет  
3-4 домата сол  
2-3 чушки (печени ли сурови)  
5-6 репички (според

**Вродена ли е религията в природата на човек**

здраве.bg

Религиозността е вродено чувство, твърди статия в списание New Scientist, базирайки се на най-нови изследвания, проведени през последните няколко години.

“Човешкият мозък без всякакво усилие сътворява цял свят от въображаеми същества – духове, богове и чудовища и колкото по-неуверени сме в себе си, толкова по-трудно можем да се противопоставяме на това изкушение”, пише авторът на публикацията Майкъл Брукс.

Според една от най-широко разпространените днес хипотези, религията

се е появила в резултат на естествения подбор - вярващите са по-добре приспособени към живота и съответно по-често предават гените си, защото създават потомство.

Психолозите смята, че именно общите вярвания са помогнали на хората да живеят в сплотени групи, да ловуват заедно, да се грижат за децата си, а по този начин се е повишавал техният шанс да оцелеят при естествения подбор.

Според други учени обаче, вярата в задгробния живот и другите подобни убеждения едва ли помагат за оцеляването и продължаването на рода в суровата реалност. Антропологът Скот Етрен от Университета на Мичиган и неговите колеги издигат алтернативна версия - че религията е “органичен страничен ефект на човешкото мислене”.

**Начин на приготвяне:** Измийте, почистете и нарежете зеленчуците на едро. Разбъркайте ги, като добавите подправките и осолите на вкус.

“Петмесечното бебе вече различава живите същества от неодушевените предмети. Затова ако една кутийка се мести от само себе си, детето се учудва”, отбелязва авторът на статията.

Поверието, че по време на сън, транс или друго особено състояние душата може да напусне тялото, е разпространено практически във всички части на света.

Всяко второ 4-годишно дете си има въображаем приятел, а възрастните мислено общуват с покойните си роднини или измислените си възлюбени, коментира Брукс.

За естествения подбор това е плюс – такава способност помага за човешкото съществуване в обърканата социална йерархия и за предусещането на неизвестните врагове. На нея се опира и вярата

**Кухня:** българска  
**Основни продукти:** зеленчуци  
**Начин на приготвяне:** без термична обработка  
**Време за приготвяне:** 5 - 10 минути

в това, че душата може да се отдели от тялото и да живее след неговата смърт. “А оттук до идеята за Бога има само една крачка”, твърди авторът.

За формирането на религиозното чувство играе роля и друго свойство на мозъка – т.нар. хипертрофирано възприятие за причинно-следствения ефект, т.е. това, което ни кара да “намираме” връзка между всъщност случайно съвпадащи събития.

Според повечето психолози, то също е породено от еволюцията: “по-добре да избягаш от звяра, който ти се е привидял, отколкото да попаднеш в устата на незабелязания”.

По същата причина малките деца често вярват, че всички предмети съществуват с определена цел: например острите камъни са се появили, за да могат животните да се

**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



TICO # 4631602

<< **Прод. от стр.20**

почесват в тях. По този същия път, от наблюденията в бита е възникнала и концепцията за Божественото провидение.

Етрен обръща внимание и на нещо друго, което той нарича “трагедия на разумността” - човек осъзнава кои са възможните нещастия в това число и собствената си смърт:

“И когато вродените механизми ни подсказват решение за тази проблем – религиозните вярвания, ние се хващаме за този “ключ от нашата тъмница. Именно затова особено в трудни времена хората масово се обръщат към религията”.

Статията изрично подчертава, че всичко казано от авторът и цитираните учени не потвърждава и не отменя вярата в бога, а само свидетелства за това, че вярата е “пътя на най-малкото съпротивление”.

А за да се отговори твърдо на въпроса “Вродена ли е религията?”, трябва да се проведе екстремален опит - с възпитание

на деца в пълна изолация и да се наблюдава ще се появи ли у тях собствена религия. Което според учените е “твърде безнравствено, за да се осъществи, но почти сигурно отговорът ще бъде положителен”.

