

„Ефектът на пеперудата“: тази неясна математическа концепция се е превърнала в ежедневна идея, но дали я разбираме погрешно?

(The butterfly effect: this obscure mathematical concept has become an everyday idea, but do we have it all wrong?)

Автор:

Милад Хагани - доцент и главен сътрудник по градски риск и устойчивост, The University of Melbourne.

Декларация за

оповестяване:

Милад Хагани не работи, не консултира, не притежава акции и не получава финансиране от която и да е компания или организация, която би

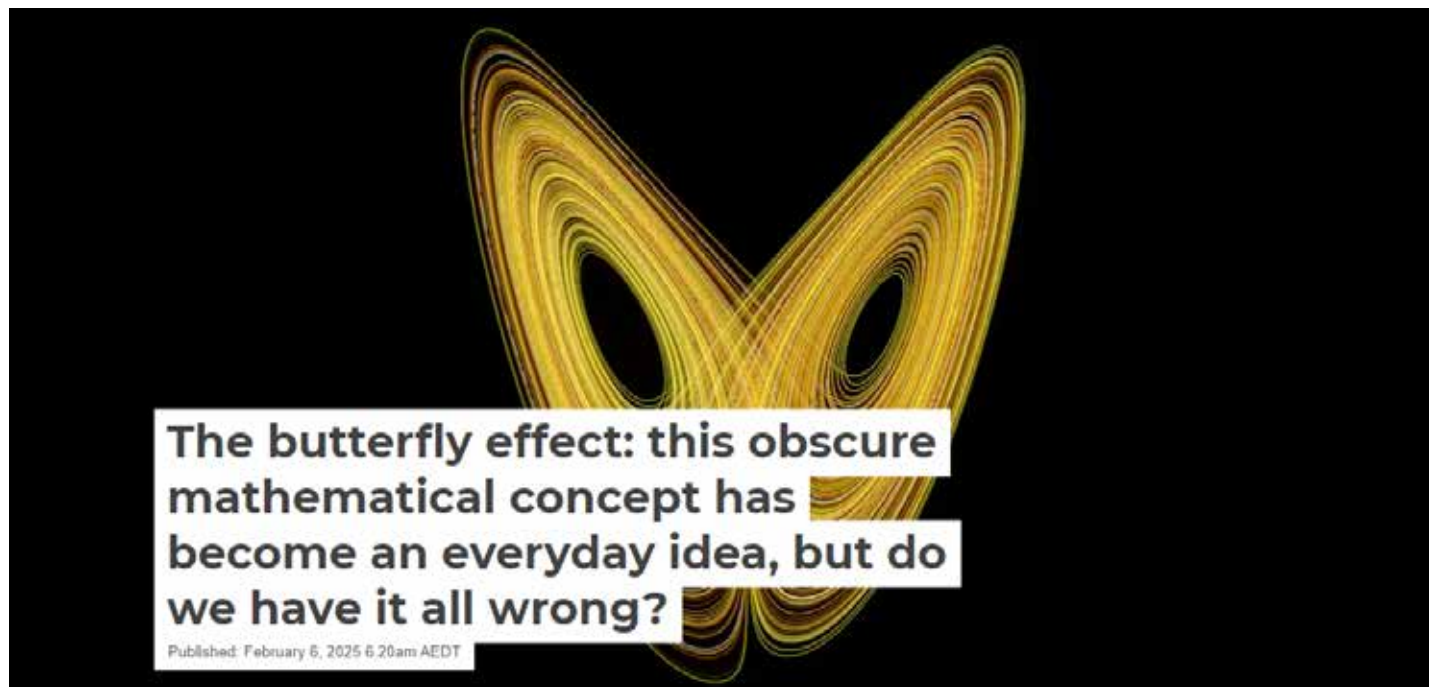
се възползвала от тази статия, и не е разкрил никакви съответни връзки извън тяхното академично

назначение.

Статията е публикувана в The Conversation.

Преводът е на „Пламък“.

Прод. на стр.4 >>



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



Запазваме местата в новия бизнес каталог

за 2025 г., Print & Online, www.BulBiz.com

Позвънете на тел: 416-821-9915

или ни пишете на info@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

TRANSAM CARRIERS INC.
HERE FOR THE LONG HAUL

DRIVE WITH TRUST

- CONSISTENT WORK**
A busy schedule with regular routes to keep you on the road and earning.
- SEASONAL OPPORTUNITIES**
Flexible contracts for drivers seeking short-term or seasonal roles.
- TOP-TIER PAY**
Competitive compensation with clear pay structures and performance bonuses.
- MODERN EQUIPMENT**
Drive some of the best-maintained trucks in the industry, with the latest safety features and technology.
- COMPREHENSIVE BENEFITS**
Health insurance, paid time off, and more.

HIRING COMPANY DRIVERS A-Z

Are you an experienced truck driver looking for your next opportunity? At Transam Carriers, we understand what matters most: steady work, reliable income, and respect for your expertise. Join a team that values you and your contributions. Apply today.

Our requirements:

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

Contact us:
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.

„Ефектът на пеперудата“: тази неясна математическа концепция се е превърнала в ежедневна идея, но дали я разбираме погрешно?

(The butterfly effect: this obscure mathematical concept has become an everyday idea, but do we have it all wrong?)

През 1972 г. американският метеоролог Едуард Лоренц зададе един вече известен въпрос: „Помахването на крилете на пеперуда в Бразилия предизвиква ли торнадо в Тексас?“

През следващите 50 години така нареченият „ефект на пеперудата“ пленява общественото въображение. Появява се във филми, книги, мотивационни и вдъхновяващи речи и дори непринудени разговори.

Образът на малката развяваща крилата си пеперуда започва да символизира огромното въздействие на малките действия или дори присъщата непредсказуемост на самия живот. Но какво всъщност е целял с думите си Лоренц – който е запомнен като основател на клона на математиката, наречен „Теория на хаоса“?

Една симулация се обърка

Нашата история започва през 60-те години на миналия век, когато Лоренц се опитва да използва

ранни компютри, за да предскаже времето. Той изгражда основна метеорологична симулация, която използва опростен модел, предназначен да изчислява бъдещи метеорологични модели.

Един ден, докато пуска отново симулация, Лоренц решава да спести време, като рестартира изчисленията от половината. Въвежда ръчно числата от средата на предишната разпечатка.

Но вместо да въведе, да кажем, 0,506127, той въвежда 0,506 като начална точка на изчисленията. Мисли, че малката разлика ще бъде незначителна. Но бърка. Както по-късно разказа самият той:

„Пуснах отново компютъра и излязох за чаша кафе. Когато се върнах около час по-късно, след като компютърът бе генерирал около два месеца данни, установих, че новото решение не съответства с оригиналното. [...] Разбрах, че ако реалната атмосфера

се държи по същия начин като модела, дългосрочното прогнозиране на времето би било невъзможно, тъй като повечето реални метеорологични елементи със сигурност не са измерени точно до третия знак след десетичната запетая.“

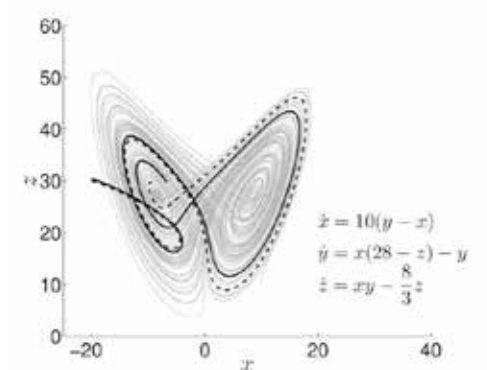
В уравненията на Лоренц няма случайност. Различният резултат е причинен от малката промяна във введените числа.

Лоренц разбира, че неговият метеорологичен модел – и като цяло истинската атмосфера – е изключително чувствителен към първоначалните условия. И най-малката разлика в началото – дори нещо толкова малко като пляскането на крилете на пеперуда – може да се засили с течение на времето и да направи точните дългосрочни прогнози невъзможни.

Първоначално Лоренц използва „махането на криле на чайка“, за да опише откритията

си, но преминава към „пеперуда“, след като забелязва забележителна характеристика на решенията на неговите уравнения.

В неговия метеорологичен модел, когато начерта решенията, те образуват въртяща се триизмерна форма, която никога не се повтаря. Тази форма – наречена „атрактор на Лоренц“ – изглежда поразително като пеперуда с две заоблени крила.



The Lorenz attractor found in models of a chaotic weather system has a characteristic butterfly shape. MacTighean CC BY

Добре дошли в хаоса

Усилията на Лоренц да разбере времето го карат да развие Теорията на хаоса, която се занимава със системи, които следват фиксирани правила, но се държат по начини, които изглеждат непредвидими.

Прод. на стр.5 >>

<< Прод. от стр.4

Тези системи са детерминистични, което означава, че резултатът се управлява изцяло от началните условия. Ако знаете началната точка и правилата на системата, трябва да можете да предвидите бъдещия резултат.

