

Как хранителната несигурност засяга правата на хората да избират да имат деца или не, и как да бъдат родители

(How food insecurity affects people's rights to choose whether or not to have children, and how they parent)

Автори: Джасмин Фледерйохан - старши преподавател по социология, Lancaster University, Морийн Овино - докторант, Факултет по околна среда и градска промяна, York University, Канада и Софи Патерсън - клиничен преподавател по обществено здравеопазване, Lancaster University

Декларация за оповестяване:

Джасмин Фледерйохан получава финансиране от UKRI под формата на стипендия за бъдещи лидери (грант номер MR/T021950/1).

Морийн Овино е стипендиант на Vanier Canada Graduate Scholarship

(Vanier CGS) и получава финансиране от CIHR.

Софи Патерсън получава финансиране от NIHR под формата на клинична лекция в допълнение към грант за начален клиничен преподавател от Академията на медицинските науки.



How food insecurity affects people's rights to choose whether or not to have children, and how they parent

Статията е публикувана в *The Conversation*.

Преводът е на „Пламък“

Четете на стр.4 >>



Your one stop **Health Food Store**
Largest **Health Food Chain** in the GTA

NOW OVER 33 LOCATIONS ACROSS THE GTA!

LIVE LIFE HEALTHY healthyplanetcanada.com



Продажба, покупка и ремонт на автомобили
867 Kipling Ave. Toronto

За продажби: Ангел и Петър: 416-823-2403, 416-821-1221
За ремонт: Monday to Friday 9:30am- 5pm

www.FirstAutoGroup.ca

BARANS

TURKISH CUISINE & **BBQ**

2043 Eglinton Ave E, Scarborough
416-750-4545


LIVE MUSIC   www.barans.ca



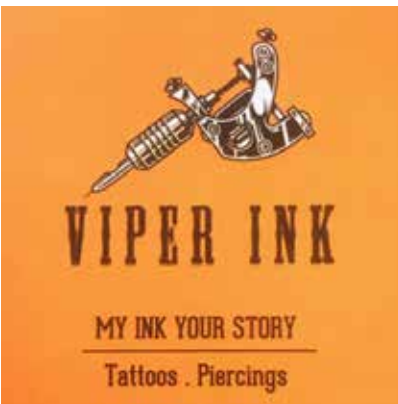
LINA G. Gueorguieva, SRS, CNE
BROKER
C: 647-862-2339
REMAX ULTIMATE REALTY INC., Brokerage
✉ LinaGRemax@gmail.com
MyHomeForSaleToronto.com
CALL LINA G! ОБАДИ СЕ ДНЕС!



Татуировки и Пирсинг

Иван: (437)226-9497
Email: viperink88@gmail.com
 viperink8873

стр.3 >>



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

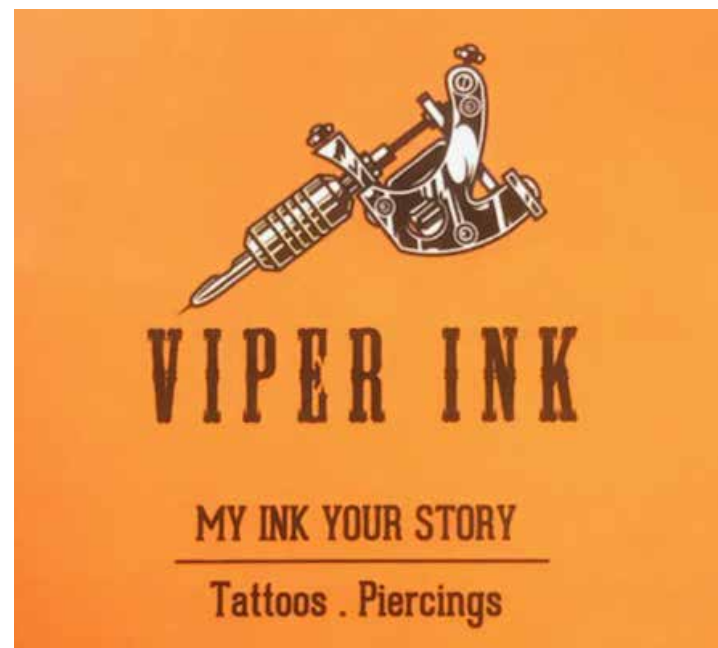
Дафни Костова
хормонален диетолог на жени,
ви помага да отстраните симптомите
на менопаузата и
натрупани килограми ефективно.

Първи час е винаги безплатен!

Обадете се днес!

416-602-3196

Татуировки и Пиърсинг



Иван: (437)226-9497

Email: viperink88@gmail.com

viperink8873

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@fierafoods.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.

Как хранителната несигурност засяга правата на хората да избират да имат деца или не, и как да бъдат родители

(How food insecurity affects people's rights to choose whether or not to have children, and how they parent)

<< *Виж стр.1*

Хранителната несигурност – трудностите при получаване на достатъчно питателна храна за здравословен живот – е нарастващ проблем в световен мащаб. Това състояние се свързва с много здравни и социални проблеми, включително с недохранване, трудности при управление на диабет, нарушено развитие в детството и намалена успеваемост на децата в училище.

Нашите скорошни изследвания показват как хранителната несигурност има значение също и за репродуктивната справедливост - способността на хората да имат децата, които желаят, и да ги отглеждат по начина, по който искат.

Водено от черни жени, движението за репродуктивна справедливост започва в САЩ през 90-те години.

Ужасни актове на насилие, като насилствена стерилизация и отнемане на деца, имат за цел да попречат на най-маргинализираните хора да имат и да отглеждат деца. Репродуктивната

справедливост подчертава как възможностите на маргинализираните хора са систематично ограничени от начина, по който са организирани нашите общества.

Активистите за репродуктивна справедливост твърдят, че всеки има право да има дете или – също така – да няма дете. Ако хората изберат да имат деца, те трябва да могат да ги отглеждат с достойнство в безопасна и здравословна среда. В нашето изследване показваме как хранителната несигурност може да ограничи всяко от тези права.

Защо хранителната несигурност има значение

От една страна, продоволствената несигурност се отразява на храненето. Недохранването е свързано с безплодие и по-лоши резултати от бременността и раждането. Това засяга както правото да имаш дете, така и правото да си родител в безопасна и здравословна среда. Невъзможно е да се осигури здравословна среда за едно дете без наличие на достатъчно

питателна храна.

Хранителната несигурност може също да затрудни посрещането на други основни нужди. Хората в тази ситуация са по-склонни да живеят в неподходящи жилищни условия или дори без дом. Те могат да се изправят пред невъзможен избор на харчене - като например дали да шххарчат за храна или за отопление, респективно охлаждане на дома си. Необходимостта да се правят компромиси между храната и други нужди е пречка пред правото на родител в безопасна и здравословна среда. Невъзможните избори на разходи също засягат достъпа до репродуктивно здраве. Когато системите на здравеопазване таксуват за услуги хората в хранителна несигурност, те се изправят пред предизвикателни решения дали да използват ограничените си средства за храна или за здравеопазване.

И дори там, където здравеопазването е безплатно по принцип – като NHS в Обединеното кралство – може да има скрити компромиси в разходите. Липсата на

работа, за да отделите 1 час за здравеопазване, може да означава по-малко пари за храна. За хората с несигурна работа, които са изложени на по-голям риск от продоволствена несигурност, липсата на работа може да означава загубата и, излагайки на риск бъдещи доходи.



Такива невъзможни избори между разходи за репродуктивно здраве и храна засягат както правото да имаш, така и да нямаш дете. Това може да ограничи достъпа до контрацептиви, аборт, лечение на безплодие и други грижи за репродуктивното здраве. Компромисите между разходите за хранене на детето и завеждането му на лекар също възпрепятстват правото на родител с достойнство в здравословна среда.

Хората с хранителна несигурност могат да прибягнат до криминализирани методи за получаване на храна, което може да доведе до присъда в затвора. Например в някои

Прод. на стр.6>>



touristanbul

EVERY LAYOVER IS AN OPPORTUNITY TO EXPLORE THIS BEAUTIFUL CITY

Free touristanbul service in Istanbul for international transfer passengers who have 6-24 hours of layover time at Istanbul Airport



Как хранителната несигурност засяга правата на хората да избират да имат деца или не, и как да бъдат родители

(How food insecurity affects people's rights to choose whether or not to have children, and how they parent)

<< Прод. от стр.4

страни секс-работата е криминализирана, но може да бъде важен източник на доходи. По-мощните кризи на продоволствената сигурност, предизвикани от събития като регионален конфликт или пандемията от COVID-19, могат да направят криминализираните стратегии по-вероятни.

На свой ред прекъсването на рутинните репродуктивни здравни грижи в затвора може да повлияе отрицателно на правото да имаш дете, а раздялата на семействата поради лишаване от свобода на родителите компрометира правото им да са такива. Криминалното досие може също така да ограничи възможностите за работа и достъпа до жилище, увеличавайки риска от хранителна несигурност след освобождаване от затвора. И това са само няколко примера.

Защо това е наболял проблем?

Събития като пандемията, конфликти на места като Украйна, Судан, Етиопия, Йемен

и Сирия и кризата с разходите за живот влошиха нещата. Подобни събития нарушиха световните вериги за доставка на храни, разселиха хората и направиха стоки от първа необходимост недостъпни. На всичкото отгоре климатичната криза ще засили тези проблеми през следващите години.

Междувременно репродуктивната справедливост е належащ – и свързан – глобален проблем. Въпреки че изминаха повече от 50 години, откакто ООН призна репродуктивните права за човешко право, репродуктивният

избор продължава да бъде компрометиран в световен мащаб. Само един важен пример е ограничаването на правото на жените на аборт след забележително решение на Върховния съд на САЩ от 2022 г.

Признаването на връзката между продоволствената несигурност и репродуктивната справедливост е важно. Най-маргинализираните хора са изложени на най-голям риск от липса на репродуктивна справедливост.

Масовите действия са в основата на движенията за репродуктивна справедливост, с

ангажимент да издигат гласове, които преди не са били чувани или пренебрегвани. Може да се спечели много от сътрудничеството с подобни групи, работещи за борба с продоволствената несигурност, за стимулиране на взаимно обучение и действия.

- Статията е публикувана в The Conversation <https://theconversation.com/how-food-insecurity-affects-peoples-rights-to-choose-whether-or-not-to-have-children-and-how-they-parent-204870>

Недвижими имоти



LINA G. Gueorguieva, SRS, CNE
BROKER

C: 647-862-2339

REMAX ULTIMATE REALTY INC., Brokerage

✉ LinaGRemax@gmail.com

MyHomeForSaleToronto.com

CALL LINA G! ОБАДИ СЕ ДНЕС!

За втора поредна година в Кюстендил се проведе Празник на православния дух и традиции



/Снимка: bg-patriarshia.bg/

На 31 май, с благословението на Негово Светейшество Софийския митрополит и Български патриарх Неофит, в гр. Кюстендил се проведе тържество под наслов: „Празник на православния дух и традиции“, събщи Официалния сайт на БПЦ-БП bg-patriarshia.bg. Празникът се провежда за втора поредна година.

