

Какво е „алгоговор“?

Поглед към най-новата версия на лингвистичните измами

(What is 'algospeak'? Inside the newest version of linguistic subterfuge)

Автор: Роджър Дж. Кройц - Заместник-декан и професор по психология, University of Memphis

Декларация за оповестяване:

Роджър Дж. Кройц не работи, не консултира, не притежава акции и не получава финансиране от която и да е компания

или организация, които биха се възползвали от тази статия, и не е разкрил никакви съответни връзки извън тяхното академично предназначение.

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

Прод. на стр.4 >>



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

NOW OVER 32 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
20г. ОПИТ
1% КОМ.

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

Татуировки и Пирсинг

Иван: (437)226-9497

Email: viperink88@gmail.com
 viperink8873

стр.6 >>

VIPER INK
MY INK YOUR STORY
Tattoos . Piercings

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



За ПРОЛЕТЕН ДЕТОКС и здравословно отслабване с дългосрочни резултати, обадете се на Дафни
416-602-3196



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

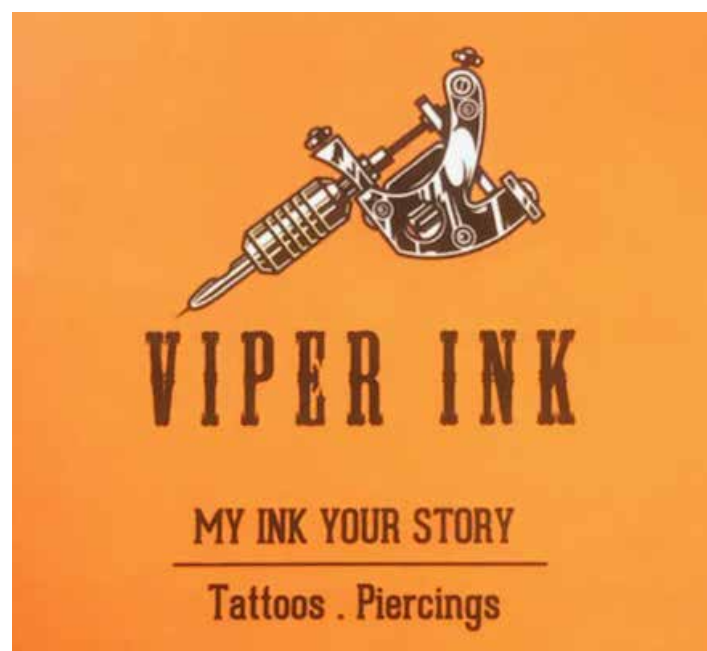
Дафни Костова
хормонален диетолог на жени,
ви помага да отстраните симптомите
на менопаузата и
натрупани килограми ефективно.

Първи час е винаги безплатен!

Обадете се днес!

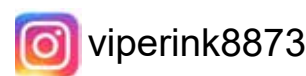
416-602-3196

Татуировки и Пиърсинг



Иван: (437)226-9497

Email: viperink88@gmail.com



215-7163 Yonge Str.

Thornhill, ON, L3T 0C8

намира се на втория етаж

(Yonge Str; just North of Steeles)

Безплатен подземен паркинг



OUR VISION IS CLEAR
EXPECT ONLY
THE BEST!



ПРЕДЛАГАМЕ РАБОТА

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;** Скалери, Пекари, Оператори на производствена линия,Общо производство, Оператори на мотокари, Спедитори
- **Професионални работници;** Електротехници, Механици, PLC Техници
- **Продажби;** Възможности и за Канада и за САЩ
- **Мениджмънт;** Бригадири, Супервайзори, Мениджъри, Инжинери-проектанти

Нашият ангажимент за качество и съвършенство на продуктите са превишени само от нашия ангажимент за безопасност. Превъзходна комуникация, работа в екип и внимание към детайла са основни умения, за да сте в нашия екип!

Моля изпратете автобиографията и очакванията си за възнаграждение на имейл:

jobs@fierafaods.com или се обадете на **(416) 746-1010 (ext. 357)**

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

Какво е „алгоговор“? Поглед към най-новата версия на лингвистичните измами

(What is 'algospeak'? Inside the newest version of linguistic subterfuge)

Онлайн бушува истинска лингвистична надпревара във въоръжаването – и не е ясно кой печели. От една страна са социалните мрежи като Facebook, Instagram и TikTok. Тези платформи стават все по-добри в идентифицирането и премахването на език и съдържание, които нарушават техните стандарти.

Потребителите на социални медии са от другата страна на барикадата и те са измислили кодирана терминология, предназначена да избегне алгоритмичното откриване. Тези изрази се наричат колективно „алгоговор“.

Нови термини като тези са само най-новото развитие в историята на езиковото прикриване. Обикновено такива кодове се използват от малки групи хора. Предвид обхвата на социалните медии обаче, алгоговорът има потенциала да повлияе по-широко на ежедневния език.

Онлайн противопоставяне

Поради огромното количество публикувано съдържание, платформите за социални медии използват алгоритми за

автоматично маркиране и премахване на проблемни материали. Целта е да се намали разпространението на дезинформация, както и да се блокира съдържание, считано за обидно или неподходящо.

И все пак много хора имат основателни причини да искат да обсъждат чувствителни теми онлайн.

Жертвите на сексуално насилие например, може да сметнат за терапевтично оправдано да обсъждат своя опит с другите. А онези, които се борят с мисли за самонараняване или самоубийство, могат да се възползват от онлайн общности, които предоставят подкрепа в такива случаи. Но алгоритмите могат да идентифицират и премахнат такова съдържание като нарушение на условията за ползване на платформата.

Но тези, които многократно се сблъскват с правилата на даден сайт, могат да открият, че публикациите им са били понижени или направени по-малко видими – процес наречен „сенчесто забраняване“ (*shadow banning*). А повтарящите се нарушения могат да доведат до временно

или постоянно спиране на профила.

За да преодолеят филтрите за съдържание, потребителите на социални медии използват кодиран език вместо забранените термини.

Препратките към секс, например, могат да бъдат заменени с безобидна дума като „спирала“ (*“mascara”*). „Нежив“ (*“unalive”*) се превърна в съгласуван начин за озбозначаване на смърт или самоубийство. Думата „счетоводител“ (*“accountant”*) заема мястото на секс-работничка. „Царевича“ (*“corn”*) замества порното, докато „leg booty“ е LGBTQ.

История на скрития език

Въпреки че заобикалянето на филтрите за съдържание е сравнително ново

явление, използването на кодирани термини за прикриване на нечие значение не е.

Така например руският сатирик от 19-ти век Михаил Салтиков-Шчедрин използва „езопов“ или алегоричен език. Той и други го използват, за да заобиколят цензурата в царска Русия. Пример затова е как забраненият термин „революция“ бил заменен с фраза като „голямата работа“.

Много субкултури са разработили свои собствени лични кодове, които наистина се разбират само от членовете в групата. Те се наричат с различни имена, като арго, кант или жаргон.

Полари (*polari*) е частен език, използван от гей мъже в началото на 20-ти век във Великобритания,

Прод. на стр.5 >>

100%

SOLD

15+г.

ОПИТ

1%

КОМ.



Тодор Тодоров
Broker

Cell : (416) 837-7634

Bus.: (905) 565-9200

todortod@hotmail.com

Какво е „алгоговор“?

Поглед към най-новата версия на лингвистичните измами

(What is 'algospeak'? Inside the newest version of linguistic subterfuge)

<< Прод. от стр.4

във време, когато обществените настроения срещу хомосексуализма били високи. „Груба търговия“ (“rough trade”) например се отнасяло за сексуален партньор от работническата класа.

Римуваният жаргон също е бил използван, за да се прикрие нечие значение пред външни лица. Дума като телефон, например, била заменен с римуван еквивалент, като „куче и кост“ (“dog and bone”), и след това съкратен на „куче“ (“dog”). По този начин член на банда можел публично да поиска друг член да му се обади и да го направи дори в присъствието на полицията.

Римувания жаргон кокни (*cockney*), който се появява през 19-ти век в Лондон, е може би най-известният пример, въпреки че има няколко други.

Leetspeak се разви през 80-те години на миналия век, когато безстрашните интернет пионери се осмелиха да използват системите за табла за обяви. Някои от заобиколните решения, които са създали, за да избегнат модерирването, все още се използват и днес на сайтове като TikTok.

Тази форма на езикова хитрост обикновено включва използването на числа и символи като заместители на букви. „3“ прилича на обърнато назад главно Е, „1“ изглежда като малка буква l, „\$“ може да заеме мястото на буквата s и т.н. Самият термин „leet“ често се записва като „1337“.

Въпреки че най-често се използва, когато се пише за секс, „алгоговорът“ се оказва полезен и в други контексти. Например, той бе използван миналата година в Иран от онези, които протестираха срещу репресиите на правителството. Творчески грешни изписвания като „Ir@n“ бяха въведени в експлоатация, за да се избегне цензурата.

Прикриването
поражда грешна
комуникация

Преди около десетилетие, когато еможитата станаха популярен начин за добавяне на

текстови съобщения, се роди ново средство за заобикаляне на модерирването на съдържание.

Както описвам в моята наскоро публикувана книга за неправилното общуване, плодовете и зеленчуците, които смътно наподобяват части от човешката анатомия, са били използвани, за да се заобиколят политиките,

забраняващи сексуално съдържание.

В резултат на това скромните емотикони на патладжан и праскова придобиха ясно нови значения в онлайн света. През 2019 г. и Facebook, и Instagram предприеха стъпки, за да блокират използването им като сексуални заместители.

Прод. на стр.6 >>

**Най-хубавото гръцко вино,
сега е на промоция.
Възползвайте се от добрата му цена!**

AVARINÓ
LCBO #15822

**TODAY'S BEST
GREEK WINE!**

Fresh crisp delicate aroma
of citrus fruits, balanced
with a great finish!
Trebbiano 70%
(Moschofilero 20%, Roditis 10%)

SCREW CAP FOR FRESHNESS

TIME TO GET ANOTHER BOTTLE
AND SAVE \$1.00!

**LIMITED
TIME OFFER
\$1.00
SAVE**
Act by April

FRESH NEW VINTAGE 2021

SCAN QR-code

PELOPONNESE
pillow + pony + Easy

NESTOR, A NAME TO TRUST!

12 % Alcohol
= Spring Fun

CHILL TO ENJOY 7 C° - 12 C°
44 F° - 50 F°

LONDON WINE
LWC
GOLD
COMPETITION

AVARINÓ
ΛΕΥΚΟΣ ΣΗΡΟΣ ΟΙΝΟΣ
Π.Γ.Ε. ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΣ
DRY WHITE WINE
P.G.I. PELOPONNESE

NESTOR
ΛΑΤΟΜΗ ΚΑΛΑΜΑ - WINE OF GREECE

Какво е „алгоговор“? Поглед към най-новата версия на лингвистичните измами

(What is 'algospeak'? Inside the newest version of linguistic subterfuge)

<< Прод. от стр.4

Различните социални медийни платформи изглежда са въввлечени в ескарираща вражда с техните потребители. Порталите може да блокират определени термини, но това води до появата на нови еквиваленти на алгоговор, които да заемат тяхното място.

Различните сайтове имат различни правила, които поставят различни условия и това, което се счита за приемливо и това, което не е,

постоянно се променя.

Надпреварата може да бъде предизвикателство.

През януари актрисата Джулия Фокс направи привидно безчувствено наблюдение относно публикация, в която се споменава „спирала“ (“mascara”) в TikTok. Фокс очевидно не е знаел, че терминът се използва като заместител за сексуално насилие. Фокс бе критикувана за привидно грубата си

забележка и реакцията я принуди да се извини.

Тъй като това езиково дърпане на въже продължава, подобни недоразумения изглежда вероятно ще станат все по-чести. И поне някои алгоговорни термини неизбежно ще се прехвърлят в речника, използван офлайн.

В крайна сметка кодираният език оцелява, защото е полезен. Такива термини могат например

да функционират и за подигравка на нечии политически опоненти.

Let's Go Brandon, някой?

- Статията е публикувана в The Conversation <https://theconversation.com/what-is-algospeak-inside-the-newest-version-of-linguistic-subterfuge-203460>

ПАМЕТНИЦИ НА ДОБРИ ЦЕНИ

За ваше удобство, скоро отваряме офиса си и на още един адрес:

King Square Shopping Centre
9390 Woodbine Ave, Unit 2B11, Markham, ON L6C 0M5, Тел: 905-717-5310



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

THE GREAT GREEK *Mediterranean Grill*

THE BEST GREEK RESTAURANT FRANCHISE



We're a fast-casual restaurant that specializes in Mediterranean fare, which has experienced surging popularity in recent years. Our menu is made up of traditional Greek favorites that generate excellent sit-down meals as well as to-go items that easily compete with QSR (quick-service restaurant) offerings. We prioritize quality, and our entire menu is made from fresh ingredients, with many healthy options to be found. As such, our model appeals to a wider customer demographic than the typical sub or burger chain.

A DELICIOUS FRANCHISE INVESTMENT

The Great Greek has been experiencing steady growth in the U.S. for years, and we've now set our sights on expanding throughout Canada.

We believe that now is an excellent time to introduce our brand to the Canadian market. There's a strong demand for great fast-casual restaurants in Canada, and family restaurants are also a popular destination. The Great Greek fits into both industry trends, spelling opportunity for new franchisees.

Furthermore, like American consumers, Canadians are becoming increasingly conscious about the foods they choose to consume and have shown a preference for foods that they believe to be healthier. As Canadians seek healthier lifestyles, they'll likely be conflicted about swapping the convenience of the QSRs they love for fresher food. With The Great Greek, they can enjoy the best of both worlds.



