

## Експерт по невербална комуникация наблюдава дебата на Тръмп-Байдън със заглушен звук - ето какво видя

*(An expert in nonverbal communication watched the Trump-Biden debate with the sound turned down – here's what he saw)*



Candidates Joe Biden and Donald Trump at the final presidential debate. AP/Chris Covatta

Автор: Patrick Stewart - Доцент по политически науки в University of Arkansas

**Disclosure statement:** Патрик Стюарт 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 академичното им предназначение.

Статията е публикувана на страницата на The Conversation. Преводът е на „Пламък“.

**Четете на стр.2 >>**

## Your one stop Health Food Store

Largest Health Food Chain in the GTA

NOW OVER 27 LOCATIONS ACROSS THE GTA!

LIVE LIFE HEALTHY [healthyplanetcanada.com](http://healthyplanetcanada.com)

**Търсете бизнес услугите онлайн:**  
[www.BulBiz.com](http://www.BulBiz.com)

### Продажба, покупка и ремонт на автомобили

867 Kipling Ave. Toronto

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

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

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

100% SOLD

15г. ОПИТ

1% КОМ.

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

Subscribe to receive Ethnic Food online:

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

ИМИГРАЦИЯ В КАНАДА

**Михаела Керезова**  
Тел. (416) 800-3898

## Експерт по невербална комуникация наблюдава дебата на Тръмп-Байдън със заглушен звук - ето какво видя

*(An expert in nonverbal communication watched the Trump-Biden debate with the sound turned down – here's what he saw)*

<< *Прод. от стр.1*

Президентът Доналд Тръмп и бившият вицепрезидент Джо Байдън се срещнаха на 22 октомври за финалния дебат на изборите през 2020. Подобно на първия дебат и този бе необичаен. COVID-19 наложи социално дистанциране и до голяма степен извади от уравнението аудиторията, с нейния смях, приветствие и шум.

Нещо повече, с прекъсванията и кражбата на време за говорене, неразделна част от дискуссионната стратегия на Доналд Тръмп, комуникацията между двамата кандидати и модератора **направи първия дебат на кандидатите почти невъзможни за чуване или проследяване.** Този път заплахата от заглушаване на микрофона ефективно противостоя на тази агресия.

**Но дали това, което казват, е толкова важно, колкото си мислим?**

Въпреки че отразяването на новините обикновено се фокусира върху това, което казват кандидатите, като политически психолог, който изучава невербалното поведение, аз ще се фокусирам по-малко върху репетираните отговори и повече

върху пространството между точките на говорене. Тези моменти, **в които кандидатите невербално - и до голяма степен неволно - отговарят на опонента си,** могат да бъдат изключително разкриващи.

С други думи, как хората слушат и реагират, може да говори по-силно от това, което казват.

**Байдън**



По време на този дебат Джо Байдън реагира като емоционално изразителен политик, какъвто е бил през цялата си кариера. Дори когато се занимава директно с нападките на Тръмп, независимо дали те са насочени към семейството му или досието му, Байдън често се усмихва, смее се и поклаща глава, докато затваря очи. Това го прави да изглежда смутен, ако не и весел.

Изследванията показват, че хората в неформални дискусии **често сменят темите в рамките на 30 секунди след появата на смях.** Това от своя страна може да е причината хората - **особено политиците - да „се смеят“ на обидите.**

Смехът, когато е атакуван, вероятно сигнализира, че Байдън се чувства достатъчно позитивен, за да бъде игрив и че **едва доловимо поема контрол върху разговора.**

**Тръмп**



Тръмп се представи много по-малко агресивен и по-внимателен пред американската общественост по време на този втори дебат в сравнение с първия. Вместо да атакува директно Байдън, когато неговите твърдения бяха подложени на въпроси, **Тръмп отговори с това,** което най-добре би могло да се нарече **усмивка с контролирана поза.** При нея долната му устна е притисната нагоре, докато ъглите на устните му са усмихнати. Този тип усмивка често се **използва за маскиране на негативни емоции или за сигнализиране на положителни емоции, когато не се усещат.**

Може би най-отличително за лицето на Тръмп са изпъкналите му устни. Тези свити във фуния устни - както го наричат

изследователите на лицевите изражения - често можеха да се видят, докато Тръмп слушаше и се подготвяше да прекъсне или да отговори на Байдън. Изследванията, които съществуват за това поведение при хората, показват, че това е **първи признак, който често се случва по време на интензивни емоционални ситуации и е свързан с гняв и заплахата, докато изразяващият ги търси господство.**

Може да се научи много за всеки кандидат със заглушен звук и внимание, насочено към отделните невербални стилове на поведение. Това е особено валидно, когато се съсредоточите върху това как кандидатите реагират на твърденията и атаките на опониращият им. Публичните фигури често могат да контролират как действат. Често обаче те нямат толкова голям контрол върху това как реагират в разгара на момента.

-----  
Статията е публикувана на страницата на The Conversation <https://theconversation.com/an-expert-in-nonverbal-communication-watched-the-trump-biden-debate-with-the-sound-turned-down-heres-what-he-saw-148688>

## Генералният директор на Българското национално радио подава оставка

Генералният директор на Българското национално радио Андон Балтаков поиска от Съвета за електронни медии писмо договорът, с който е поел управлението на националното радио, да бъде прекратен предсрочно, считано от 1 ноември.

“Изключително съм възмутен от липсата на управленска воля за промяна в българската нормативна уредба, която да гарантира независимо и напълно свободно от политически вмешателства обществено Българско национално радио”, подчерта Балтаков пред БНР.

Манипулира се и се фалшифицира моето мнение като генерален директор на Българското национално радио, посочи Андон Балтаков, визирайки предложения за обсъждане законопроект за изменение и допълнение на Закона за радиото и телевизията.

Законопроектът, който е предложен на обществото за обсъждане, не е проектът на закон, в който работна група от БНР, БНТ, СЕМ, различни министерства и медийни експерти са инвестирани стотици часове и познания, категоричен е Андон Балтаков.

## FREE HEARING AIDS FOR LOW INCOMERS, SENIORS, REFUGEES & VICTIMS OF HOLOCAUST

### БЕЗПЛАТНИ СЛУХОВИ АПАРАТИ ЗА ХОРА С НИСЪК ДОХОД, ВЪЗРАСТНИ И БЕЖАНЦИ И ЖЕРТВИ НА ХОЛОКАСТА

- Безплатен тест за слуха
- Високо модерна техника
- Професионални услуги
- Работим с водещи Канадски производители на слухови апарати
- Приятна атмосфера



- Free Hearing Test
- Professional Service
- Friendly Environment
- Hi-tech Modern Equipment
- We work with leading Canadian hearing aids manufacturers



### Обадете се за безплатна консултация

We speak English or Russian **905.270.1000** Говорим Английски или Руски



**3-702 Burnhamthorpe Road E**  
(Next to Shoppers Drug Mart)  
**Mississauga, ON, L4Y 2X3**

And other locations in  
North York and Scarborough



alphahearingmississauga@gmail.com  
www.alphahearingspeech.com



OUR VISION IS CLEAR  
EXPECT ONLY THE BEST!



## 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.



## Инфекционно отделение в Карлово с остър недостиг на медицински персонал



Инфекционното отделение на болница в Карлово изнемогва поради недостиг на медицински персонал, централна кислородна инсталация. Това съобщи на личния си Facebook профил завеждащ отделението в МБАЛ "Д-р Киро Попов" д-р Анета Милушева.

"Работя в Инфекционно отделение и мисля, че е важно да се чуе от първо лице какво се случва. Хора, сигурно ви е досадно месеци да слушате за мерки против COVID, за дистанция, хигиена и т.н. **Но сега, за разлика от пролетта, отделението е пълно, пациентите са в увредено състояние, тежко болни, включително млади хора без придружаващи заболявания. Разболяха се и лекари, и медицински сестри.** Изнемогваме поради недостиг на медицински персонал, поради липса на централна кислородна инсталация, а и организационни проблеми не липсват. Справяме се благодарение на много часове извънреден труд и на доброволците, които пътуват, за да работят при нас. Огромно благодаря! Призовавам всеки да направи нужното, за да пази себе си и близките си, за да успяваме и ние да настаним и лекуваме нуждаещите се! Нека бъдат възможно по-малко!", пише д-р Милушева.

**Зам. директор на "Пирогов": До края на годината всеки от нас ще познава някой, който е загинал от COVID**

# Недвижими имоти

100%

SOLD

15г.

ОПИТ

1%

КОМ.



**Тодор Тодоров**  
Broker

Cell : (416) 837-7634

Bus.: (905) 565-9200

todortod@hotmail.com

Смразяващата прогноза даде заместник-директор на "Пирогов" проф. Николай Габровски в предаването "Лице в лице" по bTV. Според д-р Габровски, който е и Началник на Клиниката по неврохирургия, броят на случаите на коронавирус ще продължава да се повишава стремглаво.

„Увеличението не се дължи на по-голям брой тестове каквито интерпретации има, нито на някакви други фактори. **Просто тази инфекция се разпространява, вирусът започва да заема все повече и повече територии,** това е нещо, което го виждаме навсякъде в Европа. Франция затваря заведения, Испания, Германия, Гърция - навсякъде се случва едно и също. Тези факти са изключително обезпокоителни. Миналата зима бяхме в една пълна изолация и се доказа, че тази мярка е ефективна, защото нямаше разпространение. В някои страни не беше така, претовари се системата - Испания, Великобритания, Италия, Ню Йорк. На нас ни се размина тази

картина. **Първоначално бяхме отличници и това беше капанът.** Тъй като много хора решиха, че се справяме много добре в първия етап и хората решиха, че проблеми няма - че такъв вирус няма, че той е измислен. Но това съвсем не е така. Заразата съществува, а и се разраства", каза той.

"Имайте предвид, че тези бройки, които ние виждаме, са една картина от преди две-три седмици. Тогава тези хора са се разхождали по улиците и са могли да го разпространяват. Тоест, не искам да звуча мрачно и песимистично, **но цифрите след още две седмици ще бъдат коренно различни.** Не искам да влизам в някакви математически модели. Това, което обаче съм убеден, е, че ако случайно някой от вас няма познати от близкия си кръг, болен от COVID, в следващите 2-3 седмици той ще има такъв познат. А за съжаление, пак предвид статистиката за процента на тежко протичащите случаи, **до края на годината всеки от нас ще познава някой, който е загинал от COVID.** Хората обикновено

се заразяват на маса, в заведение, в компания, в която се чувстват силни", каза мрачната си прогноза Габровски.