**Жените, които мъжете не изоставят**

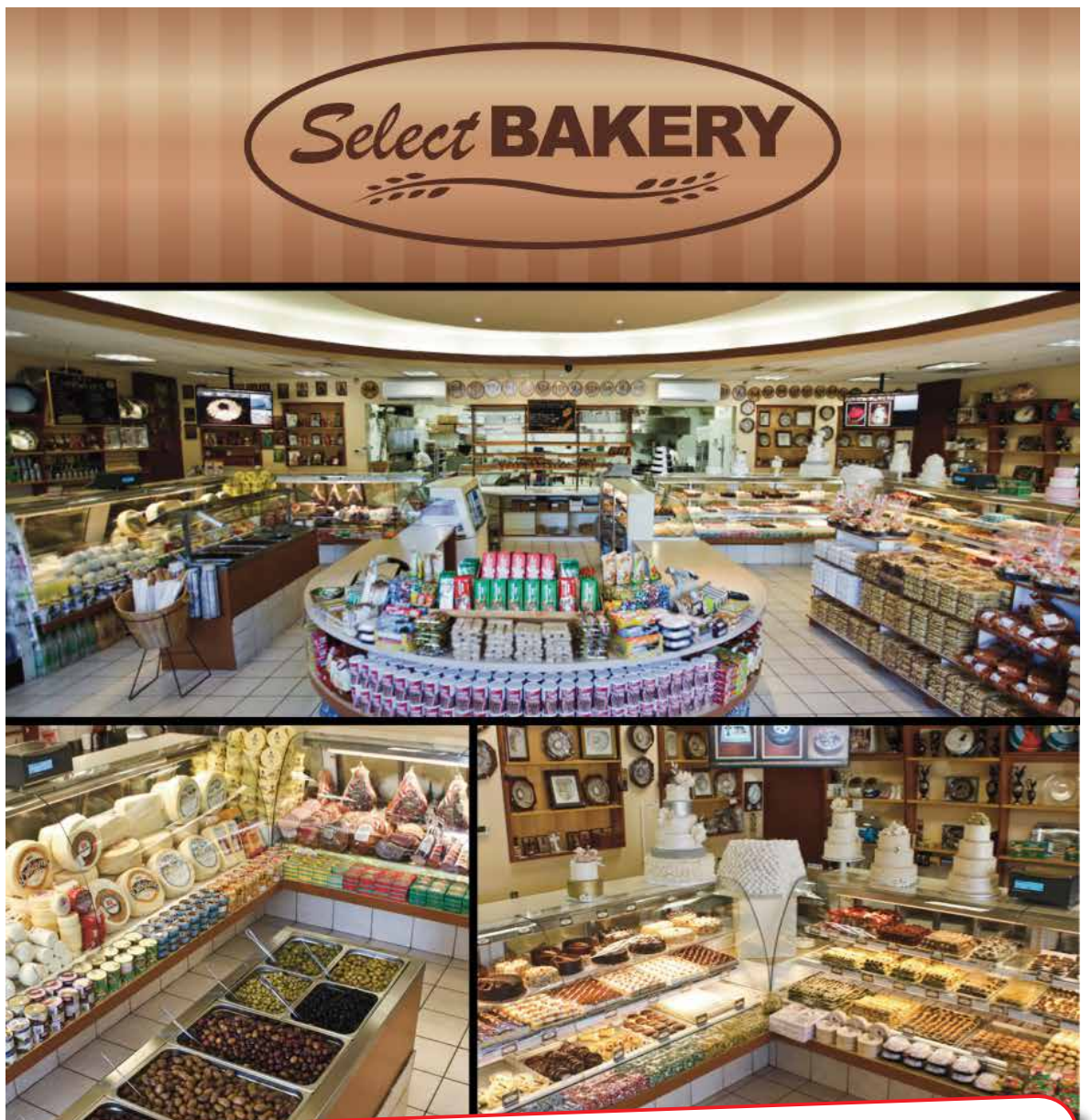


**Тя.bg**

Има такъв тип жени, които не могат да изградят трайна връзка с мъж, поради това, че всички мъже, които влизат в живота им, скоро излизат от него. След болезнената раздяла с поредния мъж, по негово желание, тези жени вероятно си задават резонните въпроси: “Защо и този ме изостави? Защо пак не се получи? Какви качества не ми достигат?”

Разбира се, на тези въпроси най-добре може да отговори мъжът. Но ние тук няма да разглеждаме възможните причини, поради

**Прод. на стр.22 >>**



**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

# 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.21

които тези жени са вечно отхвърлени, а ще обърнем внимание на една друга категория дами - тези, които мъжете никога не изоставят.

На първо място са изкусните манипулаторки. Всъщност много жени са манипулаторки, но изкусните се отличават с особеното си майсторство, което им позволява да уловят и задържат мъжа за цял живот.

Изкусната манипулаторка се отличава с двете си умения: тя много точно избира "жертвата" си и умее да държи юздите на необходимото разстояние. Понякога се преструва на слабо и крайно нуждаещо се от покровителство същество, а друг път - на силна жена, която може сама да се справи с всичко. Благодарение на тази умела работа с емоциите, жената държи мъжа в постоянно напрежение, с постоянно чувство за вина, като не му предоставя нито една минута просветление, през която той да осъзнае ситуацията, в която се е оказал.

Мъжете не захвърлят силните, независимите и своенравните жени. Тези качества не

трябва да се бъркат с манипулаторската опърничавост, когато жената изисква от мъжа той да изпълнява всичките ѝ желаня, прехвърляйки върху него отговорността за всичко, което се случва.

Тук не става дума за жените, които сами и абсолютно без чужда помощ постигат всичко. Типичен пример са бизнес дамите, които всичко са постигнали сами. Точно тези жени имат много проблеми с противоположния пол. Мъжете не искат да остават с толкова напористи и силни жени, тъй като по своята природа те са готови за прикрито, но не и за пряко манипулиране. Пряката груба сила на тези жени по своята същност е мъжка сила, която не подхожда на нежния пол.

Тази втора категория са дамите, които демонстрират "женска" сила. Те са независими, не играят ролята на слаб пол, но мъжете са готови да изпълняват всичките им желаня. Тези жени могат да си позволят да избират партньорите си сред тълпите от обожатели, да изцеждат техните сили, а след това да

&lt;&lt; Прод. от стр.22

изгубят интерес към тях. Тези представителки на нежния пол никога не са изоставени - те изоставят. На тях и през ум не им минава мисълта: “Защо мъжете изоставят жените?”, тъй като нямат подобен опит.

Третата категория жени, които никога не биват изоставени, е най-редкия тип. Тази жена не манипулира мъжа, не го използва и не се опитва да го контролира. Тя живее за себе си и всичките си усилия насочва върху себе си. Тази дама не се стреми да изсмучи енергията на мъжа или да направи опит да го “поправи”, т.е. да го подчини на своите изисквания и потребности.

Ако се страхувате да не бъдете изоставени, бъдете като нея. Нали искате да владеете мъжа, да контролирате неговите действия и чувства?! Той трябва да бъде верен, винаги да бъде с вас и изобщо ...трябва.

С подобен подход дори и да имате продължителни отношения, те няма да бъдат щастливи. В действителност вие можете да контролирате само себе си и докато вашите мисли се въртят около това, какви лоши мъже сте избирали, колко неподходящ за вас е мъжът до вас или какъв трябва да бъде той в действителност, няма да бъдете щастливи.

**Отслабването изисква ясен и правилен мотив**



**здраве.bg**

Излишните килограми за едни са символ на спокойствие и благополучие, а за други - външен признак за неуспех, зад който стои психологически проблем, дори понякога комплекс от проблеми.

