

Колко ледникови епохи е имала Земята и биха ли могли хората да преживеят една?

(How many ice ages has the Earth had, and could humans live through one?)

Автор:
Дениз Су – Доцент,
Arizona State
University.

**Декларация за
оповестяване**

Дениз Су не работи,
не консултира, не
притежава дялове
или не получава

финансиране от която
и да е компания или
организация, която
би се възползвала
от тази статия,
и не е разкрила
никакви съответни
връзки извън
тяхното академично
назначение.



Статията е
публикувана от
The Conversation.

Преводът е на
„Пламък“

Прод. на стр.2>>

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

NOW OVER 30 LOCATIONS ACROSS THE GTA!

LIVE LIFE HEALTHY healthyplanetcanada.com

First Auto Group 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

BARANS
TURKISH CUISINE & BAR

2043 Eglinton Ave E, Scarborough
416-750-4545

LIVE MUSIC www.barans.ca

100% SOLD
15+г. ОПИТ
1% КОМ.

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

Очаквайте скоро
новия бизнес каталог
Print & Online:
www.BulBiz.com

**ИМИГРАЦИЯ
В КАНАДА**

Тел. (416) 800-3898
immpaths@gmail.com
www.immigrationpaths.ca

RCIC
Registered Canadian Immigration Consultant

Колко ледникови епохи е имала Земята и биха ли могли хората да преживеят една?

(How many ice ages has the Earth had, and could humans live through one?)

Първо, какво е ледников период? Когато Земята има ниски температури за дълго време – милиони до десетки милиони години – това води до създаването на ледени покривки и ледници, покриващи големи площи от нейната повърхност.

Знаем, че Земята

е имала поне пет големи ледникови епохи. Първата се е случила преди около 2 милиарда години и е продължила около 300 милиона години. Най-новата е започнала преди около 2.6 милиона години и всъщност технически все още сме в нея. Така че защо Земята не е покрита с лед в

момента? Това е така, защото се намираме в период, известен като „междуледников период“. В ледниковия период температурите ще варират между по-студени и по-топли нива. Ледените покривки и ледниците се топят по време на по-топлите фази, които се наричат интергласиали, и се

разширяват по време на по-студените фази, които се наричат гласиали.

Точно сега се намираме в топлия междуледников период на най-новата ледникова епоха, започнал преди около 11,000 години.



Какво е било през ледниковия период?

Когато повечето хора говорят за „ледниковия период“, те обикновено имат предвид последния такъв, започнал преди около 115,000 години и завършил преди около 11,000 години с началото на настоящия междуледников период. През това време планетата е била много по-хладна, отколкото е сега. В своя пик ледените покривки са обхващали по-голямата част на Северна Америка, а средната глобална температура е била около 46 градуса по Фаренхайт (8 градуса по Целзий). Това е с 11 градуса Фаренхайт (6 градуса по Целзий) по-студено от глобалната средна годишна стойност днес.

Прод. на стр.4 >>

КОЛЕТИ ДО БЪЛГАРИЯ

Meest

**AFFORDABLE AND RELIABLE PACKAGES
FROM CANADA TO BULGARIA**

**ONLY FROM:
CAD 5.95 PER KG**

CALL : +1 800 361 7345

SEND ONLINE: ca.meest.com/portal

FIND OFFICE: ca.meest.com/offices

FOLLOW US:   @MeestCanada





Daphne Kostova CNP, NNCP
 Certified Holistic Nutritionist
 Certified Weight Loss Coach
 416-602-3196
 daphne@dkwellness.ca
 www.dkwellness.ca
 IG @dkwellness101
 FB Dk wellness



Testimonials:

"I lost 25 pounds and I am no longer prediabetic", Kalina T.

"I lost 30 pounds and I no longer have menopausal symptoms", Krisa M

Дафни Костова
изготвя хранителни режими
за отслабване, които помагат с отстраняване
на симптомите на менопаузата,
хормонални дисбаланси и
отслабване в дългосрочен план.

Обадете се днес!

416-602-3196



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




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.



Колко ледникови епохи е имала Земята и биха ли могли хората да преживеят една?

(How many ice ages has the Earth had, and could humans live through one?)

<< Прод. от стр.2

Тази разлика може да не звучи много, но тя е довела до това, че по-голямата част от Северна Америка и Евразия са били обгърнати в ледени покрития. Земята също е била много по-суха и морското ниво много по-ниско, тъй като по-голямата част от водата на Земята е била уловена в ледените покривки. Степите или сухите тревисти равнини са били често срещани. Такива са били и саваните или по-топлите тревисти равнини и пустините.

Много животни от ледниковия период са ви познати, включително кафявите мечки, карибуто и вълците. Но е съществувала и мегафауна, която изчезнала в края на ледниковия период, като мамутите, мастодонтите, саблезъбите и гигантски земни ленивци.

Има различни идеи за това защо тези животни са изчезнали. Едната е, че хората са ги преследвали, когато са влезли в контакт с мегафауната.



Excavating a mastodon skeleton at Burning Tree Golf Course in North Ohio, December 1959. The skeleton, found by workers who were digging a pond, was 16ft in length and more than 11,000 years old. James H. Beckett/USF

Чакай, имало ли е хора през ледниковия период?!

Да, хора точно като нас са живели през ледниковия период. Откакто нашият вид, Хомо сапиенс, се появява преди около 300,000 години в Африка, ние сме се разпространили по целия свят.

По време на ледниковия период някои популации са останали в Африка и не са изпитали пълния ефект от студа. Други се преместили в други части на света, включително студените, ледниковите земи на Европа.

И те не били сами. В началото на ледниковия период е имало други видове хоминини (група, която включва нашите непосредствени предци и нашите най-близки роднини) в цяла Евразия, като Неандерталците в Европа и мистериозните Денисовци* в Азия. И двете групи изглежда са изчезнали преди

края на ледниковия период.

Има много идеи за това как нашият вид е оцелял през това време, когато нашите братовчеди хоминини не са го направили. Някои смятат, че оцеляването е свързано с това колко сме адаптивни и как сме използвали нашите социални и комуникационни умения. И изглежда, че хората не са се свивали по време на ледниковия период. Вместо това са се преместили в нови райони.

Дълго време се считаше, че хората не са дошли в Северна Америка, докато ледените покривки не започнали да се топят. Но вкаменени отпечатъци, открити в Националния парк Уайт Сандс в Ню Мексико, показват, че хората са били в Северна Америка отпреди най-малко 23,000 години – близо до пика на последната ледникова епоха.

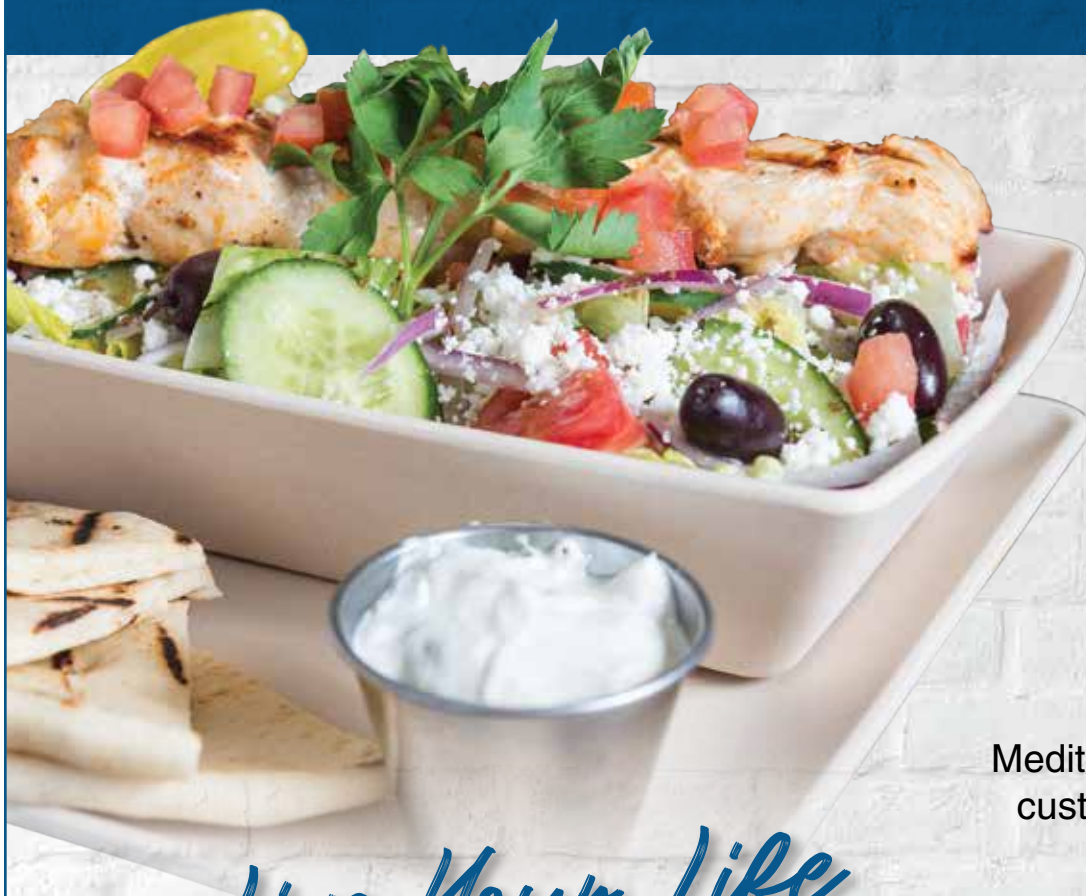
* Денисовците или Денисовите хоминини са изчезнал вид или подвид на архаичния човек, който е бил разпространен в Азия през долния и средния

палеолит. Денисовците са известни от малко физически останки и ДНК доказателства. Вкаменелостите на тези мистериозни хора остават изключително оскъдни - включват само четири фрагмента от кости и зъби и челюстна кост, намерени в Тибет. Въпреки това, тяхната ДНК разкрива, че преди около 765,000 години са споделяли общ прародител с Неандерталците и нашия вид, Хомо сапиенс. Не е ясно защо Денисовците и Неандерталците са се разделили, но нова идея предполага, че тъй като ледената покривка на Арктика се е разширила на юг към Черно море, отделяйки Европа от Азия, тя е разделила и ранните хора на източни и западни групи (бел.р., изт. Wikipedia, NesScientist).