THE NUMBERS



INITIAL FRANCHISE FEE
***\$37,500** CAD



LIQUID CAPITAL REQUIRED
\$150,000 CAD



INVESTMENT LOW
\$400,000 CAD



INVESTMENT HIGH
\$700,000 CAD

*TRADE SHOW SPECIAL, VALID UNTIL FEBRUARY, 1, 2023.

SITE SELECTION



1600 – 2000 sq. ft.



Residential Focused



Business District Areas



Neighborhood Shopping Centers with QSRs Preferred



Daytime Working Population



Preferrable Main Road Facing Units

21-годишна шофьорка оцеля след падане в 30-метрово дърво

21-годишна шофьорка от Свиленград оцеля след падане с кола в 30-метрово дърво близо до село Мезек, съобщиха от полицията. Жената е управлявала “Сузуки” и е пътувала сама.

На асфалтов път от връх Шейновец към село Мезек, младата жена губи управление на автомобила на десен завой, излиза от пътя и пада в дърво с дълбочина около 30 метра. Получила е травми и е транспортирана за лечение в болница в Хасково без опасност за живота.

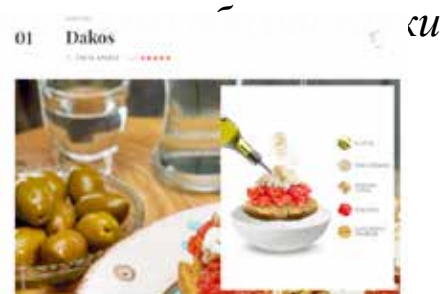
Шопската салата е класирана като 2-та най-добра в света, овчарската салата е 8-ма, а снежанка е 15-та



Шопската салата е класирана на 2-ро място, а овчарската на 8-мо, сред 50-те на вкусни салати в света през 2023 на престижното издание Taste Atlas.

За шопската салата изданието пише: *„Шопската салата е традиционна студена салата, която е и едно от националните ястия на България. Често сервирана през лятото, когато може да се намери в повечето български ресторанти, салатата се състои от нарязани домати, краставици, лук, печени или сурови чушки и българско сирене.“*

Пред шопската салата на 1-во място е поставена салатата Дакос от остров Крит. За нея изданието пише: *„Дакос или нтакос е традиционно критско ястие, състоящо се от сух ечемичен сухар, наречен паксимади, покрит с натрошено сирене мизитра, нарязани зрели домати, цели маслини, каперси, пресен риган*



Препоръчително е да използвате сортове маслини като *Koroneiki, Lianes* или *Tsounates*. Традиционно се използва сирене мизитра, а не фета, която обикновено е запазена за туристическите ресторанти. Сухарът

често се натрива внимателно с малко парче чесън и леко се поръсва с морска сол.“



За класираната на 8-мо място овчарската салата пише:

„Овчарската салата е семпла вариация на известната шопска салата. По същество това е шопска салата (краставици, домати, лук, чушки и сирене) с добавка на гъби, яйца и шунка. Салатата обикновено се залива с растително масло, оставя се да почине няколко минути и след това е готова за консумация.“



На престижното 15-то място се намира друга българска салата – снежанката. *„Наречена на преобладаващо белия си цвят, Снежанка е освежаваща салата, приготвена със съставки като краставици, чесън, копър, олио, сол и основното българско – кисело мляко, в случая – пасирано, за да*

стане по-плътна. Понякога към салатата се добавят орехи, печени чушки и наситнен магданоз според личните предпочитания. Снежанката винаги се сервира студена, като предястие, мезе, гарнитура или дип за пита. Когато се сервира като част от мезе, традиционно се придружава от алкохолни напитки.“



Интересно е, че изданието поставя на 44-място като българска салата къпополото. *„Къпополу е вкусна зеленчукова салата, която най-често се свързва с България, но е популярна и в Турция. В най-простата си форма намазката се прави с печени патладжани и чесън, но има многобройни регионални разновидности. Някои версии включват печени чушки капия, домати, лук, люти чушки, дафинови листа и магданоз.“*

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.

Алпинистът Господин Динев прекрати изкачването на връх Анапурна



/Снимка: БНР/

Индиец бе открит след като прекара 3 денонощия в ледена цепнатина под връх Анапурна в Хималаите. 34-годишният Анураг Малу бе транспортиран с хеликоптер до болница в тежко състояние.

64-годишният Господин Динев, който участва в същата експедиция, реши да

се завърне в България заради влошаване на здравословното му състояние, предаде БНР. Българинът спря похода си към Анапурна заради силни болки в гърба, което доведе до приемането му в болница в Катманду. Преди три дни, заради инцидент с багажа, той избегна на косъм лавина, при която загина известен ирландски алпинист на слизане от върха, а индиецът Анураг Малу падна в ледена цепнатина, дълбока **300** метра. Тази година тези образувания са повече от друг път и представляват сериозен риск за изкачващите се и слизачите от върха.

По въздух бе проведена операция по издирване и спасяване на бедстващи по склоновете на Анапурна хора. Българинът Господин Динев слиза надолу, за да търси изпуснат багаж, а после - да изчака в базовия лагер развоя на спасителната акция. През това време състоянието му се влошава и се налага да постъпи в болница.

По информация на БНР в момента той е в добро състояние, но налагащото се лечение го принуди да прекрати експедицията си, която включва още два осемхилядника - Дхаулагири и Макалу.

В 5,670 продукта в търговската мрежа бе открит аналог на марихуаната



/Снимка: NOVA/

По време на направена проверка в 1,032 търговски обекта в България е било установено голямо количество продукти, представляващи аналог на марихуана, съобщи на брифинг главният секретар на Министерството на вътрешните работи Петър Тодоров. Проверките са по сигнали, че в търговската мрежа се предлагат

Elite

Over 25 years in business

Bakery and Delicatessen

Elegant Easter gifts and candles

Specialized In:

- Greek & Middle Eastern Pastries
- Wedding & Birthday Cakes
- Grocery

1961 Kennedy Rd, Scarborough (just South of 401), Tel: 416-754-7857



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



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

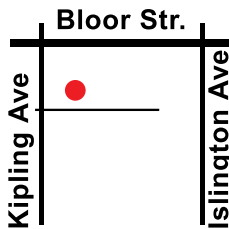
Owned and Operated by the Jelenic Family

350 Bering Ave., Etobicoke
416-232-1539

www.thesweetgallery.com

 @thesweetgallerycafe

 @thesweetgallerycafe



наркотични вещества, забранени от закона. Образувани са 13 досъдебни производства и са задържани 11 лица.



В 5,670 продукта е установен с хексахидроканабиол, познат и като **ННС**, аналог на марихуаната, които са иззети от магазинната мрежа в страната при акция на МВР и агенция “Митници”, уточни директорът на “Национална полиция” Атанас Илков. Тези аналози на наркотични вещества са предлагани с неясни документи.

заповед за арест, а от тази седмица е подаден за издирване от Интерпол. Причината е ново разследване срещу него, по което работи Софийската градска прокуратура.

Миналия август адвокатът на бившия мажоритарен собственик на КТБ - Константин Симеонов, съобщи, че по искане на Василев, Международната организация на криминалната полиция е взела решение да изтрие всички данни в системата на Интерпол, свързани с него. Той влезе в системата през 2014, когато започна разследването за фалита на КТБ и се оказа, че е напуснал страната.

Отново обявиха за



През последните седмици името на Цветан Василев отново е в публичното пространство след разкритията на прокуратурата, че е в основата на заговор за дискредитиране на главния прокурор и висши полицаи.

Прод. на стр.13 >>

Бившият banker Цветан Василев отново е обявен за международно издирване, съобщава БНР.

Според БНР за Цветанов е била издадена Европейска

KRONOS INTERNATIONAL SHIPPERS INC.

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



<< Прод. от стр.12

Почетоха паметта на Милен Цветков, починал на Великден преди 3 години



Днес се навършват три години от трагичната смърт на журналиста Милен Цветков. В негова памет ще бъде изградена чешма в близост до лобното му място. За да помним! За реализацията на проекта са необходими 10 000 лв. Може да дарите на сметка... See more

Колеги, приятели и близки на журналиста Милен Цветков се събраха на бдение на кръстовището пред мол "Парадайз" - мястото където той

изгуби живота си, след като автомобилът му, който бе спрял на светофар, бе ударен от джип.

Призив да си спомнят за Милен Цветков отправи по-рано колежката му Миролюба Бенатова.

"3 години откакто Милен Цветков бе убит докато чака да светне зелено. Не потегли повече. Остана на кръстовището на бул. "Черни връх" и ул. "Сребърна". Днес в 13 часа ще го почетем там. Защото помним. Елате да си спомним заедно",



Журналистът и продуцент Георги Тошев пък обяви, че в памет на Милн Цветков ще бъде изградена чешма в близост до лобното му място. За реализацията на проекта са необходими 10,000 лв., като за събирането им публикува сметка.

На 19 април 2020, точно навръх Великден, джип помете спрялата на

червен светофар кола на Милен Цветков. Журналистът почина от нараняванията си на кръстовището до столичния мол "Парадайз" минути след катастрофата. Експертизите доказаха, че шофьорът на джипа не е опитал да спре на червения светофар.

Проф. Кантарджиев: Новият вариант на COVID-19 удря очите



Прод. на стр.14 >>

OAK PARK DELI
HOMEMADE MEALS & CATERING

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

TAKE OUT | DELIVERY | CATERING



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

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



Catering Menu:
Platters - Gourmet sandwich platters, Fruit Platters
Fresh Salads-Greek Salad, Caesar Salad, Spinach Salad, Pesto Pasta Salad
Appetizers - Spanakorita (със спанак), Tiropita (със сирене), Meatballs (кюфтета), Bruschetta
Hot Meals - Meat lasagna, Chicken Parmesan, Roast Beef, Curry chicken with Basmati rice, Moussaka, 1/4 Chicken, Souvlaki Dinner, Oak Park Veggie Pasta, Veggie lasagna, Shepherds Pie, Roast Lamb with lemon potatoes, Beef stew & mash potato, Pasticio, Stuffed peppers
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

Caramel Coffee shop

6 Donlands ave. (Donlands & Danforth)

Are you ready for a party? Order now!

Tel: 647-646-5648



<< Прод. от стр.13

Новият вариант на COVID-19 “Арктурус”, удря директно в очите. Повечето хора реагират с конюктивит, а децата - със зачервяване на склерите. Това заяви пред bTV проф. Тодор Кантарджиев, съветник на Столичната община по здравните въпроси.

Проф. Кантарджиев добави, че “Арктурус” идва от Индия, но все още не е ясно дали е достигнал България тъй като в момента почти не се правят изследвания за COVID19.

“Като цяло обаче новият вариант не е толкова страшен. COVID-19 вече е много разнообразен, но не е смъртоносен. Той не е опасен за активните хора, а само за хронично болните”, категоричен е проф. Кантарджиев.

Той счита, че няма опасност и от епидемия от птичи грип. Съветникът на Столичната община по здравните въпроси добави, че като цяло в момента заболяемостта в България се дължи на парагрипните вируси, метапневмовирусите (причиняващи кашлица, но без да се стига до пневмония) и риновирусите. Като цяло всички те са леки, но много неприятни, защото водят до срив в имунитета.

Проф. Кантарджиев посъветва хората по-често да отварят прозорците, да излизат на чист въздух, както и да дезинфекцират повърхностите.

Прод. на стр.15 >>

Caramel Coffee shop

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.



За всеки 1 от 8 българи Интернет е непозната територия...



... показват данни от доклад на Международния съюз

по далекосъобщения към ООН за 2022 г. Данните от класацията обхващат лица над 16-годишна възраст, пише bgonair.bg.

13% от българите не използват възможностите, които им предлага Интернет. В Германия пък едва

6% от населението стои "офлайн". "Използвам интернет за работа, социални мрежи, кореспонденции, новини". "Понякога само да проверим нещо, което ни интересува като информация", споделиха част от

хората. В по-бедните части на страната като Северозападния регион, достъпът до интернет е по-малък. Интересен факт е, че при домакинствата, където има деца, делът на неизползващите интернет е много нисък – едва 4%.

СВЯТ

Викингите са пристигнали в Америка 500 години преди Христофор Колумб ...



... - мореплавателят, на когото често се приписва откриването на Америка през **1492 г.** установи проучване, съобщава Daily Mail.

Археолози от Исландския университет анализираха дървесина от пет скандинавски обекта в западна Гренландия, които са били обитавани между 1000 и 1400 г. Те успяха да определят дървесните видове, от които произхождат много от пробите, което изненадващо разкри, че някои са внесени от Америка и Европа.

Jack pine расте естествено около река Макензи в Нова Скоуша и Нова Англия, докато Hemlock расте близо до Квебек, Ню Брунсуик, островите Принц Едуард, Онтарио и Нова Скоуша.

Изследователите пишат: „Тези констатации подчертават факта, че скандинавските гренландци са имали средствата, знанията и подходящите плавателни съдове, за да прекосят пролива Дейвис до източното крайбрежие на Северна Америка, поне до четиринадесети век.

„Като такива, пътуванията са били извършвани от Гренландия до Северна Америка през целия период на скандинавското заселване в Гренландия и ресурсите са били придобивани от Северна Америка от

норвежците много по-дълго време, отколкото се смяташе досега.“



Много исторически записи показват, че викингите, живеещи в Гренландия между 985 и 1450 г., са разчитали на вносни материали, като желязо и дърво. Те са ги използвали за големи строителни проекти, корабостроене и производство на артефакти - цели, за които местните дървесни видове не са подходящи. За изследването, публикувано в Antiquity, археолозите се стремили да открият дела на чуждата дървесина, използвана от викингите, и откъде идва.

