



Ви кани на традиционния си  
**ГОДИШЕН ПИКНИК**

21 юли, неделя  
**ВСИЧКИ СА ДОБРЕ ДОШЛИ!**

**Виж стр.20**



**Прозрение**

Красиво е да видиш светлината  
в очите на човека срещу теб.  
Омайваща, топлинна и позната,  
защото виждаш себе си в човек.  
И устните говорят ни без думи  
с целувка по челото вечерта.  
И с нежност, в мекотата на момента,  
се движим във различна ширина.  
Със дланите във изгрева на утро,  
с усмивка на усещаш деца.  
Без корист, без лъжа.  
То е изкуство -  
да можеш да обичаш  
с Любовта.

...казал Овенът...

Кремена Кирилова

Източник: www.facebook.com/jivaroezia/, Автор: Кремена Кирилова - Жива Поезия



Your one stop **Health Food Store**  
Largest Health Food Chain in the GTA

**NOW OVER 24 LOCATIONS ACROSS THE GTA!**

**LIVE LIFE HEALTHY** healthyplanetcanada.com



**OLD MILL PASTRY & CAFE**

780 Burnhamthorpe Rd  
Unit#12/ Mavis  
905-232-5246

**BARANS**

**TURKISH CUISINE & BAR**

2043 Eglinton Ave E, Scarborough  
LIVE MUSIC  416-750-4545  
[www.barans.ca](http://www.barans.ca)

**Колетни пратки до България и Европа**  
905-499-1122



**Виж стр.10**

3262 Lenworth Dr.  
Mississauga, ON, L4X 2G1

ПОКУПКО - ПРОДАЖБА НА НЕДВИЖИМИ ИМОТИ  
В КАНАДА И БЪЛГАРИЯ

**ДИМИТЪР МИТУШЕВ**  
Sales Representative

Cell: 416-471-3464  
Office: 416-391-3232  
dimidi@homerestates.net  
[www.dm-realestate.com](http://www.dm-realestate.com)



**First Auto Group**

Продажба, покупка и ремонт на автомобили

Ангел и Петър  
867 Kipling Ave.  
416-823-2403,  
416-821-1221

**ИМИГРАЦИЯ В КАНАДА**

**LPI**  
Immigration PATHS

Михаела Керезова  
Тел. (416) 800-3898



**ЗЪБОЛЕКАРСКИ УСЛУГИ В МИСИСАГА**

**Виж стр.20**



**Новият бизнес каталог ще бъде наличен скоро и онлайн!**  
Търсете го също в хранителните магазини в Торонто (GTA).

## Емигрантите отново са „инвеститор“ № 1 в България

От всички пари, влизаци в България от чужбина, най-голям е притокът на емигрантските пари. Само за периода януари-април българите в чужбина са превели в България €400 млн., показват данните на БНБ за платежния баланс. Средно на ден в страната постъпват по €3.5 млн. емигрантски пари, изчисли Invest.bg. Така за поредна година инвеститор №1 в България се оказват именно българските

емигранти. Посочените суми отчитат само парите, преведени по банков път. При това статистиката на БНБ отразява само преводите над €2,500. По официални данни от последните години най-много пари пристигат от САЩ, Испания, Италия и Гърция. Българските емигранти са превели на своите близки в България \$2.4 млрд. през 2018, твърди доклад на Световната банка (СБ) за миграцията и развитието. Експерти

поясняват, че е погрешно да се сравняват емигрантските пари и чуждестранните инвестиции, защото ефектите от тях са много различни. Средствата, които българите в чужбина изпращат играят по-скоро ролята на паралелна система за социална защита и не могат да заместят вложенията в производства, услуги и работни места, напомнят икономистите. Според доклад на правителството от 2018,

стотици хиляди българи се трудят в други държави, докато българската икономика страда от остър недостиг на работна ръка. Според доклада България търпи огромни загуби от това, че стотици хиляди умни, знаещи и работливи хора са заминали зад граница. Пропуснатите ползи за българската икономика заради огромния износ на работна ръка се изчисляват на над 4 млрд. лв. годишно.

## Рехабилитатор уволнен след публикуване на заплата си във Facebook

Рехабилитатор бе уволнен, след като сподели какво е месечното му възнаграждение във Facebook. Месут Юркуюш от с. Хаджидимитрово, след завършване на висшето си образование започва работа в държавното предприятие „ПРО“

АД, клон Павел баня. На 12 март е сключен договор за назначаване с основно трудово възнаграждение 600 лева. От ръководството го уверили, че на втория-третия месец заплащането му ще бъде увеличено. На 3 юни, Месут сподели във Facebook унизително

ниската си заплата – 388 лв. за месец труд като рехабилитатор, на осем часов работен ден по график. След два дни обаче е уволнен на основание „Прекратяване на трудов договор със срок на изпитване, уговорен в полза на „ПРО“ АД клон Павел баня, преди

изтичане на срока за изпитване“. Остават съмненията, че реалната причина е, че е отказал да изтрие публикацията си от социалната мрежа.

## В Пловдив осъдиха двама мъже за отглеждане питбули за боеве

Окръжният съд в Пловдив потвърди присъда на Районния съд, с която двама мъже на 51 и 26 години са осъдени за отглеждане и трениране на питбули за боеве. Престъплението е извършено в периода от началото на 2012

до 29 октомври 2016 в Пловдив. 51-годишният мъж е с наложено наказание от 2 години „лишаване от свобода“ условно с четири години изпитателен срок и глоба от 4,000 лева. 26-годишният мъж е с наказание от една година

„лишаване от свобода“ условно с три години изпитателен срок и глоба от 2,000 лева. Кучетата са били оставени за отглеждане в Общинско предприятие „Зооветеринарен комплекс“ в Пловдив, като те се отнемат в

полза на държавата и ще бъдат предадени на агенция към Министерството на земеделието и храните.

## 16-год. българин, живеещ в Швейцария, спечели сребърен медал на европейското по плуване

16-годишният Йосиф Миладинов спечели сребърен медал на европейското първенство по плуване за юноши и девойки в Казан, Русия. Българският

талант, който живее и тренира в Швейцария, завърши втори във финала на 100 метра бъртерфлай с време 52.11 секунди, което е нов национален рекорд за мъже.

Предишният рекорд бе отново на Миладинов - 52.32, поставено в Грац пред април тази година. Във финала Йосиф отстъпи единствено на руснака Андрей

Минаков, който спечели златото с 51.66 сек. и покори норматив "А" за участие на Олимпиадата в Токио.

## Когато пренасяме лекарства зад граница

Ако през лятната ваканция пътувате в чужбина и носите лекарства със себе си, не ги вадете от опаковките и не изхвърляйте листовките им, съветват от Агенция Митници. Освен това предписаните лекарства задължително трябва да са придружени с рецепта. Ако тръгвате на път за чужбина и са ви необходими лекарства, не се притеснявайте да ги вземете със себе си. Няма да имате проблеми

на границата, ако знаете какви са митническите изисквания за различните медикаменти, обясни пред Дарик Вяра Генова от Агенция Митници: „Тези лекарства, които се продават свободно в България могат да бъдат пренасяни без рецепта. Задължително рецепта е необходима за онези лекарства, които са по-тежки, по-специфични и се приемат само по предписание на лекар, включително такива, които са в

инжекционна форма. Те също така трябва да са си в оригиналните опаковки, трябва да се носи или рецептата, или някакъв друг вид документ от лекар, в който се вижда, че лекарството е предписано, че е предписано на конкретния човек.“ От България можете да изнесете до 10 хиляди евро без да ги декларирате. Ако сумата е по-висока и пътувате до страна извън ЕС, задължително се попълва декларация.

Декларираните суми не се облагат с данък, уточняват от Агенция Митници. Ако носите със себе си скъпи вещи и предмети, например специално облекло за гмуркане, то трябва да е придружено с документ, наречен АТА карнет. АТА карнет не се издава от митницата, а от гарантираща организация, която е различна за всяка държава и се заплаща, т.к. е един вид застраховка.

## Населението на България падна под 7 млн.

През 2018 населението в България е наброявало 6,957,642 жители, показват последни данни от анализ на Евростат. За една година населението на България е намаляло с 50,000 души - през 2017 то е било 7.05 млн. Анализът на Евростат отчита също, че броят на младите българи у нас на възраст под 15 год. през 2018 е бил 996,000 или 14.3% от общия дял на населението.

Българите на възраст 14-64 години са били 4,494,937 или 64.4% от населението. Българите на възраст над 65 години са били 1,466,652, което е 21% или с близо 470 000 в повече от младите българи. Прогнозни данни на НСИ за населението у нас през 2020 са българите да бъдат 6,942,142 души. Евростат изчислява, че гражданите на ЕС са 513 млн., като най-много са

германците - 83 млн., следвани от французите - 76 млн., британците - 66.7 млн., италианците - 60 млн. и испанците - 49 млн. Най-многолюдната в Източна Европа е Полша, чието население през 2018 е било 38 млн. Най-малката нация в ЕС е Малта с 475 хил. жители, Люксембург с 602 хил. и Кипър с население от 864 хил души. България е и страната с най-висок отрицателен прираст в ЕС с най-

голяма разлика между броя на починалите (109 на 1,000 жители) спрямо броя на ражданията (62 на 1,000). Населението се е увеличило в 18 от 28-те членки на ЕС и е намаляло в 10 от тях. Раждаемостта в ЕС е най-висока в Ирландия (12.5 раждания на 1000 жители), Швеция и Франция.

## Банкоматите по морето сменят €1 срещу 1.70 лв.

Чужденци, които почиват на Южното ни Черноморие, теглят пари от банкомати, които сменят 1 евро срещу 1.70 лв., а курсът в банките е 1.95 лв., споделят хора пред "Телеграф", цитиран от Факти.бг. Машините за теглене на пари са разположени буквално през 20-30 метра. Банкоматите не могат да бъдат използвани с

български карти. Репортер на изданието е направил опит да изтегли сума с българска карта, но тя била върната. "Много чужденци се оплакаха, че им заминават доста евро с тези машинки. Това се пада по 0.25 ст. отгоре на 1 евро", споделя продавачка, която работи в помещение, в което има подобен

банкомат, и допълни: "Освен това българите няма откъде да си изтеглят пари. Трябва да търсят банки и евентуално един-два нормални банкомата". Друг смущаващ факт е, че масово до табелката на входовете по дискотеките няма пояснение дали цената е в евро или левове, а само цифрата. Така ако пише

само "20" за българи е в левове, а останалите в евро. Подобна е ситуацията с такситата, шензлонгите и чадърите. Ако на българите струват по 40 лв., то руснаците или германците плащат по 80 лв., за да се пекат на плажа, пише Телеграф.

# ELITE MEAT COMPANY

If it says Elite, it can't be beat!

**CHEVAPS CEVAPCICI**  
PORK AND BEEF  
PORC ET BOEUF  
SKINLESS SAUSAGES  
SANCISSES SANS BOYON

90 PIECES PER BOX

The "Just Like Home" Chevaps!