Няма случайност. Например махало, което се люлее напред-назад, е детерминистично – то работи въз основа на законите на физиката.

Системите, управлявани от законите на природата, където човешките действия не играят централна роля, често са детерминистични. Обратно, системите, включващи хора - като финансовите пазари - обикновено не се считат за детерминистични поради непредсказуемия характер на човешкото поведение.

Хаотичната система е такава, която е детерминистична, но въпреки това се държи непредсказуемо. Непредвидимостта се случва, защото хаотичните системи са изключително чувствителни към началните условия. Дори и най-малките разлики в началото

могат да нараснат с времето и да доведат до изключително различни резултати.

Хаосът не е същото като случайността. В произволна система резултатите нямат окончателен основен ред. В една хаотична система обаче има ред, но той е толкова сложен, че изглежда неподреден.

Неразбран мем

Подобно на много научни идеи в популярната култура, „ефектът на пеперудата“ често е бил неразбран и прекалено опростен.

Едно често срещано погрешно схващане е, че „ефектът на пеперудата“ предполага, че всяко малко действие води до масивни последствия. В действителност не всички системи са хаотични, а за системите, които не са, малките промени обикновено водят до малки ефекти.

Друго такова е, че „ефектът на пеперудата“ носи усещане за неизбежност, сякаш всяка пеперуда в Амазонка предизвиква торнадо в Тексас с всяко пляскане на крилата

Прод. на стр.6 >>

Международен индийски астролог & гадател MASTER AKSHAY KANNA

INTERNATIONAL ASTROLOGER & PSYCHIC



Master: AKSHAY KANNA

Master Removes BLACK MAGIC Jadoo, Voodoo, Obeya & Gives 100% Lifelong Protection
I CAN HANDLE ANY KIND OF PROBLEM



EXPERT IN BRINGING LOVED ONES BACK

*Love Husband-Wife *Relationship *Marriage *Court *Teenage issues
*Job *Money *Health *Jealousy *Lucky *Number *Enemy *Depression
*Promotion *Business *Sexual *Personal Matters **100% GUARANTEE**

Премахва Черни Магии,
Зли Духове & Лош късмет.

Решава Негативни Проблеми.
Предпазва от Лоши Неща.

2300 Lawrence Ave. East. Scarborough,
inside offices unit 22,
White Shield Plaza (next to beer store)

Call: 647-229-2199

Service only in English

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.

<< *Прод. от стр.5*

си.

Това изобщо не е правилно. Това е просто метафора, която посочва, че малките промени в хаотичните системи могат да се засилят с времето, правейки дългосрочните резултати невъзможни за прогнозиране с точност.



Укротяване на пеперуди

Системи, които са много чувствителни към началните условия, са много трудни за прогнозиране. Така например метеорологичните системи все още са трудни.

Прогнозите са се подобрили много след първите усилия на Лоренц, но все още са надеждни само за около седмица. След това малките грешки или неточности в изходните данни стават все по-големи, което в крайна сметка прави прогнозата неточна.

За да се справят с „ефекта на пеперудата“,

метеоролозите използват метод, наречен ансамбъл прогнозиране. Те провеждат много симулации, всяка от които започва с малко по-различни начални условия.

Чрез сравняване на резултатите те могат да оценят диапазона от възможни резултати и техните вероятности. Например, ако повечето симулации прогнозираят дъжд, но няколко прогнозираят слънце, синоптиците могат да докладват висока вероятност за дъжд.

Въпреки това, дори този подход работи само до определен момент. С течение на времето прогнозите от моделите се разминават. В крайна сметка разликите между симулациите стават толкова големи, че дори тяхната средна стойност вече не дава полезна информация за това какво ще се случи в даден ден на дадено място.

„Ефект на пеперуда“ за „ефекта на пеперудата“?

Пътят на „ефекта на пеперудата“ от строга научна

Прод. на стр.7 >>



БЕЗПЛАТНО




- Проверка на слуха
- Диагностика
- Консултации със специалист
- Индивидуален подбор на слухови апарати

БЕЗПЛАТНИ СЛУХОВИ АПАРАТИ

ЗА ХОРА С НИСКИ ДОХОДИ И ПЕНСИОНЕРИ

437-880-7790

**491 Lawrence Ave. West,
Unit 202, North York**

Имаме офиси и в Скарбъро, Мисисага и Етобико

www.hearingchoice.ca



BLACK SEA GOLD
POMORIE

FIND ME
CABERNET FRANC

LCBO
0039807



Now Available at select LCBO locations

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

<< *Прод. от стр.6*

концепция до широко популярна метафора подчертава как идеите могат да се развиват, докато надхвърлят своите академични корени.

Въпреки че това помогна да се привлече вниманието към една сложна научна концепция, то

също така доведе до прекалено опростяване и погрешни схващания за това какво наистина означава. Прикрепването на метафора към научен феномен и пускането и в популярната култура може да доведе до постепенно изкривяване.

Всякакви дребни неточности или неточности в първоначалното описание могат да се разширят с течение на времето, докато крайният резултат стане далеч от реалността. Звучи ли ви познато?

Статията е публикувана в The Conversation <https://theconversation.com/the-butterfly-effect-this-obscure-mathematical-concept-has-become-an-everyday-idea-but-do-we-have-it-all-wrong-246577>

БЪЛГАРИЯ

Излезе първият епизод на подкаста „Мост на вярата“, който се реализира в сътрудничество между Западно- и Средноевропейска митрополия и БНР



Източник: Българска Патриаршия (www.bg-patriarshia.bg)
Автор: Западно- и Средноевропейска митрополия

На 31 януари 2025 г. тръгна първият по рода си подкаст за българските православни църковни общини зад граница – „Мост на вярата“. Идеята е на екипа на програмата за чужбина на Българското

национално радио (БНР) – „Радио България“ и се осъществява съвместно със Западно- и Средноевропейска митрополия.

„Мост на вярата“ ще излиза всеки последен петък от месеца и ще се разпространява на уеб сайта на БНР – „Радио България“, в платформата за подкасти на радиото – „Бинар.бг“, както и в YouTube канала на „Радио България“. Българските църкви зад граница са живата връзка с България за сънародниците ни, които в последните десетилетия потърсиха по-добър и сигурен живот в чужбина или, които живеят в различни части на света поради исторически обусловени процеси и събития. Църковните

ни общини извън страната са обединени в две епархии – Българската източноправославна епархия в САЩ, Канада и Австралия със седалище в Ню Йорк и Българската източноправославна епархия в Западна и Средна Европа със седалище в Берлин, Германия.

Всеки епизод на подкаста „Мост на вярата“ ще разказва за конкретна българска църковна община в чужбина, в исторически и съвременен контекст. Избрани части от поредицата ще се извеждат в мултимедийни публикации на всички езикови версии на уеб сайта на „Радио България“, както и в предаването „Часът на Радио България“ по програма „Христо Ботев“. Подкастът

ще бъде съпроводен от видеоклип за съответната българска православна община, разпространяван в YouTube и каналите на БНР в социалните мрежи.

Текстове за Българските православни църковни общини зад граница ще излизат и на страниците на „Църковен вестник“. В първия епизод на „Мост на вярата“ авторите Дарина Григорова (журналист от „Радио България“) и Александра Карамихалева (главен редактор на „Църковен вестник“) разказват за седалището на Западноевропейската епархия в Берлин и ни срещат лице в лице с митрополит Антоний.

Прод. на стр.8 >>

От него узнаваме подробности за работата на църковните общини в епархията му – 43 на брой, които освен църковна, развиват милосърдна, социална и просветна дейност. Научаваме и как БПЦ взаимодейства с институциите и с другите християнски общности в Западна Европа. В следващите епизоди ще представяме всяка една община поотделно, заедно със свещениците и хората от общността, които активно участват в живота ѝ.

От началото на 2025 г. екип на „Радио България“ започна работа и по всекидневната рубрика „Църковен календар“. Тя, както и подкастът „Мост на вярата“, са примери на задълбочаващото се сътрудничество между БНР и БПЦ, скрепено в средата на януари т.г. и с Меморандум за сътрудничество, подписан от генералния директор на радиото Милен Митев и Западно- и Средноевропейския митрополит Антоний. Всеки последен петък на месеца от 12 ч. можете да проследите поредния епизод на „Мост на вярата“ в YouTube: <https://youtu.be/8bZqJCK2uTg>

Панихида в Деня на признателност и почит към жертвите на комунистическия режим



Източник: Българска Патриаршия (bg-patriarshia.bg)
Автор: Софийска света митрополия

На 1 февруари, по повод Деня на признателност и почит към жертвите на комунистическия режим, в столичния храм „Св. Седмочисленици“ Негово Светейшество Софийският митрополит и Български патриарх Даниил отслужи панихида в памет на осъдените от Народния съд (1 февруари 1945 г.) и убити регенти – принц Кирил Преславски, Богдан Филов и ген. Никола Михов и в памет на всички православни християни, жертви на режима.