Те събрали проби от дървени групи в четири средни,

от елитни ферми и имението на епископа. Известно е, че те са били заети през първата половина на второто хилядолетие установено чрез радиовъглеродно датироване на дървото и видовете артефакти, които са останали там. Учените са изследвали клетъчната структура на дървесината с помощта на микроскопи, за да идентифицират дървесните видове, от които идва.

Техният анализ разкрива, че 0.27% от пробите идват от внесени видове - или от Северна Америка или от Северна Европа. Анализът установи също, че една четвърт от пробите са или внесени, или са пристигнали в Гренландия като дървесина и включва лиственица, смърч, бял бор и ела.

Дървесината, както и дървеният материал от местните гори, се използва като гориво

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.



<< Прод. от стр.15

и за други домашни цели. Тези резултати потвърждават, че викингите са установили множество търговски пътища през северозападния Атлантически океан.



Те също така потвърждават сагите, които твърдят, че изследователи като Лейф Ериксон, за когото се смята, че е първият европейец стъпил на континента, са донесли дървен материал обратно. Видовете, които попадат в изследванията включват дъб, бук и бял бор, някои от които може да са били стар корабен дървен материал или пристигнали като готови артефакти.

През 2021 г. проучване на дървени артефакти от L'Anse Aux Meadows в Нюфаундленд, Канада достигна до същото заключение.

Първоначално се смяташе, че районът е скандинавско място и следователно е доказателство, че викингите може да са стигнали до Новия свят преди всички други европейци. Дървеният материал, оставен там, показва доказателства за рязане и нарязване с остриета, изработени от метал - материал, който не се произвежда от местното население. Изследователите от университета в Гронинген установиха, че дървото датира от 1021 г. – цели 471 години преди пристигането на Колумб в Америка.

Откриха девствен дълбоководен риф до Галапагоските острови



До Галапагоските острови в Еквадор, където затоплянето на океана е унищожило плитководните

Прод. на стр.17 >>

<< Прод. от стр.16

рифове, учените са открили разтегнат коралов риф, скрит дълбоко под морето, пише Yale Environment 360.

„Този новооткрит риф е потенциално зона от глобално значение“, каза в изявление Мишел Тейлър от University of Essex, един от ръководителите на експедицията. Това е „място, което можем да наблюдаваме с течение на времето, за да видим как едно девствено местообитание се развива с настоящата ни климатична криза“.

Повече от 1,300 фута под водата, рифът се простира на няколко мили по протежение на билото на неизследван досега вулкан в морския резерват Галапагос.

„Рифът е девствен и гъмжи от живот – розови октоподи, омари и множество дълбоководни риби, акули и скатове“, каза Уилямс.



Преди експедицията учените смятаха, че рифовете са почти изчезнали от Галапагос. От 1982 до 1983 г. период на затопляне на океана унищожават повече от 95% от коралите в архипелага, оставяйки

след себе си само няколко рифа в плитките води. Новооткритите рифове, закътани дълбоко под морето, биха били защитени от смъртоносната жегла. Учените казват, че тези рифове вероятно са съществували от векове, поддържайки богато разнообразие от морски живот.

„Завладяващото в тези рифове е, че са много стари и по същество девствени, за разлика от онези, открити в много други части на световните океани“, каза Стюарт Банкс от Фондация „Чарлз Дарвин“. „Много е вероятно да има повече рифови структури на различни дълбочини, които чакат да бъдат изследвани.“

Защо да избягваме кафе, чай и горещ шоколад в самолета



Стюардеса предупреди пътуващите в самолет винаги да избягват горещия шоколад от количката с напитки по време на полети. Кафето, чаят и горещият шоколад се считат за **златното трио** от

Alliston Meat & Delicatessen

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

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

Прод. на стр.18 >>

<< **Прод. от стр. 17**

горещи напитки, както на твърда земя, така и при летене на 30,000 фута, пише британския Mirror.

Стюардесата Дея, която публикува видеоклипове в TikTok като @i.amdejaа, признава този факт, но смята, че въпреки това те трябва да се избягват на борда .

„Когато пътувате със самолет, моля, не пийте кафе или чай“, каза тя, добавяйки и горещия шоколад към списъка на напитките, които трябва да се избягват.

Стюардесата твърди, че «водните резервоари на самолета никога не се почистват и са отворителни“. Вместо това тя предложи на пътниците да си направят сами топли напитки на летището.



Един от начините да се насладите на напитка без да мислите за мръсотията, която може да се крие в резервоара на самолета, е да вземете чаша гореща вода преди полета,

съветва тя. Пътниците могат да го направят на терминала след като преминат през охраната, така че не би трябвало да имат проблеми по отношение на внасянето на течности.

Пътниците могат да отидат до всяко кафене или ресторант на летището, като Starbucks, и да поискат топла вода, която ще получат безплатно. След това можете да добавите свое собствено пакетче кафе или горещ шоколад или да поставите пакетче чай, ако сте се сетили да го вземете със себе си.

Струва си обаче да се отбележи, че политиките на някои авиокомпаниии е да не позволят да се качите на самолета с пълна топла напитка - така че проверете правилата, преди да се отправите към изхода!, добавя още Дея.

Знаете ли, че Барселона е отхвърлил Айфеловата кула?



Често се сещаме за Париж, когато става дума за Айфеловата кула. В края на 1880 г. испанския град Барселона е провела открит конкурс за дизайн на 300-футова кула, която да бъде построена за Универсалното изложение през 1889 г. Сред проектите бил и чертежа на инженера Гюстав Айфел. Въпреки че получава най-високото отличие обаче, той бил отхвърлен в полза на друг поради своя „готически и еkleктичен стил“, пише Medium. И до днес оригиналната концепция на Айфеловата кула в Барселона остава обвита в мистерия, докато Париж вече може да се похвали с един от най-посещаваните паметници в света.

Невероятно е да се мисли, че такава световноизвестна кула някога е била отхвърлена! Докато дизайнът на Айфеловата кула в Барселона вероятно е бил много по-различен от парижкия, който познаваме днес, този случай служи като урок за това, никога да не подценяваме стойността на

историята.

В края на 1880-те години на известния архитект Гюстав Айфел е възложено да построи прочутата кула в Париж, Франция. Преди да започне строителството обаче, той представил грандиозен дизайн в Барселона, Испания.

Проектът е бил сметен за „твърде смел“ за гражданите на Барселона, но предизвикал значителен интерес. Барселона отхвърля проекта, но дизайнът на Гюстав Айфел проправя пътя на зашеметяващ глобален паметник и световна атракция, която стои и до днес. Сега, когато някой погледне голямата Айфелова кула, винаги може да размишлява върху историческите корени на тази важна забележителност. Кой знае, че всичко започва с първото представяне на инж. Айфел в Барселона? Много може да се случи, когато една творческа идея е представена с решителност и амбиция.

Четете вестник Пламяк онлайн:

www.bulgarianflame.com

**За пролетен детокс
и здравословно отслабване
с дългосрочни резултати,
обадете се на Дафни
416-602-3196**

DK Wellness



**Дафни Костова
хормонален диетолог на жени,
ви помага да отстраните симптомите
на менопаузата и натрупани килограми
ефективно. Първи час е винаги безплатен !**

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 по време 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, по време 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 @daphnekostova • FB @Dk wellness

Типът характер предразполага към определени заболявания



здраве.bg

Отдавна е забелязано, че определени болести “обичат” хората с определен характер. Според някои специалисти, ако човек познава своя психологичен тип, може да се предпази по-успешно от различни здравословни проблеми. Предлагаме ви някои коментари за най-често срещаните психотипове и типичните за тях здравословни оплаквания, обобщени от специалисти от изданието *Psychology Today*.

Най-често се срещат 5 основни психотипа: параноен, епилептоиден, хистероиден, хиперактивен и шизоиден. Веднага трябва да се отбележи, че те нямат нищо общо със заболяванията параноя, епилепсия, истерия и шизофрения. Става дума само за термини, приети в науката за определяне спецификата на личността.

Параноен психотип

Такива хора са например работохолиците. Те притежават огромна енергия и могат да работят от сутрин до вечер. Стремещът към доминиране, напредъкът в кариерата, общуването с другите под формата

на молби, изисквания, инструкции и заповеди са отличителните черти на този тип хора. Те често превръщат жилищата си в място за работа.

Този начин на живот рано или късно предизвиква отклонения - неврастения или чести изблици на гняв. Храненето при тези хора обикновено е нездравословно – суха храна, ядене “между другото”, вечеря късно през нощта. И ако на по-млада възраст инсултите и инфарктите не са толкова опасни, проблемите със стомашно-чревния тракт са често срещани (язва, колит, гастрит). Установено е, че работохолиците често не си лекуват зъбите (те се оправдават с липсата на време за това), а си поставят протези.

В по-напреднала възраст тези хора често страдат от атеросклероза на съдовете на главния мозък (свързана с риска от инсулти) и исхемична болест на сърцето (водеща до инфаркти) поради неправилното си хранене, т.е. прекомерната употреба на месо, захар, сол, подправки и тестени изделия. Отрицателен фактор е и недостигът от движение – те седят много, пишат и т.н. Дори емоционалното разтоварване не е в състояние да им помогне.

Епилептоиден тип

Това е най-разпространеният сред мъжете психотип. Такъв мъж е надежден, грижовен, обича дома и семейството и въпреки обичайната си сдържаност често е склонен към изблици на злоба, гняв

и упреци по адрес на близките. Той постоянно е натоварен с различни дела и лични преживявания, а това увеличава риска от ранна хипертония и исхемична болест на сърцето, съответно - от инсулт и инфаркт.

Този тип хора не се грижат добре за здравето си и търсят лекар при конкретен проблем или под чужд натиск. Те не са фенове на физическите натоварвания. Хранят се редовно, 3-4 пъти дневно, изяждайки всичко. Затова като правило нямат стомашно-чревни проблеми.

Хистероиден тип

Тези хора се стараят всяка тяхна постъпка да бъде обект на внимание от другите. Ако няма кой да ги оцени, те са готови да почакаат. Този тип личности обичат крайните емоции – при тях разстоянието от плача до смеха е кратко. Повече от плача те обичат само почивката. Тогава забравят за работата си, за всичките си задължения, а ако има празник, те са в центъра на тържеството.

Нощният живот (късното ходене на гости, престижните клубове) прилягат на хистероидния манталитет. Такива хора се хранят набързо, най-често със суха, пикантна или пържена храна и въпреки че обичат деликатесите, не са придиричиви към храната. Жените са склонни към напълняване и съответно към спазването на строги диети (но много бързо се отказват от тях).

За този тип са характерни заболявания, свързани

със стомашно-чревния тракт, сърдечно-съдовата система, захарен диабет, проблеми със задстомашната жлеза, черния дроб, бъбреците и нервната система. Психиката на такива хора ги подтиква да използват всяка болест като вид демонстрация за това колко зле се чувстват, стараяйки се да извлекат полза за себе си и така да получат удовлетворение от вниманието на другите.

Шизоиден тип

Това е типът на “учените-сухари”. Списъкът със заболяванията, характерни за него е дълъг: късогледство, астигматизъм, неправилна захарка, дюстабан, лоша кожа, слабост, вегетативносъдова дистония и т.н. Не са малко и техните телесни несъвършенства: плоски седалищни части, отпуснати гърди, прегърбеност, пръсти с удебелени стави. А всичко това в психологически план способства за формирането на комплекса за непълноценност.

Тези хора не са капризни към храната и не обръщат особено внимание на нейния вкус (нали тя не е духовна храна). Ако са самотен, предпочитат сухата храна. Съответно често страдат от гастрит или колит.

Предпочитат самотата, като обясняват това с възможността добре да се съсредоточават. Те обичат да общуват, но не и да се доверяват на другите. По-често те страдат от отпадналост, нарушения в съня, раздражителност, главоболие и



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



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.

хипохондрична невроза (смятат, че са тежко болни и постоянно се преглеждат при различни специалисти).

Хиперактивен тип

Както подсказва и названието, те са най-често в приповдигнато настроение – весели, щастливи и безгрижни. Харчат парите си “през пръсти”, бързо сменят приятели и партньори. Лесно се сприятеляват с другите психотипове, но изпитват непрекъсната нужда от поощрение.

Често спят или малко или твърде много. Сънят е дълбок, а хъркането често се появява още на млади години. Този тип хора обичат кулинарията и специалитетите, включително алкохолът - затова често страдат от гастрити и затлъстяване. Заради лекотата с която хиперактивният тип хора сменят интимните си партньори, често стават жертва на половопредаваните заболявания.

8 лесни начина да свалим от годините...



здраве.bg

Бръчките са може би най-видимия признак на напредващата възраст. Акой би имал нещо против без много усилия поне видимо да намали част от годините си. Особено след достигане

на определена възраст... И, разбира се, най-вече жените... Вярно е, че чудеса не се случват, а се иска постоянство и правилен подход, през цялото време. Но все пак – има някои не толкова ангажиращи начини да изглеждате по-млади...

Нямаше ли да е страхотно, ако всички наоколо можеха винаги да ви виждат млади и жизнени? Каквито наистина сте отвътре!

Всъщност е доста лесно: Да изглеждате по възможно най-добре поне отчасти е въпрос на добра грижа и на подсилване на естествените черти, които ще ви открият от останалите. Така не само ще сте по-здрави, но и ще повишите самочувствието си.