**AVAILABLE RIGHT HERE!**

**Niagara Falls**  
B&R European Deli  
8240 McLeod Rd  
Balkan Deli  
8214 Lundy's Lane

**Hamilton**  
Gala Grocery  
754 Queenston Rd  
Glendale Bakery  
205 Quigley Rd

**Burlington**  
Marco's Bakery  
3500 Fairview St #4

**Mississauga**  
Stari Grad -All Locations  
Old Mill Pastry -780 Burnhamthorpe Rd W #12  
Alliston Meats - 660 Bloor St.

**Toronto**  
Mak Deli  
1335 Lawrence Ave E  
Mercator - 2046 Sheppard Ave E  
C-Market - 1006 Pape Av

**Kitchener**  
C-Market - 517 Victoria St S.  
Montenegro Foods - 192 Activa Ave.  
Taste of Europe - 612 King St E.

**S&A Foods** RESTAURANT SUPPLIES For more locations and information, call S&A Foods 416-755-9955

**CPHRs earn 23%\* more than non-designated human resources professionals.**

Proven expertise will take your career to the next level. Our fast, focused, and industry-accredited program offers the fastest pathway towards the CPHR designation.

AIZAZ SATTAR, CPHR  
Human Resources Management Diploma, 2008

Career ready education | **Ashton College**

**HUMAN RESOURCES MANAGEMENT DIPLOMA**

**FULL-TIME (3 Months) | PART-TIME (10 Months)**  
Contact an Admissions Officer at 1(844) 628-5784 or go to [AshtonCollege.ca/HR](http://AshtonCollege.ca/HR) to apply for the next start date.

\*Source: Insights West - National Salary Survey 2016

**Ashton**  
ashtoncollege.ca

Vancouver | Abbotsford | LIVE Online

# ПРЕДЛАГАМЕ РАБОТА

## Fiera Foods Company is HIRING

As one of North America's largest, privately-owned large-scale bakeries, Fiera Foods Company and affiliated companies has an incredible history of expansion, innovation and quality over the past 30 years.

*We're looking for outstanding people to join our outstanding team.*

**Production** (Mixers, Scalers, Oven Operators, Production Line Operators, General Production Staff, Forklift Operators, Shipper/Receivers)

**Skilled Trades** (Electricians, Mechanics, Refrigeration Mechanics, PLC Technicians)

**Sales** (Canada and US)

**Management** (lead hand, supervisory, management, Project Engineers)

*Our commitment to quality, excellence, and responsiveness are critical to our team and our success. Superior communication, teamwork, and attention to detail are expected of everyone.*

Please submit your resume and your compensation expectations to [HR@fierafoods.com](mailto:HR@fierafoods.com)

We thank all in advance for their interest, however only those selected for interviews will be contacted.

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** (Специалисти по смесване, Оператори на производствена линия, Работници на конвейер, Мотокаристи, Доставчици/Приематели)

**Професионални работници** (Електротехници, Механици, Хладилни техници, PLC Техници)

**Продажби** (Канада и САЩ)

**Мениджмънт** (Бригадири, Супервайзъри, Мениджъри, Инженери-проектанти)

*Нашият стремеж към качество, съвършенство и отговорност са от решаващо значение за екипа ни и нашия успех. Изключително добра комуникация, работа в екип и прецизност към всеки детайл се очакват от всеки един.*

Моля изпратете автобиографията и очакванията си за възнаграждение на имейл: [HR@fierafoods.com](mailto:HR@fierafoods.com)

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

# 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



1-53 Bertrand Ave. Scarborough ON M1L 4P3  
 Tel: 416-759-0293 Fax: 416-759-5226 Email: mark@memorialgalleries.ca  
 Business Hours: Monday - Saturday: 10am - 6pm Sunday: By Appointment  
 www.memorialgalleries.ca

## 45,000 бъчви с Jim Veam изгоряха във Версай

Склад с около 45,000 бъчви бърбън Jim Veam във Версай, щата Кентъки, се подпали и изгоря. Вероятната причина за пожара е светкавица. По първоначални данни бърбъна е бил на около 1

година, поради което инцидентът няма да се отрази на доставките за крайните потребители, съобщиха от Veam Suntogy, собственик на Jim Veam. Медии изчисляват, че според крайните пазарни цени на

бутикла Jim Veam загубите са в рамките между \$90 и \$300 млн. Близко 40 пожарни команди от 5 окръга се бориха с пожара в склада с площ на футболно игрище. Част от буретата бяха оставени да

изгорят, за да не попадне алкохол в близките реки, тъй като може да е смъртоносен за живота там.

## Снимка на Саркози и Карла Бруни взриви социалните мрежи

Известното френско списание Paris Match се защити от обвиненията, че е ретуширало снимка на корицата си, на която бившият френски президент Никола Саркози е по-висок от съпругата си Карла Бруни, съобщиха AFP и DPA. "Снимката не е ретуширана,

за да може Никола Саркози да изглежда по-висок от Карла Бруни", се казва в комунике на списанието. Снимката предизвика подигравателни коментари в социалните мрежи, припомняйки, че 175-см. високата Бруни е с 10 см. по-висока от саркози. "Някои сметнаха за учудващо да видят,

че Никола Саркози е по-висок от Карла Бруни", се допълва в комуникето. Paris Match поясни, че по време на фотосеанса в края на месец юни двойката е била заснета на различни места в дома ѝ в Париж, включително на външни стълби. 64-годишният бивш френски президент неотдавна

публикува биографична книга, озаглавена Passions. В нея той описва политическата си кариера и личния си живот, по-специално срещата си с Карла Бруни. Никола Саркози отбелязва, че за него тази среща е най-важната в живота му.

## Финландци правят брашно от ток, вода и въздух. Продават го срещу €5 за 1 кг.

Финландската компания Solar Food очаква лиценз от ЕС, за да започне да произвежда храна от ток, вода и въздух от 2021. Името на храната е Solein, а приготвянето ѝ наподобява процесите, свързани с производството на

бира. Живи микроби се поставят във вода и се захранват с въглероден диоксид и водород, които се освобождават при наличието на електрическо напрежение във водата. Микробите произвеждат безвреден протеин,

който пък след това се изсушава и превръща в подобна на брашно субстанция. Целта е Solein да се превърне в основен хранителен източник за космонавтите в орбита, тъй като е лесна за съхранение, издържа дълго и не

изисква особени приготовления. Няма причина обаче брашното от микроби да е предназначено единствено за космически ястия и вероятно ще бъде продавано и в магазини на земята срещу €5 за 1 кг., казват от Solar Food.

## Руски учени правят алкохол от стари гуми

Учени от Урал Федералния университет (UrFU) в Екатеринбург са разработили технология за производството на метилов алкохол вследствие преработка на стари автомобилни гуми. Това съобщиха от PCNews.ru, позовавайки се на пресслужбата на Министерството на науката и

висшето образование на Руската федерация. За преработката на гумите се използва метод на парна газификация на гумите при температура от 700 градуса, при което се получава синтетичен газ. После се прави последващата му обработка до получаването на метанол. Според ръководителя на

отдела за атомни електроцентрали и алтернативна енергия в UrFU Сергей Шелейн, учените използват барабанен реактор за рециклиране на гумите, където метанолът може да се добива при високо налягане и температура. Количеството каучук, което се добива в инсталацията, достига

457 кг на час, а производството на метанол – до 328 кг/час. Според учените използването на употребявани гуми е от голямо значение, тъй като премахването на депата ще освободи големи площи, които понастоящем се заемат от старите гуми.

## Google изпрати подаръци на ... Google

Google изпрати подаръци на бебе от Индонезия, кръстено на компанията, предадоха световните медии. Историята на малкия Google нашумя неотдавна, след като майка му

публикува акта му за раждане в социалните мрежи. Тогава някои не пропуснаха да се пошегуват, че на малкото индонезийче ще му е трудно да намери името си в онлайн търсачката. „В знак на

признателност от компанията ни изпратиха няколко неща. Благодариха ни и изразиха надежда, че синът ни ще помогне на много хора”, споделя майката Ела Карина. Жената допълва,

че първоначално е била против идеята на съпруга си да кръстят второто си дете Google, но вече не съжалява за решението.

## YouTube с нова функция, позволяваща да се скрие определено съдържание

За целта трябва да блокирате конкретен канал, а след това нещата се поемат от невронна мрежа. „Стараме се да предлагаме видеа, които се харесват на потребителите, но не сме всесилни“, се казва в блога на YouTube. За да се отсеят групата от нехаресвани тематични препоръчани видеа, трябва да натиснете бутона с три точки, който се намира до прегледа на видеото, и да

изберете точка „Не препоръчвай този канал“. В бъдеще YouTube не само ще престане да ви показва този канал, но и всички релевантни на него видеа. За да върнете видео в препоръчаните, трябва да последвате по-рано забранения канал. Засега функцията е достъпна в Android-версията на приложението, но скоро ще се появи за компютри и iOS.

## Новите iPhones на Apple се очакват през септември

В интернет се появиха подробности за очакваната да бъде пусната през септември серия смартфони на Apple. Потребителят Xiaomishka публикува в своя Twitter акаунт създадени на компютър 3D модели на iPhones от 2019. Те са допълнени от цени и характеристики. Моделите са създадени на базата на слухове досега, включващи в себе си работни чертежи на смартфоните. Показани са iPhone 11 или iPhone XI, iPhone 11 Max или iPhone XI Max, а също така iPhone 11 R или iPhone XIR. Всички те ще получат нов дизайн на основната камера – триъгълно разположение на

модулите, вписано в квадрат със закръглени краища. При iPhone 11 и 11 Max камерата е тройна, а при iPhone 11 R — двойна. Основният модул на камерите е снабден с 12-мегапикселов датчик и широкоъгълен обектив с ъгъл на видимост 120 градуса. Дисплеите са със същите диагонали – 5.8, 6.5 и 6.1 инча. Основа ще бъде процесорът Apple A13 Omega, но ще има възможност за безжично зареждане на други iPhones или слушалки AirPods 2. iPhone 11 R ще е снабден с батерия с капацитет 3,110 мАч. Очакваните цени са \$999 за iPhone 11 става и \$749 а iPhone 11 Max.

## В Бали арестуваха българин за източване на банкомати

Полицията на остров Бали е арестувала българин за предполагаемо източване на банкомати, съобщиха местни медии, предава БНР.

Заподозреният Красимир Стойков, е имал в себе си скимиращо устройство, маскирано като рутер, което имало скрита камера, уточниха от полицията.

Арестът е извършен във вторник вечерта, след като полицията получила сигнал от банка, че един от банкоматите им е свързан със скимиращо устройство. Това

е първият българин, задържан по подобни обвинения на Бали. През 2019 седим други българина бяха арестувани в други райони на Индонезия.

## Бивш световен шампион по плуване спаси турист

Бившият световен шампион по плуване Филипо Манини помогна на турист, отнесен навътре в морето край Сардиния, съобщи Associated Press. Туристът влязъл в морето с надуваем лебед, но вятърът го отнесъл. Приятелите му предупредили спасителите, но за Манини, който печели бронзов

медал на Олимпийските игри в Атина през 2004, не било проблем да достигне бързо до мъжа. "Плуващият имаше проблеми. В един момент той се изплаши, не можеше да се движи и нагълта вода. Когато стигнах до него, не можеше дори да говори", разказа Манини пред в. "Газета дело

спорт". Манини държал мъжа над водата, докато не пристигнал спасителят. "Направих каквото трябваше. Плувах възможно най-бързо, за да го спася. Важното е плуващият да е в безопасност", каза Филипо. Той плувал наблизко с приятелката си италианската манекенка Джорджия Палмас.

