

#363, Dec 27, 2021 | 416-821-9915 | info@bulbiz.com | www.BulgarianFlame.com

Щастлива
Нова Година !!!

Kostas Meat & Bakery

Healthy Planet Your one stop Health Food Store
Largest Health Food Chain in the GTA

NOW OVER 29 LOCATIONS ACROSS THE GTA!

LIVE LIFE HEALTHY healthyplanetcanada.com

Shipka The heart of the rose!

Rose & Lavender Cosmetics

Our goal is to provide Canadians access to high-quality cosmetic products from around the world.

Висококачествени КОЗМЕТИЧНИ ПРОДУКТИ

Shop online: www.shipka.ca
Email: info@shipka.ca

First Auto Group

867 Kipling Ave.

За продажби: Ангел и Петър: 416-823-2403, 416-821-1221
За ремонт: (Пламен1, Пламен2) 416-786-7259, 647-504-6579

www.FirstAutoGroup.ca

Продажба, покупка и ремонт на автомобили

Запазете рекламата за следващото ви пазаруване в LCBO

LCBO# 644031, LCBO# 471318, LCBO# 12641, LCBO# 35170, LCBO# 162610, LCBO# 576355, LCBO# 12364

Българският бизнес каталог
Bulgarian Business Directory
е вече наличен
и онлайн:
www.BulBiz.com

LINA G. Guerguieva, SRS, CNE
BROKER
C: 647-862-2339
REMAX ULTIMATE REALTY INC., Brokerage
✉ LinaGRemax@gmail.com
MyHomeForSaleToronto.com
CALL LINA G! ОБАДИ СЕ ДНЕС!

SINGLE GROUP LOGISTICS CORP.
ПРЕДЛАГА РАБОТА НА AZ DRIVERS И OWNER OPERATORS

Позвънете на Мето
647-773-3823
Четете ще на стр. 26 >>

ИМИГРАЦИЯ В КАНАДА

LPI Immigration PATHS

Михаела Керезова
Тел. (416) 800-3898

Важни промени в Закона за административните нарушения и наказания (ЗАНН)



Промени в Закона за административните нарушения и наказания (ЗАНН), които бяха приети преди година, са вече в сила, съобщи сайт "Лекс".

Съществена промяната е възможността за **20%** отстъпка при бързо плащане на глобата. **ЗАНН** (чл. **79б**) предвижда: «В случай че нарушителят

не желае да обжалва наказателното постановление в частта относно наложената глоба, може да заплати **в 14-дневен** срок от връчване на наказателното постановление **80** на сто от нейния размер, освен ако специален закон предвижда намален размер на глобата».

Друго нововъведение е възможността за сключване на споразумение. Тя важи за всички нарушения, с изключение на тези по Закона за движение по пътищата.

Чл. 58 г, ал. 8: "Когато със споразумението се налага административно наказание глоба - самостоятелно или с друго наказание, наказващият орган определя глобата в размер на **70** на сто от минимума или от точно определения размер, предвиден за извършеното нарушение, а когато в закона не е предвиден минимум, наказващият орган определя размера на глобата в размер, не повече от **70** на сто от половината от максимума.

Другите видове административни наказания се определят по правилата на чл. 27, ал. 1-4".

По-ниската глоба трябва да бъде платена **в 14-дневен** срок, в противен случай споразумението отпада и се издава наказателно постановление.

Всред административните е въведена и нова санкция - безвъзмезден труд в полза на обществото. То ще може да се налага при повторно или системно извършване на нарушение - самостоятелно или едновременно с друго наказание.



**ИЗПРАЩАЙТЕ КОЛЕТИ
ДО БЪЛГАРИЯ И 43 ДРУГИ
ДЪРЖАВИ С Meest**

www.meest.com

FULL-TIME OR PART-TIME | HEALTH BENEFITS | CAREER GROWTH




NOW HIRING:

- Artisan Bread Bakers
- Cake Decorators
- Cooks and Prep Cooks
- Food Service Staff
- Grocery Clerks
- Cashiers
- Counter Clerks
- Department Managers

Email your resume to careers@yummymarket.com

4400 Dufferin Street North York, ON M3H 6A8 South of Finch Ave.

1390 Major Mackenzie Dr. West Maple, ON L6A 4H6 East of Dufferin St.



The heart of the rose!

Rose & Lavender Cosmetics

Доставки в цяла Канада

The perfect Christmas Gifts

Пазарувайте онлайн: www.shipka.ca
email: info@shipka.ca

Високо качествени козметични продукти от България и от целия свят




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.

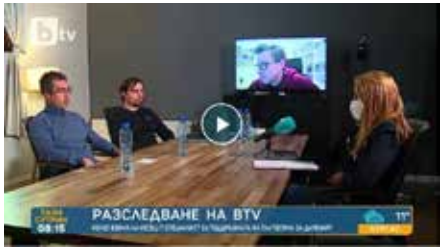
Моля изпратете автобиографията и очакванията си за възнаграждение на имейл: HR@fierafoods.com

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



Наказанието ще се налага от районния съд и ще е от 40 до 200 часа годишно.

Обвиниха управителя на скандалната фондация HelpKarma



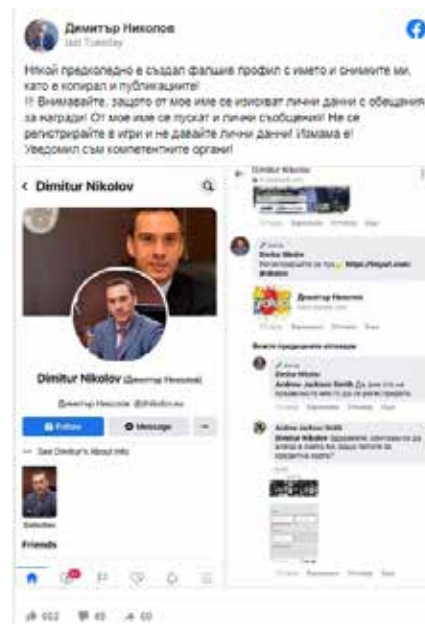
Софийската градска прокуратура повдигна обвинение за длъжностно присвояване на председател на УС и управител на Фондация HelpKarma. По време на разпита си Константин Кръстев се е възползвал от правото си да не дава обяснения, съобщават

от прокуратурата.

Разследването се води за финансови злоупотреби и неправомерно отклоняване на средства, събрани в рамките на дарителски кампании, организирани от Фондацията.

Аферата с HelpKarma придоби популярност след журналистическото разследване на Мария Цънцарова и репортажите по bTV.

Измамници обещаха награди от името на кмета на Бургас срещу лични данни



Находчиви измамници създадоха фалшив профил във Facebook на кмета на Бургас Димитър Николов, от който от гражданите се искат лични данни срещу обещание за награди. За измамата съобщи самият той.

“Внимавайте, защото от мое име се изискват лични данни с обещания за награди!

От мое име се пускат и лични съобщения! Не се регистрирайте в игри и не давайте лични данни! Измама е!”, предупреждава кметът.

“Нито кметът на Бургас, нито Община Бургас е инициирала каквато и да е игра с подаръци. Да призовем гражданите, ако някой изисква от името на г-н Николов лични данни, номера на дебитни, кредитни карти - в никакъв случай да не предоставят такава информация, защото със сигурност става въпрос за измама”, обясни Весела Йорданова от Община Бургас пред NOVA.

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

CORTEL XO

ПРЕКРАСЕН ПОДАРЪК ЗА ПРЕДСТОЯЩИТЕ ПРАЗНИЦИ!

Отново в Канада!

NAPOLEON V.S.O.P.

Brandy de France

Продава се в кутия за подарък

LCBO +245043

LCBO +287409

LCBO +829315

IT'S BETTER WITH CORK!

Family matters.

New customers sending money to

Central & Eastern Europe

Get
50% off*

transfer fees with
promo code **Ria50.**



Visit us at any of our 1,700+ 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

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

Hailey's Hair and Spa
320 Wilson Ave.
North York, ON, M3H 1S8
Tel: 416-258-2550, 647-710-8223

Lawrence Mart Convenience
3300 Lawrence Ave E Unit 4B
Toronto, ON, M1H 1A6
Tel: 647-341-8182

Le Saint Jean Corp
3355 Kingston Rd
Scarborough ON, M1M 1R3
Tel: 647-999-1387

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 12/31/25. Certain conditions apply and valid only at participating agent locations. Ria reserves the right to stop promotion at any time. Valid only for first time customers. Only 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. ©2020 Continental Exchange Solutions, Inc. All rights reserved.

Близо 2.5 млн. лева е събрала „Българската Коледа“ ...



... от началото на поредното, 19-то, издание на благотворителната инициатива. Кампанията ще продължи през цялата година и ще набира средства за деца, нуждаещи се от спешна помощ и интензивно лечение.

„Българската Коледа“ има за цел да насърчава дарителството, да спомага за решаване на значими за обществото проблеми, касаещи здравето на децата и да подпомага лечението на деца. Децата, чието лечение се подпомага от „Българската Коледа“, се определят съвместно от Експертния съвет към „Българската Коледа“, както и от съорганизаторите на благотворителната инициатива,” се казва на сайта на организаторите.

Досега са изпратени над 345,000 дарителски SMS-а на номер 1117 и гласови обаждания на 0900 1117. В дарителската банкова сметка на инициативата са постъпили 2,055,000 лв., а над 55,000 лв. са дарени чрез системата ePay.bg.

Желаещите да помогнат на децата в беда могат да го направят по няколко начина, описани на сайта на инициативата „Българската Коледа“ на bgkoleda.bg.

Патриарх Неофит благослови българите за Рождество Христово



Патриаршеският благослов бе отправен на Божествената света литургия в патриаршеската катедрала „Св. Александър Невски“.

В патриаршеската катедрала бе прочетен откъс от евангелския разказ, посветен на рождението Божия син - Исус Христос. От амвона в храма Белоградчишкият епископ Поликарп - викарий на патриарх Неофит, произнесе патриаршеското и синодално послание за Рождество Христово. В него се съдържат духовните и нравствените напътствия към Божия български народ.

“Нека показваме християнската любов с делата си - не само в този

благословен ден, но и във всички дни от нашия живот! Нека мислите и действията ни постоянно да бъдат насочени към всички онези около нас, които са в нужда или в беда, изоставени или отхвърлени от обществото, страдащи от едно или друго физическо или духовно страдание! Само тогава ще можем истински и достойно да посрещнем Богородица в нашите сърца и с чиста и светла радост да

празнуваме този свят празник”, се казва в посланието. “Божият Син дойде в нашия свят тихо и с божествено смирение, беше посрещнат не с блясък и царствени почести, а с удивлението на витлеемските пастири, които първи се удостоиха да чуят ангелското благовестие: “Днес ви се роди в града Давидов Спасител, Който е Христос Господ” (Лука. 2:11). На това смирение

Недвижими имоти



LINA G. Gueorguieva, SRS, CNE
BROKER

C: 647-862-2339

REMAX ULTIMATE REALTY INC., Brokerage

✉ LinaGRemax@gmail.com

MyHomeForSaleToronto.com

CALL LINA G! ОБАДИ СЕ ДНЕС!

РАБОТА В МОНРЕАЛ



Stany Ivanova

Independent Consultant

Certified HR recruiter

tel: **514 999-1265**

email: ivanovastani010@gmail.com

www.facebook.com/jobsearchcan



Specializes in HR services to connect people for job search within the following areas:

IT/Accounting / Administrative / Sales field / Other

We can help you find the right job, or successfully transition in your career path.