**Пристигащите в Германия от пет области българи под карантина или с отрицателен PCR тест**

Българи от пет области, които пристигат в Германия, ще се настаняват под карантина. Ако искат да се освободят от нея, трябва да представят отрицателен резултат от PCR тест. Това стана след като от външното германско министерство съобщиха, че като част от превенцията срещу коронавируса от 24 октомври страната въвежда мерки спрямо пристигащите от нови три области на България - **София-град, Разград и Сливен.** Това съобщиха от пресцентъра на Министерството на външните работи. Трите области са добавени в т.нар. "списък на рисковите области" на института "Робърт Кох", в който вече присъстват и областите **Благоевград и Търговище.**

## Инфекционно отделение в Карлово с остър недостиг на медицински персонал



Инфекционното отделение на болница в Карлово изнемогва поради недостиг на медицински персонал, централна кислородна инсталация. Това съобщи на личния си Facebook профил завеждащ отделението в МБАЛ "Д-р Киро Попов" д-р Анета Милушева.

"Работя в Инфекционно отделение и мисля, че е важно да се чуе от първо лице какво се случва. Хора, сигурно ви е досадно месеци да слушате за мерки против COVID, за дистанция, хигиена и т.н. Но сега, за разлика от пролетта, отделението е пълно, пациентите са в увредено състояние, тежко болни, включително млади хора без придружаващи заболявания. Разболяха се и лекари, и медицински сестри. Изнемогваме поради недостиг на медицински персонал, поради липса на централна кислородна инсталация, а и организационни проблеми не липсват. Справяме се благодарение на много часове извънреден труд и на доброволците, които пътуват, за да работят при нас. Огромно благодаря! Призовавам всеки да направи нужното, за да пази себе си и близките си, за да успяваме и ние да настаним и лекуваме нуждаещите се! Нека бъдат възможно по-малко!", пише д-р Милушева.

## Зам. директор на "Пирогов": До края на годината всеки от нас ще познава някой, който е загинал от COVID

Смразяващата прогноза даде заместник-директор на "Пирогов" проф. Николай

Габровски в предаването "Лице в лице" по bTV. Според д-р Габровски, който е и Началник на Клиниката по неврохирургия, броят на случаите на коронавирус ще продължава да се повишава стремглаво.

„Увеличението не се дължи на по-голям брой тестове каквито интерпретации има, нито на някакви други фактори.

**Просто тази инфекция се разпространява, вирусът започва да заема все повече и повече територии**, това е нещо, което го виждаме навсякъде в Европа. Франция затваря заведения, Испания, Германия, Гърция - навсякъде се случва едно и също. Тези факти са изключително обезпокоителни. Миналата зима бяхме в една пълна изолация и се доказва, че тази мярка е ефективна, защото нямаше разпространение. В някои страни не беше така, претовари се системата - Испания, Великобритания, Италия, Ню Йорк. На нас ни се размина тази картина. **Първоначално бяхме отличници и това беше капанът.** Тъй като много хора решиха, че се справяме много добре в първия етап и хората решиха, че проблеми няма - че такъв вирус няма, че той е измислен. Но това съвсем не е така. Заразата съществува, а и се разраства", каза той.

"Имайте предвид, че тези бройки, които ние виждаме, са една картина от преди две-три седмици. Тогава тези хора са се разхождали по улиците и са могли да го разпространяват. Тоест, не искам да звуча мрачно и песимистично, но цифрите след още две седмици ще бъдат коренно различни.

# ИМИГРАЦИЯ



**МИРЕЛА 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

Не искам да влизам в някакви математически модели. Това, което обаче съм убеден, е, че ако случайно някой от вас няма познати от близкия си кръг, болен от COVID, в следващите 2-3 седмици той ще има такъв познат. А за съжаление, пак предвид статистиката за процента на тежко протичащите случаи, **до края на годината всеки от нас ще познава някой, който е загинал от COVID.** Хората обикновено се заразяват на маса, в заведение, в компания, в която се чувстват силни", каза мрачната си прогноза Габровски.

## Пристигащите в Германия от пет области българи под карантина или с отрицателен PCR тест

Българи от пет области, които пристигат в Германия, ще се настаняват под карантина. Ако искат да се освободят от нея, трябва да представят отрицателен резултат от PCR тест. Това стана след като от външното германско министерство съобщиха, че като част от превенцията срещу коронавируса от 24 октомври страната въвежда мерки спрямо пристигащите от нови три области на България - **София-град, Разград и Сливен.** Това съобщиха от пресцентъра на Министерството на

външните работи. Трите области са добавени в т.нар. "списък на рисковите области" на института "Робърт Кох", в който вече присъстват и областите **Благоевград и Търговище.**

## €2.56 такса тоалетна в пицария в София



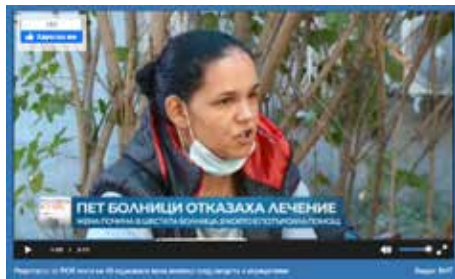
Майка на малко дете сподели, че ѝ се е наложило да плати в заведение 5 лева, за да може детето и да използва тоалетна в пицария в София.

**„Пет лева тоалетна такса! Така е въведено в касовия апарат“,** уточни водещият на „Здравей, България“ по Нова телевизия Виктор Николаев. Сметнато е дори в евро – €2.56.

Ако си клиент на заведението, трябва да имаш безплатен достъп до тоалетната, добави водещият, съобщава Флагман.бг.

„Таксата е поискана за дете. За голяма нужда, таксата може и да е двойна“, коментира колежката му Лора Инджова.

## 49-годишна жена почина в Пловдив след като пет болници отказаха да я приемат заради съмнение за коронавирус



Пет болници в Пловдив са отказали лечение на жена със съмнения за коронавирус, твърдят нейни близки, и тя починала часове по-късно в последната болница, до която стигнали.

Резултатът от PCR теста на 49-годишната жена, излязъл след смъртта и, е отрицателен, информира БНТ.

Майката на Мирела вдига 37.5 температура и има лека кашлица. Личният лекар следи състоянието ѝ, което за 48 часа рязко се влошава и жената спира да се храни. Обаждат се на Бърза помощ, а ликарите я оставят за домашно лечение. На следващия ден я преглежда и личният ѝ лекар, който издава направление за хоспитализация и се обажда за линейка. В негово отсъствие екипът преценява, че не е необходимо настаняване в болница. Ден, по-късно, пак по указание на личния лекар, близките водят Софка в болница "Свети Георги". Насочват ги към дежурните в инфекциозната клиника.

"Взе и секрети за PCR тест, резултата от който щеше да стане понеделник, вторник. **И аз я попитах мислите ли че тази жена има време до понеделник, вторник къщи.** Те ми отговориха, че не може ли да я приемат, защото нямали места", разказа Мирела Бочукова - дъщеря на починалата.

"Нейното заболяване е миастения гравис - то е свързано с дихателна недостатъчност, при което естествено се съмняват за Ковид, но няма симптоми точно като на ковид", каза Мирела Бочукова.

Жената е пренасочена към Транспортна болница, но заради тежкото ѝ общо състояние, от здравното заведение викат линейка, която да я закарва в болница "Каспела". Там по информация от Спешна помощ не я приемат в Ковид отделението със същия мотив.

Линейката я кара към болница "Пловдив". Там ѝ правят изследвания. Според Спешна помощ обаче по уговорка между лечебните заведения отново са повикани да закарат Софка УМБАЛ "Св. Георги", където се лекуват най-тежките случаи. И там ѝ правят изследвания за прием в лечебното заведение.

**"В 6 часа докторът излезе самодоволен и ми каза, че просто той е бил до тук, даде ми един списък с болници, които могат да я приемат със съмнения за COVID-19, при наличие че няма излезнал PCR тест и ни казаха да си я търсим ние болницата",** разкри Мирела Бочукова.

В отговор до БНТ от университетската болница "Свети Георги" заявиха, че не са приели пациентката поради липса на свободни места в отделението.

**Софка е починала в болница "Свети Пантелеймон", а според епикризата е имала двустранна вирусна пневмония.** Дъщеря ѝ е отказала аутопсия. Резултатът от PCR теста излиза три дни след смъртта ѝ и е отрицателен.

## Главният държавен инспектор: Може да достигнем 5,000-6,000 заразени на ден



**"Може да имаме 7-8 пъти по-голяма заболяемост и да стигнем 5,000-6,000 заразени на ден.** Това се забелязва в много европейски държави", каза доц. Ангел Кунчев в предаването "Здравей, България" по "Нова телевизия". "Ако някой си мисли, че това е най-лошата ситуация, много се лъже. Хората трябва да разберат, че всичко зависи от поведението им", добави той.

„Разликата в новата заповед на министъра е в дните, в които хората се поставят по карантина. Те стават 10 дни, а не 14. **Карантинират се контактните в зависимост от близостта на общуване**”, обясни главният държавен здравен инспектор.

Според доц. Кунчев най-неясният момент е как човек да излезе, за да си направи тест, ако има съмнение, **че е положителен и е в изолация.** Той увери, че се работи със Здравната каса, за да може личните лекари да правят тестове по домовете, макар и бързи. Ако тестът ни се окаже отрицателен, това не означава, че карантината ни като контактното лице отпада. Здравният инспектор е на мнение, че въпреки че здравната информация е поверителна, хората трябва да споделят с близките си, че са заразени, за да могат по-лесно да се взимат мерки.

Той отново подчерта, че **затварянето на градове е крайна мярка, която няма много голям ефект.** Възможно е обаче затварянето на квартали или няколко къщи. Неговото лично мнение е, че следващата мярка трябва да бъде ограничаването на събирането на хора – в баровете, на стадионите, дори и по политически причини.

## Над 60% от учителите в България с риск от burnout

Повече от 60% от учителите в България са **застрашени от burnout (т.н. прегаряне),** стана известно на национална конференция, посветена на темата, организирана от синдиката "Образование" към КТ "Подкрепа" по проект. Форумът се състоя във Велико Търново.

В срещата участваха министърът на образованието и науката Красимир Вълчев и министърът на труда и социалната политика Деница Сачева. Един от изводите по проекта е, че сред учителите липсват компетенции как да се справят със стреса, как по-добре да управляват времето, с което разполагат, и съчетанието между личния и професионалния живот, посочи Министър на труда и социалната политика.

**Петнадесет са факторите, които влияят на стреса при учителите** преди и след пандемията от COVID-19. Сред тях е темата за ангажираността на учениците, взаимодействието с родителите, административната тежест, психоклимата и социалното партньорство, посочи министър на образованието и науката Красимир Вълчев.

# Family matters.

New customers sending money to

## Central & Eastern Europe

Get  
**50% off\***

transfer fees with  
promo code Ria20.