Например една обикновена промяна в стойката може да подмлади външния ни вид с години, а същевременно да намали болките в гърба и врата. Ако вярвате, че сте готови да започнете истинска битка с възрастта, тогава първо приемоте, че заслужавате всичко хубаво в живота, за което си мечтаете. След това пробвайте тези няколко лесни съвета. И съвсем скоро хората около вас ще започнат да ви питат какво се е случило, за да изглеждате така добре...

1. Седете изправени

Прегърбването не само не е секси, то причинява и болки в гърба. Психолозите знаят: хората, които седят изправени, се възприемат като по-млади, по-



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

уверени и пощастливи от онези, които се прегърбват, отпускат раменете си или стоят наклонени на една страна. Това ще ви накара и да се почувствате по-добре – правилната стойка предпазва от мускулни и ставни болки и помага да предотвратите главоболието като намалява напрегането на врата.

За да подобрите стойката си, започнете например курс по йога или пилатес. Упражненията ще укрепят мускулите в коремната област, таза и ниската част на гърба, което помага за изправената стойка. Когато се налага да седите дълго време, периодично ставайте, правете няколко крачки и се разтягайте – поне веднъж на всеки час. Опитайте и следното просто упражнение: дръжте и двата си крака стъпили на пода, рамената и брадичката отпуснати, ръцете върху бедрата. Бавно придърпайте раменете си назад и притиснете плешките си, пребройте до 5 и се отпуснете. Повторете това 3

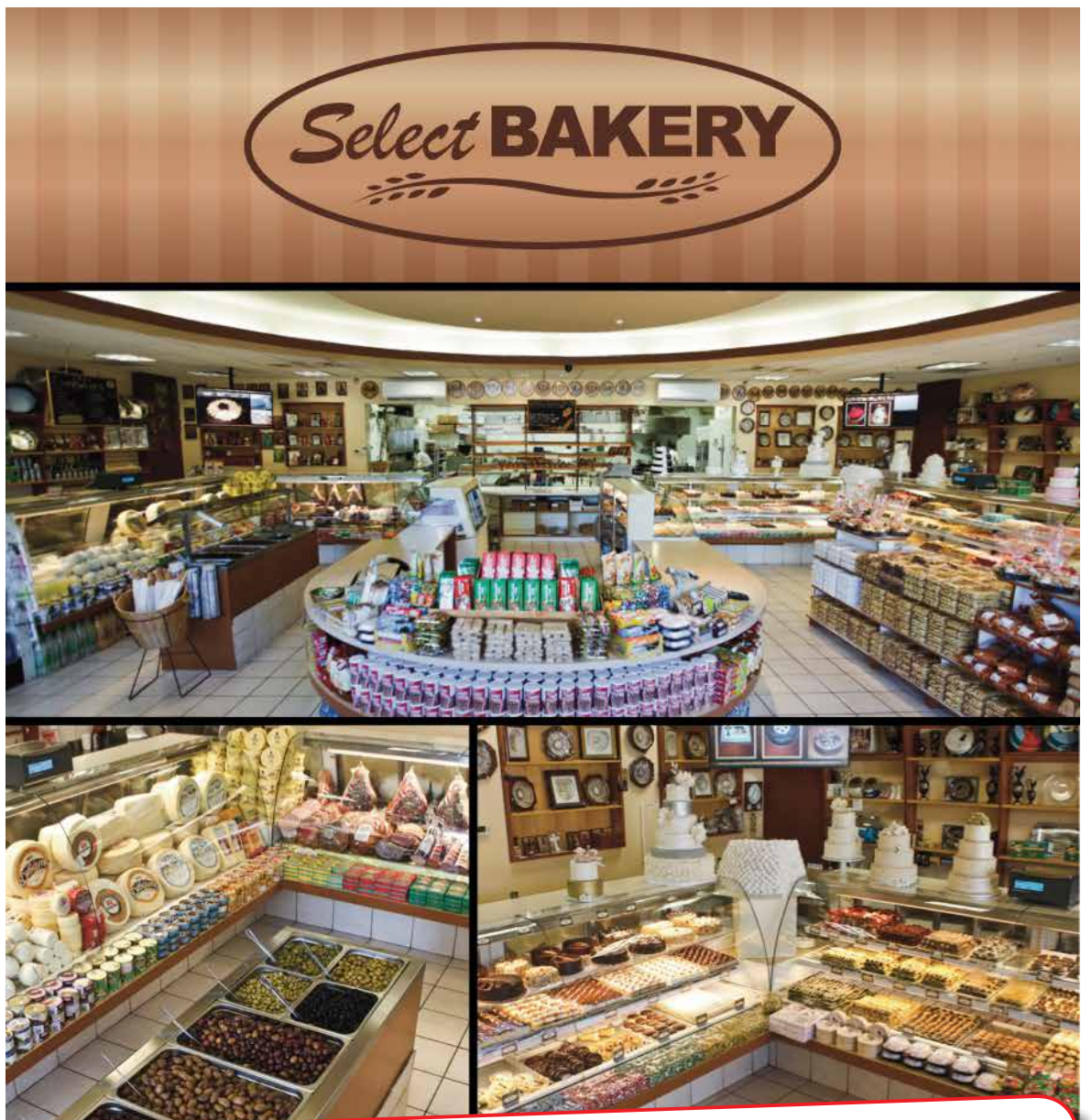
или 4 пъти.

2. Повече секс!

Резултатите от любопитно изследване сочат, че двойките на по около 40, които правят секс редовно (2-3 пъти седмично), изглеждат с до 12 години по-млади в сравнение с останалите. Не става дума само за вътрешно усещане – според изследователите, лицата на сексуално активните двойки са с по-малко бръчки, кожата им е по-гладка и еластична. Учените обясняват този факт с действието на окситоцина – вещество, което намалява стреса. Известно е също, че сексът вечер помага за добрия сън.

3. Подсилете веждите си

Дайте на пинцетите малко почивка! Мозъкът асоциира дебелите, поддържани вежди с младостта. Когато веждите са тънки, те правят чертите на лицето по-невидими, т.е. добавят години и към най-младолското излъчване. Запълнете редките участъци с тъмни сенки, за да усилите



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

o @selectbakery

илюзията за гъстота. Нанесете сенките с измита и подсушена четка за грим и след това използвайте върховете на пръстите си, за да прелее цветове. Но не повдигайте височината на дъгата - вместо младежки вид това ще ви придаде сърдито изражение. Просто следвайте естествените очертания на веждата.

4. Направете си кичури

Правилният цвят не само прави косата да изглежда по-млада, но и откроява кожата на лицето. Боядисването на сивите коси е добър начин да придобиете по-младолик вид, но за още по-добър ефект добавете и няколко кичура един или два тона по-светли от останалото. Косата не само ще изглежда по-блестяща и здрава, но и ще прикрие промените по кожата, които възникват през 40-те и й придават блед матов цвят. Различните тонове на косъма отразяват светлина и така придават повече цвят на лицето.

5. Купете си нов сутиен

Гърдите провисват с възрастта - всички знаем това, но пък не е нужно да си личи. При първите признаци за тази неприятна, но неизбежна промяна, си купете нов сутиен с незабележима подвижна подплата в чашките. Това ще ви помогне да върнете линията на гърдите там, където е била в по-младите години - между рамото и лакътя.

Но внимавайте в избора - прекалено отпуснатият сутиен или неправилно разположените презрамки

могат да предизвикат болки в гърба, рамената и врата. Специалистите са забелязали, че жените, които се оплакват от този симптом, почти винаги изпитват облекчение, след като сменят сутиена.

6. Направете си маникюр

Ръцете най-лесно издават възрастта, но и тук може да се приложат някои трикове. Лакът за нокти и пръстените могат да отнемат вниманието на околните от знаците на остаряването каквито са например вените и петната. Интересно проучване, в което участниците е трябвало да определят възрастта на жените само на базата на снимки на ръцете им, дава ясни резултати в тази посока - 49% от участниците преценяват ръцете на жените по-млади, когато на ноктите има лак, а 52% правят същото, ако по ръцете има и бижутата.

7. Спрете цигарите!

Лицето на пушача може лесно да се различи от другите. Освен това цигарите наистина вредят на здравето – според статистиката то намалява живота на жените с 15 години. Специалистите дори използват термина “лице на пушач” – за лице, което е прекомерно набръчкано около очите и устата и кожата му има сивкав оттенък. Никога не е късно да се откажете, дори ако сте дългогодишен пушач. А кожата се постепенно възстановява - поне до някаква степен. Само с козметични процедури обаче може да премахнете линиите около очите

и устата. За сметка на това здравият изглед на кожата ви бързо ще се възстанови.

8. Придайте блясък на зъбите си

По-бялата усмивка със сигурност ще накара хората да ви възприемат като по-млади. Подсъзнателно свързваме матовата усмивка с възрастта – емайльт се износва с времето и потъмнява зъбите ни. Бляскавата усмивка от друга страна създава впечатлението за добро здраве и младост. Най-малкото, което можете да направите, е да намалите употребата на продукти, които оставят петна по зъбите ми – кафе, червено вино, цигари.

За да върнете белотата на зъбите си, в домашни условия ползвайте съответна паста за зъби или друг избелващ продукт. Или попитайте зъболекаря си за други възможни варианти за избелване. И разбира се, мийте зъбите си редовно с четка и паста, чистете ги с конец – това е сигурен начин да се предпазите от появата на петна, а и понижава риска от периодонтални заболявания, които са основната причина за загубата на зъби.

Ние и нашите предразсъдъци



здраве.bg

Жената с дете на практика не може да се омъжи, безплатното лечение не може да бъде качествено, а предметите и уредите чуждо производство са по-скъпи, но по-добри. Тези и много други неписани закони властват във всички сфери на нашия живот. И когато се сблъскаме с обратните примери, много се учудваме и ги смятаме за изключение от правилата. Името на тези правила всъщност е... предразсъдъци.

Предразсъдъците, предубежденията, стереотипите всъщност са чужди съждения, които често приемаме за верни без да ги подлагаме на проверка. Първо, защото те звучат правдоподобно. И второ, защото ги чуваме не веднъж или два пъти през своя живот, започваме да ги приемаме като продукт на т.нар. колективна народна мъдрост и не се замисляме каква е причината за появата на един или друг предразсъдък.

Причина 1: Мързи ни да мислим самостоятелно.

Сънят на разума никога не води до нищо хубаво. Тези, които мислят, са малцинство. Сред хората от определен тип съществува например поверието, че колкото по-внушителен е носът на мъжа, толкова по-голям е размерът на неговото достойнство. Ако те бяха си направили труда да прочетат някоя медицинска статия по този въпрос...!

Причина 2: Снобизъм.

Навикът да се смятаме за по-добри от определена социална група също ражда неизкореними предубеждения. Това е снобският подход към определени хора, най-често непознати. Ако си бизнесмен, значи си крадец, ако си вземаш всички изпити като че ли без усилие, значи си си платил, ако работиш в чужбина, значи миеш чинии. Според психолозите тези снобски стереотипи могат да се разрушат най-лесно ако съдбата те накара да попаднеш в групата от хора, които толкова много презираш.

Причина 3: Старанията на специалистите по маркетинг и производителите на продукти за масова употреба.

Още един генератор на предразсъдъци често са производителите на продуктите за масова употреба. Първосигнални лозунги като “Вие заслужавате това!” или “За истинските мъже!” създават определена система на материални ценности.

Принадлежността към всеки социален слой се характеризира с определен брой вещи. Ако си важен шеф, не можеш да пътуваш с метрото и да ядеш кисело мляко за обяд, задължително трябва да караш скъпа кола и с часове да се измъчваш в задръстванията по улиците и да се храниш в скъпи ресторанти с други хора на твоето ниво, дори храната да не ти допада особено.

На производителите

разбира се им е изгодно да битува убеждението, че всяка качествена вещ трябва да е скъпа. За да се противопоставим на този предразсъдък трябва да осъзнаем, че това всъщност е много относително и променливо, и в днешно време все по-бързо “последният писък на цивилизацията и технологиите” става демоден.

Причина 4: Страхът.

Особено когато става дума за здравето, процъфтяват най-устойчивите заблуди. В основата на страха за собственото здраве логично стои инстинктът за самосъхранение и затова всеки човек са стреми да избегне болката и се надява на чудеса при оздравяването. Съществува мнение, че да се лекуваш с билки е безопасно и приятно, защото “това не е “химия”, която да убива черния дроб и бъбреците! Всичко природно е богато на витамини и минерали.”

Но е достатъчно да си спомним за “безвредните” растения като конопа, попадийката и свинските ягоди за да се усъмним в това твърдение.

Разпространяването на мита за чудодейните свойства на всички билки е изгодно от две гледни точки - на народните лечители и на пациентите, които не желаят да понасят болката от инжекциите или да харчат пари за лекарства (в случая да се говори за цена е доста безсмислено, защото е далеч по-логично медикаментите да се определят като действащи или не).

Причина 5: Липсата на достоверна информация.

Човек не винаги разполага с възможност да провери фактите. Преди например се е смятало, че Земята е плоска и лежи върху 3 кита. Доказателството, че тя е кръгла, автоматично прехвърли версията за 3-те кита в графа предразсъдъци. Версията, че жената не е чисто създание и е поддържана от тъмни сили е възникнала от т.н. днес “критични дни”. По съществуващите тогава убеждения е невъзможно да губиш кръв няколко дни и да не умреш. Плодовете на този предразсъдък съществуват дори и в нашето съвремие - на жените в менструация например често се забранява да посещават Божия храм.

Борбата с предразсъдъците е много трудна, особено с чуждите. Но никой не ви пречи да вникнете в собствените си или да се опитате да разберете мотивите, които създават все нови и нови.

Как може да се разпознае предразсъдъкът?