Other HR related services:

- Professional Resume writing
- Job interview Preparation
- Career path consulting
- Works also in other provinces remotely

<< Прод. от стр.6

Той ни учи и до днес (вж. Мат. 11:29)”, се припомня в рождественското послание. “Любовта и милостта на Родилия се днес Богомладенец, и общението в Светия Дух да бъдат с всички нас! Честито Рождество Христово!”, се отправя благослов в патриаршеското и синодално послание.

С Рождество Христово се полага началото на ново летоброене. Исус Христос се е родил през 754-та година от основаването на Рим, а Рождеството на Христа се приема за граница във времето и голям празник за християните.

Около 6,000 са били кръводарители през 2021 ...



... в Центъра по трансфузионна хематология на Военномедицинска академия, съобщиха от ВМА.

Повече от половината от кръводарителите - **3200**, са военнослужещи и служители във военни

формирования. „Вече 2 години работим при тези условия. Искам да благодаря на колегите за смелостта, която демонстрираха в началото на миналата година, когато неизвестните пред нас, свързани с този вирус, бяха много. Въпреки това, ние продължихме да работим, включително и с нашите мобилни екипи“, коментира проф. Румен Попов, ръководител на Кръвния център на ВМА. Центърът по трансфузионна хематология запазва важната си роля в национален мащаб.

30-40% от преболедувалите коронавирус имат постковид синдром



..., затова и дългият **COVID-19** е определен като мултиорганно заболяване. Това заяви академик Богдан Петрунов пред БНР.

“Преди два месеца вече официално този дълъг **COVID** беше

ИМИГРАЦИЯ



МИХАЕЛА 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

T: +1 416-800-3898 | E: immpaths@gmail.com | www.immigrationpaths.ca

обявен за отделна болест. Затова казваме, че това е мултиорганно заболяване”, добави лекарят.

Според него през януари Омикрон ще стане доминиращ вариант в България и припомни, че той се разпространява бързо, но протича по-леко. “Но и тези данни са условни. Важно е обаче и нивото на имунизираните. При 60-70% имунизираните вариантът ще е по-незначителен за нас... Колкото по-малко имунизираните има, толкова повече вирусът мутира”, каза акад. Петрунов.

“Без имунизация сме обречени, трябва да се намери стимул за хората, макар че не съм привърженик на материалните стимули. Необходимо е обяснение, че няма нищо страшно в имунизацията. Още от края на 40-те и

началото на 50-те до днес имунизацията у нас е нещо нормално. Но противоречивата, фалшивата информация е обезпокоителна, защото разсейва хората и създава страхове в тях. Хора, които нямат представа от медицина, говорят, това е най-страшното. А науката е категорична за ползата от ваксинация”.

“Много се говори за антителата, те са важни към момента, но след 3-6 месеца спадат и нямат ефективност. Дълбокият смисъл на всяка ваксина е стимулиране на клетъчния имунитет, стимулиране на паметовите клетки, които при повторен контакт със съответния вирус се активират наново и започват производството на антитела. Много активно се работи по такава ваксина и вече има добри резултати”.

Четете вестник Пламяк онлайн:

www.bulgarianflame.com





Shipping & Moving to Bulgaria

We Specialize in Consolidated Shipments
& Full Container loads to Bulgaria.

For Full Loads we also serve:



Bulgaria Sofia, Varna, Burgas, Plovdiv
Macedonia Bitola, Ohrid, Skopje
Albania Durres port
And all European Countries!

Int'l Shipping and Moving of:

- ⇒ Furniture
- ⇒ Trunks
- ⇒ Automobiles
- ⇒ Commercial Cargo

Services we Provide:

- ⇒ Wrapping / Packing Supplies
- ⇒ Weekly Loadings
- ⇒ Free Estimates
- ⇒ Excellent Prices

**In Business Since 1982 , We Take Care of Your Belongings,
Because we Respect our Name**

We work with the best Agents in the area such as Alex BG 2008,
Alexander Logistics, Miramar etc. to make sure to get the proper service.

Contact us today at:

29 Skagway Ave

Scarborough, ON

Tel.: (416) 265-4686

Toll Free: 1 (877) 681-3353

Email: info@kronoscanada.com

www.kronoscanada.com



Русия предупреди срещу включването на Финландия и Швеция в НАТО



Руското външно министерство предупреди срещу включването на Финландия и Швеция в НАТО, съобщи WION.

Според Мария Захарова, говорител на министерството, „упоритите опити на НАТО да привлече тези страни в орбитата на своите интереси и опортюнистична политика не са останали

незабелязани от Русия“.

„Напълно очевидно е, че присъединяването на Финландия и Швеция към НАТО... би имало сериозни военни и политически последици, които ще изискват адекватен отговор от руската страна“, подчерта тя.

„Политиката да не бъдеш част от никакви съюзи - традиционно провеждана от Стокхолм и Хелзинки, се разглежда от Москва като важен фактор за осигуряване на стабилност в Северна Европа“, добави Захарова.

ПАМЕТНИЦИ НА ДОБРИ ЦЕНИ

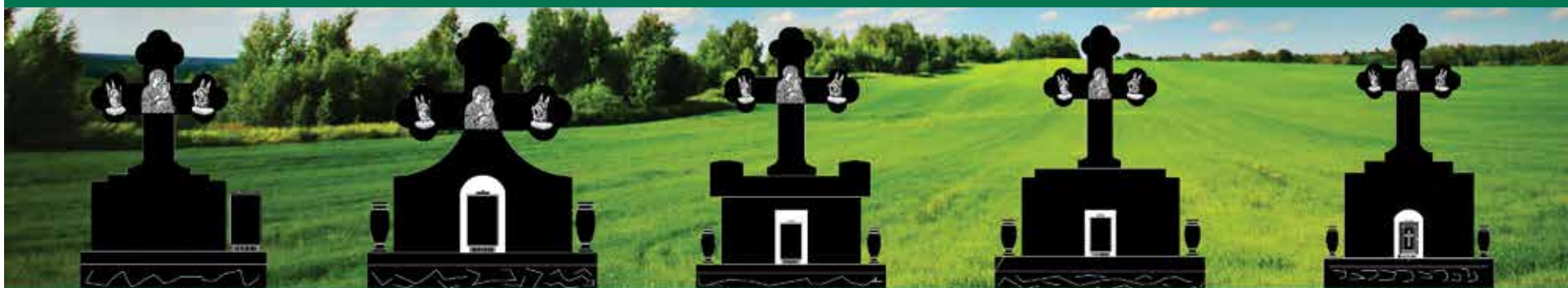


Memorial Galleries Inc.

Monument Factory Outlet

Save Your Budget

- Дизайн по поръчка
- Всякакви форми на паметници и всякакви букви
- Final date cemetery second engraving
- Гранит маркер и Бронзов плакет
- Офорт и Статуя
- Урни
- Огромен избор на изложени в двора на фабриката за лесно разглеждане
- Инсталация във всички гробища на GTA



53 Bertrand Ave. Scarborough ON M1L 4P3

Tel: 416-759-0293, E-mail: mark@memorialgalleries.ca

Business Hours: Monday - Saturday: 10am - 7pm Sunday: By Appointment

www.memorialgalleries.ca

Издаването на Захарова идва, след като руският президент Путин каза, че НАТО «нагло е измамил» страната с последователни вълни на експанзии след Студената война. Москва казва, че разширяването на НАТО заплашва Русия и е нарушила уверенията, дадени ѝ след разпадането на Съветския съюз през 1991 г.

Русия поставя на Запада широки изисквания за сигурност, едно от които е, че НАТО не трябва да приема нови членове, както и опит да забрани на Съединените щати да създават нови бази в бившите съветски републики.

Говорейки за предложенията на Москва, Захарова повтори, че „изключване разширяването на НАТО и разполагането на оръжейни системи, които застрашават нашата сигурност близо до руските граници, ще бъдат основните, ключови въпроси на предстоящите преговори със САЩ и НАТО.“

Полярните мечки са принудени да влизат в смъртоносни срещи с хората



Климатичните промени не оказват опустошително въздействие единствено върху човечеството, но и върху биоразнообразието на планетата като цяло.

Всред изправените пред непосредствена опасност са полярните мечки, пише The Independent. Като обитатели на Арктика, те се намират в регион, който се затопля с четири пъти по-висока скорост от останалия свят, съобщава ученият от NASA Питър Джейкъбс.

Повишаващите се температури на световните океани топят морския лед и намаляват ловни полета на полярните мечки. Някъде между

21,000 и 30,000 полярни мечки са в дивата природа, но да се прецени дали има спад в броя на възрастното население е трудно поради липсата на дългосрочни данни.

Въпреки това, скорошни въздушни преброявания на полярни мечки на възраст между една и две години показват драматично намаляване в сравнение с 90-те години на миналия век. Тези „малки“ полярни мечки представляваха 12% от цялата популация на мечките. Сега са едва 3%.

Последните новини се фокусират върху образи на изтощени полярни мечки, заседнали в ледени

Sunday December 19th 10am-4pm
Monday Dec 20 - Wednesday Dec 22 9am-8pm
Thursday Dec 23 8am-8pm
Friday December 24 8am-3pm
December 25, 26, 27 CLOSED
Tuesday Dec 28 - Thursday Dec 30 9am-7pm
Friday December 31 8am-4pm
January 1st, 2nd & 3rd CLOSED

Eddie's
MEAT & DELI MARKET

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

eddiesmarket.ca

Eddie's
MEAT & DELI MARKET
EUROPEAN DELICATESSEN

Merry Christmas and Happy New Year 2022 !

- 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
- или ни харесайте във [facebook](https://www.facebook.com/eddiesmarket).

потоци, и увеличения – макар и все още рядък – брой на агресивни срещи на уединените полярни мечки и хората. През август полярна мечка нападна трима души, когато се натъкнаха на нея докато се хранеше с труп близо до хижата им в Санираджак, Нунавут, Канада. Според СВС и тримата са оцелели при атаката, но са получили сериозни наранявания.

При друг инцидент през август бе извикан хеликоптер, за да бъдат сплашени седем полярни мечки, които дебнеха пленено стадо северни елени в Сибир. Съобщава се, че мечките са действали агресивно към елените и техните пазачи – хора, вероятно защото са били гладни.

Въпреки това водещите изследователи на полярните мечки предупреждават да не се фокусира вниманието върху тези инциденти, като отбелязват, че условията на живот, не мечките – са се променили.

„Мисля, че е важно да се прави разлика между промяна в поведението, както обикновено я мислим, и да мислим за нея повече в рамките на нещо, към което мечките са принудени, защото местообитанието им е изчезнало“, д-р Стивън Амstrup, главен учен в Polar

Bear International (PBI), каза пред The Independent.

Вече има наблюдения на полярни мечки, които се чифтосват с мечки гризли и произвеждат хибридно потомство, но тези случаи са редки.

Хибридната мечка може да гарантира, че полярната мечка ще оцелее след упадък на Арктика, но изследователи като д-р Амstrup не се задоволяват с този сценарий.

Папа Франциск: Най-важните думи в брака са „Моля, благодаря и съжалявам“



Папа Франциск насърчи семейните двойки към любов, като призна, че пандемията е влошила някои семейни проблеми, но призова двойките да търсят помощ и винаги да помнят три ключови думи в брака:

„Моля, благодаря и съжалявам“, събщи ABC News.

