

Лицево разпознаване, от отключване на телефона до масово наблюдение

(La reconnaissance faciale, du déverrouillage de téléphone à la surveillance de masse)

Автор: Елия Вердън - докторант по публично право и компютърни науки, CERCCLE (EA 7436) и LaBRI (UMR 5800), Université de Bordeaux

работи, не съветва, не притежава акции и не получава финансиране от която и да е организация, която може да се възползва от тази статия, и не е разкрила никаква връзка, различна от изследователската.

Декларация за оповестяване:
Елия Вердън не



Статията е публикувана в The Conversation.

Преводът е на „Пламък“
Прод. на стр. 2 >>>

Your one stop Health Food Store

Largest Health Food Chain in the GTA

NOW OVER 31 LOCATIONS ACROSS THE GTA!

LIVE LIFE HEALTHY healthyplanetcanada.com

Продажба, покупка и ремонт на автомобили

867 Kipling Ave. Toronto

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

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

www.FirstAutoGroup.ca

BARANS

TURKISH CUISINE & BAR

2043 Eglinton Ave E, Scarborough

416-750-4545

LIVE MUSIC www.barans.ca

100%

SOLD

20г.

ОПИТ

1%

КОМ.

Тодор Тодоров

Broker

Cell : (416) 837-7634

Bus.: (905) 565-9200

todortod@hotmail.com

Новият бизнес каталог
е вече наличен
и онлайн

Print & Online:

www.BulBiz.com

ИМИГРАЦИЯ В КАНАДА

LPI
Immigration PATHS

RCIC
Regulated Canadian
Immigration Consultant

Тел. (416) 800-3898

immpaths@gmail.com

www.immigrationpaths.ca

Лицево разпознаване, от отключване на телефона до масово наблюдение

(La reconnaissance faciale, du déverrouillage de téléphone à la surveillance de masse)

Събитията, които се случиха на Stade de France в контекста на финала на Шампионската лига през 2022 г., послужиха като аргумент за подновяване на дебата, подкрепящ използването на лицево разпознаване при осигуряване сигурността на

големи събития, като Олимпийските игри или предстоящото Световно първенство по ръгби във Франция.

Това насърчаване на лицевото разпознаване отразява последния доклад на Сената, който предлага използването на експериментална

основа на „биометрично разпознаване по обществени пътища в реално време за целите на осигуряване сигурността на големи събития“.

Тези експериментални предложения повишават риска

от пристрастяване като в последствие улесняват внедряемостта на тази технология, описана от професора по право и компютърни науки Удроу Харцог като „най-опасния механизъм за наблюдение, който е изобретен“. Рисковете във връзка с лицевото наблюдение и човешките свободи, предизвикани от разпознаването на лица, със сигурност са значителни.

Идентификация и удостоверяване, две цели с много различни предизвикателства

Биометричната идентификация има за цел да намери определен индивид в рамките на група хора, посредством неговите биометрични данни (например лицето му). След това лицето на търсения индивид се сравнява с всички останали лица, регистрирани в база-данни, създадена предварително. Това използване може да се направи в реално време или „posteriori“ /на латински “от последното”, в случая въз основа на съществуващи данни – бел.р./ върху поредици от записани изображения.

Прод. на стр. 4 >>

КОЛЕТИ ДО БЪЛГАРИЯ



**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

**METABOLIC BALANCE
Nutrition Program**

Успешна програмна с резултати до живот!

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

**Фризьорски услуги в Торонто
за Жени и Мъже**



Анатоли Велев

23 години опит

Тел: **437-882-9340**

/anatolivelev

Подстригване, Боядисване, Кичури, Омбре, Балеаж



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.



FULL- OR PART-TIME POSITIONS | BENEFITS | GROWTH OPPORTUNITIES



produce

kitchen

bakery

deli

grocery

Experience Life at Yummy Market
where a job can become a fruitful career!

We are hiring experienced:

- Artisan Bread Bakers
- Cake Decorators
- Cooks and Prep Cooks
- Food Service Staff
- Stock Associates
- Cashiers
- Counter Clerks for Various Departments
- Department Managers

Apply today, start right away!
Email your resume to careers@yummysmarket.com

4400 Dufferin Street
North York, ON M3H 6A8
(Just South of Finch Ave.)
Tel: 416-665-0040
9 am to 9 pm 7 days a week

1390 Major Mackenzie Drive West
Maple, ON L6A 4H6
(Just East of Dufferin St.)
Tel: 905-417-4117
Mon-Sat: 8 am - 10 pm / Sun: 8 am - 8 pm





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



Лицево разпознаване, от отключване на телефона до масово наблюдение

(La reconnaissance faciale, du déverrouillage de téléphone à la surveillance de masse)

<< Прод. от стр. 2

Обратно, удостоверяването потвърждава, че дадено лице е това, за което се представя. За да направим това, ние сравняваме в реално време неговите предишно записани биометрични данни – и само тази – с биометричните характеристики на лицето. Такъв е случаят например при отключване на определени смартфони или при граничния контрол чрез системата PARAFE (където данните на лицето

са предварително записани в чип в паспорта по време на производството му).

Тези две цели - автентификация и идентификация - не включват същата степен на наблюдение на лица: **идентификацията на лица** чрез система за лицево разпознаване, по-специално по обществени пътища, има **много по-голям потенциал за наблюдение, отколкото автентификацията,**

която се извършва за достъп до конкретно местоположение.

Какво наблюдение позволява лицевата идентификация?

Идентификацията налага изграждането на база-данни, централизираща „шаблоните“, т.е. компютърни модели, определящи количествено основните характеристики на предварително записаните

лица: позиции и относителни размери на очите, брадичката, устата и др. Във Франция лицевата идентификация е разрешена от 2012 г. за целите на съдебно разследване от полицейските служби при издирването на извършителите на престъпления: лицата на индивидите, заподозрени в престъпление, могат да бъдат сравнени с лицата, регистрирани в „досиетата за съдимост“, или „ТАЖ“.

Прод. на стр. 6 >>

НАЙ-ХУБАВАТА ЧАСТ ОТ ПЪТУВАНЕТО ПРЕСТОЙ В ИСТАНБУЛ

Turkish Airlines кани своите пътници да открият чудесата на неповторимия Истанбул чрез престой с преспиване в хотел.

Като авиолинията, която свързва повече държави от всяка друга, Turkish Airlines дава шанс на пасажерите с дълъг престой да открият световния център на прекачването Истанбул, като се възползват от новото предложение за престой с преспиване.



На пътниците с дълъг престой в Истанбул Turkish Airlines предоставя една нощувка в четиризвезден хотел за икономична класа и две нощувки в петзвезден хотел за бизнес класа. Пътниците ще могат да изберат настаняване и в партньорски хотели на специални цени, започващи от 49 долара.

Пасажери с прекачване от 42 страни* вече се възползваха от привилегията да открият Истанбул посредством престоя с преспиване. През 2022 услугата разширява своя обхват, за да включи още 15 нови държави като точка на излитане**.



TURKISH AIRLINES

За приложимите условия посетете turkishairlines.com

***42 страни (начална точка на пътуването):** Австралия, Азербайджан, Алжир, Беларус, Гана, Гърция, Дания, Естония, Етиопия, Индия, Иран, Ирландия, Испания, Италия, Казахстан, Канада, Катар, Китай, Кот д'Ивоар, Кувейт, Латвия, Литва, Малайзия, Мароко, Нигерия, Обединеното кралство, Оман, Пакистан, Португалия, Русия, САЩ, Сърбия, Тайланд, Танзания, Тунис, Украйна, Финландия, Швеция, Шотландия, Южна Африка, Япония.

**** Нови 15 страни (начална точка на пътуването):** Аржентина, Бангладеш, Бахрейн, Бразилия, Виетнам, Замбия, Индонезия, Кения, Колумбия, Мексико, Мозамбик, Непал, Панама, Саудитска Арабия, Южна Корея.