Филипо Манини, който е двукратен световен шампион на 100 м свободен стил от 2005 и 2007 се оттегли от плуването през 2018, след като беше наказан за четири години за употреба на допинг.

## £189 млн. глоба за British Airways за хакерската атака през 2018

Офисът на комисаря по информационните технологии е наложил глоба от £189 млн. на British Airways по силата на Закона за защита на данните във Великобритания, след като данни от картите на повече от 380,000 клиенти бяха компрометирани след кибератака, съобщава БГНЕС. Новината идва, след като хакери

откраднаха лична и финансовата информация на хиляди клиенти от уебсайта и приложението на компанията през 2018. Според Уили Уолш, изпълнителен директор на IAG, притежаваща авиокомпанията, British Airways ще обжалва наказанието, което може да струва 1.5% от световния и оборот за 2019. "Възнамеряваме

да предприемем всички подходящи стъпки, за да защитим позицията на авиокомпанията твърдо, включително да отправим всички необходими жалби", отбеляза той. Компанията се е обърнала към полицията 16 дни след началото на хакерската атака - на 5 септември 2018. Според докладите, престъпниците може да

са откраднали данни, включващи банкови сметки на клиенти, имейл адреси и информация за плащане с карти - включително номера, срок на годност и в някои случаи техните персонални кодове за достъп.

## Мистериозни стълбове светлина се появили в Минданао

..., Филипините. Според съобщения в местните медии светлините се появяват за втори път в небето над южната филипинска провинция Сулу, предаде БГНЕС. За подобно

събитие бе съобщено на 30 юни. Местните жители са дали наименование на феномена и го наричат "Lansuk-Lansuk" (свещи). Според вярванията на Сулу светлините могат да предвещават

зловещо събитие или обратното - да донесат късмет на онези, които ги виждат. Според едно общо научно обяснение подобен феномен не е рядко атмосферно събитие. Това се случва, когато

в земната атмосфера присъстват ледени частици, намиращи се на висока надморска височина. Тези малки ледени кристали отразяват светлината на слънцето или луната.

## Полша освободи младите до 26 год. от данък върху доходите

Долната камара на полския парламент одобри законопроект за освобождаване от данък върху доходите на младежите под 26-годишен възраст, предаде AFP. Внесеният

от управляващите консерватори законопроектът бе подкрепен от 419 депутати в Сейма, четирима гласуваха против и нито един не се въздържа. Съгласно

законопроекта възнагражденията на лицата под 26 го, ако не надвишават 85,500 злоти бруто (около C\$26,900) годишно, няма да бъдат облагани с данък, който

в Полша е 18%. Промяната, която трябва да бъде одобрена от Сената и подписана от президента, се очаква да влезе в сила от 1 август.

# Need a Mortgage?

*"I will get the best Rate your income can afford!"*

**Таня Иванова**  
Mortgage Agent

Lic. # M18000293

**Direct: 905-601-3333**

**Office: 905-595-3464**

**smortgagedone@gmail.com**

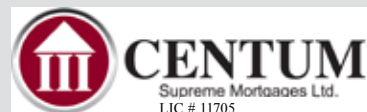
**www.taniaivanova.com**



**ПОКУПКА НА ИМОТ  
РЕФИНАНСИРАНЕ  
ПОДНОВЯВАНЕ**

- 100% Финансиране
- Най-ниска лихва
- Финансиране с 20 различни банки
- Self Employed? No problem!
- Нови имигранти без кредитна история
- 25% downpayment immediate approval
- 2-nd mortgage upto 90%

**Аз ще ви намеря най-добрите условия за финансиране**



**\* All rates are subject to change without notice.**



**МИХАЕЛА КЕРЕЗОВА, МА**  
Immigration Counsel, RCIC  
Commissioner of Oaths

- ПРЕДСТАВИТЕЛСТВО ПО ВСИЧКИ ИМИГРАЦИОННИ ПРОГРАМИ НА КАНАДА
- ЗАЩИТА ПРИ ОБЖАЛВАНЕ НА ПРОЦЕДУРИ ПО ЗАДЪРЖАНЕ И ДЕПОРТИРАНЕ
- КАНАДСКО ГРАЖДАНСТВО, ПРИЗНАВАНЕ И УДЪЛЖАВАНЕ НА СТАТУТ
- РАБОТНИ И СТУДЕНТСКИ ВИЗИ, ПРОВИНЦИАЛНИ ПРОГРАМИ НА КАНАДА
- ПРЕВОДИ И ЛЕГАЛИЗАЦИИ, НОТАРИАЛНИ УСЛУГИ, ВИЗИ ЗА САЩ
- ИЗГОТВЯНЕ НА ДОГОВОРИ И БИЗНЕС-ПЛАНОВЕ, СОЦИАЛНИ ПРОГРАМИ



## IMMIGRATION PATHS

Pursue Achievements Through Harmony and Satisfaction

555 Burnhamthorpe Road, Suite 201, Toronto, ON, M9C 2Y3 CANADA  
T: +1 416-800-3898 | F: +1 416-800-4164 | E: immpaths@gmail.com | www.immigrationpaths.ca

## Жените изглеждат най-лошо в сряда

Учени от Великобритания са установили, че жените изглеждат най-зле в сряда следобед. Обяснението е в особено активните почивни дни и стреса в началото на работната седмица. Проучването е показало, че 46% от жените в Англия употребяват алкохол през уикенда и 37% от тях имат проблем с работата в понеделник. Стресът стига своя апогей в сряда, пише OFFNews.

Според психолозите обаче причината не е само в употребата на алкохол в почивните дни. Мнението, че понеделник е най-тежкият ден от седмицата е мит. Изследвания сред маратонците показват, че средата на дистанцията се преживява значително по-трудно от началото и края ѝ. Този период има някои прилики с екзистенциалната криза на средната възраст.

## Рискът за пушачите да загубят зрението си е два пъти по-голям

... в сравнение с непушачите. Причината е, че тютюнът може да причини и влоши много заболявания на очите, съобщава BBC. Цигареният дим съдържа токсични химикали, като могат да раздразнят и да навредят на очите. Тежките метали като олово и мед могат да се натрупат в лещите и да се появи замъгляване-катаракта. Пушачите са около три пъти по-застрашени и от възрастова макулна дегенерация. Рискът от внезапна загуба на зрението заради оптична невропатия, при която спира кръвоснабдяването на окото, при тях е 16 пъти по-голям. В направената от Асоциацията на оптометристите анкета сред 2,006 души само 18% са отговорили правилно, че тютюнопушенето увеличава риска от слепота и загуба на зрението, а 76% са знаели само, че пушенето причинява рак.

## EasyJet изгони от борда 31-год. гримьорка заради голямо деколте

Майка на две деца е била изгонена от полет на компанията EasyJet, след като стюардеса ѝ казала "да се наметне с нещо", съобщава Ladbible.com. 31-год. Хариет Осбърн е била принудена да напусне полета и да спи на земята на летището в Малага, Испания, след което да плати допълнителни £149 за полета на следващия ден. Жената, която работи като гримьорка, обясни, че не е носила сутиен, но гърдите ѝ не са се виждали. Освен това, като е била помолена да се покрие, се е наметнала с якето на приятел, но въпреки това била изгонена. Хариет разказала за The Sun: "Екипажът беше ужасен и ме накара да се почувствам евтина. Тази стюардеса се заяде с мен пред целия самолет и каза, че не е позволено да съм там с такава горна дреха." "Тя ми каза: "Не можете да идвате в моя самолет по този начин, трябва да сложите нещо отгоре. И тогава ми нареди да слеза от самолета, така че аз, разбира се, сложих връхна дреха. Но когато се опитах да се върна на мястото си, тя се обърна към наземния персонал и им каза: "Тя няма да пътува в моя самолет!", разказа Хариет. "Бях съпроводена извън самолета. Аз бях в шок! Това беше толкова сексистко! Разплаках се. Трябваше да се върнем в терминала, където испански полицаи ни спряха, за да ни питат какво става. Бяха изумени, като им казах за какво са ме изритали от самолета." От EasyJet са обяснили, че Хариет спестява част от историята. Преди случката е имало скандал между нея и стюардесата, а младата жена се е държала агресивно. След като е била помолена да се облече, тя е продължила да се държи грубо с членовете на екипажа. От компанията са заявили, че не толерират подобно държане.

## Защо да откажем захарта?

Захарта далеч не съдържа единствено в сладките изкушения. „Бялата смърт“ се съдържа дори в лютеницата, сосове за салати, хляба. Не е толкова трудно, колкото изглежда първоначално да се откажете от захарта. Вниманието и усилията си заслужават. След изяждането на продукт, богат на захар, вие усещате прилив на енергия. Но прекалено рязкото покачване на кръвната захар е последвано от рязко спадане на глюкозата в кръвта. Нестабилните нива на кръвна захар често водят до промени в настроението, умора, главоболие и непреодолима нужда от още захар. Пристрастяването към захарта е реално доказано и редица изследвания сочат, че колкото повече сладко ядете, толкова по-често изпитвате непреодолим глад за захар. Учени доказват, че при индивид, отказал се от захарта, се забелязват следните особености: **Загуба на килограми.** Ограничаването на захарта влияе на килограмите, а причината е, че повишеното ниво на захар увеличава производството на инсулин в организма, който спомага за трупане на мазнини в областта на корема. **По-добро здраве.** Консумацията на захар повишава възможността от развитие на редица заболявания, сред които диабет и сърдечно-съдови. **По-красива кожа.** Повишаването на инсулина може да предизвика увеличаване на секретията на мастните жлези в кожата, както и да активира възпалителни процеси. Захарта води и до дехидратация на организма, поради което не е учудващо, че консумиращите я имат един от най-изразените признаци за липса на достатъчно вода в организма - торбички под очите. **По-здрави очи.** Има изследвания, доказващи пряка връзка между увреждането на зрителния нерв и ежедневната консумация на голямо количество захар. **По-малко депресии.** Множество проучвания показват свързаност между депресивните състояния и покачването и спадането на кръвната захар.