Visit us at any of our 1,400+ locations in Canada, including:

Ria Mississauga:  
3038 Hurontario St Unit 6  
Mississauga, ON, L5B 3B9  
Tel: 905-247-0283

Money Corner  
6225 Bathurst St  
North York, ON, M2R 2A5  
Tel: 416-221-6134

Money Transfer Center  
4949 Bathurst St Unit 6  
Toronto, ON, M2R 1Y1  
Tel: 647-870-0069

Video Arena (Raduga)  
5885 Bathurst St  
North York, ON, M2R 1Y7  
Tel: 416-226-9151

Altaif Inc  
1967 Lawrence Ave. East Unit 5  
Scarborough, ON, M1R 2Z2  
Tel: 416-285-9669

The Central Butcher  
1260 Kennedy Rd Unit 8  
Scarborough, ON, M1P 2L4  
Tel: 416-751-8363

Hailey's Hair And Spa  
320 Wilson Ave.  
North York, ON, M3H 1S8  
Tel: 416-258-2550

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

Receive money from any of our 50+ payout partners in Europe, including:



1-855-355-2141 • riamoneytransfer.ca

\*Promo code valid for transfer amounts up to CAD\$500 to any country except Vietnam until 12/31/20. Valid only for first time customers. One promo code per customer. RIA Telecommunications of Canada, Inc. is registered as a money services business with the Financial Transactions and Reports Analysis Centre of Canada. When the beneficiary receives payment in non-Canadian currency, a retail currency exchange rate that provides revenue to RIA Telecommunications of Canada, Inc. shall be applied in addition to any fees. Service and funds availability may vary based on a variety of factors including without limitation: the service(s) selected, delivery options selected, amount sent, destination country, currency availability, regulatory matters, consumer protection matters, identification requirements, delivery restrictions, agent location hours, and differences in time zones. ©2020Continental Exchange Solutions, Inc. All rights reserved.

## Китай тества 13 ваксини срещу COVID-19

Китай тества 13 ваксини срещу коронавирусната инфекция. **Четири от ваксините се намират на трета фаза**, предаде ТАСС. Според лекарите тестовете протичат успешно, като са били ваксинирани около 60,000 участници. Няма данни за сериозни странични реакции.

## Ирландия въведе пълна карантина до 1 декември

Ирландия въведе **пълна карантина за 6 седмици**. Причината е нарастващият брой нови случаи на заразени с коронавирус. Това е първата страна в ЕС, която връща пълна карантина.

Новината бе обявена от министър-председателя Майкъл Мартин. Мерките са в сила от 22 октомври. "Моля всички да приемат тази заплаха сериозно", каза Мартин в реч по националната телевизия, добавяйки. "Ако спазваме през следващите шест седмици, **можем да отпразнуваме Коледа по нормален начин**. Трябва да постоянстваме и да бъдем упорити. Ще потиснем този вирус и ще излезем от тези ограничения на 1 декември", обясни премиерът.

Училищата и строителният сектор ще останат отворени, а ресторантите ще могат да обслужват само храна за вкъщи. Здравните експерти препоръчаха въвеждането на **най-тежките ограничения от ниво 5**, за да се спре увеличаването на инфекциите с COVID-19 в страната.

Хората също ще **трябва да си останат вкъщи и да бъдат допуснати само**

за бягане и фитнес до 5 километра от домовете си. Хората могат да се срещат на открито с хора от други семейства, но само за ситуации като упражнения и също в рамките на ограничението от 5 километра.

## Google ще открива песни по тананикане

Google представи новата функция за търсене, която позволява на потребителите да търсят песни чрез тананикане - дори пеене или свирене, според CNN Business.

Тази удобна нова функция

вече е част от мобилното приложение на Google и Google Assistant, където можете да кажете „Каква е тази песен?“ (или започнете въпрос с „Hey Google ...“ в Google Assistant) и след това си тананикате, свирете или пеете между 10 до 15 секунди. Резултатите ще включват няколко вероятни песни.

*Прод. на стр.9>>*



## Нова банкетна зала

### Fantasia Event Hall

Предлагаме много вкусна храна, добро обслужване и интересна и забавна музикална програма!

**НАШИТЕ УСЛУГИ:**

- Сватби
- Годежи
- Pre-Marital Parties
- Частни партита
- Рождени дни

- Baby Shower
- Bar/Bat Mitzvah
- Graduations
- Годишнини
- Бизнес партита

- Fundraisers
- Партита за пенсиониране
- Catering
- Celebrations Of Life












**2180 Steeles Ave W, Suite #7 Concord**

(Steeles & Keele), Тел: (289) 597-8488 , (905) 761-1028



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

## &lt;&lt; Прод. от стр.8

По време на онлайн събитие Google посочи, че функцията ще бъде достъпна първо на английски в iOS на Apple и на повече от 20 езика на мобилната платформа Android на Google. Добрата новина е, че потребителите не трябва да са перфектни певци, за да накарат функцията да работи.

За направа на функцията Google използва изкуствен интелект и машинно самообучение. Компютърни модели трансформират звука в поредица от числа, която представя мелодията на песента. Кодираното аудио може да бъде сравнено с кодовете, отговарящи на вече съществуващи в паметта на Google песни.

Функцията със сигурност ще бъде много търсена. Апарна Ченапрагада, вицепрезидент на Google, който представи новата

функция по време на стрийминг събитие на Google, каза, че хората питат Google „каква песен свири“ почти 100 милиона пъти всеки месец.

### Глобиха двойка €400 за целувка на улицата в Милано



To this how to avoid a fine in Milan? A couple kiss while wearing protective face masks (stock image). A couple in Milan is fined €400 by police for kissing in the street without masks despite being engaged for two-and-a-half years.

Двойка в Милано бе глобена с €400 за целувки на улицата, тъй като премахването на маските им е нарушило ограниченията за коронавирус, твърдят местните медии, съобщава Daily Mail.

След като се целунали публично на път за

ресторант, сгодената двойка се оказала обградена от четирима полицаи, според собствения им разказ за инцидента. Двойката, състояща се от 40-годишен италианец и полякия, която знаела само родния си език и английски, били сгодени от две години и половина. Въпреки че показали на служителите доказателства за това на смартфона си - като снимки, видеоклипове и текстови съобщения - двойката твърди, че продължили да ги разпитват.

Проблемът възникнал, когато служителите поискали документите им и се оказало, че са на два отделни адреса. След като са били идентифицирани от полицията, те били глобени с €400.

Според доклада в Libero глобата се дължи на неспазването на закона, според който хората трябва да носят маски на

разстояние един метър един от друг. Съгласно този закон обаче няма задължение хората, които живеят един с друг, да носят маска, когато са на публично място и в рамките на един метър.

### Най-високият тийнейджър в света - 2.21 метра на 14 години



Извисявайки се близо два фута над своите съученици, 14-годишният Рен Кей от Китай винаги се е откроявал сред тълпата, съобщава Daily Mail.

Ученикът от девети клас вече е с висок около 2.21 метра и все още расте.

Прод. на стр.10>>

## 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 Алексея 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

&lt;&lt; Прод. от стр.9

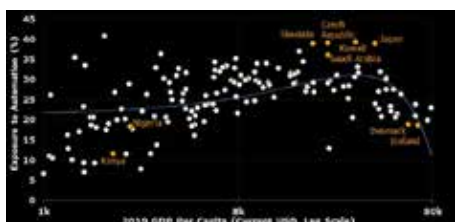
Момчето е кандидатствало за най-висок тийнейджър в света с рекордите на Гинес - титла, притежавана преди това от американски тийнейджър, който е бил висок 2.159 метра, когато е бил на 16.

Роден на 18 октомври 2006 г., Рен осъзнал, че е много по-голям от връстниците си **още в детската градина. На 11 години е бил вече висок 2.06 метра.** Понастоящем момчето изпитва затруднения с използването на обществен транспорт или посещение на увеселителни паркове поради ограничение за височината.



„Първоначално бях много загрижен за това какво другите мислят за мен“, признава тийнейджъра пред местна месия, докато говори за трудностите си. „**Но учителят ми ме научи да вървя по своя път и да оставя други да клюкарстват**“.

**Роботите ще отнемат 800 млн. работни места**



Source: *Bloomberg Economics, International Labour Organization, World Bank*

Напредъкът в технологиите за автоматизация заплашва **значителен дял от работни места в индустриите**, представляващи близо една четвърт от глобалната работна сила, според оценките на Bloomberg Economics.

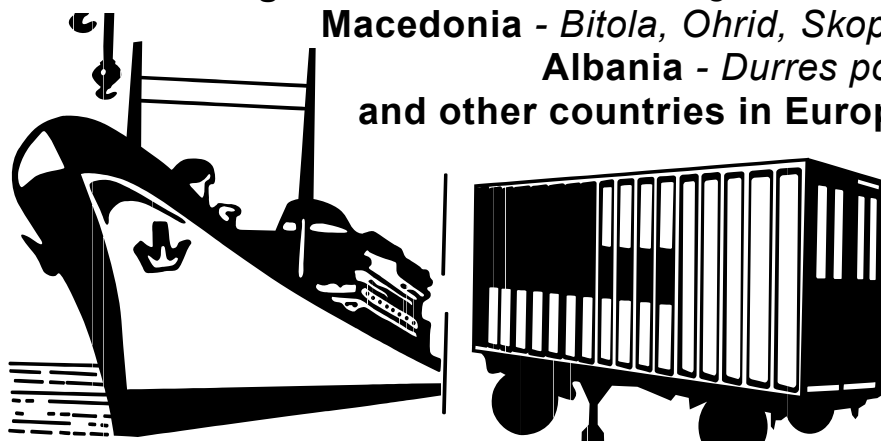
В доклад, икономистите Зиад Дауд и Скот Джонсън заявиха, че това може да означава, че до **800 милиона души** са изправени пред голяма опасност да загубят работата си. **Чехия, Словакия и Япония са най-уязвими** от прекъсване на автоматизацията, според тях. Това е така, защото тези страни имат голям сегмент от работната сила заета с прости, рутинни дейности, които най-лесно могат да бъдат заменени от машини. Примерите включват канцеларска работа в Япония или експлоатация на централи в централноевропейските държави.

По-голямата автоматизация рискува да създаде по-голямо неравенство в доходите, пишат икономистите. Докато преди се смяташе, че роботите заплашват предимно нискоквалифицирани работни места, сега се вижда, че те заместват роли, които вместо това могат да бъдат разделени на прости механични стъпки. Тези дейности често попадат всред работите, носещи **средни доходи, което би довело до сериозен ефект на поляризация.**



## SHIPPING & MOVING TO BULGARIA

Bulgaria - Sofia, Varna, Bourgas, Plovdiv  
Macedonia - Bitola, Ohrid, Skopja  
Albania - Durres port  
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

Eglinton Ave  
Danforth Rd. Skagway Ave  
St. Clair Ave E

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

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

VIN  
DE GARAGE™



ORDER A BATCH OF  
20 LITRES OF MERLOT ARGENTINA  
FOR \$60



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

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

[WWW.VINDEGARAGE.COM](http://WWW.VINDEGARAGE.COM)

100% guaranteed. In business since 1997.