В съслужение с Негово Светейшество бяха Негово Преосвещенство Браницкият епископ Пахомий – първи викарий на Софийския митрополит, ставрофорен иконом Николай Коцев – председател на храма, иконом Станко Дидов

и йерей Димитър Събев от храмовото духовенство, иконом Николай Георгиев – ефимерий на параклиса „Св. цар Борис-Михаил“ (дворец „Врана“), както и протоерей Димитър Кутлев. Молитвено участие взе Тивериополският епископ Тихон. На заупокойното последование присъстваха Н.В. цар Симеон II, Н.Ц.В. Калина, княгиня Българска заедно със своя съпруг Антонио Хосе Китин Муньос и синът им Н.Ц.В. княз Симеон-Хасан, проф. Огнян Герджиков – бивш министър-председател (2017) и бивш председател на Народното събрание (2001 – 2005), близки на царското семейство, народни представители и общественици. В памет на загиналите регенти и на всички, несправедливо осъдени и убити през комунистическия режим в България, Негово Светейшество отбеляза:

„Днес, когато се навършват 80 години от присъдата на Народния съд над царските регенти, министри, депутати и царски съветници, и хиляди граждански и военни лица, които в продължение на години са били в управлението на държавата, армията и институциите, може

да се види какви са пораженията, които грехът нанася върху човека. Грехът внушава на човека да мисли себе си за прав дори когато действа в очевиден разрез с Божиите заповеди и човешките принципи на нравствеността. Когато това се разрасне в душата на човека до степен, че той вече се е поддал на омраза и е готов да извърши дори убийство, явно е, че такъв човек не само не е прав, но върши велики несправедливости. През Септемврийското въстание и по-късно, с настъпването на комунистическия режим, често на противостоящите страни са заставали бащи и синове, близки и роднини. Противоборството, ненавистта и кръвопролитията до днес създават прегради и разделения в обществата. Причината за това човеците така лесно да се поддават на злобата и отрицанието е, че сме се отдалечили от вярата в Бога, забравили сме Христовите слова: *без Мене не можете да вършите нищо* [добро] (Йоан 15:5), доверили сме се на себе си, повярвали сме, че можем да създадем справедливо

Прод. на стр.9 >>

<< *Прод. от стр.8*

общество тогава, когато в нас живее несправедливостта. Свидетелство на отдалечаването ни от Бога е повсеместната криза на ценностите в съвременния свят, ръководен от материалистически стремежи. Вървейки по този път, хората не биха могли да намерят верния път към постигане на лично и обществено благо и кризата ще продължи да се задълбочава. Когато пренебрегваме и забравяме Законодателя, рано или късно стигаме до безпътица. Когато погледнем назад и видим през какви надежди и трудности сме преминали, не ще можем да си дадем отговор на въпроса „Защо беше всичко това?“. Нека, спомняйки си за царските регенти и за всички несправедливо осъдени и убити от комунистическия режим, да отправим молитви Бог да им прости прегрешенията, които те като хора са извършили в своя живот. Нека обаче не допускаме неприязънта и гнева към хората, позволили злодеянията, да управляват нашите мисли и постъпки. Да чуем какво казва псалмопевецът: „Всички съгрешихме, станахме еднакво негодни“ (срв. Пс.

52:4) и самите ние да се обърнем към Бога и с това да дадем пример на останалите. Да положим начало на помирение в личния, а по този начин и в обществения живот; да видим, че сме братя и сестри в Единия Бог, Който Сам пострада за нас и ни завеща да имаме не омраза, злоба и отмъщение, а любов помежду си. Бог да ни помага да преодоляваме разделението, да промисля за доброто бъдеще и добруване на народа и на нашето отечество България“. *Текст: Михаил Тасков
Снимки: Весела Игнатова*

**14 февруари 2025 г.
- Св. Константин -
Кирил Философ**



Според известното кратко житие на Константин Философ, наречен в монашеството Кирил, произхождал от знатни родители Лъв и Мария, солунски

славяни. Високото положение на бащата и богатите дарования на момчето отворили вратите на знаменитата Магнаурска школа в Цариград, където Константин учил заедно с децата на византийските царе и боляри под ръководството на известни учители и на учения Фотий, бъдещия цариградски патриарх. Завършил образованието си с прозвището Философ, той бил назначен за патриаршески библиотекар и преподавател по философия. На него били възлагани и разни поръчения от обществен характер. Отегчен от суетата на тоя свят, Константин избягал тайно в манастира на малоазийския Олимп при своя брат Методий, където именно извършил в пост и молитва приснопаметното си дело – да създаде славянска азбука и да преведе свещените книги на Православната църква на езика на солунските българи. Облечен в такова всеоръжие, той с брата си бил изпратен от византийския император Михаил III в славянските страни Моравия и Панония, за да спечели за християнството

тамошните славяни чрез бащиния им език. Но чувствително били засегнати интересите на местното германо-латинско духовенство. То било враждебно настроено към славянския език и започнало борба против тях. На двамата братя – славянски просветители се наложило да се отправят в Рим и да защитят своето дело от враговете пред самия римски папа. В Рим Константин Философ тежко заболял; бил постриган в монашество с името Кирил и подир 50 дни починал на 14 февруари 869 година. Сам папа Адриан извършил погребението му в църквата «Св. Климент Римски». Житието на св. Кирил било написано от св. Климент Охридски при непосредствено сътрудничество на св. Методий, Моравски архиепископ, брат на св. Кирил. Службата му е много древна. Тя се е запазила до нас в 12 ръкописа, най-старите от които са от XI век.

Прод. на стр.10 >>

<< **Прод. от стр.9**

Издирват собственикът на дрон, застрашил поне 6 полета на летище София



МВР издирва собственика на дрон, който наруши всички правила и прелетя над летище София на 7 февруари, застрашавайки живота на пътниците поне от 6 полета – 3 излитаци и 3 кацаци, **накарани принудително да се забавят с кацането**, съобщи bTV.

“Работи се по издирване на собственика на дрона, засечен снощи в пространството около летище София”, съобщиха от пресцентъра на МВР пред БТА. Образувано е досъдебно производство по чл. 340 и следващите, които са за престъпления срещу транспорта и съобщенията, посочиха от МВР. Дронът бе забелязан около 21:13 ч. и е летял в района около час, казаха от Летище София. Той е предизвикал забавяния в кацането на поне 6 самолета, съобщиха по-рано от пресцентъра на летище София. Полети не бяха отклонявани, имаше единствено отклонения от разписанието във връзка с безопасността на полетите, обясниха летището.



От аерогарата припомниха, че управлението на дроновете над летища и по въздушните пътища на самолетите е строго забранено.

“Един такъв инцидент може да коства много човешки животи. В България по стар български обичай, след като се случи инцидента, тогава търсим решенията. Апелирам държавата да си свърши работата и да изиска от конкретните участници в критичната инфраструктура да инвестират”, коментира пред bTV Стойко Топалов, експерт по анти-дрон системи.

Вейпът с наркотик, погубил момче на 14, му е бил продаден за 50 лв. от момиче



След трагичната смърт на 14-годишното момче Валентин от Плевен, прокуратурата е установила дилъра, от който децата са купили вейп с наркотик. Цената на устройството е 50 лева, а дилърът се оказа момиче на 14 години, което пък купило вейпа от младеж на 19 в София, предаде NOVA.

“Категорично беше доказано съдържание на хексахидроканабинол във въпросния вейп. Полусинтетичен наркотик, много по-силен от естествения тетраhydroканабинол, който се съдържа в марихуаната. Буквално е настъпил взрив в психиката на момчето, според експертната почти мигновено след прекомерната употреба на това вещество се е получило объркване, халюцинации,

поведение, което е довело до трагичния край”, обясни по БНТ Владимир Николов - окръжен прокурор на Плевен. “Тя е видяла обява в интернет, провела е комуникации с малолетно лице от София чрез приложение. След това е направена среща в София и вейпът е закупен за сумата от 50 лв.”, обясни прокурор Николов пред NOVA.



Макар продавачът да е пълнолетен, той трудно ще бъде подведен под отговорност за конкретния смъртен случай, защото не е прекия продавач.

„Често използват малолетни, непълнолетни, за да няма наказателна отговорност”, обясни Владимир Николов. Преди дни в района на Плевен бе разбито депо за синтетични наркотици. В София, полиция иззе над 1,500 вейпа и флакони с райски газ при друга акция.

Български ядрен физик падна в пукнатина на ледник в Антарктида, но бе спасен от партньора си



/Снимка: Фейсбук, Bulgarian Antarctic Institute/

Прод. на стр.11 >>

<< *Прод. от стр.10*

При научни изследвания на ледника Кондел в близост до българската антарктическа база «Св. Климент Охридски», в началото на февруари ядреният физик Васил Гурев пропадна в дълбока ледена пукнатина. Благодарение на стриктното спазване на правилата за безопасност партньорът на Гурев - полевият асистент Александър Вълчев, успял да го задържи на 2 метра дълбочина и да го извади на повърхността. Това събщи проф. Христо Пимпирев - ръководител на българските антарктически експедиции, който е и председател на Българския антарктически институт, предаде БТА. «Произшествието завърши напълно благополучно и показва изключителната важност за спазване на правилата за безопасност и професионалната работа на екипите. Нерядко такива инциденти при други експедиции са завършвали с тежки последствия. Геофизичните изследвания на ледника Кондел продължават без прекъсване», информира проф. Христо Пимпирев.

