

Защо жегата ни разваля настроението

(Por qué el calor nos pone de mal humor)

Автор: Сузана П. Гайтан - професор по физиология, Университет на Севиля

Декларация за оповестяване:

Сузана П. Гайтан не получава заплата, не извършва консултантска дейност, не притежава акции, нито получава финансиране от която и да е компания или организация, които биха могли да се възползват от тази



статия, и е декларирала, че няма връзки извън цитираната академична длъжност.

Статията е публикувана в *The Conversation*.

Преводът е на „Пламък“
Четете на стр.4 >>

100% SOLD
20г. ОПИТ
1% КОМ.



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

First Auto Group Ангел и Петър
Продажба, покупка и ремонт на автомобили
416-823-2403
416-821-1221
FirstAutoGroup.ca
867 Kipling Ave.
Toronto

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

BULGARIAN CANADIAN BUSINESS DIRECTORY
by Bulgarian Flame Newspaper 2024 - 2025 20 YEARS



Italian contemporary design
www.stimexinc.com • 416-939-9881



LINA G. Gueorguleva
SRS, CNE, SRES, AREN
BROKER GOLDEN DOOR TEAM
M: 647-862-2339
LinaLuxury@gmail.com
Right at Home Realty
www.MyHomeForSaleToronto.com

Излезе новия бинзнес каталог!

Търсете го в европейските хранителни магазини.

Вече е наличен и онлайн :

www.bulbiz.com

КОЛЕТИ ДО БЪЛГАРИЯ



CHEAP PACKAGES TO BULGARIA

- › SEND AT OUR REPRESENTATIVES [CA.MEEST.COM/OFFICES](https://ca.meest.com/offices)
- › OR MAKE A NEW ACCOUNT AT MEEST PORTAL [CA.MEEST.COM/PORTAL](https://ca.meest.com/portal)
- › PAY FOR YOUR PACKAGE ONLINE
- › SKIP THE LINE AND DROP OFF AT OUR REPRESENTATIVES
- › DROP OFF AT ANY CANADA POST
- › OR ORDER PARCEL PICK-UP FROM HOME



РАБОТА ЗА ШОФЬОРИ НА КАМИОНИ А-Z



HERE FOR THE LONG HAUL

WE ARE HIRING

EXPERIENCED COMPANY DRIVERS A-Z

- Requirements:**
- two years of verifiable experience
 - clean record
 - eligible to cross the US border

DRIVE WITH TRUST



Why us?

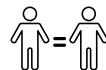
At Transam Carriers, we are proud to provide flexible work options for optimum work-life balance. In conjunction with new equipment, modern technologies, in-house truck shop, and cross-dock facility, Transam is an exceptional workplace that we call here our second home.



COMPETITIVE PAY



SIGN-ON BONUSES



EQUAL OPPORTUNITY



WORK-LIFE BALANCE



HEALTH BENEFITS



DENTAL BENEFITS

Contact us today

T. 416-907-8101 x5

Toll-Free: 877-907-8101

Address: 205 Doney Crescent, Concord, ON L4K 1P6

Email: hr@transamcarriers.com

ALL JOB OPPORTUNITIES ARE ON OUR WEBSITE transamcarriers.com/careers

Facebook: @TransamCarriers Instagram: @Transam_Carriers



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;** Бригадери, 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.

Защо жегата ни разваля настроението

(Por qué el calor nos pone de mal humor)

<< Прод. от стр.1

Всеки знае, че особено през лятото топлината на слънцето може да ни разтопи. Ето защо през летните месеци се опитваме да останем „разхладени“ възможно най-дълго. И ако не го постигнем, изглежда, че това ни прави по-избухливи и дори по-буйни. Преглед на мозъчните механизми може да ни помогне да разберем защо това се случва с нас.

Нека започнем, като си припомним, че правилното функциониране на тялото ни изисква, дори и навън да е много горещо, **телесната ни температура да остане около 37°C.** Когато външната температура надвишава 40°C, защитата става приоритет - тялото има свой механизъм за понижаване на температурата: изпотяване. Но ние също може да помогнем, като се подслоним на сянка или облечем леки дрехи. Срещу летните горещи вълни, както ни напомнят здравните власти всяка година,

превенцията е по-добра от лечението.

От друга страна, първото (и почти единствено) задължение на нашето тяло е да ни поддържа живи. Когато нещо е досадно или опасно, тялото ни предупреждава и активира всичките си ресурси, за да ни предпази. Това е основна реакция за оцеляване: ако нещо ни плаши, бягаме; ако ни ядосва, караме се. Всеки път, когато промяната ни дестабилизира, мозъкът реагира с емоции като страх, разочарование или гняв.