Лицево разпознаване, от отключване на телефона до масово наблюдение

(La reconnaissance faciale, du déverrouillage de téléphone à la surveillance de masse)

<< *Прод. от стр. 4*

Централизирането на лицеви изображения в база-данни **повишава рисковете за наблюдение**, тъй като свързването на тези лицеви данни с камери за наблюдение или дроне вероятно ще позволи **създаването на отдалечена система за разпознаване на индивиди, в реално време, в публичното пространство и без знанието на физически лица.**

Тази технология е особено

индивидуализираща по отношение на разграничението, което може да се направи между индивидите чрез характеристиките на лицето им. Като се има предвид, че е забранено да се крие лице в обществено пространство, разполагането на **камери за наблюдение с автоматично лицево разпознаване би довело до непрекъснато и широко наблюдение на населението.** Тогава индивидът би бил лишен

от правото си на **неприкосновеност на личния живот и анонимност, които са основни права в една демокрация.**

Въпреки че разпознаването на лица в реално време на обществени места в момента не е разрешено във Франция, различните минали и бъдещи опити и експерименти **налагат разбирането на рисковете от тази технология.** Ако идентифицирането

на лица чрез система за лицево разпознаване може да изглежда похвално от съображения за обществена безопасност или при спомагане на разследвания, това е по-съмнително с оглед на генерализирането на лицевото наблюдение на индивидите.

Прод. на стр. 8 >>

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



ДОМ ЗА ВЪЗРАСТНИ ХОРА

Това, което заслужаваш!
ДОСТОЕН ЖИВОТ, ЩАСТИЕ, ЗДРАВЕ

Global Care е луксозен частен дом за възрастни хора, чиято цел е хората да общуват, да се забавляват, да имат лекарска грижа и близките им да са спокойни. Дава възможност и на

близките на възрастните хора да могат да видят медицинските им изследвания онлайн.

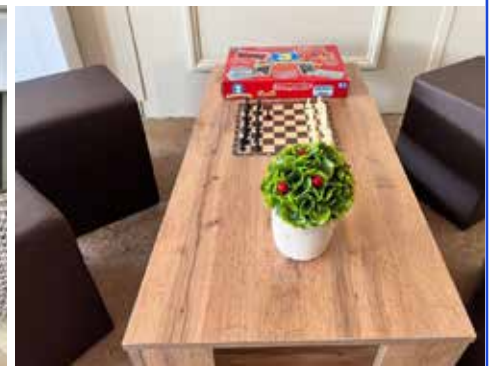
Разположен е сред прекрасната природа на с. Ковачевци, само на 40 минути от София.

Домът разполага с обширен двор с площ от 3,100 кв.м., паркови алеи, тревни площи.

Домът е в непосредствена близост до яз. Пчелина и Земенския манастир.

Високо-квалифициран екип с дългогодишен професионален опит, Денонощни грижи за здравето и удобството на възрастните хора. Подсигурете достоен и социално активен живот на родителите си!

◆ Медицинска грижа - Кино Зала - Зала за спорт - Библиотека - 24ч Охрана ◆



Адрес: 2450 Ковачевци, област Перник

За връзка: Тел: +359 89 790 9222, Тел: +359 897 99 0170, www.globalcare.bg



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

- Spinach and Cheese
- Cheese
- Custard
- Vegan

- Beef
- Roasted Red Pepper
- Apple

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

www.akropolispastriesandpies.com - @akropolispastriesandpies

Лицево разпознаване, от отключване на телефона до масово наблюдение

(La reconnaissance faciale, du déverrouillage de téléphone à la surveillance de masse)

<< Прод. от стр. 6

Изборът на защитно лицево разпознаване

От друга страна, използването на лицево разпознаване за целите на удостоверяване на даден индивид води до по-ниска степен на наблюдение, тъй като тогава е възможно лицата да не се централизират в база-данни. Всъщност удостоверяването може да се извърши чрез сравняване на лицето, снимано в реално време, с шаблон на лицето, записано преди това или във физически носител (негов паспорт, лична карта, телефон и т.н.), или в база-данни.

Използването на централизирана база-данни за удостоверяване предизвиква същите проблеми като идентификацията. От друга страна, ако шаблонът е регистриран във физически носител, ще бъде по-лесно да се изключат рисковете от наблюдение, като се даде обратно на

индивида контрол върху неговите биометрични данни (тогава говорим за „биометрични



Законодателство за по-добра защита на свободите

С оглед на рисковете за наблюдение, породени от тази технология, изглежда необходимо да не подкопаваме нашите свободи. Всъщност докладът на Сената предлага да се забрани „използването на дистанционно биометрично разпознаване в реално време в публичното пространство“, като същевременно директно се определят изключения от този принцип (предложение 22). Освен това, с оглед на запазването на свободите, той би могъл да определи

или дори да наложи биометрично удостоверяване на ръката на потребителя, когато се отнася до използването на биометрично удостоверяване с цел рационализиране на определени събития (предложение 16). И накрая, **забраната за използване на лицево разпознаване на обществени места, като например в Сан Франциско**, би намалила рисковете от общество за наблюдение. Докладът на Сената предлага изключения в няколко случая (предложения 7, 14 и 22). Изключенията обаче са склонни да се обобщават. Такъв беше случаят с PARAFE: първоначално бе експеримент, насочен към бързо преминаване на външни граници чрез автоматизирано разпознаване на пръстови отпечатъци. Впоследствие тази система бе превърната в постоянна и получи нови възможности за удостоверяване чрез

лицево разпознаване. Тези изключения, мотивирани от аргументи за **практичност** (правят достъпа по-плавен и подобряват „потребителското изживяване“), водят до рискове от пристрастяване, които не са без риск за демократичните свободи. Дали наистина облекчаването на ежедневието ни, позволено от тази технология, струва **цената на основните ни свободи** (право на личен живот, свобода да се придвижваш анонимно и т.н.)?

- Статията е публикувана в The Conversation <https://theconversation.com/la-reconnaissance-faciale-du-deverrouillage-de-telephone-a-la-surveillance-de-masse-184484>

100%

SOLD

20г.

ОПИТ

1%

КОМ.



Тодор Тодоров
Broker

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

Send money to Central & Eastern Europe

New Customers Get
50% off*

transfer fees with
promo code Ria50.



Visit us at any of our 1,800+ 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

Danforth Wireless
3158 Danforth Ave
Toronto, ON, V5R 5K4
Tel: 647-957-6549

Simply Transact Ltd
462 Birchmount Rd unit 29
Scarborough, ON, M1K 1N8
Tel: 647-562-0204

Punjab International
822 Queenston Road,
Hamilton, ON, L8G 1A9
Tel: 905-664-9003

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



Fast. Safe. Guaranteed.



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.

Дарителската кампания на община Карлово събра близо 1.5 млн. лева



Дарителската кампания на община Карлово за помощ на пострадалите от наводнението до момента е събрала **1 млн. и 490 хил. лв.**, съобщи пред журналисти кметът Емил Кабаиванов. Според него парите ще бъде разпределени с решение на Общинския съвет.

Гласуваните от Междуведомствената комисия по бедствия и аварии близо 10 млн. лв. са за **възстановяване на публична инфраструктура** - улици, мостове и водопроводи, припомни той.

Емил Кабаиванов допълни, че Междуведомствената комисия допълнително ще отпусне средства на собствениците на имоти в селата Богдан, Слатина и Каравелово, които ще бъдат съборени. Има изисквания **жилището да е единствено, ако**

са повече, нещата се променят, каза кметът.

Кабаиванов съобщи, че търговска верига подготвя за дарение **200 комплекта готварска печка, пералня и комбиниран хладилник с фризер**. Те ще бъдат готови през ноември, тъй като в момента се изработват, каза още той.

Продължава и разполагането на фургонали за хората, изгубили домовете си в наводнението. 8 фургона са поставени в с. Каравелово, за с. Богдан има заявени 17 фургона, а за с.

Слатина други 8.

На 2 септември, след пороеен дъжд от 200 литра на кв. м., бяха наводнени населени места в общините Карлово, Марица и Калояново, залети от придошлите реки Татлъдере, Слатинска, Богданска и Стряма. Най-тежко пострадна карловските села Каравелово, Богдан и Слатина, където е обявено бедствено положение. Засегнати са стотици къщи, разрушена е инфраструктура, мостове.