# РЕЦЕПТИ



## Булчински сладкиш

[www.facebook.com/shtipkaserotonin](http://www.facebook.com/shtipkaserotonin)

**За блата:** 4 яйца,  
1 чаша ( 200мл)  
захар, 1 ванилия, 1  
бакпулвер, 1,5 чаша  
пресято брашно.  
Пече се в предварително  
намаслена правоъгълна  
тавичка ( моята е с  
размер около 40/25)  
на 170 гр.около 20 мин.  
Изстуденият блат се  
набожда равномерно  
с клечка за зъби и се  
напоява със  
500 мл.студено  
прясно мляко  
(по желание може

да прибавите и 1  
кафяна чашка захар в  
млякото)

**За крема:** Слага се в  
тенджера 1 чаша ( 200  
мр) захар, 2 суп.лжж.  
пшенично нишесте,  
3 суп.лжж.брашно,  
1 ванилия, 1 жълтък,  
1 литър прясно мляко.  
Разбъркват се  
продуктите и се готви  
на тих огън с постоянно  
разбъркване докато се  
сгъсти.

Оставя се да се охлади  
малко, прибавя се

200 мл.течна сладкарска  
сметана (небита) и се  
миксира около 1-2 мин.  
до получаване на  
хомогенен крем.  
Охладеният крем се  
разстила върху блата,  
поръсва се с кокосови  
стърготини украсява се  
с ягоди и шам фъстък  
(понеже ние не обичаме  
много кокоса, аз го  
поръсих с настърган бял  
шоколад).

Сервира се след най-  
малко 2-3 часа престой  
в хладилника.




**OAK PARK DELI**  
HOMEMADE MEALS & CATERING

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

TAKE OUT | DELIVERY | CATERING



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

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

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

1/4 Chicken, Souvlaki Dinner, Oak Park Veggie Pasta, Veggie lasagna, Shepherds Pie, Roast Lamb with lemon potatoes, Beef stew & mash potato, Pasticio, Stuffed peppers Vegetarian (пълнени чушки без месо), Baked Pork Chops, Briam.

**Desserts.**

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



**OAK PARK DELI**  
HOMEMADE MEALS & CATERING

**HAPPY HOLIDAYS**

**Christmas Family Dinner**  
Ask us for details

416 - 424 - DELI (3354)  
www.oakparkdeli.com  
213 Oak Park Avenue,  
Toronto, ON, M4C 4N2

**CHRISTMAS DINNER SPECIAL**

<p><b>Roast Turkey Meal</b> \$19+tax/person</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Stuffing</li> <li>● Mash potato</li> <li>● Dinner roll</li> <li>● 2 Vegetables-Broccoli and Butternut Squash</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Gravy</li> <li>● Cranberry sauce</li> <li>● Dessert</li> </ul>	<p><b>Sides</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Grilled vegetables asparagus, zucchini, red &amp; yellow peppers Sm \$22 serves 6-8 people Lg \$35 serves 12 people</li> <li>● Mash potato 1/2 Tray (6-8 ppl) \$15 Full tray (20-25 ppl) \$35</li> <li>● Spinach salad with cranberries, goat cheese &amp; pumpkin seeds Sm \$20 serves 6-8 people Lg \$35 serves 10-12 people</li> </ul>
<p><b>Ham Dinner</b> \$17+tax/person</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Ham</li> <li>● Scallop potatoes</li> <li>● Apple sauce</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Dinner roll</li> <li>● Dessert</li> </ul>	
<p><b>Roast Turkey Package</b> \$170 +tax</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Mash Potato</li> <li>● Cranberry sauce</li> <li>● Butternut Squash</li> <li>● Feeds 10 people</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Stuffing</li> <li>● Gravy</li> <li>● Rolls</li> </ul>	

**OAK PARK DELI**  
www.oakparkdeli.com  
Plus Applicable Taxes



**EAST YORK DELI**  
HOMEMADE MEALS & CATERING

903 Coxwell Ave. (416) 429-3663

TAKE OUT | DELIVERY | CATERING

Breakfast Pizza Burgers Desserts

Prepacked Salads Frozen foods

**All our food can be picked-up or delivered!**

Our second LOCATION is OPEN!

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

**Family Lasagna**  
(includes 4 cheese buns and large Caesar)

**Greek Family Special**  
4 souvlaki on a pita, Large Fries, Large Greek salad, 4 soft drinks

**Souvlaki Party Special**  
Half tray rice, Half tray Greek Salad, Half Tray potatoes, 10 skewers, Pita bread, Tzatziki



# ВИНАРНА В МИССИСАГА

## Piazza Grape Juice

*in mississauga since 1968*

*Piazza winery is a family operated winery.*

We provide

**FRESH GRAPES DIRECTLY FROM FARMS IN CALIFORNIA**

starting end of August.

We provide all necessary equipment for you to make wine, and provide services of crushing grapes and **DELIVERY IN ALL GTA.**

We have juice in 23 liter pails, glass damigiana, plastic fermenting barrels and all accessories.

We also provide winemaking at location.

Winemaking on premises where you go home with your finished wine:

**House Red and White \$60.00**

**Cabernet \$75**

**Merlot \$90**

**Shiraz Oak Barrel \$120**

**Pinot Grigio \$75**

**Chardonnay \$90**

Fresh Grape Juice 23 litre

## SEASON SPECIAL

**From September 1 to November 30**

**Moscato White and Alicante Red \$ 25 !!!!**

### Red Juice

**Cabernet \$40**

**Merlot \$47.50**

**Grenache \$35**

**Shiraz \$49.50**

**Malbec \$55.00**

**San Giovese \$55.00**



### White Juice

**Thompson \$32.50**

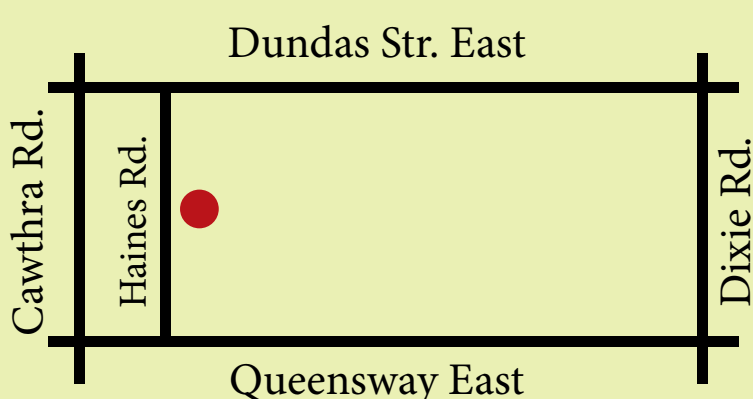
**Sauvignon Blanc \$40.00**

**Chardonnay \$47.50**

**Pinot Grigio \$35.00**

Very big selection of fresh California grapes.

Come and see our facilities you will not be disappointed!



Piazza Family Winery

**2479 Haines Rd, Mississauga**

**905-277-2777**

Open Tuesday to Saturday 10 am - 6 pm

September 1 to November 15 open 7 days 8am - 7 pm



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

## Kostas Greek Bakery

265 Ellesmere Rd  
 Tel: 647-748-9229



## KOSTAS MEAT & DELI

259 Ellesmere Rd, Scarborough, 416-444-3036



ОГРОМНО РАЗНООБРАЗИЕ НА ВСЯКАКВИ ХРАНИТЕЛНИ СТОКИ, ПРОДУКТИ ОТ БЪЛГАРИЯ  
 ВСЯКАКВИ ВИДОВЕ СИРЕНА И КАШКАВАЛИ, ВИНАГИ ПРЯСНО МЕСО- СВИНСКО, АГНЕШКО, ТЕЛЕШКО, ПИЛЕШКО, ГОВЕЖДО



Знаете ли, че: Няма грозни жени! Просто мъжете напоследък станаха едни такива, красиви...



Ценоразпис в бар:  
Цени за посетители, желаещи барманът да отговори на телефонно обаждане от съпругата:  
2 лв. - "Току-що си тръгна";  
5 лв. - "Днес не е идвал";  
7 лв. - "Няколко дена не съм го виждал";  
10 лв. - "Кой пък е този?"



- Ало, секс по телефона ли е?

- Не, полицията е!

- Еее. Тъкмо си бях приготвил едни 200 лева...

- Продължавай, палавнико-о-о.



Двама пияндурници:

- Какво пиеш за силна кашлица?

- Ракия форте.

## 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 Whiplash, Fibromyalgia, Ишиас, Тенис / Golfer's Elbow, Замръзнало рамо, Болки в ставите, Синдром на карпалния тунел (CTS), TMJ (Temporal Mandibular Joint Dysfunction), Намалване на стреса, Премахване на бръчки



**iWellness.ca**  
Rehab & Wellness Clinic

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



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

**НИЕ МОЖЕМ  
ДА ВИ ПОМОГНЕМ !**

Как да спечелите всяка една жена:

- Ако е умна, кажи и, че е красива.
- Красива ли е, кажи и, че е умна.
- А, ако е умна и красива? Тогава и кажи, че е отслабнала. Това винаги работи!

В изповедялната:

- Отче, съгреших много. За един ден извърших всички 7 смъртни греха.
- Как така?
- Бях много зъл и завиждах на съседа, за това лениво съблазних жена му, след което изядох всички продукти от хладилника

му, а тези които не можах откраднах.

- Забрави гордостта, сине!
- Не отче, много се гордея с всичко това!



