




Print & Online  
www.BulBiz.com

**През 2021 светът  
може да се изправи  
пред  
„пандемия на глада“,  
предупреждава  
Световната  
хранителна програма**



*(World could face 'hunger pandemic' in 2021, World Food Program warns)*

*Автор:  
Jamie Seidel - журналист  
на свободна практика  
с 32-годишен опит в  
новинарската индустрия.*

*Статията е публикувана  
на страницата на  
News Com Australia.  
Преводът със съкращения  
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

Запазете  
рекламата  
за  
следващото  
ви  
пазаруване  
в  
LCBO



LCBO# 544031  
LCBO# 471318  
LCBO# 12841  
LCBO# 634808  
LCBO# 35170  
LCBO# 162610  
LCBO# 576355



**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**

**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



**ИМИГРАЦИЯ В КАНАДА**



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




## През 2021 светът може да се изправи пред „пандемия на глада“, предупреждава Световната хранителна програма (World could face 'hunger pandemic' in 2021, World Food Program warns)

<< Прод. от стр.1

COVID-19. Конфликт. Падащи икономики. Суша. Сега сме изправени пред ново бедствие: „глад с библейски размери през 2021“. Това ни очаква според носителят на Нобеловата награда за мир за 2020 Дейвид Бийзли, който ръководи Световната хранителна програма и е добавил гласа си към нарастващия хор, алармиращ ни, че „**сме на ръба на пандемия от глада**“.

Светът, в който живеем, е изключително сложно устройство. Всичко е свързано. Всичко е балансирано. Всичко - било то световните фондови пазари или веригите за доставки - е част от обширна взаимосвързана система. Ето защо пандемията **COVID-19** и поредицата от **екологични бедствия** причиняват **сериозни проблеми** в работата и.

Г-н Бийзли използва признанието на Нобеловата си награда, за да покаже на всички предупредителните знаци, които неговите 20,000 служители виждат по целия свят.

Бежанските лагери са препълнени, а много от обитателите им са избягали от полетата си. Земеделските

производители напускат земите си поради липса на работна ръка, семена и фуражи. И много от тези култури, които са засадени, изсъхват поради суша или се отмиват от бури. Бийзли казва, че световните лидери трябва да бъдат предупредени за „тази трагедия, пред която сме изправени - **кризи, които наистина ще бъдат необикновени през следващите, кой знае, 12 до 18 месеца**“.

И това е само едно от **известните-неизвестни** пред света през 2021. По-лоши са **неизвестните-неизвестни**.

„В крайна сметка дългосрочните последици от тази пандемия - както всички предишни пандемии - са просто непознати за тези, които трябва да ги изтърпят“, казва пък професорът по политически науки Андрю Латъм.

„**2021 ще бъде много лоша година**“, казва Бийзли. „Няма да имате достатъчно пари, за да финансирате всички проекти, които в миналото сте финансирали. Точно сега наистина трябва да се съсредоточим върху айсбергите, а айсбергите са глад, дестабилизация и миграция.

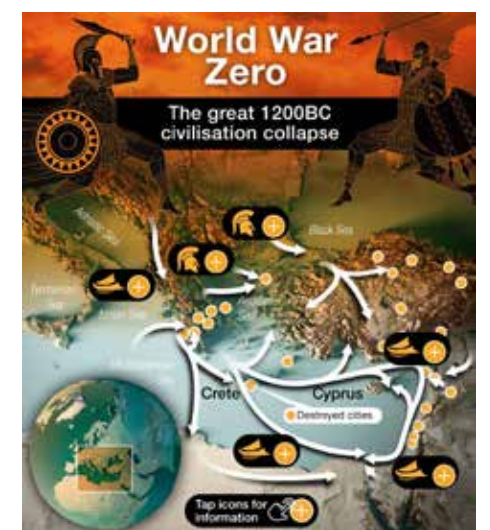
Международните усилия за стимулиране на световната икономика само забавят началото“, казва той.

„Успяхме да го предотвратим през 2020 ... защото световните лидери отговориха с пари, стимулиращи пакети, отлагане на дългове“, каза той пред Асошиейтед прес. Но тези пари се изпаряват. И Бийзли вярва, че повечето правителства нямат достатъчно резерви за втори пакети.

За 2021 това оставя голяма част от света пред рисковете от повишени цени на храните и празни рафтове – а около 270 милиона души са изправени пред кризисни нива на глад. „Има около три дюзини държави, които евентуално могат да влязат в условия на глад“, каза Бийзли.

Световната програма за храните смята, че Йемен, Южен Судан, Нигерия и Буркина Фасо вече са навлезли в стадият на глад. Афганистан, Камерун, Централноафриканска република, Конго, Етиопия, Хаити, Ливан, Мали, Мозамбик, Нигер, Сиера Леоне, Сомалия, Судан, Сирия, Венецуела, Зимбабве не са далеч от това.

COVID-19 не спира да бушува. Климатичните бедствия продължават. Нарастват гражданските неподчинения. **Всичко това действа като спирачка за световната икономика**. И не че това е неочаквано. Историята ясно дефинира този ефект върху националната сигурност, продоволствената сигурност и гражданските вълнения. Добавете към това и едно-две природни бедствия и ще получите истинска криза.



### ПАНДЕМИЧНИЯТ ПАРАДОКС

Историята е пълна с пандемии. Техните катастрофални икономически и културни симптоми са добре дефинирани.

Ние не сме имунизирани.

Прод. на стр.4>>



**Вашите познати и любими храни от България, можете да закупите онлайн и в Канада.**

**Поръчайте онлайн**  
**bg359.ca**  
**f/bulgarianfood.canada**

Вземете си безплатно поръчката от  
 Coffee Galore, Etobicoke  
 Arbanasi Eatery & Deli, Oakville



**FREE HEARING AIDS**  
**FOR LOW INCOMERS, SENIORS, REFUGEES**

**БЕЗПЛАТНИ СЛУХОВИ АПАРАТИ**  
**ЗА ХОРА С НИСЪК ДОХОД, ВЪЗРАСТНИ И БЕЖАНЦИ**

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




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

**Обадете се сега за Безплатна консултация**  
**905-270-1000**  
 We speak English and Russian Говорим Английски и Руски

**3-702 Burnhamthorpe Road E**  
 (Next to Shoppers Drug Mart)  
**Mississauga, ON, L4Y 2X3**  
 And other locations in North York and Scarborough



**WIDEX** HIGH DEFINITION HEARING    **PHONAK** life is on    **Starkey**    **oticon** PEOPLE FIRST    **bernafon** Your hearing - Our passion

**alphahearingmississauga@gmail.com**  
**www.alphahearingspeech.com**

**FIERA FOODS COMPANY**  
 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**

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**

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



<< Прод. от стр.2

## През 2021 светът може да се изправи пред „пандемия на глада“, предупреждава Световната хранителна програма

(World could face  
'hunger pandemic' in 2021,  
World Food Program warns)

„Хората започват да разбират, че малките промени, които COVID-19 вече е причинил или ускорил - телемедицината, дистанционната работа, социалното дистанциране, краят на ръкостискането, онлайн пазаруването, изчезването на парите в брой и т.н. - са започнали да се променят техният начин на живот“, коментира професор Андрю Латъм.

**Пандемиите променят възгледите на обществото за света. Пандемиите променят основата на фундаментални икономически системи. Пандемиите нарушават баланса на силите между нациите.**

Чумата опустошава Римската империя в нейните отмиращи дни. От пепелта на Рим се издигат християнството, феодализмът и концепцията за личните свободи.

Черната смърт на

Средновековието създава концепцията за трудовите права, средната класа и нагласата, че технологиите могат да намерят решение срещу множество болести.

COVID-19, макар и да не е толкова фатален като тези пандемии, все пак може да бъде също толкова разрушителен. „Ще се справят ли неумолимите усилия на отворените общества на Запада с вируса, който разбива и без това колебливата вяра в либералната демокрация, създавайки пространство за други идеологии да се развиват и да метастазират?“ - пита професор Латъм. „COVID-19 може да ускори и без това продължаващата геополитическа промяна в баланса на силите между САЩ и Китай ... и COVID-19 изглежда ускорява разплитането на отдавна установени модели и практики на работа с последствия, които

## Недвижими имоти

100%

SOLD

15г.

ОПИТ

1%

КОМ.



**Тодор Тодоров**  
Broker

Cell : (416) 837-7634

Bus.: (905) 565-9200

todortod@hotmail.com

могат да повлияят на бъдещето на офис-кулите, големите градове и масовия транспорт, да назовем само няколко. "



Relatives of people killed in flooding in Panama City. Picture: Luis ACCOSTA / AFP. Source: AFP

### ЕФЕКТЪТ НА ПЕПЕРУДАТА

Анализаторът по международни отношения от университета в Принстън професор Майкъл Опенхаймер счита, че навлизаме в ера на бедствия. И предупреждава, че не сме готови за това.