Както събщи БТА, научноизследователският кораб «Св. св. Кирил и Методий» (НИК 421) отплава от Варна за своята трета експедиция до Антарктида на 7 ноември м.г. и след почти 2-месечно плаване достигна до остров Ливингстън на 28 декември. Българската антарктическа база «Свети Климент Охридски» бе открита за новия полярен сезон на 23 ноември 2024 г. БТА има Национален пресклуб на борда на кораба и за трета поредна година изпраща кореспондент

до Антарктида.

Дирекция «Киберпрестъпност» предупреди за активна измама от името на адвокатски дружества



От дирекция «Киберпрестъпност» към ГДБОП-МВР предупредиха за активна фишинг кампания от името на адвокатски дружества към потребители за нарушаване на авторските права.

«Не отваряйте подобни имейли, линковете или прикачените файлове към тях», препоръчват от ГДБОП. Киберспециалистите уточниха, че това е вирус тип «Троянски кон», който цели да придобие достъп до компютърната система.

Най-често получените съобщения на електронните пощи на потребителите гласят:

«Уведомление за нарушение на авторските права върху търговска марка» или «Предупреждение за неразрешено използване на търговска марка».

Измамниците използват реални имена на български адвокатски дружества.

Разкриха 113 контрабандни монети в контейнер на пристанище Бургас



/Снимка: Агенция «Митници»/

Митническите служители от Териториална дирекция Митница-Бургас откриха **113 контрабандни монети и металотърсач** по времето на проверка на контейнер, доставен с кораб на бургаско пристанище, съобщават от Агенция «Митници».

По документи контейнерът е съдържал употребяван пътнически автомобил и употребявано ремарке от САЩ. Получател на товара е американски гражданин, постоянно пребиваващ в България.

На 28 януари 2025 г. служители от отдел «Митническо разузнаване и разследване» селектират контейнера за щателна митническа проверка. В хода на извършените контролни действия със специализирана рентгенова апаратура, инспекторите установяват зони с подозрителна плътност в декларирания превозни средства. При последвалата физическа проверка са открити

Прод. на стр.12 >>

<< **Прод. от стр.11**

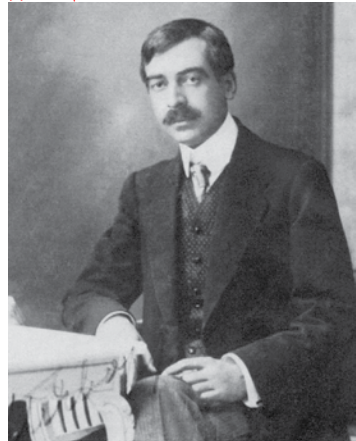
колети с личен багаж, поставени на различни места в автомобила и в ремаркетото.



/Снимка: Агенция «Митници»/

Получателят на превозните средства в контейнера е потвърдил в писмените си обяснения, че метал детектора и монетите са негова собственост, но не може да представи документи за тях. Контрабандните монети са задържани с протокол и ще бъдат предадени за експертиза. Работата по случая продължава.

„Ще бъдеш в бяло“



Автор: Пейо Яворов
„Ще бъдеш в бяло – с вейка от маслина и като ангел в бяло облекло...

А мисля днес; света прогнил от зло не е, щом той е твоята родина.

И ето усъмних се най-подир в невярата тревожна – искам мир.

И с вяра ще разкрия аз прегръдки, загледан в две залюбени очи, и тих ще пия техните лъчи, – ще пия светлина, лечебни глътки.

И пак ще се обърна просветлен света да видя цял при ярък ден.

И нека съсипни се той окаже!
(Веднъж ли съм се

спъвал в съсипни, залутан из среднощни тъмнини?)

Аз бих намерил и тогава даже обломки, от които да създам нов свят за двама ни, и свят, и храм.“

„Душата ми е пуста“



Автор: Пейо Яворов

„Душата ми е пуста: буря кратка помете всичко там. Напразно вече следа бих дирил от мечтата сладка по тебе, образ потъмнял! Далече, цял век далече са от мен миражите на

вчерашния ден.

Все пак аз помня: ти дойде желана, дойде с душа лист още неизписан, лист бяла книга. В своя вехта рана перо намокрих: в спомени улисан, посегнах аз и писах без покой,

от болка се превивах – и писах с кръв и гной. Че ти не бе живяла – а живота бе мене пък задавил. И той свари с проклетии писмена на богоскота душата ти чрез мене да нашари.

Перо послушно – копие на цар...

Раних аз твоя дух и своя чар.

В очакване, боязън непонятна владееше предчувствията мои; изгубих те – пустиня необятна...

Чух змийски съсък в спомените свои.

Перо послушно, копие на цар! –

Раних аз твоя дух, убих и своя чар.“



BOBBI DONEVA

Вашият травел агент

T: 905 849 4664

S: 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.12

**Котаракът Палмерстън
замина на държавна
работа на Бермудите**

Палмерстън - бившият главен мишколов в Министерството на външните работи - излезе от пенсия заради нова, „перфектна“ работа на Бермудите, предаде британския The Independent.

Новината, публикувана в официалния акаунт на Палмерстън в DiploMog в социалната мрежа X, идва повече от 4 години след като бе обявено, че котаракът се оттегля от обществения живот към „по-спокоен и лесен“ живот в провинцията.

Палмерстън бе осиновен от дипломата на Министерството на външните работи Андрю Мърдок, и се пенсионира като главен агент по ловене на мишките. Мърдок вече е назначен за губернатор на Бермудите - малка британска територия в средата на Атлантическия океан.

„Дипломатията и мъркащата роля ме измъкнаха от пенсионирането“, се казва в публикацията в X. „Току-що започнах работа като консултант по котките (полупенсиониран) на новия губернатор на Бермудите. Бях зает да се срещам с много гостоприемни бермудци.“

Британското Министерството на външните работи каза, че Палмерстън „ще присъства само на срещите, които смята за важни, като ще предлага съвети когато е необходимо, и ще се отдаде на заслужена дрямка“.



Палмерстън - който е кръстен на най-дълго служилия британски външен министър, лорд Палмерстън – „пристигна“ в правителството през април 2016 г. като спасена котка. Служителите на външното министерство го гледаха с обич и го обсипваха с лакомства, като от време на време той им носеше мъртви мишки в замяна. Той обаче имаше не толкова гладки

дипломатически отношения с Лари, който живее на съседната Даунингстрийт 10. **Двамата понякога** бяха виждани да се бият на улицата пред дома на британския премиер.

Лари бе забелязан да накуцва през 2016 г., след като очевидно бе ранен по време на битка с Палмерстън. Това беше последният сблъсък между двете котки, след като преди това Лари нарани ухото на Палмерстън по време на кавга през 2011 г.

Лари продължава да управлява като „Главен Мишколов офиса на кабинета“ - пост, който заема от 2011 г. при шестима британски министър-председатели.

**Нова Зеландия обяви
планина за юридическо
лице**

Нова Зеландия е предоставила на планината Таранаки статут на юридическо лице, признавайки нейния свещен статут и предоставяйки ѝ

права, подобни на гражданските. Това решение следва дългата борба на местното население Маори и бележи още една стъпка в признаване на правния статут на природата, съобщава Suston Magazine.

Дългогодишен спор – вкоренен във вековни митологични разбити сърца – доведе до официалното решение. Сега, след години на застъпничество, местното население Маори в страната успя да получи признанието планината Таранаки да има определени права.

**Какво означава
статутът юридическо
лице за планината?**

Спящият вулкан със заснежени върхове, висок над 2500 метра, е определен за юридическо лице което му дава официални права и отговорности, подобни на останалите граждани на Нова Зеландия. Решението е взето от парламента на Нова Зеландия, посочва Асошиейтед прес.

Новият закон признава планината за свещена и позволява съдебни действия, при които групите на Маори могат да държат правителството

<< Прод. от стр.13

отговорно за минали колониални несправедливости, като самата планина е ищец.

„Планината Таранаки отдавна е била почитан предшественик, източник на физическа, културна и духовна храна и място за последна почивка“, каза Пол Голдсмит, член на парламента, който ръководи преговорите между лидерите на Маори и правителството.

Разрастващо се движение за правата на природата

Таранаки е един от няколкото големи вулкана на Северния остров на Нова Зеландия, които според легендите на Маорите някога са били воители, борещи се за благоволенieto на красивия връх Пиханга. Тонгариро излиза победител, принуждавайки другите планини да се оттеглят - Таранаки на запад, където сега стои във вечна скръб.