Именно тук е необходима помощта на специалист, който да ни помогне да разберем проблема и да осъзнаем първопричината за нашето напълняване. Защо ви е необходимо да отслабвате? Въпросът не е толкова глупав, колкото изглежда на пръв поглед.

Човек трябва да е наясно защо иска да намали теглото си, с каква цел. Да си запазиш здравето, да изглеждаш добре, да се омъжиш, да си намериш хубава работа..., мотивите могат да бъдат различни. Всяка диета, била тя “месна” или “оризова”, ще даде резултат само когато имаме ясно определени мотиви.

Важно е човек добре да разбира, че с намаляването на теглото може из основи да промени и живота си. Затова психолозите съветват да се създава нагласа както за самото отслабване, така и за един нов живот, за да придобие човек увереност в необходимостта на това, което прави.

**Прод. на стр.24>>**

## 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

Комплексната програма, насочена към отслабване, никога не включва само психологическа нагласа, но и планиране на здравословен хранителен режим и провеждане на физиотерапевтични процедури. Разработените методи са достъпни и комфортни.

Самото отслабване е само половината от поставената цел. Да се отслабне е трудно, но още по-трудно е да задържим новото си тегло.

По-голямата част от хората все някога през живота си са опитвали да отслабнат, но са прекратявали това на определен етап. Защо? Старите навици. Борбата с тях изисква усилия, а на човек му е по-лесно да остане пасивен, намирайки оправдания възрастта, децата, болестите.

За да променим външния си вид и да отслабнем, трябва да сме готови да направим крачка сруцу самите себе си, да осъзнаем настоящия си живот, да погледнем в бъдещето – какви искаме да бъдем.

### 7 изненадващи начина да стимулираме мозъка си



здраве.bg

От какво има най-много нужда паметта? От тренировки – редовно и по много! Когато прехвърлим 20-те, мозъкът ни започва прогресивно да забавя дейността си. Т.нар. когнитивно западане е неизбежен страничен ефект от постепенното застаряване. Но всъщност, според данни от най-нови проучвания, можем в голяма степен да неутрализираме мозъчните промени, свързани с възрастта, чрез няколко много прости дейности, които гарантирано подхранват и укрепяват менталната ни сила. По-нататък ви предлагаме именно седем от тях:

#### 1. Ползвайте често Мрежата

Когато ровите в Google, въвличате в работа ключови центрове в мозъка, които контролират съставното мислене и взимането на решения. Няколко кликания могат да са по-стимулиращи за мозъка дори от четенето. Изследвания сочат, че търсенето в Интернет използва невралните вериги, които иначе не се активират по време на четене – но само при хора с по-ранен опит в Интернет. Резултатите показват почти 3 пъти по-голяма мозъчна активност при хората, които редовно търсят в Интернет, отколкото при тези, които го правят за първи път. Така, оказва се, честото и систематично използване на Google може да е чудесен начин за запазване на познавателните способности на мозъка – дори с напредване на възрастта.

*Съвет:* Прекарвайте в Мрежата по около 20 минути няколко пъти в седмицата, търсейки информация по теми, за които винаги сте искали да научите нещо повече – независимо колко привидно незначителни са те. Без значение дали

търсите клюки за някоя знаменитост или научни материали, ползите за мозъка са едни и същи.

#### 2. Упражнявайте се

Да, физическите натоварвания предотвратяват или най-малкото забавят деменцията. А някои най-нови изследвания показват, че те дори могат да възстановят част от загубените способности на мозъка, включително паметта.

Например аеробиката не само засилва скоростта и остротата на мисълта, но и капацитета на мозъчната тъкан. А само 50 минути бързо ходене 3 пъти седмично осигурява същия ефект.

*Съвет:* За още малко полза просто се разхождайте в парка – редовно! Любопитни данни сочат, че в среда на зеленина и много дървета паметта и вниманието действат с над 20% по-добре, отколкото, ако се разхождате между сградите по улицата.

#### 3. За зъбите ползвайте и паста и конец

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](http://www.ExtendedHealthCanada.ca)

[www.VISITORSinsurance.ca](http://www.VISITORSinsurance.ca)

[www.TRAVELLERSinsurance.ca](http://www.TRAVELLERSinsurance.ca)

Owned and Operated by Easy Links Financial Inc.



Здравето на устата е пряко свързано със здравето на мозъка, е доказало съвместно британско изследване на психиатри и зъболекари. Данните от него показват, че възпалението на венците и периодонталните заболявания са свързани с влошаване на

когнитивните функции и през зряла възраст – не само през старостта.

*Съвет:* Следвайте съветите на стоматолога – мийте зъбите си по 2 минути поне веднъж на ден и редовно ги почиствайте с конец.

#### 4. Пийте умерено

Ограничаването на алкохола е полезно за когнитивните функции. Безопасната и здравословна граница е не повече от едно питие на ден. Колкото повече алкохол пие човек, толкова по-малък става общият капацитет на мозъка му. Връзката между пиенето и редуцирания обем на мозъчната дейност е по-силна при жените – вероятно защото хората с по-малко тегло по правило са по-чувствителни към ефектите на алкохола.

*Съвет:* Ако ви се иска чаша вино с вечерята, това е напълно в нормата. Най-добре да е червено.

#### 5. Яжте боровинки

Ново проучване показва, че тези пурпурни плодове могат да изострят процеса на мислене. Други данни сочат, че боровинките стимулират повишен растеж на клетките в областта на хипокампуса. Обяснението на учените е, че антоцианинът (тъмносиният пигмент в боровинките) е причина за тези когнитивни промени. Той съдържа химикали, които имат смойството да се натрупват

именно в областите от мозъка, които управляват ученето и паметта.

*Съвет:* Запасете се с боровинки, когато са в сезон и ги ползвайте например за закуска върху овесените ядки или с киселото мляко. Извън сезона те могат да се намерят замразени – също толкова полезни са, колкото и пресни.

