

Първа изложба на българката Диана Филипова в Торонто.

Картините и са изложени в **Papermill Gallery**, 67 Pottery Rd, Toronto.
Изложбата е безплатна за посетители **до 17 декември, 2023**,

*Диана Филипова е самоук художник. Започва да рисува преди около шест години. Работи като редовен преподавател в TDSB и времето и за изкуство е много ограничено. Не спира да търси спокойствието, светлината и любовта, които надхвърлят природата и ни свързват един с друг и със Създателя. **Четете на стр.2 >>***



Healthy Planet 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

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

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: Monday to Friday 9:30am- 5pm
www.FirstAutoGroup.ca

100% SOLD
20г. ОПИТ
1% КОМ.


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

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

Позвънете на Мето
855-899-4920
стр.26

ИМИГРАЦИЯ - НОТАРИУС - ПРЕВОДИ



Luba Dinkova
• Лицензиран имиграционен консултант
• Нотариус за Онтаро
• Българско-Английски/
Английско-Български преводач



Tel: + 1 (416) 315-1440
Tel: + (359) 87 863 9757
luba@dinkovaimmigration.com
www.dinkovaimmigration.com

Първа изложба на българката Диана Филипова в Торонто.

Картините и са изложени в **Papermill Gallery**, 67 Pottery Rd, Toronto.
Изложбата е безплатна за посетители **до 17 декември, 2023**,

Диана Филипова е самоук художник. Започва да рисува преди около шест години. Работи като редовен преподавател в TDSB и времето и за изкуство е много ограничено. Не спира да търси спокойствието, светлината и любовта, които надхвърлят природата и ни свързват един с друг и със Създателя.

Pictures from the Art Gala on December 3rd, 2023 at Todmorden Mills Heritage Museum and Arts Centre
The President, Bret Snider, Vice President Mark Baker and Diana Filipova shared responsibility for organizing and hosting the event.



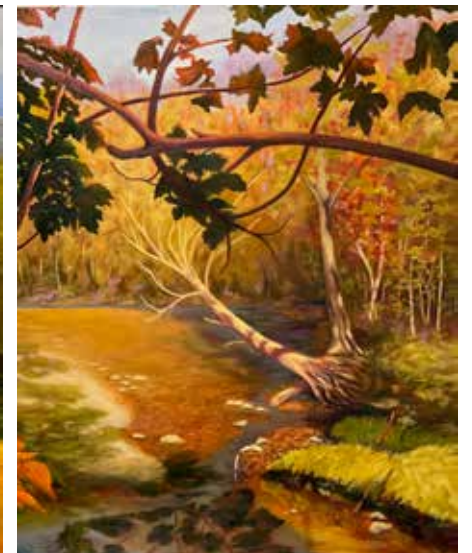
Eight exhibiting artists. From left to right: Dianne Jackson, Andy Donato, David Jean, Gary Crawford, Patrick Nunziata, Diana Filipova, and Don Snider.



Guest speaker Brad Redekopp, Member of Parliament from Saskatchewan



Mila Ionkova, mezzo soprano and Irina Klimova, piano, shared their talent with us as featured artists.



Over 25 years in business

Elite Bakery and Delicatessen



- Specialized In:**
- Greek & Middle Eastern Pastries
 - Wedding & Birthday Cakes
 - Grocery



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

Нека новата 2024 донесе на всички ни много щастие и нека я посрещнем подobaващо.

Lux events има удоволствието да Ви покани на българската новогодишна гала вечер в **VERDI Convention Centre- 3555 Derry Rd E, Mississauga ON L4T 3V7**.

Има безплатен паркинг за всички. Вратите отварят в 18:00ч.

Цената на куверта е \$65 за деца до 12г. и \$110 за възрастни и включва сервирани разядки, вечеря на блок маса, десертна маса с шоколадов фонтан, тост от шампанско в 12ч.

Залата разполага с бар (плащане в брой).

За музикалното оформление ще се погрижи Ди-джей Пепи, а известната Пиринска певица **ТАТЯНА СЪРБИНСКА**

ще изпълни обичани традиционни и популярни български песни.

Дядо Коледа ще ни посети в 19:00ч.

За децата ще се погрижат нашите аниматорки с програма от 2ч.

Събитието ще бъде професионално заснето,

а гостите ще могат да се забавляват с Фото будка и 360 видео будка.

Гигантският Светещ Робот също ще премине през нашите врати!

Ще бъде шуру парти пълно с изненади!

Можете да запазите местата си с E-transfer на luxbgevents@gmail.com, следвайки изпращане на емайл с имена на резервирания и души в компанията. Всяка маса събира група от 10 човека.

Можете също така да се свържете с нас на тел **(647) 860-8444 - Anna Kutsarova** или **Lina G Realtr - (647) 862-2339**.

Моля да се свържете с нас преди изпращане на трансфер, за да обсъдим номер на свободна маса.

Ще бъдем много щастливи да посрещнем отново новата година заедно!



LUX BG EVENTS Presents
2024 NEW YEAR
PARTY ALL NIGHT
BQ Party
DECEMBER 31
6PM - 2AM
VERDI CONVENTION CENTRE
Featuring
DJ PEPI | SPECIAL GUEST - TATIANA SARBINSKA
PHOTOGRAPHY - PHOTO BOOTH - ENTERTAINMENT - DINNER - CHAMPAGNE TOAST
FOR MORE INFORMATION: 647-860-8444 - ANNA : 647-862-2339 - LINA
LUXBGEVENTS@GMAIL.COM | ENTRY \$110 | CASH BAR



LCBO #: 0272674

KHAN KRUM
PRODUCT OF BULGARIA
CLASSIC RAKIA
BLENDED

KHAN KRUM
KHAN KRUM CLASSIC RAKIA
КЛАСИК РАКИЯ

Висококачествена гроздова ракия, произведена по класическа технология от селектирани сортове, и отлежала повече от 3 години в малки дъбови бъчви.
Premium grape rakia, distilled by classic technology from selected varieties, aged over 3 years in small oak casks. It has a well-developed aroma and soft noble taste that gives it style and individuality.

Налична в мрежата на LCBO! AVAILABLE AT LCBO!

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, Инженери-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.

Наистина ли имате нужда от антибиотици? Ограничаване употребата им помага в борбата с резистентните към лекарства бактерии

(Do you really need antibiotics? Curbing our use helps fight drug-resistant bacteria)



Автори:

Миньон Авент
- Фармацевт по управление на антимикробни средства, The University of Queensland, Фиона Дукас - Докторант, University of Sydney и Кристин Ксенос - Научен сътрудник, Колеж по здравеопазване, медицина и благосъстояние, Училище по биомедицински науки и фармация, University of Newcastle

Декларация за оповестяване:

Миньон Авент получава финансиране от Metro North Hospital and Health Service, Children's Hospital Foundation Queensland, Министерството на здравеопазването, MSD и Обществото на болничните фармацевти на Австралия.

Фиона Дукас

получава финансиране от Обществото на болничните фармацевти Австралия и Hospira. Работи за Австралийската комисия по безопасност и качество в здравеопазването. Част е от неправителствена организация, наречена Hepatitis B Free. Работи в две болници в Сидни.

Кристин Ксенос работи за Австралийската комисия по безопасност и качество в здравеопазването.

Статията е публикувана в *The Conversation*. Преводът е на „Пламяк“

Антибиотичната резистентност възниква, когато микроорганизмът се промени и вече не реагира на антибиотик, който преди е бил ефективен. Тази резистентност е свързано с по-лоши резултати, по-голям шанс за смърт и по-високи разходи за здравеопазване.

В Австралия антибиотичната резистентност означава, че някои пациенти се приемат в болница, тъй като пероралните антибиотици вече не са ефективни и трябва да получат интравенозна терапия чрез капково приложение.

Антибиотичната резистентност нараства до високи нива в определени части на

света. Някои болници трябва да обмислят дали дори е жизнеспособно да лекуват ракови заболявания или да извършват операция поради риска от резистентни към антибиотици инфекции.

Австралия е един от най-големите потребители на антибиотици в развития свят. Трябва да използваме разумно този ценен ресурс или рискуваме бъдеще, в което обикновена инфекция може да ви убие, защото няма ефективен антибиотик.

Кога не трябва да се използват антибиотици?

Антибиотиците действат само при някои инфекции. Те действат срещу бактерии, но не лекуват инфекции, причинени от вируси.

Повечето инфекции, придобити в обществото, дори тези, причинени от бактерии, вероятно ще се подобрят без антибиотици.

Приемането на антибиотик, когато не се нуждаете от него, няма да ви накара да се почувствате по-добре или да се възстановите по-рано. Но то може да увеличи шансовете ви за странични ефекти като гадене и диария.

Някои хора смятат, че зелената слуз (или сополи) е признак на бактериална инфекция, изискваща антибиотици. Но всъщност това е знак, че имунната ви


система работи, за да се бори с инфекцията.

Ако чакате, често ще се подобрите

Насоките за клинична практика за употреба на антибиотици имат за цел да гарантират, че пациентите получават антибиотици, когато е подходящо. Въпреки това **40% от общопрактикуващите лекари казват**, че предписват антибиотици, за да отговорят на очакванията на пациентите. А всеки пети пациент очаква антибиотици за респираторни инфекции.

За лекарите може да бъде трудно да решат дали пациентът има вирусна респираторна инфекция или е в ранен стадий на сериозна бактериална инфекция, особено при деца. Единият вариант е да „наблюдавате и чакате“ и да помолите пациентите да се върнат, ако има клинично влошаване.

Алтернатива е да се предпише антибиотик, но да се посъветва пациентът да не го приема, освен ако не се появят специфични симптоми. Това може да намали употребата на антибиотици с 50% без намаляване на удовлетвореността на пациентите и без увеличаване на процента на усложнения.