Фестивалът започна с водосвет в храм „Успение Богородично“, гр. Кюстендил, след което се проведе литийно шествие до сградата на кюстендилското читалище, където бяха организирани творчески работилници и детски спортни игри. Водоосвещението в храма извърши Негово Преосвещенство Белоградчишкият епископ Поликарп, викарий на Софийския митрополит, в съслужение с архимандрит Евтимий, духовен надзорник на Софийска епархия, архимандрит Исаак, архиерейски наместник на Кюстендилска духовна околия, и духовници от околията. В мероприятиято участваха около 300 деца от началните училища и детските градини в Кюстендил.

След водосвета и молитвата за благословение на присъстващите учители, ученици и родители, както и преди началото на творческите работилници, с благо слово се обърна към всички епископ Поликарп, който поздрави множеството от името на Негово Светейшество Софийския митрополит и Български патриарх Неофит и им пожела този втори празник на православния дух и традиции да се утвърди като ежегоден и традиционен, **„празник, който да събира ученици, учители и родители всяка година, като спомага за утвърждаването на православните ценности в живота на подрастващите и показва, че вярата е жива, действена и спасителна и днес и води човека към преуспяване, извисяване и го прави свободна личност“**.

Църковното мероприятие възрадва децата, които включили се в различните работилници, разговаряха за добродетелите, изработваха картички на православна тематика и участваха будно във всички творчески работилници. За децата бяха подготвени и спортни игри, бяха им преподавани и музикални уроци по китара. Образователното ателие за азбучни послания имаше за цел да запознае децата с графичните системи на глаголицата, кирилицата и историята на писмеността, както и използването на различни методи на писане от нашите предци.

Легендата за Ивайло – „смелото сърце“ ще бъде пресъздадена на крепостта „Царевец“



Легендата за Ивайло – „смелото сърце“ на средновековна България ще се завърне на крепостта Царевец във Велико Търново с 8-то издание на Международния фестивал на историческите възстановки „Средновековен Търновград“. Татарските нашествия през 60-те и 70-те години на XIII век, превратностите в живота на „народния цар“ и неговата смърт ще бъдат пресъздадени, чрез живи картини, реконструкции и спектакли от 8 до 11 юни, съобщава БТА.

През четирите дни на фестивала ще бъде показан ежедневието, кухнята, занаятите, изкуствата и военски умения на България, Византия и Европа през средните векове. Типичният за епохата бит ще бъде показан във възстановки на лагери по източен и западен образец. Ще има кулинарни състезания, демонстрация на средновековна кухня с типичните за онова време подправки и напитки, като медовината. Турнири, средновековна мода ще бъдат представени пред посетителите. Предвидени са куклени представления, вечерни концерти и огнено шоу. Посетителите на събитието ще могат

да видят ревю на средновековна мода и да се забавляват с куклено представление за малки и големи, вечерни концерти и огнено шоу

Във фестивала ще участва НД «Традиция» Шумен и Панагюрище, Сдружение за исторически възстановки «Чигот» – Варна, Средновековно общество MODVS VIVENDI – София, СИБ „Филипопол, Работилница „Технитар“, Група за историческа фехтовка ХЕМА - София, музикантите от „Летящи номади“, „Ксана“ и „Truverii“ (Румъния) и свободни реконструктори. Гости от чужбина ще са румънските групи „Кафява мечка“-Букурещ и „Драconi“- Брашов, група „Бели орлови“- Белград, Сърбия, „Historia Bari“-Таранто, Италия и гръцката група „Protospartarii“. За първи път ще се включи словашката група за исторически възстановки „Velikotarnovci“ и The Ottomans (Турция).

Международен фестивал „Средновековен Търновград: Селският цар – възшествието“ се организира от СНЦ „Търновци“, Община Велико Търново и Регионалния исторически музей и е част от Културния календар за 2023 г. на Старата столица. Достъпът до събитията на крепостта Царевец е свободен, като се заплаща само входната такса за архитектурно-музейния резерват. С вход свободен са вечерните концерти от 19,00 ч. на 9 и 10 юни. Официалното откриване на Международния фестивал на

<< **Прод. от стр.7**

историческите възстановки е 9 юни на площад „Цар Асен I“ пред крепостта Царевец.

Товарен камион с турска регистрация премина през мантинелата на магистрала «Тракия»



Товарен камион с турска регистрация катастрофира на магистрала «Тракия», като премина през мантинелата, съобщиха от Областната дирекция на МВР в Пазарджик.

Произшествието е станало в края на май на около 2-3 километра след тунел «Траянови врата» в посока Бургас.

Едната част от камиона е преминала през мантинелата в изпреварващата лента на насрещното движение в посока София, а другата е останала в изпреварващата лента по посока Бургас. Водачът е турски гражданин, и е бил контактен.

Полицейска операция бе проведена на 3 юни на летище София



Специализирана полицейска операция се е провела на 3 юни на летище София. Това съобщиха от Facebook-страницата си от летището.

“Органите на МВР са извършили проверки, свързани със сигурността”, се казва в поста.

„Достъпът до терминалите и разписанието на полетите не са засегнати, а летището функционира пълноценно“, се добавя в същия.

На 2 юни пътници бяха блокирани на летище София заради авария на самолета за Анталия.

Отмениха екскурзия на първокласници от Смолян след като шофьорът на автобуса се оказа пил

Екскурзия до София на ученици от Основно училище «Проф. д-р Асен Златаров» в Смолян бе отменена в Деня на детето, след като алкохолният тест на шофьора показал 0.66 промила, съобщиха от Областната дирекция на МВР в Смолян.

След около час от транспортната фирма изпратили друг шофьор, но се оказало, че и автобусът е неизправен и пътуването на първокласниците било спряно.

Положителната алкохолна проба на шофьора е установена при задължителната проверка, която от полицията извършват преди всяко организирано пътуване на деца. Издаден му е талон за медицинско изследване, като впоследствие е установено, че не е дал кръвна проба.

На 49-годишния водач е съставен акт и е издадена заповед за отнемане на шофьорската му книжка, а на 1 юни първокласниците останаха с провалена екскурзия до София, която трябваше да бъде първата в училищния живот.

Забрана за кучета на плажовете във Варна до 1 октомври



От 15 май влезе в сила забрана за разхождане на домашни любимци по плажните ивици на територията на община Варна. Ограничението ще действа до 1 октомври. С приетите миналата година промени в община Варна разходките на домашни любимци са забранени и на територията на

учебни, детски и здравни заведения, както и на детски и спортни площадки.

Размерът на глобата за нарушителите е от 100 до 500 лева. При повторно нарушение глобата е от 500 до 1,000 лева.

Контрол ще се осъществява преди всичко на охраняемите плажове, защото физически не е възможно да се контролира цялата плажна ивица. В момента се подготвят писма до Областната администрация с молба за поставяне по плажовете на табели, информираци за забраната за разхождане на домашни любимци, съобщиха БНР. От Община Варна обясниха, че ще се свържат и с концесионерите на плажовете.

Барети обезвредиха буйстващ бодибилдър в центъра на Русе



Според информация на сайта «Русе Медиа», който разпространи видео от случилото се, културистът Иван Иванов, за кого се смята, че скоро е бил замесен и в инцидент с хулиганска проява на пътя Цар Калоян-Русе.

Очевидци разказват пред сайта «Русе Медиа», че в края на май 33-годишният мъж се е държал неадекватно в района на общината, като е започнал да

Прод. на стр.10 >>>

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.

вади и хвърля знамена. След това е скочил в шадравана, където е продължил да буйства.



/Снимка: Сливен Днес и Утре/

След опити да бъде успокоен, се наложило да бъдат извикан и отряд за бързо реагиране, който го е обезвредил с електрошок и сила. Мъжът е откаран с линейка за преглед, след като му е дадено успокоително. Все още не е ясно дали има психически проблем или е бил под въздействието на наркотици. Настанен е в Центъра за психично здраве.

Община Сливен сключи възложи проектирането и авторски надзор за благоустрояване на пространството около новия храм „Света Петка“ в парк „Юнак“. Кметът Стефан Радев се стреми към облагородяване на района, където вече бе изградена нова улица.

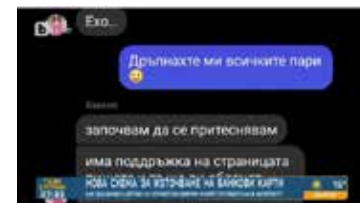
“Целта ни е мястото да придобие изцяло нов облик и да го превърнем в привлекателен център за отмора за жителите и

гостите на града, особено около новоизграждащия се православен храм на хълма в парк «Юнак», коментира Радев.

Лично сливенският владика Йоаникий реши храмът да се казва „Света Петка“. Владиката дари два кръста, специално изработени в Украйна от метал, с размери 2.5 метра на 1.5 метра.

Църквата „Света Петка Българска“ е първият нов храм в Сливен от 1896 г., когато е осветена църквата „Света Богородица“. Автор на проекта е арх. Тихомир Ташков, първата копка е била направена преди 12 години.

Нови схеми за източване на кредитни карти и злоупотреби с лични данни ...



... И змамниците в този случай използват платформи за онлайн търговия и фалшив сайт на известна българска спедиторска фирма, събщи bTV.

Преди дни Елвира Докузлиева пуска за продан часовник в социалните мрежи. С нея се свързва потребител с име «Амина».

“Фалшив профил, но първоначално просто не се усетих.

Прод. на стр.12 >>

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



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



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

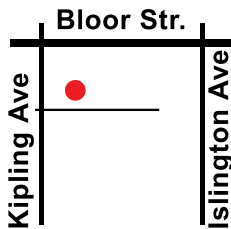
Owned and Operated by the Jelenic Family

350 Bering Ave., Etobicoke
416-232-1539

www.thesweetgallery.com

@thesweetgallerycafe

@thesweetgallerycafe



<< Прод. от стр.10

Винаги проверявам по принцип хората, които ми пишат. Но не можах да намеря профила. Отдадох го на лоша връзка с интернет», казва пред медията г-жа Докузлиева. „Купувачът“ настоява покупката да бъде със специална куриерска услуга. Твърди, че така е по-сигурно и изпраща линк на Елвира към фалшив сайт. Тя не се усъмнява дори, когато въпросният сайт иска данните на банковата й карта.



“Поиска потвърждение на моите данни на картата и аз ги въведох. Излезе прозорец на моята банка. И всъщност видях как от картата ми остават само осем лева. Всъщност той ми източих парите и започна да ми пише “Какво става? Притеснявам се, защо не получаваш парите?» И аз тогава написах “Вие ми източихте сметката”. И той ми написа «Свържете със спедиторската фирма, има някаква грешка оттам», сподели тя.

Елвира няма обяснение как се е поддала на чара на измамника и е попаднала в схемата. От картата й са източени 150 лева.

За експертите по киберсигурност, подобни сигнали са ежедневие.

“Тази схема е позната не само за кражба на кредитни карти, но и за кражба на профили като идеята е, че измамниците започват да комуникират с вас в сигурна среда като това може да е социална мрежа, място за споделена търговия

или някоя от големите онлайн платформи», каза експертът по киберсигурност Ясен Танев.