#### 6. Решавайте ребуси

Изненадващо за мнозина. Главоблъсканиците видимо подобряват мозъчната дейност. Интересно изследване на близо 3000 възрастни мъже и жени показва, че дори еднократното (до 10 пъти по 1 час) решаване на ребуси и други логически задачи така стимулира мозъка, че менталните способности се изострят и хората започват да постигат резултатите на 10 години по-младите от тях.

*Съвет:* Започнете с нещо малко – вземете си книжка с лесни ребуси, докато пътувате за някъде. Когато уменията ви се подобряват, преминете към по-сложни и предизвикателни задачи, които да стимулират мозъка.

#### 7. Медитирайте

Оказва се, че медитацията, освен че намалява стреса, също така увеличава броя на сивите мозъчни клетки. Изследване, проведено в Университета на щата Масачузетс, показва, че медитацията води до стимулиране и растеж на кортекса - областта в мозъка, която контролира паметта, езика и сензорните процеси.

*Съвет:* Превърнете медитацията в навик. Можете да започнете с 15 минути през обедната почивка или преди да си

тръгнете от работа. Седнете изправени, затворете очи и се фокусирайте върху това, което усещате в настоящия момент, независимо дали е цвърченето на птичките в далечината или просто звука от дишането ви.

#### Картофи плакия



Публикувана в *dieta.info*

Необходими продукти:

1 кг картофи  
2-3 глави лук  
2-3 моркова  
1 главичка целина  
5-6 домата  
1 глава чесън  
брашно  
олио  
оцет  
магданоз  
лимон

Начин на приготвяне:

Лукът, морковите и целината заедно с 5-6 скилидки чесън се нарязват на дребно и се задушават до омекване в малко вода. Картофите, нарязани на филийки, се нареждат в тавичка и се смесват със задушените зеленчуци. Приготвя се заливка от домати, нарязани на ситно или настъргани и забъркана в студена вода 1 ч.л. брашно. Плакията се залива с получената смес, а след това и със счукани 5-6 скилидки чесън, разбъркани с малко оцет. Добавят се лимонът, нарязан на филийки, магданозът и 1 к.ч. олио. Пече се 15-20 минути в умерено силна фурната. Може да се поднася и студена.  
Кухня: българска

Основни продукти:  
картофи  
Начин на приготвяне:  
печена  
Време за приготвяне:  
60 - 120 минути

#### Коприва с ориз



Публикувана в *dieta.info*

Необходими продукти:

1 кг коприва  
1-2 глави лук  
1 к.ч. ориз  
2 с.л. доматино пюре  
1 к.ч. олио  
джоджен  
магданоз

Начин на приготвяне:

Бланширайте за няколко минути копривата, след което я отцедете. Отделно задушете в мазнината ситно нарязаният лук, след което добавете нарязаната коприва, ориза, доматино пюре и подправките, залейте с 1 1/2 ч.ч. вода и оставете да ври на тих огън 15-20 мин. Може по желание да се поднесе с кисело мляко.  
Кухня: българска  
Основни продукти: ориз  
Начин на приготвяне:  
варена  
Време за приготвяне: 30 - 60 минути

### Чубрица - най-българската подправка: ползи за здравето



здраве.bg

Чубрицата може спокойно да бъде наречена най-популярната подправка в българската кухня. Или поне една от най-популярните. Но приложението на чубрицата съвсем не се изчерпва само с кулинарните ѝ достойнства. Защото, използвана като билка, тя има различни ползи за здравето ни.

В ботаниката чубрицата или *Satureja* принадлежи към семейството на ментата – *Lamiaceae*. Тя вирее добре в различни географски ширини. Затова е много широко разпространена не само в нашия регион, но дори в отдалечени и сравнително бедни на растителни видове места като например Аляска.

В кулинарията навсякъде се използва основно вида

*Satureja hortensis* или лятна чубрица, докато в традиционната медицина най-широко приложение намират *Satureja douglasii* (или *yerba Buena*) – в Америка и *Satureja thymbra* – в Средиземноморието и нашите географски райони. И двете билки съдържат значителни количества карвакрол и тимол – есенциални масла от типа на фенолите.

#### Ползи за здравето от чубрицата

- Листата на чубрицата и нейните пресни стебла съдържат много голямо количество химични компоненти, известни с антиоксидантното си действие и са с общооздравителен ефект. В допълнение в билката има и много диетични фибри – затова и чубрицата намира приложение при народни рецепти, свързани с намаляване на лошия и увеличаване на добрия холестерол.
- Листата на чубрицата съдържат фенолни масла – тимол, карвакрол и няколко други терпеноиди в по-малки количества.
- Тимолът е едно от най-важните есенциални масла и е с доказани антисептични

и противогъбични свойства.

- Карвакролът в чубрицата пречи на размножаването на няколко вредни често срещани бактерии като *E. Коли* и *Бацилус цереус*. Затова той се използва като ценна добавка с антибактериални свойства, едновременно с което той придава специфичния вкус и аромат на самата чубрица.
- Чубрицата е отличен източник и на някои витамини и минерали, които са от съществено значение за здравето ни. Сред минералите са натрий, желязо, калций, манган, цинк и селен. Натрият е ключов елемент в клетките и телесните течности и е сред определящите за сърдечния ритъм и кръвното налягане. Манганът се използва от човешкото тяло като ко-фактор при производството на един от основните ензими – супероксид дисмутаза. Желязото е необходимо за производството на червени кръвни телца.
- Витамините, които се съдържат в най-голямо количество в чубрицата са А, С и няколко от групата В – В1 (тиамин), В3 (ниацин) и В6 (пиридоксин).