A STAR ALLIANCE MEMBER 

WE CONNECT MORE COUNTRIES THAN ANY OTHER



AFRICA ABIDJAN ABUJA ACCRA ADDIS ABABA ALEXANDRIA ALGIERS ANTANANARIVO ASMARA BAKO BANIUL CAIRO CAPE TOWN CASABLANCA CONAKRY CONSTANTINE COTONOU DAKAR DAR ES SELAAM DJIBOUTI DOUALA DURBAN ENTEBBE FREETOWN HURGHADA JOHANNESBURG JUBA KHARTOUM KIGALI KILIMANJARO KINSHASA LAGO S LIBREVILLE LUANDA MAPUTO MARRAKESH MAURITIUS MOGADISHU N'DIAMENA NAIROBI NAMEY NOKAKCHOTT ORAN OUGADDOUGOU POINTE - NOIRE SEYCHELLES SHARM EL SHEIKH TUNIS YAOUNDÉ ZANZIBAR **AMERICA** ATLANTA BOGOTA BOSTON BUENOS AIRES CANCUN CARACAS CHICAGO DALLAS HAVANA HOUSTON LOS ANGELES MEXICO CITY MIAMI MONTREAL NEWARK NEW YORK PANAMA SAN FRANCISCO SAO PAULO SEATTLE TORONTO VANCOUVER WASHINGTON **FAR EAST** AKTAU ALMATY BALI BANGKOK BISHKEK BUKHARA CEBU COLOMBO DHAKA DUSHANBE FERGENA GUANGZHOU HANOI HO CHI MINH HONG KONG ISLAMABAD JAKARTA KABUL KARACHI KATHMANDU KUALA LUMPUR LAHORE MALE MANILA MAZAR-I SHARIF MUMBAI NEW DELHI NUR-SULTAN PHUKET SAMARKAND SEOUL SINGAPORE TAIPEI TASHKENT TOKYO TURKISTAN ULAANBAATAR URGENCH **EUROPE** AMSTERDAM ATHENS BAKU BARCELONA BARI BASEL BATUM BELGRADE BERGAMO BERLIN BILBAO BILLUND BIRMINGHAM BOLOGNA BORDEAUX BREMEN BRUSSELS BUCHAREST BUDAPEST CATANIA CLUJ COLOGNE CONSTANTA COPENHAGEN DUBLIN DUBROVNIK DUISSELDORF EDINBURGH FRANKFURT GANJA GENEVA GÖTTENBURG HAMBURG HANNOVER HELSINKI HERSON / MYRDLAV KAZAN KHARKIV KISHINEV KYIV LEIPZIG LISBON LJUBLJANA LONDON LUXEMBOURG LVIV LYON MADRID MALAGA MALTA MANCHESTER MARSEILLE MILAN MINSK MOSCOW MUNICH NAKHICHEVAN NAPLES NICE NUREMBERG ODESA OSLO PARIS PODGORICA PORTO PRAGUE PRISTINA RIGA ROME ROSTOV ROVNIEMI SALZBURG SARAJEVO SKOPIE SOCHI SOFIA ST. PETERSBURG STOCKHOLM STRASBOURG STUTTGART TALLINN TBILISI THESSALONIKI TIWAT TOULOUSE VALENCIA VARNA VENICE VIENNA VILNIUS WARSAW YEKATERINBURG ZAGREB ZAPORUJA ZÜRICH **MIDDLE EAST** ABU DHABI AMMAN AQABA BAGHDAD BAHRAIN BASRA BEIRUT DAMMAM DOHA DUBAI ERBIL ERGAN ISFAHAN JEDDAH KUWAIT MEDINA MASHHAD MUSCAT NCE BF RIYAD SHARJAH SHIRAZ SULAYMANIYAH TABRIZ TEHRAN TEL AVIV URMIA **TÜRKIYE** ADANA ADIYAMAN AGRI AMASYA/MERZIFON ANKARA ANTALYA BATMAN BINGÖL BODRUM BURSA CANAKKALE DALAMAN DENİZLİ DIYARBAKIR EDİRNE İZMİR ELAZIG ERZINCAN ERZURUM GAZIANTEP HAKKARI HATAY İGDIR İSPARTA İSTANBUL İZMİR KAHRAMANMARAŞ KARS KASTAMONU KAYSERİ KOCAELİ KONYA KUTAHYA MALATYA MARDIN MUS NEVSEHIR ORDU-GİRESUN RİZE-ARTVIN SAMSUN SIIRT SINOP SIVAS SANLIURFA SIRNAK TOKAT TRABZON VAN ZONGULDAK



TURKISH AIRLINES

For updates please visit turkishairlines.com

<< *Прод. от стр.5*

Понякога антибиотиците са животоспасяващи

За някои хора – особено тези с отслабена имунна система – обикновената инфекция може да стане по-сериозна. Пациентите със съмнение за животозастрашаващи инфекции трябва незабавно да получат подходящ антибиотик. Това включва сериозни инфекции като бактериален менингит (инфекция на мембраните около мозъка) и сепсис (което може да доведе до органна недостатъчност и дори смърт).

Кога иначе могат да се използват антибиотици?

Антибиотиците понякога се използват за предотвратяване на

инфекции при пациенти, които са подложени на операция и са изложени на значителен риск от инфекция, като тези, подложени на резекция на червата. Тези пациенти обикновено получават една доза преди процедурата.

Антибиотиците могат също да се дават на пациенти, подложени на химиотерапия за рак на твърди органи (на гърдата или простатата, например), ако те са изложени на висок риск от инфекция.

Докато повечето болки в гърлото са причинени от вирус и обикновено преминават от само себе си, някои високорискови пациенти с бактериална стрептококова инфекция, която може да причини „скарлатина“, получават антибиотици за предотвратяване на по-сериозна инфекция като остра ревматична треска.

Колко дълъг е курсът на антибиотици?

Препоръчителната продължителност на курса на антибиотици зависи от вида на инфекцията, вероятния причинител, къде се намира в тялото ви и колко ефективни са антибиотиците при унищожаването на бактериите.

В миналото курсовете бяха до голяма степен произволни и се основаваха на предположения, че антибиотиците трябва да се приемат достатъчно дълго, за да се елиминират заразяващите бактерии.

По-нови изследвания не подкрепят това и по-кратките курсове са почти винаги толкова ефективни, колкото по-дългите, особено при респираторни инфекции, прихванати в общуването.

За пневмония,

придобита в обществото например, изследванията показват, че **3 до 5-дневен курс на антибиотици е поне толкова ефективен, колкото курс от 7 до 14 дни.**

Подходът „вземете, докато всичко приключи“ вече не се препоръчва, тъй като колкото по-дълго е излагането на антибиотици, толкова по-голям е шансът бактериите да развият резистентност.

Въпреки това, при инфекции, при които е по-трудно да се ликвидират бактериите, като туберкулоза и костни инфекции, обикновено се изисква комбинация от антибиотици в продължение на много месеци.

Ами ако вашата инфекция е резистентна към лекарства?

Възможно е да

Четете на стр.7 >>

ИМИГРАЦИЯ - НОТАРИУС - ПРЕВОДИ



Licensed Immigration Consultant
Notary Public for Ontario
Bulgarian-English/English-Bulgarian Translator

Лицензиран имиграционен консултант
Нотариус за Онтарио
Българско – Английски/ Английско- Български преводач

+359878639757

LUBA@DINKOVAIMMIGRATION.COM

www.dinkovaimmigration.com

+1 416-315-1440



Luba Dinkova

<< Прод. от стр.6

имате резистентна към антибиотици инфекция, ако не се подобрите след лечение със стандартни антибиотици.

Клиничният ви специалист ще вземе проби за лабораторни изследвания, ако подозира, че имате резистентна към антибиотици инфекция, въз основа на медицинската ви история (особено ако сте били хоспитализирани в страна с високи нива на антибиотична резистентност) и ако сте имали скорошен курс на антибиотици, които не са изчистили инфекцията ви.

Резистентните към антибиотици инфекции се управляват чрез предписване на широкоспектрни антибиотици. Те са като чук, който унищожава много различни видове бактерии (тясноспектрните антибиотици, обратно, могат да се разглеждат като скалпел - по-целенасочен и засягащ само един или два вида бактерии.)

Широкоспектрните антибиотици обикновено са по-скъпи и имат по-тежки странични ефекти.

Какво могат да направят пациентите?

Решенията относно предписването на антибиотици трябва да се вземат с помощта на споделени помощни средства за вземане на решения, където пациентите и предписващите лекари обсъждат рисковете и ползите от антибиотичните при състояния като възпалено гърло, инфекция на средното ухо или остър бронхит.

Помислете да зададете на Вашия лекар въпроси като:

- трябва ли да изследваме причината за моята инфекция?
- колко време трябва да отнеме възстановяването ми?

- какви са рисковете и ползите от приема на антибиотици?

- ще повлияе ли антибиотикът на редовните ми лекарства?

- как трябва да приемам антибиотика (колко често, колко дълго)?

Други начини за борба с антибиотичната резистентност

включват:

- връщане на остатъчни антибиотици в аптека за безопасно изхвърляне
- никога да не консумирате остатъци от антибиотици или да ги давате на някой друг
- да не спазвате повторни рецепти

за антибиотици „в случай“ че се разболее отново

Не забравяйте - попитайте вашия лекар или фармацевт какво можете да направите, за да се почувствате по-добре и да облекчите симптомите си, вместо да поискате антибиотици.

- Статията е публикувана в The Conversation <https://theconversation.com/do-you-really-need-antibiotics-curbing-our-use-helps-fight-drug-resistant-bacteria-217920>

100%

SOLD

20г.

ОПИТ

1%

КОМ.



Тодор Тодоров
Broker

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

Софийска св. митрополия
призовава духовенството да
отслужи молебен за здравето на
Българския патриарх Неофит



Публикувано на страницата на
Светия синод на БПЦ
bg-patriarshia.bg
Автор: Софийска света
митрополия

По решение на Епархийския
съвет при Софийски света
митрополия от 1.12.2023
г. се призовават всички
свещенослужители от Софийска
епархия идната неделя, 3
декември, в своите храмове да
отслужат молебен за здравето
на Негово Светейшество
Софийския митрополит и
Български патриарх Неофит.

В светата Литургия да се добавят
следните молитви:
*За Божия раб Светейшия наш
отец Неофит, митрополит
Софийски и патриарх Български,
за да му се прости всяко волно и
неволно прегрешение и да бъде
милостив към него, на Господа
да се помолим!*

*За да го вдигне скоро от
болничния одър със словото
на Своята сила, както някога
сина на стотника, дъщерята
на хананейката и тъщата на
Петър, и милостиво ги изцери,
на Господа да се помолим!*

*За да го издигне бързо от
болничния одър и да го направи
отново здрав, както някога
въздигна парализирания чрез
словото на Своята божествена
благодат, на Господа да се
помолим!*

*За да не пренебрегне усърдните
молитви на Своя раб, но
милостиво да го чуе и помилва, и
да му даде здраве, на Господа да
се помолим!*

*За да го посети със Своя Свети
Дух и да изцери всеки недъг и
всяка болест, които се гнездат в
него, заради славата на Своето
име, на Господа да се помолим!*

*За да чуе милостиво, както на
хананейката, молитвения глас
на нас – недостойните Свои
раби, които викаме към Него и
както изцери нейната дъщеря,
така да изцери и помилва болния
Свой раб Неофит, патриарх
Български, на Господа да се
помолим!*

*Защити, спаси, помилвай и
запази ни, Боже, с Твоята
благодат!*

*Като поменем заедно с всички
светии пресветата, пречиста
и преблагословена славна
Владичица наша Богородица и
приснодева Мария, нека сами
себе си и един друг и целия си
живот на Христа Бога да
предадем!*

**Становище на Св. Синод на
БПЦ-БП по отношение на
повдигнато дело срещу България
в опит за легализиране на
еднополовите съжителства**



Публикувано на страницата на
Светия синод на БПЦ
bg-patriarshia.bg
Автор: Българска патриаршия

**Ст а н о в и щ е на Св. Синод
на Българска православна
църква – Българска
Патриаршия, прието на
заседанието му на 22.11.2023
г., прот. № 6 – пълен състав**
Относно: искане за
преразглеждане на Решение
от 05.09.2023 г. по жалба №
40209/20, “Бабулкова и Коилова
срещу България“, от Голямото
отделение на Европейския
съд по правата на човека
(ЕСПЧ), съгласно чл. 43 от
Конвенцията за защита на
правата на човека и основните
свободи (КЗПЧОС)

**Св. Синод на Българската
православна църква –
Българска Патриаршия,
основавайки се на учението на
Христовата църква за човека
като велико Божие творение,
националната конституционна
идентичност на България и
върховенството на закона,
няма право и не може да
си позволи да не отстоява
последователната си позиция
по въпроса за понятието „пол“,
брак, семейство и защита на
децата. Брактът и семейството,
разбирано като благословен от
Бога съюз между мъж и жена,
са вековна неприкосновена
ценност за християнството. За
християнството съществува едно
единствено понятие за пол, което
произтича от биологичното
(естество) устройство на човека
като Божие творение.**

I. В решението си от 05.09.2023
г. по дело 40209/20 Коилова
и Бабулкова срещу България,
ЕСПЧ е достигнал до извода,
че Република България е
допуснала нарушение на чл. 8
от Конвенцията, тъй като не е

осигурила правно признаване и
защита на връзките между лица
от еднакъв пол.