** Статията е публикувана на страницата на The Conversation <https://theconversation.com/how-many-ice-ages-has-the-earth-had-and-could-humans-live-through-one-179360>

FRANCHISE OPPORTUNITY in Ontario

CUSTOMERS ARE HUNGRY FOR SOMETHING DIFFERENT!



*Live Your Life
Deliciously!*



Are you craving a unique Fast-Casual franchise opportunity in the Mediterranean category? You aren't alone. Your future customers are craving the very same thing! Diners love the great taste and healthy options at The Great Greek Mediterranean Grill.

With over 150 US locations in development, now is the time to go Greek!

Be the first to become part of our Canadian family. Our vision, your success!



Contact Information:

Bhavik Patel
Radius Apollo Franchisee Group, INC
The Great Greek Mediterranean Grill
Ontario Master Partner



CA: +1 647.556.1731
(Voice Only)

US: +1 402.302.1706
(Voice & Text)

www.thegreatgreekgrill.ca

Барселона забрани пушенето по плажовете, глобата е €30



Барселона въведе забрана за пушене на всеки плаж от 1 юли, като туристите са предупредени за глоби от €30, ако нарушат правилата. Градът обяви, че „Тази забрана се основава на опазването на околната среда и правото на гражданите да се радват на чисто обществено пространство, без дим

и цигарени угарки“, съобщи Daily Mail.

Пилотен проект миналата година доведе до огромно намаляване на отпадъците, оставени по плажовете, включително угарките от цигари.

Цигарените фасове са един от най-вредните замърсители, съдържащи небioresградим пластмасов полимер, който отделя токсични съединения.

Анализ, направен от Европейската агенция за околна среда през 2018 г., установи, че фасовете от цигари и филтрите в тях са сред най-често срещаните

предмети по плажовете в Европа.



Вредите, причинени от цигарените угарки, са широко докладвани, като учените предупреждават, че никотинът, металите и бензолът, съдържащи се в тях, могат да се просмукват.

Това може да замърси почвата и водните местообитания, като фасовете също представляват сериозен риск за морския живот, тъй като могат да бъдат

погълнати от животни. Други региони в Европа също забраниха пушенето на плажовете, включително някои райони на Южна Франция и Сардиния. Въпреки че Барселона е един от малкото градове, които налагат пълна забрана за пушене на плажа, това може да бъде политика, разпространена в цялата страна.

В Испания вече има места, които забраниха пушенето по плажовете. Санта Понса, Ла Романа (Пагуера) и Карегадор (Палманова) от Майорка имат забрани с глоби до £1,700.

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

Зов за помощ

от

Мима Дамянова, mihaylovamima@hotmail.com

Николай Дойнов е баща на три непълнолетни деца - Калоян на 13 год., Никол и Симона, две прекрасни близначки на по 9 години.

Живеят в гр. Варна, местност Боровец. Известни са в България с това, че както на много други бедни български семейства, социалните извеждат децата и ги настаняват в приемни семейства. Бащата обаче не се предава и с всички сили се преборва и си връща децата.

Помагат му много добри хора. За съжаление Николай остава сам защото майката напуска семейството, най-вероятно от стреса.

В момента Николай се грижи за трите деца с мизерната сума от 300 лева месечно, няма издръжка, няма помощ освен от добри хора, които им даряват дрехи, играчки и храна. Децата са щастливи при баща си, но още изживяват ужаса от принудителната раздяла, а и приемните семейства

често са ги наказвали с глад и бой. Нощем се будят в ужас, че някой ще ги отведе отново.

Къщата, в която това българско семейство се опитва да намери отново нормалния начин на живот има спешно нужда от ремонт на покрива. Николай е пуснал молба за парична помощ от общината, но отговор няма, а зимата идва. Временният



покрив тече, студ и влага пропиват стените. Скъпи сънародници, нека помогнем кой с колкото може на Николай, Калоян, Никол и Симона да са на сухо и топло тази зима. Заедно можем много!!! Бог да ви благослови.

Даренията изпращайте директно на :

Николай Иванов Дойнов, Тел: 0886126730

Общинска банка , Филиал Варна

BIC SOMBBGSF

IBAN BG52SOMB9130104633260









AKROPOLIS

PASTRIES

Akropolis Pastries and Pies is a bakery cafe specializing in traditional hand-crafted Greek phyllo pastries since 1979.

FRESHLY BAKED EVERYDAY

OR

AVAILABLE FOR TAKE AND BAKE

- ✓ 0 g Trans Fat per Serving
- ✓ No Artificial Colors or Flavors
- ✓ No Preservatives

Flavors

<ul style="list-style-type: none">  Spinach and Cheese  Cheese  Custard  Vegan 	<ul style="list-style-type: none">  Beef  Roasted Red Pepper  Apple
--	---



708 Danforth Ave - Toronto, Ontario - 416-465-8175

www.akropolispastriesandpies.com - @akropolispastriesandpies

Липсващата Cryptoqueen: Д-р Ружа Игнатова ли е най- големият притежател на Биткойни?



Материалът е публикуван от BBC News на 1 юли 2022
Автори: *Jamie Bartlett & Rob Byrne*

Тъй като крипто-пазарите са в смут, файловете, видяни от BBC, предполагат, че вероятният най-голям инвеститор в Биткойни може също да е загубил цяло състояние – и това да не е друг, а „**липсващата Криптокралица**“ д-р Ружа Игнатова - за това разказват в своя материал Jamie Bartlett и Rob Byrne, озаглавен *Missing Cryptoqueen: Is Dr Ruja Ignatova the biggest Bitcoin holder?*, публикуван в BBC News.

Измамничката изчезна през 2017 г., когато нейната криптовалута OneCoin бе на върха си - привличайки милиарди от инвеститори. Обвиненията в измами и пране на пари в САЩ я наредиха сред 10-те най-издирвани бегълци от ФБР.

Образовалата

се в Оксфорд предприемачка казваше на инвеститорите, че е създавала „убиеца на Биткойн“, но файловете показват, че тя тайно е натрупала милиарди в конкурентната валута, преди да изчезне.

Подробности се появили за първи път през 2021 г. в изтекли документи от съдилищата в Дубай, публикувани онлайн от адвокат, който короняса д-р Ружа – както е известна Ружа Игнатова – за „най-успешния престъпник в историята“.

Нова книга и предстоящи епизоди на подкаста на BBC The Missing Cryptoqueen разследват как д-р Ружа остава скрита - и дали това предполагаемо найно криптосъкровище може да помогне да обясни това.

Дубайските файлове
Успяхме независимо да проверим част - но не цялата - от информацията в Дубайските файлове. Дубай е бил важен финансов маршрут за д-р Ружа, нещо, за което ФБР намекна, като посочи Обединените арабски емирства като една от петте държави, в които тя има връзки. „**Имате заложили стотици милиони долари тук**“, каза д-р Джонатан Леви, адвокатът, който първи публикува файловете

онлайн и който разчита на информация от тях в иск за обезщетение за жертвите на OneCoin. Искът бе подаден във Върховния съд на Британската територия в Индийския океан - избрана, защото хостваше уеб домейн, за който се твърди, че се използва от OneCoin. Д-р Джонатан Леви получил хиляди документи, предимно на арабски, от подател на сигнали, за когото каза, че смята, че е грешно хората да бъдат „несправедливо обогатени“ в Дубай.

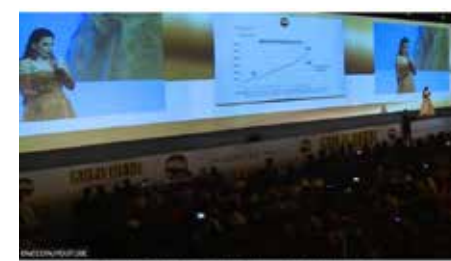


„**Биткойн-сделката**“
Най-примамливото твърдение, направено в съдебното дело на д-р Леви, е, че е била сключена масивна Биткойн-сделка с кралска особа от Емирството, шейх Сауд бин Фейсал Ал Касими, син на богат бизнес магнат. Файловете предполагат, че през 2015 г. Шейх Сауд е дал на д-р Ружа четири USB устройства, съдържащи **230,000 биткойна - на стойност €48.5 млн. по това време.**

В замяна д-р Ружа предала три чека на шейх Сауд от Mashreq Bank на обща стойност около 210 млн. дирхама,

приблизително €50 млн.

Преди предполагаемата сделка дубайската Mashreq Bank е започнала да закрива сметките на д-р Ружа поради опасения за пране на пари, така че чековете не са могли да бъдат осребрени. През 2020 г. властите в Дубай размразиха средствата на д-р Ружа, въпреки факта, че повече от година по-рано Министерството на правосъдието на САЩ публикува обвинителен акт срещу нея, определяйки OneCoin като „измамна криптовалута“.