## Електронните цигари също са вредни

Въпреки че електронните цигари се считат за по-безопасната алтернатива на нормалните, те все пак увреждат здравето ни, като действат негативно най-вече на белите дробове. Това показват резултатите от ново изследване, представени на ежегодния конгрес на Европейската общност по белодробни заболявания във Виена. Електронните цигари са устройства, които доставят на организма никотин с помощта на пари, а не на дим. Те не се палят, но никотинът в устройството все пак се извлича от тютюн. От години има дебат относно безопасността и ефикасността на тези продукти, но липсват достатъчно научни доказателства, които да подкрепят която и да е от двете тези. Учените от университета на Атина си поставили за цел да изследват краткосрочните ефекти от употребата на електронни цигари и включили в изследването си както хора без здравословни проблеми, така и пушачи с и без налични белодробни проблеми. Изследването било проведено както с хора, които никога не са пушили, така и с пушачи, част от които с нормална функция на белите дробове и част с хронично заболяване в тях – ХОББ или астма. Всяко от изследваните лица използвало електронна цигара в продължение на 10 минути, след което учените отчели съпротивлението на дихателните им пътища с помощта на няколко теста, сред които и спирометричен тест. Резултатите показали, че електронните цигари веднага увеличили съпротивлението на дихателните пътища на участниците в продължение на 10 минути. При здравите хора (онези, които никога не били пушили) имало статистически значимо повишаване на съпротивлението на дихателните пътища със средно от 182% до 206%. При пушачите с нормална спирометрия имало статистически значимо повишение на показателя със средно 176% до 220%. При участниците с хронично обструктивно пулмонално заболяване или астма употребата на една електронна цигара привидно не водела до незабавен ефект върху съпротивата на дихателните пътища. **Експертите съвсем не са убедени, че електронните цигари са по-безопасни.** Проф. Кристина Грациу, един от авторите на изследването и председател на комитетата по контрол на тютюна, твърди, че неодобрените никотинови продукти каквито са електронните цигари са по-безопасни от нормалните, но маркетинговите твърдения, че не вредят на белите дробове, не са верни. Според специалистите са необходими още изследвания за определянето на дългосрочния ефект от електронните цигари и дали текущите резултати са валидни и в дългосрочен план, пише изданието EurekAlert.

## Внимание! Силно слънце!

Слънчевото изгаряне е кожна реакция в резултат на прекомерно излагане на ултравиолетова радиация (UV). За разликата от слънчевата светлина и топлина, които могат да бъдат усетени, ултравиолетовите лъчи са невидими, но не и безобидни – те могат да предизвикат трайни увреждания на кожата. UV-радиацията притежава голяма способност на проникване и достига до земната повърхност дори и през облаците. Затова и изгаряне в резултат на нея може да се развие само след няколко минутен престой на слънце, при това не само през летните месеци. Слънчевото изгаряне е много разпространено оплакване. Сред най-рисковите групи са особено любителите на плажа, риболова, зимните спортове, градинската работа и всички хора, които стоят дълго време

на открито, изложени на слънчевите лъчи. Освен слънцето, солариумите са също честа причина за изгаряния. Докато леките изгаряния могат да бъдат лекувани в домашна обстановка, тежките изискват полагането на определени професионални медицински грижи, за да се избегнат по-нататъшни усложнения. Дългосрочните ефекти от продължителните и многократни слънчеви изгаряния включват преждевременно стареене на кожата и увеличен риск от кожен рак, включително меланом. Причинените кожни увреди обичайно са необратими. Ето защо предпазването от слънчево изгаряне е най-добрата стъпка!

здраве.bg

## Първа помощ: слънчеви изгаряния

Грижата да се предпазим от слънчево изгаряне трябва да започва преди да излезем на слънце. Ако сте подготвени добре, за ваше щастие може би няма да се наложи да прибегнете към мерките, които сме изброили по-долу, но практиката сочи, че повечето хора се замислят за последиците, когато те вече са налице. **Най-спешните мерки са свързани с прекратяване въздействието на ултравиолетовата радиация:**

- Скрийте се от слънчевите лъчи.
- Покрийте кожата, която е била изложена на слънце.
- Вземете мерки да намалите дискомфорта:**
- Медикаменти от типа на аспирин и ибупрофен могат да са от полза, особено ако са приети ваксимално рано.
- За средните изгаряния, хладните компреси с еднакво количество вода и мляко най-често са достатъчни. Използвайте мека кърпа, като държите компресите поне 15-20 минути. Повторете процедурата няколко пъти.
- В аптеките и магазините за

косметика все по-често се предлагат и различни кремове за облекчаване на изгарянията, които успокояват раздразнената кожа. Много от тях съдържат алое, чието действие в такива ситуации е доказано.

- Хладките (не и студени!) бани също помагат. Избягвайте обаче употребата на соли, масла, шампоани, защото те предизвикват негативна реакция по раздразнената кожа. За избърсване ползвайте мека кърпа. Не търкайте, а попивайте водата по тялото. След това можете да ползвате увлажнители, за да дадете възможност на кожата да възстанови поне част от отнетата ѝ от слънцето влага.
- Не ползвайте лосиони и кремове, съдържащи местни анестетици, защото кожата ви





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

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

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





**Самолетни билети до България и по света**  
**Бизнес пътувания, почивки на Карибите**  
**Застраховки**  
**Коли под наем, хотели**  
**Билети за вашите гости**  
**от България**


**Kati Neykova**  
 Senior Travel Consultant  
**Office: (905) 660-7000 ext. 301**  
**Direct: 416-992-4030**  
 YYZ Travel Group 1.877.(999-4768)x301  
 TICO#04332359 neykov6568@rogers.com  
 7851 Dufferin St., Ste.100, Thornhill, ON L4J 3M4

**UNIGLOBE VOYAGES LEXUS IATA** Tel: 514 861 3949 | 514 849 7711 # 132 | 1 800 764 4479

**Експерт по самолетните билети за и от България и света**  
**25-годишен опит и най-ниски цени с всички авиокомпани**  
**Интересни оферти за вашата ваканция на юг и в Европа**  
**Специализирани услуги:**

- Организиране съпровождането на деца над 5 г., пътуващи сами - стюардеса, заверка на пълномощни и т.н.
- Цялостно обслужване при посещението на близки от България - покана, резервация за виза, здравна застраховка и т.н.

e-mail: eva@uniglobelexus.com VP-BG TRAVEL  
 www.vp-bgtravel.com  
 skype: evaaslanian



може да стане чувствитерна към тях и в следствие да се появи алергична реакция.

- Разбира се, в никакъв случай не се показвайте на слънце.
- М е д и к а м е н т и** Можете да използвате продукти, съдържащи като активно вещество сребърен сулфадиазин. Избягвайте да ги прилагате или го правете с изключително внимание върху лицето си. У нас има поне два регистрирани такива медикамента. Ако изгарянията не са сериозни, най-често са достатъчни различните нестероидни противовъзпалителни средства (НСПВС) от типа на аспирин, както и различни лекарства в течна форма, чиято основна роля

е да възстановят влагата в кожата. Добре е във всички случаи да потърсите мнение от лекар.

- Той може да ви препоръча също така да използвате хладни компреси, овлажняващи кремове и лосиони.
- Ако изгарянията са по-сериозни, консултацията със специалист е задължителна. Много вероятно е да се стигне до стероидна терапия (продукти на кортизонова основа) в продължение на няколко дни.
- При тежки изгаряния се изписват и по-силни болкоуспокояващи – по преценка на лекаря.
- Ако имате мехури в следствие на изгарянето, стероидите обикновено се избягват, за да не се стигне до инфекция.

здраве.bg

## Кое месо е най-полезно?

По правило месото се смята за незаменим полезен източник на протеини и хормони, които организмът трудно би могъл да си набави от друго място. В едно от последните си издания списание „Форбс” обръща внимание именно на месото, реабилитирайки го и давайки няколко основни съвета за това какво месо и кога е полезно да се яде. Един от най-полезните

продукти, които спомагат за правилното функциониране на човешкото тяло, е говеждото месо. Според специалисти, върху чиито заключения се основава публикацията на „Форбс”, говеждото месо е една от най-здравословните храни, незаменим източник на витамин B12 и на протеини. В същото време, то е с изключително ниско съдържание

на мазнини. Важно условие, което обаче учените поставят, за да са налице тези ползи на говеждото месо за човешкия организъм, е животните да са отглеждани по стария начин, което означава да не са хранени със зърно с нитрати, а да са пасли свободно. За жалост, в нашето съвремие много рядко може да бъде открито животно, което да е било отгледано по

природосъобразен начин – без хормони, без антибиотици и стимуланти. Това в пълна сила важи и за родната действителност. В България не малко хора смятат месото е лукс, а говеждото е забравено блюдо за много от нас, поради което предпочитанията се определят от цената, а не от ползите.

dieti.info

**SMART**  
FURNITURE  
& décor

**European | Contemporary | Functional**



**МАГАЗИН ЗА ЕВРОПЕЙСКИ МЕБЕЛИ  
В МИСИСАГА**

For more than 20 years, we have been providing  
Quality European Furniture  
to 1000's of home owners in the Toronto/GTA!

Come visit our showroom where you will find the largest  
selection of Affordable European Furniture & 100's great  
decor Items, that you won't find anywhere else!



**Open:**  
Mon -Wed 10-8pm  
Thu-Fri 10-9pm  
Sat 10-6pm Sun 12-4pm  
**(905)-270-9000**  
www.smartfurniture.org

**1995 Dundas Street East Mississauga, ONT L4X 1M1**  
(across from Starsky1)

**КУХНИ И  
МЕБЕЛИ  
ПО  
ПОРЪЧКА**



**Станислав Иванов**  
**Tel: 416 731 6321**  
**stansofia2015@gmail.com**  
www.stansofiacustomwoodworking.com

**We Specialize In Building  
And Designing Custom Kitchens,  
Vanities, Wall Units & Furnitures**







**www.Balkan.Center**

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

**Join Us!**  
Promote your event  
or business  
**today!**

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

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

**Register your business or event**

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

Contact us at center@balkan.center Follow us on   
Great advertisement opportunities at competitive prices  
Over 50 ethnic groups are now represented (www.Diaspora.Center)



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

**E&A**  
LAW

EPSTEIN & ASSOCIATES (866) 463-2266

**АДВОКАТСКА ФИРМА,**  
КОЯТО ПРЕДЛАГА ПЪЛНО ПРАВНО  
ОБСЛУЖВАНЕ НА СЛЕДНИТЕ УСЛУГИ:

- Family law (Семейно право)
- Divorce and separation (Развод и законова раздяла)
- Corporate law (Фирмено право),
- Criminal law (Наказателно право)
- Real estate (Вещно право).
- Wills & Estate (Завещания и наследства)
- Estate litigation (Наследствено право).
- Civil litigation and Collaborative family law (Граждански иски и семейно законодателство).

Обслужваме българската общност  
на **БЪЛГАРСКИ ЕЗИК**

Имаме офиси в 4 района включително:  
**Newmarket - Richmond Hill - Mississauga - Barrie**

<b>Newmarket:</b> 71 Main St. S. Newmarket T: 905.898.2266 ext. 220 F: 905.898.2216, kdochev@epsteinlaw.ca	<b>Richmond Hill:</b> Suite 600, 95 Mural St. Richmond Hill T: 416.777.2210 ext. 220 F: 844.324.2216, kdochev@epsteinlaw.ca
<b>Mississauga:</b> 201 - 151 City Centre Drive. Mississauga T: 289.628.2266 ext. 220 F: 1-844-324-2216 kdochev@epsteinlaw.ca	<b>Barrie:</b> 101 - 135 Bayfield St. Barrie T: 705.720.2210 ext. 220 F: 705.720.2217 kdochev@epsteinlaw.ca

**www.epsteinlawyers.com**



## Страхът от грешки – всекидневен проблем

здраве.bg

Методът на пробата и грешката безспорно е най-дългият и трудоемък път за намиране на правилното решение - ако не ти потръгне (“аз си мислих, че е за добро, а излиза, че не е така”), решението се отхвърля и се търси ново. Максима е, че грешките забавят пътя ни към набелязаната цел, но някои хора при неуспех просто се “пречупват” – човешката психика понякога е особено чувствителна към провал. Освен това грешките се систематизират трудно. Понякога типологично еднакви грешки могат да доведат до напълно различни жизнено последици.