Анастасия Иванова е била потърпевша на същата измама през февруари тази година. От нейната сметка са изтеглени 275 лв. “Има заведено досъдебно производство и в полицията, но въпреки всичко ми се обясни, че парите не могат да бъдат върнати, въпреки че доколкото имам информация, тези пари са застраховани по някакъв начин и става въпрос наистина за измама», каза Анастасия Иванова. Преди броени дни отново фалшив профил е опитал да я измами пак. “Пише ми една дама, че иска да купи роклята чрез UPS. Като ми изпрати на електронната поща пак линк, който трябва да последвам, за да ми преведе сумата. Но предварително аз трябва да платя някаква застраховка. 112лв, която ще ми бъде възстановена от куриера, когато дойде да вземе стоката», разкара Анастасия Иванова. Този път Анастасия е повнимателна. «Обеща на ухото и не съм се отказала да си искам парите от банката, продължавам да пиша жалби», каза тя. “Малко вероятно е да бъде установен измамника, малко вероятно е да се върнат парите, защото реално вие сте приели това да платите и сте потвърдили желанието си да плащате, защото сте въвели всички данни. Когато някой ви поиска кредитна карта, знайте че



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

ви я иска за да вземе пари от нея, а не за да ви зареди в нея», предупреди Ясен Танев.

Спедиторската фирма, с чието име и сайт е злоупотребено, знае за измамите. На официалния им сайт е публикувано и съобщение. "Получихме сигнали за копия на официалния ни сайт, както и за съобщения от наше име в социалните мрежи и по имейл. В тях се искат лични данни, както и такива за банкова карта (номер на карта, наличност и CVV/CVC). Често приканват да отваряте и прикачени файлове. Всичко това е сигнал, че имейлът или сайтът е фалшив и не е свързан с нас", се казва в позицията на фирмата. Експерти съветват потребителите да използват наложен платеж

и предупреждават, че вероятността да си получат обратно откраднатите пари е минимална.

Започна продажба на билети за културните дни на остров Света Анастасия



Лятото вече е в Бургас, с което започна и

продажба на билети за дългоочакваните прояви на остров Света Анастасия. Билетите за юни и юли вече са в продажба, и могат да бъдат намерени още в мрежата на Grabo.bg и Eventim.bg – за събитията на Solar Island.



Очаква се в продажба ще бъдат пуснати и билетите за концертите през месец август. На 10 юни водолазите от клуб «Приятели на морето» - Бургас ще почистят морското дъно около острова. Като част от Мидения уикенд, гостите на Света Анастасия ще могат да опитат безплатно прясно изпечени миди на тенекия. Информация за всички прояви на острова могат да бъдат проследени www.facebook.com/St.AnastasiaIsland.

За 1 юли се очаква танцувално парти на Solar Island и Hot Since 82 и Liubo Ursiny, а през юли се очакват Братя Аргирови, Диана Експрес, Стефан Вълдобрев и Обичайните заподозрени. ДТ „Адриана Будевска“ ще представят постановките „Ревност“ и „Умопомрачение“, ще има представления и на Държавната опера-Бургас.

OAK PARK DELI
HOMEMADE MEALS & CATERING

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



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 Din-

ner, Oak Park Veggie Pasta, Veggie lasagna, Shepherds Pie, Roast Lamb with lemon potatoes, Beef stew & mash potato, Pasticcio, Stuffed peppers
Vegetarian (пълнени чушки без месо), Baked Pork Chops, Briam.
Desserts.
Deli Menu:
Breakfast Sandwiches - Fresh homemade Pizzas - Hot Meals - Desserts

EAST YORK DELI
HOMEMADE MEALS & CATERING

903 Coxwell Ave.
416-429-3663



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

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

Family Pizza Deal
2x16" & 3 toppings,
Lg Salad, 4 drinks 355ml, 10 wings
Family Lasagna
(includes 4 cheese buns and large Caesar)
Greek Family Special
4 souvlaki on a pita, Large Fries, Large Greek salad, 4 soft drinks
Souvlaki Party Special
Half tray rice, Half tray Greek Salad, Half Tray potatoes, 10 skewers, Pita bread, Tzatziki

TAKE OUT | DELIVERY | CATERING

Caramel Coffee shop

6 Donlands ave. (Donlands & Danforth)

Are you ready for a party? Order now!

Tel: 647-646-5648



Caramel Coffee shop

БЪЛГАРСКА СЛАДКАРНИЦА

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

caramel.coffeeshop60@gmail.com, Тел: (647)646-5648, Ваня



Предлагаме различни видове ароматно кафе
и домашно приготвени сладкарски изделия.



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

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



Mongolian Rhapsody?

Новооткрита чернова на Фреди Меркюри разкрива оригиналното заглавие на хита на Queen



Ранна чернова на страхотния хит Bohemian Rhapsody на Queen, която ще бъде продадена на търг в Sotheby's, разкрива различно работно заглавие на хита от 1975 г., неизвестно досега на феновете и изучаващите групата, пише британския The Guardian.

На една от 15-те страници с ранни чернови за рок-операта, текстописецът Фреди Меркюри е написал думите „Mongolian Rhapsody“ в горната част – но е задраскал първата дума и е написал „Bohemian“ над нея, съобщава New York Times.

Черновата е сред вещите на Меркюри – включително негови мебели, сценични костюми и чернови за други хитове на Queen като Somebody to Love, We Are the Champions и Killer Queen – които се продават от неговия приятел и наследник Мери Остин, която през април каза ВВС, че го прави, за да оправи „нещата си“.

Текстът на Bohemian – или Mongolian – Rhapsody е написан върху канцеларски материали от несъществуващата вече авиокомпания British Midland, сред дракулките на Фреди. През 1976 г. Меркюри каза, че в ранните етапи на написването на песента „почти я отхвърлиха, но след това се разрасна“. Черновите се оценяват на £1.2 милиона.



Прод. на стр.17 >>

<< **Прод. от стр.14**

Редица биографи на Queen казаха пред New York Times, че преди това не са знаели за това работно заглавие.

Черновата на Bohemian Rhapsody също разкрива ранна версия на друг стих. Вместо прочутия текст:

“Mama, just killed a man / Put a gun against his head, pulled my trigger, now he’s dead” в черновата се казва:

*Mama
There’s a war began
I’ve got to leave tonight
I’ve got to stand and fight*
Всички известни възклицания на песента са там – Галилео, Фанданго, Скарамуш и “thunderbolts and lightning”.

Габриел Хийтън, специалист в отдела за книги и ръкописи

на Sotheby’s, отбеляза, че различните листове с текстове показват „обширното преработване, което бе част от неговия процес на писане на песни“ и добави: „Грижата и детайлите на тези чернови са още по-забележителни, когато се отнасят до човек, който толкова често е омаловажавал процеса на композиране. Страниците свидетелстват за многото часове, които Фреди е вложил в усъвършенстване на текста, докато експериментира и си играе с езика, и усъвършенства и оформя текстовете и хармониите за тези песни, които за много от нас просто винаги са присъствали в живота ни.”

Китаристът на

Queen Браян Мей и барабанистът Роджър Тейлър отказаха да коментират откритието.

Bohemian Rhapsody бе водещият сингъл от четвъртия албум на Queen, *A Night at the Opera*. Първоначално той прекара девет седмици като номер 1 в Обединеното кралство и още пет след смъртта на Меркюри през 1991 г. В САЩ достигна връх на номер 9 при първоначалното си пускане, но се издигна до номер 2 през 1992 г.



Хитът остава третият най-продаван сингъл в Обединеното кралство за всички времена – сертифициран четири пъти като платинен – класиран под номер 17 в списъка на **Rolling Stone** на **500-те най-велики песни на всички времена**, а през 2018 г. даде заглавието на режисирания от Браян Сингър биографичен филм за Меркюри.

Мисия до Марс: Устройство, създадено от шотландски изследователи, ще бъде изпратено до Марс в опит да намери вода на планетата



Следващ поход за мир: 18 юни, 3 часа следобед, Нейтън Филипс Скуеър



България зона на мира

На 21 май 2023 г. в София и редица градове в страната и чужбина се проведе 6^{ти} по ред

Общобългарски поход за мир и неутралитет

Българи в Торонто се включиха в тази гражданска инициатива за втори път. Заедно с походите върви подписка

Национален референдум за мир и суверенитет

<https://народна-мрежа.бг/>

До 25 юни можете да се подпишете в магазините Карлово:
8 Six Point Rd 469 Cosburn Ave.
Etobicoke, ON M8Z 2W8 Toronto, ON, M4J 2N6

**Нека ясно да заявим, че ние
българите сме миролюбив народ!**

Илия Илиев 416 558-5523

Стоян Богданов 416 992 8663



23 април 2023 г. Поход за мир и неутралитет, пред сградата на Генералното Консулство на България в Торонто, Канада



21 май 2023 г. Поход за мир и неутралитет, пред сградата на църквата Свети Димитър в Брамптън, Канада

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.

Технология, разработана от академици от Университета в Абърдийн, ще бъде изпратена до Марс в опит да докаже, че водата може да се образува на повърхността на планетата, предава The Scotsman.

Устройството, съставено от катедрата по планетарни науки на университета, ще наблюдава процес, за който учените смятат, че произвежда вода на планетата, но никога не е бил изпробван.

Първоначално инструментът трябваше да бъде изпратен на Марс по време на космическа мисия, разработена от Европейската космическа агенция и нейния руски аналог, но това бе изоставено след нахлуването на Русия в Украйна миналата година.

Финансирането от Космическата агенция на Обединеното кралство ще позволи устройството да бъде заредено в предстояща японска мисия до Марс, планирана да се проведе през следващите 5 до 10 години.

Течна вода никога не е била виждана на повърхността на Марс, но учените вярват, че уникалните соли на повърхността абсорбират вода от атмосферата и произвеждат течна вода под формата

на саламура през нощта, когато температурата е най-ниска. Технологията, разработена в университета е наречена **Habit (Habitability: Brine Irradiation and Temperature)** и ще се опита да запише този процес.

Habit ще бъде зареден с видовете соли, за които е известно, че съществуват на Марс, което ще позволи на екипа да наблюдава дали и как солите абсорбират влагата от атмосферата и произвеждат вода. Той също така ще изследва количеството водна пара в атмосферата, дневните и сезонни вариации в температурите на земята и въздуха и UV радиационната среда.

Професор Хавиер Мартин-Торес, ръководител на катедрата по планетарни науки, ще представи Habit на представители на Британската космическа агенция в централата на Японската агенция за аерокосмически изследвания в Токио този месец.



След това той ще продължи с брифинг за технологията на Международния симпозиум за космически технологии и наука.



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

Той каза:
„Въпреки че ще трябва да направим някои малки адаптации, за да гарантираме, че Habit е подходящ за съвместимост с японското оборудване, тази работа е незначителна в сравнение с годините на изследвания и разработки, които вече са извършени на устройството, за да стигнем до този етап.

„Преди това имах възможността да работя върху различен инструмент, Rover Environmental Monitoring Station (REMS), който в момента е на марсохода на НАСА Curiosity.

„Хубаво е чувството да видя снимките на REMS на Марс и да мога да кажа, че някога съм имал това устройство в ръцете си.
„Ако приемем, че мисията продължи по план, **Habit** ще стане първият европейски инструмент за използване на ресурси на място, който ще бъде разположен на повърхността на

друга планета.
„Много сме щастливи и развълнувани да имаме тази възможност, но по-развълнувани от възможността да отговорим на някои вековни въпроси за съществуването на вода и живот на Марс.“

Елтън Джон отговаря на “Въпросника на Пруст”



Музикалната легенда сър Елтън Джон, чийто прощален концерт „*Elton John Live: Farewell From Dodger Stadium*“ може да му донесе наградите Emmy и EGOT, отговаря на прочутия въпросник на Пруст пред Vanity Fair. Ето и отговорите му:

- Каква е твоята представа за идеалното щастие?