- Базовите предразсъдъци достигат до нас в готов вид от чуждата уста - “всички мъже са егоисти”, “ревнува, значи обича”. Ако не искате да потърсите контрааргументи, радвайте се, че имате готов предразсъдък.

- По-голямата част от предразсъдъците се отличават със своята склонност да обобщават. При тях не може да има изключения - всички

адвокати без изключение лъжат, а всички жени-блондинки са глупави.

Задушено пиле с чесън



Рецептата е публикувана в dieta.info

Необходими продукти:

1/2 сварено пиле
2 домата
2 глави чесън
1/2 пакетче масло
няколко лъжици пилешки бульон

Начин на приготвяне:

Изпържете посоленото пиле от двете страни в маслото за 1-2 мин. Добавете настърганите домати, счуканият чесън и бульонът. Похлупете ястието и го задушете за около 5 мин. на умерен огън, като го обръщате два пъти. Поръсете го с черен пипер и сервирайте.

- **Кухня:** българска
- **Начин на приготвяне:** задушена, пържена
- Време за приготвяне:** 30 - 60 минути



BOBBI DONEVA Вашият травел агент

T: 905 849 4664
C: 647 999 2010
E: info@friendlytravel.ca
W: www.friendlytravel.ca

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

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

friendly travel inc.
TICO # 4631602

Сенегал Сине Салум и Дакар

Статията се предоставя от
patepis.com

Автор: *Калоян Колев*

Снимки: *авторът*

В Сенегал пътувах от Гамбия два пъти – по земя и по въздух. Предварително си бях извадил виза от посолството им в Банджул (от Европа се вади в Париж), прави се онлайн енролмънт и се плаща 52 евро по интернет (модерна работа). Щеше ми се да отида и до региона Казаманс, на юг от Гамбия, но поради липса на време и разубеждения заради уж размирната обстановка (и по-късно заради близостта с Гвинея, където епидемията от ебола беше вече в разгара си) така и не събрах смелост. Оказа се, че нямам и право да ходя там и трябвало да искам писмено разрешение от секюрити офиса в Дакар, така че се отказах съвсем. Въпреки това Казаманс казват че е един от най-красивите региони на Сенегал, единствен

с преобладаващо християнско население от етноса Джола. Има луксозен комплекс на Club Med в туристическия Кап Скиринг, който може да се похвали, че е един от малкото провинциални региони в Африка, който има директни редовни полети от Европа. Но не ми беше писано да стигна до там, въпреки проучванията ми. Нищо, следващия път. Сенегал е прекрасна страна, много по-развита, със сигурност най-развитата в региона, заедно с Гана и Кот д'Ивоар, на светлинни години от Гамбия. Има много какво да предложи на туриста – всичко, което има и в Гамбия, заедно с още много.

Сине Салум

Но да започна от началото. Тръгнах петък от Банджул за региона Сине Салум, наречен така, защото тук е делтата на река Салум в Атлантическия океан, и притока и Сине. Страхотна природа, селца и градчета по притоците на реката, канали, опасани с мангрови гори, рибарски селца и сламени колибки. Регионът е част от природното наследство на ЮНЕСКО.



Сине Салум, Сенегал

Хванах такси от Банджул до **ферибота**, оттам пресяхох река Гамбия. На изхода хванах такси до границата при Амдалай, пресяхох **пеш** (подпечатах си паспорта на излизане от Гамбия и влизане в Сенегал), хванах **магаре** до автогарата в Каранг. Оттам с **кола** (7 places се нарича, с форма на катафалка, вътре има 7 места + шофьорското, на три реда) до Тубакута. С **такси-мотор** стигнах до съседното село, откъдето взех **пирога** до кампа, където бях резервирал. 60 километра и 7 превозни средства по-късно бях в кампа.

Прод. на стр.27>>



*Пресичане на границата –
Добре дошли в Сенегал!*

Кампът се намира на единия край на остров в Салум, на другия има малко рибарско селце. Срещу **22 000** западноафрикански франка имах нощувка, пълен пансион и **2** екскурзии.

Бях 'изненадан' от условията – сламена колиба с легло и мрежа за комари, баня и тоалетна навън и нищо друго. Има десетина колиби и ресторант. След като изразих опасението на едно от момчетата, че през нощта могат да влизат животни (най-вече гущери) в колибката, той ми каза, че влизат, но това е еко-камп... Вечеря, почивка, в **20ч.** беше тъмно и нямаше нищо друго за правене. Спах **12** часа непробудно под песните на птиците и шума от гущери в колибата. В просъница чух хиени в далечината. На сутринта закусих и тръгнах на първата екскурзия, с кану по каналите и притоците на реката (наричат се болонг), вътре в мангровата гора. Гребането ми дойде добре за сутрешна гимнастика, въпреки че беше доста горещо.



Пеликани в притоците на Салум

На връщане обядвах и направих втората екскурзия, при отлив, пешеходен преход в мангровата гора. Влажно, хлъзгаво и горещо, но изключително красиво.



Пеш в мангровата гора

Въпреки че ми хареса преживяването, не исках да остана още една вечер в този безлюден остров, реших да отида в най-близкия град Тубакута. Спах в кампът на Корпуса на мира срещу **5000** франка без закуска. До самия камп има интернет зала, занаятчийски дюкянчета и двата луксозни хотела – Palétuvier и Keur Saloum. Вечерях риба, намерих си гид за екскурзия на другия ден, той пък ме заведе на селската дискотека събота вечер. Беше забавно но не останах до късно.



Деца в Тубакута

Неделя направих последната екскурзия до мидения остров. Според легендата, преди векове тук идвали местните, за да се скрият от тези, които искали да ги продадат за роби. Понеже нямало нищо за ядене, яли само миди и затова островът се е покрил с черупки. На острова има и няколко огромни баобаби.

Тук идват момчетата за изпълняване на церемониите по обрязване от местния марабу. Трябва да се знае, че в Сенегал и в цяла Западна Африка марабутата са на много голяма почит, както и т. нар. griots- пазителите на историята и културата на Западна Африка. Те знаят историята на имената и фамилиите, могат да проследят родословието на някого, пазят културата, традициите, песните, легендите и изкуството на местните. Не можеш да станеш грио, раждаш се в семейство на грио и ставаш на свой ред пазител на сенегалската култура. След острова се върнахме в Тубакута, и се качих на мотора, който гидът ми намери. С него пътувахме чак до границата (след няколко бири и без каска), но колко свободен се чувства човек пътувайки на мотор из Африка!! Невероятно чувство. От границата – пак такси и пак фери до Банджул (Гамбия).
Дакар

Прод. на стр.26 >>

Пристигнах в Дакар с **30** минутен полет на Гамбия бърд от Банджул. Уникален град – най-последен истински град (Банджул е голямо село в сравнение с Дакар). Летището на Дакар има ужасна слава, много хора ме предупредиха да внимавам на излизане, понеже има тумба от всякакви измамници на изхода, които само чакат да излезете, за да ви обградят и да

1. *ви обертат*
2. *да ви сменят пари на голяма загуба за вас*
3. *да ви излъжат за такси*
4. *да ви вземат багажа против вашето желание и да го носят срещу бакшиши.*

Аз си бях уредил посрещане и нищо такова не ми се случи, дори мина доста добре, но съвета е не говорете на никой, не гледайте никой, вървете право напред и изчезнете по най-бързия начин.



Кацане над Дакар
Настаних се в супер приятен хотел в елитен квартал на

Дакар, Point E. Там има много заведения, ресторанти, кафенета, дискотеки и изобщо тече динамичен живот 24 часа, в близост е олимпийският басейн на Дакар, Дакарския университет и разни други учреждения. В близост е и болницата Фанн, където в този момент бе изолиран единственият случай на Ебола в страната – гвинеец, избягал от изолатор в Конакри и дошъл в Дакар да се укрива (и да всява паника). Е, спасиха го. Вечерта излязохме да хапнем вкусни бретонски палачинки и френски десерти, да пием бира, наслаждавайки се на концерт live в дакарски бар Just4You. Дакар е културна столица на Западна Африка – постоянно има фестивали, концерти, спектакли, театрални постановки, изложби и други. Много ми липсваше това в Гамбия, където дори няма кино.



Градски транспорт, Дакар

На другия ден се разходихме в центъра на града. Plateau е един от най-европейски изглеждащите

квартали, където са концентрирани голяма част от забележителностите и институциите, а именно старата гара, известна с линията Дакар – Бамако, спряна заради дерайлиране преди няколко години; площад Независимост, кметството, търговската камара, президентския дворец, банки, фирми и търговски центрове, посолства и министерства, големи пазари. Улиците носят имената на бележити французи – Жюл Фери, Феликс Фор, Гамбета, Клебер, Зола, Виктор Юго, Помпиду и др. Впрочем, много квартали на Дакар също носят френски имена – Mermoz, Sacré Coeur, Patte d'Oie, Bel Air, Liberté и др. Не случайно наричат Дакар малкия Париж.



Дакар, център



Центъра на Дакар, кв. Плато – търговска камара
От центъра на града се хваща корабче,

наречено Кумба Кастел за *остров Горé*: островът е символ на търговията с роби по бреговете на Западна Африка. Днес се знае, че ролята на Горé е незначителна в сравнение с други места, особено в Гана, Бенин и Того, но пък е останал символ на тези мрачни времена и задължителна спирка при посещение в Дакар.

Открит от португалците през **1444** г., островът е последователно окупиран от Португалия, Холандия, Англия и Франция, като търговията и развитието му просперират до създаването на Дакар през **19** век. Днес Горé фигурира в Списъка на ЮНЕСКО и разполага с много музеи, галерии, кафенета. Атмосферата на острова е неповторима.



Артист, остров Горé. Всички картини са рисувани с пясъци в различни цветове. Техниката е смайваща.



Паметник за края на робството и трафика на роби към Америка, подарен от френския остров Гуаделуп на Сенегал. Остров Горе. Следва Паметникът на Африканското възраждане (Monument de la Renaissance Africaine) открит през 2010 г. в чест на 50-годишнината от независимостта на Сенегал. Паметникът, най-висок в Африка, представя африканското семейство, “Африка излиза от земята, напуска обскурантизма и се обръща към светлината”. Проектиран от румънски архитект и построен от Севернокорейска фирма, той е доста критикуван заради естетически, религиозни и

етични причини: сталинисткия стил, разголеността на жената (в 95 процента мюсюлманска страна), както и за високата му цена – между 15 и 23 милиона евро – на фона на бедността и безработицата в страната. Най-интересното е, че Сенегал никога не е била комунистическа държава, за разлика от много други в региона е с многопартийна система, с ефективно разделение на властите и е една от малкото в Африка, която никога не е имала държавен преврат. Изборите са демократични и прозрачни, често се сменят леви и десни в правителството и парламента, медиите са свободни и независими. Страната е постоянно сочена за пример за стабилност и демокрация в Африка заедно с Южна Африка. Именно за

това сталинисткия паметник е втрещил при откриването си международната общност. Явно севернокорейците са извадили най-изгодната оферта...



Киев? Не, Дакар! Паметник на Африканското възраждане – най-високият паметник в Африка.

След Паметника тръгнахме към остров Нгор – приятно място за разходка, позволяващо да се откъсне човек от лудницата на големия град. До там се стига през плаж Нгор, откъдето се хваща претъпкана пирога за 400 метра.



Остров Нгор, Дакар



Остров Нгор, Дакар



Вили в Алмади, Дакар

Имаше доста приятни вили и апартаменти, големи коли спряли отпред, хотели, ресторанти, казина и дискотеки – сенегалският Бевърли Хилс...



BOBBI DONEVA

Вашият травел агент

T: 905 849 4664

S: 647 999 2010

E: info@friendlytravel.ca

W: www.friendlytravel.ca

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

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



friendly travel inc.
TICO # 4631602

Изненадващата причина за намаляване насилието сред футболните запаленковци в Бразилия



На място, което е толкова запалено по футбола и където обществото може да бъде толкова насилствено като Бразилия – където има повече убийства, отколкото в която и да е друга страна по света – не е изненада, че кървавите и дори фатални сблъсъци между враждуващи фенове са нещо обичайно. С толкова много големи клубове и дербита в Сао Пауло, най-големият град в южното полукълбо, може да очаквате да има редовни сблъсъци между футболните привърженици. И наистина бе така доскоро, но през последните години нещо се промени, пише в материал на The Guardian.

Насилието на феновете бе огромен проблем в Сао Пауло преди десетилетие. През 2015 г. осем членове на фен-група на Коринтианс бяха убити от въоръжени мъже, докато се наслаждаваха на барбекю и подготвяха знамена за предстоящото дерби срещу Палмейрас. По време на друго дерби между двата тима, фен открадна пистолета на полицаи по време на безредици извън терена на Палмейрас.

Нов проблем се случи на 3 април 2016 г., когато Палмейрас и Коринтианс се срещнаха на стадион Пакаембу. Имаше битки преди и след мача; вандализмът в града бе тежък, а фен бе убит в източно предградие на близо 20 мили от мястото, където се игра мачът.

Властите реагираха, като въведоха решение на Torcida Única, което гласеше, че само феновете на домакините могат да присъстват на дерби между който и да е от «големите четири» клуба в Сао Пауло - Коринтианс, Палмейрас, Сантос и Сао Пауло. Правилото е в сила през последните 7 години, но не е ефективно. Решението

на Torcida Única не направи много за прекратяване на насилието от страна на феновете. Друга намеса обаче доведе до примирие между враждуващи привърженици. Тя няма нищо общо с присъствието на фенове на гостите или каквато и да е политика, въведена от бразилските власти. Вместо това неотдавнашният спад в насилието от страна на феновете се дължи на най-изненадващата причина - поне за чужди очи, които не виждат сложността на живота в Бразилия.