- Грешките по невнимание в училище в най-лошия случай ще доведат до намаляване на оценката, но в живота понякога реално могат да поставят под съмнение способностите ни.
- Грешките поради липса на жизнен опит обикновено са много сериозни, особено ако не сте на мястото си, както в личния, така и в професионалния си живот.
- Грешките, свързани с риска, дори не са истински грешки, а лъжлив, погрешен избор.

Обикновено при хората, които рискуват, стремежът към успех е много по-силен, отколкото страхът от претърпяването на неуспеха. Затова неблагоприятното развитие на събитията често води до невъзможност за адекватна реакция.

• Грешките поради самонадеяност могат да бъдат простени, ако от тях няма да пострадат други хора. Според психологията понякога дори е по-добре да имаш манията за величие, отколкото комплекс за непълноценност. Поговорката “Не грешни само този, който нищо не прави” звучи прекрасно, но не и утешително. Най-често страхът от грешки е характерен за следните две ситуации:

**1-а ситуация** - хора постигнали благополучие, които благодарение на своите успехи имат необходимост от ниво на очаквания от околните. Мнението “Аз не мога да си позволя да не оправдая техните очаквания” ги прави пасивни. За да намалят риска от неуспех, те не рискуват, т.е. не предприемат нищо, освен ако не е необходимо,

не разширяват сферата на компетентността си, а просто изпълняват обичайните действия. Тази практика в ученическите години присъща на отличниците, които вече са изградили безупречната си репутация още в началната степен на образованието си. Те ще предпочетат да изпълнят 20 стандартни задачи, отколкото вместо това да решат една с повишена трудност.

Страхът от грешки блокира творческите способности и на по-късна възраст - човек започва да използва само познатите схеми и “проверените маршрути”.

**2-а ситуация** - страхът да не се сгреша е резултат от занижената самооценка.

Такъв човек не се стреми към нищо и не прави нищо, за да не задълбочи чрез грешките недоверието в собствените си сили. И затова не е възможно той да бъде убеден в противоположното. Колкото по-ниска е самооценката, толкова по-тежка е ситуацията - да не си прав, да бъдеш неудачник, обект на присмех, най-лош от всички. Често причина за ниската

самооценка са не само миналите неуспехи, но и недостатъчните, твърде схематични знания за самия себе си. Ако човек успее да се опознае по-добре, напълно реално е този страха от провала да намалее и дори да изчезне. В крайна сметка всеки е такъв, какъвто е. Това не е повод за безпокойство.

**Всеки от нас ще се почувства по-добре, ако знае, че:**

- често грешката не е нищо повече от субективно възприятие на едни или други решения и затова поговорката, че “умният човек се учи от чуждите грешки” е приложима само в обучението на някакъв занаят например.
- случва се така, че грешните на пръв поглед решения по-нататък могат да доведат до положителен резултат (практиката е доказала, че това се отнася особено за науката и техниката).
- понякога умението да държим главата си изправена се цени повече от безгрешните решения.
- не е нужно да се притесняваме, че “другите ще ни осъдят” за стореното от нас.
- това не е последната грешка в живота ни, ще има и други.

## От излишните килограми до затлъстяването - само няколко крачки

Може да се каже, че безброй статии са посветени на затлъстяването, но много хора все още бъркат понятията “затлъстяване” и “излишни килограми”.

В разгара на лятото човек е готов да спазва всевъзможни диети, за да постигне идеалната фигура. Всеки си има свое “идеално тегло”. Индексът на телесната маса (ИТМ) е равен на телесната маса в кг, разделена на ръста в метри на квадрат.

ИТМ в границите на 18,5 – 24,9 съответства на нормата. За наднормена телесна маса се приема показателя от 25 до 29, а когато тази стойност превишава 30, вече става дума за затлъстяване.

От затлъстяване, наричано все по-често “неинфекциозната епидемия на 21 век”, страдат повече от един милиард хора по света. Жените страдат по-често от това заболяване в сравнение с мъжете, защото техният организъм е по-склонен към натрупване на мазнините. Затлъстяването е заболяване, което може да се развие във всеки един период от живота. Често за увеличаване на телесната маса

способстват **фактори** като:

- смяната на професията,
  - прекратяването на спортните занимания,
  - бременност и раждане,
  - менопауза,
  - продължителният заседнал начин на живот и
  - ендокринните заболявания.
- Голяма роля при натрупването на “излишния товар” имат качеството на храната и маниерът на самото хранене. Ритъмът на живот формира състоянието на стрес и хората намират много пътища за борбата с него, а един от тях е преяждането, което с времето прераства в проблем с наднормената телесна маса. Социолозите все по-често наричат затлъстяването “болест на развитото общество”, защото колкото и да е странно бурното развитие на съвременните технологии способства за появата на наднормено тегло. А човекът с наднормено тегло е предразположен към хипертония, захарен диабет, исхемична болест на сърцето. Освен това наднорменото тегло променя и миогледа и оказва влияние през целия живот. Сред хората с наднормено

тегло има такива, които оправдават своето бездействие с наследствена предразположеност и нежеланието за промяна на начина на живот. Те натрупват все повече мастни наслоения, които обхващат и вътрешните органи и затрудняват техния режим на работа, защото изискват повишено натоварване. Именно затова излишните килограми винаги способстват за появата на съпътстващи заболявания. Други хора възприемат всеки наднормен килограм като катастрофа и се опитват да се справят с проблема в помощта на всевъзможни диети, физически тренировки и козметични процедури. Тази тактика носи полза, ако обмяната на веществата е в норма и може да се коригира храненето и адекватното физическо натоварване. Но често човек полага много усилия, а резултат няма. Това може да бъде свързано с хормонален проблем или проблеми с обмяната на веществата и в такъв случай трябва да се потърси съвет от специалист.

**Затлъстяването предизвиква редица заболявания:**

- на ендокринните жлези,

- захарен диабет,
- артериална хипертензия,
- на ставите,
- нарушения в храносмилането,
- развитие на онкологични заболявания и
- нарушения на детородните функции.

Но **рязкото намаляване на теглото също не е полезно за организма**. Отслабването трябва да става постепенно – с около 3 кг за един месец. Организмът постепенно свиква с новото хранене и адаптира към тази система обмяната на веществата. При рязка загуба на тегло интензивността на всички процеси в организма се намалява, а това вреди на имунната система. Недостигът на хранителни вещества води до намаляване на цялостната активност на човека във всекидневния живот. Истинското решение на проблема е свързано с рационалното хранене, което, разбира се, не може да ни предпази от всевъзможните заболявания, но поне ще ни спести излишните килограми.

dieti.info

**Насладете се на разнообразна и вкусна гръцка храна и очарователна атмосфера на гръцко гостоприемство в сърцето на Danforth Ave.**



**Dine-In : Take-Out : Catering : Delivery : All with the same great taste**



**Taste our modern Greek Cuisine and feel the passion we put into our dishes.**



**Estiatorio Soulas**  
Modern Greek Cuisine

Всеки Петък и Събота  
Гръцка музика на живо  
и "бели денсинг"

**500 A Danforth Ave, Toronto**  
**(416) 778-0500**

info@soulas.ca, www.soulas.ca

Подходящо място за срещи с приятели и роднини,  
бизнес срещи и различни видове тържества.

LCBO #: 272674

ОЧАКВАЙТЕ СКОРО  
в мрежата на LCBO!

„ХАН КРУМ“  
КЛАСИК РАКИЯ

Khan Krum  
Classic Rakia

Висококачествена  
гроздова ракия,  
произведена по  
класическа технология  
от селектирани сортове,  
и отлежала повече от 3  
години в малки дъбови  
бъчви.

Premium grape rakia, distilled  
by classic technology from  
selected varietals, aged over 3  
years in small oaks casks. It  
has well developed aroma and  
soft noble taste that gives it a  
style and individuality

KHAN KRUM TRADE

# MOLDOVA

## RESTAURANT

Come enjoy our homemade menu of authentic Eastern European Cuisine. We await you with our family-friendly atmosphere, great service.

**Dine In - Take Out - Catering**  
**Private Parties - Other Events**

**HAVE A BIG EVENT?**  
Let us help you celebrate! We do them all – small quiet family events or company parties, anniversaries and big celebrations. We'll make your event unforgettable. Call Moldova Restaurant to reserve!

(416) 665-4566

**5000 Dufferin Street, Unit 1**  
(just south of Steeles) Toronto, On, M3H 5T5  
[www.moldovarestaurant.com](http://www.moldovarestaurant.com)

Moldova restaurant is supplying with catering on Eastern European store to Avedis Deli in Barrie

[www.facebook.com/moldovarestauranttoronto](https://www.facebook.com/moldovarestauranttoronto)

[@restaurantmoldovato](https://www.instagram.com/restaurantmoldovato)

Open 7 days a week: **Mon-Fri: 11 am - 11 pm, Sat. and Sun: 12 pm - 11 pm**

**Flamingo's Restaurant & Bar**  
385 The West Mall  
**(416) 913-9258**

**DELICIOUS FRESH FOOD**  
**GREAT LOCATION**  
**FREE PARKING**  
**EXCELLENT CHOICE FOR ALL PARTIES & CELEBRATIONS**  
**CAPACITY UP TO 250 GUESTS**

Burnhamthorpe

The West Mall ★ Hwy 427 The East Mall

Bloor St. W.

**385 The West Mall, Etobicoke**  
conveniently located  
close to Highways 427 and 401  
**(416) 913-9258**

[www.facebook.com/Flamingos2007](https://www.facebook.com/Flamingos2007)

# Kostas Greek Bakery

265 Ellesmere Rd, Scarborough, (647)748-9229



Every day new homemade and desserts. Fresh Bread, bureks, cakes and pastries. baklava, kadaif. Prospora Bread. Custom made Cakes for all Occasions - Birthday Cakes, Wedding Cakes, Baptism Cakes, and Bridal Shower Cakes and other.



# Kostas Meat Market & Deli

259 Ellesmere Rd, Scarborough, (416) 444-3036



**ONTARIO FRESH AND TASTY**  
 99 Advance Rd., Etobicoke, ON M8Z 2S6  
 Tel.: 416-234-8063

В нашият магазин ще спестите време и пари, както и ще намерите най-пресните продукти!  
 Голям избор на прясно месо и месни деликатеси  
 Сърми, палачинки с месо, с кисело зеле и гъби, пълнени рола с пилешко месо, хамбургери, пирогови, пилешки гърди, шишчета и салати приготвени по традиционни Украински рецепти.  
 Внос на продукти от Европа, голям избор на кашкавали и сирена, риба и минерална вода.  
 Седмични доставки на продукти от Menonnie's



**OAK PARK DELI**  
 HOMEMADE MEALS & CATERING  
**213 Oak Park Ave.**  
 (Oak Park/ Lumsden)  
**(416) 424-3354**  
 Намираме се много близо до м-н 'Карлово' на Косбърн  
 Нов магазин за домашно приготвени ястия, доставени до вашия дом или офис в East York.