Св. Синод настоява
Правителството на Република
България да поиска
преразглеждане на **Решение
№ 40209/20 от 05.09.2023 г.
“Бабулкова и Коилова срещу
България“**, съгласно чл. 43
КЗПЧОС,

за да защити авторитета на
България като суверенна правова
държава. Считаме, че са налице
и двете хипотези, предвидени в
т. 2 от чл. 43 на Конвенцията, а
именно:

- делото повдига сериозен
въпрос, свързан с тълкуването и
прилагането й;

- делото повдига сериозен
проблем с общозначим характер.

1. Приложимото
международно право, в
това число Всеобщата
декларация за правата
на човека, Конвенция
за защита на правата
на човека и основните
свободи и други
международни актове
не налагат на България
положително задължение
да признае или регулира
брака или друга форма
на еднополова връзка.
Разпоредбата на чл.
8 от Конвенцията не
гарантира правото на
брак или съжителство
за лица от един и същи
пол. Правителството
е изразило отлично
аргументирано
становище по делото,
цитирано в решението,
но видно от т. 55, то е
било възприето като
недостатъчно относно
изясняване на интереса
на обществото, който
да има предимство пред
индивидуалните интереси
на жалбоподателките.
Вярваме, че
производството по
преразглеждане е
подходящата възможност
за представяне на
допълнителни аргументи
без уклончивост в тази
насока.

Министерският съвет на
Република България е задължен
да изпълнява Решенията на
Конституционния съд, поради
което следва ясно и категорично
да заяви пред Голямото
отделение на Европейския
съд по правата на човека, че
Народното събрание не може
да приеме правна рамка, за да
защити съюза на лица от един
и същи пол, защото това би
било противоконституционно.
Решенията на КС са
задължителни за всички

държавни органи, юридически
лица и граждани.

Ето защо, Правителството
на РБ следва да поиска
преразглеждане на делото от
Голямото отделение, тъй като
постановеното в решението
противоречи на Конституцията
на РБ, върховенството на закона
и налага нови международни
задължения, които никога на
са поемани чрез демократични
процедури.

0. Въпросът как следва да се
разбира понятието „пол“
според Конституцията
на Република България
(КРБ), е разрешен от
Конституционния съд
на Република България
(КС) в Решение №
15/26.10.2021 г. по
конституционно дело №
6/2021 г. Изяснявайки
понятието „пол“ по
смисъла на българското
право КС приема
ценностно нормативен
подход, който отчита
ценностите, произтичащи
от останалите нормативни
системи, каквито са
религията, моралът и
обичаите. Разгледани са
следните три отправни
точки: 1. бракът в
българската Конституция
е уреден като съюз между
мъж и жена (чл. 46, ал.
1), 2. КРБ предвижда
конституционна закрила
на майчинството,
което е неделимо
свързано с института
на семейството;
3. ценностите на
Източноправославното
вероизповедание, което
според чл. 13, ал. 3
от Основния закон е
традиционната религия в
Република България.

В отговор на поставения
въпрос КС е приел, че в
„разбирането за понятието
„пол“ конституционният
законодател през 1991 г. не
е вложил друго съдържание,
освен традиционното, т. е.
биологичното, основаващо
се на половата бинарност,
като върху тази полова
бинарност правото надгражда
допълнителни социални и
граждански проекции, свързани
с личния и семеен статус на
лицата.“ Съдът е изложил
също така, че „зачитането на
националната идентичност
на Република България като
член на Европейския съюз
(ЕС) изисква съобразяване на
установените в Основния закон
на страната принципи, ценности
и традиционни разбирания,
обусловили конституционната
уредба на брака

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

Mobile Tech
2916 Lake Shore Blvd W
Toronto, ON, M8V 1J4
Tel: 416-519-0208

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

Money Trust Currency Exchange
5460 Yonge St Unit 105
North York, ON, M2N 6K7
Tel: 416-567-2222

Le Saint Jean Corp
3355 Kingston Rd, Unit 1-2
Scarborough, ON, M1M 1R3
Tel: 416-261-1804

Simply Transact Ltd
462 Birchmount Rd unit 29
Scarborough, ON, M1K 1N8
Tel: 647-562-02049

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

<p>UKRAINE</p>		<p>GEORGIA</p>		<p>ROMANIA</p>	
<p>POLAND</p>	<p>BULGARIA</p>	<p>MOLDOVA</p>	<p>KOSOVO, MACEDONIA, MONTENEGRO</p>		<p>SERBIA</p>
<p>ALBANIA</p>					



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.

<< Прод. от стр.8

(„доброволен съюз между мъж и жена“) и семейния статус на лицата.“

0. Въпросът за предимството на публичния интерес спрямо претендирания индивидуален интерес на отделни лица за признаване и защита на връзки между лица от еднакъв пол е решен еднозначно от КС в полза на публичния интерес, защитен от Конституцията, която разбира „понятието „пол“ в неговия биологичен смисъл, отчитайки „историческата и духовна традиция, формирала ценностните разбирания на българското общество, които именно са вградени в действащата Конституция“.

В цитираното решение на КС е записано следното: „Съдът обръща внимание, че според установената му практика всяко незачитане на неговите актове „е нарушение на самия основен закон, защото засяга основните принципи, залегнали в чл. 4, ал. 1 за правовата държава, която се управлява според Конституцията и законите в страната“ (Решение № 8 от 2010 г. по к. д. № 2/2010 г.). Именно във връзка с това „принципът на правовата държава изисква съобразяване с решенията на Конституционния съд като част от действащото право и точното им изпълнение“. Дадените от съда тълкувания и правни оценки трябва да се съобразяват в тяхната цялост, да не се изваждат от контекста и да не им се придава смисъл, какъвто решението не съдържа (Решение № 1 от 2013 г. по к.д. № 5/2012 г.).“

1. II. ЕСПЧ е надхвърлил предоставената му от ЕКЗПЧОС компетентност, приемайки, че Република България е извършила нарушение на чл. 8 от Конвенцията, тъй като не е въвела национална правна уредба, регулираща взаимоотношенията между еднополовите двойки.
2. Правното регулиране на обществени отношения относно семейството и брака не е предмет на компетентност на ЕСПЧ или друг наднационален орган, нито такъв орган има право да изисква от националните държави въвеждането на определена правна регулация в този смисъл.

Чл. 12 от Конвенцията предвижда това да бъде извършено единствено в съответствие с националните закони и не би могло да бъде другоаще. Аналогичен извод следва от текста на чл. 4, пар. 2 от Договора за функциониране на Европейския съюз, съгласно който Съюзът зачита националната идентичност на държавите членки, присъща на техните основни политически и конституционни структури. Държавите запазват националния суверенитет да регулират обществените отношения относно брака и семейството и имат правото на самостоятелна и независима преценка дали и как да го направят. В частност относно правото на встъпване в брак и правото на създаване на семейство изрично е посочено в чл. 9 от Хартата на основните права на Европейския съюз (ЕС), че те са гарантирани в съответствие с националните закони, които уреждат упражняването на тези права. Изрично е посочено в Преамбюла на Хартата, че: „При съблюдаване на компетенциите и задачите на Съюза, както и принципа на субсидиарност, настоящата Харта потвърждава отново правата, които произтичат по-специално от общите за държавите-членки конституционни традиции и международни задължения, както и от Европейската конвенция за защита на правата на човека и основните свободи, от приетите от Съюза и от Съвета на Европа социални харти, от практиката на Съда на Европейския съюз и на Европейския съд по правата на човека“. По-нататък в преамбюла, както и в чл. 52, § 3 от Хартата, изрично е посочено, че доколкото последната съдържа права, съответстващи на права, гарантирани от Европейската конвенция за защита на правата на човека и основните

свободи (ЕКЗПЧОС), техният смисъл и обхват са същите като дадените им в посочената Конвенция; националните законодателства и практики трябва да бъдат взети предвид в тяхната цялост, както е посочено в настоящата Харта - § 6 на чл. 52 от същата.

Ето защо, ЕСПЧ на първо място е надхвърлил предмета на разглеждане по жалбата с № 40209/20, като по повод направените оплаквания за нарушение на чл. 8 от Конвенцията е приел, че такова е налице, макар да е заявил, че не намира за необходимо да разгледа оплакванията за нарушение на чл. 14, във вр. с чл. 8 и чл. 12 от Конвенцията. Макар да е намерил единодушно в същото решение, че установяването на нарушение само по себе си представлява достатъчно справедливо обезщетение за всички морални вреди, понесени от жалбоподателите, все пак изложените в същото решение мотиви са видима обосновка на последващи в същия смисъл, налагащи задължение за признаване на еднополов брак. Конституцията и националните закони на РБ разглеждат семейството единствено в контекста на доброволния съюз между мъжа и жената. Не може да има нарушение на чл. 8 относно регулацията или липсата на такава по въпрос, който е от компетентността на държавата, както и не може да има правно валидно задължение, произтичащо от решение на ЕСПЧ в този смисъл. Макар без съмнение, Конвенцията да е жив инструмент, тълкуван и прилаган в съответствие с развитието на обществата във времето, все пак това тълкуване и прилагане не може да има за резултат разширяване на ангажиментите, поети от високодоговарящите страни при подписването ѝ. На второ място, изразеното в решението на отделението от седем съдии виждане е изцяло в противоречие с цитираните по-горе разпоредби на Хартата. Ето защо, влизането му в сила би породило значителна правна несигурност, в частност и поради необходимостта смисълът и обхватът на правата, гарантирани от Хартата, да бъдат възприемани така, както са дадени в Конвенцията. В този контекст следва да се съобрази и решението от 16.07.2014 г. на Голямото отделение по делото *Hämäläinen v. Finland*, в

което се приема, че при липса на европейски консенсус и имайки предвид, че настоящият казус безспорно повдига чувствителни морални или етични въпроси, ЕСПЧ приема, че свободата на преценка на ответната държава следва принципно да бъде разширена до правото на държавата да реши дали да въведе или не законодателство относно правно признаване на новия пол на транссексуално лице, претърпяло операция, и ако са предприети действия по признаване, по отношение на въведените правила, така че да се постигне баланс между противостоящите обществен и частен интерес.

0. Претендираните от двете жалбоподателки индивидуални права противоречат на установения в РБ конституционен правов ред. Общественият интерес, охраняван от Конституцията и законодателството, следва да бъде предпочетен и защитен пред претендирания частен интерес. Той изразява семейството като основна градивна единица на човешката цивилизация и единствения благословен от Бога съюз между мъж и жена за продължаване на човешкия род. Еднополовото съжителство не може да намери място в този контекст, тъй като то е противоестествено, греховно и не може да послужи за продължаване на човешкия род.
0. Република България е ратифицирала ЕКЗПЧОС в контекст на обществените отношения, които не са поставяли под съмнение факта, че семейството е съюз между мъжа и жената, аргумент за което са чл. 12 от ЕКЗПЧОС, така и от чл. 16 от Всеобщата декларация за правата на човека, които се отнасят до традиционния брак между лица с противоположен биологичен пол. Ясно от преамбюла на ЕКЗПЧОС, целта е съвместно осъществяване на някои от правата, провъзгласени от тази декларация. В тези обществени отношения не фигурират права на еднополовите двойки.
1. Именно тези са били ценностите на договарящите страни при присъединяването им към Конвенцията.