Когато британският изследовател Джеймс Кук за пръв път видял вулкана, той го нарекъл планината Егмонт. Това остава официалното му име до 2020 г., когато властите възстановяват името му дадено от Маорите - Таранаки

Маунга.

Планината Таранаки се присъединява към гората Те Уревера и река Уангануи, като и двете също са получили право на юридическо лице. Нова Зеландия бе първата страна в света, която призна части от природата като юридически лица, започвайки през 2014 г., когато Те Уревера бе поставен под опеката на група Маори.

Британската кралска поща ще отпразнува AC/DC с 12 специални марки



AC/DC ще бъдат отпразнувани с официална серия от 12 специални марки, пуснати от британския Royal Mail, предава NME. Марките ще отбележат **50-та годишнина от дебютния албум на групата „High Voltage“** и ще изобразяват групата по време на изпълнения на живо в зали по целия свят.

Ще има общо 12

марки, като четири от тях ще съдържат обложките на четири от класическите албуми на групата – „High Voltage“, „Highway To Hell“, „Back In Black“ и „Power Up“. Този квартет ще бъде представен в миниатюрен лист заедно.



Марките са достъпни за предварителна поръчка и ще бъдат пуснати в обща продажба от 18 февруари. Дейвид Голд, директор по външни отношения и политика в Royal Mail, каза:

„AC/DC е една от най-успешните рок групи в света. През последния половин век те записаха някои от най-известните рок химни и ни подариха „Back In Black“ – най-продаваният рок албум на всички времена. Тези марки улавят извадка от техните наелектризиращи изпълнения на живо, заедно с някои от най-емблематичните им обложки на албуми, и отбелязват значителния им принос към света на рок музиката.“



AC/DC стават осмите изпълнители, които ще бъдат удостоени със собствена специална гама от марки на британската кралска поща, след The Beatles, Pink Floyd, Queen, The Rolling Stones, Iron Maiden, Spice Girls и The Who.



По-рано тази седмица AC/DC обяви и ново европейско турне за 2025 г., състоящо се от **12 дати в 10 държави**. Турнето започва в Прага на 26 юни и преминава до стадион Мърфиийлд в Единбург на 21 август, първото им шотландско шоу от десетилетие. Билетите са в продажба от 7 февруари.

Датите идват след северноамериканския етап от тяхното турне „Power Up“, което започва на стадион US Bank в Минеаполис на 10 април. Групата ще има концерт във Ванкувър на 22 април.

3 изненадващи факта за колибрите



Посещавали ли са колибри хранилките ви през този сезон? Нашата признателност към най-малките птици е добре документирана, поради което очите ни винаги се отварят, за да зърнем колибри, прелитащо от цвят на цвят в градината. Постоянно сме любопитни какво кара тези малки птици да летят, затова сме събрали няколко факта за колибрите, за да задоволим любопитството ви, пише Патрик Йорк в Southern Living, предава AOL.

1. Колибрите мигрират.

Според UC Davis School of Veterinary

Medicine, „Когато колибрите мигрират към Съединените щати през пролетта, те покриват 500 мили през Мексиканския залив, летейки 20 часа без спиране.“ Това е голямо постижение за тези малки птици. Преди да започнат миграцията - която в допълнение към ежедневния полет може да добави до хиляди мили годишно - колибрите трябва да натрупат енергия. Нектарът, който е преобладаващ хранителен източник, дава енергията на тези крилати чудеса. Това подготвя колибрите да издържат на дългия полет в залива и физическото напрежение, което води до това.

2. Колибрите са жадни.

Как се подхранват? Колибрите пият нектар от цветя. Те правят това с помощта на деликатните си раздвоени езици,

чиито краища са покрити с удължения, които улавят капки нектар за консумация. Техният метаболизъм е толкова бърз и трябва да се хранят толкова често, че колибрите са еволюирали да пестят енергия чрез вцепенение. Националният зоопарк и институт по консервационна биология на Смитсоновиан описва този феномен като „много дълбоко, подобно на сън състояние, при което метаболитните функции се забавят до минимум и се поддържа много ниска телесна температура. ... Вцепенението им позволява да се откажат физиологично, когато не могат да поддържат нормалната си телесна температура от 105 градуса по Фаренхайт /около 40.5 градуса по Целзий/.“

3. Колибрите могат да летят назад.

Колибрите са

единственият вид птици, които могат да летят назад. Те го правят редовно и изследванията са установили, че „полетът назад“ на колибрите е ефективен. Всъщност изследването, проведено от учения от Калифорнийския университет д-р Нир Сапир и други, показва, че „летенето назад използва подобно количество енергия като летенето напред, като и двете са по-ефективни от реенето“. Колибрите са невероятно подвижни във въздуха. Те летят напред и назад, за да се придвижват от растение на растение и от кацане на кацане, и използват режим на реене, когато извличат нектар от хранилки или цветя. Докато колибрите са умели в летенето, техните малки крака и стъпала са по-малко полезни и се използват главно за кацане.

Четете вестник Пламяк онлайн:

www.bulgarianflame.com

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

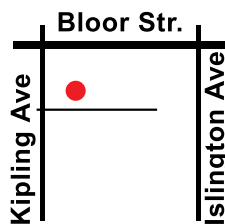
Owned and Operated by the Jelenic Family

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

www.thesweetgallery.com

 @thesweetgallerycafe

 @thesweetgallerycafe



Храни и главоболие - връзка има!



здраве.bg

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

Според учените почти 20% от храните могат да предизвикат силно главоболие. Те класифицират 6 вида вещества, които се съдържат в храната и могат да доведат до главоболие.

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

Хистамин Това вещество повишава имунните сили на организма, но употребата му в

големи количества може да доведе до силна мигрена. Много хистамин се съдържа в бирата и червеното вино.

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

Кофеин В умерени количества това вещество стимулира работата на мозъка, но прекомерната му употреба предизвиква главоболие. Затова не трябва да се злоупотребява с напитки като кока-кола, чай или кафе.

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

Натриев глутамат Практически цялата храна в китайските ресторанти е богата на това вещество.

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 DG 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. Prospophora 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**

То се съдържа в особено големи количества в морските деликатеси. Затова и хората, несвикнали с кухня от типа на китайската, могат да получат главоболие.

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

За да се предотврати появата на мигрена, се препоръчва да се консумират повече салати от пресни зеленчуци и да се пият повече течности.

Количеството на чая, кафето и спиртните напитки трябва да се държи в определени разумни граници, които са доста индивидуални според организма.

Алое вера: ползи за здравето



здраве.bg

Алое вера, вид растение с дебели и сочни листа, чиято родина са сухите региони на Африка и Индия, се използва от векове както като храна, така и в традиционната медицина. Популярен лек най-вече при леки изгаряния и ожулвания, сокът от алое вера се консумира и при много други състояния и заболявания, а в някои страни е широко

популярен подобно на останалите видове натурални сокове.

Алое вера и антиоксидантите

Алое вера съдържа много антиоксиданти, които ни предпазват от рак, сочат резултатите от изследване, публикувано през 2010 г. в изданието *Journal of Environmental Pathology, Toxicology and Oncology*. Резултатите показват, че най-големи са ползите при комбинирано орално и местно прилагане на алое вера и че растението може да ни предпази от рак на кожата, включително меланома - отчасти заради високата концентрация на антиоксиданти като витамините А, С и Е и минералите селен и цинк.

Срещу възпаленията

Противовъзпалителните свойства на алое вера са полезни при

лечението на язвен колит, сочат резултатите от изследване, проведено през 2004 г. и публикувано в *Alimentary Pharmacology and Therapeutics*. На изследваните лица били давани по 100 мл сок от алое вера 2 пъти дневно в продължение на четири седмици. Симптомите на язвения колит значително намаляли, а тъканта на дебелото черво се възстановила леко. Авторите на изследването заключават, че сокът от алое вера е безопасен и ефективен при лечение на язвен колит и планират да проведат допълнителни проучвания за потенциалните приложения на алое вера при хора с възпалителни заболявания на червата.

Алое вера и здравето на сърцето

Алое вера е полезно за сърцето, твърдят

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.

<< *Прод. от стр.18*

изследователите, публикували труда си през януари 2010 г. в изданието *Journal of Pharmaceutical Pharmacology*. В изследването на лабораторни животни били давани два пъти на ден по 200 мг алое вера на килограм телесно тегло. Целта била понижаване на оксидацията и възстановяване на антиоксидантния статус до нормата. След 20 дни резултатите показали, че алоето е повишило нивата на антиоксиданта глутатион четири пъти, което е показателно за предпазващите сърцето свойства на растението.

Действие срещу рак

Комбинацията от алое вера и мед може да ни предпази от рак, както показват резултатите от изследване, публикувани през 2010 г. в изданието *Phytotherapy Research*. Комбинация от сок от алое вера и мед помогнали за свиването на туморите. Изследователите заключили, че алое вера и медът могат да бъдат използвани да се възпрепятства размножаването на раковите клетки и за подпомагането на апоптозата – програмираната клетъчна смърт.