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), Tigopita (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

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

**Политолог:
Партиите не искат
да управляват. Ако
има предсрочни
избори, те ще са в
края на зимата**



Трудно виждам в рамките на 48-я парламент да се състави правителство, защото не виждам кой има пряк интерес да се нагърбва с този труден зимен сезон, който предстои. Това заяви пред Нова телевизия политологът Първан Симеонов.

Той сподели, че „математически и идеологически не излизат нещата“. От думите му стана ясно, че той счита, че по-голяма част от партиите са в подготовка за нови избори.

„Ако успеят все пак да създадат кабинет, чудесно. Аз не го изключвам, вероятно ще има и външно желание, вероятно ще има и подкрепа от президента Румен Радев, но сме длъжни да сме предпазливи в очакванията“, добави Симеонов.

Според него, ако има предсрочни парламентарни избори, те ще са



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

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

в края на зимата. Политологът посочи, че ако има нови избори, „обществото „ще накаже“ партиите, които определи за виновници за кризата. **Ако има рязко обедняване, може да има рязко радикално гласуване,** в сравнение с това, което сега видяхме“, обобщи още той.

Прокуратурата се самосезира за българска връзка при взривеният камион на Кримския мост



/Снимка: Kyiv Post/

Софийска градска прокуратура (СГП) се самосезира във връзка с разпространената в различни медии информация, че камионът, който

избухна на Кримския мост на територията на Русия е минал през България.

Прокурор в СГП разпореди извършването на проверка по наличната информация, която е възложена на Министерството на вътрешните работи и Държавна агенция “Национална сигурност” (ДАНС). След приключване на проверката материалите трябва да бъдат докладвани в СГП за преценка на събраните данни и наличието на основания за образуване на досъдебно производство.

ДАНС проверява разпространената информация, че товарният автомобил е тръгнал от територията на страната ни. Говорителят на служебния кабинет съобщи, че служебното правителство е

изискало информация от службите по темата с камиона, който се взриви на Кримския мост.

Повод за реакцията на българските политици и държавни служби станаха думите на ръководителя на Следствения комитет на Русия Александър Бастрикин, цитиран от световните агенции, който докладва, че камионът, взривен на Кримския мост, е минал по маршрут, тръгващ от България.

Антимафиотът, задържан да шофира дрогиран, е с повдигнато обвинение. Съдът го пусна.



Caramel Coffee shop

6 Donlands ave. (Donlands & Danforth)

Are you ready for a party? Order now!

Tel: 647-646-5648



Caramel Coffee shop

НОВА БЪЛГАРСКА СЛАДКАРНИЦА

6 Donlands ave. (Donlands & Danforth). В района на East York
Патиото ни е отворено. Заповядайте при нас!

caramel.coffeshop60@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.



Задържаният служител на Главна дирекция “Борба с организираната престъпност” на МВР, който е хванат да шофира автомобил под въздействието на наркотични вещества. Служителят първоначално се опитал да заблуди проверяващите го негови колеги, представяйки се за работещ в Дирекция “Вътрешна сигурност”. Това съобщи на брифинг Георги Иванов от Софийска районна прокуратура, цитиран от БТА.

Служителят на ГДБОП е спрял за проверка около 23:00 часа на 7 октомври на **автомагистрала “Тракия”, на отбивката на село Лозен**, шофирайки лек автомобил след употреба на амфетамин. На служителя вече му е повдигнато обвинение.

Според свидетелските показания на полицейските служители, спрели го за проверка, **той е бил в силно неадекватно състояние и е управлявал автомобила по начин, застрашаващ останалите участници в движението**, обясни прокурор Георги Иванов.

Софийският районен съд обаче **пусна без никаква мярка за неотклонение** служителя на ГДБОП, обвинен, че е шофирал дрогиран. Съдът прецени, че нищо още не е доказано. Кръвната експертиза за дрога още не била готова, имало само показания на трима полицаи.

БПЦ поиска православен храм в Дубай



/Снимка: Facebook/

Прод. на стр. 14 >>



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



KOSTAS MEAT & DELI

259 Ellesmere Rd, Scarborough, 416-444-3036



@TOMLAMBOS

#LAMBCHOPS



<< *Прод. от стр. 12*

Българската православна църква /БПЦ/ поиска да **бъде изграден православен храм в Дубай**, съобщиха от пресцентъра на патриаршията. Западно и Средноевропейският митрополит Антоний поставил въпроса за изграждането на православно светилище на среща с посланика на Обединените арабски емирства (ОАЕ) в България Султан Рашид Султан Алкайтуб Алнуайми. От българската църква изтъкнали, че най-много българи в арабския свят има в Дубай и те изпитват духовна необходимост да има своя църква.

БПЦ вече е изготвила идеен проект, според който храмът следва

да се изгради в района **Джебел Али на емирство Дубай**. Към момента българите в ОАЕ са принудени да пътуват най-често до емирство Шарджа, където се намира руската православна църква.

Организиран протест срещу концерт на Филип Киркоров, отявлен поддръжник на Путин и войната срещу Украйна

За протест, който да спре концерт на руския певец Филип Киркоров, който е роден във Варна и е български гражданин, съобщи 24 часа.

Киркоров, който и е бивш съпруг на Алла Пугачова, е **отявлен поддръжник**

на **Владимир Путин и войната срещу Украйна**. Той трябва да участва в събитие в зала 1 на НДК на **3 ноември по случай юбилейния концерт на българския дует "Ритон"**.

Здравко и Катя от "Ритон", които отбелязват 45 години заедно на сцената, са приятели с Филип Киркоров и също не крият симпатиите си към политиката на **Владимир Путин**. През лятото те приветстваха Киркоров в България.

Протестите срещу допускането на Киркоров да пее в НДК започнаха да се организират в социалните мрежи, след като по БНТ бяха излъчени реклами за



Здравко и Катя подготвят концерта от началото на 2022, е още през лятото обявиха, че Филип Киркоров ще бъде техен специален гост.

Картина на Иван Вукадинов влезе във Ватиканските музеи



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.



Министърът на културата в служебното правителство проф. Велислав Минев предаде картината на известния български художник Иван Вукадинов за колекцията на Ватиканските музеи.

Картина на Иван Вукадинов е забелязана от експерти във Ватикана по време на изложба на българско изкуство в Рим в средата на 70-те години от миналия век и те пожелават да я придобият за колекцията на Ватиканските музеи. Българската държава обаче отказва с основанието, че картината е национално богатство и не се продава.

Когато разбира за отказа художникът Иван Вукадинов се обижда на комунистическото управление, която отказва изкуството му

да бъде представено по света и не показва творчеството си в България. През 2006 обаче се завръща в художествения живот на София, участвайки в една изложба годишно.

Ватиканските музеи отново проявяват интерес за придобиването на картината на Иван Вукадинов „Чили“, която министърът Минев връчи на куратора на секцията Микол Форти в присъствието на представител и от семейството на художника.

Иван Вукадинов е роден през 1932 г. в село Ломница, Пернишки окръг и е считан за един най-талантливите български художници. Иван Вукадинов е единственият български художник, който влиза в Американската енциклопедия за модерно изкуство.

M & T 2001 Limited

Търси **bookkeeper**,
part time

в района на Vaughan.
2-3 дена в седмицата
(по уговорка).

На български или английски,
се обадете на Мария:

всеки ден от 9 am до 1 pm

905-761-7770

Alliston Meat & Delicatessen

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



R.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
DE 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.

Уволняват шефа на германската киберсигурност заради връзки с Русия



Министърът на вътрешните работи на Германия Нанси Фезер иска да уволни шефа на федералната агенция, отговаряща за киберсигурността, Арне Шьонбом, заради предполагаемите му контакти с агенти на руските служби за сигурност, съобщиха германските медии, предава Deutsche Welle.

Шьонбом е президент на Федералната служба за информационна сигурност (BSI).