„Всяко бедствие може да се съчетае с щетите от следващото, с все по-малко и по-малко време за хората да се възстановят между тях“, пише той

във Foreign Affairs. Професор Опенхаймер казва, че Парижкото споразумение за климата не се оказва ваксината, от която се

**нуждаят нашите климатични системи. А това означава, че съставянето и припокриването на бедствията става много по-вероятно.**

„Взаимодействието на екстремни събития създава рискове от изцяло нов тип и мащаб бедствия“, пише професор Опенхаймер. „Изводът е, че малко, ако въобще има, са страните, които са достатъчно подготвени, за да се справят с онова, което ни очаква“.

Статията е публикувана на страницата на News Com Australia <https://www.news.com.au/technology/world-could-face-hunger-pandemic-in-2021-world-food-programme-warns/news-story/f314d1447fb33c3375bad2cf0f6bbc09>

**Financial Times: Бойко Борисов прибягва до национализма, за да отвлече внимание от месеците на протести срещу организираната престъпност и корупцията**



България блокира Северна Македония към членство в ЕС, с което нанесе удар в доверието в блока на Западните Балкани и към Берлин, който се опита да започне преговори за присъединяване със Скопие преди края на ротационното си председателство на ЕС, Financial Times. Министрите от ЕС не успяха да преодолеят задънената улица над Северна Македония, получила статут на кандидат през 2005.

Стево Пендаровски, президент на Северна Македония посочва пред Financial Times, че забавянето на членството в ЕС е "наистина разочароващо послание" за гражданите на неговата страна.

Според наблюдателите, че българското правителство на Бойко Борисов прибягва до национализма, за да отвлече вниманието от месеците на протести срещу организираната

престъпност и корупцията. Младшият партньор в правителството, ВМРО е хардлайнер по въпроса за македонската идентичност.

„Г-н Борисов се съобразява със заплахата, че националистите могат да свалят правителството само месеци преди изтичане на мандата му, нещо, което той избягва през последните шест месеца“, каза пред медията Весела Чернева, директор на офиса на Европейския съвет по външни отношения в София.

**70% от българските ученици не използват училищните тоалетни**

Това показва проучване от 2010 в рамките на кампания по темата на Национална мрежа за

децата. В анкетата участвали 800 деца от цялата страна, а основна причина за отбягването на тези помещения, е **лошото състояние на санитарните възли.**

Категорични са, че вследствие на това "стискане" от 5 до 7 часа на ден, децата могат да получат сериозни здравословни физиологични и психически проблеми.

**БХРА: Помощта за хотелиерите и реторантьорите е недостатъчна**

Предложените мерки за подпомагане за бизнесите, които са принудително затворени не са достатъчни. Това заявяват в своя позиция до медиите от Българската хотелиерска и реторантьорска асоциация (БХРА).

Според мерките работниците, на които се налага да излязат в неплатен отпуск

зарази Covid-19 да получават до 24 лв. на ден като финансова помощ. **Това обаче е само за 20 работни дни е 480 лв.** В същото време минималният осигурителен праг в сектора вече е 810 лв., а същите тези работници при мярка **80/20 ще получават 648 лв.** При помощта до 24 лв. на ден не е ясно кой ще плаща осигуровките на служителите, поясняват от БХРА.

Според сега предложените социални мерки, **помощта от 24 лв. на ден** ще се получава от служите само за преиода от 29 октомври до 31 декември. Обстановката към момента е такава, че вероятно ще се затварят принудително бизнеси и през 2021 остава висока, обосновават се от БХРА.

# ИМИГРАЦИЯ



**MIHAELA KEREZOVA, MA**  
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: [impaths@gmail.com](mailto:impaths@gmail.com) | [www.immigrationpaths.ca](http://www.immigrationpaths.ca)

**Фалира трето  
предприятие в  
Ловеч  
1,000 работници  
останаха без  
работа**

Трето предприятие в Ловеч бе обявено в несъстоятелност от съда. Близо 1,000 работници от трите фирми, които имат да получават трудови възнаграждения, са с прекратени договори и чакат обезщетения от гаранционния фонд, предава БНР.

Съдът обяви в несъстоятелност и "Фюжън Пластикс" ЕООД, след като преди това обяви "Технокороза" и "Спарки Елтос" АД.

Бивши и настоящи работници от "Фюжън Пластикс" ЕООД имат право да се обърнат към Фонда за гарантираните вземания, за да получат обезщетения за неизплатени от работодателя възнаграждения.



**DENIS CHUBAR**  
PROFESSIONAL CORPORATION

**Автомобилна Катастрофа?  
Позвънете ни!**

- Наранявания на шофьори
- Наранявания на пътници
- Пешеходни наранявания
- Наранявания на велосипедисти
- Uber/ наранявания на пътник / шофьор



**Можете да потърсите паричното си осигуряване от:**

- Вашата собствена застрахователна компания.
- Застрахователната компания на превозно средство, в което сте били пътник.
- Застрахователната компания на друго превозно средство, участвало в инцидента.

Можете да получите покритие за медицински разходи, пропуснати доходи, повредени предмети и някои от джобните ви разходи.

Трябва незабавно да се свържете с нас, дори ако на пръв поглед ви се струва, че нараняванията са незначителни.

**Безплатна Консултация:**

**647-897-1040**

*Говорим Руски и Английски*

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

**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  
Алексей 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

# 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.

## Скандал с евродепутат от ВМРО изпратен до Европейския парламент



Скандалът с Ангел Джамбазки бе изпратен до Европейския парламент, където получи видео с действията на евродепутата. Евродепутатът хвърляше бомбички по протестиращи граждани от прозорец в сградата на ВМРО.

### „Отровното трио“ написаха във Facebook:

„Току що изпратихме имейли с видеото, в което се вижда как евродепутатът Ангел Джамбазки хвърля бомбички и полива с маркуч протестиращите пред централата на ВМРО снощи, до всички 705 негови колеги в Европейския парламент. Уведомихме ги, че този човек за жалост понякога работи с тях и че е част от управляващите в България:

Пълният текст на писмото:

Уважаеми евродепутати, в приложеното видео можете да видите как вашият колега Ангел Джамбазки, член на групата на Европейските консерватори и реформисти хвърля бомбички по протестиращите под прозореца на партията, която представлява, както и ги залива с вода от маркуч. Случката е от 16.11.2020. Този човек понякога работи с Вас. Той е част от управляващите в България! Извинявайте, няма да повторим грешката.

С уважение,  
Отровното трио и гражданите

## Конституционният съд отмени правото на службите да проследяват телефоните на хора заради COVID-19

Българските управници нямат законно право да подслушват разговори на гражданите с мотив COVID-19.

Конституционният съд отмени въведената заради пандемията от COVID-19 възможност на службите да проследяват телефоните на хора, които не спазват задължителната карантина и изолация. Решението е взето с 10 гласа, а на особено мнение са останали двама съдии, предаде „Труд“.

След обявяване на извънредното положение бяха направени промени в Закона за електронните съобщения (ЗЕС), с които (в чл. 251б) бе предвидено, че данните с които се установяват ползваните клетки от мобилните телефони трябва да се пазят 6 месеца и „за нуждите на принудителното изпълнение на задължителната изолация и болничното лечение на лица по чл. 61 от Закона за здравето, които са отказали или не изпълняват задължителна изолация и лечение“.

Право да искат справка за тях беше дадено на Главна дирекция „Национална полиция“, СДВР и областните дирекции на МВР. Достъпът им се предоставя незабавно, а те след това трябва да уведомят председателя на съответния районен съд.

## Турция няма да затваря границите с България

Директорът на областната Дирекция по здравеопазване в Одрин заяви, че не се предвижда затваряне на Капъкуле и другите гранични пунктове с България и Гърция заради епидемията от Covid-19.

По думите на д-р Исхак Йълдъръм без прекъсване денонощно се извършват

необходимите дейности срещу разпространението на епидемията, включително контрол и проследяване на заразата, които се ръководят от валийството, предаде БТА.

## 15,000 лв. глоба за скрити доходи от чужбина

Глоба в размер до 15,000 лв. ще се плаща за скрити доходи от чужбина предвиждат промени в Данъчно-осигурителния процесуален кодекс, внесени от МС. При повторно нарушение глобата се удвоява до 30,000 лв.

С промените в кодекса вече погасяването на предявените за събиране в НАП публични вземания ще става от най-рано възникналите към по-новите. Досега длъжниците имаха право на избор.