Папата написа писмо до женените двойки, което бе пуснато в чест на празнуване на семейството. Франциск каза, че възнамерява писмото да бъде неговият „коледен подарък за семейните двойки.“

Той ги призова да продължат да раждат деца, за да се борят с „демографската зима“, която в Италия доведе до едно от най-ниските раждаемостта в света.

„Може би не сме родени в изключително семейство без проблеми, но нашето семейство е нашата история – всеки трябва да мисли: Това е моята история“, каза той. „Те са нашите корени: Ако ги отрежем, животът изсъхва!“

В писмото Франциск каза, че локдауните и карантините са принудили семействата да прекарват повече време заедно. Но той отбеляза, че подобно принудително наложено единство понякога изпробва търпението както на родителите, така и на братята и сестрите и в някои случаи води до реални трудности.

„Съществуващите проблеми се влошиха, създавайки конфликти, които в някои случаи ставаха почти непоносими. Мнозина дори преживяха разпадането на връзките им“, пише папата. Той напомни на родителите, че разпадането на брака е особено тежък за децата, които гледат на родителите си като на постоянен източник на стабилност, любов, доверие и сила.

„Разпадането на брака причинява огромно страдание,

тъй като много надежди са разбити, а недоразуменията могат да доведат до спорове и наранявания, които не са лесно лечими“, каза той. „Децата в крайна сметка трябва да страдат от болката да виждат, че родителите им не са вече заедно.“

Той призова родителите да продължат да търсят помощ, за да се опитат да преодолеят конфликтите, включително чрез молитва. „**Не забравяйте също, че прошката лекува всяка рана**“, каза той.

Той повтори рефрен, който често е използвал при срещи със семейства и семейни двойки, изброявайки трите най-важни думи в брака: „Моля, благодаря и съжалявам“.

Една година след Brexit



Бъдни вечер на 2020 бе натоварена със задачата да приключим сделката за излизане от ЕС, договорена от Борис Джонсън и неговия главен преговарящ за Brexit, лорд Фрост. Година по-късно все още се опитваме да разберем какво въздействие тя ще има. Може да чакаме дълго, пише ВВС.



Merry Christmas 2022
HAPPY NEW YEAR

Desislava Yordanova
Your legal representative!
(416) 906 - 6663
www.dklegalpractice.ca



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 - Spanakopita (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 Din-

ner, 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

**Щастлива
Нова Година !!!**

EAST YORK DELI
HOMEMADE MEALS & CATERING



903 Coxwell Ave.
416-429-3663



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.

Family Pizza Deal

2x16" & 3 toppings,
Lg Salad, 4 drinks 355ml, 10 wings

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

TAKE OUT | DELIVERY | CATERING

<< Прод. от стр.10

Мао Дзедун често е цитиран, когато бива попитан през 70-те години на миналия век какво мисли за Френската революция. Мао отговаря: Твърде рано е да се съди. Но беше интересно начало.

Помислете за онова време. Великобритания вече бе извън Европейския съюз, но не и от единния пазар и митническия съюз. Оставаха няколко дни до „срива“ без споразумение за търговски споразумения, което изглеждаше вероятно да доведе до тежки икономически последици.

Кент бе подготвен за огромно струпване на камиони, докато износителите и вносителите бяха изправени пред срив в търговията и веригите за доставки през Ламанша. Сделката изискваше Обединеното кралство

да приеме това, което ни беше казано, че никой министър-председател не може да приеме - търговска граница между континенталната част на Великобритания и Северна Ирландия.

Не е ясно дали Борис Джонсън е разбрал сделката, която е подписал, или поне последициите от нея. Или може би го е направил и е смятал, че по-късно може да отхвърли парчетата от нея, които не му харесват и да обвини Брюксел.

Опитът да заработи тази граница между Кернрайън и Ларн обаче изяде много от 2021, както и от добрата воля между Обединеното кралство и ЕС. Този въпрос все още не е решен и лорд Фрост току-що напусна ролята си за Brexit, позовавайки се на разочарование от начина, по който

Brexit върви, както и неодобрение на ограниченията на Covid върху индивидуалните свободи.

За по-широката картина се обърнах към сър Антон Мускатели, директор на университета в Глазгоу, който председателстваше консултативния панел за Brexit на шотландското правителство, пише авторът на материала Дъглас Фрейзър.

Какви оценки дава професора по икономика за Brexit сред година извън единния пазар на Европейския съюз?

Ниски, казва той. Търговията е надолу. Тя неизбежно е ударена, когато към такава сложно и голямо търговско партньорство има добавени разходи и търкания. Пазарът на труда е засегнат от недостига

на шофьори на превозни средства и работници в хотелиерството, но той казва, че това е невъзможно да се отдели от ефектите на Covid. Виждат ли се ползи от Brexit? Никоя не е забележима от икономическа гледна точка. Някои компании от ЕС са установили дъщерни дружества в Обединеното кралство или са листвани на Лондонската фондова борса. Някои ще процъфтяват по-добре в търговията извън Европа, както може би биха направили така или иначе. Но това са относително малки ефекти.

Ниски оценки досега, но и наблюдението на сър Антон, че това са все още ранни дни. Никога не е имало вероятност да видим трансформация в рамките на една година. Едва сме започнали да виждаме началото и, казва той:

Запазете
рекламата
за
следващото
ви
пазаруване
в
LCBO

LCBO# 544031	LCBO# 471318	LCBO# 12641	LCBO# 35170	LCBO# 162610	LCBO# 576355	LCBO# 12364



Every day new homemade cakes and pastries. Fresh Bread, bureks, baklava, kadaif. Prospora 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



Old Mill Pastry & Cafe

НОВО!

Преместихме се на нов адрес:
385 The West Mall, Etobicoke
 в сградата на ресторант "Фламинго"
 Flamingo's Restaurant & Bar



New!

**Call us
to order:**

416.551.1779 | 416.519.0064



<< Прод. от стр.12

„Една година е твърде скоро. Във всеки случай повечето от нас смятахме, че ако трябва да има излизане от единния пазар и митническия съюз, ще има безплоден период и след това - вероятно след няколко години - и двете страни ще започнат да разглеждат дали Споразумението за търговия и сътрудничество се нуждае от известно задълбочаване в области където възпрепятства търговията.»

Това е една област, в която Brexit е далеч от установяване на нови отношения, било то с ЕС или с други икономики по света.

Вулканът на Канарските острови, унищожил 3,000 сгради, спря след 3 месеца



Властите на един от испанските Канарски острови обявиха, че вулканично изригване, което започна през септември, официално приключи в събота след 10 дни без потоци от лава, сеизмична активност или значителни емисии на серен диоксид, съобщи NBC News.

Но извънредната ситуация в Ла Палма - най-северозападният остров в архипелага на Атлантическия океан, не е приключила поради широко разпространените щети, причинени от изригването, заяви вулканичната комисия за извънредни ситуации на Канарските острови.

„Това не е радост, нито удовлетворение – как можем да определим какво чувстваме? Това е емоционално облекчение. И надежда“, каза директорът Хулио Перес. „Защото сега можем да се съсредоточим изцяло върху работата по реконструкцията.“

Огнена лава, стичаща се към морето, унищожил около 3,000 сгради, погребал бананови насаждения и лозя, разрушил напоителните системи и отрязал пътищата. Но няма наранени или смъртни случаи, пряко свързани с изригването.

Перес, който е министър на публичната администрация, правосъдието и сигурността на региона, каза, че правителството на архипелага оценява загубата на сгради и инфраструктура на повече от €900 млн.

Джулиан Асандж обжалва екстрадицията си в САЩ



Основателят на WikiLeaks Джулиан Асандж е задържан във Великобритания заради спор за депортирането му от Обединеното кралство, съобщава Socialpost. Неговата годеница Стела Морис обяви в Twitter, че австралийски адвокати са обжалвали решението на Апелативния съд на Обединеното кралство. Годеницата на австралиеца каза също, че той е получил лек инсулт в края на октомври. Според адвокати решение може да се очаква през третата седмица на януари.

Асандж е задържан в арест в Лондон. Съединените щати

поискаха той да бъде депортиран за шпионаж и заради това, че WikiLeaks е пуснал секретни документи за войните в Ирак и Афганистан.

В Съединените щати Асандж е изправен пред присъда от 175 години затвор. На 10 декември Британският апелативен съд отмени забраната за депортиране на 50-годишния Джулиан. Адвокатите му сезираха Върховния съд срещу решението на Апелативния съд.

Случаят предизвиква международни спорове от години. Поддръжниците на Асандж многократно критикуваха твърденията и действията като политически мотивирани. Мнозина го виждат като защитник на свободата на словото.

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



Шампанско за Вашите прекрасни празници!

CHAMPAGNE POMMERY
A REIMS-FRANCE

95 PTS
Decanter
the world's best wine magazine

THE GIFT OF GOOD CHEERS

Holiday Staff Gift Guide
November 7, 2021 - January 1, 2022

Pink POP
CHAMPAGNE
POMMERY

COMING THIS SPRING!

LCBO #234112 LCBO #16944

Налични в мрежата на LCBO

Портокали и лимони: с какво всъщност са полезни



здраве.bg

Портокалите и лимоните наистина са богати на много витамини и са чудесна опция да запълним препоръчителната дневна доза от 2 купички плодове в диетата си. И двата плода са полезна и питателна добавка към храната, но портокалите като цяло имат повече макронутриенти и витамини. Освен това всички цитрусови плодове съдържат детоксифициращи фитохимикали, които играят важна роля в предпазването на организма от рак и сърдечни заболявания.

Калории в лимоните и портокалите

Портокалите имат по-висока енергийна стойност – 47 калории в 100 г, в сравнение с лимоните, в които за същото количество калориите са 29. Лимоните са съставени от вода в по-голямата си част, което е валидно и за портокалите, но в по-малка степен. По-голямата част от калориите и в двата плода идват от въглехидратите.

Въглехидрати

Портокалите съдържат средно 11,75 г въглехидрати в 100 г, докато лимоните съдържат около 9,32 г. Повечето от въглехидратите и в двата плода са захари, но

портокалите и лимоните съдържат съответно и 2,4 г и 2,8 г диетични фибри. Фибрите са важно хранително вещество, което понижава холестерола и контролира нивото на кръвното налягане. Фибрите могат да ни предпазят и от рак на дебелото черво. Мъжете според предписанията за здравословна и балансирана диета имат нужда от 38 г фибри на ден, а жените – от 26 г.

Протеини и мазнини

Портокалите и лимоните имам само следи от протеини и мазнини. Един портокал съдържа около 0,94 г протеини и 0,12 г мазнини. Един лимон съдържа приблизително 1,1 г протеини и 0,3 г мазнини. Възрастните хора се нуждаят от поне 50 г протеини и 44 г мазнини на ден, затова портокалите и лимоните са сред незначителните източници на тези хранителни вещества.

Витамини

Портокалите и лимоните съдържат близки количества витамин С като осигуряват около 63% от дневната препоръчителна доза от този витамин. Витамин С е антиоксидант, който предпазва клетките от оксидативния стрес, причиняван от свободните радикали.

Портокалите съдържат и умерено високо количество витамин А, който се грижи за здравето на зрението, кожата и зъбите. В портокалите има и умерени количества витамини от В група, които помагат за преобразуването на хранителните вещества в енергия и за създаването

на червени кръвни клетки. Лимоните съдържат само следи от витамин А и от витамините от група В.