Месеци преди решението, бившият мениджър на фонда на д-р Ружа Марк Скот също бе признат за виновен в Ню Йорк за пране на \$400 милиона приходи от OneCoin. Според архивите на Апелативния съд на Дубай, на 28 април 2022 г. Шейх Сауд е искал да му бъдат предадени средствата на д-р Ружа - което предполага, че първоначално между двойката е имало някаква сделка. Самата д-р Ружа е посочена като респондент, въпреки че не е била виждана публично от близо пет години. Д-р Ружа и шейхът
Малко се знае за Шейх Сауд, но източници ни

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.

казват, че бодибилдинг ентусиазът рядко е виждан на публично място. Той присъства във видеоклип в YouTube от 2017 в организация, наречена Междуправителствен фонд за съвместни действия за върхови постижения (ICAFFE), която твърди, че подкрепя образователни инициативи, но след като Дубайските файлове са публикувани, препратките към шейх Ал Касими като към „генерален секретар“ на ICAFFE изчезват от неговия уебсайт. Наскоро пуснатата криптовалута също посочва шейха като свой председател. Досиетата в Дубай изглежда показват някогашна близка връзка между семейство Ал Касими и д-р Ружа. Попитан от ВВС за решението, прокурорът на Дубай не отговори.



На 3 септември 2015 г. Mashreq Bank в Дубай пише на д-р Ружа, за да и обясни, че ще закрие личните ѝ сметки. Единадесет дни по-късно имейл, допуснат до американски съд, показва, че д-р Ружа пише на колега от OneCoin относно преместването на €50 милиона от Mashreq

Bank. Тя споменава среща през следващата седмица с „един от шейховете в Дубай“, където тя ще се „опита да направи нещо за нас“.

Не е известно с кого е възнамерявал да се срещне д-р Ружа или дори дали срещата се е състояла, но файловете подсказват едно възможно обяснение. Снимка от досиетата, която изглежда датира от 8 октомври 2015 г., но е направена на неизвестно място, показва д-р Ружа, стоящ до шейх Фейсал, бащата на шейх Сауд.



Семейството Ал Касими управлява Шарджа, която граничи с Дубай и Рас Ал Хайма (РАК), най-северното емирство. Шейх Фейсал не ни отговори за връзката на семейството му с д-р Ружа.

Файловете включват и дипломатическа лична карта, издадена на Ружа Игнатова като „специален съветник“ на ICAFFE – организацията, в която Шейх Сауд някога е заемал висока роля.

Организацията изглежда е свързана с ООН, но говорител на генералния секретар на ООН не можа да намери никакви записи за това, че е свързана.

100%

SOLD

15+г.

ОПИТ

1%

КОМ.



Тодор Тодоров
Broker

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

Съоснователят Шариар Рахими каза, че ICAFFE е „регистрирана“ в ООН, но не успя да предостави доказателства за това. Относно д-р Ружа той каза, че всички документи на ICAFFE, предоставени ѝ, идват от Шейх Сауд.



Известно време след предполагаемата Биткойн-сделка на д-р Ружа отношенията им изглежда са се влошили – едно писмо сред изтеклите файлове показва, че шейх Сауд освобождава българката от ролята на посланик на ICAFFE, преди по-късно да се включи в правен спор за нейните активи. Делото между двамата приключи в Апелативния съд на Дубай на 28 юни.

Запитан за предполагаемата Биткойн-сделка, връзката му с д-р Ружа

и ролята му в ICAFFE, адвокатът на Шейх Сауд не отговори директно, но написа: „Цялата информация, която имате, е неоснователна“.

Твърди се, че предполагаемата Биткойн-транзакция е извършена с помощта на така наречените портфейли за студено съхранение, което прави много трудно да се установи дали наистина се е случило. Биткойн-транзакциите често могат да бъдат проследени, тъй като всички трансфери на виртуалната валута между портфейли се записват в публично достъпна база данни. Съдебните документи обаче не включват подробности за това в кои - или колко - портфейла са били съхранявани тези Биткойни. Ако тя все още ги има, д-р Ружа може да се затрудни да премести такова голямо количество Биткойни.

Криптоавторът Дейвид Бърч смята, че репутацията на Биткойн като

„анонимна“ валута е неточна, тъй като правоприлагащите органи все повече използват хитри алгоритми за проследяване докато транзакциите преминават през системата.

„Да се отървеш от няколко милиарда долара е много по-трудно, отколкото си мислите“, казва той. Ако д-р Ружа все още има 230,000 Биткойна, тя ще е един от най-големите притежатели на валутата. През ноември 2021 г. нейният дял щеше да достигне връх от близо \$15 млрд., но към момента на написване на тази статия той е около **\$5 милиарда** - повече от достатъчно, за да й помогне да остане скрита.

Двама българи задържани за кражби на коли в Черна гора

Полицията на Черна гора задържа двама българи за извършване на кражби от автомобили. Съдът на гр. Улцин остави за постоянно автокрадци на 46 г. от София, на 55 г. от Мездра, съобщи БТА.

Според черногорската прокуратурата колите, от които били откраднати пари и ценности, били разбивани с помощта на специално устройство за

отключване на системата «Пандора».

Според разследващите заподозрените могат избягат, поради което им е наложено задържане под стража, информират от съда в Улцин. В доклада, подаден от полицията в прокуратурата в Улцин, се казва, че двамата българи и трети заподозрян от Белград са откраднали €220 от лек автомобил Фолкваген Голф, и €240 и кутия златни бижута на стойност €1,200 от друг пострадал.

Двамата били арестувани на «Велика плажа» при опит да ограбят друга кола. Според информацията инспекторите са открили у българите парична сума, като произходът ѝ още не е уточнен.

Черногорската медия «Виести» е публикувала имената на двама от задържаните - Георги Христов и Асен Иванов, и ги нарича «Пандора българи».

Синът на зам.-окръжния прокурор на Перник пребил мъж в центъра на града



Адвокатски услуги Нотариални заверки

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

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)

Мъж твърди, че е бил жестоко пребит от сина на зам.-окръжния прокурор на Перник, предава NOVA. Според пострадалия Васил Михайлов го е нападал преди няколко месеца пред заведение в центъра на Перник заради слух, че е обсъждал приятелката му. Въпреки белезите от побоя, мъжът не подал жалба, страхува се и да застане с лицето си пред камера.

“Направиха ни интрига и съвсем приятелски ме викна навън. След което, докато си говорим, започна да ме удря с метален бокс предимно в лицето. След това ме събори на земята и започна да ме рита. Разби ми устата, носа и ми разцепи ухото», разказа пострадалият.

Двама мъже гледали безучастно, а жена от

прозорец извикала, че ако прокурорският син не спре, ще извика полиция. Това обаче не разколебало Васил Михайлов.

Пострадалият потърсил лекарска помощ, а за получените рани казал, че са от инцидент с колело. “Лекарите не ми повярваха”, споделя мъжът и продължава: “Не исках да има полиция, не исках да се занимавам със съдии, полицаи, жалби и т.н.”

“Иска хората да ги е страх от него. Не знам как може човек да го прави това нещо, да го заснема и да се гордее с него”, казва той. “Психически ми трябваше повече време да се възстановя. Около 2 месеца аз се притеснявах за семейството ми дали ще има последствия”, споделя още пострадалият. По думите му Васил

Михайлов печелел пари от лихварство и продаване на наркотици.



Митничари са установили 37 бутилки, предназначени за лично ползване от кмета на Мадара. Той твърди, че няма основание за глобата и смята да стигне до съда.

“Напитката е произведена за лична употреба. В директивата на ЕС ясно е казано, че продукти за домашна употреба, които не са високоалкохолни, не се облагат с акциз. Хората от агенцията поискаха документ за собственост на бутилките. Естествено нямам такъв, защото дори да съм я купил, никой не си пази касовата бележка», разказва Неделчо Неделчев пред NOVA.

Агенция «Митници» е изпратила позиция до NOVA, в която се посочва, че производството на бира подлежи на акциз, за разлика от виното.

“Беше ми обяснено, че нямам право да си произведа дори една чаша бира. След проверката пуснах заявление за регистрация на независима малка пивоварна. Искан да

си произвеждам 200-300 литра годишно. Получих официален отговор, че нямам право на такова нещо”, допълни кметът.

„Галъп Интернешънъл“: Учебен материал, несъобразен с възрастта на децата, прекалено много информация. Математиката най-трудният предмет



Сложен език в учебниците, материал, който не е съобразен с възрастта на децата, прекалено много информация, недостатъчно примери и обяснения, малко време за упражнения. Това са част основните трудности, които срещат децата в училище, показва национално изследване на «Галъп интернешънъл Болкан», проведено по поръчка на Министерството на образованието и науката.

ИМИГРАЦИЯ



LPI
Immigration PATHS



RCIC
Regulated Canadian
Immigration Consultant

- ЛИЦЕНЗИРАНИ ПРЕДСТАВИТЕЛИ ПО ВСИЧКИ ИМИГРАЦИОННИ ПРОГРАМИ НА КАНАДА
- 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

В интервюта с родители и деца от I до X клас, социолозите разглеждат проблемите в учебните програми по отделните предмети и в конкретните учебници, събираха препоръки за улесняване на процеса на учене.



Над половината от анкетирания родители признават, че децата им имат затруднения по един или повече предмети. Цели **37%, определят онлайн обучението като основна причина** за трудностите на децата си. Близко 33% обвиняват учителите, че преподават зле, докато 28% смятат езика в учебниците за неясен.

Толкова са и онези, според които материалът е прекалено обемен. Повече от 23% считат, че учебното

съдържание не е съобразено с възрастта на детето, също толкова са недоволни от начина, по който учителят поднася материала.

Математиката е най-трудният предмет в почти всички класове, според отговорите на родителите. Голяма част от тях са убедени, че учебен материал по математика е «свален» от по-горните класове в по-долни. Оплакват се и от липса на достатъчно време за упражнения.