**NEW LABEL NOW HERE**

**4 EARN EXTRA AIRMILES®**  
for a limited time.  
Nov 29, 2020 - Jan 2, 2021

**91 pts. JAMES SUCKLING**

LCBO #634808

**CHÂTEAU D'AIGLEVILLE**  
CÔTES DU RHÔNE VILLAGES

**91 POINTS WINE ENTHUSIAST**

LCBO #544031

**NOW BACK IN STOCK!**

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



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

## Kostas Greek Bakery

265 Ellesmere Rd  
 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



## Сега не е точният момент за присъединяването на Албания и Северна Македония в ЕС

... Това каза германският министър по европейските въпроси Михаел Рот, цитиран от Deutsche Welle.

От години се работи за разширяване на ЕС, но към този момента напредъкът по договарянето е малък.

Германското председателство прави опит да осигури начало на преговорите. България и Северна Македония обаче трябва да изяснят двустранните въпроси.

## Бизнесмен платил подкуп от \$1.5 млн., за да приемат сина му в Harvard University



Изпълнителен директор е платил на бивш треньор по фехтовка \$1.5 млн. подкуп, за да бъдат приети синовете му в Харвард, казват федерални агенти, съобщава Fox5.

Бизнесменът от Мериленд е платил подкуп, включително чрез плащания за кола и покупка на къщата на треньора, за да бъдат приети синовете му в училището в Ivy League. 61-годишният

Жао и 67-годишният Питър Бранд бяха арестувани и обвинени в конспирация за извършване на подкуп, съобщи американската прокуратура в Масачузетс.



Money pit: Zhao purchased Brand's home (above) in 2016 for \$989,500, despite the fact that he had never seen the property and its assessed value was \$549,300

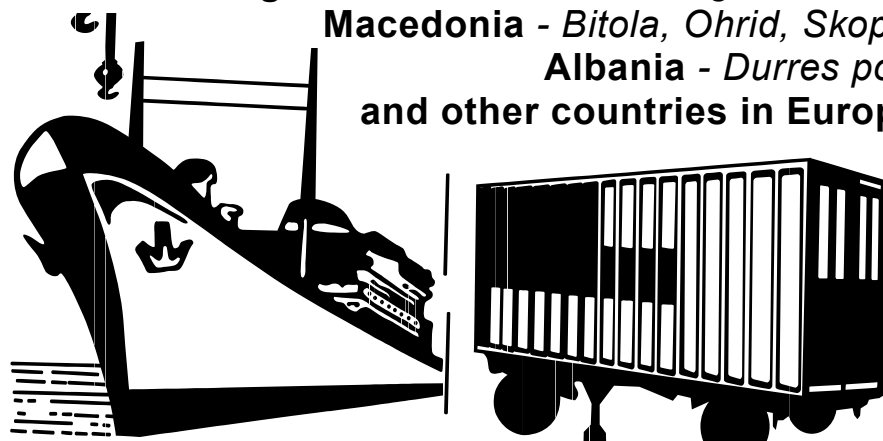
В твърденията си прокуратурата посочва множество факти. Така например Жао купил къщата на Бранд през 2016 за \$989,500, въпреки факта, че никога не я е виждал и оценката и е била \$549,300. Малко след това синът му Едуард, на 19 години, е взет от Бранд в отбора по фехтовка, а после приет в Харвард. В допълнение към плащането на далеч над пазарната цена за дома на Бранд, Жао никога не се и нанася в имота, а 14 месеца по-късно го пуска на пазара за \$699,000, което е почти \$300,000 по-малко от платеното. Интересен е също и фактът, че бизнесмена е придобил дома на треньора с Quit Claim Deed, който традиционно се използва за прехвърляне на собственост между членове на семейството или при развод, коментира Daily Mail.

**Прод. на стр.12>>**



## 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.



**OAK PARK DELI**  
HOMEMADE MEALS & CATERING

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

**TAKE OUT | DELIVERY | CATERING**



Магазин за домашно приготвени 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

Order before December 17<sup>th</sup>!

**EAST YORK DELI**  
HOMEMADE MEALS & CATERING

**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 5m \$25 serves 6-8 people Lg \$40 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 5m \$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** **Prepacked Salads**  
**Pizza** **Frozen foods**  
**Burgers** **All our food can be**  
**Desserts** **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

Запазете рекламата за следващото ви пазаруване в LCBO

LCBO# 544031  
LCBO# 471318  
LCBO# 12641  
LCBO# 634808  
LCBO# 35170  
LCBO# 162610  
LCBO# 576355

&lt;&lt; Прод. от стр.12

През 2013 Жао пък направил дарение от \$1 милион на Националната фондация за фехтовка във Вашингтон, която от своя страна дала безвъзмездна помощ от \$100,000 на **благотворителната фондация на Бранд The Peter Brand Foundation** през следващата година. Това пък било годината, в която по-големият син на Жао Ерик започнал да учи в Харвард.

Обвиненият бизнесмен Жао спечелил парите си в редица начинания, най-вече като съосновател на iTalk Global Communications, Inc. **Той продава компания за \$120 милиона през 2012**, но все още е главен изпълнителен директор на компанията.

Жао, което е гражданин е на САЩ от 1995, понастоящем живее в Потомак, Мериленд.

Питър Бранд е бил треньор по фехтовка за мъже и жени в Харвард от 1999 до 2019, когато е бил уволнен от университета след разследване, стимулирано от репортажи от *The Boston Globe*.

Арестите са само **последният залп в разрастващата се измама за прием в колежи, разкрита за първи път през март 2019**, при която богати родители на кандидати за колеж използват парите си, за да заобикалят стандартизираните тестове, да подкупват спортни треньори и да лъжат относно плащанията.

„Задържанията са част от дългогодишните ни усилия да разкрием и възпрем корупцията при постъпване в колежите“, каза

# 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)

американският прокурор Андрю Лелинг. "Милиони тийнейджъри се стремят да постъпят в колеж всяка година. Ще направим всичко възможно, за да направим това игрално поле възможно най-честно."

В САЩ треньори нямат решаващ глас за място място в колежа, но техните препоръки са от голямо значение за крайния резултат.

## Сън, тренировки и водка - 71-годишната Вера Уанг споделя своите тайни за младостта

Вера Уанг сподели своите тайни на младостта след като снимки, на които демонстрира уникална фигура за нейните 71-години в

спортен сутиен, бяха публикувани, съобщава Daily Mail.

71-годишната дизайнерка разби интернет през май, когато публикува снимки на себе си, позирайки в оранжев спортен сутиен Palm Angels и бели дънкови шорти, докато се самоизолираше в дома си в Маями.

Шест месеца след като Уанг порази феновете си с невероятно младежкия си външен вид, тя разкри своите здравни принципи, като каза пред списание People, че приписва своята неостаряваща фигура на „спорадични физически тренировки, добър график на съня и от време на време коктейл с водка“.

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



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

# Happy Holidays!

## ПРЕВЪЗХОДНИ ВИНА за вашата трапеза

### Pascual Toso Malbec

ARGENTINA

LCBO#: 35170

Look for new  
TOSO orange label  
in LCBO stores this week!

#### Tasting Notes

Pascual Toso Malbec is spicy and rich. Encapsulating aromas of coffee, violets and blackberry with a hint of tobacco notes, the Pascual Toso Malbec wine is Old in style with soft tannins and a medium-bodied taste.

### Pascual Toso Limited Edition Malbec

ARGENTINA

LCBO#: 162610

#### Tasting Notes

Aromas of plum and blueberry with spice and peppery notes. Dry with good aroma replays. Structured with soft tannins and a solid fruity finish.

### Pascual Toso Chardonnays

ARGENTINA

LCBO#: 634808

#### Tasting Notes

Wine experts agree that this chardonnay from Argentina delivers great value. Expect aromas and flavours of fresh pear, apple, mango and spice with toasted oak tones. The palate is medium bodied and rich with balanced acidity and notes of tropical fruit and vanilla on the finish. Pairs with seafood or poultry in cream sauce.

### Греяно вино с коняк

#### Продукти:

- червено вино - 750 мл.
- захар - 100 гр.
- канела - 5 гр.
- карамфил - 10 гр.
- коняк - 100 мл.
- лимони - 1 бр.

#### Приготвяне:

- Виното се кипва
- със захарта,
- канелата и карамфила.
- Оставя се да престои 10-15 минути, прецежда се, добавя се конякът и се разлива в предварително затоплени чаши.
- Във всяка чаша се поставя резенче лимон.



## Иран ще отвърне на американска атака

Всяка американска атака срещу Иран ще бъде изправена пред "смазващ" отговор, заяви говорител на иранското правителство, след съобщения, че президентът на САЩ Доналд Тръмп е поискал опции за удар по главния ядрен обект на Иран, но е решил да не го прави, съобщава Reuters.

"Всяко действие срещу иранската нация ще бъде изправено пред съкрушителен отговор", заяви говорителят Али Рабией в сайт на правителството.