- Да съм със съпруга си Дейвид и момчетата.

- Коя е най-голямата ви



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

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.



екстравагантност?

- Цветята.

- Кой жив човек най-много презираш?

- Колко време имаш...?

- Коя е чертата, която най-много осъждате в себе си?

- Моят темперамент.

- Коя или кой е най-голямата любов в живота ти?

- Дейвид, Закари и Елайджа.

- Кога и къде си бил най-щастлив?

- Днес у дома.

- Кое е любимото ти занимание?

- Пеенето.

- Коя според вас е най-надценената добродетел?

- „Скованата горна устна“ /качество на безропотния стоицизъм – б.р./, която е ракът на Обединеното кралство.

- По какъв повод лъжеш?

- Да бъде мил.

- Какво най-много не харесвате във външния си вид?

- Моят профил.

- Кой талант най-много бихте искали да притежавате?

- Бих искал да мога рисувам.

- На кой жив човек се възхищавате най-много?

- Активистката срещу СПИН Жана Уайт-Гиндер.

- Коя е чертата, която най-много съжалявате в другите?

- Убеждението, че някой заслужава специално отношение, арогантността и фанатизма.

- Кое е любимото ви пътуване?

- Да се прибирам се вкъщи.

- Кои думи или фрази използвате най-много?

- „Кошмар“.

- Кое е най-голямото ви съжаление?

- Пристрастяването.
- **Какво е вашето състояние на ума в момента?**
- Спокойствие.
- **Ако можехте да промените едно нещо в себе си, какво би било то?**
- Късите ми ръце.
- **Кой е любимият ви герой от фантастиката?**
- Батман.
- **Как бихте искали да умрете?**
- Мирно.
- Ако можехте да промените едно нещо в семейството си, какво би било то?
- Нищо.
- **Какво смятате за най-голямото си постижение?**
- Трезвеността.
- **Какво най-много не харесвате?**
- Поведението! Винаги бездарните са най-лошите.
- **Ако можехте да изберете като какво да се върнете на Земята, какво бихте избрал да е?**
- Слон.
- **Кое е най-ценното ви притежание?**
- Моите „монети за трезвеност“ / монетите, давани от организацията Анонимни алкохолици
- кръгли жетони, които се дават на

- хора в процес на възстановяване. Те означават колко дълго човек е бил трезвен и служат като физическо напомняне да се въздържат – бел.р./
- **Какво смятате за най-ниска точка на нещастieto?**
- Прекратяване на кариерата както е.
- **Къде бихте искали да живеете?**
- Където живея сега в Стария Уиндзор.
- **Коя е най-ярката ви характеристика?**
- Ентузиазмът.
- **Какво най-много цените в приятелите си?**
- Лоялност на всяка цена.
- **Кои са любимите ви писатели?**
- Тенеси Уилямс и Чарлз Дикенс, но чета най-вече биографии, мемоари и дневници.
- **Кои са вашите герои в реалния живот?**
- Хора, които се грижат за болни и нуждаещи се.
- **Кой е най-големият ви страх?**
- Да умра, защото сега съм толкова щастлив сега.
- **Какво е твоето мото?**
- Никога не поглеждай назад (*Never look back!*).

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. от стр. 17

Професор от Станфорд: „Извънземните са на Земята от дълго време и все още са тук“



Професор от Станфордския университет твърди, че извънземни са били на планетата Земя и „все още са тук“, съобщава британския Daily Mail.

Д-р Гари Нолан говори в Манхатън миналата седмица на конференция, озаглавена *The Pentagon, Extraterrestrial Intelligence and Crashed UFOs*.

Нолан - имунолог и номиниран за Нобелова награда лауреат - е бил натоварен от ЦРУ да разследва случаи на мистериозния синдром на Хавана, засягащ служители на посолствата по целия свят, и е провел експерименти, анализирайки материал, за който се твърди, че е изхвърлен от прелитаци НЛО. Той бе помолен от водещия Алекс Клокус да определи нивото на вероятност извънземните да са били на нашата планета.

Нолан отвърна на Клокус, че това е „100 процента“ сигурно и че вероятно сме ги виждали

и преди, но подобно на южноамериканските племена, които забелязват испански кораби за първи път, ние не забелязваме нищо различно в тях.

„Мисля, че използването на някакъв вид посредници е напреднала форма на разузнаване“, добави той.



— Не че ходят сред нас, облечени в кожени костюми. Те ще поставят нещо, което смятам е тест за интелигентност. Той казва, че вероятно сме били свидетели на извънземен живот на Земята, но просто не знаем как да обработим тази информация.

„Те се появяват и с действията си казват кои от вас са достатъчно интелигентни, за да осъзнаят какво е това, което виждате... „Можете ли да видите какво е пред вас в действителност? Виждате ли точката с аномални данни?“



Нолан казва, че отношението на правителството към UAPs – съкращение от „Неидентифицирани аномални явления“, правителствената фраза за НЛО – е онова, което го кара да вярва, че твърдението му е истина.

Министерството на отбраната създаде Службата за разрешаване на аномалии във всички домейни (AARO), натоварена с разследването на наблюдения на НЛО.

Имало е и публични изслушвания за извънземен живот, за които Нолан свидетелства. Той също цитира „моя личен опит с човек, който е участвал в събирането на оригиналната информация и моя опит с хора, които са работили или работят по програми за обратно инженерство на свалени летателни съоръжения.“

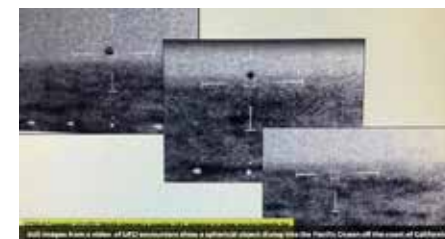
След това Нолан потвърди знанията си за изследователи, работещи по обратно инженерство на свален космически кораб.

„Мъничко знание от това може да

революционизира онова, което правим“, каза Нолан. „Винаги търся възможност. Гледам от обратната страна.“

Той обаче иска хората да разберат, че е малко вероятно някой извънземен живот да идва, за да ни нарани.

„Не се притеснявам, че ще дойдат и ще ни нападнат или ще вземат жените и децата ни. Това не ме притеснява. Загрижеността ми е как да използваме контакта с тях. Нолан твърди, че е в контакт с няколко бивши служители на извънредни програми за „обратно инженерство“ на НЛО.



„Имам основателна причина да се доверя на редица хора, които действително са били част от обратното инженерство или много близки до програмите за обратно инженерство, или които са свидетелствали за факта наскоро“, каза той в подкаст интервю по-рано тази година. — Когато свидетелстваш, си под клетва. Така че тези хора излагат кариерата си на риск, защото нарушават една клетва и полагат друга.“

Четете вестник Пламяк онлайн:

www.bulgarianflame.com

THE GREAT GREEK *Mediterranean Grill*

THE BEST GREEK RESTAURANT FRANCHISE

WHY JOIN THE GREAT GREEK MEDITERRANEAN GRILL?

In a world where pizza, spaghetti, and tacos dominate the restaurant landscape, customers are hungry for something different. That's why Mediterranean food is steadily growing in popularity. Our menu is loaded with roasted meats, a variety of fresh vegetables, and whole grains that give customers a unique and flavorful dining experience that meets the standard for healthy eating. Best of all, we were founded by third-generation restaurateurs! We've spent nearly a century learning what it takes to satisfy customers, and we pass our expertise on to franchisees.



THAT'S NOT ALL, WE'VE GOT FULL-SERVICE CATERING AT YOUR FINGERTIPS!

If there's one thing we can do, it's making events memorable. All of our catering items are made with our same in-restaurant promise to provide the freshest-possible ingredients and made-in-house preparation whether you're serving a group of 10 or hosting an event for 500 individuals.

Our extensive catering menu includes options for vegetarian, self-serve bars, full-service dishes, desserts, drinks, and much more.



FRESHNESS

Our extensive catering menu includes options for vegetarian, self-serve bars, full-service dishes, desserts, drinks, and much more.



QUALITY

Delicious food is our business. A restaurant franchise is only as good as its food. Our brand has grown because we work together to maintain the quality of our offerings.



EXPERIENCE

The Great Greek transports customers to the vibrant colors, delicious tastes, and spellbinding aromas of the Mediterranean – and they won't even need a passport for it.

UNPARALLELED SUPPORT



Real Estate & Financing

Location and set-up assistance to ensure your locations capitalize on exposure opportunities. Our dedicated real estate team assists with demographics and lease negotiations on your behalf.



Marketing

Grand opening program, PR campaigns, digital marketing solutions, printed materials, and ads created by professional in-house marketing team.

Advertising programs designed to provide ongoing solutions for driving traffic to your store and creating brand awareness for this exciting new brand in the fast-casual restaurant industry.



Training

Comprehensive training program followed by on-site training at your location. Access to online training tools and collaborative systems with in-depth franchise operations manual.



Ongoing Support

Ongoing visits and communications from our support and executive staff. Private access to valuable information and ongoing programs to help your location grow with regional meetings and national conventions.



MISSION STATEMENT

Our mission is to give our customers a place to celebrate life's special moments by offering the best food, service, and ambiance in Ontario.

"We have one customer: Our Franchisee. When they are successful, we are successful."

VISIT US ONLINE WWW.THEGREATGREEKGRILL.CA
OR CALL +1 647.556.1731 (VOICE ONLY)

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

Храните, които изгарят мазнините



здраве.bg

Някои продукти доказано не само не прибавят допълнителни килограми, но и благодарение на някои специфични свойства изгарят излишните мазнини. И все повече изследвания сочат, че присъствието на повече количества от тези храни е един от най-ефективните и трайни начини за намаляване и регулиране на теглото.

Грейпфрут

Някои изследвания показват, че редовното консумиране на половин грейпфрут или 150 г сок от плода по време на всяко хранене може да намали теглото ни за 2 седмици с до 2 кг. Грейпфрутът понижава нивото на инсулина и това намалява желанието за ядене. Естествено е, че колкото по-малко ни се яде, толкова по-малко калории натрупваме и повече изразходваме натрупаните като по

този начин намаляваме и теглото си.

Ако не обичате грейпфрут, можете да смесвате изцеденият от него сок със сок от портокал или лимон, което допълнително ще укрепи вашият имунитет.

Зелен чай

За това растение не само се предполага, че предотвратява образуването на ракови клетки и помага за предотвратяването на сърдечно-съдови заболявания (науката все още търси доказателства за това), но и влияе благоприятно върху метаболизма в организма.

Смята се, че с изпиването на 5 чаши зелен чай могат да бъдат изгорени 70-80 калории.

Пикантната храна

Обичате ли пикантна храна? За вас това може да е новост, но пикантните подправки помагат за стопяването на мазнините, като предизвикват потене и увеличават скоростта на сърцебиене, с което се ускорява метаболизма. Но, ако обичате пикантните чипсове и пикантната печена храна, едва ли ще успеете да се освободите

от допълнителните килограми.

Обезмаслени млечни продукти

Тези продукти не само снабдяват нашия организъм с калций, но и увеличават производството на витамин Д, който буквално заставя клетките да изгарят повече мазнини. Задължително включете тези продукти във вашата диета.

Вода

Ако приемате недостатъчно количество вода, ще ви е доста трудно да отслабнете. Недостигът на течности в организма забавя метаболизма, води до намаляване нивото на глюкозата в кръвта, до отпадналост и предизвиква главоболие.