Минерали

Една порция от 100 г портокали или лимони не може да се похвали, че е особено богата на какъвто и да е конкретен минерал, но и в двата плода има малки до умерени количества от девет от тези макронутриенти.

Минералите по своята същност са неорганични съставки, които играят важна роля в процесите по регулиране на метаболизма, функционирането на централната нервна система и силния имунитет. Тялото ни не може да произвежда минерали. Затова трябва да ги приемаме чрез храната.

Вечерята може да е от полза за добрия сън



dieti.info

Вечерята, която се състои от бързо усвояващи се продукти с висок гликемичен индекс, помага за бързото заспиване. Ако получените данни се потвърдят и от други изследвания, може да се смята, че е открит “най-приятният и лесен начин за борба с безсънието”, твърдят авторите на изследването – австралийски учени, цитирани от Би Би Си.

“За да заспите лесно е достатъчно да спазвате няколко прости правила

по отношение на храната. Например да не пиете вечер алкохол и напитки, съдържащи кофеин. Ако заспите трудно, посъветвайте се със своя личен лекар можете ли да употребявате храна с висок гликемичен индекс. Това е вариант и за онези, които не могат да заспят след нощна работа или при смяна на времевите пояси”, обяснява Чин Мой Чоу (Chin Moi Chow), един от авторите на изследването.

Гликемичният индекс (ГИ) е число от 1 до 100, което показва колко бързо се усвоява храната. Житните растения и зеленчуците, които са богати на целулоза, имат нисък ГИ и след тяхната употреба нивото на захар в кръвта нараства постепенно. Белият ориз, бананите и другите продукти, които са бедни на целулоза, съдържат прости въглехидрати и съответно имат висок ГИ.

Известно е, че употребата на въглехидрати води до повишаване на нивото на триптофани в кръвта. А те са необходими за образуването на серотонин, който провокира сънливостта. Храната с висок ГИ особено силно ускорява образуването на серотонин от триптофана.

За да разберат как ГИ влияе на съня, учените са изследвали няколко групи хора. Всеки един от тях е употребявал ориз с нисък ГИ (ориз “махатма”) и ориз с висок ГИ (ориз “жасмин”) от 1 до 4 часа преди сън. Оризът с висок ГИ, употребяван 4 часа преди лягане, е предизвиквал съня средно за 9 минути, а с нисък ГИ – за 17,5 минути.

“В изследването участваха хора, които нямат

проблеми с безсънието и затова при тях не се наблюдава толкова значително подобряване на съня. Храната с висок ГИ не само ще облекчи заспиването при хората с проблематично заспиване, но и ще помогне за възстановяването на структурата на съня”, отбелязват авторите на изследването, “Да заспите по-бързо ще ви помогнат хлябът, картофите, мюслито”.

Учените напомнят, че хората, страдащи от затлъстяване или захарен диабет, трябва да избягват храните с висок ГИ.

10 начина за контрол на холестерола



dieta.info

Холестеролът не е вредно, а важно за организма вещество. Проблеми възникват само когато той е в прекомерно голямо количество. В такива случаи той буквално засяда по стените на артериите и предизвиква стесняване на съдовете.

Според резултатите от редица изследвания, намаляването на нивото на холестерол дори само с 1% намалява значително вероятността от исхемична болест на сърцето. Нивото на холестерол в кръвта зависи и от наследствеността, но най-вече от неговото съдържание в храната.

Предрагаме ви 10 начина да контролирате нивото на своя холестерол и да го държите в разумни

граници:

1. Яжте по-малко мазнини от животински характер

Те са вредни за здравето. Също така яйчният жълтък е много богат на холестерол - затова седмичната норма не трябва да надхвърля повече от 3 яйца.

Яжте и по-малко мазни колбаси. Употребявайте зехтин. Не използвайте втори път останалата след пържено растителна мазнина.

2. Всеки ден на вашата трапеза трябва да има ядки

Особено полезни са орехите и бадемите. Всекидневната норма следва да се състои от минимум 3-4 ореха и 8-10 бадема.

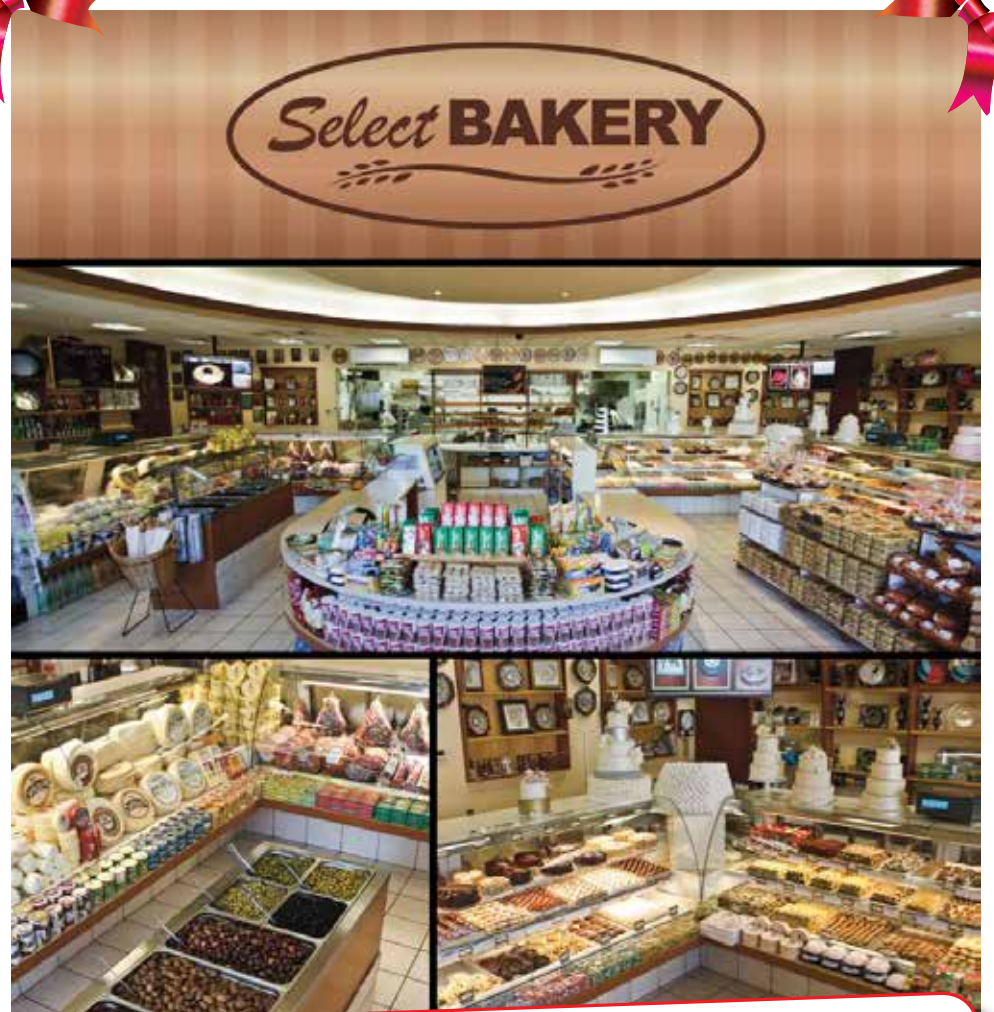
3. Борете се системно с наднорменото тегло

Ако излишното ви тегло не се дължи на мускулна маса, тези килограми говорят за наднормено количество мазнини и холестерол.

4. Използвайте здравословни начини за приготвяне на храната

Те ще контролират нивото на холестерол в кръвта. По-добре запичайте храната на фурна, гответе я на пара, задушавайте я, но не я пържете.

5. Избирайте



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.

NEW !!!
Great selection of
Greek wines & spirits.

405 Donlands Ave.
(416) 421-2400
info@selectbakery.ca

www.selectbakery.ca

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

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

обезмаслени млечни продукти

ненаситени мастни киселини, които намаляват нивото на холестерол. Месото също трябва да присъства във вашето меню, но не повече от 2-3 пъти седмично.

8. Консумирайте бяло птиче месо

То е по-постно в сравнение с червеното. Мазната кожа на птицата трябва задължително да се отстранява. Особено полезно е месото

VIN
DE GARAGE™



**ORDER A BATCH OF
20 LITRES OF MERLOT ARGENTINA
FOR \$65**



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.



www.Balkan.Center

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

Join Us!
Promote your event
or business
today!

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

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

Register your business or event

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



Contact us at center@balkan.center

Follow us on

Great advertisement opportunities at competitive prices

Over 50 ethnic groups are now represented (www.Diaspora.Center)



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

от пуйка, пиле или заек.

9. Умерените физически натоварвания са полезни

След обилна вечеря задължително трябва да направите една разходка, за да се предпазите от натрупването на поетите мазнини в организма.

10. Яжте повече зеленчуци и бобови култури

Зеленчуците са богати на целулоза, която забавя натрупването на мазнините, а бобовите растения съдържат вещества, намаляващи усвояването на мазнините.

Накратко:

препоръчително е да изключите от своето меню:

- маслените видове сирена, сметана, мляко
 - палмовото пасло и тежките видове маргарин
 - всички видове мазно месо, кожата на птиците
 - пържените картофи, чипса.(а)
- Чрез тях ще намалите количеството на употребяваните мазнини без да се лишавате от необходимите на организма количества калций и протеини.

6. По-рядко консумирайте полуфабрикати и тестени изделия

Полуфабрикатите съдържат много наситени мазнини и трансмазнини, които се използват за подобряване на техния вкус. Четете внимателно написаното върху етикетите на храните.

7. Яжте повече риба, отколкото месо

Рибата е богата на омега-3 ненаситени мастни киселини, които намаляват нивото на

холестерол.

Месото също трябва да присъства във вашето меню, но не повече от 2-3 пъти седмично.

8. Консумирайте бяло птиче месо

То е по-постно в сравнение с червеното. Мазната кожа на птицата трябва задължително да се отстранява. Особено полезно е месото от пуйка, пиле или заек.

9. Умерените физически натоварвания са полезни

След обилна вечеря задължително трябва да направите една разходка, за да се предпазите от натрупването на поетите мазнини в организма.

10. Яжте повече зеленчуци и бобови култури

Зеленчуците са богати на целулоза, която забавя натрупването на мазнините, а бобовите растения съдържат вещества, намаляващи усвояването на мазнините.

Накратко:

препоръчително е да изключите от своето меню:

- маслените видове сирена, сметана, мляко
- палмовото пасло и тежките видове маргарин
- всички видове мазно месо, кожата на птиците
- пържените картофи, чипса.

Защо болят краката?



здраве.bg

Със сигурност няма човек, който не е страдал от

болка в краката. Но какво точно означава тази болка: обикновена умора, изкълчване, варикоза? И към какъв лекар трябва да се обърнем за консултация и помощ?

Краката ни болят по-често отколкото ръцете, защото когато вървим или стоим на една място, именно върху тях пада тежестта на цялото ни тяло. При повече движения мускулите са в тонус, но при заседнал живот те стават отслабват и се отпускат. И когато организмът се сблъска с по-сериозно натоварване, болката не закъснява. И не е нужно да сме носили чувал с цимент. Проблемите могат да възникнат и след упражнения във фитнес залата, ако човек дълго време не се е занимавал със спорт.

След зимата (която се характеризира със значително по-заседнал начин на живот) натоварванията трябва да бъдат постепенни. **Мускулните болки от преумора** са най-безобидният тип болка – те минават след няколко дни без следа, но пък съществува риск от получаването на травма.