Шоколадът действа подобно на аспирин



здраве.bg

Всекидневната употреба на шоколад намалява вероятността от сърдечен пристъп, при това ефектът е почти същия като от прием на ацетилсалицилова киселина, твърдят американски учени от университета “Джон Хопкинс” в САЩ.

Те са изследвали повече от 1200 души (които са били с наследствени заболявания на сърцето) с цел да установят точното въздействие на аспирин върху тромбоцитите.

Преди началото на изследването участниците са спазвали определени правила: спортни занимания, отказ от тютюнопушенето, въздържание от напитките, съдържащи кофеин, от виното, сокът от грейпфрут и шоколада. Някои от участниците не са издържали и 139 от тях са били изключени от проекта поради нарушаване на изискванията. Въпреки това те са останали под наблюдение.

Резултатите от кръвните анализи показват, че шоколадът, също

както и аспириинът въздействат в еднаква степен на тромбоцитите, които предизвикват съсирването на кръвта, съобщава Ройтерс.

“Благодарение на тези, които не са въздържаха от шоколада, ние разбрахме, че химичното вещество, съдържащо се в какаото, действа подобно на аспирин на биохимично ниво – т.е. намалява натрупването на тромбоцити, образуващи тромби, които могат да доведат до фатален край поради настъпването на сърдечен пристъп”, коментира новото откритие Дайана Бекер, сътрудник от университета.

Да се радваме на слънцето!



здраве.bg

Трябвало да избягваме стоенето на слънце. Или поне така всеки ден ни съветват всевъзможни експерти - да избягваме излагането на слънчева светлина. Преди няколко години пък известен продуцент от Бродуей формира Алианса за проучване на меланомата, след като претърпял лечение от рак на кожата.

Истината е обаче малко по-друга - ако слънцето беше единствената

причина за развитието на рак на кожата, в този случай потърпевшата би трябвало да е стояла с вдигнати към слънцето крака в продължение на часове, и то всеки ден. Но пък и този случай беше удобен за съвети и лозунги от типа на: „Превенцията не е сложна: грабвайте слънцезащитните кремове и шапките с козирки, когато излизате, дори и през зимата”.

Подобни случаи подхранват фобията на хората към слънцето и им пречат да се възползват от многото здравни ползи, които всъщност слънчевата светлина ни предлага – стига, както и за всичко друго, да знаем мярката.

И така – кои са най-важните ползи, които слънцето и неговите лъчи ни носят:

1. Да започнем с очевидното. **Слънцето е причината тялото на човека да произвежда витамин D3.** Ултравioletовите лъчи от типа B (UVB) взаимодействат с холестерола в кожата, при което се задейства процес по производство на витамин D от бъбреците и черния дроб. Това не мое да се случва без излагане на слънчева светлина.

Излагането на по-голяма част от кожата на слънчева светлина за 20-30 минути трябва да се прави поне по 3-4



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



www.FirstAutoGroup.ca

sales@firstautogroup.ca

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

SALES:

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

MECHANIC SHOP:

Monday to Friday 9:30am- 5pm



пъти седмично. Стъклените прозорци блокират UVB лъчите, докато все пак пропускат UVA лъчите, които могат да носят не по-малки вреди.

Иронията е в това, че немалка част от слънцезащитни кремове блокират само UVB лъчите като по този начин възпрепятстват производството на витамин D3. Като пре-хормон, витамин D3 участва в различни жизнено важни процеси в тялото.

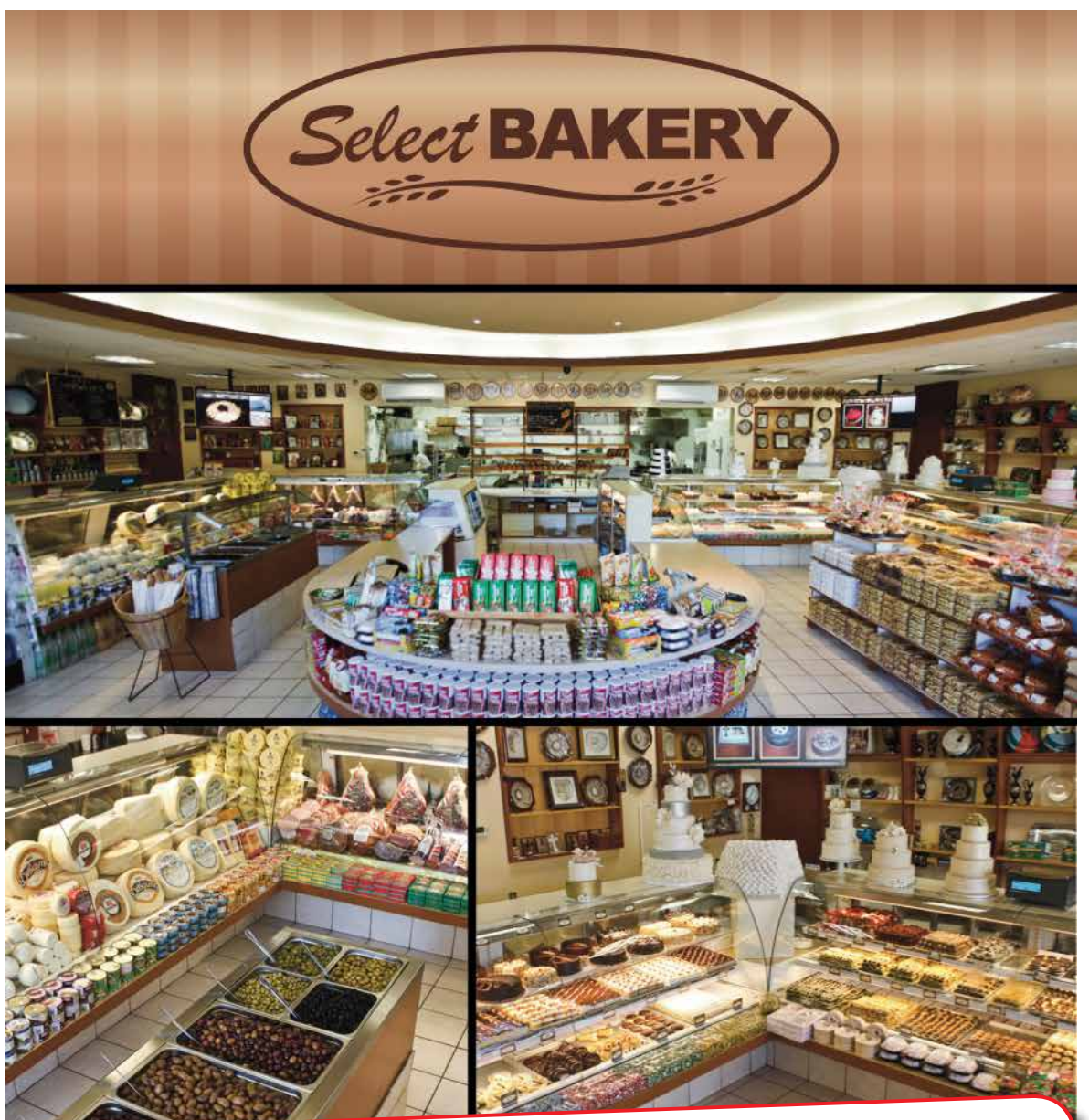
Производството на витамин D от слънчевата светлина има свой механизъм за спиране, който ни предпазва от предозиране. Но, ако измием кожата си със сапун твърде скоро след това, може да отмием мазнините по нея, които тъкмо са започнали процеса по преобразуване.

2. Д-р Йоана Будвиг препоръчва ежедневно излагане на слънце като част от известната й Диета на Будвиг за лечение на рака. Лекарката базира диетата си на електромагнитната полза от слънчевата светлина върху диетичните елементи, с които успешно лекувала случаи на рак.

3. При наличие на дълги периоди без слънчева светлина много хора изпадат в депресия – в този случай по-конкретно става дума за т.нар. сезонно афективно разстройство. Освен депресивното чувство, в такива моменти хората изпитват и недостиг на енергия. Сезонното афективно разстройство произлиза от липсата на слънчева светлина за дълъг период от време, но може да се лекува и със специални „слънчеви” лампи, които имитират истинската слънчева светлина.

4. Веществото в тялото ни, наречено меланин, е способно да преобразува слънчевата светлина в метаболитна енергия. Няколко изследвания и в момента проучват този феномен.

5. Слънчевата светлина доказано ограничава стреса, тревожността и необходимостта от приемане на обезболяващи медикаменти



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.



при пациенти, претърпели операция, сочат данни от изследване, проведено през 2005 г.

6. Проучване от 2012 г. пък е установило, че хората, които са изложени на слънце по 6 часа на ден са по-способни да се концентрират в течение на остатъка от деня.

7. Данните от дерматологично проучване, проведено през 2011 г., сочат, че **излагането на слънчева светлина помага за изгарянето на подкожните мазнини**, но не въздействат задължително по негативен начин на сърдечносъдовото здраве.