Един на всеки трима родител плаща за частни уроци по предмети, преподавани в училище, като 17% от децата посещават допълнителни занимания по два или повече предмета. Делът на тези отговори е значително по-висок сред родителите на ученици в прогимназиален и гимназиален курс, което се свързва и с подготовката за изпитите след VII клас и за матурите.

Стотици хиляди живеят в България без документ за самоличност ...

... това установи проучване на Националната застъпническа кампания по проект «Невидимите, които виждаме». Идеята на кампанията в началото е била да се помогне на бременни жени без документи за самоличност, които са извън системата.

“Започвайки с младите майки да изследваме проблема, се оказва всъщност, че той е много по-голям”, коментира пред БНР Люба Батенбергска от Фонда за превенция на престъпността “Инициатива за гражданска активност”.

Организацията е поискала от МВР справка по Закона за достъп до обществена информация, от която станало ясно, че **123,000 души към март миналата година са без валидна лична карта.**

“Поискахме отново данни към 1 декември и броят на гражданите без валидна лична карта вече беше **150,000**. Тоест, почти **30 000** повече за

9 месеца», добави Батенбергска, пише в. «Сега».

Според Батенбергска проблемът е започнал от 2012 г. с промените в Изборния кодекс, които целели да ограничат „изборния туризъм“. “Имаше общини, в които преди местните избори се регистрираха 10-20-50 човека на един адрес. Заради това народните представители приеха изискване всеки гражданин да доказва адреса, на който живее, с документ за собственост или договор за наем. Въведе се и ограничение колко човека могат да живеят на един адрес, като за един човек трябва да има 10 кв. м жилищна площ”.

Влогър пита българските политици: “Крали ли сте някога?”



Известният в България влогър Любомир Жечев пусна видео на канала си в YouTube, в което задава въпрос на депутатите дали някога са крали. По-

голямата част от видеото е заснето през месец януари, като Любомир Жечев е имал намерение да зададе въпросът “**Крали ли сте някога?**” на всички народни представители.

Това обаче не е станало, тъй като му е бил съставен предупредителен протокол от полицията. В документа той е уведомен, че според действащото законодателство ако не престане да задава този въпрос, го заплашва лишаване от свобода до 2 години или пробация, както и обществено порицание.

Влогърът пита депутатите от всички парламентарни групи, както и министри, като повечето отговарят отрицателно, но има и такива, които просто отказват да се спрат и да отговорят.

Опашка пред БНБ за златна монета с Паисий Хилендарски



Цената, на която се продаваше златната възпоменателна монета на тема „Паисий Хилендарски – два златни лева“ е **3,755** лв. Монетата е в тираж от 4,000 броя, златото е 999/1000, качеството е мат-гланц, висше, тежестта 23.33 грама, а диаметърът 26.5 мм.

Автори на художествения проект са Ваня Димитрова и колектив от „Монетен двор“ ЕАД.

Монетата се продаваше в БНБ на две каси, както и в офиси и клонове на Банка ДСК АД, Първа инвестиционна банка АД, Райфайзенбанк ЕАД, Тексим Банк АД и Централна кооперативна банка АД.

В периода от 27 до 29 юни 2022 всеки клиент можеше да закупи от Българската народна банка по 1 монета, след което възпоменателната монета „Паисий Хилендарски – два златни лева“ ще се продава без ограничения.

Четете вестник Пламяк онлайн:

www.bulgarianflame.com

Руският олигарх Дерипаска каза, че унищожаването на Украйна би било “колосална грешка”



Олигархът Олег Дерипаска каза, че би било “колосална грешка” за Русия да унищожи Украйна с военната си офанзива - рядък упрек от член на руския бизнес елит, предаде The Moscow Times.

Алуминиевият магнат каза: “В интерес на Русия ли е да унищожи Украйна? Разбира се, че не, това би било колосална грешка”, каза той на рядка пресконференция в Москва. Той повтори термина “колосална грешка” няколко пъти и нарече “война” офанзивата на Москва в Украйна - дума, която е на практика забранена в Русия, където властите настояват, че провеждат “специална военна операция”.

Но Дерипаска, който основа алуминиевия гигант „Русал“, също каза, че смяна на

режима в Русия не е вероятна. „Няма потенциал за смяна на режима“, каза той и добави, че „опозицията се е оттеглила от живота на страната“.

Повечето опозиционни фигури бяха принудени да излязат в изгнание или са в затвора, като натискът върху критиците на президента Владимир Путин бе засилен от началото на военната кампания на Русия в Украйна.

Дерипаска е изправен пред западните санкции, предприети в отмъщение действията на Русия в Украйна.

Турция блокира достъпа до Дойче веле и Гласът на Америка



Турският медиен надзор блокира достъпа до базираната в САЩ медия Глас на Америка (VOA) и германския телевизионен оператор Deutsche Welle (DW) заради това, че не са кандидатствали за задължителни лицензи, съобщи Middle East Eye.

През февруари DW и VOA заявиха, че няма да кандидатстват за лицензи в Турция, както е поискано от Върховния съвет за радио и телевизия (RTUK) съгласно Закона за регулиране на медиите в страната, който според критиците има за цел да засили цензурата.

Илхан Таши, член на борда на RTUK от основната опозиционна Републиканска народна партия (СНР), написа в Twitter, че достъпът до турскоезичната услуга на DW, DW Turkce и VOA, е блокиран със съдебно решение. „Достъпът до DW Turkce и Voice of America, които не са кандидатствали за лицензи, е блокиран от Наказателния мирен съд в Анкара по искане на борда на RTUK“, каза Таши.

„Ето ви свободата на печата и напредналата демокрация!“ добави той.

Middle East Eye потвърди, че уебсайтовете на двете телевизионни оператори са били недостъпни в Турция. По-голямата част от основните медии в Турция се разглеждат като близки до правителството, като отразяването е в полза на президента Реджеп Тайип Ердоган и

неговите съюзници.

В изказване през февруари генералният директор на DW Петер Лимбург каза: „След като местните медии в Турция бяха подложени на такава регулация, сега се прави опит за ограничаване на репортажите на международни медии.

„Този ход не се отнася до формални аспекти на излъчването, а до самото журналистическо съдържание. Той дава възможност на турските власти да блокират цялата медия въз основа на индивидуални, критични доклади, освен ако тези доклади не бъдат изтрети. „Това би отворило възможност за цензура. Ще обжалваме това решение и ще предприемем съдебни действия в турските съдилища.“

Русия обяви край на всички анти-COVID ограничения ...



.... включително изискванията за носене на маски, съобщи Radio Free Europe.

Органът за защита на потребителите в страната, Роспотребнадзор, каза, че **93%** от заразените пациенти са били леки или безсимптомни.

В него се казва, че се “преустановяват въведените по-рано ограничения, включително режимът за носене на маски, забраната за обществено хранене през нощта и редица други мерки”. Но в указът, издаден на 1 юли, не се споменават **2-годишните** ограничения за напускане на страната по сухопътни пътища.

Официалният брой на заразените за последен път се повиши в Русия през февруари, въпреки че както на много места тестването в страната се облекчи.

Според официалните данни, повече от **800,000** души в Русия са починали от потвърдени случаи на COVID-19 от общо **18 милиона** инфектирани в страната. Някои руски лекари и други медицински специалисти бяха наказани за това, че разгласиха привидно недостатъчно докладвани данни за COVID-19 в началото на пандемията от 2 години и половина.

Изследователите бързо разработиха и пуснаха ваксина **Sputnik-V** и я изнесоха и в други страни, но възприемането ѝ бе възпрепятствано от недоверието сред руснаците. Около **52%** от населението е напълно ваксинирано срещу вируса.

„Криптокралицата“ Ружа Игнатова влезна в списъка с 10-те най-издирвани бегълци на ФБР



ФБР предлага награда до \$100,000 за информация, която би довела до ареста на българката, известна като „CryptoQueen“. Бюрото добави Ружа Игнатова към списъка си с 10-те най-издирвани бегълци, съобщи WABF.

Игнатова е обвинена в това, което ФБР описва като „мащабна схема за измама“, включваща базирана в България

компания за виртуална валута, наречена OneCoin. Игнатова основа валутата, за която се твърди, че е използвала за измама над \$4 милиарда от инвеститори в криптовалути по целия свят.

„Твърди се, че Игнатова е направила неверни изявления относно OneCoin, за да привлече хората да инвестират в пакети OneCoin“, каза ФБР в съобщение за новини. „Според следователите Игнатова и нейният партньор също така рекламират OneCoin чрез многостепенна маркетингова стратегия, която подтиква инвеститорите в OneCoin да продават допълнителни пакети на приятели и семейство.“

Happy Canada Day!



Щастието е във фокусираното мислене



здраве.bg

Ако искате да сте щастливи, опитайте се да сте фокусирани. Ново изследване показва, че, когато умът ни се разсейва от задачата или моментната дейност, сме по-малко щастливи, отколкото когато сме напълно отдадени на

това, което правим, твърди професорът по психология от Университета „Харвард“ Матю Килингсуърт: „Човешкият ум е способен да се лута – да премисля нещата, които са се случили, да предвижда неща, които ще се случат, и да планира такива, които може да се случат. Именно тази способност е една от характерните черти, които правят хората хора“.

И все пак когнитивното лутане си взема своята цена, която се изразява в доказани от учените факт, че, когато мислим

за нещо различно от това, което правим в момента, се чувстваме по-малко щастливи.

„Хората привидно имат тази уникална възможност да се фокусират върху неща извън настоящето. Те имат способността да премислят миналото, да планират бъдещето и да си представят неща, които никога не са ставали. Но в същото време те са доста несръчни в това за използват тази своя черта и това постепенно понижава вместо да увеличи чувството за щастие“, смята Килингсуърт, цитиран от списание Science.