Прод. на стр.11 >>

<< Прод. от стр.10

2. Такова е и разбирането на ЕСПЧ, отразено в решение *Cossey v. The United Kingdom*, A-184: "Правото на сключване на брак, гарантирано от чл. 12, се отнася до традиционния брак между лица с противоположен биологичен пол. Макар и днес някои от договарящите държави да биха приели за действителен брака, сключен между транссексуален и лице от противоположния на новопридобития му пол, не може да се каже, че развитието, достигнато до момента, свидетелства за някакво общо изоставяне на традиционната концепция за брака. При тези обстоятелства Съдът не смята, че може да възприеме нов подход при тълкуването на чл. 12 по този въпрос. Придържането към традиционната концепция за брака дава достатъчно основание да се продължи възприемането на биологическите критерии за определяне на пола на едно лице за целите на сключването на брак, тъй като се касае за въпрос, обхванат от правомощието на договарящите държави да уреждат с националните си закони упражняването на правото да се сключва брак."
0. Категорично неприемливо е, по тълкувателен път, чрез дейността на ЕСПЧ, да се пренаписва Конвенцията, като се добавят „ценности“, които договарящите страни в лицето на РБ не са припознавали нито към датата на ратифицирането на Конвенцията, нито към настоящия момент. Волята и желанието на РБ, ратифицирайки

Конвенцията, в съответствие с Конституцията на РБ, е именно опазване правата на семейството, разглеждано като съюз между мъж и жена, но не и като съюз между лица от един и същ пол. Въвеждането на подобни ценности в разрез с националната идентичност и оказването от ЕСПЧ на натиск за приемането им поставя въпроса необходимо ли е РБ да е част от механизъм, който защитава „ценности“, които не се споделят от РБ и за които в българското общество има единодушие, изразено в Конституцията и правовия ред в страната. Дори и да има промяна в обществените отношения, нагласи и разбирания относно еднополовите двойки в други държави, ратифицирали Конвенцията и предвидили национална регулация, това не би могло да се ползва като достатъчно съществен аргумент за оказване на натиск върху Република България да въведе подобна национална регулация, тъй като по смисъла на Конституцията на РБ не може да има съюз между лица от един и същи пол.

0. Чест прави позицията на съдия Войтичек от Полша, който изразява своето несъгласие с решението на мнозинството по делото *Федотова и други срещу Русия*, жалби с номера 40792/10, 30538/14 и 43439/14 за установяване на нарушение на чл. 8, на което ЕСПЧ се позовава в решението си спрямо България. Според съдия Войтичек, колегите му са използвали „законодателна власт“, за да въведат първични правни норми и особено правни норми относно

фундаментални обществени въпроси, „[това] следователно трябва да бъде предоставено на избран парламент“. Без да отрича идеята за ЕСПЧ като жив инструмент, той заявява, че този подход, „както се разбира от мнозинството, е правна техника, която прехвърля значителна част от правомощията за сключване на договори от демократично избраните власти в рамките на държавите към Европейския съд по правата на човека. Това е ограничение на демократичното вземане на решения в държавите, страни по този договор“ [особено мнение на съдия Войтичек в т. 2.1]. Това решение разкрива нова основа в установяването, че всички държави-членки на Съвета на Европа трябва да въведат правен режим за признаване на хомосексуалните връзки. Както отбелязва съдия Войтичек, това решение не е за изясняване на съществуващи права, „а за добавяне на нови права към Конвенцията“ и това е още един пример за Европейския съд по правата на човека, ангажиран с „нормотворческа власт по отношение на фундаментални обществени въпроси“, които „не могат да бъдат упражнявани от съдебен орган, [като] Европейският съд по правата на човека“. Подобен подход „налага на високодоговарящите страни нови международни ангажменти, които никога не са били поети, камо ли чрез демократични процедури. В резултат на това то подкопава върховенството на закона“ [т. 5 от особеното мнение]. Освен това, принуждаването на

Прод. на стр.12 >>



OAK PARK DELI
HOMEMADE MEALS & CATERING

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

TAKE OUT | DELIVERY | CATERING



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

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

Catering Menu:

Platters - Gourmet sandwich platters, Fruit Platters

Fresh Salads-Greek Salad, Caesar Salad, Spinach Salad, Pesto Pasta Salad

Appetizers - Spanakopita (със спанак), Tiropita (със сирене), Meatballs (кюфтета), Bruschetta

Hot Meals - Meat lasagna, Chicken Parmesan, Roast Beef, Curry chicken with Basmati rice, Moussaka, 1/4 Chicken, Souvlaki Din-

ner, Oak Park Veggie Pasta, Veggie lasagna, Shepherds Pie, Roast Lamb with lemon potatoes, Beef stew & mash potato, Pasticcio, Stuffed peppers

Vegetarian (пълнени чушки без месо), Baked Pork Chops, Briam.

Desserts.

Deli Menu:

Breakfast Sandwiches - Fresh homemade Pizzas - Hot Meals - Desserts

Order before December 17th!

EAST YORK DELI
HOMEMADE MEALS & CATERING

OAK PARK DELI
HOMEMADE MEALS & CATERING



HAPPY HOLIDAYS

Christmas Family Dinner

Ask us for details

416 - 424 - DELI (3354)
www.oakparkdeli.com
213 Oak Park Avenue,
Toronto, ON M4C 4N2

CHRISTMAS DINNER SPECIAL

<p>Roast Turkey Meal \$35+tax/person</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Stuffing ● Mash potato ● Dinner roll ● 2 Vegetables-Broccoli and Butternut Squash 	<ul style="list-style-type: none"> ● Gravy ● Cranberry sauce ● Dessert 	<p>Sides</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Grilled vegetables asparagus, zucchini, red & yellow peppers Small \$45 serves 6-8 people
<p>Ham Dinner \$30+tax/person</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ham ● Scallop potatoes ● Apple sauce 	<ul style="list-style-type: none"> ● Dinner roll ● Dessert 	<ul style="list-style-type: none"> ● Mash potato 1/2 Tray (6-8 ppl) \$25 Full tray (20-25 ppl) \$55 ● Spinach salad with cranberries, goat cheese & pumpkin seeds 5m \$40 serves 6-8 people Lg \$75 serves 10-12 people
<p>Roast Turkey Package \$350+tax</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Mash Potato ● Cranberry sauce ● Butternut Squash ● Feeds 10 people 	<ul style="list-style-type: none"> ● Stuffing ● Gravy ● Rolls 	<p>OAK PARK DELI www.oakparkdeli.com Plus Applicable Taxes</p>

<< Прод. от стр.11

държавите-членки да предоставят правна защита и признаване на еднородните съюзи и след това ЕСПЧ да твърди, че налагането на такива правни последици не е намеса в националната компетентност на държава-членка да определя своите семейни и брачни закони, тъй като това не е намеса в определението за „брак“ на тази държава е спорно и правилно определено като ерозия на върховенството на закона. В същото особено мнение подробно са изяснени недостатъците на подхода, обективизиран в отделни случаи, но представляващи „ясна тенденция“ и надхвърлянето на мандата на ЕСПЧ, предоставен му от Конвенцията, както и самата подмяна на обекта на закрила така, както е бил прогласен първоначално – т. 3.1: „Конвенцията е подписана, за да „се предприемат първите стъпки за колективно налагане на някои от правата, заявени във Всеобщата декларация“ (виж преамбюла). Този инструмент трябва да се тълкува в светлината на Всеобщата декларация за правата на човека. Съгласно чл. 16 от Декларацията семейството се създава чрез брак, сключен между мъж и жена. Създаденото по този начин семейство се счита за „естествена и основна единица на обществото и има право на закрила от обществото и държавата“. Декларацията не предвижда друга правна форма за създаване на семейство“.

III. От приложението на чл. 8 от КЗПЧОС под лозунга за зачитане на личния и семейния живот не биха могли да произтекат пряко задължения за Република България да въведе правен режим относно признаването и защитата на връзки между лица от еднакъв пол. В Тълкувателно решение № 2/2020 г. по тълкувателно дело № 2/2020 г. на ОСГК на ВКС, е обсъдено съотношението между КРБ и ЕКЗПЧОС, като е прието следното: „Конституцията е върховен закон и другите закони не могат да ѝ противоречат (чл. 5, ал. 1 КРБ). Нейните разпоредби имат непосредствено действие (чл. 5, ал. 2 КРБ). Международните договори, ратифицирани по конституционен ред, обнародвани и влезли в сила за Република България, са част от вътрешното право на страната и имат предимство пред тези норми на вътрешното

законодателство, които им противоречат (чл. 5, ал. 4 КРБ). По аргумент от систематиката в конституционната разпоредба никой международен договор, който съгласно чл. 5, ал. 4 КРБ има действие на територията на Република България, не може да се наложи над Основния закон, така както се налага и замества националните закони и подзаконовни нормативни актове, които му противоречат. В този смисъл са основните мотиви на Решение № 7/02.07.1992 г. по к. д. № 6/1992 г. на Конституционния съд по тълкуването на чл. 5, ал. 2, 3 и 4 КРБ (Обн., ДВ, бр. 56/10.07.1992 г.). Това означава, че КЗПЧОС не се налага над биологичното обяснение на понятието „пол“, дадено от Конституцията. КЗПЧОС не е част от правото на Европейския съюз и не притежава присъщия му директен ефект и примат над вътрешното право. По аргумент от изложеното от чл. 8 на КЗПЧОС не би могло да произтече правно валидно задължение за РБ да приеме законодателна рамка относно признаването и защитата на връзките между лица от един и същи пол, тъй като това противоречи на КРБ съгласно цитираното по-горе решение на КС.

1. IV. В Тълкувателно решение № 2/2020 г. по тълкувателно дело № 2/2020 г. на ОСГК на ВКС се посочва, че „Правото на транссексуалните лица да се самоопределят към един или друг пол и съобразно това да се изясняват и общуват в социалния си живот, не може да се поставя под съмнение и е защитено както от чл. 8 КЗПЧОС, така и от чл. 4, ал. 2 от Конституцията, гарантиращи достойнството и свободата на личността като ценности от най-висш ранг. Независимо от това, като се има предвид всичко гореизложено, Съдът подчертава, че принципите и разпоредбите на действащата Конституция не позволяват да се изведе позитивно задължение на държавата да зачете правно самоопределянето на лицата към пол, различен от биологичния, тъй като това би било несъвместимо с изясненото по-горе съдържание на конституционното

понятие „пол“ като основополагащо за конституционната и законова уредба на брака и семейството.“ Безспорно всички лица имат право на зачитане на личния и семейния живот, но семейният живот и по смисъла на чл. 12 от ЕКЗПЧ, и по смисъла на българското законодателство предполага връзка между мъж и жена, а не връзка между лица от еднакъв пол. Не се противопоставяме на това, че хората, които имат връзка с представители на същия пол, имат необходимост от зачитане на личния живот, но се противопоставяме на това подобни връзки да се приравняват на „семейни отношения“ и да се считат за нещо нормално.