# ПАМЕТНИЦИ НА ДОБРИ ЦЕНИ

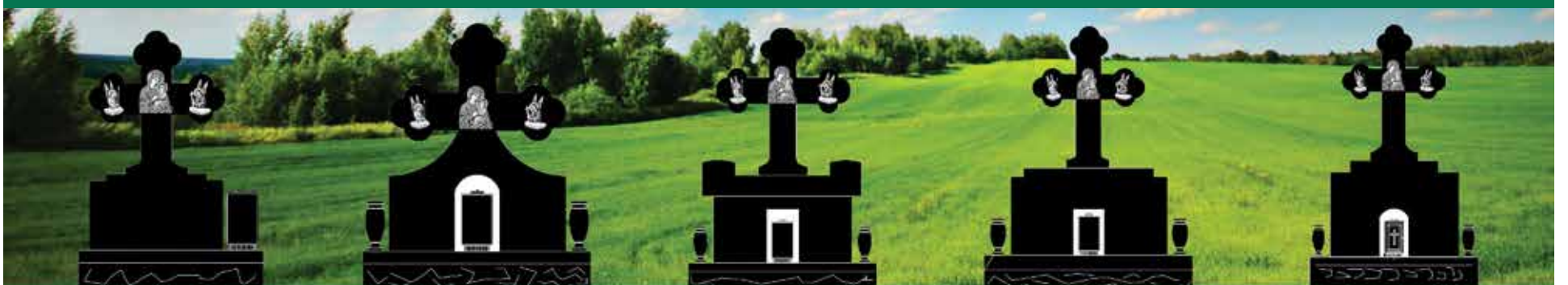


## Memorial Galleries Inc.

### 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

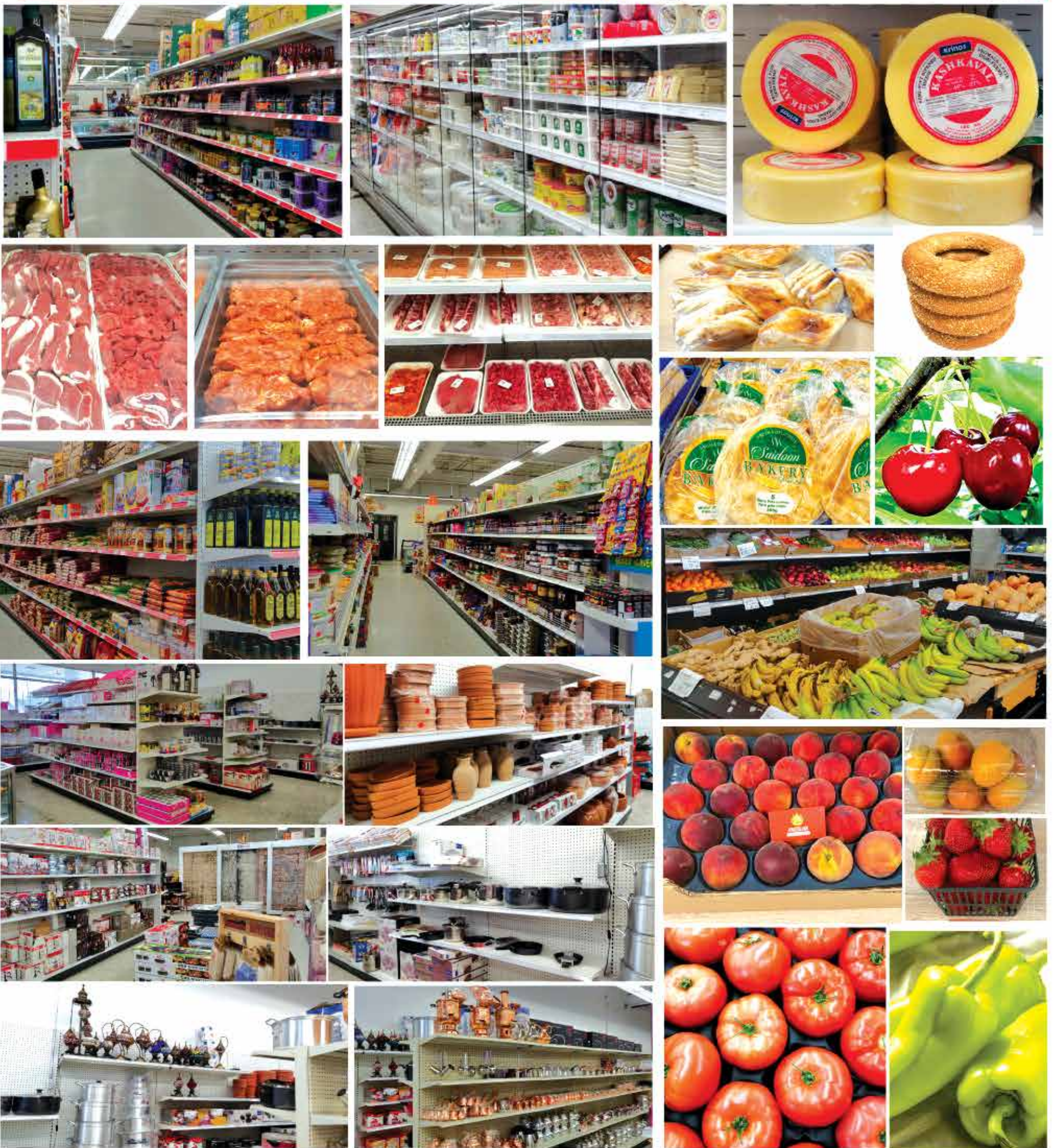
www.memorialgalleries.ca

**НОВ ГОЛЯМ МАГАЗИН ЗА ХРАНИТЕЛНИ СТОКИ И  
ДРУГИ ПРОДУКТИ ВНОС ОТ ТУРЦИЯ**

# ANATOLIAN Fine Foods

2437 Finch Ave. W. Unit 15  
Toronto, ON M9M 2E7

**Tel: 416 749-2424 Cell: 647 994-2873**



Стара българска поговорка: „Ако един мъж си гълта

корема в присъствието на жена, то значи че той няма никакви пари“.



Двама приятели:

- Не, аз не се бях напил снощи!

- Да, бе! А кой извика „Келнер, донеси ми вратата,

искам да си ходя?“



Попитали радио „Ереван“:

- Как се казва богът на удивлението на българите?

Отговор на радиото:

- Българският бог на удивлението се нарича

\*Бахмаааму.

Мутра на откриването на картинна галерия на мутресата му. Хвали се:

- Купих страхотна картина на Клайдерман.

- Той не е ли пианист?

- А-а-а, когато му кажа - рисува!



Младеж ходил на дискотека, отрязал се много яко и незнайно как призори се озовал в Софийския зоопарк чисто гол. По едно време го доближил слонът, погледнал го учудено и му казал: - Абе, пич, ти как се храниш с това нещо?!



## Агнешко варено

[facebook.com/shtipkaserotonin](https://facebook.com/shtipkaserotonin)

Измих обилно 6-7 парчета агнешки врат, изчистих излишната мазнина и ги сварих около 5-10 минути докато излезе пяната на повърхността. Изхвърлих водата, сложих нова и прибавих 1 голям лук, 2-3 моркова, нарязани на едро, 10 тина зърна черен пипер, дафинов лист, сол. Готвих в тенджерата под

налягане около 25 мин. или в нормална тенджерата около 1,5 часа. След това преместих месото и морковите в друга тенджерата, изцедих бульона и го прибавих към месото. Прибавих също 3-4 картофа нарязани на едро. Готвих още 15-20 мин. докато омекнат картофите. В малка тавичка сложих 1 лъж.

## РЕЦЕПТИ

краве масло, 1 лъж. зехтин, 1,5 лъж. брашно. Запържих брашното докато се стъмни леко. Прибавих 1 лъж. червен пипер, позапържих още малко и с пипера и после долях запръжката с 2-3 чарпака от бульона с непрекъснато бъркане. Като се сгъсти запръжката, изсипах я в тенджерата с месото, прибавих



също сок на половин лимон и 2-3 скилидки рендосан чесън. Готвих още 5 мин. и отстраних от котлона. Поръсих ястието с магданоз (по желание).

Приятен апетит приятели!

## ПРОДАВАМЕ

КЪЩА с двор 493 кв.м.

в центъра на Карлово.

Строеж на къщата 1939 год.

За контакти:

Теодора Василева **416-285-6853**

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

Патриция Алексиева и Младен Алексиев



## ЗАСТРАХОВКИ



### Extended Health & Dental

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

Toll Free: 1-877-838-0020

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

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

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

Owned and Operated by Easy Links Financial Inc.

## Българка, живееща в Лондон, пристигна в Киев вместо във Валенсия



Българка е пристигнала Киев по погрешка, след като е тръгнала към грешния гейт, а персоналът на Ryanair не е забелязал, че бордната ѝ карта е за друг полет, съобщава Daily Star.

Инка Филева възнамерявала да отиде във Валенсия, Испания, за да види приятеля си, който живее там, но била неочаквано изненада, след като ... пристигнала в друга държава. 30-годишната жена, която е родом от България, но в момента живее в Лондон, закупила билет за полета до Валенсия в 7:10 сутринта от летище Станстед на 18 октомври.



Тя споделя историята в профила си във Facebook: "В момента съм в Киев !! Чакам на летището и най-лошото е, че тук няма офис на Ryanair, така че всичко отнема векове, за да се подреди!" Пред Daily Star тя обяснява: "Летях от летище Станстед и мисля, че трябваше да

# Адвокатски услуги

**NEW**

Desislava Yordanova has been appointed as a Notary Public and now is providing Notary services to her clients.



## DK Legal Practice

Десислава Йорданова

Тел:(416)906-6663

[www.dklegalpractice.ca](http://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)
- **Notary Public**  
(Нотариални заверки)

отида до гейт 44, но се озовах на гейт 54". Тази грешка обаче не е поправена, и Инка е упътена да се качи на самолета, а служителите сканирали бордната ѝ карта и я пуснали на ... полета до Киев.

"Провериха билета ми няколко пъти, дори попитах в колко часа ще пристигна във Валенсия и ми казаха, че ще е в два часа и петнадесет минути."

Тъй като това бил полет в ранните часове на сутринта, Инка - която работи като барман - проспала цялото пътуване. Когато пристигнала, тя била „толкова уплашена“, разбирайки, че не е в Испания, след като видяла, че табелите и полицията изглеждат различно. Междувременно приятелят и я чака на летището във Валенсия,

без да знае какво се е случило. Инка разказа подробно: „Толкова се изплаших, когато полицията започна да се приближава към мен, никой не говореше английски и все искаха паспорта ми. Най-странното е, че пътувах с европейската си лична карта, но имах паспорт в чантата си, така че просто ме изкараха навън." След дълго чакане на летището, Инка похвали услужливия персонал на летището в Киев, които се свързали с Ryanair и я уредили с полети обратно до Обединеното кралство за следващия ден, а друг за Валенсия по-късно през деня.

## Поне 13 починали в Южна Корея след ваксинация срещу грип

Поне 13 души са

починали в Южна Корея през последните дни след ваксинация срещу грип, предаде Reuters.



Здравните власти обаче нямат планове да спират безплатното ваксиниране на около 19 млн. души. Разследвани са шест от смъртните случаи и не е била установена пряка връзка между направената им ваксина и смъртта им. Петима от починалите са имали придружаващи заболявания.

Смъртните случаи, включително на 17-годишно момче, бяха установени само седмица след подновяването на програмата за безплатно ваксиниране на юноши и възрастни хора.