можели да избират между 22 дейности, сред които разходка, ядене, пазаруване, гледане на телевизия, комуникация и работа. Единствената дейност, при която хората поне привидно остават фокусирани ментално, е когато правят любов - само 10% от тях съобщили за блуждаещи мисли по време на секс .

Хората оценявали, че са най-щастливи, когато правят любов, физически упражнения или когато говорят с някого. А най-малко от тях се смятали за щастливи, когато си почиват или спят, работят или използват компютъра си у дома.

Според резултатите от неговото изследване над двете хиляди участници в него са прекарвали близо 47% от времето си с лутащо се съзнание. „Това изследване показва, че менталният живот е просмукан до значителна степен от не-настоящото“, твърди Килингсуърт.

Но има едно забележително изключение. Когато описвали какво са правили, участниците

Когато се стигнало до въпроса за какво си мислят, 42,5% посочили като отговор „за приятни неща“, 26,5% - за неприятни, а 31% - за неща, които не са им създали нито положителни, нито отрицателни емоции. И докато хората, които мислели за приятни неща, били по-щастливи от тези мислещи за неприятни. Дори тези с приятните мисли били по-малко щастливи от хората, които били напълно погълнати от дейността си в момента.

До известна степен изследването осигурява научни доказателства за твърдението, че да се живее „тук и сега“ е **ключово за щастието.**

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

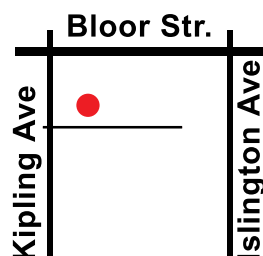
Owned and Operated by the Jelenic Family

350 Bering Ave., Etobicoke
416-232-1539

www.thesweetgallery.com

 @thesweetgallerycafe

 @thesweetgallerycafe



Дафни Костова изготвя хранителни режими за отслабване, които помагат с отстраняване на симптомите на менопаузата, хормонални дисбаланси и отслабване в дългосрочен план

DK Wellness



Много жени на възраст над 35, над 40 и над 50 години страдат от здравословни проблеми и напълняване, свързани с менопаузата и с хормонални дисбаланси, които се изявяват в този период. „Много често клиентките ми не знаят, че причината за тяхното напълняване е хормонален дисбаланс. Малки промени в храненето и начина на живот помагат да се отстранят симптомите на менопаузата и довеждат до успешно отслабване в дългосрочен план“.

Дафни Костова, сертифициран нютришънист, специализира в хормонално здраве за жени над 35 години.

Тя има сертификация да използва немската програма **Метаболик Баланс**, чрез която тя изготвя Персонализирани Хранителни Планове,

с които тя помага на клиентките си да достигнат желаните килограми, но още по-важно- помага им да облекчат и дори елиминират симптомите на менопаузата.

Дафни, метаболик баланс специалист, работи в офиса си в Торонто, и също онлайн с клиентките си, като им **помага да възвърнат енергията си, да подобрят храносмилането си и да постигнат желаните килограми** чрез здравословно хранене без ограничения.

Добрата новина е, че програмата **Метаболик Баланс**, от Германия, показва доказани резултати в **спиране на напълняването и възвръщане на здравословните килограми, елиминирането на горещите вълни и проблеми с паметта** повреме на перименопаузата и менопаузата.

„Аз вече нямам горещи вълни. Енергията ми се върна и сънят ми се подобри. Паметта ми е по-добре от преди. Аз свалях 15 килограма откакто започнах програмата, и ми е лесно да поддържам.“ казва клиентка на Дафни Костова. „Моят план не е рестриктивен и е лесно да го спазвам. Дафни ми помага да следвам плана си и да го превърна в начин на живот. Чувствам се страхотно!“ добавя тя.

Програмата **Метаболик Баланс** е в повече от 30 страни по света, с повече от 25 години опит и е помогнала на повече от 1 милион човека да нормализират хормоните си и да достигнат желаната форма.

Програмата започва с подробна кръвна картина на 35 кръвни стойности.

На базата на тези кръвни резултати и здравната картина

и симптоми на клиентката, тя получава персонализиран план за хранене.

Планът е лесен за следване, и идва с лесни рецепти за приготвяне. Дафни съблюдава и помага на клиентките си да спазват с лекота. Планът показва на всеки клиент точните храни, в точното количество, за да се постигне идеално тегло и оптимално здраве.

Дафни Костова предлага 1 безплатен час, повреме на който, тя ще ви каже какви подобрения и след колко време може да очаквате за себе си като следвате персонализиран план.

Научете още за програмат **Метаболик Баланс** и резултатите, които можете да очаквате за себе си.

Дафни от DK Wellness приема нови клиентки, и ще ви помогне да балансирате хормоните си тази пролет.

За повече информация, посетете: www.dkwellness.ca

Тел: **416-602-3196**

IG @dkwellness101 • FB @Dk wellness

Участниците в проучването са от 83 държави, различни професии и на възраст между 18 и 88 години. Според психолози, коментирали резултатите за списание Science, те говорят за важноста на това хората да правят неща, които им носят усещане за цел и смисъл: „Подобни дейности ни помагат да останем най-

фокусирани“.

„Това изследване е изключително интересно и показателно. И преди него психолозите смятаха, че, за да преживяваме чувство за благополучие, трябва да чувстваме, че имаме цел и смисъл в живота - да задържаме съзнанието си върху конкретни проекти и дейности и да го

караме да не блуждае“, обобщава изданието и съветва: „Ако усетите, че започвате да изпадате в „мрачна дупка“ от притеснения и тревоги, опитайте да се отърсите от това като върнете мислите си към настоящето“.

„Връщането на спомените за неприятни новини, преживяването отново на драматични

неща, които вече сме изпитали, е естествена тенденция, но можем да се разсеем от мислите си като се захванем с някаква дейност и се отдалечим от размишленията“, смята и проф. Килингсуърт.

Какво всъщност има в полуфабрикатите



dieta.info

Замразените полуфабрикати са все по-популярни. Но могат ли те да заменят домашната храна? Когато правим например кюфтета, ние знаем какво месо използваме, както и какво друго слагаме. А купувайки си замразени, не ни остава нищо друго освен да вярваме на етикета. Според закона, всички съставки на продукта трябва да бъдат посочени на етикета.

И така - прочитаем телешко. Дотук добре. Но следващите два компонента са вода и соево брашно. Може да се предположи, че соята в кюфтетата е много повече отколкото месото - тя увеличава своя размер 6 пъти, набухвайки от водата.

Стабилизаторът



Caramel Coffee shop

НОВА БЪЛГАРСКА СЛАДКАРНИЦА

6 Donlands ave. (Donlands & Danforth). В района на East York
Патиото ни е отворено. Заповядайте при нас!
caramel.coffeeshop60@gmail.com, Тел: **(647)646-5648**, Ваня








Предлагаме различни видове ароматно кафе и домашно приготвени сладкарски изделия.



Различни видове банички. Банички с 4 вида кашкавал, с телешко месо, с печени чушки и крема сирене и кашкавал, с 4 вида кашкавал и праз.

ПРИЕМАМЕ ПОРЪЧКИ ЗА ПОГАЧИ, ТУТМАНИЦИ и СЛАДКИ за рождени дни, сватби и други мероприятия. За бизнес събирания и партита, **САНДВИЧИ С КАФЕ.**










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 Toronto, ON
 647-748-9229



It's new
 Assorted
 Mini Cakes



KOSTAS MEAT & DELI

259 Ellesmere Rd, Scarborough, 416-444-3036



натриев фосфат пък се ползва, за да може кюфтето да изглежда сочно и за да не изтича водата от него, а глутаматът му придава вкуса на месо.

В крайна сметка не може да се даде точен отговор колко месо има в тези кюфтета. А потребителите трябва да знаят все пак какво купуват – месо или соя. Това трябва да бъде посочено в %. Поне в страните от ЕС е задължително.

Според ЕС стандарта не всяко парче месо е месо. И това не е тавтология: месото от едър рогат добитък например трябва да съдържа до 25% мазнини и 25% съединителна тъкан (жили и хрущяли). В свинското месо мазнините могат да бъдат с 5% повече, а в пилешкото и заешкото

по-малко - мазнини до 15% и съединителна тъкан – до 10%. Тези норми са определени със съответни документи.

Купувайки полуфабрикати, обръщайте внимание на 3 техни компонента:

- растителните белтъчини – те обикновено са от соя, а редица изследвания са доказали, че тя се намесва в работата на половите хормони. Това е особено опасно за развитието на плода, когато се формират половите органи, а също така в детската и юношеската възраст, когато те се развиват.
- фосфатите – дифосфати, пирофосфати, трифосфати, полифосфати или хранителни добавки E450, E451, E452.
- ароматизаторите и вкусовите добавки –

глутаминова киселина (E620) или нейната сол глутамат (E621).

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 полезни и питателни добавки 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

Old Mill Pastry & Deli

385 The West Mall, Etobicoke

(416) 551-1779

- Внос на европейски продукти, консерви, сирена, кашкавали, салами, пушено месо, колбаси, брашно, захар, кафе, боб, подправки, сокове, вода, айрян и др.
- Домашно приготвени баница, кебабчета, кюфтета.
- Всякакви видове десерти, пасти, торти за рождени дни и др. тържества.























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 имат 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 микронутриенти.

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.

Alliston Meat & Delicatessen

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



ALLISTON MEAT & DELICATESSEN
B.B.Q PIG-LAMB 275-9331 660 BLOOR ST. E. MISSISSAUGA



Европейски хранителен магазин в Мисисага

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























VIN
GARAGE



**ORDER A BATCH OF
20 LITRES OF MERLOT ARGENTINA
FOR \$74**



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.