Че то не може да се счита и правно необходимо, е видно от решението по дело № С-490/20 на Съда на Европейския съюз (СЕС), обсъдено в скорошното решение № 2185/01.03.2023 г. по административно дело № 6746/2022 г. на Върховния административен съд на Република България - Трето отделение. В мотивите му се посочва, че: „В § 52 от същото решение изрично е посочено, че съгласно действащото право на ЕС правилата за гражданското състояние (към които спадат правилата за брака и произхода), са от компетентността на държавите членки, а правото на Съюза не засяга тази компетентност и в този смисъл държавите членки са свободни или не в своето национално право да признаят брака между две лица от един и същ пол и качеството им на родители. В § 57 от решението е прието, че няма задължение за държавата членка, на която е гражданин засегнатото дете, да предвиди в националното си право лица от един и същ пол да имат качеството на родители или да признае за цели, различни от упражняването на правата, които това дете черпи от правото на Съюза, връзката на произход между посочено дете и лицата, които са упоменати като негови родители в акта за раждане, съставен от властите на приемащата държава. Така и с чл. 2, § 4 от Регламент (ЕС) 2016/1191 на Европейския парламент и на Съвета от 06 юли 2016 година за насърчаване на свободното движение на гражданите чрез опростяване на изискванията за

представяне на някои официални документи в Европейския съюз и за изменение на Регламент (ЕС) № 1024/2012 е прието, че регламентът не се прилага за признаването в държава членка на правните последици, свързани със съдържанието на официални документи, издадени от органите на друга държава членка. Също така изрично в този регламент е посочено, че целта му не е промяна на материалното право на държавите членки, свързано с раждане, удостоверяване, че лицето е живо, смърт, име, брак (включително брачна дееспособност и семейно положение), развод, законна раздяла или унищожаване на брака, регистрирано партньорство (включително дееспособност за сключване на регистрирано партньорство и положение на регистрирано партньорство), прекратяване на регистрирано партньорство, законна раздяла или анулиране на регистрирано партньорство, произход, осиновяване, местоживеене и/или местопребиваване, гражданство“.

В тази връзка следва да се отбележи и, че **държавата е функция на обществото**. Без подкрепата му тя не може да изпълнява задачите си, в това число, да се грижи за закрилата на правата на отделния индивид. Ето защо, не само е недопустимо налагане на обичаи, невъзприемани от съответното общество, чрез незачитане на неговите традиции и засягане на свободната му воля без обективна необходимост от това, но опитът за такова силово налагане от страна на ЕСПЧ засяга доверието в самия него, а съответно – авторитета на решенията му. Голямото значение на традициите като основа на обществото и неговото самоопределяне е изследвано в решението на Голямото отделение от 18 март 2011 г. по делото *Lautsi и други срещу Италия* (Жалба № 30814/06), в хода на което беше представено становище и от Правителството на Република България, наред с тези на Армения, Кипър, Русия, Гърция, Литва, Малта и Република Сан Марино. В т. 68 от това решение се посочва, че „Съдът счита, че решението дали да се увековечи дадена традиция попада по принцип в рамките на свободата на преценката на държавата ответник. Освен това Съдът трябва да вземе предвид факта, че съществува голямо разнообразие сред европейските държави, по-специално в областта на културното и историческото развитие. Той обаче подчертава,

Прод. на стр.14 >>



Every day new homemade cakes and pastries. Fresh Bread, bureks, baklava, kadaif. Prospora Bread.
Custom made Cakes for all Occasions:
 Birthdays, Weddings, Baptism, Bridal, Shower Cakes and other.

Kostas Greek Bakery

265 Ellesmere Rd Toronto, ON
647-748-9229



KOSTAS MEAT & DELI

259 Ellesmere Rd, Scarborough, **416-444-3036**



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

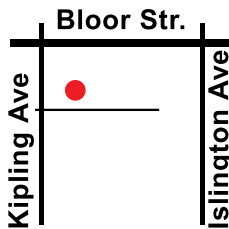
Owned and Operated by the Jelenic Family

350 Bering Ave., Etobicoke
416-232-1539

www.thesweetgallery.com

@thesweetgallerycafe

@thesweetgallerycafe



<< Прод. от стр.12

че позоваването на дадена традиция не може да освободи една договаряща страна от задълженията ѝ по отношение на правата и свободите, провъзгласени в Конвенцията и протоколите към нея“. Както беше изяснено по-горе, в настоящия случай се касае за разширение на ангажиментите на държавата, поети при присъединяването ѝ към

ЕКЗПЧОС, в противоречие с националния правен ред и без надлежно обективирана воля на страните по Конвенцията да разширят съдържанието ѝ в посочения смисъл.

Държим да припомним, че инициатива за участието на България по делото *Lautsi и други срещу Италия* (Жалба № 30814/06), е и на Св. Синод на БПЦ - БП чрез изпратено Становище до Правителството на РБ и подкрепящо писмо до посолството на Италия. Приканваме Правителството по подобен начин, както с италианското дело, да осъществи дипломатически контакти с държави с подобна позиция, за да се отстоява обща принципна позиция като най-вече се възрази ясно и категорично, че е недопустимо ЕСПЧ да законодателства и да създава нови правни норми извън съгласието на държавите-страни по този регионален международен договор по правилата на международното публично право. Вярваме, че както и в посоченото дело, съвместните усилия ще доведат до успех.

0. V. Отвъд всички човешки правни принципи, стоят Божиите закони. Ние християните не можем и не следва да бъдем безразлични, когато пред очите ни се върши неправда. Божието наказание ще застигне не само тези, които вършат зло, но и тези, които мълчат и не го разобличават. Всеки един от нас ще отговаря пред Бога и съвестта си за собствените си действия. Така, както ние в днешно време не познаваме Бога, не спазваме Неговите закони и живеем греховно, неизбежен е денят, в който ще се срещнем с Него и най-страшните думи, които ще чуем, ще бъдат: „Не ви зная откъде сте; махнете се от Мене всички, които

вършите неправда“ (Лк. 13:27). Ето защо Ви призоваваме да изпълните своя държавнически дълг и да предприемете действия за преразглеждане на Решението на ЕСПЧ от 05.09.2023г. по дело 40209/20 *Кошлова и Бабулкова срещу България*.

1.

100 кг живак и киселини открити в апартамент в София



/Снимка: БНТ/

Близо 100 кг живак, основи и киселини бяха открити в апартамент в столичния квартал «Люлин», предаде БНТ. Според хора от блока в апартамента живее мъж, гледал възрастен човек, който наскоро е починал и той продължил да обитава жилището.

Пред БНТ Иван Димитров, който работи като санитар, заяви, че опасните материали са били на възрастния мъж, когото е гледал. “Това не е мой апартамент. Това е чичо Ангел от моето село и неговите близки ме помолиха да дойда да го гледам. Много пъти съм го питал какви са тези шишета, а той ми казва - не пипай, те са много опасни. И когато е чуждо жилището, аз нямам право нищо да кажа. Наскоро комшиите, които ми помагат за багажа, аз споделих, че той ми каза, че са много опасни, че са били за БАН, има взривоопасни неща. Имаше и някакви кутии от Русия. Навсякъде имаше разни прахове, шишета”, разказа Димитров. Сигналът е бил подаден от съседни, които случайно попаднали на необичайната гледка. Собственикът на апартамента е в САЩ. Янко Янков от специализирания екип, който е пристигнал на място, каза, че опасните вещества ще бъдат сложени в контейнер и ще бъдат предадени на фирма за унищожение. “Опасни са, винаги са опасни. Те са корозирали вещества, живак, доста опасни вещества са”, добави той.

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



Столична полиция проверява инцидент с 11-годишното момче, заснето от баща си да шофира със 146 км/ч. на Околовръстното шосе в София



Столичната дирекция на вътрешните работи проверява случай с 11-годишното момче, което е заснето от бащата да шофира с 146 км/ч. на Околовръстното шосе в София, съобщиха от МВР. За случая е сигнализираща майката на детето Петя Бонева, която публикува видео в социалните мрежи, възмутена от поведението на бившия си съпруг.

“В държавата на абсурдите всичко е възможно! Това е 11-годишният ми син, който шофира на Околовръстното шосе в София със скорост 146км/ч., принуден от своя баща», написа майката във Фейсбук .
“Моля, за споделяне, за да стигне до повече хора, и някой да реагира най-сетне”, призова Петя Бонева в социалната мрежа.



По думите ѝ от месеци е сезирала всички «отговорни» институции - Закрила на детето, СДВР, прокуратурата и Софийския районен съд, но никой не е реагирал. Видеоклипът е заснет през месец

април 2023 г. Намерила го в телефона на сина ѝ. Дватама родители се разделени, след като по думите на майката, съпругът ѝ се опитал да я убие пред очите на двете им деца.

Във видеото се чува как мъжът, който снима от седалката до шофьора, дава инструкции на сина си: “Не изпреварвай, че има камера, дръж средна лента”.

„МОЛИТВА“



Автор: Пенчо Славейков

Пенчо Петков Славейков е роден в Трявна през 1866 г. Син е на известния български възрожденски писател и журналист, а след Освобождението и политически деец Петко Рачов Славейков.

Пенчо Славейков е бил поддиректор (1901 – 1909) и директор (1909 – 1911) на Народната библиотека, директор на Народния театър (1908 – 1909). В началото на март 1911 г. е командирован в Цариград, Атина, Неапол, Соренто, Рим, за да се запознае с библиотечните сгради и с развитието на библиотечното дело. На 10 юли 1911 г. министърът на просвещението го уволнява от поста директор на Народната библиотека и Славейков заминава за чужбина. В края на август Славейков е в Цюрих, където го посреща Мара Белчева. Живее на различни места – Люцерн, Хофлу, Гьошенен, Лугано. Силният душевен гнет влошава здравето му. Славейков прави героични усилия да работи. В края на ноември пристига в Италия. Най-дълго се задържа в Рим – 3 месеца. По-късно заминава за Флоренция,

Прод. на стр.16 >>

ПАМЕТНИЦИ НА ДОБРИ ЦЕНИ



Memorial Galleries Inc.
Monument Factory Outlet

Save Your Budget

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



53 Bertrand Ave. Scarborough ON M1L 4P3

Tel: 416-759-0293

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

King Square Shopping Centre

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

E-mail: mark@memorialgalleries.ca

www.memorialgalleries.ca

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.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.



<< Прод. от стр.15

а оттам и за Милано. В Милано отсяда в хотел „Манин“, където дописва някои от последните си творби. През май 1912 г. отново е на път – през Флоренция, към Енгандините, към планината, търсейки лек за тялото и душата. В края на месеца пристига в малкото курортното градче Брунате, разположено между езерото Лаго ди Комо и град Комо в Италия), където на 28 май 1912 почива едва на 46 години.

„Господи, към мен простри ръка и укроти духът ми безпокоен; за Тебе искам аз да съм достоен. Служителя си, Господи, призри. То вяра пак в душата ми вдъхни, душа в тревоги земни уморена, - в минутното за вечното родена, Ти пътя й към него проясни. В душата ми е демон нокти впил, зъл демон на съмнение упорно, и истината в нея угасил

со своето дихание тлетворно... Пали отново в нея Твоя плам - на истина да стане тя пак храм.“

„НАД НЕГО ДЕН ИЗГРЯВА“



Автор: Пенчо Славейков

Не говорете ми, че моя роден край е беден, минало че няма славно. Това го всякой знай и знае го отдавно.

Той няма минало - той няма гроб на дни, не се гордей с останки и руини, прославени с войни и пустоши години.

Дела и подвизи и лаврови венци - летописи за тях не са открити

и славата певци за песни не възхити.

И тъмен само ек от някогашни дни, като от буря глахнала, се чува... На нови съдбини тук вихъра върлува!

И тоя вихър горд остави въздух чист, вред от поля мъртвилото премахнал. В горите няма лист от спомена увяхнал.

Над моя роден край са ранните зори, копнеж и трепет за което иде деня да озари - живот в деня да види.

И нека гордите от нявгашен живот към него свъсено да мръщят вежди - на бъднини възход откърмен во надежди,

аз виждам вече как от висините грей... Живеят те в смъртта на прежна слава: пред тях се ноц тъмней - над него ден изгрява!