Скорошно разследване установи, че той също е бил член на технологична асоциация, критикувана за връзките си с Русия. Един от членовете на асоциацията е немска компания, която е дъщерно дружество на руска фирма за киберсигурност, основана от бивш служител на КГБ. Според медиите предполагаемите

контакти на Шьонбом с руски агенти може да са дошли през Съвета за киберсигурност на Германия.

Защо Съветът за киберсигурност на Германия е спорен?

Сред членовете на съвета е базираната в Берлин компания за киберсигурност Protelion. До края на март фирмата работи под името Infotecs GmbH.

Според изследователската мрежа Policy Network Analytics Protelion Infotecs е дъщерно дружество на руската фирма О.А.О. Infotecs, управлявана от бивш член на КГБ. Германските медии съобщават, че Шьонбом е бил призован от Министерството на вътрешните работи да се дистанцира от съвета, но неотдавнашното му посещение за отбелязване на годишнината на групата е предизвикало широко недоволство в министерството.

Германия обвини Русия в кибератаки през последните години, включително през 2015 г.

Прод. на стр. 17 >>



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

<< **Прод. от стр. 16****Ескалацията на насилието в Украйна прекъсва хуманитарната дейност**

Международният комитет на Червения кръст, който има около 700 служители на 10 места в Украйна и доставя помощ и лекарства, съобщи че неговите екипи са спрели операциите в страната, предаде Reuters. Говорител на Червения кръст по-късно добави, че **докато работата на терен е била временно спряна, хуманитарните работници са успели да продължат да работят.** „Веднага щом стане безопасно да се преместят, те ще го направят“, каза Джейсън Стразиузо.

„Вълната от атаки, поети от Русия, ... повлия на хуманитарните операции в

Украйна, като по-специално затрудни движението на хуманитарни работници и спешните доставки в източната част на страната, където хората отчаяно се нуждаят от помощ“, се казва в доклад на хуманитарната служба на ООН.

Норвежкият съвет за бежанците /NRC/ също каза, че е спрял операциите си по оказване на помощ в Украйна, докато не е безопасно да ги възобнови, заявявайки, че временната пауза засяга работата му за предварително позициониране на доставките преди зимата.

„Не можем да помогнем на уязвимите общности, когато нашите хуманитарни работници се крият от порой от бомби и се страхуват от повторни атаки“, каза Ян Егеланд, генерален секретар на NRC.

Прод. на стр. 18 >>**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

f /selectbakery

@selectbakery

„Хората са с разбито сърце, че трябваше да замразят работата си. Надяваме се, че можем да започнем работа отново още утре“, каза той по-късно пред Reuters в интервю, като каза, че е **притеснен от въздействието върху възрастните хора**, много от които са твърде слаби, за да потърсят убежище другаде.

Fitch очаква дълбока рецесия във Великобритания през 2023



Рейтинговата агенция Fitch понижи прогнозата си за растеж в Обединеното кралство за 2023 като предупреди, че е **вероятно по-дълбока от очакваната рецесия**, съобщава Share Cast.

Рейтинговата агенция – която миналата седмица понижи кредитната си перспектива за Обединеното кралство на „негативна“ от „стабилна“, позовавайки се на минибюджета – сега очаква БВП на Обединеното кралство да се свие с 1% през 2023, като прогнозира свиване от 0.2% през

септември, допълва Share Cast.

Fitch цитира „изключителна волатилност“ на финансовите пазари в Обединеното кралство и перспективата за рязко по-високи лихвени проценти.

Рейтинговата агенция отбеляза **рязкото разпродажба на държавните облигации и паунда** след минибюджета на 23 септември, „*тъй като значителни неочакваните и нефинансирани намаления на данъци – идващи на фона на широкомащабна субсидия за цените на енергията – сигнализираха за рязко увеличение на държавните заеми*“. Сега агенцията очаква основният лихвен процент да се повиши до 4.25% през декември от предишните 2.25% и да достигне 5.0% през второто тримесечие на 2023. Преди това Fitch очакваше лихвените проценти съответно от 3.0% и 3.25%, което беше под пазарните очаквания.



Вегетарианците имат **около два пъти повече депресивни пристъпи от месоядните**, показват данните на ново проучване в Бразилия. Проучването

затвърждава открити по-високи нива на депресия сред тези, които се отказват от месото, съобщава RTE. Новото проучване обаче предполага, че **тази връзка съществува независимо от хранителния прием**.

Може да изглежда лесно да се разгледа връзката между диета и специфични здравословни проблеми и да се приеме, че първото причинява второто чрез някаква форма на хранителен дефицит. И все пак нов анализ, публикуван в Journal of Affective Disorders, взема предвид широк спектър от хранителни фактори, **включително общ прием на калории, прием на протеини, на микроелементи и нивото на обработка на храната**. Това предполага, че по-високите нива на депресия сред вегетарианците не са причинени от хранителното съдържание на диетата им.

И така, какво може да обясни **връзката между вегетарианството и депресията?** Има ли някакъв нехранителен механизъм, който кара първото да причинява второто?

Първо, възможно е **депресията да е причина хората да са по-склонни да**

станат вегетарианци, отколкото обратното. Симптомите на депресия могат да включват размишление върху негативни мисли, както и чувство за вина, продължава RTE.

Ако приемем, че депресираните и недепресираните хора са еднакво склонни да се сблъскат с разстройващата истина за кланиците и фабричното отглеждане на животни, възможно е **депресираните хора да са по-склонни да размишляват върху тези мисли** и по-вероятно да се чувстват виновни за ролята си в създаване на търсенето.

Депресираният вегетарианец в този случай не грехи непременно мислейки по този начин. Докато депресията понякога се характеризира като имаща нереалистично негативни възприятия, има доказателства, които предполагат, че **хората с лека до умерена депресия имат по-реалистични преценки за изхода от несигурни събития** и по-реалистични възприятия за собствената си роля и способности.

В случая наистина има жестоко отношение към животните в месодайното производство.

Прод. на стр. 19 >>

<< Прод. от стр. 18

И това наистина се дължи на потребителското търсене на евтино месо. Второ, възможно е придържането към вегетарианска диета да причини депресия по причини, различни от храненето.

Дори ако във вегетарианската диета не липсва „щастливо хранително вещество“, може да се окаже, че **отказът от месо причинява депресия по други начини.** Например приемането на вегетарианска диета може да повлияе на отношенията с другите и участието в социални дейности и понякога може да бъде свързано с подигравки или други форми на *социален остракизъм**.

Трябва да се отбележи, че новото проучване се основава на данни от проучване, **събрани в Бразилия - страна, известна със своята диета, богата на месо.** Някои данни от проучване сочат рязко увеличение на вегетарианството в Бразилия през последните години, преминавайки от 8% през 2012 до 16% през 2018. Въпреки това, неотдавнашната анкета на над 14,000 бразилци открива едва 82 вегетарианци.

Дали същата връзка между вегетарианството и депресията обаче ще се **наблюдава в Индия или други страни, където вегетарианството е**

по-скоро социална норма? Дали с нарастването на процента на вегетарианството в Обединеното кралство и други развити страни, ще се види такава връзка?

И накрая, възможно е **ниито вегетарианството, ниито депресията да са причина една за друга**, но и двете да са свързани чрез някакъв трети фактор. Това може да бъде произволен брой характеристики или преживявания, които са свързани както с вегетарианството, така и с депресията. Например **жените са по-склонни от мъжете да бъдат вегетарианци и да изпитват депресия.**

Бразилското проучване обаче взема под внимание пола, като изключва тази конкретна трета променлива. Може да има друга ...

* *Остракизмът се отнася до социалната изолация. Това се случва, когато човек по различни причини се оттегля от социалния живот; въпреки че налагането е по-често от самоналагането. Терминът произхожда от Древна Гърция и това е заточението, претърпяно от хора, които се считат за вредни за обществения живот /изт. BG Economy Pedia/.*

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

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

METABOLIC BALANCE

Nutrition Program

Успешна програмна с резултати до живот!