Канела

Изследванията показват, че четвърт чаена лъжичка канела, приемана с храната, помага за по-ефективното усвояване на захарта и намалява нивото на захар в кръвта. Тя може да се използва вместо захар, тъй като има естествен сладък вкус.

Храна, богата на белтъци

Белтъците са необходима основа за образуването на мускулна маса, а както е известно, колкото повече мускулна маса има организма, толкова повече мазнини може да изгори - дори в състояние на покой. Още повече че за усвояването на белтъците ние изхабяваме повече калории, отколкото за усвояването на мазнините и въглехидратите. Най-добрите източници на протеини са бялото пилешко и пуешкото месо, рибата.

Мъжете по-рядко от жените изпитват чувство за вина



здраве.bg

Мъжката половина в значително по-малка степен е склонна да изпитва чувство за вина отколкото жените. Това показва допитване до представители на двата пола на възраст от 15 до 50 години. Въпросите в анкетата са засягали поведението им във

всекидневни житейски ситуации, съобщава британският в. “Дейли мейл”.

Оказва се, че в по-голямата част от ситуацията, например това, че са забравили нечий рожден ден или се стига до изневяра, мъжете далеч по-рядко изпитват угризения на съвестта, не преживяват твърде много ситуацията, не са склонни към гняв или състрадание.

Испанските психолози, провели допитването, дават и вероятния отговор на въпроса защо неверните мъже рядко отказват да признаят, че не са били прави, дори когато срещу тях има достатъчно доказателства: “Мъжът най-често показва липса на чувствителност към чуждия проблем, дори ако самият той го е създал, докато жените обикновено реагират прекалено емоционално, като се поддават на чувството на гняв и дори агресия”.

За неподозиранията сила на думите и това да сме позитивни



здраве.bg

Всеки има най-доброто желание и се стреми да бъде по-добър като личност, съпруг/съпруга, приятел/приятелка, любовник/любовница, колега... И, разбира се, за да го направи, едно от нещата, към които се стреми е да избира

и използва внимателно думите. Още от ранно детство – когато научаваме първите си думи – до деня, в който те се “леят” така свободно върху листа в училище или когато ни защитават по време на спор, ефектът на думите ни върху самите нас, както и върху другите хора, също е един от факторите, които влияят върху здравето ни.

Едно такова изследване върху ефекта от думите може да бъде открито в книгата на японския изследовател д-р Масару Емото: “**Тайните послания на водата**”. В нея д-р Емото излага своя научен подход към връзката между думите, мислите, музиката, картините и здравето и хармонията на водата на молекулярно ниво. Според откритията на д-р Емото ние започваме своя живот като ембриони, съществуваме като 99% вода и се раждаме, запазвайки 90% от нея. В зряла възраст достигахме до “само” 70% съдържание на вода, а по пътя към нашата смърт тя намалява до 50%. Какво означава това и защо е важно? Ами най-малкото защото ние като хора от физиологична гледна точка съществуваме главно благодарение на водата.

Това откритие е довело д-р Емото до няколко експеримента като подложената на много критики фотографска изложба, в която той взима няколко бутилки дестилирана вода и им залепя различни думи. От време на време той прочита думата високо на водата, което предизвиква неочаквана за повечето

хора реакция. След като заснема молекулите на водата, той открива, че позитивни думи като “любов” и “благодаря” предизвикват “деликатни и красиви формации в молекулата”, докато негативните думи като “глупак” и “омраза” предизвикват “бурни разпилени картини”.

“Тайните послания на водата” продължава да разкрива ефектите на различни видове музика, замърсяване и технологии, приложени върху водата - наистина интересна перспектива, която хвърля съвсем нова светлина върху значението на това как подбирате думите си.

Като човешки същества, които се имат за нещо значимо, не винаги ни е лесно да се цензурираме в разгорещени моменти или когато е замесена физическа болка. Но Емото ни предлага **нещо, което да пробваме следващия път**, когато водим разгорещена дискусия с обичан от нас човек или сме въввлечени в работна ситуация, която ни причинява стрес:

- Ако се чувствате предизвикани да кажете нещо, направете пауза и вдишайте дълбоко.
- В съзнанието си си кажете една съвсем проста мисъл: “Знам, че във всеки от нас има едно чудесно същество – искам да видя това същество у теб и ти искаш да го видиш у мен”.
- Отново вдишайте дълбоко.

“Това упражнение върши чудеса в живота на много хора”, твърди д-р Емото, “След това можете да направите

още една крачка и да изследвате негативните особености на гласа си, които проявявате от време на време, и да създадете алтернативни фрази, които имат по-позитивно влияние. Може да е нещо просто като да не използвате думата “глупав” по отношение на себе си или на когото и да е около вас. Имайте предвид, че **покриването на емоциите ви с “щастливи” думи или потискането на чувствата**, няма да накарат проблемите да изчезнат като с магическа пръчица - по-скоро самото правене на малки неща, за да понижите напрежението в себе си ще промени начина, по който гледате на нещата. Всичко това в дългосрочен план ще доведе до по-доброто ви здраве”.

Вкусът на храната – всичко опира до съчетаването на продуктите



здраве.bg

Защо ястията на другите кухни имат различен вкус? Отговорът е в химията, показва изследване, проведено от британски учени. Те анализирани 381 вещества, често съдържащи се в съответните храни, 1021 „вкуса” и близо 57 хиляди рецепти. Любопитните изводи гласят: в западната кухня всяко ястие си „търси” двойник с

аналогичен набор от химични вещества, а азиатската напротив – избягва комбинирането на ингредиенти с еднакъв вкус.

Идеята за комбинирането на вещества с близък вкус не е нова. Химичен анализ на различните храни се прави отдавна. Затова и съвременната кухня познава невероятни на пръв поглед съчетания като бял шоколад с рибен хайвер.

Но британските изследователи, които за пръв път са потърсили „двойниците“ на хиляди ингредиенти, за пръв път успяват логично да обяснят разликата между толкова далечните западна и азиатска кухня.

Резултатът от огромния обем свършена работа показва, че в почти 75% от ястията, типични за британската и американска кухня има само 13 ключови интредидента, произлизащи най-често от продукти като краве масло, мляко и яйца. В същото време азиатската кухня изключва дори едно съвпадение, т.е. едно ястие не включва нито един продукт с подобен химичен състав на друг продукт в него.

Разбира се, **всяка кухня си има свой „фирмен“ продукт** – например босилекът в средиземноморската и соевият сос в изтомноазиатската. Но класически варианти като домати и сирене са пряко доказателство за хранителните „двойници“ използвани в европейската кухня като цяло.

И каква полза ни носи да знаем всичко това, сигурно ще се запитат мнозина. Много е просто: ако едно ястие, характерно за азиатската кухня ни се струва толкова вкусно, не отваря ли това много нови възможности за експерименти в нашата европейска кухня. За да стигнем до набор от ястия, които са едновременно и вкусни и полезни.

Картофено суфле



Рецептата е публикувана в dieti.info

Необходими продукти:
около 1/2 кг картофи
90 г масло
3-4 яйца
1 с.л. брашно
черен пипер
сол

Начин на приготвяне:

Настържете предварително сварените и изстинали картофи. Разбийте жълтъците с маслото, брашното, черния пипер и солта и постепенно добавете сместа към картофите. Накрая прибавете внимателно разбитите белтъци и леко разбъркайте. Сложете в намазнена и набрашнена тавичка и изпечете в умерена фурна до порозовяване.

По желание, малко преди да е готово, може да се поръси с настърган кашкавал и след това да се дозапече за 5-10 минути.

Кухня: българска

Основни продукти: яйца, картофи
Начин на приготвяне: варена, печена
Време за приготвяне: 30 - 60 минути

Манастирска чорба от боб или леща



Рецептата е публикувана в dieti.info

Необходими продукти:
350 г зрял боб (или леща)
1 глава лук
1-2 моркова
2-3 листа от целина
2-3 домата
олио
джоджен (за боба),
чубрица (за лещата)
магданоз
сол на вкус

Начин на приготвяне:

Предварително накиснете в студена вода с малко сол боба поне за 10-12 часа, лещата – за 3-4 часа. Измийте и сложете да ври на умерен огън в 2,5-3 л вода. Добавете последователно лука, нарязан на ситно, морковите и целината – на кубчета, 3-4 с.л. олио, сол на вкус и оставете да уври. 10-15 минути преди да отнемете от огъня, сложете настърганите домати и джоджена/чубрицата, ситно накълцания магданоз и сол на вкус.

Кухня: българска
Основни продукти: фасул/грах/леща, зеленчуци
Начин на приготвяне: варена

Време за приготвяне: 60 - 120 минути

Солена палачинкова торта



Рецептата е публикувана в dieti.info

Продукти:
Порции: 8

200 г майонеза
150 г шунка
200 г гъби
50 г кашкавал
150 г лютеница
4 твърдо сварени яйца
12 маслини
2 кисели краставички
черен пипер
сол
10-12 палачинки

Начин на приготвяне:

В подходящ съд поставете една палачинка, намажете с майонеза, поръсете със ситно нарязани и задушени гъби. Покрийте с друга палачинка, намажете с майонеза, поръсете със ситно нарязани яйца и черен пипер. Върху третата палачинка, намазана с лютеница, сложете нарязана шунка. Върху следващата, намазана с лютеница - ситно нарязани кисели краставички, върху следващата - майонеза с настърган кашкавал така до изчерпване на продуктите. Накрая намажете с майонеза и украсете с нарязани яйца и маслини.

Кухня: българска
Основни продукти: колбас, сирене/кашкавал/мляко
Време за приготвяне: 60 - 120 минути