Слънчевата светлина помага и за ограничаването на висцералните мазнини - дефицитът на витамин D се свързва с по-високо производство на мазнини около вътрешните органи, което води до затлъстяване и последващите от него заболявания като например

диабет и сърдечносъдови проблеми.

Печени картофи със спанак/лапад



Рецептата е публикувана в dieta.info

Необходими продукти:

1/2 кг картофи
1 кг спанак (или коприва)
3 яйца
1 1/2 ч.ч. прясно мляко
олио
сол

Начин на приготвяне:

Картофите се сваряват и настъргват на едро. Спанакът/копривата се задушават в 1/2 к.ч. олио. Половината картофи се разстилат в намазнена тавичка, върху тях се слага равномерно спанакът/лападът. Отгоре се добавят останалите картофи, добавят се 2-3 с.л. олио и прясното мляко с

разбитите яйца, посолява се на вкус. Пече се в силна фурна до златисто.

Може да се приготви и с коприва.

Кухня: българска

Основни продукти: сирене/кашкавал/мляко, картофи

Начин на приготвяне: варена, печена

Време за приготвяне: 60 - 120 минути

Салата от зрял боб



Рецептата е публикувана в *dieta.info*

Необходими продукти:

- 500 г зрял фасул
- 1-2 глави червен лук
- 1 морков
- 2-3 скилидки чесън
- 3-4 кисели краставички
- 2 добре сварени яйца
- олио
- джоджен
- магданоз
- сол

Начин на приготвяне:

Сварете предварително накиснатия на една нощ фасул с едната глава лук и нарязания на кубчета морков. Отцедете добре, добавете другата глава лук и чесъна, нарязани на филийки, олио, магданоз, джоджен и сол на вкус. Украсете салатата с варените яйца, нарязани на шайби.

Кухня: българска

Основни продукти: зеленчуци

Начин на приготвяне: варена

Време за приготвяне: 60 - 120 минути

Alliston Meat & Delicatessen

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



Европейски хранителен магазин в Мисисага

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



Близък приятел на Михаел Шумахер предостави рядка здравна информация след „редовни“ посещения при легендата на F1



Близкият приятел на Михаел Шумахер Жан Тод даде рядка информация за здравето на шампиона, което е пазено в строга тайна след ужасяващия инцидент на ски преди 12 години, предаде LBC.

56-годишният Шумахер не е виждан на публично място след почти фаталния инцидент на ски във Франция през 2013 г. Той бе оставен в 6-месечна индуцирана кома след тежък кръвоизлив в мозъка. Семейството на състезателната легенда оттогава пази поверително състоянието му, като само на няколко избрани души е разрешено да го посещават. Сред тях е бившият шеф на отбора на Ферари Жан Тод, който разкри, че редовно се вижда с Шумахер. Говорейки пред италианския La Repubblica, Тод каза, че цени приятелството

си с легендата на F1.



„Семейството реши да не отговаря на въпроси за неговото състояние“, каза Тод. „Избор, който уважавам. Виждам го редовно, него и семейството му.“

„Нашата връзка надхвърля предишната ни работа. Тя е част от моя живот, който днес е много далеч от Формула 1.“

Думите на Тод идват, след като Шумахер бе видян публично на сватбата на дъщеря си Джина миналата година. Спекулациите за повече информация обаче бяха прекратени от друг близък приятел на Шумахер, Джони Хърбърт, който се състезава във Формула 1 между 1989 и 2000 г.

„Това винаги ще бъде затворена вратга“, каза той.

Шумахер вече е на път да стане дядо, след като дъщеря му обяви, че е бременна. Споделяйки новината в Instagram, 27-годишната написа: „Очакваме с нетърпение пристигането на нашето малко момиченце.“

Конър Макгрегър наплю в лицето фен заради подкрепата му за Хабиб Нурмагомедов



ММА суперзвездата Конър Макгрегър бе заснет да плюе в лицето на мъж, който изрази подкрепата си към неговия дългогодишен съперник Хабиб Нурмагомедов, предаде VN Express.

Във видеото, публикувано наскоро в X, Макгрегър се вижда да върви през търговски център когато мъжът извиква „Let's go Khabib.“ 36-годишната ирландска звезда веднага се обръща, изправя се срещу мъжа и го наплюва отблизо. Докато Макгрегър се отдалечава, той поглежда назад и каза: «Плюя в лицето ти. Какво правиш? Нищо.»



Миналата седмица Макгрегър поднови враждата си с

Нурмагомедов, като публикува расистки обиди в социалните медии, които покъсно изтри и заяви, че вече не го е грижа за съперника му, продължава VN Express.

Нурмагомедов и Макгрегър се изправиха един срещу друг в **UFC 229 през октомври 2018 г.** и дагестанецът си тръгна с победа. **След двубоя имаше сбиване между двата лагера,** което накара Щатската атлетическа комисия на Невада да наложи наказания както на Нурмагомедов, така и на Макгрегър.

Макгрегър също така нападна автобуса на Нурмагомедов в Ню Йорк през същия месец, което го изправи пред съд. Нурмагомедов пък злорадства когато Макгрегър загуби от Дъстин Поарие на UFC 264 през юли 2021 г. Ирландецът предизвика полемика, когато отговори, като обиди покойния баща и треньор на Нурмагомедов Абдулманап, **който почина на 57 години през юли 2020 г.** поради усложнения от Ковид-19.

Това бе и причината Хабиб да се оттегли в края на миналата година. Той напусна спорта с непобеден

Прод. на стр.25>>

<< *Прод. от стр.25*

рекорд от 29-0 (13-0 в UFC), след като спечели титлата в лека категория на UFC през 2018 г. и я защити три пъти, включително с победи над Макгрегър, Поарие и Джъстин Гетджи.

Конър Макгрегър, който счупи глезена си при загубата от Порие, не се е състезавал професионално оттогава. С рекорд 22-6, той е първият боец в историята на UFC, който държи две титли едновременно, в категория „перо“ и в „лека категория“. Той също така е известен като краля на *pay-per-view*, като е бил хедлайнер на пет от най-касовите събития на UFC. През 2021 г. Forbes определи Макгрегър за най-добре платения спортист в света с приходи от \$180 милиона.

Въпреки че Макгрегър е най-известен със своите ММА подвизи, боксовият му мач срещу Флойд Мейуедър през 2017 г. го изстреля до световна слава. Въпреки загубата с технически нокаут в десетия рунд, ирландецът спечели около \$100 милиона за кръстосаната битка.

Полициаи неочаквано нахлуха в апартамента на Франсис Нгану в Париж



Бившият шампион на UFC в тежка категория и настоящ боец на PFL Франсис Нгану от Камерун наскоро направи шокиращо изявление за нахлуването на полицаи в апартамента му в Париж. Това събитие привлече вниманието не само на феновете на смесените бойни изкуства, но и на широката публика. Нгану, който стана известен със своите мощни удари и впечатляващи изпълнения в октагона, сега е в светлината на прожекторите по съвсем различна причина, предава Boxing Insider.

Според Нгану посещението на полицията е било неочаквано и може би се е дължало на някакви недоразумения. Той отбеляза, че е бил изненадан, когато видял служители на реда в дома си. Това събитие повдига много въпроси какво всъщност се е случило и защо полицията е решила да го посети. Боецът

изрази недоволство от тази ситуация, като подчерта, че би искал да разбере причините.

Франсис Нгану е не само известен спортист, но и човек, който активно работи върху развитието на кариерата си извън ринга. Той се превърна в символ на постоянство и сила, преодоля много трудности по пътя към успеха. Камерунецът вдъхновява мнозина с постиженията си, а феновете му се надяват този инцидент да не повлияе на кариерата и бъдещите му планове.

„По дяволите, имах много странно преживяване тази сутрин в Париж. Група полицаи нахлуха в апартамента в търсене на заподозрян. Аз и семейството ми не изглеждаме като тези, които търсят, но семейството ми бе уплашено“, написа Нгану на страницата си в социалните медии по повод случилото се. Това съобщение предизвика широк резонанс и много дискусии сред феновете и обществеността.

Нгану подчерта, че подобно преживяване е изключително неприятно за него и семейството му. Чакането на органите на реда да дойдат в

къщата ви може да бъде много стресиращо и в тази ситуация това беше потвърдено.

Boxing Insider припомни, че в последната си битка, която се проведе на 19 октомври 2024 г. в Рияд (Саудитска Арабия), Нгану се срещна с бразилския състезател Ренан Ферейра на турнира PFL Super Fights. Битката завърши с победа с технически нокаут в първия рунд за камерунския спортист, който демонстрира своята сила и умения. Победата затвърди позицията му в PFL лигата и му позволи да продължи възхода си в света на професионалния спорт.

Скандалната Имане Хелиф няма да се състезава на Световното по бокс за жени в Сърбия



Имане Хелиф няма право да се състезава на Световното първенство по бокс за жени през 2025 г. въпреки победата си на Олимпийските игри в Париж през 2024 г.