Топлинни натоварвания

Топлината действа като стрес, който активира нервната ни система. Когато установи, че всичко наоколо се нагрива, мозъкът дава нареждане да се опита да спре или намали неприятното усещане за задушаване.

Един сравнително малък мозъчен

участък (само 4 грама при възрастните), наречен хипоталамус, играе ключова роля в този процес, бивайки истинският „термостат“ на нашия организъм, отговорен за регулирането на начина, по който губим или получаваме топлина. Всъщност неговият размер не отговаря на важността на функциите, които изпълнява: оттук се управлява целият ни интимен баланс.

Важно е да се има предвид, че ефективността на хипоталамуса зависи до голяма степен от началната точка. „Комфортната температура“ навън обикновено е между 18°C и 21°C, когато почиваме и малко по-ниска, ако извършваме някаква физическа активност. Към тази температура ще се добави топлината, генерирана от самото тяло, когато функционира, включително мозъка.

Ако топлината се увеличи твърде много, хипоталамусът подава алармен сигнал, за да ускори

загубата на топлина. Първото нещо, което този температурен регулатор ще направи, е да нареди на кръвта да се придвижи от тялото към кожата ни. Ето защо, когато се разгорещим, лицето ни става червено: повече кръв достига до него.

Едновременно с това тялото ни се опитва да понижи температурата си чрез изпаряване, активирайки изпотяването. Това обяснява защо намираме влажната топлина за още по-дразнеща: във влажни условия потта не може да изпълнява охлаждащата си функция.

Ако продължи да ни е горещо, вероятно ще започнем да изпитваме жажда, тъй като ако загубим вода чрез изпотяване, ще трябва да я възстановим, като пием вода. Ако това не е така, както се случва при възрастните хора, препоръчително е вода да се пие превантивно.

Прод. на стр.5 >>

СЧЕТОВОДНИ УСЛУГИ И ДАНЪЧНИ ДЕКЛАРАЦИИ

- Администрация, заплати, пълно счетоводство и данъчно обслужване на корпорации
- Годишни данъчни декларации за частни лица, фирми, корпорации и организации с неправителствена цел
- Консултации за всички финансови и фискални услуги, пенсиониране, раздяла, нови имигранти в Канада, UBER шофьори, продажба на имот 2ри или 3ти и т.н. имоти
- Accounting, bookkeeping, financial & fiscal strategies and tax services
- Income tax return - individuals, renting business, self employed, corporations, NGO and charity organisation
- All types of financial & fiscal consultation, retirement, separation, new immigrants, UBER drivers, property sell, 2nd, 3rd property sell, etc.



Svilson
Svilen Todorov
svilen.todorov@hotmail.com
Office (514)-800-8657

- Услугите ми се предлагат на - български, английски и френски

- Работа с всички провинции в Канада. Както и с допълнителните административни услуги за Квебек.
I work for all the provinces in Canada and I'm aware of all requirements for Quebec laws.

Memo's Auto

РЕМОНТ НА АВТОМОБИЛИ

ALL IMPORTED AND DOMESTIC CARS.
SAFETY CERTIFICATES

- Смяна на масло (масло, течности и филтри)
- Спирачки и Ремонт на спирачки
- Гуми и Ремонт на гуми
- Профилактика
- Кормилно управление и Окачване
- Батерии, стартиране и зареждане
- Ауспуси и Тръби на ауспух
- Автопарк услуги
- Система за охлаждане на двигателя



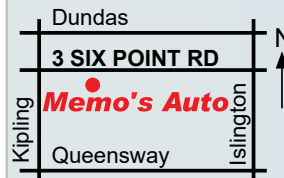
3 Six Point Rd, Etobicoke

(Срещу магазин "Карлово")

Мехмед

416 239 4000

memosauto@gmail.com



Защо жегата ни разваля настроението

(Por qué el calor nos pone de mal humor)

<< Прод. от стр.4

Също така е повече от вероятно да се чувстваме уморени. Предупреждение е, че при високи температури не бива да полагаме големи усилия, защото се излагаме на добре познатия и опасен топлинен удар.

Горещи вълни, които ни ядосват

Всички тези процеси са свързани с фини

нервни и хормонални корекции, които също могат да генерират емоция в нас. За да не ни застрашава топлината, мозъкът ни трябва да реши дали да я избегне или да се изправи срещу нея – да се бори или да бяга – както при всяка друга външна заплаха. Нервните пътища, които поддържат настроението ни, се

влияят от топлината. Така че, по определен начин, емоционално също „ще станем по-топли“, защото повишаването на температурата ще накара гневът и разочарованието ни да нарастат.