Тръмп по-рано се е консултирал относно възможността да атакува завода за обогатяване на уран в Натанц, но е бил разубеден от съветници за тази възможност.

## Турция може да анексира северната част на Кипър до 2023

Map of Cyprus Island. Green = Republic of Cyprus || Yellow = Turkish Republic of Northern Cyprus [630x321]



Министърът на външните работи на Кипър Никос Христодулидис се опасява, че Турция под управлението на Реджеп Ердоган може насилствено да присъедини северната част от острова до 2023, ако не бъде постигнато решение на кипърския проблем, пише вестник Cyprus Mail.

Външният министър изразил безпокойството, че съществува риск от анексиране на Северен Кипър от Турция, ако не бъде

намерено решение до 2023, когато Анкара отбелязва 100 г. от основаването на Република Турция. На 15 ноември Ердоган посети Северен Кипър.

## Германия арестува заподозрени за кражба на бижута за €1 млрд. от музей в Дрезден



Jewelry stolen during a robbery from the Green Vault palace in Dresden, Germany. Polizeidirektion Dresden via Reuters

Германската полиция нахлу в 18 имота и арестува трима души във връзка с наглото миналогодишно ограбване на бижута в музей в Дрезден, в който се намира една от най-важните европейски колекции от кралски съкровища, събщи NBC News.

*Прод. на стр.16 >>*

ЗЛАТЕН МЕДАЛ!
награди за добро качество!
за истинските ценители на добрия коняк
в LCBO

# CORTEL XO

ПРЕКАСЕН ПОДАРЪК ЗА ПРЕДСТОЯЩИТЕ ПРАЗНИЦИ!

**Отново в Канада!**

# NAPOLEON

V.S.O.P.  
Brandy de France

Продава се в кутия за подарък!

IT'S BETTER WITH CORK!

LCBO +245043      LCBO +287409      LCBO +829315

Работно време:  
 Пон. Вт. Ср 9am - 7pm  
 Четв. Пет 9am - 8pm  
 Събота 8am - 6pm  
 Неделя затворено



# Eddie's

## MEAT & DELI MARKET

1575 Dundas Str. E. Mississauga, 905-625-9617

[eddiesmarket.ca](http://eddiesmarket.ca)



Place your Christmas catering orders until December 20th!

- Roasted OR smoked turkeys
- Roasted hams
- Traditional beet soup
- Fried fish, fish in jelly, Ryba po Grecku ( fish with fried root veggies)
- Cabbage rolls with meat or mushrooms
- Potato salad, beet salad, coleslaw, and all the sides! Call us Today! (905)625-9617



- Огромен избор на прясно месо от Онтарио - свинско, телешко, агнешко, пилешко, патешко, гъше месо, пуешко и заешко.
- Огромен избор на меса без хормони и антибиотици
- Голям избор на вкусни пушени Европейски меса
- Вкусни, пресни торти
- Предлагаме и катеринг
- Посетете сайта ни [eddiesmarket.ca](http://eddiesmarket.ca) или ни харесайте във [facebook](https://www.facebook.com/eddiesmarket).

Shop Online:  
[eddies-meat-deli-market.myshopify.com/collections](http://eddies-meat-deli-market.myshopify.com/collections)



&lt;&lt; Прод. от стр.14



Полицията претърси апартаменти, гаражи, превозни средства, главно в берлинския квартал Нойкойн, за откраднатите съкровища и други доказателства, включително дрехи и инструменти.

Грабежът през миналия ноември бе уловено на кадри от охранителни камери, на които се вижда как двама мъже използват брадва, за да нахлуят в световноизвестния музей на Дрезден **Grünes Gewölbe** или **Green Vault**. Мъжете са избягали с повече от дузина бижута от 18-ти век.

Германските медии съобщиха след грабежа, че откраднатите бижута са на стойност от близо €1 милиард, но от музея твърдят, че взетите предмети са "безценни". Бижутата са част от музейна колекция, основана през 18 век от Август Силния - саксонски владетел, който по-късно е бил крал на Полша.

## България е 20-та по владеене на английски език

България е класирана на 20-то място от 100 стани по владеене на английски език (EF English Proficiency Index). Нидерландия е на първото, следвана от Дания и Финландия. Първите 12 страни, които са определени с „Много високо“ владеене

се допълват от: Швеция, Норвегия, Австрия, Португалия, Германия, Белгия, Сингапур, Люксембург и Южна Африка. България е поставена в класацията „Високо“ владеене.

Пред нас са Унгария, Сърбия, Полша, Румъния, Чехия. Зад България непосредствено на 21-во място е Гърция, а Франция е 28-ма. Със „средно“ владеене на английския се определят Хонг-Конг, Русия (41-во), Украйна (44-то).

Изненадващо в списъка на държавите с „Много ниско“ владеене попадат три латиноамерикански страни – Колумбия (77-мо), Мексико (82-ро) и Еквадор (93-то). На последното 100-но място е класиран Таджикистан.

Нашият ресторант предлага  
голямо разнообразие  
на пресни, домашно приготвени храни.  
**ЩЕ ДОСТАВИМ ДО ВАШИЯ ДОМ ИЛИ ОФИС  
ОБАДЕ ТЕ НИ СЕ!**

# Moldova

5000 dufferin st. North York M3H5T5

## TUESDAY

**SALAD**  
(GREEK/CAESAR/GARDEN/LOBIO)  
**BULLION WITH PELMENI**  
(VEGETABLE BROTH WITH RUSSIAN DUMPLINGS)  
**NAPOLEON**

\$ 15.99

## WEDNESDAY

**MUSHROOM BLINTZES**  
**CABBAGE ROLLS**  
(PORK AND BEEF) 4 PIECES  
**MINI ECLAIRES**

\$ 15.99

## THURSDAY

**SOUP**  
(BORSCH/MOLDAVIAN ZAMMA/SHCHI)  
**1/2 CHICKEN TABAKA**  
WITH A SIDE(BUCKWHEAT/MASHED POTATO/RICE)  
**HONEY CAKE**

\$ 15.99

## FRIDAY

**HERRING WITH POTATOES**  
**PORK OR CHICKEN SHISH KEBAB**  
WITH A SIDE(BUCKWHEAT/MASHED POTATO/RICE)  
**SWEET BLINTZES**  
(CREPES WITH COTTAGE CHEESE)

\$ 16.99

*Delivering To  
Your Door Step*

Time 12:30-3:30  
Place Orders Before 12:30

**CALL (+1) 416-665-4566 / 4168489879**

All menu will serve with salad and a choice of side - Mash Potato/ Home Potatoes/ Fries/Rice  
Serves with a choice of drink - Kompot/Pops/Ice tea/ Bottle Water

## Подводните камъни на народните рецепти



здраве.bg

Много хора не желаят да се “травят” с лекарства и използват само т.нар. народни средства. Но такава “лечение” всъщност е абсолютно нелепо. Отказвайки се от лекарствените средства и лекарите, тези хора вярват на всякакви вестници, брошури и лечители, като забравят, че народните рецепти не само не са подходящи за всеки, но и “провереното от времето” средство може да се окаже просто измислица на някой журналист или “лечител”.

Кой е готов да седне върху нагрятата върху огън керемидата, за да се избави от цистита? Тази “рецепта” е взета от популярен вестник с

медицинска насоченост, а всеки, който е изпробвал този начин на “лечение”, ще потвърди, че той няма желаните ефекти.

Друга честа препоръка е за прочистването на организма от шлаката. “Искате ли да почувствате лекота в тялото и мислите, да почувствате “второто си дишане”, да се избавите от болестите и да се подмладите с няколко години, да повишите работоспособността си...?” Разбира се, кой не би искал...

Някои такива съвети обаче не само няма да помогнат, а и сериозно ще навредят. Човешкият организъм е сложна система, в която са включени и механизмите на самопочистване. Всяка външна намеса в тази система с цел “почистване” може да се сравни с поправянето на електронен микроскоп с брадвата.

Например според разпространения “метод” за прочистване на черния дроб, трябва да смесите 6 чаши зехтин (по 50 мл) и 6 лимона, а след това всеки ден да изпивате по една чаша и за изяждате по 1 лимон.

Нашият съвет е изобщо да не пробвате. Вероятно още след втората порция ще започнете

да повръщате, а ако изпълните съвета докрай, изгарянето на лигавицата на стомаха ви е гарантирано – 6 лимона са твърде голямо количество киселина.

Лекарите не отричат **необходимостта от прочистване на организма.** При някои заболявания то е особено необходимо, за да се облекчи състоянието на пациента. Но всяка процедура - клизма, слабително или специална медицинска процедура, трябва да се назначи само от лекар, който точно е определил вашия проблем.