Собственичката Тула работи в East York от 2006 г. и казва, че тайната на успеха им е, че всяко ястие го приготвят бавно, с голямо желание и се стремят да предоставят на своите клиенти топлината на Гръцкото гостоприемство.  
**Елате на място или поръчайте по телефона.**

**Catering Menu:**  
**Platters** - Gourmet sandwich platters, Fruit Platters  
**Fresh Salads**-Greek Salad, Caesar Salad, Spinach Salad, Pesto Pasta Salad  
**Appetizers** - Spanakorita (със спанак), Tigorita (със сирене), Meatballs (кюфтета), Bruschetta  
**Hot Meals** - Meat lasagna, Chicken Parmesan, Roast Beef, Curry chicken with Basmati rice, Mous-saka, 1/4 Chicken, Souvlaki

Dinner, Oak Park Veggie Pasta, Veggie lasagna, Shepherds Pie, Roast Lamb with lemon potatoes, Beef stew & mash potato, Pasticcio, Stuffed peppers Vegetarian (пълнени чушки без месо), Baked Pork Chops, Briam.  
**Desserts.**

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

# Гастрономически шок или да отидеш на бразилски ресторант

Статията се предоставя от raterpis.com

Автор: Люси Рикспуун

Снимки: авторът



Ако не сте били в бразилски ресторант, преживяването си заслужава! Концепцията за този тип ресторант, наречен чураскария, идва от традициите на Южна Бразилия. Там месото се приготвя в отворени пещи, нанизано на дълъг шиш. Ухаещият къс месо се донася до масата и от него вертикално се отрязват парчета от най-външния пласт – този ритуал показва уважение към хората, с които споделяте храната си, а също е и проява на уважение към храната. Бразилските ресторанти се гордеят с избора на месо – пилешко, телешко, свинско, наденички, агнешко... Почти с пренебрежение ви показват къде е останалата храна. Из целия ресторант неуморно „кръжат“ сервитьори с дълги шишове различно месо. Спират за малко до определени клиенти и продължават. Ресторантът е сравнително голям, но броят на тези момчета е поне десет. С влизането са ви изяснени правилата на „играта“ – от дясната страна на приборите ви има картонче с две лица, всяка страна носи послание към сервитьорите – в този, от който са снимките – ако картончето е от зелената си страна, това означава, че бихте желали да ви бъде сервирано месо. Първата ви стъпка е да посетите бюфета /шведска маса/ – там ви очаква щедро разнообразие от храни, кулинарни подчинени на месото... Броят на блюдата в

този ресторант беше петдесет, според любезните домакини. Бюфетът предлага всичко – от картофи, аспержи, палмови сърца, артишок, домати, марули, печени чушки, пушена съомга, риба тон, скариди, няколко вида маринувани зеленчуци, подобни на българските туршии, маслини, различни видове сухи салами и сирена, така модерното козе сирене, сос чимичури, бразилски сос, сушени домати, вкусна салата от грозде и синьо сирене... За времето, прекарано в близост с латиноамериканската култура, едни от нещата, които намирам за вкусни са двата соса – бразилски сос или пико де гайо и чимичури. Пико де гайо също е наричан прясна салца – прави се с нарязани на много дребно домати /без сърцевината/, кромид и понякога чушлета, залива се с олио /зехтин/ и оцет, подправя се със сол. Почти наподобява соса, който остава на дъното на шопската салата. Сосът е популярен из повечето латиноамерикански кухни в различни вариации. Бразилският е по-воднист и с повече кромид. Чимичури е друг популярен сос, който се използва за подправка на много зеленчуци – той се приготвя с много дребно нарязан магданоз в щедро количество, счукан чесън, зехтин, оцет и сол. В някои варианти – и лют червен пипер. Поради обилното количество на всички съставки, сосът има богат вкус и е подходящ за меса, варени

картофи, други зеленчуци. Храната в бюфета е вкусна и достатъчна! Но нещата придобиват съвсем друг обрат, когато обърнете картончето си от зелената му страна – на секундата попадате в ползрението на момчетата с шишовете – които досега вежливо ви отбягваха. Едно от най-атраktivните месни ястия се нарича Пиканя. /простете побългареното произношение/ – парче телешко месо, което според кулинарни експерти е по-вкусно от филе миньон – заедно със слой сланина, прегънато на полукръг и нанизано на шиш. Подправя се само с морска сол и се пече по специален начин, за да се запазят соковете на месото, но и да се получи вкусна хрупкава коричка. Бразилските наденички също са хит. Също и наденичките, увити в бекон, пилешко в пармезан, филе миньон, агнешки бут на шиш или агнешки пържоли. Момчетата с шишовете не чакат дори да ги погледнете, надпреварват се да ви предлагат техните специалитети! Докато не обърнете картончето от червената му страна, този кулинарен ураган ще продължи да ви преследва. На този етап любителите на месото горко съжеляват за всяка погълната маслина, маруля или каквото там заема и без това ограниченото място в стомасите им... Вечерята в бразилски ресторант е като битка между разума и стомаха! Положението става дори още

по-сериозно, ако се намеси и природното ни любопитство да опитаме всичко, особено ако е непознато. Месото се пече на дървени въглища /може да има и по-тайни техники, но тези са официалните/ и ароматът му следва сервитьорите като облак от анимационно филмче. Това подлага сетивата и тезата за изкушението на съвсем ново изпитание. И кой знае къде остана разумът... Разумът всъщност напомня, че тази вечеря струва \$40... □ Американците предпочитат месото в по-суров вид от българите и някои от снимките може да не ви се сторят много примамливи. С годините и аз свикнах на червенещото се месо и останалото ми се струва сухо. Агнешките пържоли се радват на популярност в американските ресторанти – месото е сравнително скъпо и местните го намират трудно за приготвяне. Интересът към господина с агнешките пържоли е очевиден! Шишът се свършва за минути и сервитьорът бива изпратен в кухнята за следващия. Обръщането на картончето от червената му страна е мъдро решение – ако успеете да стигнете до него навреме – отправя прииждащите изкушения и ви предпазва от пръсване! И все пак, кулинарното приключение си заслужава! Ваша, Люси Рикспуун

**NEW EUROPEAN RESTAURANT**  
in Richmond Hill  
**Stroganoff Restaurant**  
10 Headdon Gate,  
Unit 2-3, Richmond Hill  
Major Mackenzie Dr/ Just East of Bathurst  
**(905) 780-7575**  
www.stroganoff.co




**Authentic European restaurant with great food and daily specials**

**FANCY KAFANA**  
RESTAURANT & BAR  
L.L.B.O.

**4910 Tomken Rd, Mississauga, (905) 232-6677**

**Dine-In|Catering|Events | Parties|Celebrations|Live music**  
Serves lunch, dinner, coffee and drinks

**WE'RE HIRING!** **НАЕМАМЕ НА РАБОТА**  
Наемаме работници в кухнята и сервитьори  
Email : fancykafana@gmail.com Tel: 647-200-0977

**Lunch Special**

Please, choose one item from the following.

**Salad or Soup**

- CÉSAR SALAD
- GREEK SALAD
- COUNTRY SALAD
- KHARCHO
- SOLJANKA
- CHICKEN SOUP
- BORSCH

**Main Dishes**

- CABBAGE ROLLS
- POTATO PEROGIES
- PELMENY
- CHICKEN SCHNITZEL
- MEAT BLINTZES

The chicken schnitzel served with a side of your choice: French fries, mashed potato, rice, or buckwheat kasha

**Drinks**

- SOFT DRINKS
- KOMPOT
- TEA
- COFFEE




**FANCY KAFANA**

Looking for the best meat in town? Look no further! Our mouth-watering meat cuts are seasoned with love from traditional Balkan recipes and grilled to perfection.

In a hurry?  
Pre-order your meal by calling  
**905-232-6677**

*Exclusive*

#SeeYouToday   [www.fancykafana.com](http://www.fancykafana.com)


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




Serves lunch, dinner and drinks

Good For Groups, Kids, Parties

**BARRISTER AND SOLICITOR**



**ALEKSEI GRACHEV**  
**FAMILY LAW**

- DIVORCE
- CHILD CUSTODY
- PROPERTY DIVISION AND CHILD AND SPOUSAL SUPPORT

**IMMIGRATION**

- SKILLED WORKER CATEGORY
- ALL TYPES OF SPONSORSHIP
- REFUGEES
- ALL TYPES OF APPEALS
- DETENTION REVIEW AND ADMISSIBILITY HEARINGS

**COMMERCIAL LAW**

- COMMERCIAL LITIGATION
- DEBT RECOVERY

**WSIB APPEALS**  
FIRST CONSULTATION FREE  
LEGAL AID CERTIFICATES ACCEPTED

**Tel: 647.833.3125**

**TWO OFFICES:**  
200 CONSUMERS ROAD, SUITE 706, TORONTO  
4548 DUFFERIN STREET, SUITE 200, TORONTO

**АДВОКАТСКИ УСЛУГИ**  
**Алексеј Грачев**

**СЕМЕЙНО ПРАВО**

- Разводи
- Родителски права
- Подялба на имущество, издръжка на съпруг и деца

**ИМИГРАЦИЯ**

- Skilled Worker Category
- Всички видове спонсорство
- Бежанци
- Всички видове обжалване
- Detention Review and Admissibility Hearing

**ТЪРГОВСКО ПРАВО**

- Търговски спорове
- Възстановяване на дългове

**WSIB APPEALS**  
Първата консултация е БЕЗПЛАТНА  
Приемат се LEGAL AID CERTIFICATES

**Tel: 647.833.3125**

**ДВА ОФИСА**  
200 CONSUMERS ROAD, SUITE 706, TORONTO  
4548 DUFFERIN STREET, SUITE 200, TORONTO



## DK Legal Practice

Десислава Йорданова  
Тел: (416) 906-6663  
(289) 371-3196  
info@dklegalpractice.ca  
www.dklegalpractice.ca

Suite 700 – 700 Dorval Drive  
Oakville, Ontario, L6K 3V3

- **Small Claims Court**  
(Граждански Дела)
- **Landlord and Tenant Board**  
(Дела между Наемодател и Наемател)
- **Traffic tickets** (Пътно Транспортни Нарушения)
- **Commissioner of Affidavits**  
(заверка на клетвени декларации)
- **Consent to Travel** (декларация за пътуване на деца с придружител)

## Мъск потвърди, че Tesla ще поскъпне значително

Илон Мъск потвърди през Twitter, че много скоро цените на Tesla ще се увеличат значително с въвеждането на пълен автопилот в автомобилите. "За да бъде ясен, и в бъдеще потребителите ще могат да си купят Tesla, но цената ще се покачи значително, защото една напълно автономна кола, която може да функционира като роботакси, ще бъде няколко пъти по-ценна от неавтономната кола", писа Мъск. Той е вторият водещ мениджър в автомобилната индустрия след Клаус Фрьолих – ръководител на развойната дейност на BMW, който признава, че автономното управление ще е много скъпа опция. Илон Мъск твърди, че Tesla са напълно подготвени за изцяло автономно управление като хардуер. Остава само да се доразработи софтуерът и да се премахнат законовите пречки. Компанията планира да пусне и собствена услуга за споделено пътуване, която да се конкурира с Uber. За момента нито един автопроизводител не е готов да предложи дори пълно ниво 3 (при което водачът може за определени моменти да остави контрола на компютъра). Няколко компании, като Tesla, Audi и GM, предлагат лимитирано ниво 3. Оттам до ниво 5, при което изобщо не е необходим шофьор, има още много път.