Заловиха измамник, изтеглил 50,000 лв. кредит с фалшива лична карта



Софийската полиция задържа мъж за измама в особено големи размери. Арестуван е 28-годишен мъж в момент на извършване поредна измама с фалшива лична карта от банков офис, съобщиха от МВР, предаде NOVA. Разследването е предприето след сигнал, че мъж е успял да изтегли 50,000 лв. потребителски кредит от банков клон, като представил лична карта с подменена снимка, а в попълнените документи е използвал чужди лични данни. Полицаи от отдел «Икономическа полиция» в София установили кой е мъжът. В момент на опит отново и по идентичен начин да изтегли кредит от друга банкова институция, мъжът е задържан.

Защо епизодът „Приятели“, в който говори най-малко бе любимият на Матю Пери



„Приятели“ излъчиха 236 епизода по време на 10-те си сезона, а този, който покойният Матю Пери каза, че му харесва най-много бе, по ирония на съдбата, именно епизодът, в който говори най-малко, пише People.

По време на епизод от сезон 1 „The One with the Blackout“, героят на Пери Чандлър Бинг се заклежда във вестибюл на банкомат с модела на Victoria's Secret Джил Гудакър по време на прекъсване на електрозахранването в целия град.

„Интересното в този епизод бе, че не говорех много; бе предимно с глас зад кадър“, каза Пери пред *Entertainment Weekly* през 2004 г., когато „Приятели“ наближаваше финала. „Записахме предварително това което казах и трябваше да реагирам.“

На изключителното представяне не навреди това, че сценичният партньор на Пери в епизода бе Джил Гудакър, призна той в интервюто (което беше препубликувано в специалното издание на PEOPLE, посветено на 25-ата годишнина на NBC Sitcom през 2019 г.).



„Нека си признаем: Джил Гудакър е сексапилна, така че не ми бе толкова трудно“, каза той и добави: „Спомням си, че изплюх дъвката си и тя залепна за стената. Моят избор бе просто да остана замръзнал от страх и неудобство. ... Това, което беше страхотно в тази вечер бе, че успях да гледам и останалите три четвърти от шоуто, които бяха тези пет страхотни актьори, които правеха невероятна тим-работа. Това бе първият път, когато осъзнах: „**Боже, това наистина работи.**“

Матю Пери спечели награда «Еми» за работата си по „Приятели“ през 2002 г. и шоуто стана незаличима част от неговото наследство като актьор.

Той се събра отново със своите колеги Дженифър Анистън, Кортни Кокс, Лиза Кудроу, Мат ЛеБланк и Дейвид Швиммер през 2021 г. за специален епизод на **НВО Мах**. Колегите от актьорския състав на шоуто прекарваха качествено време заедно извън екрана през годините, като често се появяваха на премиери и вечери за рождени дни.

54-годишният Матю Пери бе намерен мъртъв в дома си в района на Лос Анджелис на 28 октомври и бе погребан на 3 ноември в Мемориалния парк Форест Лоун в Лос Анджелис. И петимата му колеги от

„Приятели“ присъстваха на погребението.

По-рано същата седмица те нарушиха мълчанието си два дни след смъртта му със съвместно изявление пред PEOPLE.



„Всички сме толкова опустошени от загубата на Матю. Бяхме нещо повече от актьори партньори. Ние сме семейство“, споделиха те. „Има толкова много за казване, но точно сега ще отделим малко време, за да скърбим и да приемем тази невероятна загуба.“

Изявлението продължава: „С времето ще кажем повече, както и когато можем. Засега нашите мисли и нашата любов са със семейството на Мати, неговите приятели и всички, които го обичаха по света.“

Получавате главоболие от пиене на червено вино? Проучване дава представа защо



Учените може да са по-близо до разбирането кой е виновникът, причиняващ главоболие при някои хора от консумацията на червено вино, според ново изследване, предава CNN.

Флавонолът, който се среща естествено в червените вина, може да

попречи на способността на тялото да метаболизира алкохола, причинявайки натрупване на токсини което може да доведе до главоболие предполага проучването, публикувано в списание Scientific Reports.

Кверцетинът /флавонол/ е растително съединение, намиращо се в плодове и зеленчуци, включително грозде, горски плодове, лук и броколи. „Когато кверцетинът попадне в кръвта ви, тялото ви го превръща в различна форма, наречена кверцетин глюкуронид“, каза съавторът на изследването Андрю Уотърхаус, винен химик и почетен професор в катедрата по лозарство и винарство в Калифорнийския университет Дейвис, в съобщение за новини. «В тази форма той блокира метаболизма на алкохола.»

Червеното вино има десетократно по-високо количество фенолни съединения, особено флавоноиди, отколкото бялото вино, което прави напитката „основен претендент“ за главоболие, казаха авторите.

Уотърхаус и другите изследователи имаха за цел да разкрият защо главоболие след изпиване само на една или две чаши червено вино може да се случи на хора, които не получават главоболие от други алкохолни напитки – затова проучиха как флавонолът може да повлияе на генетичен вариант на ензим наречен ALDH2, който участва в метаболизма на алкохола

Прод. на стр.18 >>

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.

<< Прод. от стр.17

в тялото.

Близо 8% от световното население има вариант на ензима, който не е особено активен, а дефицитът е силно разпространен сред хората от източноазиатски произход – засягайки около 40% от това население. Наличието на дисфункционален вариант на ALDH2 е свързано със зачервяване на кожата, сърцебиене и главоболие след пиене.

Когато хората пият алкохолът се разгражда в черния дроб от ензима алкохол дехидрогеназа, който го превръща в съединението ацеталдехид – „добре познат токсин - дразнещо и възпалително вещество“, каза водещият автор на изследването д-р Апрамита Деви, постдокторант изследовател в отдела по лозарство и винарство в UC Davis.

Присъствието на ацеталдехид в тялото се предполага, че е краткотрайно, тъй като ензимът ALDH2 го трансформира в ацетат, който е по-малко токсичен.

Използвайки лабораторни тестове, авторите установиха, че производно на кверцетин - кверцетин глюкуронид - инхибира ензимния вариант. Те предположиха, че намесата ще доведе до натрупване на токсина ацеталдехид - и главоболие - при хора, които са по-податливи.

Експертите, които

не са участвали в изследването, призовават за предпазливост, характеризирайки изследването като предложение на теория, а не като доказателство.

„Изследването е направено само в лаборатория и веществата са тествани извън човешкото тяло в концентрации, няколко пъти по-високи от тези в кръвта след няколко чаши вино“, каза д-р Йонас Спаак, доцент по кардиология в Karolinska Institute в Стокхолм, Швеция.

Този вид изследвания могат да генерират идеи за потенциалните процеси, включени във връзката между червеното вино и главоболието добави той, но „в идеалния случай изследователите трябва да са включили проби и тестове от хора, за да проверят този механизъм“.

Това е особено важно, тъй като в естествен контекст в човешкото тяло производното на кверцетин, използвано от авторите, е нещо, което се генерира в черния дроб и се екскретира от бъбреците, каза д-р Василис Василиу, председател на катедрата по екологични здравни науки в Йейлския университет. Нито Спаак, нито Василиу са участвали в новото проучване.

Авторите планират да тестват своята хипотеза в клинично изпитване на хора, които развиват тези главоболия, като сравнят червени вина с



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

големи количества кверцетин с тези, които имат малко.

„Важно е също така да споменем, че цялата консумация на алкохол е само за удоволствие и че няма солидни доказателства за някакви положителни ефекти върху здравето от червено вино или алкохол, но солидни доказателства са свързани с причинената вреда,“ - каза Спаак. „Ако пиете, правете го умерено.“ За да сведете до минимум главоболието, можете също да експериментирате и да опитате вина, произведени от различни производители и сортове грозде, тъй като „нивата на съединения, които могат да предизвикат главоболие в червеното вино, варират значително между различните вина“, добави той.

Кверцетинът се произвежда от гроздето в отговор на слънчевата светлина, каза Уотърхаус. „Ако отглеждате грозде с изложени клъстери, както правят в долината Напа за техните кабернета, получавате много по-високи нива на

кверцетин. В някои случаи може да бъде 4 до 5 пъти по-висока.

В резултат на това може да имате по-добър късмет с по-евтини червени вина или с бели вина, които имат по-ниско съдържание на флавонол като цяло, според проучването.

6 рентабилни начина да се стоплим през зимата

Със сметките за енергия, които са по-скъпи от всякога, за някои бюджетни начини как да останем стоплени през зимата споделят от British Heart Foundation.

1. Няколко ката дрехи



Носенето на много слоеве вместо една дебела дреха е интелигентен начин да се стоплите през зимата. Основните слоеве като термични жилетки или горница с дълги ръкави са сравнително евтини и могат да работят добре за улавяне на топлината.



ДОСТАВКИ ПО ДОМОВЕТЕ

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

Great selection of
Greek wines & spirits.

405 Donlands Ave.

(416) 421-2400

info@selectbakery.ca

www.selectbakery.ca



/selectbakery



@selectbakery

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.



Внимавайте за дрехи, изработени от вълна, памук или мъхест плат.

2. Дръжте течението навън и топлината вътре



Опитайте се да блокирате всички зони в дома си, които са особено ветровити, включително около рамките на прозорците, ключалките и под вратите.

Дръжте завесите си отворени през деня, за да пропускат светлина и топлина, и ги дръпнете преди да се стъмни, за да избегнете загуба на топлина.

3. Бъдете разумни с отоплението

Ако се притеснявате за цената на електроенергията, внимавайте как да отоплявате дома си. Опитайте се да поддържате стаята, в която прекарвате по-голямата част от времето си - като хола или спалнята - затоплена до поне 18°C ако можете. Не забравяйте да изключите радиаторите в коридорите или стаите, които не се използват, и да затворите вратите, за да задържите топлината в определени зони.

Отопляйте само

онези части от къщата, които са ви необходими. Например, можете да изберете да включите отоплението в спалнята си точно преди лягане. Можете също да използвате бутилка с гореща вода или електрическо одеяло, за да ви топли през нощта.

4. Правете затоплящи храни и напитки



Приемането на здравословна балансирана диета, която включва поне пет порции плодове и зеленчуци на ден, може да помогне на имунната ви система да работи добре през зимата. Приемайте редовно топли напитки и храни като овесена каша, супи и яхнии, за да се стоплите.

Не забравяйте, че замразените или консервирани плодове и зеленчуци (ако няма добавена сол или захар) са също толкова здравословни, колкото и пресните, и могат да бъдат по-достъпни, ако не са в сезона през зимата.

Ако се опитвате да намалите сметката си за енергия,

Прод. на стр.21 >>

използването на уред за бавно готвене, микровълнова печка или фритюрник може да ви помогне да намалите разходите в сравнение с ястие, изпечено във фурна.

5. Раздвижете се

Бъдете възможно най-активни, за да подобрите кръвообращението си. Движете се поне веднъж на час и избягвайте да седите неподвижно за дълги периоди. Дори леките упражнения ще ви помогнат да се стоплите. Когато седнете, повдигнете краката си, тъй като е най-студено най-близо до земята.

6. Проверете каква финансова подкрепа можете да получите

Може да отговаряте на условията за определени безвъзмездни средства и обезщетения, които да ви помогнат да намалите цената на сметката си за енергия тази зима.

„Детството е променено“: Професор Джонатан Хайд за това как смартфоните увреждат едно цяло поколение



Нещо странно се случва с психичното здраве на тийнейджърите. Във Великобритания, САЩ, Австралия и извън тях може да се види същата тенденция: около средата на миналото десетилетие броят на младите хора с тревожност, депресия и дори склонност към самоубийство започна

рязко да нараства, пише The Spectator. Джонатан Хайд, професор по психология в Stern School of Business на Нюйоркския университет, забеляза промяна когато студенти, които са били възпитани със смартфони, започнаха да пристигат в колежа. Те бяха по-ядосани. По-крехки. И по-вероятно да се обиждат.