Лекарите не препоръчват и гладуването като начин за прочистване. При пълното гладуване особено опасни са 3-то, 4-то и 5-то денонощие, когато започват да се изгарят мазнините и да се освобождават токсините, които чрез кръвта могат да натруват целия организъм.

**Всеки един “народен съвет” трябва да се обмисли внимателно.** Ето например съвет за избавяне от брадавици: “Вземете оцетна есенция и с пипета капнете върху брадавицата”. Кой обикновено страда от брадавици? Децата и

подрастващите. Пипетата дава капка до 1 см, така че не се съмнявайте, че оцетната есенция ще осигури химическото изгаряне на кожата.

Народните средства, разбира се, не са придружени от инструкции за противопоказания, но това съвсем не означава че са безопасни и подходящи за всички. Сокът от ряпа например е полезен за обмяната на веществата и при запек. Но той не трябва да се употребява от тези, които страдат от възпалителни заболявания на стомаха, червата, бъбреците и черния дроб.

**Преди да започнете лечение с народни средства най-добре се посъветвайте с лекар.** Освен открито вредните, някои от народните рецепти са вече твърде остарели и не са подходящи за човека на 21 век. Нашите предци са живеели в други условия. Съвременният човешки организъм е отслабен от редица фактори - лошата екология, стреса и непълноценното хранене. И дори резултатът от старата изпитана рецепта може да се окаже непредсказуем.



### 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



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

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

[iwellness.ca@gmail.com](mailto: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 !**

**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



**New!**

**Fresh FISH shipment  
from Black sea!**

**Coming on Friday!**

**2437 Finch Ave W, Unit 15**

**(416) 749-2424**

**Hamsi**

**Anchovies,**

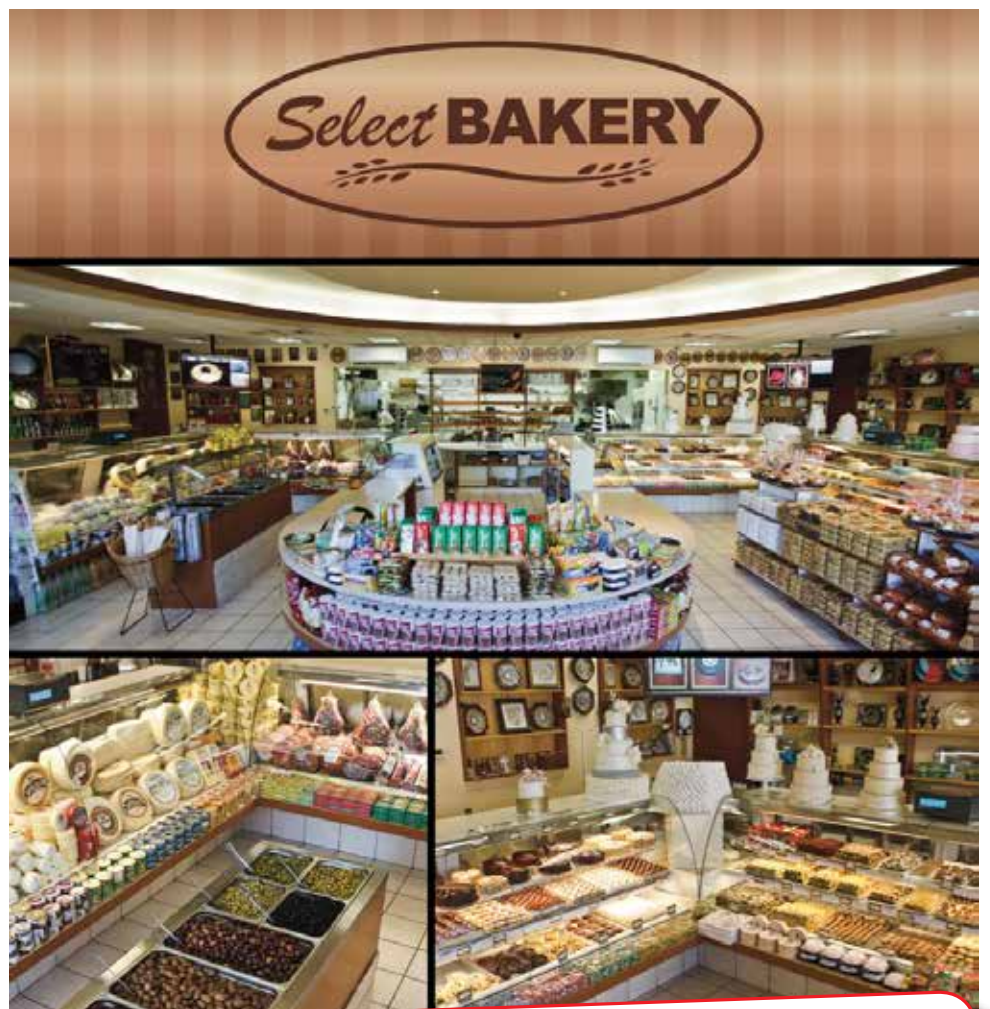
**Horse mackerel,  
Whiting, Red mullet,  
Sea bass & Sea bream.**



# Турска закуска с български принцеси

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

Сложих в 300 гр. кайма 2 яйца, черен пипер, чубрица, сминдух, шарена сол и настърган кашкавал. Намазах филиите първо с масло, после с каймата и ги пекох на 200 гр.около 10-15 мин. Накрая ги поръсих с малко пул пипер( едро смлян червен пипер).



## ДОСТАВКИ ПО ДОМОВЕТЕ

We deliver everywhere in  
Canada & US  
Check out  
[www.selectbakery.ca](http://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](http://www.selectbakery.ca)  /selectbakery  @selectbakery

Шампанско за Вашите прекрасни празници!



CHAMPAGNE  
**POMMERY**  
A REIMS-FRANCE

95  
PTS  
Decanter  
the world's best wine magazine

LCBO #234112

*a time  
for*  
**CHEER**

Holiday Gift Guide  
November 8, 2020 - January 2, 2021



*Pink*  
CHAMPAGNE  
**POP**  
POMMERY

COMING  
THIS  
SPRING! →

LCBO #16944

Налични в мрежата на LCBO

**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



## Диетата с много антиоксиданти помага при стрес, депресия и превъзбуда



здраве.bg

Преди около половин век витамините и тяхното възможно приложение стават сред най-обсъжданите теми в медицината. Днес доста голяма популярност придобива ортомолекулярната медицина, която използва за лечение високи дози основно от витамини и различни хранителни добавки вместо фармацевтични продукти - лекарства. Първоначално тези методи се използвали най-вече с психиатрични цели.

През 50-те години на миналия век световноизвестният носител на Нобелова награда Лайнъс Поулинг изучавал събитията на молекулярно ниво, съпътстващи заболяванията. **Оттогава датира и появата на думата „ортомолекулярна“** - знанието за „правилните молекули в правилните концентрации“.

Двама психиатри, Ейбърм Хофър и Хъмфри Озмънд започнали успешно да лекуват шизофрения с **мегадоза ниацин – т.нар. витамин В3**. Приемането на идеята за балансиране на молекулярно ниво на хранителните вещества в мозъка дало началото на молекулярната психиатрия, която от своя страна довела до развитието на ортомолекулярната медицина за лечение и на други болести и състояния с физиологичен характер.

**Мегадоза IV витамин**

С е основен пример в ортомолекулярната медицина. Под това наименование витаминът се прилагала успешно при различни заболявания. И все пак ортодоксалните лекари отказват да я изпробват или да признаят ефективността ѝ.

Драматичната история за възстановяването на Алън Смит от състояние на кома в следствие на усложнения след прекарана пневмония и левкемия е отличен пример за отказа на казионната медицина да обмисли възможността за терапия с мегадоза от хранителни добавки. Едночасовото видео по темата можете да видите тук.

Лекарят от малко градче в Северна Каролина д-р Фредерик Робърт Кленер лекувал деца с полиомиелит (детски паралич) по време на епидемията между 1948-1950 г. като им слагал инжекции с витамин С. Посетил медицинска конференция и обяснил на колегите си как лекува с витамин С случаи на пневмония и полиомиелит. **Но интересът към неговия метод бил незначителен.**

Междувременно психиатрите маргинализирани ортомолекулярната психиатрия като шарлатанство, докато приложението на медикаменти продължавало да расте, базирано на Диагностичния наръчник по психични разстройства DSM-5. То се прилагало дори само след кратко посещение на пациента в лекарския кабинет.

Има данни, че тези медикаменти влошавали състоянието на пациенти, някои от тях развивали дори убийствени или самоубийствени наклонности. Въпреки това, особено в някои страни, медикаментозното лечение, включително на деца **с леки психични отклонения, продължава да е масова практика** – в немалко случаи със съмнителен резултат.