**В 100 г суха чубрица се съдържат следните количества витамини, минерали и фибри** (спрямо препоръчаната дневна доза):

- 12% диетични фибри
- 25% ниацин (В3)
- 130% пиридоксин (В6)
- 83% витамин С
- 177% витамин А
- 474% желязо
- 210% калций
- 94% магнезий
- 265% манган

#### Медицински приложения на чубрицата

- Есенциалните масла в чубрицата я правят билка, подходяща за антибактериално и противогъбично приложение.
- Също както мащерката прецедената отвара от чубрица се прилага за облекчаване на болки в гърлото и симптоми на бронхит.
- Цветовете са с най-широко приложение като антисептик, средство за намаляване на газовете, за улесняване на храносмилането, за облекчаване на болките при ревматизъм.



## 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

ПОЧИВКА НА СЛУЖИТЕЛ ПО ЗАКОН	АБСОЛЮТНА ПРЕВЪЗХОДНА СТЕПЕН /ГРАМ./	ТОТАЛИТАРНА ДЪРЖАВА /1922-1991/	ДРУГО ИМЕ НА КУЛТУРНАТА МЕНТА: ГЪОЗУМ	РАЗГЛЕЗЕН МЪЖ ИЛИ МОМЧЕ	ПРЪЧКА ЗА ПОДХВЪРЛЯНЕ ОТ МАЖОРЕТКИ	НАША РОК ГРУПА „СПОМНИ СИ“	ИМЕ НА БУКВАТА „Е“ В СТАРАТА НИ КИРИЛИЦА	ДРУГО ИМЕ НА МЕСИНГА /РАЗГОВОРНО/	ЗАГУБА В ТЕГЛО НА СТОКА /ТЪРГ./
ОТГОВОР НА ПОВИКВАНЕ: ОТЗВУК	РОМАН ОТ ФЛОРЪНС БЪРКЛИ	ГЕНСЕК НА ООН /1997-2006/	КОМЕДИЯ ОТ ФРИДРИХ ДЮРЕНМАТ	ОБРАБОТЕНА КОЖА ОТ ВИДРА	US ФИЛМ НА ПИТЪР ДЖЕЙТ С Р. ДЮВАЛ	ДОЛНА ЧАСТ НА ОТСЕЧЕНО ДЪРВО	ВИД ИГРА НА КАРТИ	ВИД ПЛОСКА ВИНЕНА ЧАША СЪС СТОЛЧЕ	НАВИТ НА РУЛО НЯКАКЪВ ПЛАТ
УСЛОВЕН ЗНАК НА ГЕОГРАФСКИ КАРТИ	ТРАНСАТЛАНТИЧЕСКА РЕГАТА	РАЗГЪРНАТА В КОЛОНА ВОЙСКА	БОЯДЖИЙСКА ПРЪСКАЛКА	ПРОЗРАЧНА ТЪКАН ПРИ РАСТЕНИЯ	ЗАПАЗЕН ОРГАНИЗЪМ ОТ МИНАЛИ ЕПОХИ	ВИД ХИЩНА РЕЧНА РИБА	ПРОЗРАЧНА ТЪКАН ПРИ РАСТЕНИЯ	ЕКСПРЕСЕН ВЛАК ПО ЛИНИЯТА БОРДО ПАРИЖ	
ИМУННО ЗАБОЛЯВАНЕ, ПРИЧИНЕНО ОТ ВИРУСА HIV	БИБЛЕЙСКИ ПАТРИАРХ	ТРАКИЙСКО ЖЕНСКО БОЖЕСТВО	РОМАН /1957/ ОТ ВЛАДИМИР НАБОВОК	ОПЕРА ОТ ГАСПАРЕ СПОНТИНИ /1804/	ФУТБОЛЕН ТЕРМИН, РАЗБЪРКВАНЕ	ЕТЕР НА КАРБАМИНОВАТА КИСЕЛИНА	ВЪЗКЛИК ПРИ СЪОБУВАНЕ /РАЗГОВОРНО/		
КУТИЙКА С КЛЕЧИЦИ ЗА ПАЛЕНЕ	УНИВЕРСИТЕТ В КОВЪНТРИ, АНГЛИЯ	ВИД ЖЕЛЯЗНА РУДА /ХИМ./	ИГРА ПОД РИТЪМА НА МУЗИКА	БРИТАНСКИ ОТБОР ОТ ФОРМУЛА 1	КЛАСНА МАРКА ФРЕНСКО ВИНО	ПРОЗВИЩЕ НА ФУТБОЛЕН ТИМ „ЛАЦИО“	МНОГО ЖЕСТОК ЧОВЕК	ПАРИЧНА ЕДИНИЦА НА ГАМБИЯ ОТ 1971 ГОД. НАСАМ	
ПЕСЕН /2004/ НА ПОП ГРУПА „КАФФЕ“	ЗАГЛАВМЕ НА ЛИТЕРАТУРНО ПРОИЗВЕДЕНИЕ	ИГРА ПОД РИТЪМА НА МУЗИКА	МАРЛЯ ЗА ПРЕВЪРЪЗКИ НА РАНИ	ПОЛЗА, ИЗГОДА ОТ НЕЩО /РАЗГОВОРНО/	ЗАВОЙ НА ПЪТ, КРИВИНА /НАР./	ПРОВИЩЕ НА ФУТБОЛЕН ТИМ „ЛАЦИО“	ПЕЧАТ НА ОБЛАСТЕН ГРАД В ЮЖНА БЪЛГАРИЯ	ТРАГИКОМЕДИЯ ОТ ПИЕР КОРНЕЙ	
СПЕЦИАЛИСТ ПО АРАБСКИТЕ ВЪПРОСИ	РОМАН /1995/ ОТ ЛИЗА МАРКЛУНД	ОТДЕЛНА ЛЕНТА ОТ ПЪТ, ШОСЕ	ДАВАНЕ НА НЕЩО СРЕЩУ ЗАПЛАЩАНЕ	ФИЛМ /1997/ С РАУЛ БОВА И АНТ. КУИН	ПРИЯТНО ПРИПИЧАНЕ НА СЛЪНЦЕТО	ЧУВСТВИТЕЛНОСТ НА КОЖА ПРИ ДОПИР	ЗАБРАНЕН ПРЕПАРАТ В СПОРТА		