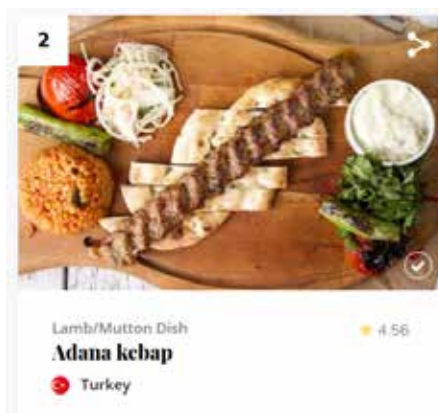
## 10-те най-добри традиционни ястия от TasteAtlas

Taste Atlas представи 100-те най-добрите традиционни ястия в света. Топ 10 на световноизвестните ястия през 2020 според дадени 63,402 валидни оценки, включват:

**1. Пица "Маргарита".** Прословутата пица е поставена като номер едно с оценка от 4.66. Произходът на известната по цял свят неаполитанска пица може да проследен най-малко до 1866 г., когато най-популярните съставки са включвали босилек, кашкавал и домати, но пицата все още не е носила името Маргарита.

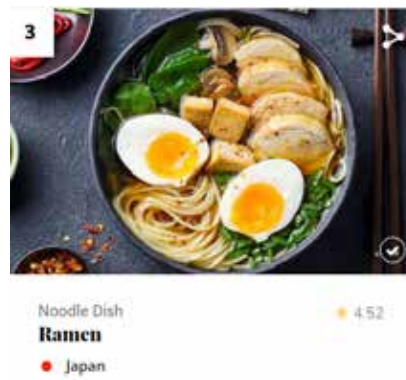


**2. Адана кебап** се нарежда на второ място с оценка 4.56. Това е популярно ястие от месо на шиш, кръстено на един от най-известните кебап-градове в Турция, Адана. Този кебап е направен от смляно агнешко и мазнина от опашката на агне, които се замесват заедно с чесън, лук, червен пипер и люти люспи от червен пипер, придавайки му наситено червен цвят и пикантен вкус.



**3. Рамен** е на трето място с 4.52. Раменът е супа с нудели, която се появява за първи път в Япония през 1910 г., когато китайските готвачи комбинират нудели

със солена бульон. Тези нудели са с ярко жълт цвят и по-еластични от японските, приготвяни по това време - тестото е замесено с вливаща натриев карбонат минерална вода, наречена *kansui*.



**4. Ломо салтадо – 4.51.** Това е традиционно перуанско ястие, състоящо се от пържено мариновано филе на филийки или от говеждо филе, лук, жълт перуански чили и домати. Ястието обикновено се сервира с пържени картофи и ориз отстрани и може да се намери в менютата на почти всички перуански ресторанти, независимо от това дали са обикновени или престижни.



**5. Дюнер кебап – 4.49.** Дюнерът е деликатес, който е известен по целия свят. Състои се от парчета месо на скара, които се нарязват от вертикален шиш. Месото обикновено се подправя с пресни билки и подправки. Първоначално месото, използвано в дюнера, е било изключително агнешко, но днес в Истанбул има кебап, приготвян с комбинации от агнешко и телешко месо, или понякога само с говеждо месо.



# MOLDOVA RESTAURANT

TASTE NEW TRADITIONS  
Home-style cuisine. Always made fresh

LLBO

Нашият ресторант предлага голямо разнообразие на пресни, домашно приготвени храни за всеки вкус.

**PATIO- TAKE OUT - DELIVERY**  
Private Parties - Other Events - Catering

**5000 Dufferin Street, Unit 1**  
(just south of Steeles)

**(416) 665-4566**

Delivery with   

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



**6. Tacos al pastor - 4.48.**

Това е мексиканско ястие, състоящо се от тънки филийки нарязано свинско месо от въртящ се шиш, поставено върху тортита и покрито с лук, нарязан кориандър, парченца ананас, чили и салса. Ястието еволюира от ливанските кулинарни традиции, и е донесено от пристигналите в Мексико в края на 19 век многобройни имигранти.



Street Food  
**Tacos al pastor**  
Mexico

**7. Šaltibarščiai (Студен борш) - 4.48.**

Тази освежаваща, студена супа от цвекло е част от традиционната литовска кухня. Състои се от кремообразна смес от кисело или сварено цвекло и остър кефир или мътеница, изсипани върху настъргани краставици и твърдо сварени яйца. Цялата супа се подправя обилно с копър и обикновено се оставя да стегне, докато всички вкусове се комбинират старателно.



Soup  
**Šaltibarščiai**  
Lithuania

**8. Гъза – 4.47.** Известната японска *гъза* са кнедли с форма на полумесец, които произхождат от традиционните китайски кнедли *джиаози*. Рецептата била леко променена, за да отговори на японския вкус, а *гъза* скоро се превърнала в едно от любимите японски ястия. Те се състоят от тънка обвивка, направена с пшенично брашно, яйца и вода, която след това се пълни със смес от месо и зеленчуци. Съставките,

използвани в плънката, са регионално повлияни, но най-често включват свинска или пилешка кайма, зеле, лук, много чесън, джинджирил и зелен лук.



Dumplings  
**Gyoza**  
Japan

**9. Cochinita pibil - 4.43.**

Това е свинско ястие, произхождащо от района на Юкатан в Мексико. Свинското месо се маринова в комбинация от анато-паста, горчица, портокалов сок и чесън, след което се пече бавно. Когато е готово се настъргва и сервира върху тортили, тако или самостоятелно с праз лук, маринован лук, салса и различни печени зеленчуци. Cochinita pibil се характеризира с червения цвят на месото, придаден от семената на анато от маринованата. Това страхотно ястие, повлияно от майите, се сервира най-често през уикендите в много мексикански домове, като неделен семеен ритуал.



Pork Dish  
**Cochinita pibil**  
Mexico

**и 10. Сарма – 4.39.** Един от основните специалитети на традиционната турска кухня, сармата се състои от пълнеж, плътно заобиколен от листа или листни зеленчуци. Има многобройни версии на това ястие, но сместа обикновено комбинира съставки като кайма, ориз или булгур, различни билки, подправки, червен пипер, смяна смрадлика или доматен сос. Обвивката типично е от лозови листа, зелени или листа от кисело зеле или разнообразни листни зеленчуци, като зелени ядки и манголд.

**France Football**



**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.

**405 Donlands Ave.**

**(416) 421-2400**

**info@selectbakery.ca**

www.selectbakery.ca

f /selectbakery

@selectbakery



Print & Online - [www.BulBiz.com](http://www.BulBiz.com)

**Old Mill Pastry & Cafe**  
780 Burnhamthorpe Rd. Unit#12/ Mavis  
905-232-5246

**ДОСТАВКИ ПО ДОМОВЕТЕ**

**New!**  
Delivery to your home

**Call us to order:**  
905-232-5246



**постави Христо Стоичков сред 10-те най-добри леви крила в историята на футбола**



„France Football“ реши да състави Dream Team на историята на футбола. Този понеделник френското списание разкри 30-те играчи, номинирани за **най-добър десен бек, централен нападател и ляво крило** в историята на футбола, съобщи BeSoccer.

**Христо Стоичков е единственият българин, попаднал сред номинираните.** Той ще се бори за избора на най-доброто ляво крило. Съперници са му Олег Блохин, Кристиано Роналдо, Драган Джаич, Райън Гигс, Тиери Анри, Ривалдо, Роберто Ривелиньо, Роналдиньо и Карл-Хайнц Румениге.

Пълният списък с номинираните 10 за **най-добро дясно крило са:** Дейвид Бекъм, Джордж Бест, Самюел Ето'о, Луис Фиго, Гаринча, Жаирзиньо, Кевин Кийгън, Стенли Матюс, Лионел Меси и Ариен Робен.

За **най-добър централен нападател** в историята на футбола ще претендират: Денис Бергкамп, Йохан Кройф, Кени Далглиш, Еузебио, Шандор Кочиш, Герд Мюлер, Ромарио, Роналдо, Ван Бастен и Джордж Уеа.

**Пластмасова корона на рапър бе продадена за \$594,750**



Ако сте фен на рапа и хип-хопа от 90-те, шансовете са да сте видели емблематичния портрет на рапъра Кристофър Уолъс, известен още като The Notorious B.I.G., Biggie Smalls или Biggie, носещ пластична корона наклонена на главата си, съобщава Guinness World Records. Снимката е направена по време на фотосесията „K.O.N.Y.“ (King of New York) през 1997 г. за списание Rap Pages от фотографа Барън Клайборн.

Пластмасовата корона, която се появява на снимката, е включена в търг, проведен от аукционната къща на Sotheby's на 16 септември 2020 и **първоначално се очаквало да достигне цена от \$200,000-\$300,000.** Короната обаче надмина очакванията след като бе продадена за \$594,750 (£461,820), пооставайки световен рекорд за най-скъпа костюмна корона, продадена на търг.

Пластмасовата корона, **която първоначално е закупена само за \$6,** е украсена с многоцветни пластмасови скъпоценни камъни и е подписана от The Notorious B.I.G. и носи щемпела "Crown from Biggie KONY Shot. 3-6-97."

&lt;&lt; Прод. от стр.22



The crown worn by the Notorious B.I.G. in his last recorded photograph has sold for almost half a million pounds.



Короната има още по-голяма стойност, тъй като фотосесията се е състояла само три дни преди рапърът да бъде убит в Лос Анджелис.

Кристофър Уолъс е роден през 1972 в Бруклин, Ню Йорк. Бива застрелян когато е едва на 24 години.

## Мечка влезна в търговски център в Япония



Мечка влезе в търговски център в град Кага на брега на Японско море, предизвиквайки евакуация, съобщи японския The Mainichi.

Полицията на префектура Ишикава получила спешно обаждане около 7:50 сутринта на 19 октомври, че мечка е влязла в търговския център Abio City Кага през входа за доставки.

Молът е в близост с други магазини, болница, обществени сгради. Горещите извори Ямаширо Онсен пък се намира само на 3 км. от търговския център. В района на горещите извори четирима души бяха ранени от мечка само през уикенда от 17-18 октомври.

## Камерън Диас пуска и червено веганско вино

Холивудската звезда Камерън Диас е готова да

добави червено вино към гамата си вина Avaline, която тя основава заедно с предприемачката Катрин Пауър, съобщава IOL. Катрин Пауър е автор и основател на модната марка Who, What, Wear и базираната в Калифорния Clique Brands.



Червеното вино ще се присъедини към тяхното портфолио от вегански вина - бяло и розе - направени с органично грозде и без излишни добавки.