Човекът трябва да наблюдава и **теглото си**, защото при проблеми с килограмите краката се натоварват допълнително.

При **дископатия** мозъкът получава сигнали за болка в краката, но човек всъщност се нуждае от друго лечение. Как да познаем този тип болка? Тя като че ли “прострелва” крака, най-вече по външната му повърхност и се засилва при резки движения. При подобни случаи трябва да се потърси помощ от специалист, който се

занимава със заболявания на гръбначния стълб. Никакви мехлеми и масажи няма да помогнат. За да се разреши проблемът, трябва да се излекува дископатията.

Препоръчителен е ортопедичният колан, който облекчава състоянието.

Болките в краката могат да бъдат свързани и с кръвоносните съдове – венозни и артериални. Значително по-често възникват проблеми с вените – при варикоза. При варикозно разширяване на вените тъканите не получават достатъчно кислород, в тях се натрупват токсични вещества от обмяната на веществата, а всичко това раздразва нервните окончания и способства за възникването на болка.

Тя създава продължителни неприятни усещания и човек изпитва потребност да легне и да си вдигне краката по-високо. Лечението следва да бъде комплексно, като в този случай носенето на специален компресен трикотажа способства за облекчаването на болката.

Ако поради някакво заболяване се извършва свиване на артериите, реакцията на натоварването възниква много бързо. Когато мускулите започват да работят, те изпитват кислороден глад, тъй като циркулацията на кръвта в артериите е нарушена. Човек изпитва остра болка, която го принуждава да спре, докато болката отmine. В този случай носенето на специален трикотажа няма да помогне, а дори ще навреди.

Често болката в краката може да бъде следствие от **стара травма**. Това може да бъде не само

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

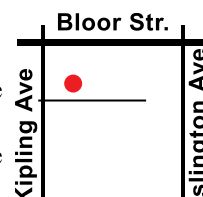
Owned and Operated by the Jelenic Family

350 Bering Ave., Etobicoke
416-232-1539

www.thesweetgallery.com

@thesweetgallerycafe

@thesweetgallerycafe



SAVE
\$2.00
FOR
CHRISTMAS

CHÂTEAU
D'AIGUEVILLE
CÔTES DU RHÔNE
VILLAGES

91
POINTS
WINE
ENTHUSIAST

LCBO #544031



NOW BACK IN STOCK!

www.eurovintage.com

счупване на костите, но и травми на сухожилията.

За да бъде ефективно лечението, трябва да се определи конкретната причина за болката. Основните правила са две: търсене на лекарска помощ (в противен случай могат да възникнат усложнения) и активно използване на специални ортопедични приспособления, които по ред причини са по-полезни от гипса - те позволяват на увредените крайници да се движат, т.е. премахва се натоварването в областта на травмата, а мускулите остават в тонус.

Плоското стъпало (дюстабанът) е друга причина за болки в краката. Статистиката показва, че от **плоскостъпие** днес страда всеки втори човек. Ако деформацията на стъпалото е голяма,

болките са в предната група мускули. Тази болка не е рязка, но се засилва с настъпването на вечерта.

За да се облекчи състоянието трябва задължително да се носят удобни обувки, като се избягват тези на висок ток. В качеството на профилактика могат да се използват качествените ортопедични стелки. Те предпазват и от появата на това заболяване.

Болките в ставите са един от основните симптоми на артрит и **артрозата**. Обикновено тези заболявания се срещат при по-възрастните хора. Лечението трябва да бъде комплексно – не трябва да се забравя, че болката е само един от симптомите.

В редки случаи от болки в ставите страдат и по-млади хора. Установено е, че в 90% от тези случаи причината за подобни

проблеми е хламидиозата.

Във всички случаи диагнозата трябва да си постави от лекар. Самолечението и самостоятелната диагностика са твърде рискови, а профилактиката е най-доброто решение. Ако болката вече е възникнала, тя не трябва да се търпи, а незабавно да се потърси специализирана помощ.

Топлият чай е най-подходящата напитка



здраве.bg

В студените и мразовити зимни дни често изпитваме нужда от затопляща напитка. Но нека първият ни избор не

бъде кафето! Не пийте безразборно и т.нар. прахчета против настинка - днес е доста широко разпространено те да се приемат при появата на каквито и да е болки в гърлото или при хрема. За да решим трайно проблема обаче трябва да се лекува заболяването, а не просто да се премахват симптомите.

Най-добрата напитка при първите признаци на настинка доказано е чай с лимон и мед. Но той също трябва да се пие правилно.

Често си мислим, че колкото по-горещ е чайът, той е толкова по-полезен. Всъщност медът и лимонът губят своите полезни свойства, ако са добавени в твърде горещ чай, затова тази напитка трябва да се приема топла, а не гореща.

DRATHEN

Ontario's Top Selling German Wines

1500 mL - \$15.95
LCBO# 238048

1000 mL - \$10.95
LCBO# 32631

BIG value BIG bottle

NOW BACK IN STOCK!

www.eurovintage.com



Като добър приятел ЯМБОЛСКА се завръща!

Попитайте за Ямболска ракия в местния магазин на щанда на **vintages** в LCBO и подкрепете истинските български продукти. Наздраве!

Количеството е лимитирано. LCBO - VINTAGES# 12364

Честита Коледа!

Скъпи читатели,
бих искала да споделя
със вас любимото ми
Коледно стихотворение
на английски. Надявам
се и вас да вдъхнови!

Santa's Secret Wish *by Betty Werth*

On Christmas Eve, a
young boy with light in
his eyes
Looked deep into
Santa's, to Santa's
surprise.
And said as he nestled
on Santa's broad knee,
"I want your secret.
Please tell it to me."

He leaned up and
whispered in Santa's
good ear.
"How do you do it, year
after year?
I want to know how, as
you travel about,
Giving gifts here and
there, you never run out.

How is it, Dear Santa,
that in your pack of toys
You have plenty for all
of the world's girls and
boys?
Stays so full, never
empties, as you make
your way

From rooftop to rooftop,
to homes large and
small,
From nation to nation,
reaching them all?"
And Santa smiled kindly
and said to the boy,
"Don't ask me hard
questions. Don't you
want a toy?"

But the child shook his
head, and Santa could
see
That he needed the
answer. "Now listen to

me,"
He told the small boy
with the light in his
eyes,
"My secret will make
you both sadder and
wise.

The truth is that my
sack is magic. Inside
It holds millions of
toys for my Christmas
Eve ride.
But although I do
visit each girl and
each boy
I don't always leave
them a gaily wrapped
toy.

Some homes are too
hungry, some homes are
too sad,
Some homes are
desperate, some homes
are bad.
Some homes are broken,
and children there
grieve.
Those homes I do visit,
but what should I leave?

My sleigh is filled with
the happiest stuff,
But for homes where
despair lives, toys aren't
enough.
So I tiptoe in, kissing
each girl and each boy,
And I pray with them
that they'll be given the
joy

Of the spirit of
Christmas, the spirit that
lives
In the heart of the dear
child who gets not, but
gives.
If only God hears me
and answers my prayer,
When I visit them next
year, what I will find
there

Are homes filled with
peace, and with giving,
and love



And boys and girls
gifted with light from
above.
It's a very hard task, my
smart little brother,
To give toys to some,
and to give prayers to
others.

But the prayers are the
best gifts, the best gifts
indeed,
For God has a way of
meeting each need.
That's part of the
answer. The rest, my
dear youth,
Is that my sack is magic.
And that is the truth.

In my sack I carry on
Christmas Eve day
More love than a Santa
could e'er give away.
The sack never empties
of love, or of joys
'Cause inside it are
prayers, faith and hope.
Not just toys.

The more that I give, the
fuller it seems,
Because giving is my
way of fulfilling dreams.
And do you know
something? You've got a
sack, too.
It's as magic as mine,

and it's inside of you.

It never gets empty, it's
full from the start.
It's the center of lights,
and of love. It's your
heart.
And if on this Christmas
you want to help me,
Don't be so concerned
with the gifts 'neath
your tree.

Open that sack called
your heart, and then
share
Your joy and your
friendship, your wealth
and your care."

The light in the small
boy's eyes was glowing.
"Thanks for the secret.
I've got to be going."
"Wait, little boy," said
Saint Nick, "Please
don't go.
Will you share? Will you
help? Will you use what
you know?"

And just for a moment
the small boy stood still,
Touched his heart with
his hand and whispered,
"I will."

Снощи получих SMS от приятелка:

- Ела да ме вземеш от пиано бара. Пияна съм. Извиках такси, взех я, закарах я у тях. Прибрах се и получих SMS:

- Не идвай. Прибрах се.



Прибирам се снощи, жена ми със секси бельо, лежи на леглото и ми вика:

- Скъпи, направи нещо за мен, което направо да ме разкърти! Че като грабнах акордеона..



Разбойници нападнали едно село. Доста мислили как да се погаврят с жителите. Най-накрая измислили:

- Значи! Всички местни мъже сега си свалят гащите и се строяват в редица. Когато жена му го разпознае с вързани очи по мъжкото достойнство, него няма да закачаме.

Мъжете се строили.

Излиза първата булка:

- Този не е моят, и този не е... Ето! Този е моят! Разбойниците са шокирани. Как е възможно?

Излиза и следващата булка:

- Не е този ... и този не е... А, ето го моят!

Разбойниците се споглеждат, нищо не разбират. Решават да внедрят при

пленниците един от своите.

Викат поредната жена. - Така-а-а. Този е чужд... този също... Хм... а този изобщо не е от нашето село!



Трима ловджии си говорят за жените си:

- Моята е като сърна! Стройна, нежна, с големи влажни очи. - А моята е хитра, лукава, бърза, като лисица.

- А моята пък, да ви кажа, външно изглежда като човек...



SMS съобщение:

- И да знаеш, че ако телефонът не ти звъни, това съм аз, който не ти се обажда!



Мъж в банката ми предлага кредит.

Аз: - Не ми трябва.

Той: - Имаме много изгодни условия!

Аз: - Отношението ми към кредитите е отрицателно.

Той: - Имали сте печален опит?

Аз: - Вие как се отнасяте към секса между мъже?

Той:

- Отрицателно разбира се!

Аз:

- Имали сте печален опит?



Премръзнал мъж се връща къщи и казва на жена си:

- Познай какво нося в левия си джоб?

Започва с буквата „П“ ...

- Премия?

- Не, половинка ракия.

А, сега познай какво нося в десния си джоб?

Започва с буквата „З“ ...

- Заплата?

- Не, земал съм още една половинка ракия.



- Знаете ли за какво Ви спрях?

- Превишена скорост? - налучква шофьорът.

- Да! - кима полицаият.

- И какво ще правим сега?

- 100 лв. ще стигнат ли? - тършува из портфейла шофьорът.

- Ти нас не ни мисли, важното е ти да си доволен!



Млад мъж е спрял от полицаията,

понеже кара с много висока скорост по магистралата.

Полицаият се доближава бавно до колата и казва:

- Цял ден седя и чакам

някой като теб да мине по магистралата.

Мъжът отговаря:

- Знаем, г-н сержант.

Бързах, колкото можах...



Полицай към шофьор:

- Защо превишихте ограничението за скоростта?

- Бързах да се прибера къщи, преди да е подействала водката.



Приятелите пият в кръчмата:

- Брат, никога не забравяй откъде си тръгнал!

- Защо?

- Защото после не можеш да се прибереш...