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 нутришънист, 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 свалих 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

Адаптогените – естествени средства за повишаване на имунитета



здраве.bg

През зимата, когато имунитетът е отслабнал в резултат на студа, преохлаждането или стреса, е добре да помогнем на организма. Мнозина, които имат нужда от поддържащи медикаменти, отбягват т.нар. “химия”, но не са чували или не знаят достатъчно за адаптогените - препарати на растителна основа, които помагат да се активира имунитета.

Въпреки че адаптогените са с растителен произход, те не трябва да се приемат произволно без контрол. От тях се нуждае само организмът с отслабнал имунитет например при усещане за това че се разболяваме или след прекарана болест (особено ако са приемани антибиотици).

Адаптогените са полезни и за аклиматизирането от една часова зона в друга, както

и в спортната практика – преди и след тренировка за постигане на по-добри резултати и за по-бързо възстановяване. Те обаче не се препоръчват за профилактика, когато имунитетът е в норма, защото могат да предизвикат възбуда, безсъние и накрая умора.

Ефектът от действието на адаптогена не е посилен отколкото от изпиването на една чаша чай и продължава само няколко часа.

Но ако се приема постоянно, към края на първата седмица човекът се чувства значително укрепнал. Винаги когато се започва приемането на някакъв адаптоген, трябва да се премине през неговия пълен курс. Не се

притеснявайте, ако например след полет изпаднете в състояние на силно изтощение, подобно на това след приемането на допинг. Адаптогените оказват много по-меко и естествено влияние на организма.

Адаптогените осигуряват допълнителен приток на енергия за сметка на мобилизиране на ресурсите на организма без необходимост за работа във “форсиран” режим. Те трябва да се приемат само през първата половина

от деня и 30 минути преди ядене. Ако се приемат вечер, нощта ще бъде безсънна.

Въпреки че всички адаптогени подсилват и тонизират, всеки един от тях си има своите особености: един помага при настинка, друг – при главоболие и т.н. За да разберете кой е подходящ за вас, най-добре е да се консултирате със своя лекар или фармацевт.

За най-добри адаптогени са признати:



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

Bloor Str.

Kipling Ave

Islington Ave

Женшенът - адаптоген със средна сила, който тонизира целия организъм, премахва умората, увеличава апетита, намалява захарта в кръвта.

В продължение на 10-15 дни трябва да се приемат по 15-25 капки отвара от женшен, разредени с вода с добавена сода, 3 пъти дневно. Или пък да се приема женшен като хранителна добавка - най-често под формата на капсули или таблетки.

Лимонникът

Познат още като източно-азиатска лиана (шизандра), той тонизира целия организъм със средна сила, като въздейства най-вече на нервната система, повишава работоспособността на мозъка, прояснява мисълта. Освен това повишава киселинността на стомашния сок и затова е противопоказан при гастрит с повишена киселинност и язва.

В продължение на 2-4 седмици се приемат по 20-30 капки 2-3 пъти дневно или лимонник под формата на добавка.

Ехинацията

Тонизира силно нервната система и помага най-добре при настинка, грип и различни възпаления, тъй като притежава антивирусно и антимиembroно действие.

Всеки ден в продължение на 10-14 дни се приемат по 10-30 капки. Ехинацията се предлага и под формата на таблетки и капсули.

Адаптогени не бива да се приемат при:

- повишена нервна възбудимост и безсъние;
- хипертония;
- инфаркт на миокарда;
- епилепсия;
- треска.

За да се убедите в действието на адаптогените, можете да направите малък експеримент: Засечете за 1 минута колко комбинации от срички (например "ра" или "по") можете да срещнете в текст от вестника. Приемете еднократна доза женшен или лимонник и след 1 час повторете експеримента с друг текст. В повечето случаи резултатите ще бъдат 2 пъти по-добри.

Тест: Добре ли работи имунната ви система



здраве.bg

Имунната система е програмирана да защитава организма от бактерии, вируси, гъбички и всеки чужд организъм, който ни заплашва. Тя е пряко отговорна за състоянието на черния дроб, кожата и съединителната тъкан. Предлагаме ви тест, който ще ви помогне да определите доколко ефективно работи вашият имунитет.

1. Усещате ли често промените във времето? Предпочитате ли да останете в леглото?

Да, често – 9 точки
Понякога – 6
Никога или много рядко – 0

2. От време на време много трудно следите повече и по-малко продължителен разговор, дори ако не участвате в него.

Да – 10
Понякога – 5
Много рядко – 0

3. Страдате ли от алергични реакции?

Не – 0
Преди се случваше – 2
Да – 8

4. Сутрин най-често ставате много уморени, въпреки че сте си легнали навреме.

Рядко – 2
Често - 5
Почти винаги се чувствам разбит/разбита – 9

5. Често ли дума или постъпка може да ви "извади извън релси"?

Да – 8
Понякога – 4
Рядко или никога – 0

6. Не обичате да излизате извън дома си и отклонявате покани за това. Вечер нямате настроение да се занимавате с каквото и да било.

Често – 10
Понякога – 5
Практически това не се случва – 0

7. Случва ли ви се дълго и мъчително да се откашляте?

Да – 7
Понякога – 5
Никога – 0

8. Занимавате ли се със спорт?

Редовно -0
Понякога – 3
Никога – 9

9. Имате ли суха или белеща се кожа?

Да – 10
От време на време – 5
Не – 0

Резултати:

От 2 до 31 точки: Можете да сте спокойни. Вашата имунна система е в прекрасно състояние, но не се зарязвайте, а я наблюдавайте постоянно.

От 32 до 61 точки: Имунитетът ви страда от недостатъчна функционалност. Време е да си спомните за здравословния начин на живот, да се откажете от вредните навици и да обърнете внимание на витамините и имуностимулаторите.

От 62 до 90

точки: Нещо сериозно не е наред с имунната ви система. Най-добре посетете лекар, за да изясните причините и да ви бъде препоръчано какво да направите.

Натурални лекове за възпалено гърло



здраве.bg

Възпалението на гърлото се развива в резултат на увреждане на чувствителните мембрани по задната му стена. Най-честите причинители на това неприятно състояние са бактериите и вирусите. Докато бактериалната инфекция не бива да се подминава, а да се лекува активно – с предписания от специалист, вирусните заболявания – най-често настинка и грип, могат да бъдат облекчени и в домашна обстановка. И все пак преди да предприемете самолечение добре е да се консултирате със своя лекар.

Чесън

Чесънът е растение, което притежава многобройни лечебни

свойства, включително антибактериално и антивирусно действие. Освен това чесънът съдържа витамин С – антиоксидант и стимулатор на имунната система. Най-вече поради тази причина различни по манталитет народи са внедрили в културата си тази ценна храна.

Ефективността на чесъна в лечението на възпаленото гърло се дължи на съдържащите се в него антивирусни агенти. Може да се консумира в сурово или сготвено състояние. Освен специфичния му мирис не се наблюдават други странични ефекти.

Лют червен пипер

Ефективността на лютия червен пипер е известна на много народи от дълбока древност. Съставката капсаицин, придаваща характерния лютив вкус на подправката, е причина и за антивирусното ѝ действие. В случай, че страдате от възпалено гърло, причинено от вирусна инфекция, добавете лют червен пипер към смес от сол и лимонов сок и с получения разтвор изплакнете устата си. По този начин ще отстраните полепналата по стените на гърлото слуз и ще облекчите болката, твърдят специалисти. Течността не трябва да се поглъща, а

да се жабури, след което да се изплюе. Ако вкусът ѝ не ви понася, добавете мед и ванилия.

Лимон

Той е и много богат на витамин С. Лимонената киселина притежава способността да разтваря и отстранява налепите по гърлото, типични за вирусната инфекция. Витамин С пък подсилва имунната система, с което допринася за справянето с вирусите.

За да подобрите вкусовите качества на лимоновия сок, може да му добавите лъжичка мед. Подхождайте с внимание - тъй като лимоните притежават висока киселинност, всекидневната им консумация може да увеличи риска от увреждане на зъбния емайл.

За отлична форма и след 40-те



здраве.bg

Когато човешкият организъм премине 40-те години, той има нужда от някои промени в режима,

за да продължи да се чувства в кондиция. Над всичко обаче излиза чувството за мярка във всичко, което правите.