Медицинско изследване, проведено в Индия, потвърждава това, в което специалистите по ортомолекулярна медицина вече са уедени. **В**

[Продължителна >>>](#)

психиатрична клиника било проведено изследване с пациенти на възраст между 20 и 60-годишна възраст с диагноза обща депресия и тревожност. Медицинските изследвания открили, че в организма им има дефицит на витамините А, С и Е.

След шест седмици лечение с хранителни добавки, съдържащи съответните витамини-антиоксиданти, състоянието на пациентите се подобрило значително. Екипът стигнал до заключението, че **антиоксидантната терапия може да е полезна съпътстваща терапия за хората с депресия и тревожност**, както и за тези, подложени на постоянен висок стрес.

В текущото изследване не били използвани мега-доза витамин В комплекс, които често се прилагат в ортомолекулярната психиатрия при лечение на психични заболявания. Може би с повече изследвания като това специалистите, занимаващи се с този алтернативен метод на лечение, ще получат повече обществено внимание и професионално приемане, се казва още в статията, публикувана в NaturalNews.

## Джинджифил: ползи за здравето



здраве.bg

Значението на корена от джинджифил е било добре познато още на древната

арабска, китайска и индийска култури. Днес, хиляди години по-късно ние продължаваме да ползваме джинджифила като лек при различни здравни проблеми - от храносмилателен дискомфорт до симптоми на настинка и грип.

Въпреки че джинджифилът е относително безопасен, все пак е препоръчително да потърсим мнение на здравен специалист преди да започнем да го използваме вместо или заедно с конвенционални лекарства.

Коренът от джинджифил днес може да се намери в магазините и аптеките под различни форми - пресен, сушен, на таблетки или капсули, съдържащи екстракт, на тинктура или масло, както и под формата на чай.

### Джинджифил срещу възпаленията

Джинджифилът е мощен антиоксидант, който се използва често при различни типове възпаления, включително при ревматоиден артрит. Корените му съдържат джинджероли, които играят важна роля при лечението на остеоартрит и ревматоиден артрит. Наблюденията показват, че хората, които приемат джинджифил продължително време, усещат намаляването на болката и подобряването на движенията в ставите. Джинджифилът ограничава и отоците, съпътстващи възпаленията.

### За облекчаване на стомаха

Джинджифилът е ефективен и при лечението на редица гастроинтестинални проблеми, най-вече за предотвратяване на гаденето и повръщането, включително при химиотерапия. Помага и за **успокояването на различни по произход**

# Alliston Meat & Delicatessen

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

## Европейски хранителен магазин в Мисисага

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

Прод. на стр.22 >>

**<< Прод. от стр. 21**

разстройства на стомаха и червата.

**Джинджирил при бременност**

Една от трудните страни на бременността е ограниченията, които се налагат при употребата на много лекарства и хранителни добавки. Сутрешното гадене и повръщането по време на бременността са сред неприятните усещания, особено в първите месеци.

Коренът от джинджирил помага за облекчаване на тези проблеми. В малки дози джинджирилот е особено ефективен за лечение на гадене и повръщане, като не води до негативните странични ефекти на някои медикаменти с подобен ефект, повечето от които не са препоръчителни за бременни.

**Други ползи от джинджирила**

Според учените от Университета на щата Мериленд, коренът от джинджирил може до допринесе за понижаването на холестерола и борбата с рака.

Традиционните приложения на корена от растението са свързани с лечението на главоболие, настинка, грип, леки храносмилателни проблеми, болезнена менструация.

**Съставки и функции**

Химичните съставки, които придават на джинджирила лечебната му стойност, са летливите масла и фенолите. Лютите съставки – джинджеролите и шогоолите, са причина за ефекта му върху гаденето, повръщането и храносмилането. Тези компоненти стимулират метаболизма и тонизират мускулите на червата, което води до по-малко раздразване на стените на червата и по-лесно транспортиране на веществата през

храносмилателната система.

**Правила за употреба на джинджирила**

Специалистите съветват да приемаме до 4 г джинджирил дневно. Това, разбира се, включва не само употребата му под формата на хранителни добавки, но и тази като подправка или съставка в напитките.

• При гадене и други храносмилателни проблеми се препоръчват между 2 и 4 г пресен корен от джинджирил дневно, 0,25 до 1 г корен в прахообразно състояние или 1,5 до 3 г течен екстракт.

• За предотвратяване на повръщане препоръчителната доза е 1 г джинджирилов корен на прах на всеки 4 часа, но не повече от 4 дози дневно. Можем да приемаме и по две капсули от по 1 г три пъти дневно или да дъвчем 7-8 г пресен джинджирил.

• За предотвратяване на сутрешното гадене се препоръчва прилагането на четири дози от по 250 г чай от джинджирил.

• За хората с артрит е от полза употребата на между 2 и 4 г екстракт, чай или пресен джинджирилов сок. Те могат да си приготвят и лапа от пресен джинджирил, която да налагат върху засегнатите от артритата зони.

• При други здравословни проблеми, включително грип и настинка, се препоръчват инхалациите с прясно сварен корен от джинджирил.

**Някои предпазни мерки**

Коренът от джинджирил има много ползи за здравето, но има и **потенциални странични ефекти**. Той може да понижи производството на тромбоксан и да възпрепятства събирането на плателетите. Това повишава риска от кръвене. Затова, ако страдаме от хемофилия или приемаме лекарства, разреждащи кръвта (такъв е и аспирилет), не се препоръчва

употребата на джинджирил.

**Бременните също трябва да внимават**, когато приемат корен от джинджирил. В големи дози той може да доведе до отпускане на матката и съответно увеличен риск от спонтанен аборт. Не всички учени са съгласни с последното твърдение, но все пак са необходими още изследвания относно безопасността от употребата на корен от джинджирил в такива ситуации. Затова преди да използват тази билка за лечение на сутрешното гадене, бременните трябва да обсъдят различните възможности със своя лекар.

**12 начина за по-**

здраве.bg

Въпреки че, разбира се, на първо място е необходимо балансирано и добре разпределено във времето хранене, има и някои малки “хитрини”, чрез които мазнините изгарят по-бързо. Тук ви предлагаме 12 такива начина:

1. Не забравяйте да закусите – така ще “включите” обмяната на веществата по-рано с помощта на сутрешното хранене.
2. Натоваарвайте мускулите по време на разходка или физически упражнения. За да изгорите допълнително 3 калории за 1 минута е нужно например да правите поне 5 мин. упражнения с гирички.
3. Вземете си куче - то е по-евтино от личен треньор. Активната 15-минутна разходка с него ще изгори 60 калории.

4. Яжте по-често. Ако ядете често, но по малко и спазвате дневната норма за калории, това няма да провокира напълняване. Освен това ще поддържате постоянно ниво на енергия, нужна на тялото в продължение на деня.

5. Намалете употребата на мазнини. Преработвайки мазнините, организмът изгаря по-малко калории, отколкото при преработването на въглехидратите.

6. Разговаряйте, като стоите прави. Ако говорите по телефона изправени, ще изразходите допълнително няколко калории.

7. Ставайте от бюрото, движете се, ползвайте тоалетната на другия етаж, обядвайте навън, а не в офиса.

8. Танцувайте. Движенията под звуците на музиката изгарят практически същото количество калории, колкото и повечето физически упражнения.

9. Засадете си цветя. Приемете градинарството за пълноправен вид спорт, защото за 40 минути работа около цветята ще изгорите 200 калории.

10. Откажете се от всички рецепти за гладуване. Организмът реагира на заплахата от значителен недостиг на калории със забавена обмяна на веществата. За да отслабне и да поддържа обмяната на веществата на постоянно ниво, мъжът трябва да избягва намаляването на калориите средно под 1600-2000 дневно, а жената - под 1200-1600.

11. Седете изправени на дивана или фотьойла. Ако четете или гледате телевизия в седнало, а не в легнало положение, ще изгорите с 5% повече калории.

12. Имате 5 минути свободно време? Незабавно станете от стола и направете няколко движения за раздвижване.

Тя по телефона: “Бях в тоалетната, имам 2 черти...”  
 Той: “И при мен в тоалетната е много слаб сигналът.”



Форум за програмисти:  
 - Как да сканирам документ, в къщи съм, нямам скенер, и не ми се излиза?  
 - Сложи документа на прозореца, влез в Google Earth, приближи до прозореца и направи скрийншот...



- Длъжна съм да ви предупредя, че след четридесет минути ще се върне мъжът ми!  
 - Но аз нищо не правя!  
 - Именно! А времето лети...



- Бабо, да ти отворя ли фейсбук профил?  
 - Не отваряй нищо, че влизат мухи...



Мъж гледа рекламите в интернет.  
 - Купух си в онлайн магазин сапун. В друг онлайн магазин си купих въженце. Сега Google ми предлага да си купя табуретка...