Мъж в командировка получава SMS:

“Информираме ви, че съпружеският ви дълг за тази седмица е погасен”.



Канибалско племе.

Един от канибалите тича при вожда:

- Съседното племе ни обяви война...

Вождът се потупва по корема:

- Ей, писна ми от банкетите...





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



www.FirstAutoGroup.ca

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)



„Ако не беше футболът, щяхте да работите в Макдоналдс!“



... така бившият чеърмен на Crystal Palace Саймън Джордан се нахвърли върху оплакващите се мениджъри Пеп Гуардиола и Юрген Клоп, като им каза да „продължат с това“, вместо да се оплакват от празничните мачове, съобщава Daily Mail.

Най-силните клубове в момента преминават през най-натоварения си период от футболния календар, като няколко отбора играят на Boxing Day, на 28 декември и след това на Нова година.

Треньорът на Ливърпул Юрген Клоп, неговият помощник Пеп Лийндерс и капитанът Джордан Хендерсън се обявиха срещу текущия коледен график през последната седмица.

Бившият шеф на „орлите“ Джордан обаче твърди, че такива като Гуардиола и Клоп „винаги си намират извинение“ и ги описва като „страхотни късметлии“, тъй като биха „работили в Макдоналдс“, ако не бе футболът.

„Стига вече!“, каза Джордан пред talkSPORT. „Играйте проклетата игра, продължете да бъдете играчи. Дава ви се твърде много. Повечето играчи, които познавам, всъщност искат да играят тези игри. „Чувате хора като Грѐм Сунес и Дейвид Мойс да излизат и казват „мач след мач, следващ след следващ“ – това е, което искаме“. „Имайте някакъв характер. Приемате всички положителни страни, вземете някои от минусите.

„Футболът се основава на култура на хората, които винаги се оправдават. Каквото и да давате на хората, никога не е достатъчно. Какво ще кажеш да се ощипеш, за да осъзнаеш колко си късметлия? Защото ако не беше футболът, половината от вас щяха да работят в Макдоналдс“, казва Джордан.

Боксьорът Флойд Мейуедър се показва с часовник за \$18 млн.



Боксьорът Флойд Мейуедър - извън това, което правеше на ринга, като един от най-добрите в историята - се характеризира и с начина си на живот в страхотен лукс,

продукт на огромната сума пари, натрупана през успешната му кариера като спортист, приключила с впечатляващия рекорд от 50-0, пише CVBJ.biz.

Американецът, който вече се оттегли от професионалния бокс, се завърна на ринга през юни тази година в демонстративна битка с Ютюбъра Логан Пол и остава внимателен към случващото се в бокса, въпреки че не спря да инвестира огромното си състояние в имоти, коли и предмети с голяма стойност.



Флойд не изневери на себе си и на християнска Коледа. В последните часове, по време на подготовката за посрещане на един от най-светлите християнски празници, Money /както наричат Мейуедър/ сподели снимки в Instagram пред своите над 27.5 млн. последователи, на които позира със златен и диамантен часовник (Jacob & Co) на стойност не по-малко от \$18 милиона.

Бившият боксьор сам разкри цената на часовника.

„Стигнах до върха, без да ми пука, така че защо да се

променям сега? 18 милиона долара за часовника“, пише Мейуедър в описанието на публикацията.

The Guardian: Робърт Левандовски е нашият победител за втора поредна година



Роберт Левандовски спечели анкетата на британския The Guardian за най-добър футболист на 2021 в класацията им *The 100 best male footballers in the world 2021*.

Футболистът на Байерн Мюнхен печели гласуването за втора поредна година. Редакцията на The Guardian написа: Робърт Левандовски е нашият победител за втора поредна година, като Мохамед Салах влиза в челната тройка за първи път.



Левандовски е следван от Меси, Сала, Бензема, Жоржиньо, Мбапе, Хааланд. Кристиано Роналдо е на 8-ма позиция, а първите десет се допълват от Канте и ДеБруин.

Люис Хамилтън спря да следва всички в Instagram след противоречива загуба на титлата



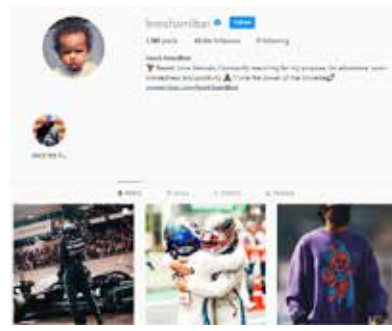
След като загуби при противоречиви обстоятелства шампионата на Formula 1 през 2021, Люис Хамилтън шокира социалните медии като прекрати да следва всички в своя акаунт в Instagram, събщи Daily Star.

Звездата от Formula 1 драматично спря следването на всички в **Instagram**, след като холандеца Макс Верстапен взе титлата през 2021. Британският пилот на Mercedes бе лишен от пети пореден шампионат, след като Верстапен го изпревари в последната обиколка

на решаващото състезание в Абу Даби.

Намеса на колата за безопасност позволи на холандския пилот да влезе в бокса и когато състезанието се възобнови, Хамилтън, който шофираше с износени гуми, бе безсилен да попречи на съперника си по пътя към титлата.

Състезателният директор на FIA Майкъл Маси противоречиво инструктира обиколките да се разпускат сами при намеса на колата за безопасност. Поради това, въпреки че бе зад Хамилтън, Верстапен получи право да се нареди зад шампиона при влизане в 58-та последна обиколка на Гран при и веднага изпревари с нови гуми британеца на петия завой.



Хамилтън все още не е нарушил мълчанието си в социалните мрежи след състезанието, но поздрави Верстапен след финала.

Люис Хамилтън, който има 26.3 млн. последователи, обаче прекрати следенето на всички в своя акаунт, като колоната му „следващи“ сега показва 0.

Испанска красавица, обявена за дама на деня на Sports Illustrated, зарадва с коледни снимки

Испанската красавица Ева Падлок е известен модел и фигура в социалните мрежи

в Испания. Тя е добре известна със секси-снимките си в **Instagram**, които споделя със своите над 1.9 млн. последователи, но също така и с рекламата на Monster Energy - изключително популярната енергийна напитка, както и с това, че е обявена за дама на деня на Sports Illustrated, съобщава Popular Network.

Ева, която е родена в Барселона на 13 май 1984, е висока 168 см и тежи 61 килограма.

Испанската красавица прекарва няколко години като интериорен дизайнер, преди да продължи кариерата си като модел. Тя се присъединява към Instagram, където бързо се превръща в знаменитост.



Спортна рубрика:
Павел Станимиров

Патриция Алексиева и Младен Алексиев



ЗАСТРАХОВКИ



Extended Health & Dental

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

Toll Free: 1-877-838-0020

www.ExtendedHealthCanada.ca

www.VISITORSinsurance.ca

www.TRAVELLERSinsurance.ca

Owned and Operated by Easy Links Financial Inc.

Румънският манастир Holy Cross Orthodox Monastery Mono Athos и Kay See Gardens

Автор: Вяря Димитрова, редактор в Пламяк

Снимки ©Bulgarian Flame

Честито Рождество Христово!
Здраве, радост, вяра, любов и
надежда на всички!

Бих искала да ви представя
Румънския манастир Holy
Cross Orthodox Monastery Mono
Athos (името му е наскоро
обновено), в Интернет ще

го намерите като Holy Cross
Orthodox Monastery Mono,
който се намира на около 15
мин от Orangeville:

**308328 Hockley Rd, Mono,
ON L9W 6N4.**

Тел: (519) 942-3489.

Манастирът е малък, но много
уютен, целият в дърво, с

горяща камина, красиви икони
от Румъния и Гърция и бяхме
посрещнати изключително
гостоприемно.

За повече информация, следете
фейсбук страницата:

**[https://www.facebook.com/
OrthodoxMonasteryMono/](https://www.facebook.com/OrthodoxMonasteryMono/)**



Наблизо можете да посетите
и **Kay See Gardens** чудесно
място да се разходите със
семейството си и особено

интересно за децата, където
всеки ден след 5:30pm до 10 pm
от 4 декември до 31 декември
можете да се насладите на

магическите коледни светлини:
За повече информация:

**[www.orangevilleoptimists.ca/
christmas-in-the-park](http://www.orangevilleoptimists.ca/christmas-in-the-park)**



SINGLE GROUP LOGISTICS CORP.



ПРЕДЛАГА РАБОТА НА AZ DRIVERS И OWNER OPERATORS

AZ DRIVERS

- Long miles with flexible home time
/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 huge fuel discounts
- New Dry vans for rent
- Lease to own option
- CTRAT parking

CAD/USA BONDED

PIP AND FAST APROVED

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

**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



Пресен хляб печен в българска фурна



**Beef and Lamb
wraps and
sandwiches.**



Нова година във Виетнам

Статията се предоставя от *patepis.com*

Автор: Ан Фам

Снимки: авторът

Наближава нашата и общоприета в света Нова година. Днес, обаче ще присъстваме, заедно с Ан Фам, на виетнамската Нова година. Ето малка част: „Новата година е символ на ново начало, на нов шанс. На прошки, равносметки и обещания. Във Виетнам има традиция да си върнеш всички дългове от годината до полунощ на новогодишната вечер, та дори да е на съседката купичката захар, която не ти е достигнала миналата седмица.“

Приятно четене:

Нова година във Виетнам

Кацнах в предпоследния ден на старата година. Според Лунния календар, тази Нова година се падна в средата на февруари. По традиция (поне в нашата фамилия) в деня преди Новогодишната вечер (все едно 30 декември) цялата рода се събира в къщата на Първия син да хапнат, пийнат и се веселят. Предвид все още големите фамилии (за пример в нашата се достига до 40 души на всяко събиране, с все синовете, дъщерите, снахите, зетьовете, внуците, а вече и правнуците), които се

събират сравнително често по различни поводи – Нова година, сватби, раждания, погребения, помени, по удивителен и доста изобретателен начин се е развил бизнесът с кетъринга по домовете и отдаването под наем на прибори и съдове за хранене.

Освен яденето и пиенето (върху което не се набляга толкова),

по някое време се дава думата на всеки поотделно – да изпее песничка, да изрецитира стихче, да докладва какви ги е вършил през годината, получил ли е грамота или са го повишили в работата или е предложил брак на дългогодишната си приятелка. Всеки е длъжен да вземе микрофона. И аз, като дългоотсъстваща и някак чужда, трябваше да обясня не само за изминалата година, но и четирите години назад, в които не бях с тях. Всички очи се бяха забили в мен, а аз успях само да изломотя, че много съжалявам, че не съм се обаждала и не съм писала, помолих баба и дядо за прошка и обещах да се обаждам по-често. Откакто се върнах, вече 5 месеца, не съм се обадила нито веднъж.

После се разиграва томбола – на всички деца, та дори и 30-годишни

или иначе казано на всички внуци на дядо ми и баба ми, *големите* раздават по една банкнота и ако сборът на всички числа от серийния номер (на принципа на нумерологията) прави 9, дават по още една банкнота

на същата стойност. Всички се напънахме, заскърцахме и зажужахме в тежки мисловни процеси, накрая извадихме телефоните да смятаме, а дядо ни се скара как всеки от нас е с поне едно висше образование, а сме толкова затъпели. И беше абсолютно прав. По негово време образованието е било привилегия за малцина.

Новата година е символ на ново начало, на нов шанс.