Обикновено тялото е най-добрият показател за настъпилите в него промени. То само подсказва кое е подходящо и кое не.

Като начало, помислете за смяна на режима на физическо натоварване, но се консултирайте с лекар преди да започнете нова програма. Упражнявайте се повече, но с по-малки натоварвания.

При жените поради настъпване на менопаузата може да се увеличи в по-голяма степен загубата на мускулна и костна маса. За да се предотврати остеопорозата и намали рискът от счупвания е необходимо да се увеличи времето за аеробика и силови упражнения до половин час 3 пъти седмично.

Не забравяйте за **разтяженията**. Те могат да станат причина за различни травми и счупвания, които на тази възраст са по-сериозни и се нуждаят от повече време за лечение.

Много полезни са заниманията с йога.

Не се напрягайте по време на физическите упражнения. Вместо да напрягате мускулите и гърба, бягайки по асфалтовите алеи или в парка, по-добре си намерете по-безопасни занимания. Например, разхождайки се с бърза крачка не по-малко от 3 часа седмично, вие ще можете не само да изгаряте мазнините, но и да тренирате сърдечния мускул. Това се равнява на половин час седмични занимания по аеробика.

Хранете се по-често, но по малко. С възрастта на организма му е все по-трудно да преработва големите обеми калории и хранителни вещества, погълнати наведнъж. Стремете се да изядете 1/2 порция от своя обяд, а другата половина запазете до момента, когато отново огладнеете.

Откажете се от изкуствените подсладители и добавките в сладките, сладоледа и газираните напитки. Те са вкусни, но не могат да се сравнят с ябълките, боровинките или броколите, които намаляват риска

от възникването на ракови, сърдечно-съдови заболявания и захарен диабет.

Заменете храните, съдържащи мазнини, със соя и соеви продукти. Соята е полезна за костната система, тъй като съдържа много калций, а също така облекчава редица симптоми в периода на менопауза, например приливите и потенето. Тя притежава и способността да намалява риска от възникването на сърдечно-съдови заболявания и ракови образувания. Ако консумирате повече соеви продукти, ще намалите употребяваното количество месо, а това означава, че във вашия организъм ще постъпват по-малко наситени мазнини, които повишават нивото на холестерола в кръвта. По този начин 2 пъти намалявате и риска от възникването на инсулт и инфаркт.

Бирено пиле



Рецептата е публикувана в dieti.info

Необходими продукти:

1 пиле
1 глава лук
1 домати
1 чушка
1 скилидка чесън
1 кутия и половина бира
1/2 чаша бяло вино
1 бульон
дафинов лист
1 ч.л червен пипер
черен пипер
сол

Начин на приготвяне:

Запържете нарязаните на ситно лук, чушка, домати и чесън. В отделен съд запържете нарязаното на парчета пиле с повече мазнина. Когато месото е готово, го извадете от мазнината и към него добавете задушени зеленчуци, виното, бульона и черен пипер на вкус. Оставете сместа да се

задуши около 5 мин., след което сипете бирата. Ако не е достатъчна да покрие изцяло пилето, долейте вода.

Посолете и оставете ястието да къкри на бавен огън около 1 час.



Рецептата е публикувана в dieti.info

Необходими продукти:

6-7 печени червени чушки
1/2 консерва царевица
1 консерва червен боб
2 кренвиша (или друг колбас)
4-5 скилидки чесън
1 с.л. горчица
олио
оцет
сол

Начин на приготвяне:

Нарежете чушките и колбаса на дребно. Добавете царевицата и боба. Прибавете горчицата, счукания чесън и овкусете с олиото, оцета и сол на вкус.

Четете в Пламяк онлайн:

www.bulgarinflamm.com



- Продажба, покупка и ремонт на автомобили
- Над 90 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:

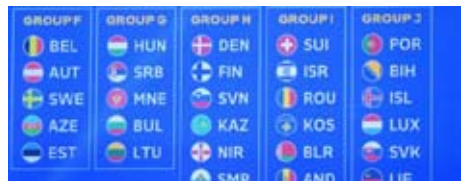
416-823-2403, 416-821-1221 (Angelo, Peter)

MECHANIC SHOP:

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



ЕВРО 2024: България в една група с Унгария, Сърбия, Черна гора и Литва



УЕФА направи сериозен гаф при жребия за квалификациите за европейското първенство по футбол и потвърди, че е имало **грешка в програмата за квалификациите на Шотландия** за Евро 2024, съобщи Football Scotland.

Шотландците бяха изтеглени в група А заедно с Испания, Норвегия, Грузия и Кипър. Шотландия беше в Група 2 за жребия след героизма си в Лигата на нациите. След като победиха Украйна в двубой миналия месец, шотландците оглавиха своята група, което подобри класирането им. Но нямаха особено много късмет, след като се озоваха в трудна група...

Националният отбор по футбол на България попадна в група G, заедно с **Унгария, Сърбия, Черна гора и Литва**. Квалификациите ще се играят от **март до ноември 2023 г.** Първите два отбора от всяка група ще се класират директно за финалите на УЕФА 2024 г.

„Интересна група, мисля, че Сърбия е фаворит. Отборите са приблизително еднакви по сила. Вероятно ще е по-емоционално да играя срещу родината си. Чувствам се добре, че се връщам в Сърбия. **Ние сме млад отбор и те са фаворити. Не трябва да се предаваме**”, коментира след жребия националният селекционер на българския национален отбор Младен Кръстаич пред БНТ.

Ето и всички групи:

Група А: Испания, Шотландия, Норвегия, Грузия, Кипър

Група В: Холандия, Франция, Република Ирландия, Гърция, Гибралтар

Група С: Италия, Англия, Украйна, Северна Македония, Малта

Група D: Хърватия, Уелс, Армения, Турция, Латвия

Група Е: Полша, Чехия, Албания, Фарьорски острови, Молдова

Група F: Белгия, Австрия, Швеция, Азербайджан, Естония

Група G: Унгария, Сърбия, Черна гора, България, Литва

Група H: Дания, Финландия, Словения, Люксембург, Северна Ирландия, Сан Марино

Група I: Швейцария, Израел, Румъния, Казахстан, Беларус, Андора

Група J: Португалия, Босна и Херцеговина,

Исландия, Косово, Словакия, Лихтенщайн

Фен отказва \$2 млн. за рекордната бейзболна топка на Арън Джъдж



Бейзболният фен, който скочи от трибуните на Globe Life Field, за да хване топката от рекордния 62-ри хоумрън на Арън Джъджа, е **отхвърлил оферта от \$2 милиона**, съобщи британския Independent.

Джъдж отбеляза хоумръна когато неговият отбор, Ню Йорк Янкис, се изправи срещу Тексас Рейнджърс в Арлингтън, Текса. Тогава мъж, идентифициран от USA Today и New York Post като Кори Юманс, хвана топката. Юманс **бе видян да скача от трибуна 31** по време на мача на Мейджър Лийг Бейзбол (MLB) и бе незабавно отведен от служители по сигурността след улова, според Associated Press.

Оттогава той е получил най-малко една оферта от \$2 милиона за топката, която влезе в историята, тъй като **Джъдж отбеляза 62-те си хоумръна този сезон**, като по този начин подобри

предишния рекорд, поставен през далечната 1961 г. от играча на „Янките“ Роджър Марис. Като вицепрезидент на Fisher Investments - финансова компания на стойност милиарди долари - не е ясно дали Кори Юманс бърза да продаде бейзболната топка.

Джей Пи Коен, президент на фирмата за спортни колекционерски стоки Memory Lane, вече бе предложил \$2 милиона дори преди Джъдж да отбележи хоумръна, съобщава Post. Юманс обаче каза на филиала на CNN WFAA, че не е решил какво да прави с топката. „Това е добър въпрос“, отвърна той когато го попитаха за топката. **“Не съм мислил за това.”**

Съпругата на бейзболния фен, **спортният репортер Бри Амарантус, отиде в социалните медии**, за да отпразнува улова на съпруга си и написа в Instagram Story: „Това е моят човек!“

Говорейки след мача рекордьорът Джъдж сподели, че е изпитал „доста емоции“, добавяйки: **„Беше забавно пътуване досега, да имаш шанс да направиш това.... Да получиш шанс да поставиш името си до някои толкова велики като Роджър Марис и Бейб Рут е**

невероятно.”