ХИЖА /1400/ И МЕСТНОСТ В СРЕДНА ГОРА НОЖ ЗА РЯЗАНЕ НА ЗАХАРНА ТРЪСТИКА	ПЕСЕН НА ДУЕТ „КАРИЗМА“ ОТ АЛБЕУМА „ЕКЛИПСАСТ“ РАЗКАЗ ОТ АНТОН СТРАШИМИРОВ	КАТОЛИЧЕСКА ОБЕДНА ЛИТУРГИЯ УКРАСЕНАТА ПРЪЧКА-ЖЕЗЪЛ НА БАХЪ /МИТ./	ВОДНО БЕЗГРЪБНАЧНО ЖИВОТНО ЗАЕМ СРЕЩУ ЗАЛАГАНЕ НА НЕДВИЖИМОСТ	МАЛКА МЪЖКА ЧАНТА, ПОДОБНА НА ПОРТФЕИЛ	ПРЕСТЪПНО ИЗМУДВАНЕ ПЛАНИНА В ПОЛША И ЧЕХИЯ	ПОДКВАСА ЗА ТЕСТЕНИ ПРОДУКТИ ДОЛНА ЧАСТ НА ЛОДКА ИЛИ КОРАБ	НОРВЕЖКА РОК ГРУПА „ВЗЕМИ МЕ“ РУСКИ МЪЖКИ ТИМ ПО БАСКЕТБОЛ	ХИБРИДЕН МОДЕЛ НА „OPEL“ ВНОС НА СТОКИ ОТ ЧУЖБИНА /КНИЖ./	ИЗКУСНО ЗАВЪРТАНЕ В БАЛЕТА ОПЕРА ОТ АЛЕСАНДРО СКАРЛАТИ
СТОЛИЦАТА НА ВОЙВОДИНА, СЪРБИЯ ПОДОБЕН НА СИРЕНЕ МЛЪЧЕН ПРОДУКТ				СПИРТНА НАПИТКА НЕОЧАКВАНА БЛАГОДАТ			АРХИТЕКТУРЕН СТИЛ ОТ 19 ВЕК ВИД МЕТАЛОРЕЖЕЩ ИНСТРУМЕНТ		
ЧАСТ ОТ ВЕЛИКОБРИТАНИЯ КИПЪРСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР			ХОЛАНДСКА МАРКА БИРА ВЪЗПАЛЕНИЕ НА КОСТНАТА ТЪКАН /МЕД./	ПЕСИЦА /1897/ ОТ РОМЕН РОЛАН ХОЛАНДСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР		АВТОМОБИЛНА ПРУЖИНА СТАРА ФРЕНСКА ПОРОДА КОНЕ	ЧАЙНА НАПИТКА БЕЗ КОФЕИН В ЮЖНА АФРИКА	ДЪРЖАВА В ЛАТИНСКА АМЕРИКА ПРИСПОСОБЛЕНИЕ ЗА СЯДАНЕ НА ЧОВЕК	КОЗМЕТИЧЕН ПРОДУКТ ЗА МИГЛИ НА ОЧИ
УМЕРНОБЪРЗ КОНСКИ ХОД С 4 СТЕПЕНИ СТАДИОНЪТ НА ИСПАНСКИЯ „ЛА КОРУНЯ“	ОПЕРА /1905/ ОТ ФРАНЦ ЛЕХАР ХОРОВА ПЕСЕН ОТ ДОБРИ ХРИСТОВ	ГОЛЯМ ТЕЧАЩ ЕСТЕСТВЕН ВОДОЕМ ВИД СПЕЦИАЛЕН ВЪЗЕЛ. ПРИМКА		БЕЗДЕЛНИК, МЪРЗЕЛИВЕЦ /ПРОСТАНАР./ ПРЕДНА ЧАСТ ОТ ГЛАВАТА НА ЖИВОТНО	ПОДЧЕРТНА ПРОТИВОПОЛОЖНОСТ МАРКА АНГЛИЙСКИ ЛЕКИ КОЛИ	ФОРМА НАЧИН НА БОРБА ИЛИ ПРОТЕСТ ВСЯКА ЕДНА ОТ ДЕСЕТ РАВНИ ЧАСТИ		ПРИСПОСОБЛЕНИЕ ЗАКЛЮЧАЩО ВРАТИ	ПОРОДА АЗИАТСКИ ОВЦЕ ЗА АСТРАГАН
ГРЪЦКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР ДОСТИГАЩ ДО 20 М. МОРСКИ БОЗАЙНИК			НАСТАВНИК ВЪЗПИТАТЕЛ /КНИЖОВНО/ ГРАД В ЮГОЗАПАДНА БЪЛГАРИЯ				ТЕГЛОТО НА ОПАКОВКА НА СТОКА ЛИЦЕ, КОЕТО СЛЕДВА В ОВЧНО УЧИЛИЩЕ		
ТРИГОНОМЕТРИЧНА ФУНКЦИЯ ЗЕМЕН ИЗКОП КАТО ВОЕННО УКРИТИЕ ТЪМНИНА, ОТСЪСТВИЕ НА СВЕТЛИНА		РОД ДЕЛФИНИ В ИНД. И ТИХИ ОКЕАНИ ВИД ЛАМИ В ЮЖНА АМЕРИКА	ПАЗИТЕЛ В МУЗЕЙ /КНИЖ./ ПЕСИЦА ОТ ДЕЙВИД МАМЕТ				АРАБСКА ДЪРЖАВА АВТОРКА НА ПОЕТИЧЕСКИ ПРОИЗВЕДЕНИЯ		
ВЪРХОВЕН БОГ В ГРЪЦКИЯ ПАНТЕОН НАЧЕТЕН, ОСВЕДОБЕН, УЧЕН ЧОВЕК /КНИЖОВНО/	СТАРИНЕН ПЛОВДИВСКИ КВАРТАЛ ДОБЪР ДУХ В БЪЛГАРСКАТА МИТОЛОГИЯ	КОРЕННИ ЖИТЕЛИ НА ЗАПАДНА АЛЯСКА МАРКА РУСКИ ПИСТОЛЕТИ	ЛЪСКАВА ПРИМАМКА ПРИ РИБОЛОВ НА СПИНИНГ			ИЗОБРАЖЕНИЕ НА СВЕТА ДЕВА МАРИЯ С МЛАДЕНЕЦА	ЗЕНИЦА, ГЛЕДЕЦ /АНАТ./ ВИД ЛИРИЧЕСКО СТИХОТВОРЕНИЕ		ГРУЗИНСКИ МАНАСТИР ОТ 10 ВЕК В СВЕТА ГОРА
РАВНОМЕРНОСТ В ДВИЖЕНИЕ НА ЧОВЕК ШИРОКИ КОРИДОРИ ОКОЛО ЗАЛА	ДЪРЖАВА В ЗАПАДНА АФРИКА ВИД ЛЕСНОТОПИМ БИТУМ ЗА ПЪТИЩА	КАЧЕСТВО НА ДУХОВНО ЗЪРАЛ ЧОВЕК КВАРТАЛ НА СОФИЯ		ГОРБА ЗА НОСЕНЕ НА РАЗЛИЧНИ НЕЩА РАЗДЕЛИТЕЛНА ЛИНИЯ МЕЖДУ ДЪРЖАВИ	ПЛОЩАДКА В ТЕАТРАЛЕН САЛОН НАША ВЕЩ В РАЙОНА НА КАЗАНЪЛЪК		МНОГО КОРЕНИ НА ЕДНО МЯСТО /СЪБ./ ВЕЧНОЗЕЛЕНО МАСЛОДАЙНО ДЪРВО	ТРАДИЦИОНЕН ИРЛАНДСКИ ТАНЦОВ СТИЛ	ПЪЛТНА СКАЛА, ИЗПОЛЗВАНА В СТРОИТЕЛСТВОТО
ГЪНКА НА ПЛАТ ПРОЯВЕНО УПОРСТВО, ТЪВЪРДОГЛАВИЕ ЕДИНИЦА МЯРКА ЗА СИЛА /ФИЗ./	ПЕЧАЛБА ОТ ИГРАТА НА ТОТО 2 ФРЕНСКИ ТЕНИСИСТ /1960/ ОТ БЛ. МИНАЛО	ПОДКОЖНА МАЗИНИНА ПРИ ПРАСЕТАТА	ГОЛЯМО ЗЕМНО ВЪЗВИШЕНИЕ ПРОЯВА НА НЕСЪПЪТЛИВ СЕ ЧОВЕК	БАЛКАНСКА СТОЛИЦА ЖЕНА НА СИН ИЛИ БРАТ		ДОБРЕ ПОДДЪРЖАНА ТРЕВНА ПЛОЩ НАША ПОП ФOLK ПЕВИЦА /1987/	ПРОЧУТА РОЛЯ НА МАРСЕЛ МАРСО ПЛАТНЕНА МАТЕРИЯ ЗА ПРОЗОРЕЦ		УРЕЖДАНО ПЕРИОДИЧНО ИЗЛОЖЕНИЕ
СКРЪБ, ПЪЛКА СЪЖАЛЕНИЕ ЗА НЯКОГО НЕПЪЛНА РИМА В СТИХ /ЛИТ./	ДНЕВНА ЗАПЛАТА МЕСЕЦ ОТ КАЛЕНДАРНАТА ГОДИНА	ГОЛОМЕРЕН ИНСТРУМЕНТ /ГЕОД./ МУЗ. ТВОРБИ ОТ НЯКОЛКО ЧАСТИ	ВЕРТИКАЛЕН ПРОХОД ЗА АСАНСЪОР		УЧЕБНО ПОЛУГОДИЕ ВЪВ ВУЗ БРАЗИЛСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР	ОБШИРНО ТРОПИЧЕСКО ПРОСТРАНСТВО ЯДЕНЕ, ПОДНАСЯНО СЛЕД ОСНОВНОТО	РОМАН /1914/ ОТ ЕВГЕНИЯ ДИМИТРОВА ГРАЦИОЗНО ТРЕВОПАСНО ЖИВОТНО	УРЕД ЗА ИЗМЕРВАНЕ НА БГЛИ	СПЪТНИК НА ПЛАНЕТАТА ЮПИТЕР
ОБЪРКВАНЕ, СУЕТЕНЕ СРЕД МНОГО ХОРА ГОЛЯМА И ВИСОКА КУПА ОТ СЕНО	БРАЗИЛСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР ВИД АРАБСКА ПАЛМОВА РАКИЯ	БЕЛГИЙСКА АВИАКОМПАНИЯ /1923-2001/ ДЕБЕЛА ПОДОВА НАСТИЛКА	ПЕЧАЛБА ОТ ИГРАТА НА ТОТО 2 ФРЕНСКИ ТЕНИСИСТ /1960/ ОТ БЛ. МИНАЛО		БЪЛГОМЕРЕН ИНСТРУМЕНТ /ГЕОД./ МУЗ. ТВОРБИ ОТ НЯКОЛКО ЧАСТИ	НАДПИС НА РЕПЛИКИТЕ ПО ФИЛМОВА ЛЕНТА	ИСПАНСКИ НАРОДЕН ТАНЦ, ВАРИАНТ НА БОЛЕРОТО КАРТА ЗА ИГРА	ЛИЦЕ, КОЕТО ПРОИЗНАСЯ РЕЧ	
ПОВЕСТ /1907/ ОТ ИВАН ВАЗОВ МОДЕЛ НА ЛЕКИ КОЛИ „CHEVROLET“ СТАР МОДЕЛ СЪВЕТСКИ САМОЛЕТИ	СТАРА МЯРКА ЗА ТЕЖЕСТ ОТ 1,28 КГ. ЗАБАВЕН ЖИЗНЕРАДОСТЕН МУЗИКАЛЕН СТИЛ	СПИРАЩО ПРИСПОСОБЛЕНИЕ НА ВЕЛОСИПЕД ПОЕТИЧНО СЪЗВУЧИЕ	ПАРИЧНА ЕДИНИЦА НА МАЛАЙЗИЯ СВОБОДЕН „РАЗГОВОР“ В INTERNET		ВЪРХОВНО ИНДИЙСКО БОЖЕСТВО ТРАДИЦИОННА ГРЪЦКА МАСТИКА	КАНАЛ, ИЗЛИЗАЩ ОТ БЪБРЕЦИТЕ /АНАТ./	ПРОВОКАТИВЕН УЧАСТНИК В INTERNET ФОРУМ ХИМИЧЕСКИ ЕЛЕМЕНТ		
СИНЯ БОЯ ЗА ПЛАКНЕНЕ НА ДРЕХИ РАЗМИРНА ОБЩНОСТ В ШРИ ЛАНКА	ВИД СТАРИННА ЗЛАТОТЪКАНА МАТЕРИЯ	ТРОПИЧЕСКО МАНГРОВО ДЪРВО							

*** ПОМОЩНИК ***
 ЗЕНКЕР, ИВИРОН, МАНЗУЛ, ЧИЛАУТ, АЛПАКИ, БАГИРА, МАЕСТА, ПУПИЛА, КОМТОА, АКСАМИТ, САБЕНА, КУСТОС

Отговорите са на стр 32 >>



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

Непал преди земетресението

Статията се предоставя от *patepis.com*

Автор: Атанас Черкезов

Снимки: авторът

Летището на Катманду ми се стори много малко като за толкова голям град, при това столица. Състои се от два терминала – за местни и за международни полети.