На прошки, равносметки и обещания. Във Виетнам има традиция да си върнеш всички дългове от годината до полунощ на новогодишната вечер, та дори да е на съседката купичката захар, която не ти е достигнала миналата седмица. Също и да си изчистиш къщата и да изхвърлиш всички боклуци и излишни неща. Аз следвам принципа периодично да разкарвам всички вещи, които не съм погледнала една година – доста е стряскащо, но и полезно. Научаващ се на дисциплина и оценяващ всяка придобита вещ.

Новата година във Виетнам

и вероятно по тези ширини поради климата, е и началото на пролетта. Всяка къща се снабдява с мандаринено или цъфнало в красиви розови цветчета прасковено дръвче, или поне клонка, ако няма възможност да си купи цяло дръвче. Нещо като Коледните елхи тук, само дето не се украсяват, защото така или иначе са толкова красиви.



Новогодишни дръвчета

За разлика от традициите в България и по света (който познавам),

във Виетнам самата новогодишна вечер се празнува в тесен семеен кръг

Както Бъдни вечер или Великден в християнските страни. Ма съвсем тесен, че дори огромна фамилия като нашата се разцепва на отделни семейства, които посрещат Новата година по домовете си. За отделно семейство се считате вие със съпруга или съпругата, и децата, ако има такива и те не са си направили семейства – без родители, баби и други роднини. За пример брат ми и неговата от скоро съпруга тази година за първи път посрещнаха заедно и сами Нова година. Аз, като изключение гостенка, се присъединих към тях. Баба ми и дядо ми също я посрещнаха сами.

Както повелява традицията и религията, всяко семейство приготвя ястия за два олтара.

Единият стои високо, близо до тавана – той е за почитане на предците, на истински хора, които са живяли преди теб и са починали, но благодарение на които съществуваш.

Ако имаш голяма къща и можеш да си позволиш, отделяш цяло помещение на последния етаж за храм. Другият олтар се слага ниско на земята, срещу входната врата. Някои семейства поддържат още един олтар на земята, по възможност на открито, но двата последни олтара могат да се съчетаят. Не си спомням подробностите, но единият беше за почитане на Буда и други божества, а другият – за предишните обитатели на къщата или земята, на която живееш. Прието е, че си за малко на тази земя и дори да имаш нотариален акт за собственост, не си собственик, а временен ползвател. От морална гледна точка.



Новогодишни ястия

На всички олтари се поставят свежи цветя, плодове, прясна вода, сварено цяло пиле, един десерт от соева паста и ориз, оцветен в естествено оранжево от костилката на едно растение, друго ястие, специфично за Нова година, наречено *banh chung*, което представлява ориз с плънка от свинско месо, сланина, соева паста, всичко това увито, завързано и сварено в бананови листа – звучи странно, но всъщност е вкусно. Слагат се и прибори, чаши, купички, понякога бира и цигари. Останалите неща са според желанието и възможностите.

Друга интересна традиция е горенето на фалшиви

банкноти.



Горенето на фалшиви банкноти е новогодишен обичай във Виетнам

Според разбиранията, това е виетнамският Western Union за изпращане на пари на мъртвците. Слушала съм истории как също горят разни предмети от хартия, специално направени за тази цел – джапанки, дрехи, телевизори, DVD плейъри, цели мотоциклети, коли и други неща, които мъртвият е обичал и от които евентуално би имал нужда на онзи свят. Няма как отново да не се възхитя на предприемчивостта на тамошните машини за бизнес!

Сещам се за един забавен случай, при който мой познат, работещ за някакви сложни служби, ми се обажда с молба спешно да се видим, за да ми покаже нещо. Идва той, очевидно объркан, и вади една такава фалшива 100-доларова банкнота. А тя е очеводно фалшива, защото е от много тънка, лесна за горене хартия, при това е напечатана само от едната страна. Настояваше да му кажа според мен какво е това. Разказах му за традицията при погребение, помен или Нова година да се изгарят такива банкноти, а също и други имитации на стари парични знаци във Виетнам и чак тогава той ми обясни каква била историята – някакъв виетнамец, който пристигнал на аерогарата с 10 дебел пачки от такива банкноти, хвърлил

митничарите в потрес. Те не могли да разберат защо ги носи, а той една думичка българска не знаел, но обяснявал ли, обяснявал. И до ден днешен се смея на тази история.

... След като всички богове и предци са се нахранили с предоставеното им на олтарите (приема се, че са успели да го сторят, докато запалените ароматни клечици изтлеят съвсем), идва ред на простосмъртните да хапнат и пийнат.

После младите излизат и се събират в центъра на града, на езеро *Ho Hoan Kiem*

или още познато като *Ho Guot*, за да посрещнат Новата година.

Hoan Kiem Lake, Dinh Tiên Hoàng, Ханой, Hanoi, Виетнам

Е, няма Дунавско хоро, но все пак обещаха заря, така че нямаше как да не се бутна и аз в калабалъка. Само дето тази година от мъглата и ситния дъжд зарята само се чуваше и съвсем загатващо проблясваше в небето. Затова пък за уличните търговци беше жив берекет – веднага наизвадиха дъждобрани, предлагаха нарязани пресни плодове в пластмасови чашки или пък изпечен сушен калмар и бира, като тази мома от снимката долу вдясно.



Нова година във Виетнам

Леко разочарована от вълата заря, тълпата се разотиде по домовете за следващия важен ритуал – поверието гласи, че какъвто човек пръв за Новата година стъпи в твоя дом, такава ще е и цялата година. Гледаше се, освен нрава му, и неговата зодия. Хората, които са се интересували повече от Китайската астрология, знаят, че фаталната четворка е Тигър-Маймуна-Змия-Глиган. Аз съм зодия Глиган, брат ми – Маймуна, а годината е на Тигъра – нямаше как един от нас да влезе пръв. За щастие братовчедът беше с нас заедно с приятелката си, която е зодия Тигър, та я натирихме да отговаря за всичко предстоящо през тази година.

Интересно е колко са суеверни хората там.

На първия ден от годината цялата фамилия (поне нашата фамилия) заминава за родното място на дядо ми и баба ми. Селцето *La Khe* се намира на 15-ина км от Ха Ной и е известно с рисуваните си копринени изделия.

Целта на посещението на цялата тази делегация е всеки да запали по една ароматна пръчица (която тук неправилно се нарича тамян), да почете паметта на предците в храма на фамилията и да обиколи всички близки и далечни роднини.



Храм „Д-р Нго Зуи Виен (1744 – 1813)“

исторически и културен паметник,
категоризиран



Храм „Д-р Нго Зуи Виен
(1744 – 1813)“

исторически и културен
паметник,
категоризиран
(това последното не знам
какво значи)

Семеен храм

Следва за децата
най-хубавата част
от веселието –

всяко дете получава
от всички възрастни
(разбирайте всеки работещ
и докарващ някакви доходи)
дребни пари. При това без да
им се налага да сурвакат и да
пеят песнички. При толкова
народ, всяко дете си тръгва с
доволна сума личен капитал
за годината



Семеен храм

фамилният музей,



Фамилен (семеен) музей

Надух се, като видях името
на майка си в списъка с
доктори. Та в общи линии
така се празнува Новата
година във Виетнам. С по-
малко (да не кажа никакво)
преяждане и препиване и
повече семейни и религиозни
традиции. Хората – дали
заради същите тези традиции
или заради пролетта,
напъпила по клоните на
дръвчетата, сякаш повече
вярват в новото начало и
започват годината с по-
искрена надежда.

И, вероятно защото имах
нужда, всичко това ми дойде
тамън.