Преди първия полуфинал от държавното първенство на Сао Пауло между Сантос и Палмейрас през април 2016 г. тогавашният президент на Палмейрас Пауло Нобре предупреди, че „няма как да сложи край на насилието във футбола, защото проблемите не възникват вътре в стадиона“. Той се оказва прав.

На 10 февруари тази година ултрасите на Палмейрас нападناха от засада два автобуса с фенове на Коринтианс, които се връщаха от мач срещу Сао Бернардо. Имаше битка между привържениците, която остави феновете и на двете страни по болниците. Нападението – извършено с фойерверки, камъни и железни пръти – доведе до спиране на движението по натоварен път, водещ към центъра на града в ранните часове на деня. Привържениците на Палмейрас публикуваха снимки онлайн, хвалейки се как са откраднали музикални инструменти от своите съперници.

Те обаче не знаеха, че член на престъпната организация **Primeiro Comando da Capital** е бил в един от автобусите и очевидно е бил ранен по време на скандала. Наричана местно като „РСС“ или „Командо“, бандата е сформирана от 8 затворници в затвора Пираня през август

1993 г. Футболът изиграва своята роля в ранните дни. „Основателите“ играеха заедно във футболен отбор на затвора, но тяхната солидарност им носеше други предимства. Тъй като групата нарастваше на брой, те се заеха да се борят с потисничеството в затворническата система и да отмъстят за смъртта на 111-те затворници, убити при клането в Карандиру през 1992 г. - история, увековечена на филм от покойния легендарен режисьор Хектор Бабенко.

Оттогава групата РСС се превърна в най-голямата престъпна организация в Бразилия и сред най-мощните в Южна Америка. Тя може да се похвали с около 20,000 членове в Бразилия, а пипалата и се разпрострират в Перу, Венецуела, Еквадор и Парагвай, където се твърди, че контролира голяма част от търговията с наркотици на континента. Наркотиците преминават през Южна Америка и след това се пренасят през Атлантика към Европа и Западна Африка.

Групата контролира затвори в цяла Бразилия и различни квартали в Сао Пауло. Обирите са често срещана визитна картичка. През 2017 г. членове на РСС извършиха „обира на века“ в офисите на охранителната компания Prosegur в Парагвай. Гангстерите използваха снайперисти, бомби и бронирани автомобили, за да се преборят с полицията и да откраднат между \$8 и \$40 милиона. Сцените, подобни на екшън филм, бяха излъчени по националните новинарски канали.

Сао Пауло обаче стана по-спокойно място през последните 20 години. Процентът на убийствата падна от **35.7 на 100,000 души през 1999 г. до 8.7 през 2016 г.**, което накара тогавашния губернатор на щата Джералдо Алкмин да отдаде заслуги на работата на героичните полицаи. Полицията в града определено се модернизира с нови технологии и подходи, използвани за борба с престъпността. Други изследователи отбелязват влиянието на намаляващата безработица, по-строгия

достъп до алкохол и контрол върху оръжията.

Някои учени обаче предполагат, че доминирането на една-единствена банда – РСС – е основната причина за спада от 73% на убийствата. Професорът от университета в Кеймбридж Грѐм Дениър Уилис твърди, че господството на РСС е „основният фактор за живота и смъртта в Сао Пауло“, като казва, че групата е „продукт, производител и регулатор на насилието“. РСС изпраща „мелеми“ – заповеди, които се разпространяват чрез **WhatsApp**, които трябва да бъдат следвани от членовете на бандата и местната общност. След насилието на магистралата между съперничаещи си футболни фенове по-рано тази година, **РСС изпрати заповед до ултрагрупите в Сао Пауло с искане да спрат да се бият в щата.**

След среща с бандата, ултрагрупи, свързани с три от четирите големи клуба в града – *Mancha Verde (Palmeiras)*, *Torcida Jovem (Santos)* и *Independente (São Paulo)* – публикуваха официални становища, забраняващи на техните членове да участват в „актове на насилие или малодушие“.



Състезателка по ултрамаратон бе дисквалифицирана от последното си състезание след обвинения, че е измамил, като е използвала ... кола за част от трасето, предаде ABC News.

Шотландската ултрамаратонка Йоасия Закжевски се класира на трето място в надпреварата GB Ultras Manchester to Liverpool, която се проведе на 7 април в Обединеното кралство, но бе дисквалифицирана след непоследователни данни за проследяване взети по време на състезанието. 47-годишната шотландка завърши трета в бягането на 50 мили

(80 км), но се смята, че е изминала 2.5 мили (4.02 км) с кола, след като данните от картографирането показват, че е „пробягала“ 1 миля само за 1 минута и 40 секунди.

В интервю за BBC, Уейн Дринкуотър – директорът на надпреварата GB Ultras – потвърди, че Закжевски е бил дисквалифициран от надпреварата.

„Проблемът е проучен и след преглед на данните от нашата система за проследяване на състезания - GPX данни, изявления, предоставени от нашия екип за събитието, други състезатели и от самата участничка, можем да потвърдим, че бегачката е дисквалифицирана, защото е взела превозно средство по време на част от маршрута“, каза Дринкуотър по време на интервюто за BBC. „Въпросът сега е в TRA (Trail Running Association) и на свой ред в UK Athletics (UKA) като регулаторни органи.“

Адриан Стот – приятел на ултрамаратонката – говори пред BBC в отделно интервю и каза, че Закжевски „съжالياва за стореното“. „Състезанието не вървеше по план. Тя каза, че се чувствала болна и уморена и искала да се откаже“, добави Стот пред BBC.

„Тя съдейства изцяло на разследванията на организаторите на състезанието, като им даде пълен отчет за случилото се. Йоасия искрено съжالياва за причиненото разстройство.“

Шокираща победа на китаец го направи задължителен съперник на Александър Усик



Китаецът Джилей Джан, наричан „Big Bang“, вече гледа към световния шампион в тежка категория от Украйна Александър Усик, след като нанесе първото професионално поражение

на британеца Джо Джойс в Лондон само след 6 рунда двубой, пише Al Jazeera.

Реферът Хауърд Фостър спря двубоя в шестия от 12-те планирани рунда в *Copper Box Arena* в Лондон, след като лекарят край ринга два пъти прегледа подпухналото дясно око на Джойс, което бе почти затворено.

„Днешният ден ми принадлежи“, каза Джан чрез преводач, след като извика „Китайска сила“. „... Аз съм на 39 години, но съм дисциплиниран. Тренирам здраво. Следващата стъпка е да се боря за титлата.“

Победата за Джан отбеляза завръщане от първото му поражение в кариерата от хърватина Филип Хргович през август.



37-годишният Джойс бе временен шампион на WBO в дивизията - титла, която на практика го правеше задължителен претендент срещу украинеца Усик за шампион на WBO, IBO, IBF и WBA. Британецът Тайсън Фюри държи титлата на WBC.

Джойс гледаше на потенциални битки с Усик, Фюри или Антъни Джошуа в подготовката за които бе предвидена за битката с Джан. Но проблемите започнаха от самото начало, като Джойс се превърна в статична мишена за бумтящата лява ръка на Джан.

„Просто съм разочарован от представянето си“, каза Джойс пред BT Sport след 16-та му професионална битка. „Дясната ръка, с която ме удряше. Не можех да се махна от пътя и, така че моите уважения към Джилей Джан „Big Bang“. Очаквах да спечеля, както обикновено.

„Ще се върна. Пътуването ми не е приключило. Това е просто препятствие, в което може да съм се спънал, така че ще се върна.“

Промоутърът Джордж Уорън каза, че Джойс може да търси реванш с Джан.

Семейството на Шумахер ще съди издателя, публикувал скандално интервю с Михаел, генерирано от изкуствен интелект



Главният редактор на германското таблоидно списание Die Aktuelle бе уволнен след публикуване „интервю“ със 7-кратния световен шампион Михаел Шумахер, отговорите на които всъщност са генерирани от изкуствен интелект, предава Planet F1.

Списанието публикува снимка на легендата от Формула 1 под заглавието „**Михаел Шумахер, Първото интервю, световна сензация**“, докато пише с по-ситен шрифт отдолу: „**Звучи измамно реално**“.

Тази статия, написана с помощта на фалшиви отговори от AI-чатбот, предизвика широка критика към списанието, като се има предвид, че Шумахер не се е появявал публично след ски-инцидента в края на 2013 г. и новините за състоянието му се пазят в най-голяма степен на поверителност от семейството му.

След публикуването на статията семейство Шумахер потвърди, че ще предприеме правни действия срещу Die Aktuelle, а Funke Magazines - издателска група, която публикува Die Aktuelle, уволни главния редактор Ан Хофман като същевременно се извини на близките на Шумахер.

Управляващият директор

на Funke, Бианка Полман, **силно критикува статията и появата ѝ на първата корица на Die Aktuelle.**

„Тази безвкусна и подвеждаща статия не трябваше да се появява. Това по никакъв начин не отговаря на стандартите на журналистиката, които ние – и нашите читатели – очакваме от издател като Funke“, каза тя в изявление. Съпругата на Шумахер, Корина, предложи кратка представа за състоянието на съпруга си чрез документалния филм на Netflix, който описва подробно кариерата на 7-кратния световен шампион във Формула 1.



Но по този начин тя обясни, че поверителността, която той е помогнал да запази около семейството си просто се запазва, докато Михаел живее живота си по „различен“ начин след нараняванията си. „Михаел е тук. Различен, но той е тук и това според мен ни дава сила“, каза тя по време на документалния филм.

„Заедно сме. Живеем заедно у дома, правим терапия, правим всичко възможно, за да му помогнем да е по-добре и да се уверим, че се чувства комфортно, просто да го накараме да почувства нашето семейство, нашата връзка“. „И каквото и да става, ще направя всичко, което мога. Всички ще го направим.“

„Опитваме се да продължим като семейство, както Михаел харесваше и продължава да го прави, продължаваме живота си. „**Личното си е лично**“, **както винаги казваше той.**

„За мен е много важно той да може да продължи да се наслаждава на личния си живот колкото е възможно повече. Михаел винаги ни е защитавал и сега ние защитаваме Михаел“.



Спортна рубрика:
Павел Станимиров

- Колкото повече остарявам, толкова повече години до пенсия ми остават...



Животът е постоянна борба!
До обяд се бориш с глада, след обяд с дрямката, а вечер с чашата!



Женски аргумент:
“Няма такъв проблем, който да не мога да създам”!



Имам един приятел програмист, баба му като го види:
- Момче, нали разбираш от компютри... я виж микровълновата нещо не работи.



Харисън Форд се снимал в поредното продължение за Индиана Джоунс.
Режисьорът му казал:

- В тая сцена няма да използваме каскадьори. Искам ти лично да минеш по тънко въже над Ниагарския водопад, по време на силен вятър и пороен дъжд!
Актьорът се притеснил:
- Ами, ако въжето се скъса?...

Режисьорът се изкефил:
- Еха! Това е егати яката идея!



Мъж и жена си говорят:
- Еми, боли ме стомаха!
- Това е, защото е празен, скъпи.
- Сега разбрах, защо все те боли главата.



Преди имах много активен живот: играех тенис, футбол, билиард, занимавах се с шахмат, участвах в автомобилни състезания. Но всичко приключи,

когато ми се развали компютъра...



Попитали радио Ереван:
- Знаете ли кой е дал името MicroSoft на компанията на Бил Гейтс?!
Радиото отговорило:
- Жена му Мелинда - през първата им брачна нощ !



Двама програмисти вървят по улицата и виждат едно симпатично момиче и единия казва:
- Виж какви “Properties” има тази.
- Да но са “Read Only”
- допълнил другия.



Въпрос:
- Коя е най-мощната флашка, за пренос на данни!?
Отговор:
- Кафе с комшийката...



Фейсбук е най-хубавото място...

Повечето ми приятели ме мислят за хубава и умна... другите ги трия...



Момче и момиче се запознават:
- Какво работиш?
- Програмист съм.
Тя въодушевено:
- По-точно?
- Вкъщи стоя и сменям програмите на телевизора.



Жена буди мъжа си, програмист, посред нощ:
- Скъпи, студено ми е. Да затворя ли прозореца?
- Не затваряй. Само го минимизирай.



- Ванка, ама ти с какво се занимаваш?
- Писател съм.
- Уау... Интересно...
Какво пишеш?
- Коментари във Фейсбук!



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.



- 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)



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



Прибирам се снощи, жена ми със секси бельо, лежи на леглото и ми вика:
- Скъпи, направи нещо за мен, което направо да ме разкърти! Че като грабнах акордеона..



Разбойници нападнали едно село. Доста мислили как да се погаврят с жителите. Най-накрая измислили:
- Значи! Всички местни мъже сега си свалят гащите и се строяват в редичка. Когато жена му го разпознае с вързани очи по мъжкото достойнство, него няма да закачаме. Мъжете се строили. Излиза първата булка:
- Този не е моят, и този не е... Ето! Този е моят!
Разбойниците са шокирани. Как е възможно?
Излиза и следващата булка:
- Не е този ... и този не е... А, ето го моят!
Разбойниците се споглеждат, нищо не разбират. Решават

да внедрят при пленниците един от своите.
Викат поредната жена.
- Така-а-а. Този е чужд... този също... Хм... а този изобщо не е от нашето село!



Трима ловджии си говорят за жените си:
- Моята е като сърна! Стройна, нежна, с големи влажни очи.
- А моята е хитра, лукава, бърза, като лисица.
- А моята пък, да ви кажа, външно изглежда като човек...



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



Мъж в банката ми предлага кредит.