Няколко научни изследвания потвърждават тази връзка между топлината и гнева. Без да продължаваме

по-нататък, в проучвания, проведени във футболни или хоккейни мачове, се вижда, че топлината на околната среда увеличава агресивността в играта. Има също така доказателства за това как нараняванията сред по-младите хора се увеличават с топлината.

Прод. на стр.6 >>

Защо жегата ни разваля настроението

(Por qué el calor nos pone de mal humor)

<< Прод. от стр.5

По същия начин се наблюдава как случаите на насилие, основано върху пола, се влошават. Дори има доказателства, че когато температурите се повишат, конфликтите в социалните мрежи се изострят.

Глобално затопляне и психическо благополучие

В един все по-

населен свят и наред глобалното затопляне нашето общество ще се изправя пред все повече и повече топлина около себе си. И това може да означава, че броят на ядосаните от това хора ще се увеличава.

Не изглежда налудничаво да се каже, че топлината и нейните ефекти трябва да се вземат предвид и от

гледна точка на благосъстоянието и психичното здраве. Като слушаме сигналите на нашето тяло, ще бъде по-лесно да контролираме различните промени, които топлината произвежда в нас. И няма да навреди да подобрим мерките, насочени към по-добро управление на отоплението в домовете и офисите

или в градските съоръжения, за да избегнем усещането за тази топлина, която ни поставя в толкова лошо настроение.

Статията е публикувана в The Conversation <https://theconversation.com/por-que-el-calor-nos-pone-de-mal-humor-233682>

**BEAN HERE
BEAN THERE**

ВАШИЯТ МАГАЗИН ЗА КАФЕ

ПРЯСНО ИЗПЕЧЕНО КАФЕ НА ЗЪРНА
500+ ВИДА КАФЕ НА КАПСУЛИ
СИРОПИ И СОСОВЕ
ШОКОЛАДИ, БИШКОТИ, БИСКВИТИ И ДР.

ПОВЕЧЕ ИНФОРМАЦИЯ:
WWW.BEANHEREBEANTHERE.CA
416-255-2368
100 THE EAST MALL #11,
ETOVICOKE M8Z 5X2

NEW

БЪЛГАРИЯ

Паола Минекон: 5 неща, които бих искала някой да ми каже, когато за първи път станах художник



Като част от поредицата ни за „5 неща, които бих искал някой да ми каже, когато за първи път станах художник“ имах удоволствието да интервюирам Паола Минекон, така започва интервюто на Ици Уайнър с Паола Минекон, публикувано в Medium на 7 август 2024. Родена в България, Паола е насърчавана да преследва артистична кариера от ранна

<< Прод. от стр.6

възраст. Житейският път я води през различни страни и континенти. Днес Паола живее в Южен Лондон и е майка на две малки деца. „Пламяк“ има удоволствие да представи на читателите си интервюто с Паола в превод.

В: Благодаря ви много, че правите това с нас! Можете ли да ни разкажете историята за това как сте израснали?

- Израснала съм в комунистическа България. И двамата ми родители са художници и, разбира се, израснах сред тяхното изкуство... и техните приятели художници. Въпреки че може да не е което си представяте, когато мислите за Източния блок по онова време, това бе бохемско детство. Лятната ваканция продължаваше цяла вечност — повече от 3 месеца, защото майка ми е нещо като бунтарка и често дава приоритет на рисуването със собствените си ученици по изобразително изкуство пред основното училище... Имах късмет, че и двамата ми родители бяха наоколо много,

концепцията от 9 до 5 не бе нещо, което познавах като дете. Трябваше да се мотая с тях в ателиетата им, играейки с глина и маслени бои от много ранна възраст. Разбира се, повечето художници нямат този начин на живот, баща ми имаше много успешна художествена кариера като скулптор и затова не им се налагаше да заемат работа, несвързана с художествената им практика. В онези дни

България все още насърчаваше комунистическия режим, често чрез изкуство и популярна култура, така че имаше много работа и артистите живееха добър живот, в относително изражение. Все още живеехме в бедна страна, преминала през политически сътресения, и има много какво да се каже за поколенията, изгубени от комунистическия

режим. Но няма да навлизам в това тук. Детството ми бе пълно с изкуство, но меко казано, тези ранни години може би са изкривили очакванията ми за това как ще изглежда животът ми като професионален художник когато порасна.