Надух се, като видях името на майка
си в списъка с доктори

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

МНОГО КРАТЪК ОТРЪЗЪК ОТ ВРЕМЕ; МИГ	ВРЪХ /1481/ И ХИЖА В СРЕДНА ГОРА	ЧЕРНА ФИГУРА ВЪРХУ КАРТА ЗА ИГРА	ПЛАВАТЕЛНА РЕКА В ИСПАНИЯ	ПОДСЪЗНАТЕЛНО, ВЪТРЕШНО ЧУВСТВО	ПЛАНИНА В ЗАПАДНА БЪЛГАРИЯ	МАКАКОВИ МАЙМУНИ В ГИБАЛТАР	ЦЕНТРАЛНАТА ЧАСТ НА ЛОНДОН	ВИД МЕМОАРНА ЛИТЕРАТУРА	МАГАЗИН ЗА УПОТРЕБЯВАНИ НЕЩА
ОПЕРА /1896/ ОТ ДЖАКОМО ПУЧИНИ	ТРАГЕДИЯ /1531/ ОТ ХАНС ЗАКС	ВИД СНАРЯД С ВЪЗРИВНО ВЕЩЕСТВО	КРАЕН КВАРТАЛ НА СОФИЯ	НЕПЪЛНОЦЕНЕН ЗАМЕСТИТЕЛ НА ПРОДУКТ	КЪСА МЪЖКА УНИФОРМЕНА ДРЕХА	ТОП НАВИТА НА БАРАБАН ХАРТИЯ	РОМАН /1940/ ОТ ПЕТЪР КАРАПЕТРОВ	ПЬЕСА ОТ НИКОЛА АТАНАСОВ	МОНАХ, КАЛУГЕР /СТАРИННО/
ДРУГО ИМЕ НА СТАДИОН „ГЕОРГИ АСПАРУХОВ“	ПОВЕСТ /1907/ ОТ ИВАН ВАЗОВ	УРЕД ЗА ТОЧЕНЕ НА НОЖ; ТОЧИЛО	ПЕМЗА; МОРСКА ПЯНА /МИНЕР./	ВИД ТРИМЕРНА СКУЛПТУРА	ИЗВОЗВАНЕ НА НЕЩО	ЗАПАЗЕНИ В САЛАМУРА ЗЕЛЕНЧУЦИ	ИНДИАНСКО ПЛЕМЕ В Ю. АМЕРИКА	ПЬЕСА ОТ НИКОЛА АТАНАСОВ	МАРКА РУСКИ ХЛАДИЛНИЦИ
ПОВЕСТ /1907/ ОТ ИВАН ВАЗОВ	АКТИВЕН ВУЛКАН В ИТАЛИЯ /3323/	ВИД МАЛКА БОЛНИЦА КЪМ ВОЕННА ЧАСТ	ПОЧЕТНО ЗВАНИЕ ЗА БЛАГОРОДСТВО	СРЕДНОВЕКОВНА БЪЛГАРСКА ТИТЛА	ДРЕВНА ЯПОНСКА ИГРА, ПОДОБНА НА ФУТБОЛ	ИНДИАНСКО ПЛЕМЕ В Ю. АМЕРИКА	СИН НА АДАМ И ЕВА, УБИЛ БРАТ СИ АВЕЛ	МУСКА, ТАЛИСМАН ЗА ПРЕДПАЗВАНЕ ОТ НЕЩО ЛОШО	
ТУХЛЕНА ИЛИ КАМЕННА СТЕНА, ОГРАДА	ЗАЕМ СРЕЩУ ЗАЛАГАНЕ НА НЕДВИЖИМОСТ	НАВИВКА НА ПРЕЖДА ОКОЛО РОЛКА	ВИД СУХ КОЛБАС, ДЕЛИКАТЕС	ИЗПОЛЗВАНЕ НА СИЛА СРЕЩУ НЯКОГО	РОГОВИ ИЗРАСТЪЦИ КАТО ПТИЧЕ ОПЕРЕНИЕ	БАЛКАНСКА ДЪРЖАВА ОТ 2008 ГОДИНА	ФРЕНСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР		
ДВИЖЕНИЕ НА ТЛАСЪЦИ; ТУПТЕНЕ	ГЕРМАНСКА ЛЕКОАТЛЕТКА, ОШ'80	ВИД УГЪЛ, ИЗПОЛЗВАН В ГЕОДЕЗИЯТА	СЪСЕД ПО ЖИЛИЩЕ /ПРОСТОНАР./	ТРАДИЦИОННА ЯПОНСКА ГОРНА ДРЕХА	ВИД ТЪВРД НАРКОТИК	ОСТРОЗАРАЗНА БОЛЕСТ НА ТЪНКИТЕ ЧЕРВА	ГЛЪЧКА, ВРЯВА, НЕСТРОЙНИ ЗВУЦИ	СВЕЩЕН МИСЛОУМАНСКИ ЗАКОН	ПИТИЕ ОТ ПРЯСНО МЛЯКО С КАФЕ
КОМБИНАЦИЯ ОТ ДРЕХИ ЗА ОБЛИЧАНЕ	ИЗРАСТЪК НА ЧЕРВНА КЛЕТКА	ВЪЗПАЛЕНИЕ НА ИРИСА НА ОКО /МЕД./	НЕОЛЮЩЕН ОРИЗ, КОЙТО Е ЗА СЕМЕ	ГРАД В ОБЛАСТ ПЛОВДИВ	МОДЕЛ НА ЛЕКИ КОЛИ „ТОУОТА“	ПАРИЧНАТА ЕДИНИЦА НА ТАДЖИКИСТАН	АНГЛИЙСКА МЯРКА ЗА ВМЕСТИМОСТ	ЕЛЕКТРОМАГНИТЕН ТОКОПРЕКЪСВАЧ	ЧОВЕК, КОЙТО СЪБИРА ЛЕКОВИТИ БИЛКИ
ВИД МЕКА ШАПКА БЕЗ КОЗИРКА	ТОЧНО КАЛЕНДАРНО ВРЕМЕ НА СЪБИТИЕ	ГОЛЯМ ПАРК В МАДРИД	МОДЕЛ НА „SUZUKI“	ЗАПАЗЕН ОРГАНИЗЪМ ОТ МИНАЛИ ЕПОХИ	ПОСЛЕДЕН ВАРИАНТ НА РЪКОПИС	РАЗТВОР ЗА ИЗБЕЛВАНЕ НА ТЪКАНИ	ЛЕКАРСКО ПОСЕЩЕНИЕ ПРИ ПАЦИЕНТ	СЪДЕБЕН ЧИНОВНИК В ДРЕВ. РИМ	БЕЗЦВЕТНА ОТРОВНА ТЕЧНОСТ ПРИ НАПРАВА НА БАГРИЛА /ХИМ./
ИВИЦА, ЛЕНТА ЗА ОБТОЧВАНЕ НА ШЕВОВЕ	РУМЪНСКА ГИМНАСТИЧКА /1979/ 2-КРАТНА ОШ'2000	ВИД МАЛЪК ПИРАТСКИ КОРАБ /ИСТ./	ИСТОРИЧЕСКА ОБЛАСТ НА БАЛКАНИТЕ	СТОЛИЦАТА НА ПЕРУ	ОСТЪР ИЗРАСТЪК БОДИЛ, ШИП НА РАСТЕНИЕ	ГЕРОЙ НА М. ГОРКИ В „ДАЧНИЦИ“	ЛОВЕЦ НА ДИВЕЦ В СЕВЕРНА АМЕРИКА	СЪВКУПНОСТ ОТ ПЛЕТЕНИ ИЗДЕЛИЯ	ДВИЖЕНИЕ НА КОРЕМА ПРИ ТАНЦ
ВИД КАЧЕСТВЕН ИТАЛИАНСКИ ВЕРМУТ	ИЗВЛЕК ОТ БИЛКА ЧРЕЗ ЗАПАРВАНЕ	ПРОФЕСИЯ НА ЧОВЕК, ИЗКОПАВАЩ ГРОБОВЕ	САМОРАСПО ДИВО РАСТЕНИЕ В НИВА	ПАРК, СИМВОЛ НА ВИЕНА	ГРАД В ОБЛАСТ ВЕЛИКО ТЪРНОВО	ТИП ПУСТИНЯ В СЕВЕРНА АФРИКА	АПАРАТУРА НА ТЕЛЕФОННА СТАНЦИЯ	ВИСОКА ТЪВРДА ШАПКА С МАЛКА ПЕРИФЕРИЯ	ВЛАКНОДАЙНО РАСТЕНИЕ
РОГОВА ПЛОЧКА В КРАЯ НА ПРЪСТ	НОС В БУРГАСКИЯ ЗАЛИВ	УС ФИЛМ /2004/ НА В. ПЕТЕРСЪН С БРАД ПИТ	„ФРЕНСКАТА“ ПРОВИНЦИЯ НА КАНАДА	КЪСО КОРАБНО ПЛАТНО ПРЕД МАЧТА	РУСКА НАЦИОНАЛНА НАПИТКА	ПРЕДЯВЯВАЩО ИСК В СЪДА ЛИЦЕ /ЮРИД./	ВИД ЛАСО НА ПРАБЪЛГАРИТЕ	МЕСТНОСТ И ПАРК КРАЙ ХАСКОВО	ИНСТРУМЕНТ ЗА КОПАЕНЕ В ЗЕМЯТА
СТИЛ В ПОПУЛЪРИЗАЦИЯТА, ЗАРОДИЛ СЕ ПРЕЗ 60-ТЕ	ВИД ВАЛУТНА ОПЕРАЦИЯ /ФИН./	ПРЕДЯВЯВАЩО ИСК В СЪДА ЛИЦЕ /ЮРИД./	ВИД ЛАСО НА ПРАБЪЛГАРИТЕ	СРЕЩАЩ СЕ И У НАС ВИД ГУЩЕР	ВИД СТЕСНЕН НАДОЛУ ПАНТАЛОН	„ФРЕНСКАТА“ ПРОВИНЦИЯ НА КАНАДА	КЪСО КОРАБНО ПЛАТНО ПРЕД МАЧТА	РУСКА НАЦИОНАЛНА НАПИТКА	ПРЕДЯВЯВАЩО ИСК В СЪДА ЛИЦЕ /ЮРИД./
АНТИСЕПТИЧНО СРЕДСТВО С ЖЪЛТ ЦВЯТ	МАЙСТОР БЪЧВАР	ПЕСЕН НА ОРЛИН ГОРАНОВ ОТ АЛБУМА „КЪМ ЕДНА ЖЕНА“ /1983/	ОБЛАСТТА ОТ РЕБРАТА ДО ТАЗА /АНАТ./	РОД ЕДРИ АФРИКАНСКИ АНТИЛОПИ	ВИД ШИШЕ ЗА ВОДА С ДЪЛГО ТЯСНО ГЪРЛО	СПИРАЩО ПРИСПОСОБЛЕНИЕ НА ВЕЛОСИПЕД	ДЪРЖАВА В ЮИ АЗИЯ	ОТСЪСТВИЕ НА ЖЕЛАНЕ ЗА РАБОТА	ПРИРОДНИ ВАРОВИКОВИ ФОРМИ
ТИПИЧНА ШОТЛАНДСКА НАПИТКА	СТАР МОДЕЛ СЪВЕТСКИ САМОЛЕТИ	ЛАКОМИЯ, НЕНАСИТНОСТ, КОРИСТОЛЮБИЕ	НАШ РАПЪР /1977/ - „КАК СИ ТИ“	КАНАДСКА ПОРОДА КУЧЕТА	СЛАБОАЛКОХОЛНА ГОРИВА НАПИТКА	ПОЛИТИЦИ ОТ ДЕСНИЦАТА	НАШ РАПЪР /1977/ - „КАК СИ ТИ“	КАНАДСКА ПОРОДА КУЧЕТА	СЛАБОАЛКОХОЛНА ГОРИВА НАПИТКА

*** ПОМОЩНИК ***
 ФЕЛУКА, БОНИТО, БЪРАУНД, КЕЛМАРИ, РЕТИРО, ФЕНЕРА, КЛИВЕР, ЛАПЛАРА, РЕНАРД, ПУМИЦИТ, СИНОРА, СЕРИР

Happy Holidays!

ПРЕВЪЗХОДНИ ВИНА за вашата трапеза

Chateau D'Aigueville CdRhône

FRANCE

LCBO#: 544031

Tasting Notes

Thirty-year-old vines are the basis for this elegantly structured wine. Intensely aromatic with a bouquet of smoke, juniper, prune and tobacco. The palate is fruity and concentrated dark fruit with smoky, tarry follow-through. Pair with braised beef or pepper steaks. Maximum aging 4-8 years.

TOSO Malbec Estate

ARGENTINA

LCBO#: 35170

Tasting Notes

Pascual Toso Malbec is spicy and rich. Encapsulating aromas of coffee, violets and blackberry with a hint of tobacco notes. 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.





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



Отговори от сканди:

Водоравно: Бохеми, Бункера, Ирник, Маникюр, Сурогат, Ена, Герена, Острило, Извоз, Нора, Титла, Инки, Етна, Луканка, Кукли, Намотка, Пера, Кан, Зид, Азимут, Комшия, Пулсация, Кокаин, Шум, Кох, Ирит, Хисаря, Реле, Тоалет, Сомони, Барел, Неврит, Белова, Визита, Кепе, Балено, Полка, Дата, Ретино, Трикотаж, Фелука, Гренаш, Кант, Лима, Пьотър, Рис, Мартини, Тропот, Желе, Запарка, Гробар, Финиш, Нокът, Пратер, Мовано, Акин, Слепок, Серир, Троя, Квебек, Цилиндър, Кливер, Кенана, Фънк, Ищец, Леност, Ера, Риванол, Контра, Внос, Кацар, Лапара, Тиест, Уиски, Гарафа, Бонито, АНТ, Алчност, Лабрадор, Десни, Устата, Бира.

Отвесно: Момент, Ипотека, Аманар, Браунд, Харон с духовете на покойниците, Фенера, Арпа, Тракия, Квас, Мина, Насилие, Трън, Аркан, Пика, Лазарет, Реликт, Клин, Или, Пумицит, Белина, Свищов, Ебро, Комит, Батуми, Плевел, Гну, Статуя, Селика, Гребец, Лаос, Инстинкт, Холера, Трапер, Карст, Куртка, Кимоно, Проток, Лопата, Верила, Косово, Гъбек, Кенаф, Рола, Покана, Тропар, Централа, Маго, Кемари, Претор, Синора, Туршия, Воинът, Меласа, БББ, Сити, Каин, Билкар, Форинт, Тори, ЗИЛ, Разкош, Живина, Винар, Дневник, Шериат, Ренард, Енеида, Инок, Амулет, Анилин, Ъ просто, Оказион, Меланж, Сешоар, Астор.

ЗАСТРАХОВКИ





SWITCH
INSURANCE

No Obligation Quotes!

Pardeep Sharma
Registered Insurance Broker

AUTO
HOME
COMMERCIAL
TRAVEL
LIFE
HEALTH

Specializing in:

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

ОПТИКА В МИСИГА - ОБСЛУЖВАМЕ НА БЪЛГАРСКИ

1077 North Service Rd
Mississauga, Ontario

(905) 272-1632

@Abbeopt




ABBE OPTICIANS

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

*Direct billing to all insurance companies

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

Четете
в. Пламяк
онлайн:
www.bulgarianflame.com

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

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

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