Всеки ден, преди да се прибере вкъщи, Геннадина проверяваше семейното положение на жена си във Фейсбук.  
 „Омъжена“ – значи всичко е наред.  
 „Разведена“ – вкъщи го чака скандал. Но когато прочете „Вдовица“... реши да спи в офиса!



Въпрос към радио "Ереван":  
 - По какво си приличат случайният секс и

интервюто за работа?  
 Отговор на радиото:  
 - Винаги завършват с думите "Непременно ще ви се обадим!"  
 При доктора:  
 – Докторе, нямам търпение да ми кажете какви са ми изследванията. Аз не пия, не пуша, по жени не ходя. Ще живея ли, докторе?  
 – Вие че ще живеете е ясно, ама дали има смисъл?!



Две жени си говорят:  
 - Оня ден хванах мъжа ми да ми изневерява със секретарката си. Вдигнах му страшен скандал. Вчера цял ден ми се извинява, купи ми цветя, златни обици...  
 - А каза ли му да я уволни?  
 - Не, трябват ми и гривна и колие да ми станат комплект с обиците...



- Като се напия с ракия и после не ме е страх от никого!  
 - Вярно ли? Даже и от жена ти?  
 - А-а-а, толкова още не съм се напивал!



Шотландец станал министър. Кметът на неговия роден град решил да му подари Мерцедес.  
 - Не мога да го взема. Всички ще оценят това като рушвет.  
 - Ами тогава да ви го продам за сто паунда?  
 - Така може. Ще купя два.



# 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



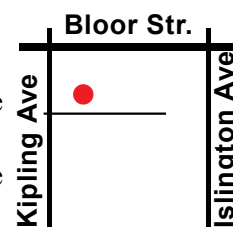
Owned and Operated by the Jelenic Family

350 Bering Ave., Etobicoke  
 416-232-1539

www.thesweetgallery.com

@thesweetgallerycafe

@thesweetgallerycafe



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

Register your business or event

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

- ✓ 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



**Шампанско за Вашите прекрасни празници!**



**CHAMPAGNE POMMERY**  
A REIMS-FRANCE

**95 PTS**  
**Decanter**  
the world's best wine magazine

LCBO #234112

*a time for*  
**CHEER**

Holiday Gift Guide  
November 8, 2020 - January 2, 2021



**CHAMPAGNE POP POMMERY**

COMING THIS SPRING! ▶

LCBO #16944

**Налични в мрежата на LCBO**



Патриция Алексиева и Младен Алексиев



www.VISITORSinsurance.ca

**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.TRAVELLERSinsurance.ca

*Owned and Operated by Easy Links Financial Inc.*

**ОПТИКА В МИСИСАГА - ОБСЛУЖВАМЕ НА БЪЛГАРСКИ**



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

\*Direct billing to all insurance companies

📍 1077 North Service Rd  
Mississauga, Ontario

☎ (905) 272-1632

📱 @Abbeopt



## 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 OPARATORS

- **Dry Van/reefeer/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 APROVED**

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

## Състезателите няма да са принудени да се ваксинират за Олимпиада 2021

От състезателите няма да бъде изисквано да се ваксинират срещу коронавируса, за да участват на Олимпиадата в Токио, сподели президентът на Международния олимпийски комитет (МОК) Томас Бах.

Ваксинирането ще е „свободно решение“ за спортисти и участници на Олимпийските игри. „Има твърде много проблеми, които трябва да бъдат взети под внимание. Това е въпрос на лично здраве. Въпрос е и на здравословното състояние на всеки човек. Въпрос е на наличност“, каза Бах по време на обиколка из Олимпийското село.

Олимпиадата, която бе отложена през 2020, се очаква да се проведе между 23 юли и 8 август 2021.

## Предлагат Луис Хамилтън да получи рицарско звание



Британски депутати искат Луис Хамилтън да получи "национално признание" и да бъде удостоен с рицарско звание, след като изравни рекорда на Майкъл Шумахер със спечелването на седем световни титли, съобщава BBC Sport.

Сър Джефри Доналдсън, председател на Всепартийната парламентарна група по Формула 1, заяви пред BBC Sport, че е "подходящият момент за това". Доналдсън каза: „Всепартийната парламентарна група по Формула 1 подкрепя призива Луис Хамилтън да получи национално признание за огромните си спортни постижения за британския автомобилен спорт.“

От BBC са се запознали с писмо, изпратено до премиера Джонсън от съпредседателите на групата по моторни спортове, в което се казва, че „ние пишем, за да ви препоръчаме да препоръчате на нейно величество кралицата Луис Хамилтън да получи рицарско звание“. Писмото продължава: "Ясно е, че Луис е демонстрирал изключителните си постижения в своята област ... Използвал е собствения си опит, за да подкрепи другите с което е показал заслуги към Обединеното кралство."

Хамилтън, който живее в Монако, се е сблъсквал с критики в миналото по отношение на данъчните си договорености, но се защитава от критиките като казва, че плаща "много" данък във Великобритания.

## АТР Сип може да се проведе във формат от осем участника



Вероятно през 2021 тенис турнира АТР Сип ще

се проведе във формат от само осем отбора, което би означавало, че България няма да участва.

През 2020 турнирът се проведе през януари в Австралия с 24 отбора, разпределени в три града – Брисбейн, Пърт и Сидни. Ако форматът се запази, България е сигурен участник и през 2021. Григор Димитров ще финишира сезона под №19, а ако гледаме само първите ракети на отделните държави, то чрез него България би трябвало да е под №13 в списъка на участниците.

АТР Сип стартира като първи отборен турнир на АТР след Световната отборна купа, чието последно издание бе през 2012. Първият шампион в турнира, проведен през тази година, стана Сърбия след победа с 2-1 над Испания.

## Българският футбол е изложен на риск от пране на пари

Професионалният футбол в България е изложен на риск да бъде използван за пране на пари. Това показва анализ на междуведомствена експертна група от представители на различни министерства и агенции, която е направила национална оценка на риска от изпиране на пари и финансиране на тероризма, пише вестник "Труд".

ДАНС ще следи по-отблизо за дейността на футболните клубове. Това става ясно от мотивите за промени в Закона за мерките срещу изпирането на пари, които са пуснати за обществено обсъждане.

## Роберт Левандовски е най-добрият футболист в света за 2020



... според гласуването на World Football Summit и AS. Втори е съотборникът му в „Байерн“ (Мюнхен) Йосуа Кимих, а трети - Лео Меси.

Класирането е на основа на гласове на интернет потребители (25%) и специализирано жури от AS.com (75%).

Миналия сезон Левандовски бе избран и за най-добър играч на годината на УЕФА и е големият фаворит за спечелването на FIFA The Best.

## България и Италия са домакини на световното по волейбол за младежи под 21 години

България и Италия ще бъдат домакини на световното първенство за младежи под 21 години през 2021. В шампионата ще се състезават 16-те най-добри отбора на планетата.

"За нас това е ново огромно предизвикателство и ще го приемем с най-голяма радост, но и отговорност. Ще се справим и ще накараме целия български спорт да се гордее с нас.", коментира президента на федерацията по волейбол Любо Ганев.



Спортна рубрика:  
Павел Станимиров



- 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)



## Пном Пен, Камбоджа

Статията се предоставя от [patepis.com](http://patepis.com)

Автори: Жени Русева

Снимки: авторът

28 януари 2012 година след Христа.

Ден 8 от нашето пътуване из югоизточна Азия

На аеропорта сме само **трима бледолики** – ние двамата и едно втречено в нас хлапе. Докато се чудим под парещото слънце да рискуваме ли със счупената маршрутката, то се приближава и с френски акцент пита дали знаем в кой район са гестхаусите. Еее, сега ще се обиждаме ли. След толкова ровене в нет-а, естествено че знаем – *Сусоуат кей* (не че той знае къде е и какво е). – Давай да поделим тук-тук-а и да се мятаме. Хлапето е едва на 22, но от 4 години работи къде ли не като готвач и сега, след Австралия, Нова Зеландия, Бали и т.н. решило да се види с приятелите, и то точно тук, в Камбоджа. Бакшиша маневрира сред мотопедчетата и лендкруизъри и от време на време спира да си размени някоя дума със случайно стоящи, съсредоточени в предстоящото пресичане на оживения булевард, местни. Накрая не изтрайваме и вадим картата, за да го ориентираме къде отиваме и къде се намираме, на което френчето се опулва. – Мистър, Вие за първи път ли? – Че кой е луд да

повтори?

След Сингапур това тук си е направо културен шок. А сме само от 15 минути в Камбоджа.