Според The Drinks Business червеното Avaline бе планирано да бъде пуснато по-късно през годината в продажба, но процесът бе ускорен в отговор на голямото търсене. Виното идва от Франция и е направено от смес от органично отгледано грозде сорт Гренаш (Grenache) и най-аристократичният сорт Сира (Syrah), се казва в доклада. Регионът на Франция и реколтата на виното тепърва ще бъдат разкрити.

Основателят на американския онлайн търговец на дребно Wine.com Майкъл Осборн каза, че Avaline се представя много добре на платформата и е популярна сред милениълс.

Цената на червеното Avaline - „марка чисто вино“ - в САЩ се очаква да бъде между \$20-\$25 за бутилка.

## Alliston Meat & Delicatessen

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

Just West of Cawthra Rd.

www.allistonmeats.com

Bloor St

Cawthra Rd.



### 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



Прясно месо

## POT ROASTS



### COOKING DIRECTIONS

- 1 Season roast. Brown in lightly oiled Dutch oven or stockpot over medium-high heat.
- 2 Add 1-2 cups (250-500 mL) liquid (such as red wine, broth, canned tomatoes or soup).
- 3 Simmer, covered, on stove-top or in 325°F (160°C) oven at least 3 hours or until tender. Add chunks of vegetables for final 1/2 hour, if desired.

&lt;&lt; Прод. от стр.23

## Ковчегът на Рикардо: Мексиканец отваря дома си за 300 кучета по време на ураган



Когато ураганът „Делта“ затвори мексиканския полуостров Юкатан, Рикардо Пиментел отвори дома си за около 300

кучета, пише The Guardian. Имаше и много други животни: десетки котки бяха приютени в стаята на сина му; стаята на дъщеря му служила като убежище за пилета, зайчета и дори таралеж; вътрешен двор станал убежище за стадо овце.

„Не бе изненадващо, че къщата мирише ужасно,“ казва Рикардо. „Но си заслужаваше: всички оцеляха след бурята“. „Няма значение дали къщата е мръсна, тя може да се почисти“, казва

той. „Нещата, които са счупени, могат да бъдат поправени или закупени отново, но това, което е красиво, е да ги видим щастливи, здрави и в безопасност, без рани и с възможност да бъдат осиновени.“

Всичко започнало с публикация в социална мрежа на 6 октомври. Пиментел казал на приятели, че е отрязал клони и е заковал прозорците в приюта Tierra de Animales (Земя на

животните), който е основал преди близо десетилетие на около 30 мили югозападно от Канкун, където също живее със семейството си. Той предупредил за разрушителната сила на урагана. Загрижен, че магазините могат да останат затворени след бурята, което да доведе до недостиг на храна, той поискал дарения.

„Ако живееш само с 10 или 20 кучета, нямаше да се притеснявам много, но тук имаме стотици животни и не можем да си позволим лукса да нямаме достатъчно храна“, каза той. За да предпази животните от предстоящата буря, той ги преместил вътре в дома си. Рикардо бил изненадан от щедростта на хора от цял свят, които дарили хиляди долари.



Някои кучета от Tierra de Animales били спасени от улични боеве с кучета или са останали неспособни да се изправят, след като са били жестоко бити. През годините много от тях са осиновени от семейства в Мексико, Канада и САЩ. Пиментел получава помощ от работници, доброволци и семейство, включително 20-годишната си дъщеря Луна, която учи за ветеринарен лекар.

## SINGLE GROUP LOGISTICS CORP.



### ПРЕДЛАГА РАБОТА НА AZ DRIVERS И OWNER OPERATORS

#### AZ DRIVERS

- \$0.57 per mile  
/Dry van work only/
- Бонуси за безопасно каране
- EDGE coverage
- Medical/dental and pension plans
- Direct deposit
- Flexible working days
- 24/7 dispatch
- 2019-2020 Trucks and trailers

#### OWNER OPERATORS

- Dry Van/reefer/flat bed loads
- \$1.50 per mile  
/Long and short runs/
- Steady runs
- Fuel cards with hedge fuel discounts
- New Dry vans for rent
- Lease to own option
- CTPAT parking  
CAD/USA BONDED  
PIP AND FAST APPROVED

За повече информация на български се обадете на Мето **647-773-3823**



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

[sales@firstautogroup.ca](mailto:sales@firstautogroup.ca)

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

**SALES:**

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

**MECHANIC SHOP:**

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



## Над 80 инфекции се предават чрез ръцете



здраве.bg

Представите на хората за това по кои обществени места и предмети се съдържат най-голямо количество бактерии се разминава доста с действителността.

Това показват резултатите от проучване, проведено от корейски учени по поръчка на местния Съвет за защита на потребителите, цитирано от BBC.

Според данните най-голямо количество

вредни бактерии се съдържат върху дръжките на количките в супермаркетите - 1100 единици бактерии на 10 кв.см. На второ място - върху компютърните мишки в интернет-кафенетата - 690 единици бактерии. Ръкохватките в градския транспорт заемат трето място с 380 единици бактерии, следвани от дръжките на вратите на тоалетните. Списъкът завършва с бутоните на асансьора (130 единици бактерии) и ръкохватките в метрото (86).

В същото време представите на хората са доста различни. Според проведена в САЩ телефонна анкета, в която са участвали

над 1000 души, 64% от анкетиранияте смятат, че най-много бактерии има върху дръжката на вратата на тоалетната, 75% смятат за най-опасни капците на тоалетните чинии в ресторантите, докато в действителност бактериите, които се събират в кухненската мивка, значително превишават количеството бактерии в тоалетната.

В офисите рекордьори по бактерии са телефонните слушалки, следвани от повърхността на стола, клавиатурата и бутоните на асансьора.

На обществените места най-замърсени с бактерии са детските площадки за игра, клавиатурата на банкоматите, парапета на

ескалаторите.

## От какво се нуждае косата, за да е здрава



здраве.bg

Едва ли има човек, който понякога да не е установявал, че косата му, сякаш без основателна причина, понякога започва да капе, косъмът отънява, появява се пърхот. Всъщност и косата, както всеки орган на тялото, се влияе от различните атмосферни условия, от начинът ни на хранене, от емоционалното ни състояние.

## Косата се нуждае от добро хранене

Белтъчините са строителния материал за нашата коса, а нейната сила и блясък се дължат на протеина и най-вече на витамините В и С. Най-много полезни за косата вещества се съдържат в месото и черния дроб. Ако тези продукти не са ви по вкуса, можете да си набавяте всички необходимо и от бобовите култури, цитрусовите плодове, орехите, мазната риба.

Разбира се, за да се възстанови косата "отвътре" е необходимо известно време. Първите видими резултати се появяват около 3 месеца след нормализиране на храненето.

Косата се нуждае от подходящ шампоан Най-голямата грешка, която допускаме е, че избираме шампоана в зависимост от нашия тип коса.

Прод. на стр.25>>

events • community • media • business • associations • schools • restaurants • embassies • culture • advertising • and more

**www. Balkan.Center**  
Ethnic (migrant) communities from the Balkans, in Canada  
Modern online directories

**Join us today!**  
Promote your event or business for FREE!

Visit the website [www.Balkan.Center](http://www.Balkan.Center), choose any ethnic .Center

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

Register your business or event

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

**www.Albanian.Center** Albanian communities in Canada

**www.Anatolian.Center** Turkish communities in Canada

**www.Bosnian.Center** Bosnian communities around the world

**www.Croatian.Center** Croatian communities in Canada

**www.Greek.Center** Greek communities in Canada

**www.Moldovan.Center** Moldovan communities around the world

**www.Macedonian.Center** Macedonian communities in Canada

**www.Romanian.Center** Romanian communities in Canada

**www.Serbian.Center** Serbian communities in Canada

Great advertisement opportunities at competitive prices  
Contact us at [center@balkan.center](mailto:center@balkan.center)  
Like & Follow us on

&lt;&lt; Прод. от стр.24

А в действителност трябва го да избираме според типа на кожата на главата (мазна, проблемна, нормална, суха).

Ако например работите в лоши метеорологични или други условия, изберете за своята коса шампоан, който съдържа пантенол, ретинол, витамини В, С и Е.

### Косата не обича “бабините рецепти”

Не защото те са вредни за нея, а защото повечето от тях са предназначени за някакъв среден тип коса и не отчитат спецификата на отделните видове.

Например най-популярната рецепта за разресване на косата с гребен 100 пъти преди лягане е подходяща само за сухата и нормална коса, тъй като по този начин става разпределяне на кожния секрет по цялата дължина на косъма. Този масаж обаче ще направи мазната коса още по-мазна.

А пък изплакването на косата с ябълков оцет е абсолютно противопоказно за сухата коса.

### Косата обича правилното измиване

Специалистите съветват косата да се измива веднъж на 3-4 дни. Тя бързо свиква към зададения ритъм, но трябва да се мие и правилно.

1. Косата трябва да се мие с топла, а не с гореща вода, която стимулира работата на мастните жлезии.

2. Течащата вода в повечето случаи е много твърда за косата. Ако наистина е така, мийте я с преварена или

филтрирана вода.

3. Не разресвайте косата, когато е мокра. За да не я травмирате, по-добре първо я подсушете.

### Потенето на краката не винаги е безобидно



здраве.bg

За сметка на способността на организма да отделя влага се поддържа оптималната температура на тялото. Потните жлезии всъщност играят ролята на “терморегулатори”. Но всичко е добре, когато е с мярка. Много хора страдат (особено през лятото) от хиперхидроза или казано по-просто повишено потене на краката.

### Причините за това са няколко:

- Затворени тесни обувки; топли, неподходящи за сезона чорапи;
- Недостатъчни грижи за краката;
- Вълнение, стрес;
- Физическо натоварване, напрегната работа на мускулите;
- Кожни заболявания на стъпалата - например при такова неприятно заболяване като гъбичките, кожата между пръстите се лющи, съхне, болните места сърбят и всички тези симптоми понякога се съпровождат с повишено потене и неприятна миризма;
- Инфекциозни, ендокринни заболявания, злокачествени образувания, а също патологията на централната нервна система.

Прод. на стр.26>>

## 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

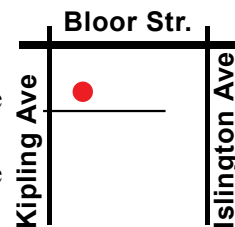
Owned and Operated by the Jelenic Family

350 Bering Ave., Etobicoke  
416-232-1539

www.thesweetgallery.com

@thesweetgallerycafe

@thesweetgallerycafe



VIN  
DE GARAGE™



ORDER A BATCH OF  
20 LITRES OF MERLOT ARGENTINA  
FOR \$60

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

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

WWW.VINDEGARAGE.COM

100% guaranteed. In business since 1997.