В: Можете ли да споделите история с нас за това какво ви доведе до тази конкретна кариера?



NEW!

**Нов магазин
с Европейски
продукти
и деликатеси
в Етобико!**

773 The Queensway, Etobicoke
(416)255-9211



Голямо разнообразие на европейски хранителни продукти, консерви, салами, кашкавали и сирена, риба, десерти и торти, хаяб и други.

- EUROPEAN GOODS
- FRESH DELI
- BAKED GOODS
- PASTRIES & CAKES











<< Прод. от стр.7

- Наистина обичах да се местя и нямам предвид просто от един град в друг... Живяла съм в няколко различни страни и съм взимала по малко от всяко място и хората му и съм вливала това в изкуството си. Мисля, че е вдъхновяващо, голямо приключение и може да стане пристрастяващо. Казвам „свикнала“, защото имам малки деца и чувствам, че се нуждаят от стабилен дом, вместо да бъдат премествани на всеки няколко години, но не отхвърлям това да се преместя отново, след като пораснат. Засега ми харесва да живея в Обединеното кралство и го превърнах в свой дом.

В: Кой са някои от най-интересните или вълнуващи проекти, по които работите сега?

- Винаги съм имала интерес към танца и улавянето на движение и имам серия от балетни картини с маслени бои. Напоследък мисля повече в посока на танца като ритуал и церемония, така че се връщам към основите, изследвайки традицията и значението на танца в различните култури. Също така разглеждаме потенциално сътрудничество с производител на документални филми, за да проучим темата по-обстойно!

В: Кой са някои от най-интересните хора, с които сте общували? Какво беше това? Имате ли истории?

- Най-интересните хора, които съм срещала, несъмнено са други художници. Изкуството може да

бъде много самотен избор на кариера, но от друга страна художниците са пъстра, завладяваща тълпа. Късметлийка съм, че намерих подкрепяща общност, с която да творя и да излагам.

В: Откъде черпите вдъхновение? Можете ли да споделите история за това?

- Всичко и нищо, наистина.. Споменах танца, светлината и движението по-рано. Мисля, че улавянето на движение върху статичен носител, като платно, е едновременно завладяващо и предизвикателно и харесвам доброто предизвикателство! Например, аз съм обсебена от цвета, той вдъхва толкова много живот, нали?! Но също така имам поредица от произведения на

изкуството по темата за емоциите и тъй като емоциите са по-лесни за изобразяване в цвят (вижте цветовата психология, това е истинска наука, а не изкуството), аз, разбира се, избрах да нарисувам поредицата монохромно, просто да предизвикам себе си. Склонна съм да рисувам преживяванията си като начин да ги осмисля. Част от работата ми се ръководи от естетиката, а друга част от концепциите.

В: Как използвахте успеха си, за да донесете добро на света?

- Да, имах възможността да участвам в различни благотворителни събития и през цялата си кариера съм участвала в глобални събития като Elephant

Прод. на стр.9 >>

ИМИГРАЦИЯ - НОТАРИУС - ПРЕВОДИ



DINKOVA IMMIGRATION ADVISORY

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.8

Parade и Big Egg Hunt, както и в по-малки, по-местни благотворителни инициативи.

Също така съм твърдо убедена, че през 2024 г. трябва да изоставим идеята за „гладуващите художници“. Не е романтично. Заедно с художничката Наталия Джакомино наскоро основахме Creations Atelier - организация за изкуства, която подкрепя художниците с тяхното онлайн присъствие и събира експерти в областта на PR, маркетинга, продажбите и онлайн присъствието като цяло, за да научи

художниците как да се рекламират ефективно.



В: Кой са вашите „5 неща, които бихте искали някой да ви каже, когато за първи път започнахте“ и защо. Моля, споделете история или пример за всяко.

1. Единствената най-важна стъпка, която направих като професионален

художник, бе решението да създам свои собствени възможности. Въз основа на съвета на художник, който харесвам, за първата година от кариерата си кандидатствах за различни възможности. Правех 2-3 събития на месец и мога да ви кажа, че това бе изтощителна рутина. Но придобих много опит в излагането, и то бързо. В процеса обаче разбрах, че за да се откриеш, трябва да си звездата на собственото си шоу. И така, започнах да създавам свои собствени по-големи проекти.

2. Последователност — процесът на създаване е това, което задвижва колелата на творческото мислене и привидно несвързани идеи и асоциации се обединяват.
3. Направете първата стъпка в изграждането на трайни взаимоотношения. Работата в мрежа отваря много врати, но вероятно трябва да направите първата стъпка, да вдигнете телефона, да поискате представяне, да купите на някое кафе... Това е нещо, което хората намират за трудно, защото означава да се покажете и да достигнете до

Прод. на стр.10 >>

Stroganoff Restaurant



Автентичен европейски ресторант, с много вкусна храна и дневни специалитети.