Зимните азиатски игри през 2029 г. ще се проведат във футуристичен мегаград в Саудитска Арабия



Саудитска Арабия бе избрана за домакин на зимните Азиатски игри през 2029 г., които ще се проведат във футуристичен мегаград в пустинята на стойност \$500 милиарда, който според проектантите ще разполага с целогодишен комплекс за зимни спортове, съобщава Augustman.

„Пустините и планините на Саудитска Арабия скоро ще бъдат площадка за зимни спортове“, каза Олимпийският съвет на Азия (ОСА) в изявление относно решението, взето по време на общото събрание в Пном Пен.

Кандидатурата на Саудитска Арабия бе „одобрена единодушно“, се казва в изявлението, като се отбелязва, че мегаградът, известен като NEOM, ще бъде първият западноазиатски град, който ще бъде домакин на събитието.

Обявен за първи път през 2017 г.,

NEOM шокира с предложените летящи таксита и роботи-камериерки, въпреки че архитекти и икономисти поставят под съмнение неговата осъществимост.

През юли престолонаследникът Мохамед бин Салман разкри планове за проект в рамките на NEOM, известен като The Line - два успоредни огледални небостъргача, простиращи се на 170 километра планински и пустинен терен.

Зимните азиатски игри са планирани да се проведат в Троена, район на NEOM, „където зимните температури падат под нулата по Целзий, а целогодишните температури обикновено са с 10 градуса по-ниски от останалата част от региона“. Планиран да бъде завършен през 2026 г., Троена ще включва целогодишно каране на ски, изкуствено сладководно езеро, хижи, имения и ултралуксозни хотели, пише в уебсайта.

Принц Мохамед, председател на управителния съвет на NEOM, каза, че това „ще предефинира планинския туризъм в света, като създаде място, базирано на принципите на екотуризма, подчертавайки нашите усилия да

запазим природата и да подобрим качеството на живот на общността“.

Един от 10-те региона в рамките на NEOM, разположен на около 50 километра навътре от залива Акаба, Троена е предназначен да бъде **заобиколен от природен резерват** - нещо, което разработчиците казват, че се опитват да имат предвид, докато продължават с проекта.



„Прорязвате нов път през тази среда и никога няма да го поправите“, каза Филип Гълет, изпълнителен директор на Троена, в интервю на нейния уебсайт. „Ние възприемаме подход, чрез който **осъзнавате стойността, която има флората, фауната и животните**.“

Плановите за Троена включват също The Vault - така нареченото вертикално селище, което Гюлет каза, че прилича на The Line, като „намалява до минимум земята – и увеличава максимално проходимостта – вместо да разпространява всички тези елементи в голямо пространство“.

Създаденото от човека езеро ще бъде пълно с обезсолена морска вода и ще бъде дълбоко около 5 метра, каза Гулет. Надморската височина на планираното място за Троена, което се простира на 60 квадратни километра, варира от 1,500 метра (5,000 фута) до 2,600 метра (8,500 фута).

Саудитска Арабия си навлече вече критики за предполагаемото „спортно измиване“ – домакинство на високопоставени боксови състезания, Формула 1 и други състезания, за да отклони вниманието от проблемите в страната с правата на човека.

Египетски служител съобщи през септември, че Египет, Гърция и Саудитска Арабия преговарят за предложение за **съвместно домакинство** на Световното първенство по футбол през 2030 г. По-късно този месец, в Джеда, кралството ще бъде домакин на турнир от подкрепения от Саудитска Арабия **гольф тур LIV**, който предизвика смут в света на професионалния гольф с рекордни суми и финансови гаранции, които примамиха няколко топ играчи от US PGA Tour.

Прод. на стр.28>>

През 2034 г. столицата Рияд пък ще бъде домакин на Азиатските игри - мащабно мултиспортно събитие.

Дреймънд Грийн се извини за побоя над Джордан Пуул по време на тренировка на „Голдън Стейт Уориърс“



Golden State's Draymond Green, right, punched Jordan Poole, left, during a practice on Wednesday, but he has not said why. Green said he apologized to Poole and the team. Cary Edmondson/USA TODAY Sports, via Cary Edmondson via Getty Sports

След като последните дни бяха изпълнени със спекулации около побоя между Дреймънд Грийн и Джордан Пуул по време на тренировка на „Голдън Стейт Уориърс“, сега се появили кадри от инцидента във видео,

публикувано от TMZ Sports, и това със сигурност не прави Грийн да изглежда добре, пише Магса.

Във видеото и двамата играчи могат да се видят как си говорят, когато в крайна сметка Дреймънд се изправя лице в лице с Пуул, а Пуул отблъсква Грийн, като поставя двете си ръце в гърдите на последния. В този момент 6 фута и 6 инча високият /198 см./ Дреймънд Грийн жестоко удря Джордан Пуул с дясна ръка в стил супермен, като ударът събаря Пуул на земята, докато Дреймънд го държи и



Стивън Къри, лидерът

на „Голдън Стейт Уориърс“, говори за инцидента, който избухна по време на тренировъчния лагер и **опроверга съобщенията, че Джордан Пуул е бил ударен поради лошо отношение към отбора. Къри** твърди, че напротив - отношението на Пуул е било наистина добро.

„Беше страхотен (Пуул), и няма нищо, което да оправдава ситуацията. Но това също е нещо, което, чувствам, няма да провали нашия сезон и онова, което се опитваме да направим.“

Малко по-късно Грийн се извини. Дреймънд каза, че е бил в „много лошо психическо състояние“, когато е ударил Джордан Пуул, но че няма извинение

за действията му.

„Провалих се като мъж“, каза Грийн по време на пресконференция в първите си публични коментари за ситуацията. „Провалих се и като лидер.“

Грийн каза, че е „неприятно“ както за него, така и за Пуул, е че инцидентът е видян от техните семейства. Той не каза какво е предизвикало удара, като добави, че не търси съчувствие или да промени общественото мнение за това, което е направил.

„Това, което направих, бе грешно“, каза той и добави, че кавгата изглежда по-лоша, отколкото си е мислел, когато я е видял на видеото.



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.

Холмс и Уотсън на кмпинг. Холмс вперил очи в небосвода буди Уотсън и му задава въпрос:

- Какво виждаш Уотсън?
- Небе, свобода!
- Друго?
- Звезди, романтика!
- Друго?
- Мечти, въздаления!
- Не, бе, откраднали са ни палатката...



Седя си в кръчмата и пия. Някакъв ме пита:

- Защо пиеш?
- За да съм красив.
- Нима пиенето те прави красив?
- Разбира се! Всеки път като се прибера късно от кръчмата, жена ми вика "Охо! Ето го! Красавецът се прибра!"



В Шао Лин:

- Защо не напредвам, учителю?
- Виждал ли си чайката да прелита над пламтящия залез?
- Да, учителю...
- А как водопадът се опитва да разбие скалите, но без да успява?
- Да, учителю...
- А отражението на Луната в тихи води?
- Да, учителю...
- Еми, затова не

напредваш... Защото само се гледаш, вместо да тренираш.



Попитали радио Ереван „Какво е това пуловер?“

Радиото веднага отговорило:
- Пуловерът е връхна дреха, която служи за навличане на детето, когато на майка му ѝ е студено?



Психиатър се обръща към пациент:

- Браво имате голям прогрес.
- Какъв прогрес бе докторе?! Допреди 5 седмици бях Наполеон, а сега кой съм?!
- Никой! Някой си Янко Русев.



В салон за красота.

- Ще искам маникюр, моля, като на Бритни Спийърс, прическа, като на Анджелина Джоли, педикюр като на Наоми Кембъл...
- А лицето като на Жерар Депардийо ли да го оставим?



Влиза мъж в аптека и пита аптекарката:

- Имате ли презерватив с дъх на ракия?
- Обикновено имаме, но днес не дойде на работа.