Хималаите

Слизайки от самолета последвахме тълпата от туристи, която ни отведе в залата за пристигащи. Попълнихме необходимите документи за влизане в страната и за издаване на визата, която се получава на място. Необходима е снимка паспортен формат, и тези, които са пропуснали да си вземат ще се зарадват много на малкото фотостудио в залата.

Сменихме пари още на летището за да имаме

рупии за транспорт до туристическия район на града. Курсът не беше много изгоден, но така е, когато монополът се държи само от една фирма. Гишетата за издаване на визи бяха 2 – 3, а опашките се движеха хаотично. В крайна сметка платихме 25-те долара и влязохме в страната с 15 – дневна виза при положение, че щяхме да останем само 3 дни. Веднага след като ни подпечатаха паспортите се озовахме пред туристическото бюро, където една госпожа с огромно нежелание ни даде карта на града и района около него.



Храм Буданат

Навън ни очакваха десетки нахални шофьори, които предлагаха транспорт до

центъра на сериозни за техните стандарти цени. Аз знаех предварително, че за 300 рупии всички ще сме доволни, затова не срещнах особени затруднения при преговорите. В крайна сметка сложих Таня и раниците на задната седалка на една малка и очукана таратайка, метнах се отпред при шофьора и поехме по разбитите улици

Където и да се намирам на непознати места по света винаги съм мразел включените броячи на такситата. Харесвам варианта за предварителна уговорка на цената, като гаранция, че няма да ме излъжат като удължат маршрута. А в Азия дадената дума понякога е по-силна от подписан договор. След това се наслаждавам на самото пътуване.

В този случай се наслаждавах доколкото ми позволяваше инфраструктурата. Колата непрекъснато подскачаше по неравностите на пътя,

а шофьорът сякаш се опитваше да уцели всяка една дупка. Тротоари на повечето места липсваха, а на тяхно място бяха изсипани на купчини всякакви строителни отпадъци. По някое време шофьорът спря, увери ме, че сме стигнали, аз платих и слязохме от таксито. Огледах се, но е излишно да споменавам, че не видях нищо познато.

След кратко лутане по улиците решихме да хапнем по нещо и да опитаме от местната бира. Избрахме симпатична кръчмичка към едно хотелче, където успях и да сменя пари на сравнително изгоден курс. Цените бях като западноевропейските.

След като се освежихме се концентрирахме в търсене на хотела. Намерихме го в една странична уличка и се настанихме. Най-обикновена двойна стая със собствен санитарен възел.

Прод. на стр.23 >>

Електричеството прекъсваше от време на време, но иначе всичко останало беше приемливо. На покрива на хотела имаше маси и столове, а изгледът беше невероятен.



Гледката от хотела

Първият ден излязохме да се разходим и да огледаме наоколо. Някъде по пътя загубихме ориентация, но получихме непотърсена помощ от едно интелигентно изглеждащо момче. То се залепи за нас, беше дружелюбно и разговорливо, и предложи да ни разведе из района. Междувременно ни разказа за бедния живот на семейството си – майка му сама гледа него и по-малката му сестричка, парите недостигат, а той учи в училище по изкуствата. Има талант, но трудно намира средства да плати обучението си. Всъщност ние може да помогнем като закупим нещо от магазина, в който се продават творбите на неговите учители и съученици. Колкото по-голяма е покупката толкова повече време ще бъде обучаван безплатно... Позната история, но първоначално наистина се подведохме, че момчето няма користна цел и ни помага заради доброто си сърце. В крайна сметка му оставих малко рупии и

поехме към следващото предизвикателство. А то се оказа една рикша и по-точно възрастният и слабичък човек, който въртеше педалите. Помолих го да ни закара до

Храмът на маймуните. Очевидно веднага му стана ясно, че си нямам и представа как се стига до това място. Спазарихме цената и поехме в неизвестна посока. По пътя нашият човек не се съобразяваше с никой. На няколко пъти щяхме да се блъснем в други рикши, а пешеходците бягаха ужасени. Той им подвикваше с особена ярост, дори веднъж се пресегна и плесна по главата един неориентиран заблуден чичко. Въртеше педалите с огромно усилие, но нито за момент не спря преди крайната цел. А тя, както се оказа, въобще не беше мястото, което си бях поръчал.

Изпитвах съжаление към този човечец. На неговата възраст трябваше да си гледа спокойно старините, а вместо това полагаше неимоверни физически усилия за да изкара някоя рупия. В крайна сметка тъкмо обмислях варианта да го помоля да спре и да слезем по-рано за да не го измъчваме повече, когато пристигнахме пред една бариера. Той протегна ръка и каза нещо, което ние не разбрахме. Предположих, че сме пристигнали, платих, и за секунди старецът се загуби от погледите ни.

Минута по-късно осъзнахме, че се

намираме *не пред Храма на маймуните, а на самия център на Катманду* – площад Дурбар, на който са разположени пагоди, храмът на живата богиня Кумари и стар кралски дворец. Беше вече късно да влизаме, затова го оставихме за следващ ден и поехме бавно обратно.

Следващите 2 – 3 дена се разхождахме по улиците, гледахме как кипи живота край нас, обикаляхме магазините, опитахме от традиционната местна кухня и разбира се от почти всички местни бири, разгледахме комплекса в Патан, посетихме Сваямбхунат /Храмът на маймуните/, Буданат и Пашупатинат. В последния храмов комплекс наблюдавахме как непалците изгарят на клади своите мъртви.



Кладата е готова

А на площад Дурбар в Катманду успяхме да видим живата богиня Кумари, но не я снимахме тъй като това е строго забранено.



Терасата, където се появява живата богиня Кумари

Снимахме се, обаче, за спомен със садхута и местни красавици, а вечерите слушахме жива музика в някой от многобройните рок клубове. Летяхме над Еверест със самолет, и дори имах шанса за пръв, а може би и за последен път в живота ми да вляза в пилотската кабина по време на полет...



Поглед към Еверест

Катманду е страхотно местенце. Навред звучи будистката мантра *Ом мани падме хум*, Хималаите извисяват бялата си снага над града, а от върховете на ступите гледат всевиждащите очи на Буда. Спокойствие и мъдрост далеч от суетата.

Непал

Площ – **147,181** км²

Население –

около **28** млн.

Парична единица – рупия /1лв = **58р**/ Катманду

Население

около **1,6** милиона

Забележителности

– площад Дурбар с пагоди, храмове, стария кралски дворец, храма на живата богиня Кумари; Сваямбунат – Храмът на маймуните / будистки/; Пашупатинат – хинду храм; Буданат – будистки храм; в района са градовете Патан и Бактапур.

Холандски национал, играч на „Спартак“ Москва, обвинен в контрабанда на 1,370 кг. кокаин



Бившата звезда на футболния гранд Аякс и холандския национал Куинси Промес е преследван от холандските власти за контрабанда на **1,370 килограма кокаин в Европа**, предава британския Metro.

Промес прекара две години в Аякс - между 2019 и 2021 г., отбелязвайки 22 гола в 53 изяви за холандския отбор. Той замина за Спартак Москва през февруари 2021 г., но сега се озова в „горещи води“ в родната Холандия.

Прокуратурата в страната потвърди, че Промес е обвинен в опит за контрабанда на две партиди кокаин - от около 650 килограма и 713 килограма. Те бяха заловени в пристанището на Антверпен през януари 2020 г. Стойността на двете пратки е приблизително **£65 милиона** на улицата.

Предварително изслушване на футболиста е насрочено да се проведе в Холандия, според NOS. Ако Промес не се върне в страната, за да отговори на обвиненията, случаят може да бъде разгледан с участието на адвокат, упълномощен да се яви вместо него.

Това не е единствения проблем на Куинси. Той в момента е съден за това, че е намушкар братовчед си в коляното на семейно събитие. Преди това отрече обвиненията, но се твърди, че е бил чут да признава за намушкането при полицейско подслушване.

Холандските прокурори поискаха 2 години затвор за бившия национал във връзка с инцидента. Този процес започна в петък и се твърди, че инцидентът се е случил на парти за рожден ден в Абакуд през 2020 г.

Промес не се призна за виновен и не присъства на откриването на процеса, докато изпълнява договора си в Русия. Обвинението в опит за убийство бе оттеглено от прокуратурата поради липса на достатъчно доказателства.

Прокуратурата поиска две години затвор заради подозренията, че е намушкар братовчед си в коляното.



„Може да е свързано с кражба на бижута от леля им – заподозреният обвини жертвата, че има нещо общо с това.“

Адвокатът на футболиста Робърт Малевич отказа да коментира по същество, вместо това каза: „Ще направя това по време на сесията следващия понеделник“. Телефонното подслушване, което е довело до процеса, бе налице поради разследване на текущ случай за контрабанда на наркотици.

Куинси бе част от холандския отбор, който отпадна в 1/8-финалите на Евро 2020, но оттогава не е играл за «оранжевите».

Преместиха двубоя на Усик с Дюбоа на 26 август, заради Денят на независимостта на Украйна



Промоутърът на украинския боксьор Александър Усик обясни значението на новата дата за битката между украинеца и претендента за титлата Даниел Дюбоа, предава DAZN.

Усик е шампион на WBA, WBO и IBF в тежка категория и се очакваше да се бие с носителя на пояса на WBC Тайсън Фюри тази година. Преговорите обаче се провалиха и сега Усик ще се бие с претендента Дюбоа във Вроцлав, Полша.

Двубоят се очакваше да бъде проведен на 12 август, но бе преместен за 26 август, за да бъде по-близо до датата 24 август - Денят на независимостта на Украйна.

Вроцлав, подобно на голяма част от Полша, има силно украинско присъствие, което бе засилено в резултат на войната в Украйна, което доведе до милиони хора, напуснали родината си.

Говорейки пред TVP Sport, промоутърът Александър Красюк каза: „Вроцлав е дом на много украинци. „Битката ще се проведе на стадион за 24,000 души. Трябваше да сменим датата от 12 август на 26 август. Защото това е денят на независимостта на Украйна. Това е перфектната дата за уреждане на битка с Дюбоа. Не можем да пропилеем този шанс.“

Дюбоа е задължителен претендент на WBA, а промоутърът Красюк подаде печелившата оферта двубоя между двамата да се проведе в Полша.

Статуя на най-успешния треньор на аржентинския Ривър Плейт с наистина големи „топки“



Гигантска статуя на аржентинската футболна легенда Марсело Галардо е изправена пред широко разпространени подигравки - след като скулпторът умишлено му подари масивна, издута опаковка на срамните части, пише New York Post.



Високата 8-метра бронзова фигура беше издигната пред Монументалния стадион на Ривър Плейт в Буенос Айрес, показва най-успешния треньор в историята на клуба, който вдига един от двата си трофея Копа Либертадорес. Но почти целият фокус беше върху „топките“ на Галардо – а не върху футболните топки, които играчите му ритяха през годините на неговото треньорство.

Докато някои се съмняваха дали издутината на панталоните, която не може да бъде пропусната, е топка, скулпторката Мерцедес Савал каза, че това е умишлена характеристика - и такава, поискана от лицето, което е поръчало „издутата работа“.