**Хостелът се оказва ресторантче с няколко стаи над него**

На бара, пред огромна, разбирай наистина огромна, халба бира е заседнал вече порядъчно пийнал, приличаш на някой от братята от ЗиЗиТоп, австралиец, който на техния странен и неразбираем английски ни приветства с добре дошли. Пиер (май така беше името на франсето) е убеден, че приятелката му категорично ще откаже да спи на такова място и след уговорка за късна бира, тръгва да търси по-цивилизовано място за преспиване. На нас не ни пука. Стайката е чиста, вратата се заключва, има гореща вода – какво му трябва повече на човек. Е, *няма прозорци*, ама в тая гюрлутия, и в тая горещина, по-добре е че няма. Пък и ние сме само за малко, за една вечер. На път за великия и световно известен Анкор. Добре че Аджелина решила да се снима точно там, иначе .... щяха да видят



толкова туристи само по телевизора.

**Правило първо – влезеш ли някъде, проверяваш първо как ще излизаш** т.е. първо търсим с какво и от къде ще се измъкваме от този град. Решаваме да е с обществения им транспорт и по-точно Mekong express. Намираме офиса, който *въобще не е на указаното в пътеводители и форуми място*. Вътре климатиците дънят на режим “замръзване”. Приятно облечни момичета най-учтиво ни проверяват паспортите и записват имената (сетете се как се обяснява на азиатец как се пише Евгения). Обясняват ни най-подробно кога и как ще пътуваме и ни връчват билетите. Хм. Очаквахме едва ли не да си седят все още по палмите, а за сега печелят по точки. И пред Адрес-Груп, и пред Биомет. След освежаваща проба на душа, **решаваме да разгледаме града**

По крайречната улица,

същата Сусоуат кей, тръгваме надолу. Улицата всъщност е и туристическата зона. Бар до бар. Пълно е с бледолики, а това в първите часове на непознато място винаги действа успокояващо. Отблъсквайки постоянните атаки на бакшишите след около половин час стигаме и историческия център. Президентския дворец, кралския дворец, Ват едикойси, голям централен площад, по който щъкат хлапета, които искат да ти продадат я картичка, я книжка.. Кратка фотосесия за да увековечим нашето посещение... Не е чак толкова лошо, колкото го представят разглезените бледолики из форумите на трипъдвайзъра... Е, има си ги и просящите, и спящите по тротоара бездомни. Все пак и тук е минал комунизЪма. Сега са конституционна „монархия”.

*Прод. на стр.29 >>*



**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



# Пном Пен, Камбоджа

<< Прод. от стр. 30

Само дето монарха си е градинар по душа, изпълняващ в името на родината ролята на баща на всички кампучиици, заложник на управляващата партия в собствения си дворец. Решаваме че трябва да отидем до руския пазар. Кой руснак пък ще реши точно тук да се засели, камо ли пазар да прави. Нооо... така пише из форумите – да не пропуснете *руския пазар* – *Phsar Orusey*. За капак решаваме и да не пускаме *никава аванта на тия кръвотийци*, водачите на най-разпространеното в югоизточна Азия обществено превозно средство – тук-тук. Кое се оказва нож с две остриета – от една страна дъбълго вървене под жаркото слънце из мръсните и намирисващи улици, съсредоточено и напрегнато пресичане, провирайки се между хвърчащите моторчета. От друга страна, няма по-добър начин да се види истинското лице на един град.



Къде ще видиш **фризьорски салон на тротоар**, с покрив от брезент. Че и клиенти си има. (Забележете в дъното на снимката ,вляво, един от нас дори се двоуми дали да не си направи прическа А-ла кхмер. Пък и цената ще е колкото една бира. А! След една пресечка и барче, очакващо своите **клиенти**. Като го гледам, няма да ги дочака. От местните, разбира се, чак до там все още не бяхме пощуряли...



Във вътрешността хората са по-спокойни, по-малко досадни. Дори някои ни гледат странно – тия пък какви ги дирят точно тук, където няма нищо за гледане, освен нашата си мизерна действителност. Бродейки из улиците, се сещам за съдбата и на тая, опитала се да строи развито соцообщество, страна. След виетнамската война, дошлите на власт Червени кхмери, помагали на виетнамците в нея, решават да строят общество на тружениците, разправяйки се преди това с всички интелигентни и образовани. Резултатът всички го знаем – една обезглавена и зомбирана нация, затънала в собствената си мизерия. Повече от 3 000 000 (три милиона) народ изтрепан като некачествен мат'риал за експеримента „аграрна Кампучия”. Не правите ли асоциация с едни други братски партии... Но това тук граничи направо с канибализъм. Учуден съм че *зад любезността и приятелската усмивка на азиатците се крие такава жестокост към себеподобните*.

Най-после стигаме прословутия

**руски пазар. Руски, ама друг път**

По страховита дупка досега не сме виждали! В началото се опитваме да съберем смелост. Е-е-е , до тук дойдохме, как тъй няма да влизаме!... Клаксоните на всичко което се движи ни връщат в действителността.



Второто ни Аз заговаря. – Алоо, Вие в ред ли сте, бе! Ми то дори дръпнатите го заобикалят. Решаваме да се задоволим само с постижението, че сме бродили няколко часа из този шумен, мръсен, на места стряскащ, град.

Продължаваме с безцелното си лутане из претъпканите улици. Чудим се на огромните Тойоти –Ландкруизър, плуващи бааавно в огромното море от 50 кубикови моторчета. Само дето неразбирам за какъв са им тия огромни машини в тая прашасала и бедна страна. Сигурно да си наобикалят наводнените оризови полета. Явно и тук си имат комплексирани новобогаташи. Улиците са задръстени от народ и свободното движението е силно затруднено. Заболяват ни вратовете от постоянното озъртане да не предизвикаме някое ПТП, че за повечето ние сме атракцията и се отплесват за да ни зяпат. С много мъка решаваме да вземем все пак някой тук-тук, че разходката се е превърнала в „придвижване с препятствия”. Удобно. Някой друг да мисли къде и как да се промуши. Пък и так се чувстваме по-европейци. Завръщаме се в **туристическия район. И по-точно на прословутата Sisowath Quay**. Само че тук вече е станало още по-задръстено. Насядалите по кръчмите

бели са привлекли всичкото камбоджанец. Всеки втори е тук-тукаджия и ти предлага евтина обиколка на града, независимо че вече е пълен мрак. Пред всяко заведение те дърпат да седнеш и да хапнеш от тяхната евтина камбоджанска кухня. Всяко хлапе ти предлага книжка... Абсолютна лудница!!! Уморени, сядаме на най-бекпекърската кръчма на по една Ankorbeer, отдъхвайки си от 4-5 часовото бродене из града.

Постепенно ни залива едно приятно чувство на удовлетвореност – отметнахме и тоя град в списъка. И на задоволство, че сме само за една вечер тук! Идея си нямаме какви щяхме да ги вършим, ако бяхме сглупили да разгледаме „ спокойно и задълбочено” Пном Пен, столицата на бившата братска Камбоджа! А, и още нещо странно-Българско посолство в Тайланд ,Малазия и Сингапур няма. Тук обаче има!!! Оххх, давай да си допиваме бирата и да лягаме. И на сутринта да си хващаме автобуса и да се махаме по най-бързия начин от тоя град. Нагледахме се на столицата им. Да видим какво има в Сием Реп, и по-точно в прословутия, световно известен **Анкор-едно от чудесата на света**.



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



## Шоколадов Пудинг

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

Сложих в подходяща тенджера 1 литър пр.мляко, 1/2 водна чаша захар( чашата е 250 млова), 3 суп.лъж.какао, 1/2 в.чаша брашно, 1 жълтък. Разбърках добре продуктите и на средна топлина с непрекъснато бъркане позволих на крема да се сгъсти. След като премахнах крема от котлона, прибавих 100 гр.тъмен шоколад и 70 гр.краве масло. Разбърках добре, докато се стопят. (Ако е нужно накрая минете 1 път и с миксер, за да е по хомогенен крема.. при мен нямаше нужда). Разпределих крема в купичките и след като се охлади украсих с кокосови стърготини, шоколадови пръчици и шам фъстък.



## ЗАСТРАХОВКИ



No Obligation Quotes!

**Pardeep Sharma**  
Registered Insurance Broker

AUTO HOME COMMERCIAL TRAVEL LIFE HEALTH

Specializing In:

### Car | Motorcycle

- Experienced Clean Drivers
- G2 and High Risk
- Speeding Tickets
- No Insurance Tickets
- Careless Driving
- Impaired Driving Conviction
- Stunt Driving

### Commercial Auto

- Painting
- Carpentry
- Electrical
- Plumbing
- Renovation
- Flooring Installation
- Cleaning

### Commercial

- Restaurant
- Beauty Salon
- Office
- Garage
- Body Shop
- Convenience Store

### Travel

- Visitors
- Super Visa Applicants
- Canadians

**Identifying & Managing Your Insurance Needs**

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

1118A Wilson Ave. Suite 201  
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.