Аз:
- Не ми трябва.
Той:
- Имаме много изгодни условия!
Аз:
- Отношението ми към кредитите е отрицателно.
Той:
- Имали сте печален опит?
Аз:
- Вие как се отнасяте към секса между мъже?

Той:
- Отрицателно разбира се!
Аз:
- Имали сте печален опит?



Премръзнал мъж се връща къщи и казва на жена си:
- Познай какво нося в левия си джоб? Започва с буквата „П“...
- Премия?
- Не, половинка ракия. А, сега познай какво нося в десния си джоб? Започва с буквата „З“...
- Заплата?
- Не, земал съм още една половинка ракия.



- Знаете ли за какво Ви спрях?
- Превишена скорост? - налучква шофьорът.
- Да! - кима полицаят.
- И какво ще правим сега?
- 100 лв. ще стигнат ли? - тършува из портфейла шофьорът.
- Ти нас не ни мисли, важното е ти да си доволен!



Млад мъж е спрял от полицията, понеже кара с много висока скорост по магистралата. Полицаят се доближава бавно до колата и казва:

- Цял ден седя и чакам някой като теб да мине по магистралата. Мъжът отговаря:
- Знаем, г-н сержант. Бързах, колкото можах..



Полицай към шофьор:
- Защо превишихте ограничението за скоростта?
- Бързах да се прибера къщи, преди да е подействала водката.



Приятелите пият в кръчмата:
- Брат, никога не забравяй откъде си тръгнал!
- Защо?
- Защото после не можеш да се прибереш...



Мъж в командировка получава SMS:
“Информираме ви, че съпружеският ви дълг за тази седмица е погасен”



Канибалско племе. Един от канибалите тича при вожда:
- Съседното племе ни обяви война...
Вождът се потупва по корема:
- Ей, писна ми от банкетите...



УВАЖЕНИЕ, ПОЧИТ /КНИЖ./ ГУРБЕТЧИЯ В ЧУЖБИНА	ЗАВЕРЯВАНЕ НА ДОКУМЕНТ /КАНЦ./ РОМАН ОТ АЛЕКСАНДЪР СОЛЖЕНИЦИН	ПРОМЯНА В РАЗВИТИЕ НА НЕЩО НАЧИН НА ГРАВИРАНЕ С КИСЕЛИНА	ПИСМЕНОТО ОЗНАЧЕНИЕ ЗА ЦИФРАТА 3	ПАРТИЯ ИГРА НА ТЕНИС НА КОРТ СПЪТНИК НА ПЛАНЕТАТА ЮПИТЕР КВАРТАЛ НА СОФИЯ	ПРИГОТВЕНО ЧРЕЗ ВАРЕНЕ ЯСТИЕ, ГОЗБА ДУШЕВНО СПОКОЙСТВИЕ; УСПОКОЕНИЕ	СТОЛИЦАТА НА БАНГЛАДЕШ ВОДНО ЖИВОТНО ДИШАЩО С ХРИЛЕ	КОЗМЕТИЧНО СРЕДСТВО ЗА РУМЕНИНА НА ЛИЦЕТО	ВИД ПАРИЧНО ВЪЗНАГРАЖДЕНИЕ ПРОСТ, НЕДОДЯЛАН ЧОВЕК; ПРОСТАК	ВИД ИГРА НА КАРТИ С ДВЕ КОЛОДИ ХАПВАНЕ ПРИ УПОТРЕБА НА АЛКОХОЛ			
БЪЛГАРСКИ ХАН /721-737/ НАЙ-ВИСОКОТО МЯСТО НА ПЛАНИНСКИ ПРОХОД ИЗРАСТЪК НА НЕРВНА КЛЕТКА	ЧОВЕК, КОЙТО ЛЕСНО ИЗБУХВА, КРЕЦИ	МОДЕЛ МИКРОБУСИ НА „OPEL“	ВИД МЕСНО ЯСТИЕ СОЧЕН ПЛОД С ДЕБЕЛА КОРА; ЛЮБЕНИЦА	НАЗВАНИЕ НА БОГОРОДИЦА ПРИ КАТОЛИЦИ ВИД КАЧУЛЕСТ АВСТРАЛИЙСКИ ПАПАГАЛ	СПЕЦИАЛЕН МЕК МОЛИВ ЗА РИСУВАНЕ	ВИД ГЪСТО ПИТИЕ ОТ ПРОСЕНО БРАШНО	ОТКЛОНЕНИЕ ОТ ЦЪРКОВНИ ДОГМИ; СЕКТА ТЪНЪК ДЪЛЪГ ИЗРАСТЪК НА ЖИТЕН КЛАС	ПЕЧЕНО СЛАДКАРСКО ИЗДЕЛИЕ АКТИВЕН ВУЛКАН В ИТАЛИЯ /3323/	ТРАКИЙСКО ЖЕНСКО БОЖЕСТВО ВИД ДЪЛГА ПРАВА ЛИНИЯ ЗА ЧЕРТАНЕ	ИТАЛИАНСКА ФУТБОЛНА ЛЕГЕНДА ЛЕТВА ЗА ИЗМАЗВАНЕ НА СТЕНИ /СТР./	НЯКОГАШНИ ПЛАНИНСКИ РАЗБОЙНИЦИ; КЪРДЖАЛИИ	
ОТВОР ЗА ПОЕМАНЕ НА ХРАНАТА СТО ПРЕДМЕТА ОТ ЕДИН И СЪЩИ ВИД	УРЕД ЗА ВЪРШЕЕНЕ КЕРЕМИДА ПО РЪБОВЕТЕ НА ПОКРИВ /СТРОИТ./	РОМАН /1880/ ОТ ЕМИЛ ЗОЛА ПЛЪЗГАЩА СЕ ПО СНЕГА ЧАСТ ОТ ШЕИНА	ЕВТИН И НЕПРЕТЕНЦИОЗЕН ХОТЕЛ МОДЕЛ НА ЛЕКИ КОЛИ „ВИСК“	ПАСИРАНЕ НА СТОКИ СРЕЩУ СТОКИ /ТЪРГ./ СРЪБСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР	ОСОБЕН ВИД РАЗТЕГЛИВА ПЛЕТКА УКРАИНСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР	ЖИЛИЩНО ПОМЕЩЕНИЕ В ТАВАНСКИ ЕТАЖ ФУТБОЛЕН ТИМ ОТ ФРАНЦИЯ	ДЕКОРАТИВНА ТЪКАН ЗА УКРАСА НА СТЕНА	ГЕРМАНСКА НАГРАДА ЗА ФАНТАСТИКА	СВЛИЧАЩА СЕ СНЕЖНА МАСА В ПЛАНИНАТА	ОСЛОБЕНА ФУТБОЛНА ЛЕГЕНДА ЛЕТВА ЗА ИЗМАЗВАНЕ НА СТЕНИ /СТР./	ДЕКОРАТИВНА ТЪКАН ЗА УКРАСА НА СТЕНА	ГЕРМАНСКА НАГРАДА ЗА ФАНТАСТИКА
ИЗСТРЕЛВАН ОТ ПОДВОДНИЦА СНАРЯД АВТОНОМИЯ НА НОВА ЗЕЛАНДИЯ	РОМАН /1880/ ОТ ЕМИЛ ЗОЛА ПЛЪЗГАЩА СЕ ПО СНЕГА ЧАСТ ОТ ШЕИНА	ПАСИРАНЕ НА СТОКИ СРЕЩУ СТОКИ /ТЪРГ./ СРЪБСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР	МНОГОСЕРИЕН ТВ ФИЛМ ГОРНА ЧАСТ НА ДАМСКИ КОСТЮМ БЕЗ ПРЕЗРАМКИ	КРУПЕН АКЦИОНЕР ИЛИ СОБСТВЕНИК НА БАНКА ГЕОГРАФСКИ ОРИЕНТИР	ПЕРИОДИЧНО МОРСКО ЯВЛЕНИЕ ВИД ПАТИЦА У НАС, ОБЕКТ НА ЛОВ	ВИД ДАМСКА ДРЕКА ОТ КЪРСТА НАДОЛУ ХИМИЧЕСКИ ЕЛЕМЕНТ СЪС СИМВОЛА IR	ЕДИНИЦА МЯРКА ЗА УСКОРЕНИЕ КОЕТО Е СМЕСЕНО С ДРУГО	ДЕКОРАТИВНА ТЪКАН ЗА УКРАСА НА СТЕНА	СВЛИЧАЩА СЕ СНЕЖНА МАСА В ПЛАНИНАТА	ОСЛОБЕНА ФУТБОЛНА ЛЕГЕНДА ЛЕТВА ЗА ИЗМАЗВАНЕ НА СТЕНИ /СТР./	ДЕКОРАТИВНА ТЪКАН ЗА УКРАСА НА СТЕНА	ГЕРМАНСКА НАГРАДА ЗА ФАНТАСТИКА
ФРЕНСКИ ПЕТРОЛЕН КОНЦЕРН ИЗРАСТЪК НА ДЪРВО ИЛИ ХРАСТ	Г-И НА МОЛИЕР В „МИНИМИЯТ БОЛЕН“ ЗАПАЗЕН ОРГАНИЗЪМ ОТ МИНАЛОТО	ПАСИРАНЕ НА СТОКИ СРЕЩУ СТОКИ /ТЪРГ./ СРЪБСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР	КРУПЕН АКЦИОНЕР ИЛИ СОБСТВЕНИК НА БАНКА ГЕОГРАФСКИ ОРИЕНТИР	ПЕРИОДИЧНО МОРСКО ЯВЛЕНИЕ ВИД ПАТИЦА У НАС, ОБЕКТ НА ЛОВ	ВИД ДАМСКА ДРЕКА ОТ КЪРСТА НАДОЛУ ХИМИЧЕСКИ ЕЛЕМЕНТ СЪС СИМВОЛА IR	ЕДИНИЦА МЯРКА ЗА УСКОРЕНИЕ КОЕТО Е СМЕСЕНО С ДРУГО	ДЕКОРАТИВНА ТЪКАН ЗА УКРАСА НА СТЕНА	ГЕРМАНСКА НАГРАДА ЗА ФАНТАСТИКА	СВЛИЧАЩА СЕ СНЕЖНА МАСА В ПЛАНИНАТА	ОСЛОБЕНА ФУТБОЛНА ЛЕГЕНДА ЛЕТВА ЗА ИЗМАЗВАНЕ НА СТЕНИ /СТР./	ДЕКОРАТИВНА ТЪКАН ЗА УКРАСА НА СТЕНА	ГЕРМАНСКА НАГРАДА ЗА ФАНТАСТИКА
ВИД ДЪБ С ЛОША ДЪРВЕСИНА ПРИМИТИВНО ПЛАВАТЕЛНО СРЕДСТВО	РУСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР УРЕЖДАНО ПЕРИОДИЧНО ИЗЛОЖЕНИЕ	ПАСИРАНЕ НА СТОКИ СРЕЩУ СТОКИ /ТЪРГ./ СРЪБСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР	КРУПЕН АКЦИОНЕР ИЛИ СОБСТВЕНИК НА БАНКА ГЕОГРАФСКИ ОРИЕНТИР	ПЕРИОДИЧНО МОРСКО ЯВЛЕНИЕ ВИД ПАТИЦА У НАС, ОБЕКТ НА ЛОВ	ВИД ДАМСКА ДРЕКА ОТ КЪРСТА НАДОЛУ ХИМИЧЕСКИ ЕЛЕМЕНТ СЪС СИМВОЛА IR	ЕДИНИЦА МЯРКА ЗА УСКОРЕНИЕ КОЕТО Е СМЕСЕНО С ДРУГО	ДЕКОРАТИВНА ТЪКАН ЗА УКРАСА НА СТЕНА	ГЕРМАНСКА НАГРАДА ЗА ФАНТАСТИКА	СВЛИЧАЩА СЕ СНЕЖНА МАСА В ПЛАНИНАТА	ОСЛОБЕНА ФУТБОЛНА ЛЕГЕНДА ЛЕТВА ЗА ИЗМАЗВАНЕ НА СТЕНИ /СТР./	ДЕКОРАТИВНА ТЪКАН ЗА УКРАСА НА СТЕНА	ГЕРМАНСКА НАГРАДА ЗА ФАНТАСТИКА
ШИРОКИТЕ КОСТИ НА ЧОВЕКА ТАЯЛО С ФОРМАТА НА ОВАЛ /ГЕОМ./ СУБТРОПИЧНО РАСТЕНИЕ	ДРЕВНОГРЪЦКА БОГИНЯ НА ПОБЕДАТА ФРЕНСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР	ПАСИРАНЕ НА СТОКИ СРЕЩУ СТОКИ /ТЪРГ./ СРЪБСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР	КРУПЕН АКЦИОНЕР ИЛИ СОБСТВЕНИК НА БАНКА ГЕОГРАФСКИ ОРИЕНТИР	ПЕРИОДИЧНО МОРСКО ЯВЛЕНИЕ ВИД ПАТИЦА У НАС, ОБЕКТ НА ЛОВ	ВИД ДАМСКА ДРЕКА ОТ КЪРСТА НАДОЛУ ХИМИЧЕСКИ ЕЛЕМЕНТ СЪС СИМВОЛА IR	ЕДИНИЦА МЯРКА ЗА УСКОРЕНИЕ КОЕТО Е СМЕСЕНО С ДРУГО	ДЕКОРАТИВНА ТЪКАН ЗА УКРАСА НА СТЕНА	ГЕРМАНСКА НАГРАДА ЗА ФАНТАСТИКА	СВЛИЧАЩА СЕ СНЕЖНА МАСА В ПЛАНИНАТА	ОСЛОБЕНА ФУТБОЛНА ЛЕГЕНДА ЛЕТВА ЗА ИЗМАЗВАНЕ НА СТЕНИ /СТР./	ДЕКОРАТИВНА ТЪКАН ЗА УКРАСА НА СТЕНА	ГЕРМАНСКА НАГРАДА ЗА ФАНТАСТИКА
US ФИЛМ /1997/ С ИТЪН ХОУК И ДЖЪД ЛОУ ВИД СИНТЕТИЧЕН КАУЧУК	МАРКА МЕНТОВИ БОНБОНИ СЪЕДИНЕНИЕ НА МЕТАЛНИ ТРЪБИ /ТЕХН./	ПАСИРАНЕ НА СТОКИ СРЕЩУ СТОКИ /ТЪРГ./ СРЪБСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР	КРУПЕН АКЦИОНЕР ИЛИ СОБСТВЕНИК НА БАНКА ГЕОГРАФСКИ ОРИЕНТИР	ПЕРИОДИЧНО МОРСКО ЯВЛЕНИЕ ВИД ПАТИЦА У НАС, ОБЕКТ НА ЛОВ	ВИД ДАМСКА ДРЕКА ОТ КЪРСТА НАДОЛУ ХИМИЧЕСКИ ЕЛЕМЕНТ СЪС СИМВОЛА IR	ЕДИНИЦА МЯРКА ЗА УСКОРЕНИЕ КОЕТО Е СМЕСЕНО С ДРУГО	ДЕКОРАТИВНА ТЪКАН ЗА УКРАСА НА СТЕНА	ГЕРМАНСКА НАГРАДА ЗА ФАНТАСТИКА	СВЛИЧАЩА СЕ СНЕЖНА МАСА В ПЛАНИНАТА	ОСЛОБЕНА ФУТБОЛНА ЛЕГЕНДА ЛЕТВА ЗА ИЗМАЗВАНЕ НА СТЕНИ /СТР./	ДЕКОРАТИВНА ТЪКАН ЗА УКРАСА НА СТЕНА	ГЕРМАНСКА НАГРАДА ЗА ФАНТАСТИКА
ОТПРАВЕН ПОГЛЕД /ПОЕТИЧНО/ ТОЧНО КАЛЕНДАРНО ВРЕМЕ НА СЪБИТИЕ	НЕЩО ИЗМИСЛЕНО /КНИЖОВНО/ ОБЪРЩЕНИЕ ЗА ГОСПОЖА В ПОЛША	ПАСИРАНЕ НА СТОКИ СРЕЩУ СТОКИ /ТЪРГ./ СРЪБСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР	КРУПЕН АКЦИОНЕР ИЛИ СОБСТВЕНИК НА БАНКА ГЕОГРАФСКИ ОРИЕНТИР	ПЕРИОДИЧНО МОРСКО ЯВЛЕНИЕ ВИД ПАТИЦА У НАС, ОБЕКТ НА ЛОВ	ВИД ДАМСКА ДРЕКА ОТ КЪРСТА НАДОЛУ ХИМИЧЕСКИ ЕЛЕМЕНТ СЪС СИМВОЛА IR	ЕДИНИЦА МЯРКА ЗА УСКОРЕНИЕ КОЕТО Е СМЕСЕНО С ДРУГО	ДЕКОРАТИВНА ТЪКАН ЗА УКРАСА НА СТЕНА	ГЕРМАНСКА НАГРАДА ЗА ФАНТАСТИКА	СВЛИЧАЩА СЕ СНЕЖНА МАСА В ПЛАНИНАТА	ОСЛОБЕНА ФУТБОЛНА ЛЕГЕНДА ЛЕТВА ЗА ИЗМАЗВАНЕ НА СТЕНИ /СТР./	ДЕКОРАТИВНА ТЪКАН ЗА УКРАСА НА СТЕНА	ГЕРМАНСКА НАГРАДА ЗА ФАНТАСТИКА
ПРИЗЕМНО ПОМЕЩЕНИЕ В КЪЩА ЗА ЗИМНИНА ТЕХНО-ЛОГИЧНА ДОБАВКА КЪМ ХРАНИТЕ, ТАКА НАРЕЧЕНИТЕ „Е“-ТА	СТИЛ В ПОПУЛЯРНАТА МУЗИКА ВИД ХИЩНИК; ЛЮБЕЦА МЕЧКА	ПАСИРАНЕ НА СТОКИ СРЕЩУ СТОКИ /ТЪРГ./ СРЪБСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР	КРУПЕН АКЦИОНЕР ИЛИ СОБСТВЕНИК НА БАНКА ГЕОГРАФСКИ ОРИЕНТИР	ПЕРИОДИЧНО МОРСКО ЯВЛЕНИЕ ВИД ПАТИЦА У НАС, ОБЕКТ НА ЛОВ	ВИД ДАМСКА ДРЕКА ОТ КЪРСТА НАДОЛУ ХИМИЧЕСКИ ЕЛЕМЕНТ СЪС СИМВОЛА IR	ЕДИНИЦА МЯРКА ЗА УСКОРЕНИЕ КОЕТО Е СМЕСЕНО С ДРУГО	ДЕКОРАТИВНА ТЪКАН ЗА УКРАСА НА СТЕНА	ГЕРМАНСКА НАГРАДА ЗА ФАНТАСТИКА	СВЛИЧАЩА СЕ СНЕЖНА МАСА В ПЛАНИНАТА	ОСЛОБЕНА ФУТБОЛНА ЛЕГЕНДА ЛЕТВА ЗА ИЗМАЗВАНЕ НА СТЕНИ /СТР./	ДЕКОРАТИВНА ТЪКАН ЗА УКРАСА НА СТЕНА	ГЕРМАНСКА НАГРАДА ЗА ФАНТАСТИКА
ПЛОЩАДКА ЗА ЗАВЕДЕНИЕ ЗА ТАНЦУВАНЕ ВРЕМЕТО ОТ РАЖДАНЕТО ДО СМЪРТТА	ЕДНА ОТ КАРАВЕЛИТЕ НА ХРИСТОФОР КОЛУМБ ПАЗАЧ, ОХРАНИТЕЛ	ПАСИРАНЕ НА СТОКИ СРЕЩУ СТОКИ /ТЪРГ./ СРЪБСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР	КРУПЕН АКЦИОНЕР ИЛИ СОБСТВЕНИК НА БАНКА ГЕОГРАФСКИ ОРИЕНТИР	ПЕРИОДИЧНО МОРСКО ЯВЛЕНИЕ ВИД ПАТИЦА У НАС, ОБЕКТ НА ЛОВ	ВИД ДАМСКА ДРЕКА ОТ КЪРСТА НАДОЛУ ХИМИЧЕСКИ ЕЛЕМЕНТ СЪС СИМВОЛА IR	ЕДИНИЦА МЯРКА ЗА УСКОРЕНИЕ КОЕТО Е СМЕСЕНО С ДРУГО	ДЕКОРАТИВНА ТЪКАН ЗА УКРАСА НА СТЕНА	ГЕРМАНСКА НАГРАДА ЗА ФАНТАСТИКА	СВЛИЧАЩА СЕ СНЕЖНА МАСА В ПЛАНИНАТА	ОСЛОБЕНА ФУТБОЛНА ЛЕГЕНДА ЛЕТВА ЗА ИЗМАЗВАНЕ НА СТЕНИ /СТР./	ДЕКОРАТИВНА ТЪКАН ЗА УКРАСА НА СТЕНА	ГЕРМАНСКА НАГРАДА ЗА ФАНТАСТИКА
ПЛАНИНА В ПОЛША И ЧЕХИЯ МЪЖКА РОЖБА; НАСЛЕДНИК	ВЪЗПАЛЕНИЕ НА ЛИГВИЦАТА НА ТЪНЪКИТЕ ЧЕРВА	ПАСИРАНЕ НА СТОКИ СРЕЩУ СТОКИ /ТЪРГ./ СРЪБСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР	КРУПЕН АКЦИОНЕР ИЛИ СОБСТВЕНИК НА БАНКА ГЕОГРАФСКИ ОРИЕНТИР	ПЕРИОДИЧНО МОРСКО ЯВЛЕНИЕ ВИД ПАТИЦА У НАС, ОБЕКТ НА ЛОВ	ВИД ДАМСКА ДРЕКА ОТ КЪРСТА НАДОЛУ ХИМИЧЕСКИ ЕЛЕМЕНТ СЪС СИМВОЛА IR	ЕДИНИЦА МЯРКА ЗА УСКОРЕНИЕ КОЕТО Е СМЕСЕНО С ДРУГО	ДЕКОРАТИВНА ТЪКАН ЗА УКРАСА НА СТЕНА	ГЕРМАНСКА НАГРАДА ЗА ФАНТАСТИКА	СВЛИЧАЩА СЕ СНЕЖНА МАСА В ПЛАНИНАТА	ОСЛОБЕНА ФУТБОЛНА ЛЕГЕНДА ЛЕТВА ЗА ИЗМАЗВАНЕ НА СТЕНИ /СТР./	ДЕКОРАТИВНА ТЪКАН ЗА УКРАСА НА СТЕНА	ГЕРМАНСКА НАГРАДА ЗА ФАНТАСТИКА
ВИД ХАРТИЯ ЗА ПОЩЕНСКИ МАРКИ	СЪЕДИНИТЕЛ НА ПРЕВОЗНО СРЕДСТВО	ПАСИРАНЕ НА СТОКИ СРЕЩУ СТОКИ /ТЪРГ./ СРЪБСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР	КРУПЕН АКЦИОНЕР ИЛИ СОБСТВЕНИК НА БАНКА ГЕОГРАФСКИ ОРИЕНТИР	ПЕРИОДИЧНО МОРСКО ЯВЛЕНИЕ ВИД ПАТИЦА У НАС, ОБЕКТ НА ЛОВ	ВИД ДАМСКА ДРЕКА ОТ КЪРСТА НАДОЛУ ХИМИЧЕСКИ ЕЛЕМЕНТ СЪС СИМВОЛА IR	ЕДИНИЦА МЯРКА ЗА УСКОРЕНИЕ КОЕТО Е СМЕСЕНО С ДРУГО	ДЕКОРАТИВНА ТЪКАН ЗА УКРАСА НА СТЕНА	ГЕРМАНСКА НАГРАДА ЗА ФАНТАСТИКА	СВЛИЧАЩА СЕ СНЕЖНА МАСА В ПЛАНИНАТА	ОСЛОБЕНА ФУТБОЛНА ЛЕГЕНДА ЛЕТВА ЗА ИЗМАЗВАНЕ НА СТЕНИ /СТР./	ДЕКОРАТИВНА ТЪКАН ЗА УКРАСА НА СТЕНА	ГЕРМАНСКА НАГРАДА ЗА ФАНТАСТИКА