„Искането бе за нещо, което да имитира известната атракция Charging Bull на Уолстрийт, която има по-светли гениталии, защото толкова много туристи ги

търкат за късмет“, каза тя пред La Nación. Савал добави, че това също е намигване към местния жаргон.



„Това е футбол, феновете винаги молят играчите и мениджъра да „вложат много „топки“ в него“ и това бе като подсъзнателно послание чрез скулптурата“, каза Савал пред Infobae. „Преувеличих тази част и разбрах, че е свързано с жест към феновете. Това е част от футболния език и аз потърсих начин да вкарам хората в изкуството“, каза тя също пред La Nación.

„Това намигване е налице и бе постигнато“, каза тя.

Галардо – който спечели 14 титли за клуба от 2014 г. до напускането си през декември – не спомена нищо за „топките“ при откриването, вместо това изнесе емоционална реч за славата си в Ривър Плейт.

„Благодаря на феновете. Винаги ще те обичам. Израснах в този клуб и ще умра в този клуб“, каза той.

Савал соментира, че изработването на статуята е отнело четири години, през които Галардо не е повдигнал никакви възражения, дори когато издута долна половина е поставена много преди окончателната пълна статуя.

„Рядко го виждах... За щастие той не поиска обяснения за статуята, остави ме да работя на спокойствие“, каза тя пред La Nación. Мнозина обаче коментираха онлайн с широко разпространена подигравка

- някои насочени към Ривър Плейт за изрязването на най-монументалната част от статуята на тренъора в собствените ѝ снимки онлайн.

Кариерата на олимпийски спринтьор се провали след шокиращ арест за лаборатория за наркотици в апартамента му



Роден от родители зависими от наркотиците, заобиколен от хероин и кокаин, Леон Рийд казва, че всичко, което някога е искал, е да избяга от тази поквара.

Вместо това спринтьорът се почувствал измамен и предаден от приятел, което доведе до присъда за това, че е позволил домът му да бъде използван за производство на кокаин, предава Sky News.

Именно разклацането на лекоатлетическата му кариера го накара да се състезава на Олимпийските игри за Ирландия. 28-годишният възприема себе си като жертва на наивност и злоупотреба с доверие. И това е история, от която той се надява, че другите - особено в спорта - могат да се поучат, за да избегнат същите грешки.

„Доверих се на някого и на стар партньор с когото тренирах, стар приятел“, казва Рийд пред Sky News в първото си телевизионно интервю по случая.

„Чувствам, че наистина бях използван когато бях на върха на кариерата си.“

След като се мести

между 14 приемни семейства, Рийд открива стабилност и скорост на лекоатлетическата писта. Бягането поставя живота му на нов път след разстроеното детство, с насърчението на приемни родители и тренъор.

Бягайки за Северна Ирландия, дебютът му в голямото състезание беше през 2018 г. Бронзът на 200 метра печели от Игрите на Британската общност в Австралия. До 2020 г. той се подготвя за Олимпиадата, забавена от пандемията. Първият локдаун му попречи да продължи да тренира в Южна Африка. Тогава се завръща в Англия, в апартамента му в Бристол, който дава под наем на приятел. Рийд твърди, че докато е тренирал, Ромен Хайман е използвал апартамента, за да произвежда крек кокаин.

Той настоява, че за първи път е разбрал за това, когато е дошла полицията.

През май 2020 г. лекоатлетът е арестуван като част от операция, ръководена от Югозападния регионален отдел за борба с организираната престъпност.



„Очевидно е наистина разстройващо“, казва Рийд. „Това беше всичко, от което съм се опитвал да се измъкна през целия си живот (наркотиците) и да се върна обратно в този порочен кръг - е просто нещо, в което съм мечтал, че никога няма да бъда въввлечен.“

Докато чака процеса, той все пак успя да отиде на

Олимпиадата - след като обжалва решението на Ирландия за отмяна - и стигна до полуфиналите на 200 метра в Токио през 2021 г.

След това дойде процесът срещу него през миналата година и присъда за това, че е позволил апартаментът му да бъде използван за производство на кокаин и получаване на плащане, което в текстови съобщения е показано да бъде £500.

На Рийд е наредено да извършва общественополезен труд. Хайман бе осъден на 26 години затвор, след като беше признат за виновен в 18 престъпления при потушаването на опита му да изгради наркоимперия.

„Там тренирах за Олимпиадата. Бях на върха на кариерата си“, спомня си Рийд. „Не бях особено съсредоточен върху моя приятел. Той работеше в апартамента, което очевидно каза, че е валутна търговия и подобни неща, от които не се интересувам.“

„Това унищожи кариерата ми, а също и репутацията ми“. Рийд твърди, че е бил „твърде небрежен относно цялата ситуация“, докато е правил услуга на приятел, настоявайки: „Нямах нужда от парите“.

И той наистина има спонсори и успех. Но те го изоставиха след присъдата. Завръщането му на Игрите на Британската общност също бе блокирано миналата година, когато бе счетен за риск за сигурността от организаторите в Бирмингам.

„Това унищожи кариерата ми“, казва той. — А също и моята репутация.



Спортна рубрика:
Павел Станимиров

Как да спечелите всяка една жена:
 - Ако е умна, ѝ кажи, че е красива.
 - Красива ли е, кажи, че е умна.
 - А, ако е умна и красива, ѝ кажи, че е отслабнала.
 Това винаги работи!



Говорят си двама психиатри:
 - Колега, днес имах интересно потвърждение на теорията на Фройд за неволните грешки на езика. Исках да кажа: "Подай ми захарта, скъпа!" а се получи: "Провали ми живота, кучко такава!"



- Кафе?
 - Да прием ли?
 - А, не, да отидемв Колумбия да го берем по плантацията ли!



Как да разсмеем една жена:
 1) Заставаме с ръце на кръста срещу нея.
 2) Поглеждаме я страшно в очите.
 3) Изричаме на висок глас "Тук командвам аз!"

Баща към сина си, който има двойка по пеене:
 - Донеси ми шишето с ракия и учебника, да ти покажа как се прави...



- Отче, съгреших, за 30 минути извърших всичките 7 смъртни греха.
 - Как така?
 - Бях много зъл и завиждах на съседа, затова лениво съблазних жена му, изяхох всички продукти от хладилника му и не ги разделих с никого.
 - Забрави гордостта, сине!
 - Не, отче, много се гордея с това!



Стара българска поговорка: Ако един мъж си гълта корема в присъствието на жена, то значи, че той няма никакви пари.



Срещат се двама приятели на улицата:
 - Що си толкова унил, бе?
 - Мани, мани! Връщам се оня ден от командировка и намерих гол мъж в гардероба.
 - Е, голяма работа. Случва

се при женените.
 - Е, да, ама аз не съм женен.



Баща отива да вземе детето си от детската градина и учителката го пита:
 - Кое е вашето?
 - Има ли значение, нали утре ще го върна пак?!



10 бири пия, и нищо ми няма! Едно кебапче изяхох, и то ме събори!



Турист, прекарва месец в пустинята, споделя:
 - В началото разговаряш със себе си. След една седмица започваш да говориш с гущерите и змиите. След още две и те започват да ти говорят. А след това се оказва, че ти ги слушаш с интерес...



Просяк проси пари от минувач по улицата.
 - Няма да ти дам. Ще ги изпиеш.
 - Не близвам алкохол.
 - Тогава ще ги изхарчиш за някоя проститутка.
 - Не се занимавам с жени.
 - Добре, тогава ще ти дам сто лева, но ще дойдеш с мен. Нека жена ми да

види, какъв може да стане мъж, който не пие и не хойка.



"Колко е хубаво, че пораснах, и не трябва да ставам за училище в 8 сутринта!" Помислих си аз, ставайки в 7 за работа.



Мишките отиват при бухала за съвет:
 - Кажи ни като най-мъдро животно какво да направим? Всички ни гонят - котки, сови, всякакви други хищници.
 - Станете бодливи като таралежите, никой няма да ви закача.
 - А как да станем бодливи?
 - А-а-а, не ме занимавайте с подробности, аз съм стратег, тактиката си е ваша работа.



Наскоро срещнах красиво момиче. Поканих я в нас и като гостоприемнен домакин казах:
 - Чувствай се като у дома си!
 Тя отиде в хола, седна на дивана, кръстоса краката си на масичката за кафе и с важен глас обяви:
 - Тук няма да е зле да се пребоядиса! А може и тапетите да се сменят...

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:

Monday to Friday 9:30am- 5pm





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: Мачете,
 Ипотека, Химки, Нови
 Сад, Ракия, Амбир,
 Извара, Амстел, Перу,
 Уелс, Аерт, Ресор,
 Алки, Ксанти, Контраст,
 Татяна, Бойкот, Тръс,
 Река, Дембел, Кик,
 Ираклис, Ментор,
 Тара, Кашалот, Кустос,
 Катар, Синус, Орцела,
 Пупила, Окоп, Алеути,
 Коренак, Мрак, Блесна,
 Маеста, Капана, Чанта,
 Рил, Зевс, Гана, Сцена,
 Ритмика, Зрелост, Бип,
 Кулоари, Сланина, Зара,
 Дипла, Планина, Газон,
 Инат, Атина, Савана,
 Стен, Шестица, Дизел,
 Надница, Семестър,
 Жал, Охрана, Бусола,
 Суматоха, Сабена, Оле,
 Копа, АСА, Контра,
 Трол, Нора, Рингит,
 Брама, Астро, Чилаут,
 Уретер, АНТ, Аксамит,
 Ризофора, Синка,
 Тамили, Омар.

Отвесно: Манзул,
 Риасор, Ерудит, Асонанс,
 Човек върши какви
 ли не глупости, Ще
 вали, Саанок, Стопан,
 Март, Тирс, Клуп,
 Малт, Ноа, Арак, Меса,
 Карлос, Багира, Шахта,
 Ока, Остеит, Алпаки,
 Щедрост, Мида, Аякс,
 Олеана, Снаха, Чат,
 Манна, Кресна, Слатина,
 Рима, Борсета, Муцуна,
 Златица, Килим, Татри,
 Десета, Граница, Сонати,
 Рекет, Бенгли, Енина,
 Бангу, Кил, Комтоа,
 Маслина, Субтитри, Мая,
 Ройбос, Канцона, Десерт,
 Зенкер, Поетеса, Симона,
 Узо, Аха, Стол, Курсант,
 Газела, Бром, Импорт,
 Тапет, Завеса, Трефа,
 Ампера, Катинар, Базалт,
 Оратор, Кир, Спирала,
 Ивирон, Ъгломер,
 Пирует, Каракул,
 Панаир, Елара.

ОПТИКА В МИСИСАГА - ОБСЛУЖВАМЕ НА БЪЛГАРСКИ

1077 North Service Rd
 Mississauga, Ontario

(905) 272-1632

@Abbeopt

ABBE
 OPTICIANS

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



*Direct billing to all insurance companies

Пламяк Print & Online

ISSN 1920-5155 (Print), ISSN 1920-5163 (Online)

Editor-in-Chief: Viara Dimitrova

Publisher: VIRAD

408-11 Dervock Cres,
 Toronto, ON, M2K1A6

Tel: 416-821-9915

E-mail: info@bulbiz.com

www.bulgarianflame.com

Четете
в Пламяк

онлайн:

www.bulgarianflame.com

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

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

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