Социалните медии, заключи той, оформиха тяхното виждане, че обществото е в постоянен конфликт, което от своя страна доведе до идеи за микроагресии и усещането да си жертва. Всичко това, установи той, уврежда психичното здраве на младите хора. Проф. Хайд работи върху книга, която трябва да излезе следващата година, и е готов да сподели тезата си.

Срещаме се при необичайни обстоятелства: по видеовръзка и пред публика на конференция в Лондон. Това, което той казва, предизвиква въздишки и аплодисменти от гледащите, въпреки че посланието му е доста ужасяващо.

Той твърди, че инструментите на социалните медии са твърде остри за младите умове. В дигиталните платформи тийнейджърите се представят често пред публика от непознати, и това води до пристрастяване, параноя и отчаяние.

Прод. на стр.22 >>

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. 21**

При момчетата ефектът е особено остър.

„Това, което виждаме, е много рязка, внезапна промяна в психичното здраве на момчетата в цялата англоезична сфера и в скандинавските страни“, казва той. Голяма промяна бе очевидна от 2013 г., когато физическите групи за приятелство започнаха да се изместват от смартфони и онлайн чатове. „Но не можете да израснете в мрежи. Трябва да израснете в общности.“

Поразително е, че момчетата, в чиито живот е застъпена религията, **изглеждат по-малко податливи**. „Ако сте дете, което е религиозен консерватор, средно психичното ви здраве не е много по-лошо, отколкото бе преди **10** години. Но ако сте светско либерално момиче, вероятно сте повече от два пъти по-склонни да имате проблем с психичното здраве.“

Той цитира проучване на Мичиганския университет за „самоотрицанието“ – т.е. колко вероятно е тийнейджърите да кажат,

че „не са добри“ или „не могат да направят нищо правилно“. Цифрите бяха стабилни от години, но започнаха рязко да нарастват преди 10 години – с изключение на момчетата, които се идентифицираха като консервативни и отговориха, че религията е важна за тях.

Вярата, изглежда, не помага толкова много на момчетата. Защо ли не? Една от теориите е, че момчетата просто използват повече социални медии. Но професор Хайд също смята, че те са по-склонни да приемат това, което той нарича „трите големи неистини“ на социалните медии. Първата е, че те са крехки и могат да бъдат наранени от реч и думи. На следващо място, че техните емоции и особено тревогите им са надеждни водачи към реалността. И накрая, това общество е една голяма битка между жертви и потисници. Всичко това, казва той, е подтекстът на дискурса в социалните медии.

„Това е, което наричам телефонно дете“, казва той. „За цялата човешка

история, милиони години, всички бозайници си играят. Всеки, който е имал кученце знае, че всичко е игра. Децата се срещаха за игра в детството до около 2010 г.“ Във Великобритания, казва той, броят на децата, които са ходили на срещи за игра в реалния живот, след това рязко е намалял. Излишно е да казвам, че локдауните не помогнаха.

„Наричам го великото пренастройване на детството... То засегна САЩ, Канада, Великобритания, Австралия, Нова Зеландия по абсолютно същия начин.“ Социалните медии са малко погрешно название, казва той. Вече не става въпрос за свързване на хора, а за „изпълнение на платформа“. Може би това е добре за възрастни, но не и за деца, „където могат да казват неща публично, включително на непознати, и след това да бъдат публично засрамени от потенциално милиони хора... Децата не трябва да са в социалните мрежи. Те трябва да играят лично. Платформите за социални медии никога не трябва да

бъдат достъпвани от деца, докато не навършат 18 години. Просто е лудост, че позволяваме на децата да правят тези неща.

Дали всички платформи са еднакво опасни? Грудно е да си представим някой да прави много пакости в LinkedIn например счита Джонатан Хайд. „TikTok вероятно е най-лошият за интелектуалното развитие. Мисля, че това буквално намалява способността на децата да се съсредоточат върху каквото и да било, докато ги тъпче с малки парчета информация, избрани от алгоритъм за емоционална възбуда.“ И ако получавате новините си от социалните медии (което правят много хора – в Обединеното кралство, където **Instagram** изпревари всички вестници като източник на новини), това може да промени представата ви за света, особено след като алгоритмите са склонни да насърчават най-провокативните възгледи.

Ако бъдат помолени да изберат дали са повече на страната на Израел или на Хамас, по-голямата

Прод. на стр. 23 >>

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.cawww.VISITORSInsurance.cawww.TRAVELLERSInsurance.ca

Owned and Operated by Easy Links Financial Inc.

<< Прод. от стр.22

част от американците са на страната на Израел, с изключение на Gen Z, което е разделено 50-50“, казва Хайд. „Наскоро имаше нишка в Twitter, показваща че ако погледнете какво казват хората в TikTok, можете да разберете защо е така. **TikTok и Twitter** са невероятно опасни за нашата демокрация. Бих казал, че са несъвместими с вид либерална демокрация, която развихме през последните няколко години.“

Той е доста категоричен относно всичко това. Още в книгата му от 2012 г. *The Righteous Mind* той спори за опасността да бъдеш твърде увлечен в собствения си балон, вярвайки на собственото си въртене. Възможно ли е сега да има по-малко стигма около психичното здраве, така че тийнейджърите да са много по-склонни да признаят, че имат проблеми?

„Но защо тогава точно около 2013 г. всички тези момичета изведнъж започват да се регистрират в психиатрични стационари? Или

самоубийствата – те правят много повече опити за самоубийства. Нивото на самонараняване се покачва с 200 или 300 процента, особено при по-младите момичета на възраст от 10 до 14 години. Така че не, идеята, че това е просто промяна в самооценката, не издържа, защото виждаме същите криви, по едно и също време, за поведение. Самоубийството, разбира се, не е променлива за самооценка. То е истинско. Това е най-голямата криза на психичното здраве в цялата позната история за децата.“

Професор Хайд вярва, че тъй като тази криза се превръща в самоубийство и самонараняване, тя трябва да предизвика силен отговор на правителството.

„Увеличеният брой самоубийства от 2010 г. насам е толкова голям, че подозирам, че това е сред най-големите заплахи за общественото здраве за децата, откакто основните болести бяха унищожени.“ Във Великобритания нивата на самоубийствата започнаха да нарастват

през 2014 г., с около 20 процента за момчетата (до 420 годишно) и 60 процента за момичетата (до 160 годишно).

Какво трябва да направят родителите? Те знаят, че ако се опитат да премахнат смартфона на своя тийнейджър, детето им ще ги обвини, че са разрушили социалния му живот. „Това е перфектно изявление на това, което наричаме проблем с колективните действия“, отговаря той. „Всеки човек, който прави правилното нещо, е в голяма беда. Но защо изобщо пускаме децата си в социалните медии? Зависи само от динамиката, която току-що казахте. Необходими са нови норми“, счита той. И книгата му ще предложи четири.

Правило едно, казва той: никакви смартфони преди 14-годишна възраст. И какво, ако децата кажат, че ще бъдат отрязани от приятелите си? „Дайте им флип-телефон. Предишното поколение имаше флип-телефони. Те си изпращаха съобщение: „Ще се видим в четири часа в мола“. И тогава се срещаха в мола. Просто

не давайте смартфон на вашето десетгодишно дете. Изчакайте до 14.“
Правило две: никакви социални медии преди 16. „Ако половината деца не са в социалните медии, те всъщност ще се срещат след училище и правят забавни неща. Те ще станат страхотни деца. Третото му правило: без телефони в училищата. „Това не означава да го държите в раницата си“, казва той. „В противен случай децата ще отидат до тоалетната. Те ще намерят начини да се оправят.“ И накрая: повече игра без надзор. „Побъркахме се през 90-те години, затворихме децата си, защото загубихме доверие един в друг. Мислехме, че всеки е насилник на деца или изнасилвач.“ Децата и тийнейджърите биха могли да издържат по 6 или 7 часа всеки ден без контакт с родителите си, твърди той. Задържането им вътре рискува повече вреда, отколкото външният свят би причинил.

Новата книга на Джонатан Хайд, *The Anxious Generation*, излиза през март 2024 година.

Прод. на стр.24 >>



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



TICO # 4631602

SINGLE GROUP LOGISTICS CORP.



ПРЕДЛАГА РАБОТА НА AZ DRIVERS И OWNER OPERATORS

AZ DRIVERS

- Long miles with flexible home time
- Бонуси за безопасно каране
- EDGE coverage
- Medical/dental and pension plans
- Direct deposit
- Flexible working days
- 24/7 dispatch
- BRAND NEW TRUCKS AND TRAILERS

OWNER OPARATORS

- Dry Van/reefeer/flat bed loads
- Steady runs
- Fuel cards with hedge fuel discounts
- New Dry vans for rent
- Lease to own option
- CTRPAT parking

CAD/USA BONDED

PIP AND FAST APROVED

За повече информация
се обадете на Мето **855-899-4920**



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



www.FirstAutoGroup.ca

sales@firstautogroup.ca

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

SALES:

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

MECHANIC SHOP:

Monday to Friday 9:30am- 5pm



Интимните части на шведския скиор замръзнаха по време на състезание във Финландия



Карането на ски не е лесен спорт. Мразовитото време не е лесно за тялото. За един скиор това е особено вярно, започва материал на The Messenger. По време на състезание във Финландия, шведският състезател по ски бягане Кале Халфварсон загубил всякакво чувство в интимните си части. Това е необичайна, но не и нечувана последица от състезанието при ледени температури.

След участие в 20-километровото състезание от Световната купа в Рука, Халфварсон каза, че е трябвало да се подслони на топло, поради ... замръзнал пенис.

Според Reuters температурите паднали до -15 градуса в началото на състезанието.

„Замръзна ми пениса. Наистина“, каза Халфварсон пред шведското издание Expressen. „По

дяволите, трябваше да лежа в палатката на спортистите 10 минути, за да го затопля. Адски много боли. Ужасно е!“

34-годишният Кале завърши 18-ти в дисциплината. След състезанието Халфварсон се втурна към палатката, която скиорите използват, за да се затоплят, тъй като тънките костюми, носени в тези състезания, не предпазват много тялото.

Шведът е претърпял същата травма и преди, каза Expressen. За щастие 34-годишният състезател успя да види забавната страна, добавяйки: „Късмет е, че второто ми дете е на път, защото ще бъде трудно в бъдеще, ако смятам да продължавам така.“

Норвежецът Ян Томас Йенсен оглави подиума в състезанието, следван от Мишел Новак от Чехия на второ място и норвежеца Харалд Остберг Амундсен на трето.

Скиорите, които обикновено се състезават в прилепнали състезателни костюми могат да бъдат особено податливи на студени крайници.

На Зимните олимпийски игри в Пекин през 2022 г. финландецът Реми Лейндхолм страдеше от замръзнал пенис и трябваше да приложи топлинна опаковка върху засегнатата област в края на състезанието за масов старт на 50 километра. Лейндхолм, подобно на Халфварсон, също е претърпял преди това замръзване на пениса, докато се е състезавал в Рука.

Попитан от Expressen дали може да опише усещането, Халфварсон отвърна:

„Не. Тези, които знаят, те знаят. Но ето един съвет от мен. Стойте далеч от това усещане, защото това е най-лошото нещо, което можете да преживеете.“

Скандал с баскетболиста на NBA Джош Гиди: 15-годишно момиче се похвали, че спи със звездата на Oklahoma City Thunder?