## CAR DIAGNOSTIC

25 years of experience

### Danny Yordanov

Master of Electronics Degree Engineering

647-628-5485

cd.cardiagnostics@gmail.com

- **Mobile Diagnostic at Your Place or Office** (Мобилна Диагностика на Вашият Автомобил във Вашият Дом или Работа)
- **Consulting** (Консултация)
- **Coding, Teach-in, Refreshing, Control units** (Програмиране и Обучаване на Контролни Модули)
- **Electrical and Mechanical Repairs** (Електрически и Механични Ремонти)

## De Tomaso възкръсва отново

Goodwood Festival of Speed, който се провежда през юли във Великобритания, се превърна в сцена на възраждането на италианската марка De Tomaso – с новия модел P72 GT. Моделът отбелязва 60 години от основаването на марката от Алехандро де Томасо – „най-италианският аржентинец“, както го наричат анализаторите в автомобилната индустрия. През 2014 компанията бе купена от Ideal Team Ventures (ITV), която притежава още един италиански бутиков производител на автомобили – Apollo. Производствената серия на P72 GT ще от само 72 суперавтомобила, като цената на всяка една ще е около €750,000. Според непотвърдена информация, P72 GT ще се предлага с V8 и V12 двигател.

			5		
			9		8
6		7	1		
3					2
		4	1	7	
	9	5	7		1
		7	6		
4	3		8	6	
5			1		

			7		4
1				8	
	8			4	7
7	5	4		2	
				5	
2					6
		8			
			3	1	
1	6	7	2	3	

# Пламяк

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

Print & Online Follow

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

## BULGARIAN

CANADIAN BUSINESS DIRECTORY



Find the businesses you need!

Bulgarian Business Directory

www.bulbiz.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.

### Mazda иска патент за роторен двигател с турбо

Mazda подаде заявка за два патента, които описват роторен двигател с турбо. Подобен мотор би могъл да бъде монтират в дългоочакваните наследници на моделите RX-7 и RX-8 и ще разшири гамата бъдещи електромобили на компанията. Според световните медии двигателят, описан на схемите, включва нова изпускателна система, която може да подобри ефективността на всмукване на горивото. Предвиден е и нов дизайн на турбокомпресора. "Все още разработваме роторните двигатели за спортните автомобили. Технологиията се развива добре, но ако пуснем в производство такъв модел по-късно, ще трябва да добавим още технологии, като автономно шофиране, електрификация...", каза Кийоши Фудживара, ръководител на изследователската дейност на Mazda.

### Купон след върната книжка завърши с ... с катастрофа в кооперация

Пиршество по повод върната шофьорска книжка приключи с катастрофа заради употреба на алкохол в руския град Сухой Лог, съобщава Znak.com. 39-годишен собственик на Mazda устрои яка почерпка за върнатата книжка, но вместо да си вземе такси след празненството, се качил на колата и катастрофирал в жилищен блок. Мъжът бил толкова пиан, че дори измислил история с въображаем шофьор, който бил избягал след удара във фасадата на блока. Катастрофата се случила около полунощ и на местопроизшествието нямало хора. В блъснатата кооперация също нямало никого, тъй като била определена за събаряне.

### Автоиндустрията преминава към фаза на стагнация

През 2019 световната автомобилна индустрия премина от фаза на многогодишен растеж към фаза на стагнация. Това ще доведе до намаляване на продажбите през следващите 2 до 3 години, прогнозира консултантската компания Alix Partners в новото си проучване, Global Automotive Outlook 2019. За проучването си, компанията оценява балансите на повече от 300 автомобилни производителя и доставчици на части, както и провежда различни експертни интервюта сред потребителите. Американският автомобилен пазар се очаква да има ръстна продажбите на нови автомобили от + 5.3% през 2018 до -0.1. Китай, който беше основен лидер на пазара за нови автомобили, също ще отбележи сериозен спад, който според проучването, ще доведе до 2 млн. продажби по-малко за година.

### Най-опасните шофьори карат Audi, Mercedes-Benz и ... Skoda

Германският портал Ve-givox състави рейтинг на автомобилите, чиито шофьори карат най-безразсъдно и опасно. Класацията се базира на броя нарушения в Register Flensburg по името на града, където е разположено главното управление на германската система, която обобщава всички сведения за наложени глоби. В класацията са включени автомобили, чиито водачи нарушават най-често правилата и се смятат за рискови. Колкото по-нисък е индексът за броя провинения за всеки отделен модел, толкова по-примерен е собственикът му. RegisterFlensburg се използва от застрахователните компании за определяне на размера на премиите. Най-много представители в челната десетка на автомобилите, с които трябва да се внимава на пътя, има Audi. Mercedes-Benz е с три модела, Skoda - с два, а BMW - само с един. В дъното на класацията за нарушители преобладават малките автомобили, които най-често се карат от жени. Жените са 42% от водачите в Германия и притежават 37% от автомобилите, но дялът им в общия брой нарушения е едва 24%.

			6	3		
8			9	2		
	9	4				6
		7	4		5	
3						7
	6			1		
7						4
5			3			1
			8			

		1	4			
						8
			7		9	
		6			3	4
3			5	8	2	6
4						
6	9			1		8 3
		1		2		
		5				7



- Продажба, покупка и ремонт на автомобили
- Над 90 автомобила в наличност
- Японски, европейски и американски модели
- Осигуряваме финансиране, leasing, гаранция и гаранционно обслужване



**WWW.FIRSTAUTOGROUP.CA**

sales@firstautogroup.ca

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

**SALES:**

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

**MECHANIC SHOP:**

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





Честито на победителя във фейсбук играта "Спечели бутилка Ямболска ракия".

Щастливецът е **Любомир Даскалов** от Торонто!

Редакцията на в."Пламяк" му пожелава още късмет, и Наздраве!

Следете постовете ни във фейсбук страницата ни на адрес:

**www.facebook.com/bulgarianflame**, винаги можете да откриете и прочетете нещо интересно и полезно.

4		9			
7		1	8	9	
9			6	1	
				3	
5	2	6	8		4
		4	6		5
3			4		2
	6				
1		2	5		

		9				2
		2	6	9	3	4
		6		7	8	9
5		3			2	
8					6	
						4
	7				5	8
3		5		1	2	
			9			3

Тъщата се готви за скок с парашут.

Обръща се към зетя:

- Кире, ако не се отвори парашута, какво да правя?
- Спокойно, мамо, никой не е останал горе...



2025, Ню Йорк:

- Чук, чук.
- Кой е?
- Полиция, NYPD. Добре ли сте, два дена не сте влизали във Facebook?



Звъни се. Иванчо отваря вратата и вижда полицай.

- Баща ти в къщи ли е?
- Не!
- А, майка ти?
- Тя също се крие!



Видин, 2021, Социална служба.

- Къде работите?
- Никъде.
- А, какво правите?
- Нищо.
- Знаете ли, това е чудесна професия!
- Да, но конкуренцията е

жестока...



- Как се чувства мъжът на работа?
- Като в рая – тук ангелче, там ангелче...
- Как се чувства мъжът на улицата?
- Като в градина – тук пиленце, там пиленце...
- Как се чувства мъжът, когато се прибере у дома?
- Като в приказка – зад всяка врата - баба Яга.



Мъж към приятеля си:

„Нещо не съм наред. Като малък се страхувах от тъмнината. Сега, като си гледам сметката за тока, ме е страх от светлото!“



Пиян турист, омазан с червило и стърчаща от джоба полупразна бутилка джин, влиза в изповедалнята. Хълцайки, пита свещеника:

- Отче, какви са причините за артритата?
- Твърдо решен да го порицае, отчето нарежда:
- Небогоугоден живот, пиене и развратни жени....

След това малко смекчава тона и пита:

- А откога имате артрит, синко?
- Отче, аз нямам, за папата се притеснявам.



Седят двама от Карлово и се черпят. Единият взел да откровеничи:

- Помниш ли, че тебе в старият квартал те обраха?
- Помня.
- Аз имах пръст в това. А спомняш ли си, че те съдиха за измама?
- Спомням си.
- Пак аз се бях намесил.
- Тогава вторият му казва с досада:
- А помниш ли, че ти се роди син преди две години?
- Помня.
- Е, тогава пък аз се намесих...



Късна вечер. Мъж звъни на Бърза помощ.

- Ало. Спешно е. Наш приятел току що глътна тирбушона. Ако може елате по-бързо.
- Докато колата тръгне телефона пак звъни. Същият мъжки глас:
- Ало, докторе. Може да не

идвате. Намерихме друг тирбушон.



Двама приятели пият в бар. По едно време единия се гътва от стола, пада на земята и заспива на място.

Другия казва на бармана:

- Ей това му признавам на него, винаги знае кога да спре.



Ядосан мъж влиза в ресторант в Пловдив:

- Четири литра наливна бира, моля.
- А носите ли си съд, в който да Ви я наляя?
- Със съда разговаряш бе майна ...



Двама в кръчмата:

- К'во толко ровиш в тоя портфейл?
- Проверявам дали ми се пие още едно...



Патриция Алексиева и Младен Алексиев

**ЗАСТРАХОВКИ**



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

Toll Free: 1-877-838-0020

www.VISITORSinsurance.ca

www.TRAVELLERSinsurance.ca

Owned and Operated by Easy Links Financial Inc.