Не прекалявайте с чистотата



здраве.bg

Всички, които са убедени, че чистотата е непренемен залог за здраве, са доста придирчиви в избора си на антибактериални сапуни, шампоани против пърхот и т.н. Полезно ли е обаче да сме толкова чисти? Дерматолозите смятат, че както във всичко в живота и в преследването на личната хигиена трябва да има мярка.

Оказва се, чистейки се до блясък, ние нарушаваме естествената микрофлора на кожата и по този начин провокираме заболяванията.

Най-разпространената грешка, която правят хората, е **всекидневното използване на антибактериален сапун**. Неговата употреба е уместна при наличието на драскотини или рани, но постоянното му използване води до унищожаване на естествения микробен фон и кожата става лесно уязвима за инфекции.

Микроорганизмите

върху кожата не просто живеят своя живот, а си взаимодействат помежду си – в синхрон или в борба. И когато ние изкуствено унищожаваме по-голямата част от тях, всъщност заместваеместественния подбор, т.е. останалите най-силни микроби при липсата на противодействие стават по-опасни.

Освен това “външните неканени гости”, които не срещат никаква съпротива от измитите от нас “защитници”, лесно проникват в кожата. Това става например и при всекидневната употреба на средства против пъпки, които правят кожата още по-плътна.

Друга разпространена грешка е **използването на неподходящи средства за кожата**. Например гел за лице с фактор рН 5,5. Наистина нивото на киселинност на здравата кожа действително е такова, но колко от нас могат да са сигурни, че кожата им е абсолютно здрава...

Дори малката пъпка говори за обратното. В различните си участъци кожата има различен рН-фактор и съответно трябва да се полагат различни грижи, с различни средства.



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

Затова - избирайте внимателно средствата за грижа за кожата и наблюдавайте нейната реакция на лосиона или гела.

Много хора в стремежа си да забравят за пърхота постоянно си мият косата с шампоан против пърхот. Но организмът свиква с този редовен "допинг" и се отпуска... В резултат на това последващата смяна на шампоана се отразява зле на косата – косъмът става по-тънък и се накъсва.

Пресолената храна намалява интелекта



dieta.info

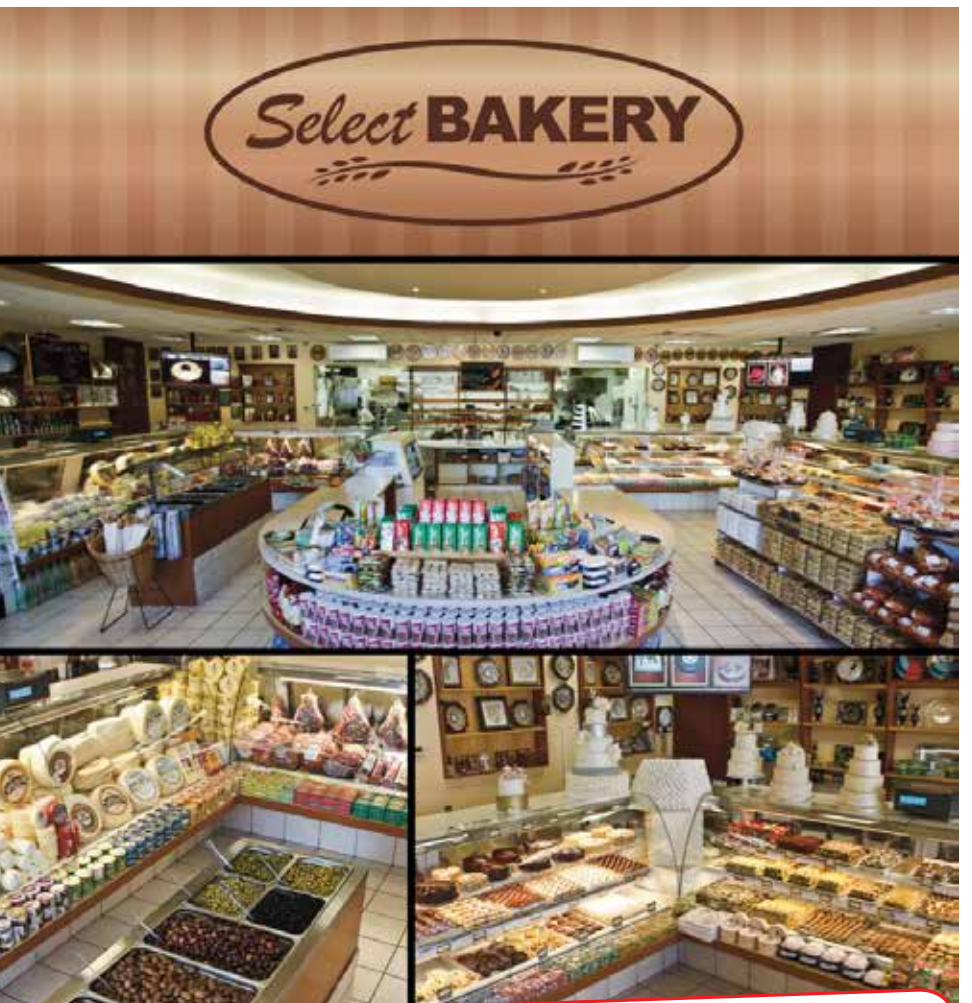
До този момент фактът, че солта оказва негативен ефект върху сърцето и сърдечно-съдовата система, беше основната теза, която се изтъкваше, когато сташе дума защо не е добре да пресоляваме блюдата си.

С днешна дата обаче вече знаем и че солта оказва също толкова мощно негативно въздействие и върху мозъка, а резултатът от него е повече от видим – оглупяване.

Канадски лекари са стигнали до заключението, че прекомерната консумация на сол води до загуба на голяма част от умствените възможности. Това е ясно забележимо при хората, които редовно злоупотребяват с нея – при тях дейността на мозъка видимо се забавя с времето, докато при тези, които я консумират в препоръчителните граници, този процес настъпва много по-бавно, пише „Дейли мейл“.

Изследователите от университета в Торонто доказват тези свои предположения с научен експеримент, продължил повече от три години. През този период били проследени умствените възможности на над 1250 души на възраст между 67 и 84 години. Под внимание било взето и количеството сол, с което участниците традиционно овкусяват храната си.

В началото на проследявания период били записани началните им умствени възможности, които били сравнени с



ДОСТАВКИ ПО ДОМОВЕТЕ

We deliver everywhere
in Canada & US
Check out
www.selectbakery.ca
and enjoy Greek pastries,
cheese, and hundreds of
grocery products delivered to
Your doorstep.

Great selection of
Greek wines & spirits.

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

www.selectbakery.ca

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

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

показаните в края резултати. От изведените данни станало ясно, че комбинацията между сол и заседнал начин на живот оказва изключително негативен ефект

върху цялостното здравословно състояние на човек с напредването на възрастта.

В зоомагазин:

- Какво страховотно животинче! Котарак или котка е?

- По ушите не виждате ли?

- Не.

- Това е заек.



- Тате, твоята майка била ли те е?

- Не, сине, само твоята.



Две ромки си приказват:

- Много ми е добър мъжа, 5 години вече сме заедно, един шамар не ми е ударил.

- Еее, то па това направо е срамота.



2022. Попитали Радио Ереван:

- Има ли живот на Марс?

Радио Ереван:

- И там няма...



В изповедялната:

- Отче, съгреших с попа от съседното село.

- Защо си се разкарвала чак дотам, чедо?!



Двама охранителни влезли в бар да се почерпят. По едно време на бара застанали две хубави момичета:

- Брат, виждаш ли тия мацки? Искам да сваля едната, но не знам как да ги разделя.

- Гледай и се учи - отговорил другия.

Отишъл при момичетата, замахнал и ударил едната. Тя се проснала в несвят на земята. Обърнал се към другата:

- Миличка, изглеждаш ми самотна тази

вечер...



- Бай Иване, какво му трябва на човека?

Бай Иван:

- 365 литра ракия, ако годината не е високосна!



Блондинка звъни в офиса на интернет-доставчик:

- Не мога да вляза в интернет.

- Сигурна ли сте, че въвеждате правилно паролата?

- Да. Осем звездички.



- Какво е ирония?

- Цяла година да си на диета и накрая мъжът ти да ти изневери с подебела от теб.



- Ти очила ли носиш?

- Не, защо?

- Имаш белег на носа.

- А, той е от халбите бира...



Съдията пита свидетел:

- Знаете ли колко ще ви дадат за неверни показания?

- Да, обещаха ми нов Lexus.



- Помогнете ми, докторе, отчаяна съм! Мъжът ми пуска колелца дим!

- Що за глупости? И аз правя така, като пуша!

- Може би са глупости, но мъжът ми не пуши...



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.

**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.**



Треньорът на Байерн се влюби в спортна репортерка



Скандал се разрази в Германия когато треньорът на Байерн Мюнхен Юлиан Нагелсман се раздели със съпругата си, след като се влюби във футболна репортерка – двойката неотдавна бе забелязана на луксозна яхта край Ибиса, пише Daily Mail.

Треньорът на Байерн Мюнхен Юлиан Нагелсман бе забелязан на луксозна частна яхта с новата си половинка, само седмици след като се раздели със съпругата си след 15 години заедно. 34-годишният футболен треньор започна да се среща с Лена Вюрценбергер - 30-годишна спортна репортерка на най-големия германски вестник **Bild**, която бе отстранена от репортажите за Байерн Мюнхен, след като бе разкрита истинската същност на връзката им.



Влюбената двойка изглеждаше неразделна, докато се целуваха и държаха един друг в прегръдките си на яхта край бреговете на Ибиса. По-рано този месец Нагелсман се раздели със съпругата си Верена, за която се

ожени през 2018 г.