*** ПОМОЩНИК ***
ЛАСВИЦ, НАМРИТ, ПЛАНЕТ, КЛОПАЧ, ВИКУНЯ, ТИКИНГ, ПОМПЕЙ, АДТИВ, КОТИТО, ПЮРГОН, ДИОНИС, ВЕРЖЕ



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



Large variety of European products.
 Chocolates and cookies from Germany and Austria.
 Smoked and Fresh meat, Cheese, Homemade salads
 and fresh bread.
HOT MEALS: Schnitzels, Soups, Hamburgers,
 Goulash. Sausages, Fish, Ribs, Chicken,
 Potato Pancakes.



Bulgarian Flame Newspaper

Funded by the Government of Canada

Canada

Отговори от Сканди:

Водоравно: Печалбар, Елара, У дома, Севар, Истерик, Женен, Превал, Кебап, Боза, Неврит, Мадона, Ерес, Кекс, Котито, Пиола, Етна, Лавина, Мансарда, Диканя, Ластик, Уста, Нана, Хостел, Гал, Торпедо, Бартер, Пола, Токелау, Сериал, Ирбис, Тотал, Банкер, Прилив, Филиз, Пюргон, Климе, Цер, Ростов, Кладенец, Сал, Пестил, Дионис, Овалоид, Помпей, Чан, Таз, Нике, Сократ, Кино, Гатака, Ведрич, Лотос, Наирит, Тик Так, Не пали!, Взор, Фикция, Жегъл, Дата, Пикуик, Жабарник, Латино, Кибуц, Яра, Мазе, Ниня, Завалия, Дансинг, Батерия, Акт, Живот, Аален, Рало, Татри, Ентерит, Борис, Син, Амбреаж, Честност, Верже, Антиген, Ран.

Отвесно: Респект, Стотица, Агава, Адитив, Червеното колело за изтезаване, Заверка, Аретир, Троа, Енот, Лавис, Плаз, Панаир, Страж, Обрат, Линеал, Реликт, Пани, Име, Какаду, Посока, Фитинг, Три, Мовано, Бюстие, Тикинг, Ера, Слатина, Сартид, Викуня, Анен, Сет, Диня, Бенгол, Секцио, Батат, Лекота, Харков, Подтик, Залежи, Варено, Лориен, Докрая, Катер, Риба, Мастер, Кимрик, Живениче, Дака, Пастел, Клопач, Жабар, Тен, Принтер, Планет, Небулий, Руж, Осил, Иридий, Легация, БТР, Дебелак, Примес, Копър, Рона, Хонорар, Гоблен, Читалня, Аарон, Мезе, Даалии, Етанол, Ираклис, Канаста, Ласвиц, Носилка, Тост.

ОПТИКА В МИСИСАГА - ОБСЛУЖВАМЕ НА БЪЛГАРСКИ

1077 North Service Rd
 Mississauga, Ontario

(905) 272-1632

@Abbeopt

ABBE
 OPTICIANS

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



*Direct billing to all insurance companies

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 рекламоделите 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.