**abc euro delicatessen**  
established 1996



**EUROPEAN COLD CUTS, SAUSAGES, SMOKED MEATS & CHEESES**

- PICK SALAMI
- PRAGA HAM
- BOLOGNA
- PIMENTO SAUSAGE
- BLACK FOREST HAM
- AZUGA HAM
- GERMAN SALAMI
- CHISINOI PASTRAMA
- LAMB PASTRAMA
- PROSCIUTO
- HUNTER SALAMI
- HOME MADE SAUSAGE
- ROMANIAN SMOKED SAUSAGE
- FARMERS SMOKED SAUSAGE
- CSABAI MILD/HOT
- GYULAI SAUSAGE
- PLAI SAUSAGE
- HUNTER SAUSAGE
- CAPICOLLO
- KABANOSI SAUSAGE
- DEBRECINI
- GERMAN SALAMI
- TUMA
- ALL TYPES OF FETA
- BULGARIAN KASKAVAL
- POGONI CHEESE
- BLUE CHEESE
- KEFALOGRAVIERA CHEESE
- KASSERI CHEESE
- HAVARTI CHEESE
- HUNTER CHEESE
- KURPIOWSKY CHEESE
- ++++MUCH MORE++++

**EUROPEAN STYLE PASTRIES**

- SAVARINE
- LANGOS
- MINI PUFF PASTRIES
- AMANDINE
- ECLAIRS
- DANISHES
- CARPATI
- NAPOLEON
- DOBOS
- FRENCH MACARONS
- SALTINES
- COOKIES
- CUPCAKES
- FRUIT TARTS

**CAKES TO ORDER**



**LA ROCCA**  
CREATIVE CAKES

WE HAVE PARTNERED UP WITH LA ROCCA TO BRING YOU SOME OF THE BEST CAKES IN THE CITY

**EUROPEAN HOT TABLE ITEMS**

- MIKI
- CORDON BLEU
- CABBAGE ROLLS
- CHICKEN SCHNITZEL
- PORK SCHNITZEL
- SPICY CHICKEN SCHNITZEL
- PORK MEATBALLS
- CHICKEN MEATBALLS
- ROAST PORK
- POLENTA
- MASHED POTATOES
- SANDWICHES MADE 2 ORDER
- RICE PILAF
- CHICKEN STEW
- ROASTED CHICKEN
- MEAT LASAGNA
- VEGETARIAN LASAGNA
- CHICKEN OSTROPEL

OUR HOT TABLE ITEMS, SANDWICHES AND PASTRIES ARE ALSO AVAILABLE THROUGH YOUR FAVORITE FOOD DELIVERY APPS.



\*SKIP THE DISHES COMING IN MAY

**HOURS OF OPERATION**

MONDAY	10:00.-8:00..
TUESDAY	10:00.-8:00..
WEDNESDAY	10:00.-8:00..
THURSDAY	10:00.-8:00..
FRIDAY	10:00.-8:00..
SATURDAY	10:00.-6:00..
SUNDAY	10:00.-5:00..

**ADDRESS**

6 LEBOVIC AVE  
SCARBOROUGH  
ON, M1L 4V9



★ INFO@ABCEURODELI.COM ★ 416-495-0368 ★ WWW.ABCEURODELI.COM ★



**KRONOS**  
INTERNATIONAL SHIPPERS INC.

**SHIPPING & MOVING TO BULGARIA**  
(Sofia, Varna, Bourgas, Plovdiv)  
and other countries in Europe




**Intl Shipping & Moving of:**

- FURNITURE
- TRUNKS
- AUTOMOBILES
- COMMERCIAL CARGO

**Services:**

- WRAPPING
- WEEKLY LOADINGS
- FREE ESTIMATES
- EXCELLENT PRICES

**29 Skagway Ave,  
Scarborough**  
(416) 265-4686  
Toll: 1-877-681-3353  
Fax: (416) 265-4121  
info@kronoscanada.com  
www.kronoscanada.com

Eglington Ave	
Danforth Rd.	Skagway Ave
St. Clair Ave E	●

**SINCE 1982 IN SERVICE**  
We Take Care of Your Things  
Because we Protect our Name

<b>Chicago</b>	<b>Pireaus</b>
2520 S. State Chicago, Ill.60607 Tel:(312)326-7590	7-9 Arachtou S Moshato, GR.183 Tel:(210)483359

## Old Mill Pastry & Cafe

780 Burnhamthorpe Rd. Unit#12/ Mavis


Собствено производство в Канада  
Подходяща за всякакви ястия  
Продажи на дребно и едро  
Различен размер опаковки


905-232-5246



- Внос на европейски продукти, консерви, подправки, сирена, кашкавали, салами, пушено месо, колбаси и др.
- Домашно приготвена храна: супи, гулаш, пълнени чушки, сърми, боб, кебабчета, плескавици.
- Всякакви видове десерти, торти за рождени дни и др. тържества.
- Тави с баница готова за печене печене в къщи
- Тави с кюфтета готови за печене в къщи







**ORDER A BATCH OF  
20 LITRES OF WHITE OR RED WINE  
FOR \$54  
and up**

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

**WWW.VINDEGARAGE.COM**  
*100% guaranteed. In business since 1997.*

### BUSINESS FOR SALE

Bakery-Burek place in East York area,  
Toronto. (bakery have 2 bakers)

Please call Milan:  
**(647) 865-3040**

### ДАВАМ СТАЯ ПОД НАЕМ В МИСИСАГА

ПРИ МНОГО ДОБРИ УСЛОВИЯ  
ЗА КОНТАКТИ:

**647-449-0602, 289-997-0878**

## ОТГОВОРИ НА СКАНДИ

**Водоравно:** Отглас,  
Анабаптистите, Поансон, Лутър,  
Тарок, Тустар, Ешелон, Ципа,  
СПИН, Пнин, Ротан, Яков,  
Кибрит, Меле, Чао, Уоруик,  
Уилямс, Знам, Танц, орлите, Сид,  
Арабист, Сметка, Вата, Скрита,  
Кметът, Гъдел, Платно, Продан,  
Арлина, Отит, Крилон, Снакс,  
Сват, Гривяк, Пиаф, Три, Крупон,  
Бамбук, Ахат, Апел, Восток, Ако,

Издник, Въртел, Тест, Карате,  
Парник, Налъм, Дамата, Грубер,  
Малимо, Къна, Чао чао, Тракт,  
Беко, Пелтек, Сиам, Ада, Тормор,  
Токмак, Кош, Идвам, Дантон,  
Пас, Дисплей, Гайдар, Реса, Ърн,  
ООН, Кондак, Шунка, Исо, Корт,  
Лантан, Янтра, Армеец, Вардало,  
Кълнове, Слепота, Кок, Мания,  
Амат Ах, Ланос.

**Отвесно:** Отпуск, Наслов,  
Хикаке, Одринка, Господарката  
на замъка Шинстън, Елатив,  
Мартит, Терано, Орли, Анан,  
Бинт, Дата, Типо, Аня, СССР,  
Котито, Гранта, Подлог, Кираса,  
Крупие, Червен, Ава, Нане, Бунт,  
Припек, Галмай, Крем, Шприц,  
Кривол, Протом, Ком, Галеник,  
Смолян, Ваучер, Горест, Булит, О  
Медок, Върбак, Дантела, Батон,

Уретан, Борнео, Тайд, Цех, Пън,  
Милтън, Пастир, Сондаж, БТР,  
Реликт, Симтек, Тик так, Вол,  
Волята, Анабол, Мрамор, Лата,  
Ест, Теме, Графу К, Нааман,  
Шаран, Таца, Вълк, Талк, Рунд,  
Пиринч, Садист, Аелита,  
Пентакс, Топ, Акитен, Рексъм,  
Драскало, Декало, Даласи,  
Отмора, Саанок.

*Hair by Svetlana  
Fashion and Style*

**Светлана 647-400-5488**  
e-mail: svetyaneva.sy@gmail.com

### ХИРОПРАКТОР, ФИЗИОТЕРАПИЯ, РЕГИСТРИРАН МАСАЖ ТЕРАПИСТ, ЛАЗЕРНА ТЕРАПИЯ, МЕДИЦИНСКА АКУПУНКТУРА



Имате:

- Мигрена?
- Болки в гърба?
- Болки в ставите?
- Чувствате се отпаднали?



**Лекуваме:** Joint Replacement, Rehabilitation, Болки в гърба, Разтягания и навяхвания, Главоболие, Проблеми след пътнотранспортни произшествия Whip-lash, Fibromyalgia, Ишиас, Тенис / Golfer's Elbow, Замръзнало рамо, Болки в ставите, Синдром на карпалния тунел (CTS), TMJ (Temporal Mandibular Joint, Dysfunction), Намаляване на стреса, Премахване на бръчки

**Dr. John Balkansky, B.Sc., D.C.**  
Clinic Director and Chiropractor



Tel: 416-759-8099, Fax: 416-759-9085

www.iwellness.ca

iwellness.ca@gmail.com

2221 Keele St., Suite #302

(at the intersection of Keele St. and Ingram Dr.)

Toronto, On, M6M 3Z5

**НИЕ МОЖЕМ  
ДА ВИ ПОМОГНЕМ !**

1077 North Service Rd  
Mississauga, Ontario

(905) 272-1632

@Abbeopt

## АВВЕ OPTICIANS

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

\*Direct billing to all insurance companies

# ЗЪБОЛЕКАРСКИ УСЛУГИ В МИСИСАГА



## Our Services

- General Dentistry
- Children Dentistry
- Veneers
- Crowns, Bridges, Dentures
- Root Canal Treatment
- Extractions
- Invisalign
- Teeth Whitening

*AIMS Dentistry  
приветства Вас и  
Вашето семейство в своя  
зъболекарски кабинет в  
Мисисага.  
Ние предлагаме общи и  
козметически услуги.  
Ние се стремим да Ви  
предложим квалификация,  
която да отговаря на  
Вашите очаквания.*

*Говорим Български  
и други езици.*

5306 Creditview Rd, Mississauga, ON L5M5N5

**Tel: (647)525-9000**

info@aimsdentistry.com • www.aimsdentistry.com



## Ви кани на традиционния си ГОДИШЕН ПИКНИК

НЕДЕЛЯ 21 ЈУЛИ, 2019  
ОТ 10:00 ЧАСА

**"BRUCE'S MILL" CONSERVATION AREA  
STOUFFVILLE, ONTARIO**



**Вход:** \$6.50 – за възрастни  
\$5.50 – за пенсионери  
за деца до 5-14 год. \$3.00  
за деца до 5 безплатно

На разположение на всички гости е скара за барбекю.

Ще се продават кебапчета с гарнитура, десерт и безалкохолни напитки.

Да дадем воля на родния балкански дух сред красивата природа.

В случай, че вали дъжд е осигурен подслон.

### ВСИЧКИ СА ДОБРЕ ДОШЛИ!

#### За информация:

Емил Георгиев (416) 562-3804, Vladimir Martinov (416) 676- 9310

#### DIRECTIONS:

"BRUCE'S MILL" is located on south side of STOUFFVILLE ROAD, 2km east of Highway 404. Park Section "Mill View" is reserved for the picnic. See the map below.



Vienna Fine Foods

1050 Birchmount Rd., Scarborough

(north of Eglinton), 416-759-4481

High quality European products, chocolates and cookies from Germany and Austria, smoked and fresh meats, cheese, homemade salads and fresh bread. While you're here, stop by their Hot Food Counter to have a hot meal or simply just take it with you.

The HOT MEALS includes: Schnitzels, Soups, Hamburgers, Goulash, Sausages, Fish, Ribs, Chicken, Potato Pancakes.

You are always welcomed!

#### Daily Hot Meals Specials



Select Bakery is a family owned and operated Greek bakery and deli specializing in Greek and European pastries, custom specialty cakes, a large European food market, full deli and a sit in café.

405 Donlands Ave, Toronto Tel.: (416) 421-2400

www.selectbakery.ca

f /selectbakery

@selectbakery

405 DONLANDS AVENUE, TORONTO • 416 421 2400  
SHOP ONLINE NOW AT: SELECTBAKERY.CA

f @selectbakery