ВЪЗПАЛЕНИЕ НА УХОТО НА ЧОВЕК /МЕД./	ГОДЕЖАР, СГЛЕДНИК ПРИ СВАТБА	ТРИЛОГИЯ ОТ ЕЙВИНД ЮНСОН	НАШЕ СПИСАНИЕ ЗА ЛИТЕРАТУРА	ВИД ДРЕВНИ СОЛЕНИ БИСКВИТКИ	ЧОВЕК, КОЙТО ПАСЕ ДОБИТЪК	ПЕСЕН НА ВАНЯ ЩЕРЕВА /2003/	БИВШ БРИТАНСКИ ТИМ ОТ ФОРМУЛА 1 /1994-1995/	УЕЛСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР	
ВИД ЕДЪР ДИВ ГЪЛЪБ У НАС, С БЯЛО НА ШИЯТА	ЧАСТ ОТ ОБРАБОТЕНА ГОВЕЖДА КОЖА	МОДЕЛ НА „NISSAN“ /1989-1992/	ПРИЗИВ, ЗОВ КЪМ НЯКОГО ЗА ПОДКРЕПА	ТРЪСТИКОВО РАСТЕНИЕ	МЯСТО, С МНОГО ВЪРБОВИ ДЪРВЕТА	ФРЕНСКА ПЕВИЦА /1915-1963/	ТРЕТИЯТ ПО ГОЛЕМИНА ОСТРОВ В СВЕТА	ПИСМЕНОТО ОЗНАЧЕНИЕ ЗА ЦИФРАТА 3	
НАША РОК ГРУПА „ЧЕРНАТА ОВЦА“	ТЕХНИЧЕСКИ ПРИЙОМ В СУМОТО	МОДЕЛ НА „NISSAN“ /1989-1992/	ТОЧНО КАЛЕНДАРНО ВРЕМЕ НА СЪБИТИЕ	СЕРИЯ РУСКИ ПИЛОТИРАНИ КОСМИЧЕСКИ КОРАБИ /1961-1963/	ЦЕННА КНИГА	УМИШЛЕНО СЪЗДАВАНЕ НА ПРЕЧКИ /РАЗГ./	ВИД КАПИТЕЛ В АРХИТЕКТУРАТА	ЕЖЕГОДНА РУСКА НАГРАДА ЗА ФАНТАСТИКА /ОТ 1981 ГОД./	ПОЧИВКА, ОТДИХ, ОТМОРЯВАНЕ
ЧОВЕК, КОЙТО ТОРМОЗИ, ИЗМЪЧВА ДРУГИТЕ	ЯПОНСКА СИСТЕМА ЗА САМОЗАЩИТА	РОМАН /1957/ ОТ КОНРАД РИХТЪР	КУЛТИВАТОР ЗА ПРОЛЕТНО РАЗРОКВАНЕ НА ПОЧВАТА	ОТОПЛЯВАНО ПОМЕЩЕНИЕ ЗА РАСТЕНИЯ	ВИД МИНЕРАЛ, ЦИНКОВА РУДА	СИСТЕМА ЗА ОТКРИВАНЕ НА БОЛЕСТ	ГЕРОЙ НА О. УАЙЛД В „САЛОМЕ“	ПЕСЕН НА РОК ГРУПА „АНАЛГИН“	МЕК, МАЗЕН НА ПИПАНЕ МИНЕРАЛ
РАСТИТЕЛНА БОЯ ЗА КОСА	ФРЕНСКИ ПОП ПЕВЕЦ /1927-2001/	ЧОВЕК, КОЙТО ЗАЕКВА /РАЗГ./	МОДЕЛ НА „FIAT“ /1988-1995/	МАРШРУТ, НАПРАВЛЕНИЕ	ПРОУЧВАНЕ ЗА НАБИРАНЕ НА СВЕДЕНИЯ	СТАРТО ИМЕ НА ТАЙЛАНД /ДО 1949 ГОД./	МАРКА US ПЕРИЛНИ ПРЕПАРАТИ	РОМАН /1969/ ОТ ВЛАДИМИР НАБОВОК	МАРКА ЯПОНСКИ ЦИФРОВИ ФОТОПАРАТИ
БАСКЕТ-БОЛЕН ОБЪРЪЧ С МРЕЖА	БЪЛГАРСКА РЪЧНА ГРАНАТА ДО II СВ	МАРКА ШОТЛАНДСКО УИСКИ	ПЕСЕН НА ЖАК БРЕЛ	ЧУКАЛО ЗА ХАВАНЧЕ /РАЗГОВОРНО/	ВИД АЖУРЕН ПЛАТ НА ФИГУРИ	ФИЛМ НА А. ВАЙДА С Ж. ДЕПАРДИЙО	ПЕЧАЛ, МЪКА, СКРЪБ /ПОЕТ./	ПОДАВАНЕ ВЪВ ФУТБОЛНАТА ИГРА	ОТЧЕЛНА ЧАСТ ОТ БОКСОВА СРЕЩА
ЕКРАН НА ЕЛЕКТРОННО УСТРОЙСТВО	РЕКА В ИРЛАНДИЯ, ДЪЛГА 120 КМ.	СВЕТОВНА ОРГАНИЗАЦИЯ ОТ 1945 ГОД. НАСАМ	ЛЕТИЩЕ КРАЙ ПАРИЖ	МУЗИКАНТ, КОЙТО СВИРИ НА ГАЙДА	ВРЪХ /2016/ В СТАРА ПЛАНИНА	ЦЪРКОВНА ПЕСЕН ЗА ВЪЗХВАЛА	КАША ЗА МАЗАНЕ В КОЗМЕТИКАТА	СЪЦВЕТНЕ ПРИ НЯКОИ РАСТЕНИЯ	ВИД ЕДРА РЕЧНА РИБА
ПРИГЛАСЯНЕ В ЧЕРКОВНОТО ПЕЕНЕ	РЕКА В БЪЛГАРИЯ	ПОВЕСТ /1967/ ОТ ВЪРБАН СТАМАТОВ	ПРАВООБЪЛНО ИГРИЩЕ ЗА ТЕНИС МАЧОВЕ	НАША ПОП ПЕВИЦА /1976/ „МОЖЕ БИ“	ГОЛЯМО ЗАВОДСКО ПОМЕЩЕНИЕ	ХИМИЧЕСКИ ЕЛЕМЕНТ СЪС СИМВОЛА LA	ДОМАШНО ЖИВОТНО ЗА РАБОТА	ИВИЦА ГЪОН ОКОЛОВРЪСТ НА ОБУВКА	ВИД ДАМСКА ПРИЧЕСКА СЪС ЗАВИТА КОСА
НАЧЕНКИ НА РАЗВИТИЕТО НА НЕЩО	ПРЕКАЛЕНА СТРАСТ КЪМ НЕЩО	НАШЕ КНИГО-ИЗДАТЕЛСТВО	ЛИПСА НА ЗРЕНИЕ ПРИ ЧОВЕКА	МОДЕЛ НА ЛЕКИ КОЛИ „DAEWOO“					