Тогава Bild обяви, че Лена Вюрценбергер е била освободена „незабавно“ от отразяването на шампионите от Бундеслигата, след като медията разкри тайната им връзка. 30-годишната дама е пишела за Вердер Бремен, преди да се премести в Мюнхен, където е отразявала шампионите на Бундеслигата през последните две години. Нагелсман, който навършва 35 през следващия месец, има две деца от Верена, син и дъщеря.



Говори се, че връзката на треньора с Вюрценбергер е «сериозна» и че Байерн Мюнхен също е бил информиран за това.

Нагелсман игра за ФК Аугсбург и 1860 Мюнхен на младежко ниво, но никога не участва в първи отбор. Той претърпя редица наранявания в младежка възраст и реши да се пенсионира едва на 20 години, след като увреди хрущял в коляното си. Той спечели шампионата на Бундеслигата през април, но отпадна от Шампионската лига срещу Виляреал на четвъртфиналите. Нагелсман е считан за един от най-добрите треньори в световния футбол и редовно е свързан с топ позиции

във Висшата лига на Англия.

Бърни Екълстоун би „поел куршум“ за Владимир Путин; F1 се дистанцира от коментарите му



Бившият главен изпълнителен директор на Формула 1 Бърни Екълстоун каза, че ще „поеме куршум“ за руския президент Владимир Путин и описа лидера като «първокласен човек» в интервю, предаде The Athletic. Когато бе попитан в интервю за „Good Morning Britain“ на ITV дали той все още е приятел с Путин, Екълстоун отговори: „**Бих поел куршум за него. Предпочитам да не боли, но ако стане, нека аз да получа куршума, защото Путин е първокласен човек.** Това, което прави (в Украйна), е нещо в което той вярва, че е правилното което прави за Русия.»

Екълстоун е приятел с Путин от навлизането на Формула 1 в страната с Гран при на Русия 2014 г. 91-годишният Бърни също разкритикува украинския президент Владимир Зеленски и каза, че е могъл да направи повече, за да избегне войната с Русия. Той каза, че войната в Украйна не е била

„умишлена“, добавяйки: „Напълно сигурен съм, че Украйна, ако искаха да се измъкнат от войната, можеха да го направят“. „Мисля, че ако бе помислил за нещата, определено щеше да положи достатъчно усилия, за да говори с Путин, който е разумен човек, би го изслушал и вероятно би могъл да направи нещо по въпроса.“

Попитан дали е имал възможност да говори с Путин затова „каква бъркотия“ е създал или да го призове да преосмисли какво прави, Екълстоун каза: „**Не. Вероятно самият той е мислил за това. Вероятно няма нужда от напомняне. Абсолютно сигурен съм, че сега му се иска да не е започнал това нещо, но [то] не е започнало като война.**“



След интервюто говорител на Формула 1 каза: „Коментарите, направени от Бърни Екълстоун са негови лични възгледи и са в много ярък контраст с позицията на съвременните ценности на нашия спорт“.

Веднага след интервюто Люис Хамилтън осъди Екълстоун за възхвалата на Путин и каза, че човек, който изглежда подкрепя „убиването“ на хора, не трябва да получава платформа за изказванията си.

Прод. на стр.27>>

<< **Прод. от стр. 26**

Седемкратният световен шампион във Формула 1 призова телевизионните оператори да избягват 91-годишния Екълстоун заради коментарите му, които изглеждат омаловажават продължаващата инвазия в Украйна, предупреждавайки, че подобни забележки „ще ни върнат десетилетия назад“.

Хамилтън твърди, че Екълстоун е „повъзрастен глас“, който вече не представлява спорта, след думите, че ще „поеме куршум“ за руския президент и описанието му като „първокласен човек“.

Наруши ли правилата съдия? Играл на Палмейрас участва в „падането на годината“ в Копа Либертадорес



Необичайното действие се случи в двубоя между парагвайският Серо Портеньо и бразилският Палмейрас на осминафиналите на Копа Либертадорес. Точно след 8-та минута бразилският халф Густаво Скарпа участва в „падането на годината“ в Копа Либертадорес, написа FutbolRed.

Скарпа отиде да изпълни ъглов удар и в момента

на удара уцели крака на рефера Александър Гузман. Без да осъзнава, че кракът на помощник-съдияна е до топката, Скарпа ритна и падна. След което се хвана за крака, очевидно изпитвайки болка. Повторенията показаха, че страничният съдия Гузман от Колумбия слага крака си пред този на Скарпа



Паднал на тревата на стадион «Генерал Пабло Рохас», бразилецът нямаше друг избор, освен да се смее на случилото се. За щастие на колумбийския рефер, ударът нямаше последствия и той успя да продължи мача. Репортерите, в разгара на удивлението си очакваха, че този кадър ще обиколи света. В крайна сметка Палмейрас победи с 3:0.

Кубински шампион иска битка с Деонтей Уайлдър, каза, че лесно



Кубинският претендент в тежка категория по бокс Франк Санчес проговори за велик мач, докато се подготвяше за завръщане на ринга под егидата на новия си треньор Джо Гусен.

29-годишният Санчес (20-0, 13 КО) иска да се сблъска с един от дългогодишните бивши шампиони на дивизията, написа Boxing Scene. „Хвърлих око на Дионтей Уайлдър. Това е човекът, когото знам, че мога да победея лесно и без съмнение ще го нокаутирам. Това е лесна битка. Аз не съм Луис Ортис“, каза Санчес в интервю пред BoxingScene.com. „Единственото, с което разполага, е силата. Той не знае как да се боксира.“

Санчес сравни Уайлдър с Ефе Аджагба - противникът, който победи с единодушно съдийско решение в андеркарта на бившия шампион на WBC миналия октомври. „Те по същество са един и същи тип бойци“, каза Санчес. „Притежават само мощен удар. Знаем таланта и техниката, които носят и какво е необходимо, за да стигна до победата. Надявам се, че ще получа възможност да се бия с Уайлдър.“

Санчес трябва да се завърне в битка по-късно тази година, каза мениджърът Лупе Валенсия пред BoxingScene.com. Кубинецът наскоро се раздели с треньора на годината Еди Рейносо и последва Райън Гарсия до Гусен.

Преди да се свърже с Рейносо, Санчес бе обучаван от Ерик „Тигре“ Кастаньос до 2019 г.

Британският спортен министър: Не можем да се преструваме, че полът няма пряко влияние върху атлетичните постижения на човек



Британският министър на спорта Надин Дорис каза, че очаква спортните организации да запазят женските състезания за тези, родени в женски пол, след като проведе среща с редица ръководни органи, съобщи Reuters.

Нейното изявление идва дни след като световният управителен орган на плуването FINA гласува да ограничи участието на транссексуални спортисти от мъже на жени в елитни женски състезания, ако са преживели някаква част от мъжкия пубертет.

Надин написа мнението си и в Twitter: „Току-що се срещнах със спортните ръководни органи, за да обсъдим транс-участието. Това е сложен и емоционално натоварен проблем - но е този, който е бил изоставен твърде дълго. Не можем да се преструваме, че полът няма пряко влияние върху атлетичните постижения на човек“.



Спортна рубрика:
Павел Станимиров



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



www.FirstAutoGroup.ca

sales@firstautogroup.ca

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

SALES:

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

MECHANIC SHOP:

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



Лагуната Уискарс поинт с неочаквана красота в пустошта на British Columbia

Статията се предоставя от *patepis.com*

Автор: Наталия Х.

Снимки: авторът

Действието в разказа се развива в централната част на провинция Британска Колумбия, Канада. Ние – средно статистическо интернационално семейство, аз българка – той канадец, живеещи (за сега в Канада). Пояснението в скобите е защото човек никога не знае, никога не съм планирала Канада, а ето, че се озовах тук! Със съпругът ми сме отворени към всякакъв род изненади и предизвикателства, къде евентуално би ни запратил живота по-нататък. Детето – тинейджър. Изпратихме го в средата на лятото на лагер с библейска насоченост, но и с работа (без заплащане). За да се учи на труд, да се опита да бъде полезен с каквото и както може и да направи първите преходни стъпки към реалния свят на пълнолетните. Провинция British Columbia е съставена от няколко отделни области. Нашият град се намира точно в средата на провинцията в областта наречена Карабу. Отделно област Карабу се дели на северна и южна част. Е – ние сме в северно Карабу на British Columbia. Огромни и необятни територии на всякъде около нас, особено за непривикналия европейски човек е главозамайващо! Стилът на живот в Канада е доста затворен, монотонен, а и студеният климат безусловно оказва въздействието си всеки да се затваря в черупката си. Тук срещаш приятелите си два пъти годишно, през другото време е само работа и семейството! Например, едно от развлеченията за нас е да излезем и да купим бутилка вино в края на седмицата. През уикенда, да излезеш със съпруга си, за да избереш от коя част на света вино щ е присъства

на трапезата ти през следващите дни си е едно истинско малко удоволствие за тук. Голямото удоволствие, придаващо колорит на живота ни в Канада, са пътешествията и съответно снимките и видеото като неизменна част от тях. Така живеят много от канадците. Ние също не правим изключение. Лятото на 2011 се оказа доста хладно и дъждовно. В първите дни на август най-неочаквано дъжда, които се изливаха всеки ден спря. Слънцето най-после се показва и в къщи решихме веднага да стегнем хладилната чанта и да отскочим само за ден до едно градче на север от нас. Добре че тинейджъра беше на лагер, защото никак нямаше да му хареса идеята да ходим до едно толкова *незначително* място като Макензи... И то да отидем до там, само за да хапнем снадвичите си и да изпием кафето от термоса си на брега на езерото в Макензи.