&lt;&lt; Прод. от стр. 25

**Как да се грижим за краката си?**

Трябва да отделяме повече време за грижи за краката си не само през лятото, но и през останалото време от годината. Те трябва да се мият с хладка вода задължително два пъти дневно - сутрин и вечер, като се подсушават добре с хавлиена кърпа. Препоръчително е, след сутрешната водна процедура, те да се обработват с талк, дезодорант или антиперспирант (има и специални видове с противогъбични и антибактериални вещества). Ако тези методи не помогнат, задължително трябва да се обърнете към дерматолог - силното потене на краката е сериозен повод да бъдат направени съответните изследвания, за да се открие вашето заболяване и да започне неговото незабавно лечение.

**Факти:**

Потта на 98-99% се състои от вода, но заедно с нея от организма се отделят различни вещества, мастни киселини, холестерол и микроелементи. Причината за

неприятната миризма е бактериалното разграждане на отделящите се вещества и тяхното окисляване - това са прекрасни условия за размножаването на микроби.

Мъжете и жените са еднакво предразположени към отделянето на пот.

**Каква е разликата между дезодоранта и антиперспиранта?**

Дезодорантът прекратява разлагането на потта и за сметка на подбрани козметически композиции замаскира неприятната миризма. В неговия състав най-често има антимикробни феноли, масло от лавандула, мента, карамфил и задължително етилов спирт, който е силно антимикробно средство. Антиперспирантът частично потиска потоотделянето в неговия първоначален етап. Задължително съдържа цинк, олово, цирконий. При взаимодействието на тези вещества с потта се образуват съединения, които "стягат" порите. Препоръчва се най-вече при повишено потоотделяне.

**Народна медицина**

- Всеки ден в продължение на 1 седмица краката могат се поставят в 1 л вода с 50-100 грама дъбова кора, предварително запарена 20-30 минути.
- 1 ч.л. сол се разтваря в чаша гореща вода, охлажда се и с този разтвор се измиват краката, като след това се изплакват с хладка вода.
- 20 дафинови листа се заливат с 3 л вряла вода и се затварят в съд с капак, където да престоят поне час. Краката се накисват в този разтвор 15 минути преди лягане.

**Изневяратата: 4 често срещани оправдания**

здраве.bg

Погледнато дори само от психологическа гледна точка, изневяратата винаги води до проблеми. Причината е в чувството за вина пред "обидената" страна. Тогава човешката психика

подсъзнателно почва да търси оправдание за постъпката. Понякога дори "обиденият" измисля оправдание за този, който е изневерил.

**Биологичното оправдание**

Сравнението със света на животните е универсалното оправдание - особено за мъжката изневяра. При тях всеки салец изпълнява задача, поставена пред неговия пол от природата. Ако женският пол е консервативен и неговата задача е запазване на най-добрите признаци на вида, то мъжкият пол търси нови по-сполучливи еволюционни направления. А това може да стане само чрез предаване на мъжките гени на максимално количество самки. Така, според дарвинизма излиза, че мъжката изневяра и женското постоянство са заложени в нас от самата природа.

Двата пола разбират понятието "изневяра" по съвсем различен начин. Група учени от Университета в Мичиган начело с Дейвид Басе е провел следния

Прод. на стр.27&gt;&gt;

**BOBBY DONEVA****friendly travel inc.**

TICO # 4631602

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

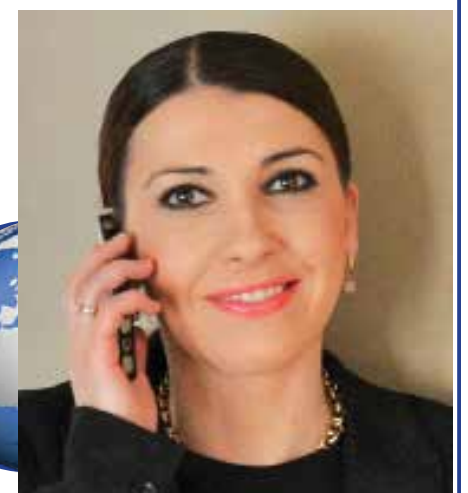
T: 905 849 4664

C: 647 999 2010

E: info@friendlytravel.ca

W: www.friendlytravel.ca

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



<< Прод. от стр. 26

експеримент: върху семейни партньори са били поставени специални датчици, а след това те е трябвало да си представят своята половинка в леглото с друг/друга. В тази ситуация мъжете са нервничали, потили и гримасничили, когато са си представяли сцената в леглото, а жените са реагирали на хипотетичното влюбване на своя съпруг.

От гледна точка на замисъла на природата това се обяснява просто: любовните чувства служат, за да могат мъжът и жената да останат заедно, докато се възпитава потомството.

**Затова влюбването на мъжете е много по-опасно за целостта на семейната двойка, отколкото мимолетният секс. Докато женската физическа изневяра “заплашва” мъжа с това, че може да му се наложи да възпитава чуждо дете.**

### Психологическото оправдание

Към изневяра са склонни най-вече хора, които не са уверени в себе си и в своята значимост за околните. Те самите най-често обясняват собствените си “приключения” извън семейството с желанието за разнообразие, чувството за преситеност от семейния живот или стремеж към новото: ”Нима животът ми ще мине без да имам друг освен тази глупачка или

глупак?” Често тези съпрузи, независимо от пола, изобщо не стигат до мисълта, че могат да изгубят настоящата си половинка, без да получат нещо в замяна.

### Парадоксалното оправдание

Любителите на парадоксите твърдят, че изневерилият партньор под влиянието на чувството си за вина става по-внимателен, загрижен и ласкав към нещастния съпруг/съпруга. А потърпевщата страна, особено ако се досеща за похожденията, подсъзнателно се стреми да изглежда добре и да си възвърне предишната привлекателност.

В действителност, ако си започнал да изневеряваш, е глупаво да чакаш – независимо какво: че твоята половинка бързо ще се разхубави, къщата ще стане по-чиста или яденето по-вкусно. Склонността към самоусъвършенстване, според данните от различни анкети, се пробужда само при 12-13% от излъганите съпрузи. В останалите случаи вие рискувате да получите силна обида, семеен скандал, искане за развод или просто шамар. А понякога – и всичко на куп.

### Народна медицина: чесънът лекува хемороидите

здраве.bg



Без съмнение, едно от заболяванията, които се характеризират с все по-широко разпространение са **хемороидите, като в развитите страни броят на страдащите от тях е по-висок.** Това увеличаване на случаите на хемороиди се дължи на заседналият начин на живот, на влошените хранителни навици, на проблемите в околната среда.

На практика хемороидите се появяват, когато настъпи разширение на вените, намиращи се в долната половина на дебелото черво и ануса. Тъй като това заболяване не е от вчера, народната медицина е установила доста практики за ефикасно и дълготрайно лечение.

Едни от най-често препоръчваните рецепти за лечение на хемороиди в домашни условия се основават на употребата на чесън под различни практики. Методът за премахване на хемороидите с чесън, който се радва на най-голяма популярност, **препоръчва терапия със сок от чесън.**

Процедурата се прилага, като две скилидки **чесън се счукват внимателно, така че сокът им да не изтече встрани, след което**

**се прецеждат през марля или тензух. Към отделения се сок се добавя една кафена лъжичка сол. Сместа се оставя да престои няколко часа в хладилник, след което се нанася върху самите хемороиди.** Обработените участъци от тялото се „запечатват” със **свинска мас**, за да може сокът да подейства. За да доведе процедурата до търсения ефект – премахването на хемороидите, **тя трябва да се изпълнява всяка вечер.**

Ако хемороидите обаче са кървящи, не бива да се прибягва до приложението й. В подобни случаи народната медицина препоръчва да се провежда терапия, при която вечер преди лягане в ректума се поставя цяла скилидка чесън, която предварително е внимателно обелена – така че да не се нарани повърхността.

Тази рецепта предвижда лечението да **продължи минимум месец**, за да има ефект от него. За съжаление втората предложена рецепта за лечение не гарантира, че хемороидите няма да се появят отново.

**Четете вестник Пламяк онлайн:**

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

Print & Online - [www.BulBiz.com](http://www.BulBiz.com)



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



To Our Valued Customers,  
**WE ARE STILL OPEN!!**  
 During this time of COVID-19 we are taking all necessary precautions to provide a safe store environment for our staff and customers.

a new line of homemade ready-to-eat frozen family-sized meals. From LASAGNA to SWEET & SOUR CHICKEN, made from scratch SOUPS, and CHICKEN FINGERS, we have what you need to keep the kids happy and healthy.

In compliance with Public Health guidelines our **Hot-Lunch Counter** is available.

We are here to help with anything you need in these difficult times.

To help make meal-time easier, we have just launched

Vienna Fine Foods,  
 416-759-4481,  
[www.viennafinefoods.com](http://www.viennafinefoods.com)



**ОПТИКА В МИСИСАГА - ОБСЛУЖВАМЕ НА БЪЛГАРСКИ**

1077 North Service Rd  
 Mississauga, Ontario  
 (905) 272-1632  
 @Abbeopt

**ABBE OPTICIANS**

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

\*Direct billing to all insurance companies

**ЗАСТРАХОВКИ**

**SWITCH INSURANCE**  
 No Obligation Quotes!  
 Pardeep Sharma  
 Registered Insurance Broker

AUTO HOME COMMERCIAL TRAVEL LIFE HEALTH

Specializing In:

<b>Car   Motorcycle</b>	<b>Commercial Auto</b>	<b>Commercial</b>	<b>Travel</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Experienced Clean Drivers</li> <li>G2 and High Risk</li> <li>Speeding Tickets</li> <li>No Insurance Tickets</li> <li>Carless Driving</li> <li>Impaired Driving Conviction</li> <li>Stunt Driving</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Painting</li> <li>Carpentry</li> <li>Electrical</li> <li>Plumbing</li> <li>Renovation</li> <li>Flooring Installation</li> <li>Cleaning</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Restaurant</li> <li>Beauty Salon</li> <li>Office</li> <li>Garage</li> <li>Body Shop</li> <li>Convenience Store</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Visitors</li> <li>Super Visa Applicants</li> <li>Canadians</li> </ul>

**Identifying & Managing Your Insurace Needs**

Tel: 416-398-4322  
 Fax: 416-398-0337

1118A Wilson Ave. Suite 201  
[switchinsurance.ca](http://switchinsurance.ca)

**Пламяк Print & Online**  
 ISSN 1920-5155 (Print), ISSN 1920-5163 (Online)

Editor-in-Chief: Viara Dimitrova  
 Publisher: VIRAD  
 408-11 Dervock Cres,  
 Toronto, ON, M2K1A6  
 Tel: 416-821-9915  
 E-mail: info@bulbiz.com  
[www.bulgarianflame.com](http://www.bulgarianflame.com)

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

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

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

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