\*\*\* ПОМОЩНИК \*\*\*  
 ДАЛАСИ, КРУПОН, ХИКАКЕ АКИТЕН, НААМАН, КИРАСА, СААНОК, ГАЛМАЙ, ДЕКАЛО МИЛТЪН, МАРТИТ, ГРАФУ К.

**Турска футболна реферка на 24 г. и началник на съдиите на 61 г. са отстранени „за сексуален скандал“, те твърдят, че видеото е създадено с AI**



Referee Elif Kararslan, 24, has been hit with a 90-day ban by the Turkish Football Federation

отстраняване. Съобщава се, че санкциите следват предполагаемата поява на секс видео, за което се твърди, че включва двойката, според The Sun.



Referee observer Orhan Erdemir, 61, reportedly also featured in the alleged video

Футболна съдийка отрече да се е снимала в секс запис със служител на федерацията, който е почти три пъти по-възрастен от нея, след като двамата бяха санкционирани от Турската футболна федерация. **24-годишната Елиф Караарслан и 61-годишният съдийски инспектор на Суперлигата Орхан Ердемир, бяха отстранени на 4 октомври, предаде Daily Mail.**

Арбитражният съвет на Турската футболна федерация потвърди, че жалбите им са били отхвърлени с **90-дневно отстраняване на Караарслан от свързани с футбола дейности. Ердемир получи 45-дневно**

„Предстои ми дълъг път законно, но ще го преодолея по най-силния начин“, каза Караарслан, както съобщава The Sun.

„Очаквам с нетърпение вашата пълна подкрепа и любов в този процес. „Плачът, крещенето и тъгата не са неща, които бих направила. Това не съм аз. Ще отстоявам каузата си докрай. Аз съм само една от многото, които са оцетени – надявам се да съм последна.“

Адвокат, представляващ Караарслан, излезе с изявление в социалните медии, в което се твърди, че видеото е генерирано с помощта на AI.



Kararslan has denied featuring in an alleged sex tape which is claimed to have led to her ban

„В социалните медии бе публикуван монтиран видеоклип, който не е оригинал и е създаден изцяло чрез изкуствен интелект от чужд акаунт и няма никаква връзка с клиентката ми“, се казва в изявлението. „Когато видеото се изследва, става много ясно, че изображението не е ясно и че страните във връзката са били изцяло редактирани от компютър.“

„Вземайки предвид този монтажен видеоклип, който е създаден със злонамерени и умишлени намерения, на видеоклип, принадлежащ на съвсем други хора, с цел материална и морална изгода, ще постави всеки утре пред подобна ситуация.

„Фалшивите изображения, публикувани в социалните медии и уебсайтове, за които се твърди, че принадлежат на моята клиентка и твърденията относно текущия съдебен

процес са напълно противоречащи на истината.

„Идентифицирани са акаунти, за които е установено, че правят фалшиви новини и споделят обидно съдържание за нашата клиентка и бихме искали да информираме обществеността, че ще бъдат предприети всички необходими действия за започване на процес срещу тези лица.“

Орхан Ердемир, който бе рефер на ФИФА между 1999 и 2002 г., твърди, че репутацията му е била съсипана в резултат на случая.

„Кариерата ми на рефер и наблюдател, която гордо поддържах повече от 30 години без нито едно петно, бе обърната с главата надолу“, каза Ердемир, цитиран от Sun.

„Репутацията ми в очите на моето семейство, приятелски кръг и съдийската общност е унищожена.“

**След нахлуването на Конър Макгрегър на терена, Арсенал предприема действия да предотврати нови инциденти**

&lt;&lt; Прод. от стр28



ФК Арсенал изрази недоволството си, след като UFC звездата Конър Макгрегър влезе на терена без разрешение след победата на отбора с 3:1 срещу Саутхемптън.

Въпреки че Макгрегър имаше VIP достъп, не му бе позволено да влезе на терена. Инцидентът стана вирусен, когато боецът бе видян игриво да изпълнява UFC движения с Букайо Сака, като същевременно взаимодействаше с Деклан Райс, предаде Bein Sports.

Макгрегър се възползва от възможността да се забавлява и да поиграе на терена на стадион Емирейтс, което породило притеснения за клуба, като се има предвид, че ирландецът пренебрегна инструкциите да напусне терена. Това накара Арсенал да обмисли по-строги мерки за бъдещите

гости, тъй като инцидентът наруши установения протокол на клуба.