Потенциално опустошителна новина за баскетболиста от NBA Джош

Гиди, който играе в Оклахома Сити Тъндър, се появи в снимки и видеоклипове с предполагаемо непълнолетно момиче, пише реномираният Marca. Все още няма потвърждение нито от Джош Гиди, нито от Оклахома Сити Тъндър, за връзката с момичето, което е само на 15 години, но хора онлайн вече правят неприятни сравнения със случая на Карл Малоун, който също беше силно разгласен, когато се случи. Разследването ще трябва да се съсредоточи върху това дали момичето е на 15 години или е по-голямо, тъй като според щатския закон на Оклахома, възрастта за съгласие може потенциално да спаси Джош Гиди от престой в затвора и законова присъда за изнасилване. Тези вратички все още изглеждат грешни, защото възрастта за съгласие е деликатен въпрос в западното общество.



Според закона на щата Оклахома възрастта за съгласие е 16 години. Това е един от американските щати, в които има най-ниската възраст за съгласие.

<< **Прод. от стр. 28**

Фактът, че момиче е на 16 не означава, че ако възрастен има връзка с 16 или 17-годишна тийнейджърка, е по-правилно. В повечето щати и в други страни, законната възраст за съгласие е 18. Но Оклахома е различна история, в щата дори има брачно изключение. Оклахома разрешава секс по взаимно съгласие между непълнолетни и възрастни, когато са женени. Там, където Джош Гиди може да си навлече проблеми, които потенциално ще сложат край на кариерата му, са законовите обвинения за изнасилване, срещу които може да се изправи, ако се потвърди, че възрастта на момичето е 15 години.

Куотърбек в NFL хапна пуешки бут на терена в жест към Денят на благодарността



Феновете на NFL бяха зашеметени след като Дак Прескот започна да яде пуешко бутче по време на игра, пише The US Sun.

Куотърбекът на Далас Каубойс си хапна пуешки бут на страничната линия, докато отборът му играеше срещу Вашингтон Командърс, в жест явно насочен да отбележи Денят на благодарността в САЩ. Прескот току-що бе хвърлил четвъртия си пас за тъчдаун в четвъртата четвърт, когато това се случи.

Той се насочи към червен чайник на Армията на спасението зад една от крайните зони и започна да прави нещо. Не след дълго куотърбекът се появи с пуешко бутче и предаването на CBS го засне как го дъвче.



Prescott found the turkey leg in the Salvation Army kettles at AT&T Stadium (Credit: AP)

Феновете останаха шокирани от действията на Прескот и как той успя да намери пуешщото месо, а репортерът на CBS Sports Треиси Улфсън разясни мистерията как Прескот се е сдобил с пуешкото бутче. Тя обясни по време на предаването на мача, че идеята е била на Джейк Фъргюсън да сложи пуешко месо в чайника. Очевидно пуйката е

била поставена там в началото на четвъртата част.

Прескот пък реши да започне да похапва, след като хвърли четвъртия си пас за тъчдаун през вечерта.

Каубоите победиха дивизионния си съперник с 45-10 в битка за Деня на благодарността.



The Cowboys quarterback threw four touchdown passes in the 45-10 hammering of the Commanders (Credit: AP)

Прескот завърши с четири тъчдауна, докато Далас вече е с резултат 8-3 този сезон.

Макс Верстапен: Всеки рекорд, който пилотът на Red Bull е счупил през 2023 г. по пътя си към трета титла във F1



Макс Верстапен постави няколко нови рекорда във F1 тази година в може би най-доминиращия сезон от пилот в историята на спорта; Верстапен стана трикратен

световен шампион и сега остави следа в спорта, което го поставя сред великите във Формула 1, пише Sky Sports.

Формула 1 през 2023 г. ще остане сезонът на рекордите, тъй като Макс Верстапен и Ред Бул разкъсаха историческите книги в почти перфектна кампания.

19-те победи на Верстапен го поставиха в територия с някои от най-великите пилоти в спорта, като надмина Аертон Сена, Ален Прост и Себастиан Фетел, за да стане третият най-успешен пилот по отношение на победи. Неговите 54 победи го поставят единствено зад Михаел Шумахер (91) и Люис Хамилтън (103). Верстапен има още няколко години преди да се доближи до Хамилтън, но какви рекорди само счупи тази година?

Най-много победи за сезон и най-висок процент победи

Верстапен вече взе този рекорд през 2022 г., когато спечели 15 състезания, за да победи 13-те триумфа на Себастиан Фетел и Михаел Шумахер.

<< *Прод. от стр.29*

Но холандецът се представи четири пъти по-добре през 2023 г., като спечели 19 от 22-те състезания. Това означава, че 86% от Гран При тази година са спечелени от Верстапен, което надмина показателя на Алберто Аскарри от 1952 г. от 75%.

Най-много последователни победи

Когато Фетел спечели последните девет състезания през 2013 г., никой не мислеше, че някой може да спечели повече Гран При подред. Въпреки това, Верстапен направи забележителна победна серия този сезон от завръщането си в Гран При на Маями през май до Гран При на Италия през септември, като застана на най-високото стъпало на подиума 10 пъти.

Преди началото на 2024 г., Верстапен е в друга победна серия от седем победи, която

започна с Гран При на Япония.



Тези серии означаваха, че Верстапен завърши сезона с 575 точки - най-много за един сезон, а разликата му от 290 точки пред съотборника му в Ред Бул Серхио Перес е най-голямата разлика между първия и втория в Шампионата на пилотите.

Първи пилот, който води над 1000 обиколки

Верстапен бе наясно, че може да надхвърли границата от 1,000 обиколки по време на Гран При на Абу Даби и го направи, просто завършвайки кампанията си за 2023 г. с 1,003 обиколки в челото на групата.

Предишният показател бяха 739

водени обиколки на Фетел през 2011 г., а Верстапен влезе в историята също с най-висок процент водени обиколки за сезон със 75.7% - срещу 71.47% на Джим Кларк от далечната 1963 г.

Представете си, че Сингапур не се беше случил

Просто трябва да си помислите какво щеше да се случи, ако Ред Бул нямаше единичния си слаб уикенд в Гран При на Сингапур, където Верстапен завърши пети, след като бе елиминиран през Q2.

Той завърши втори след Перес в Гран При на Саудитска Арабия и Азербайджан, след което спечели всяко друго състезание, така че се качи на рекордните 21 подиума този сезон и най-много последователни топ две като финишира цели 14 пъти.

Три от победите на Верстапен дойдоха в Маями, Остин и Лас

Вегас - така той става и първият пилот, който печели три пъти в една страна в една и съща година.

Други рекорди, счупени от Верстапен

Освен всичко по-горе, Верстапен направи и следното тази година:

- Най-много последователни победи от пол (16 - поредица, започнала от Гран при на Холандия през 2022 г.)
- Най-много победи от пол в сезон (12)
- Най-много последователни състезания като лидер в шампионата (39 - поредица, започнала от Гран при на Испания през 2022 г.)
- Най-много последователни отбелязани точки
- Най-много спирания в бокса от победителя в едно състезание (Гран при на Холандия)
- Най-много победи в спринта за сезон (4)



Спортна рубрика:
Павел Станимиров

Четете вестник Пламяк онлайн:

www.bulgarianflame.com

by Viara Dimitrova, Editor of Bulgarian Flame, photos© BulgarianFlame

Волос, красив, чист и модерен град.

Възхитена съм!! Ще видите дълга алея разположен по брега на морето. От едната страна много яхти, а от другата много ресторанти и то доста големи. Пясъчна плажна ивица се намира при Anavros Beach и е доста малка. Центърът на Волос предлага невероятна атмосфера.

Ресторантите са пълни с хора, както и улиците. Разбира се затова предразполага хубавото време. На мен ми се падна 18 градуса слънчево време.

Интересни са дърветата, вижте от снимките в какви форми се извиват клоните.

Чудесен град, заслужава си да го посетите ако имате възможност!

Възможно ли е да разгледате част от Волос, ако пътувате с автобус само за един ден тръгвайки от Паралия Катерини? Отговорът е ДА, но не необходима предварителна подготовка.

Като цяло ще ви трябват общо 8 часа път (4 часа на отиване + 4 на връщане и още 4 да разгледате (на мен ми бе достатъчно), общо 12 часа.

У тъй като Google maps не работят добре както в България така и в Гърция, ето малко информация, която се надявам да ви е от полза. Цените и програмата на автобусите разбира се се променят според сезона.

1. Автобус от Paralia Katerini (идва на всеки 20 минути) и

сгрува 1.50 евро в една посока. Трябва да стигнете до центъра на Катерини да слизнете на спирката Ephoria. От Paralia Katerini до Ephoria се разстоянието е около половин час.

2. От там пеша 10 мин до Автогарата на Катерини Intercity Bus Pieria (или на гръцки; КТЕЛ Περίας)

3. От автогарата на Катерини се хваща автобус до автогарата на Солун Thessaloniki KTEL Macedonia Intercity Bus station, който е на всеки час и до Солун се стига за 1 час. Цената е 6.50 евро в една посока (няма намаление за двупосочен билет)

4. От Солун до Волос (Thessaloniki KTEL Macedonia Intercity Bus station до Volos KTEL) разстоянието

е 2 часа и половина.

Цената има намаление за двупосочен билет и е 33 евро

На автогарата в Катерини и Солун ги помолете да ви дадат часовете на автобусите, за да си направите сметка кога да се върнете. Имайте в предвид часовете и на другите автобуси на връщане за да ги напаснете така че да можете да се върнете същия ден.

* Вижте последните две снимки.

Моята разходка бе от Автогарата на Волос по брега чак до Anavros Beach, което отнема около 45 мин пеша в едната посока без да се спира.

Аз лично обикалях 4 часа там заедно с центъра на Волос.



Прод. на стр.30 >>

by Viara Dimitrova, Editor of Bulgarian Flame, photos© BulgarianFlame

Волос, красив, чист и модерен град.

<< Прод. от стр.29





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



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

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.

Четете
в Пламяк

онлайн:
www.bulgarianflame.com

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

3 health facts that might surprise you

(NC) Many of us are better informed about health issues these days. However, there are many viruses or infections that you might not be aware of, cytomegalovirus or CMV being one of them. Here are three facts that might surprise you about this virus:



for the virus to ensure these issues are caught early and treated.

You might have a virus without knowing it

While we all get sick from time to time, you might not always be aware of a virus you have. That's usually not a problem since your immune system did its job and fought off the illness. For example, about 40 to 50 per cent of Canadian adults have been exposed to CMV, at some point in their life, yet many have never heard of it. That's because a healthy immune system can typically keep it under control.

These viruses are a major risk for transplant patients

Catching CMV after birth generally poses little problem for those of us with a healthy immune system. However, for those who are immunocompromised, there can be major health risks such as muscle or joint pain and blood disorders. People who receive an organ transplant are particularly at risk, as they take medications that suppress their immune system to help stop their body from rejecting the new organ. With a weakened immune system, it's harder for their body to fight off a CMV infection. It is also possible an infection that has remained dormant since childhood has re-surfaced due to a weak immune system.

Some viruses can reactivate long after illness

You might have heard of shingles as a reactivation of the virus that causes chickenpox. CMV is another virus that can re-activate long after a previous infection. CMV is often contracted during infancy, known as neonatal infection, although some babies are born with it, called congenital infection, if the mother had an infection during pregnancy. In very young babies it can sometimes cause developmental delays. Fortunately, many provinces are now implementing newborn screening programs

If you or someone you love is undergoing transplant surgery, talk to your doctor to learn more about CMV.