Макензи до където искахме да отидем, го бяхме посещавали веднъж през 2008. Градът е възникнал през бума на търговията със САЩ, икономиката му е базирана на дърводобива. И изведнъж след настъпване на кризата в щатите, американците престанаха да строят нови къщи, престанаха да купуват от Канада дървесина и места като Макензи колабираха. Спомням си, че тогава през 2008-а почти всяка къща в градчето беше обявена за продажба, усещаш се духа на отчаянието навсякъде... Цялото градче беше “for sale”.

И така, решавме да използваме максимално слънчевия и топъл августовски ден. Да

си спретнем едно непретинциозно пътешествие от което не очакваме кой знае какво. И деята беше просто да излезем от рутината. Прекрасният ден е достатъчен повод да изпием домашно приготвеното си кафе не в къщи, а на брега на езерото там в Макензи. Живот по канадски!:) Разстоянието до там с кола е около 2 часа и 45 минути. След час шофиране по Магистрала 97 Север отбиваме за кратко за да запечатаме със снимка красива гледка на която аз не мога да устоя и казвам припряно на Дейвид : „Спри, спри някъде!“ Красотата провокирала желанието ми за снимка е езеро край пътя и малък остров по средата на езерото с иглолистни дървета.



Езеро край пътя за Макензи

Отбивките за снимки през време на пътешествията ни са постоянна практика, по някога клони и дървета пречат и влизат в кадър, но започнеш ли веднъж да пътуваш и снимаш се превръща като да живееш с някаква зависимост. Не можеш да спреш. Не можеш да отминеш просто така... Продължаваме пак по пътя си. На среща ни забелязахме знак обозначаващ отбивка в ляво на магистралата към **природен парк „Whiskers Point“**. Отбиваме от Магистрала 97. Последвахме знака, обещаващ да попаднем в природен парк с красиво

езеро, спирка за каравани, къмпинг, детска площадка за децата на туристите...

Отбихме и не съжалихме за което... Навлизайки в парка се озовахме на сред високи зелени дървета също като в приказната гора на Хензел и Гретел. Детска площадка, навес с трапезария, барбекю... паркинги сред дърветата и каравани с почиващи. После оставихме автомобила си и се отправихме към езерото, скрито все още от погледите ни от гъстите дървета издигащи се навсякъде наоколо... Ах че изненада!!... Стъпихме върху естествена пясъчна ивица опасваща брега на красиво синьо езеро. Както казах, не съжалихме, ама въобще, че отбихме и решихме да видим какво има в природния парк.

Езеро Маклауд е с ЕСТЕСТВЕН пясъчен бряг, което е голямо изключение за Canada! Тук бреговете на езерата са каменисти и навлизайки във водата стъпваш по остри камъни, което е доста неприятно чувство... Водата в езерото се оказва – топла, което е другото голямо изключение за Canada!!! Тук в Canada езерата са ледено студени дори и в горе щ летен ден, защото водата в тях е образувана от топящият се от планините сняг. Благодатно местенце се оказва това място! На север и на юг се виждаха планински възвешения... Масички за пикник с гледка към пясъчния плаж и езерото – природен парк “Whiskers Point” наистина се оказва цивилизовано и уредено място по средата на нищото.

Лагуната Уискарс поинт с неочаквана красота в пустощта на British Columbia



Езерото Морфи и плажа в Макензи.



А само като помисля, че почти бяхме отминали това място... Проверихме по-късно в Интернет, прочетохме че в езерото има много различни видове риба заради вливалата се в праисторическо време вода от два различни океана, от Тихи я и от Северния ледовит океан. Явно някога водите и от двата океана са достигали до езерото. Сега единствено различните видове риба срещани се в тези два окена потвърждават тази хипотеза. Стъпвайки по топлия пясък наистината се почувствах като стъпвайки върху варненския пясък... Единствено не се вписваше, че през лятото варненския плаж никога не е пуст.

Градчето Макензи с една от атракциите му "World's largest tree crusher" до самата магистрала, снимахме атракцията и преди 3 години, спряхме за снимка и този път.



Секунда преди резачката да те...: Хеви метъл, копелета!

Вече сме на едно друго езеро, ледено студено и с каменисто дъно.

Харесахме си местенце измежду плажуващите и се приготвихме да си доизядем донесената храна и най-после да си изпием кафето и минералната вода. Но и двамата с Деивид споделяхме мнението, че след вълшебното езеро с пясъчен плаж сега бяхме прекалено разглезени и тази красота не ни се струваше достатъчно изящна... Преди да тръгнем обратно към нашия град решихме по залез слънце да покараме за да видим отново градчето и жилищните му квартали...

Бяхме приятно изненадани, че къщите за продан сега не бяха много.

Всичко изглеждаше много по-нормално и като че ли късмет се беше усмихнал на този град. Оказа се че Китай е започнал усилено да изкупува дървесина от Canada и то точно от този район. Също едно огромно по мащабите си нещастие се оказа спасително за Макензи, смърт и разрушения от другата страна на Пасифика донесе живот и обновление от другата му страна в случая Макензи, Британска Columbia... След разрушителното земетресение и цунами в Япония, японците започнаха отново да строят купувайки дървесина от тук. По пътя към къщи

спирахме многократно.

Tadhah Lake



Canada е толкова богата на езера, стотици хиляди!!!! Има за всекиго според вкуса... Слънцето вече беше залязло и скоро щеше да се стъмни, но искахме да видим и още едно от езерата по пътя. По време на спирката си на поредното **езеро Ganthaz Lake**, снимахме една щастлива гъска плуваща с явно удоволствие в студените води на езерото. Това е така наречената "луни" която е от едната страна на едно-доларовата канадска монета.



Магистралата преминаваше през блатен пейзаж. Шофирайки и гледайки блатния пейзаж, едвам не сгазихме едно младо мече на около година. Мечката изскочи ненадейно от гората и прекоси магистралата точно на метър пред нас. Младите мечки които са на около година са вече самостоятелни, но все още тялото им прилича като че ли тяло на куче. В далечината можеш да ги сбъркаш – дали е мечка или куче...:) В по-късен

етап в развитието си си априличват на мечки. Не можах да реагирам бързо и да снимам мечката, защото продадох наскоро фотоапарата си а този, който държах е на друг член от семейството и знаете как е с чуждите вещи – не са ни по мярка. На следващата сутрин доста си говорихме с Деивид за разходката направена толкова импулсивно предишния ден. Решихме при първи удобен случай да отскочим отново до Whiskers Point и да прекараме цял един ден там.

И само след дни отново сме на път за там, преди отбивката към природния парк спираме да направим снимка от магистралата. Райското месетенце с пясъчната ивица е там в далечината.

Със силен зуум.



Като че ли този път се виждат хора на плажа. Ще видим след малко, но вече предвкуσαμε разочарование. До толкова сме привикнали в Canada да няма хора наоколо, че... Хора има! Вече оставили автомобила, подкрепихме се с донесената храна и напитки ставме от масичките и се опиваме да си изберем място на брега, но май не ни харесва да сме близо до глъчката и решаваме да се отдалечим от другата страна на лагуната... Най-после сме блаженно разположени върху пясъка в близост до

Лагуната Уискарс поинт с неочаквана красота в пустощта на British Columbia

високо дърво и така готови да останем безкрайно дълго. Толкова е хубаво и релаксиращо...



Изведнъж долетя огромен орел.. Повече от час прекара на дървото похапвайки си риба, чувахме ясно как трошеше костите на рибата. След като оглозга месото хаври остатъците и опашката почти върху главите ни:):)

Ама и ние не спряхме да му досаждаме, докато той си хапваше вечерята ние непрестанно обикаляхме около дървото правейки му снимки и видео и така цял час. Проверихме

в Интернет и според проучването ни това е Златен орел (Golden eagle), мигриращ от Мексико до Аляска.



Златен орел

По залез поели обратния път към къщи заснехме отраженията на реката, виещ а се много километри паралелно с магистралата.



Почти е невъзможно да се заснеме тази миниатюрна планина. Няма място за спиране по магистралата а и на всякъде стърчат дървета и храсталаци...

Това е вулканичната планина с име "ЧАЙНИК". Има пътека към планината за любителите на изкачането. Интересно предизвикателство, но има толкова много мечки наоколо, че... Прибрахме се към 10 вечерта, заредени от неподправената красота на природата. Красота винаги даваща изобилно на желаещите да приемат едно

подобно благословение. Описаните дестинации са толкова незначителни, че не фигурират в нито една от туристическите брушури. Решихме да поправим пропуската. Деивид написа статия за тази неочаквана прелест! Прекрасен природен парк и езеро с естествен пясъчен плаж – една малка перла само на рака разстояние от нас! Статията беше публикувана в местният вестник и предизвика интерес. Препръчвам мястото за спирка на пътуващите през Британска Колумбия отпавили се за Аляска а и на всички решили да поскитат из северната половина на необятната Британска Колумбия.

ОПТИКА В МИСИСАГА - ОБСЛУЖВАМЕ НА БЪЛГАРСКИ

ABBE
OPTICIANS

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

📍 1077 North Service Rd
Mississauga, Ontario

☎ (905) 272-1632

📱 @Abbeopt



*Direct billing to all insurance companies



Warden Ave.
Birchmount
Eglinton Ave.

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



To Our Valued Customers,
WE ARE STILL OPEN!!

During this time of COVID-19 we are taking all necessary precautions to provide a safe store environment for our staff and customers.

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

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

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

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

Vienna Fine Foods,
416-759-4481,
www.viennafinefoods.com



**Очаквайте скоро
новия бизнес каталог!**

**Юбилейно издание
20 години**

Print & Online
BulBiz.com



2022-2023

ОПТИКА В МИСИСАГА - 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.