Въпреки че се забавляваше приятелски, отказът на Макгрегър да напусне терена, след като бе предупреден, накара клуба да преразгледа политиките си за сигурност, за да избегне бъдещи недоразумения. Освен това Макгрегър бе заснет как игриво хвърля фалшиви ритници на Сака, което предизвика смесени реакции сред феновете.



Лондонският клуб, който си осигури победа с голове на Габриел Мартинели, Кай Хаверц и Букайо Сака, сега е изправен пред решението как да се справя с подобни ситуации в бъдеще, с цел поддържане на реда и безопасността на стадиона. Поведението на Макгрегър разпали

дебат и макар да се смяташе за безобидно забавление, Арсенал не планира да пренебрегне инциденти като този, без да предприеме подходящи мерки.

**Брони Джеймс е изправен пред плашещи критики: „Бъдещето му е под въпрос“**



Синът на ЛеБрон Джеймс, „Брони“, е изправен пред буря от критики относно бъдещето си в НБА. Докато партньорството между ЛеБрон и «Брони» се разгръща този сезон, те вече написаха история като първото дуо баца-син в лигата след като Лос Анджелис Лейкърс избра „Брони“ като 55-и избор в последния драфт, отбелязвайки важен момент за франчайза и семейството, предава FootBoom.

„Брони“, носещ фланелката с номер „9“ този сезон, се

намира под огромен натиск да отговори на високите очаквания. Освен стремежите си за успешна кампания за новобранци, той се бори с интензивно наблюдение, което поражда съмнения относно нивото на уменията му и бъдещите перспективи в лигата.

В своя статия ESPN събра мнения от различни генерални мениджъри, скаути и други гласове в баскетболната общност и перспективите са мрачни. Скаут от Източната конференция заяви: „Той е обречен на провал. Въпросът трябва да бъде какви са очакванията тук?“ Друг скаут от Източната конференция изрази загриженост относно решението на «Брони» да скочи от първа година в колежа направо в НБА, наричайки го преждевременно. „Няма съмнение, че трябваше да остане в колежа. В нормален свят той щеше да бъде много добър колежански играч в продължение на 4 години“, отбеляза той. По време на престоя си в USC Trojans,

„Брони“ отбеляза средно 4.8 точки, 2.1 асистенции, 2.8 борби и 0.8 откраднати топки на мач - сезон, помрачен от инцидент със сърдечен проблем, който преживя през юли 2023 г. Изпълнителен директор на Западната конференция разсъждава върху сюрреалистичната природа на ситуацията, заявявайки: „**Ако иммахте само статистиката пред себе си, без да я свързвате с име, изобщо не бихте го проектирали като играч от NBA.**“

Преди седмици Меджик Джонсън, уважавана фигура в организацията на Лос Анджелис Лейкърс, също сподели мислите си, като посъветва, че младият играч трябва да помисли да прекара сезона в лигата за развитие, за да продължи израстването си. „Ако бях „Брони“, щях да кажа на баща ми да ме остави да играя в Лига G през целия сезон, за да се развивам. Той има нужда от време за игра, а не да седи на резервната скамейка на Лейкърс, без да играе. Това не е против него, той просто не е готов“,

коментира легендата на Лейкърс.

Въпреки вълната от критики, ESPN изтъкна някои ръководители, които се застъпват за справедливост към младите таланти, подчертавайки, че неговият успех или неуспех трябва да се оценява в подходящ период от време, който социалните медии и пресата често пренебрегват.

„Хората ще го оценят негативно много по-бързо, защото го виждат твърде много. Това наистина е несправедливо. Всички останали играчи на неговото ниво на развитие са имали повече време, защото на хората просто не им пука. Той няма да има полза от това“, предадоха те .

В първите два предсезонни мача, освен много обсъжданата поява заедно с ЛеБрон срещу Финикс Сънс, той успя да вкара само един кош срещу Минесота Тимбървуулс.

**Дъщерята на Дел Пиеро се присъедини**

**към отбора на Юве до 17 години**



15-годишната дъщеря на легендата на „Ювентус“ Алесандро Дел Пиеро се присъедини към отбора до 17 години на „бианконерите“, предаде италианската ANSA.

Доротеа Дел Пиеро научи футбола в Лос Анджелис, където баща ѝ - носител на Световната купа от 2006 г. с Италия - живее от няколко години след като се пенсионира след кратките престой в Сидни и Делхи, предхождани от славната му 19-годишна кариера в Юве, приключила през 2012 г.

Новото попълнение на жените на Юве игра за САЩ на младежко ниво и спечели „световното първенство“ на Академията на Ювентус през 2022 г. Доротеа има брат Тобиас, който от август играе за Емполи в групата до 18 години. Алесандро Дел Пиеро се присъедини към Юве на 19 години

през 1993 г. от Падуа и изигра 513 мача в италианското първенство за „бианконерите“ до пенсионирането си през 2012 г., отбелязвайки 208 гола в първенството за клуба. Дел Пиеро остана с Юве, за разлика от някои други звезди, когато изпаднаха в Серия В за скандала с Калчополи през 2006 г., годината, в която участва в четвъртата победа на адзурите на Световната купа в Германия.

„Пинтурикио“, както го кръсти Джани Аниели, спечели 6 скудети, Купа на Италия, четири Суперкупи на Италия, Шампионска лига през 1996 г., Суперкупата на Европа и Междуконтинентална купа с Юве. Той изигра 750 мача за тях във всички турнири, отбелязвайки 290 гола.

Много фенове на „бианконерите“ се надяват 49-годишният играч да се завърне в клуба като изпълнителен директор, след като прекара последните няколко години като експерт.





- 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](http://www.FirstAutoGroup.ca)

[sales@firstautogroup.ca](mailto: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](http://www.bulgarianflame.com)

**Четете**  
**в Пламяк**

**онлайн:**  
[www.bulgarianflame.com](http://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 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.



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