Прод. на стр.26 >>

<< *Прод. от стр. 25*

Състезанието на Международната боксова асоциация (ИВА) ще се проведе тази година в Ниш, Сърбия и ще продължи от 8 до 16 март, предава Boxing News.

Вече над 200 състезателки от 39 нации са се регистрирали да се състезават на Световното първенство - събитие, което ще покаже голяма част от елитните таланти, които женският аматьорски бокс може да предложи.

Въпреки това, олимпийският шампион Хелиф няма да бъде сред тези, които летят до Сърбия. Според ИВА 25-годишната се е провалила на

теста за допустимост на пола, проведен от организацията през 2023 г., което я дисквалифицира от Световното първенство през същата година.

Но след като ИВА оттогава бе лишена от статута си на ръководен орган на олимпийския бокс, Хелиф получи възможността да играе на миналогодишните летни олимпийски игри. Нещо повече, Международният олимпийски комитет (МОК) отхвърли тестовете за допустимост на пола на ИВА, твърдейки, че те са „погрешни и нелегитимни“.

Тези твърдения бяха направени

от говорител на пресконференция, която се проведе преди Олимпийските игри в Париж, илюстрирайки дълбоко вкоренената вражда между МОК и ИВА.

В резултат на това и Хелиф, и тайванската боксьорка Лин Ю-тинг – която също се е провалила на теста за допустимост на пола, проведен от ИВА – получиха разрешение да се състезават като спортистки на миналогодишните игри.

Независимо от позицията на МОК, генералният секретар и главен изпълнителен директор на ИВА Крис Робъртс настоя, че тестовете на организацията

за допустимост на пола ще продължат през тазгодишното Световно първенство за жени.

„Имане Хелиф не отговаря на изискванията за нашето Световно първенство – тя не отговаря на критериите за допустимост“, каза Робъртс на пресконференция в Ниш. „Нашите технически правила ясно определят изискванията и критериите за допустимост за събитието.

„Ние на случаен принцип провеждаме тестове за допустимост на пола и ще тестваме през Световното първенство тук.“



Спортна рубрика:
Павел Станимиров

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.

В автобуса минава контрола.
 – Вашето билетче?
 Пътникът почва да шари по джобовете си:
 – Тука беше... Тука беше... Тука беше...
 – Не може ли малко по-бързо?
 Пътникът започва да се тупа по джобовете два пъти по-бързо:
 – Тука-беше-тука-беше-тука-беше!



Младеж с плавници и пешкирче под мишница бодро крачи из Сахара. Насреща му – керван.
 – Момчета, близо ли е морето?
 – Три дни пеш.
 Младежът с плавниците възхитено казва:
 – Ега ти плажа!



Попитали известен пътешественик кое е най-важното, за да завърши пътуването успешно.
 – Да вземете два пъти по-малко багаж и два пъти повече пари от планираното!



Трима български митничари се подпират на граничната бариера с Турция.
 – Виж оня тир. Ще му смъкна 500 евро.
 – А аз – 600.
 – Аз пък – 800!
 – Пас!
 – Пас!



Млада майка се оплаква:
 – Никаква работа не вършат тези книжки за отглеждане на деца! В моята пише, че след като детето си изпие шишето с мляко, трябва да го изплакна със студена вода и да го измия с четка.
 – Точно така се прави!
 – Да, ама на детето никак не му харесва и реве, сякаш го коля!
 Учителка се оплаква на бащата:
 – Синът ви ме нарече проститутка! Бащата веднага хваща хайманата за ухото:
 – Какво си позволяваш ти, бе, нехранимайко! Учи ли те учителката? Учи те. Грижи ли се за теб? Грижи се. Възпитава ли те? Възпитава те. Какво право имаш ти да коментираш какво прави тя в извънработно време?



Млад моряк си купил речник на морските термини и разочаровано констатирал:
 – Няма ни една от думите, с които боцманът ми обяснява кое за какво е!
 В килията.
 – Не ми върви и това си е! Беше съвсем елементарен обир!
 – Значи лошо си се подготвил.
 – Лошо? Три седмици храних кучето пред тая проклета вила, за да не ме лае!
 – И какво?
 – Като влязох, настъпих котката...

Едно момченце намерило на улицата консерва, но нямало отварачка. Отишло при полицаия.
 – Чичко полицаю, може ли да ми отворите консервата?
 Полицаят я взел:
 – Отворете, полиция!



– Мамо, аз на кого приличам? – пита едно момиченце.
 – На мен.
 – А ти на кого?
 – На баба ти.
 – А баба ми на кого?
 – На прабаба ти.
 Момиченцето писва:
 – Ама ние да не сме матрйошки!



Час по анатомия.
 – Деца, кой ще ми каже какво представлява гръбначният стълб?
 – Ами, това е едно нещо, което минава през тялото, само че отзад.
 На горния му край е главата, а на долния седим...



Две коли се сблъскват на пътя. Шофьорите изпълзяват изпод тенекиите понатъртени, но живи.
 – А, Бог дал, Бог взел – казва единият.
 – Спечелих за една, ще изкарам и за втора – казва другият. – Добре поне, че шишето с уиски оцеля. Дай да му пийнем по едно заради това, че останахме живи!

Колегата му отпива здрава глътка и подава шишето обратно.
 – Не, благодаря. Ще почакам катаджиите...



Преглед в училището. Лекарят пита момченце:
 – Имаш ли някакви оплаквания от ушите и носа?
 – Имам!
 – Какви?
 – Когато мама ми облича пуловера, много ми пречат!



Бащата наставлява сина си:
 – И запомни, сине, умният човек винаги във всичко се съмнява. Само глупаците могат да са напълно уверени!
 – Това сигурно ли е, тате?
 – Абсолютно!



На вратата се звъни. Отварят. На прага стои възрастна жена и пита:
 – Вие ли вчера сте спасили внучето ми, като сте се хвърлили и сте го измъкнали изпод трамвая?
 – Да, аз...
 – А къде му е шапката?



Попитали ученик:
 – Колко време може да издържи без скафандър човек в открития космос?
 Момченцето изобщо не се замислило:
 – Практически – вечно...



Ей такива сладурчета
рисувам по някога за
добро настроение.

За поръчки:
Вяра
416-821-9915



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

**Четете
в Пламяк
онлайн:
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.

**Четете
вестник Пламяк
онлайн:
BulgarianFlame.com**

Вземете си календари за 2025 година от магазини Карлово!
Подарете и на ваши близки. Безплатни са.

 <p>Dr. Simion Minkov и Dr. Tzvetko Minkov Tel: 416.922.3049 www.minkovdental.com</p>	<p>Весела Коледа и Честита Нова 2025 година! Ivelina Miljevic Cell: 416-839-2078 ivmilaa@roccomtg.com</p>	 <p>Dr. Simion Minkov 800 Sherbourne St. Suite 811 admin@simionov.ca (416) 926-0005</p>	<p>Весела Коледа и Честита Нова Година НАЗАРКОВ III Eva Aslanian Tel: (514) 961-3949 1-800-764-4470 www.evaweb.com</p>																																																																																																																																				
<p>Весела Коледа и Честита Нова Година! Zee Zdravko Dimov Dir. 416-569-5396 Sales Representative info@zdravkohousestore.ca Off: 416-391-3232</p>	<table border="1" style="width: 100%; font-size: 8px;"> <tr><th colspan="7">Януари</th><th colspan="7">Февруари</th><th colspan="7">Март</th><th colspan="7">Април</th></tr> <tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td></tr> </table>	Януари							Февруари							Март							Април							1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<table border="1" style="width: 100%; font-size: 8px;"> <tr><th colspan="7">Май</th><th colspan="7">Юни</th><th colspan="7">Юли</th><th colspan="7">Август</th></tr> <tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td></tr> </table>	Май							Юни							Юли							Август							1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<p>Весела Коледа и Честита Нова Година! Bobbie Doneva Tel: 905-848-4884 C: 647-988-2010</p>
Януари							Февруари							Март							Април																																																																																																																		
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31																																																																																																		
Май							Юни							Юли							Август																																																																																																																		
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31																																																																																																		
<p>Щастлива и успешна Нова Година! First Auto Group Петър и Ангел 416-823-2403 416-821-1221 857 Kipling Ave. Toronto www.FirstAutoGroup.ca</p>	<p>Весела Коледа и Щастлива Нова Година! Public Holidays for 2025 New Year - Wednesday, January 1 Good Friday - Friday, April 18 Labour Day - Monday, August 11 Thanksgiving Day - Monday, October 13 Remembrance Day - Tuesday, November 11 Christmas Day - Tuesday, December 23 Boxing Day - Friday, December 26</p>	<p>2025 Пламяк www.bulgarianflame.com</p>	<p>Весела Коледа! Здраве и радост през Новата 2025 година! KRONOS INTERNATIONAL SHIPPERS INC. 29 Skidway Ave. Scarborough, ON Tel: (416) 291-4686 Toll Free: 1 (877) 683-3353 Email: info@kronoscanada.com www.kronoscanada.com</p>																																																																																																																																				