Мъж се е оженил за пети път, хванал тъща си за косата и я провесил от балкона на осмия етаж и ѝ казал:

- Първата я удавих във ваната, втората я обесих, третата я застрелях, четвъртата я нарязях в гората, а теб те пускам да живееш...



Цвеклото е отлично средство за отслабване. Вземи си 9-10 декара и си копай, и си поливай.



Питат радио Ереван „Как се казва банкомат на унгарски?“
- "Серекеш" – отвърнало радиото.



В операта:

- Татко, защо мъжът в черно бие тази леля?
- Не я бие, детето ми,

това е диригентът.

- Тогава тя защо така пици?



- Моят син вече свири втора цигулка...
- Оо, браво...
- Първата му я счупих в главата!



За някои хора животът е като футболно игрище - само трева и линии...



Метъли бият пънкар. Бият и питат:

- Ще си пуснеш ли дълга коса?!
- Не! - извиква пънкара.
- Още бой... бият, спират и питат:
- Ще си пуснеш ли дълга коса?
- Да!
- До къде?
- До тавана



Пустинята Ла Гуахира (La Guajira) — Колумбия

Статията се предоставя от patepis.com

Автор: Петко Попадийски

Снимки: авторът

Колумбия притежава изключително разнообразна природа. Като се започне от тропическите брегове и снежните върхове на Кордилерите и се стигне до пустинната равнина на границата с Венецуела. В района се намират няколко туристически забележителности, една от които е най-голямата открита мина за въглища в Южна Америка — Серехон, с изградена стокиметрова железопътна линия до пристанище на Карибско море и собствен университет за минни инженери.

Тук се намират и солните мини на Колумбия, снабдяващи целия регион.



Всъщност рано сутрин солните ниви са странно място, но тъй като бях още сънен, не успях да ги възприема напълно. Поради някакви химични или биологични процеси, обяснени ми на испански, при една от фазите

на изсушаване и извличане на солта, водата придобива розов цвят.



Бях изненадан, че в тази обстановка живеят розовите фламинга. В една плитка, но огромна лагуна, плавахме с една малка лодка, управлявана от местен „индианец“. Всъщност местните не се броят като част от мнозинството, населяващо Колумбия, а като наследници на жителите, заварени от испанските колонизатори. Лодката се клатушкаше заплашително през цялото едночасово пътуване, като успокоението беше, че всъщност водата макар и мътна, както в повечето лагуни, е изключително плитка.

Целта оправдава транспортните средства. Пред нас се откри гледка с над 1000 розови фламинга, крачещи спокойно из водата и издаващи звуци на техния си език. Подплашени от нас, някои от ятата се вдигнаха във въздуха,

правейки небето розово.



На брега на лагуната се намира и резерват за застрашените морски костенурки. Отглеждат се като малки и след време се пускат на свобода.



В същия този резерват, опитвайки се да го направят популярен, са построени очарователни бунгала за туристи.



Областния център на областта La Guajira, е Риоача.

Градът е малък, населяван от малко повече от 100 000 души. Всъщност като се изключи, че е отправна точка към съседните

забележителности, човек на пръв поглед би си казал, че това място е скучно. Тъй като пристигнах през нощта в 4 часа, се озовах на автогарата сам, сънен след 8 часово пътуване от Картагена и благодарение на човека, седящ до мен, събуден навреме, вместо във Венецуела.

Автогарите по света рядко са приятни места, а аз бях посрещнат от топъл и сух въздух, прахоляк и няколко съмнителни таксиджии. Въпреки това след даване на инструкции чрез моя развален испански, бях откаран до един евтин хотел с климатик. В региона водата е рядкост и за това се зарадвах на прохладния душ рано сутрин. Стигнах до извода, че когато човек пътува често без средства, изключително бързо отвиква да търси лукс в хотелските стаи. Нали леглото е голямо и има душ и вода?

Крайбрежната улица, простирайки се покрай плажната ивица, е изпълнена с живот. Предоставя и изключителна гледка към залеза.



Риоача има и едно малко пристанище, което е и място за разходка и за пиене на бира.



Съответно, като всяка колумбийска главна улица, заведенията в съседство вечер се надпреварват кой може да пусне по-силно изключително различаваща се по стил музика. Все пак, ако стоиш до тонколониите или си глух, може да не ти се стори пошло.

Най-голямата забележителност в областта е пустинята и *Cabo de la vella* (Полуостровът на свещта). Мястото е изключително красиво, населявани от местните „индианци“, научени да живеят без вода и с много лишения от съвременния свят. На път за там се минава по черен път през кактусова гора. Агенцията, уреждаща пътуването, ни беше осигурила джип и шофьор-гид.



По пътя засякохме няколко човека, придвижващи

се с колело. Въпреки ранният час, вече се усещаше жегата извън колата.



Трудно е да се каже, че карахме по път. Накъдето и да се обърнеш, нямаше нищо, освен твърдата почва, образуваща пустинята. Нашият гид ни обясни, че на тук не се спира, тъй като ако кола остане на едно място продължително време, прегрява и не може да не запали, докато като се движи, се охлажда от въздушните струи.



Местното население се прехранва от идващите туристи от плетенето на специфичните тук чанти. Пристигайки в селцето, бяхме заобградени от деца и техни баби, които ни показваха техните произведения и се пазаряха за цените. В последствие се оказа, че същите неща са по-евтини на пазара в Риоача.



Името на мястото

се дължи на това, че идвайки испанците били заслепени от неговата белота и го нарекли „Полуострова на свещта“. В момента там е построен фар, захранван от слънчева батерия и статуйка, пазеща моряците от нещастия.

Наоколо бяхме заобградени от пърхаци насекоми, приличащи на скакалци, но с големина на малка птичка.



Следващата снимка не мога да я пропусна. Някакси обобщава пустинните гледки от целия ден.



Наблизо ни беше показан един плаж, на който се изкъпахме и разхладохме. Водата в Карибско море е значително по-солена от тази в Черно море и не е приятна за очите, ако човек не носи очила.

Наблизо се намира и една интересна аномалия — извор на прясна вода, от която пият животните наоколо. По някакъв странен подпочвен начин тя идва от близките планини и стига до центъра на пустинята.



Към края на деня се отправихме към

Майкао (Maicao)

— градче, намиращо се на 15 минути от границата с Венецуела. Както на всяка граница, далаверата е голяма. От Венецуела се внася бензин, тъй като там рафинериите са национализирани и цената на един галон (3.7 литра) след контрабандата е към 1.5 лева. Нормалната цена тук (Колумбия) е към 6 лв. Това ми даде повод за размисъл какъв е смисълът петролните кладенци да бъдат частни и жителите на държавите износителки на петрол, каквато е и Колумбия, да плащат световната цена на бензина.



Майкао освен с магазините за евтин алкохол и парфюми, се гордее и с неговата джамия, най-голямата, ако не и единствена в Колумбия.



VIENNA
FINE FOODS

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



BULGARIAN
CANADIAN BUSINESS DIRECTORY
by Bulgarian Flame Newspaper **2022 - 2023**

20 years

July 1, 2022
Lazarevo village
Bulgaria

BARANS
TURKISH CUISINE & BAR
2043 Eglinton Ave E, Scarborough
LIVE MUSIC 416-750-4545
www.barans.ca

LINA G. Georgieva, SPOL, CNE
BROKER
C: 647-862-2339
REMAX ULTIMATE REALTY INC. - Brokerage
LinaG@remax.com
MyHomeForSaleToronto.com
CALL LINA GEORGIEVA TODAY!

Новият бизнес каталог е вече наличен. Започнахме разпространението му в Европейските хранителни магазини. Каталогът е безплатен. Вземете за вас и ваши приятели. Пълнен е с полезна информация. Може да го разгледате и онлайн.
www.BulBiz.com

ОПТИКА В МИСИСАГА - ОБСЛУЖВАМЕ НА БЪЛГАРСКИ

1077 North Service Rd
Mississauga, Ontario

(905) 272-1632

@Abbeopt

ABBE
OPTICIANS

Eye Exams
Designer Eyewear
Contact Lens 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.