Frozen meals also available: potato & meat pierogi, chebureki, manty, shish kebab, mititei



Обяд, вечеря, алкохолни напитки



Подходящ е за групи, деца, партита



Walk-In | Patio | Take Out | Catering

(905) 780-7575

10 Headdon Gate, Unit 2-3, Richmond Hill
www.stroganoff.co

Major Mackenzie Dr
/ Just East of Bathurst

<< *Прод. от стр.9*

другите, но може би това е точно защото работи. По този начин срещнах някои от най-ценните си и надеждни контакти.

4. Поставете си амбициозни цели и ще стигнете по-далеч, отколкото ако си поставите привидно постижими цели. Това е почти безсмислено. И все пак учим децата от съвсем малки да си поставят постижими цели. Когато пишем нашите бизнес планове, ние също пишем постижими цели. Но ако направите плана няколко стъпки по-далеч от това, което изглежда постижимо, е много по-вероятно наистина да стигнете до някъде.

5. Интуицията — след като започнах да слушам инстинктите си и да следвам вътрешния си глас, почувствах, че съм отключила скрита творческа сила. Това важи за всяка част от живота, не само за творчеството.

В: Вие сте човек с голямо влияние. Ако можете да вдъхновите движение, което ще донесе най-много добро на най-много хора, какво би било това? Никога не знаете какво може да предизвика вашата идея. :-)

- Бих преструктурирала образователната система и бих поставила акцент върху креативността, защото тя помага за развитието на критичното мислене, учи те първо да гледаш голямата картина и да правиш неочаквани асоциации, следва интересите на детето и предизвиква авторитета. Доста харесвам концепциите за демократичното образование.

В: Благословени сме, че някои от най-големите имена в бизнеса, финансирането на рисков капитал, спорта и развлеченията четат тази колона. Има ли човек в света или в САЩ, с когото бихте искали да закусите или обядвате насаме и защо? Той или тя просто може да види това.

- Трябва да направя признание. Наистина съм ужасена, когато става въпрос за следене на знаменитости или известни личности. Но може би Деймиън Хърст. Сигурно е очарователно да си той.

В: Какъв е най-добрият начин читателите да ви следват в социалните медии?

Можете да ме намерите във Facebook и Instagram:
<https://www.instagram.com/paolaminekov>
<https://www.facebook.com/paolaminekov>
 Вижте произведенията ми на <https://paola.art>

Това бе много вдъхновяващо. Благодаря ви много, че се присъединихте към нас!

Писмо на Негово Светейшество Българския патриарх Даниил до Негово Блаженство Киевския и на цяла Украйна митрополит Онуфрий



Източник: <https://mitropolia-sofia.org>

Ваше Блаженство,

На днешната дата точно преди 10 години беше извършено Вашето тържествено вдвояване за митрополит Киевски и на цяла Украйна

след каноническия избор, осъществен от епископите на Украинската православна църква. За този десетгодишен период Вие се утвърдихте като достоен приемник на велики архиереи и изповедници, светителствували на Киевската митрополитска катедра. Вашата пословична скромност, смирение, дълготърпение, любов към монашеството и монашеския начин на живот, стремеж към строго съблюдаване на завещания ни от св. отци каноничен ред в Църквата, са характерни черти на Вашето нелеко служение като предстоятел на братската Украинска православна църква. Времето на Вашето първосветителство съвпадна с тежки изпитания за украинския народ и неговата Църква. Вие устояхте и продължавате, с Божията помощ, да устоявате на всички опити за създаване на разединение, опазвайки единството, целостта и каноничността на Украинската православна църква.

Прод. на стр.11 >>

<< *Прод. от стр.10*

Същевременно това бяха години на разделение вътре в самото украинско общество, при което Вие винаги се проявявахте като обединител и миротворец – евангелски дълг за всеки един истински Христов пастир.

Ваше Блаженство, През последните години братска Украйна преминава през страшното горнило на кръвопролитна война. Всички ние се молим усърдно за мира в Украйна, който е важно условие и за мира по целия свят. Ние се молим лично за Вас, та Всемилолюбивият Бог да Ви дарува още дълги години в здраве, духовна разсъдителност и бодрост, за да ръководите богодаруваната Ви Украинска православна църква за спасението, мира и духовното преуспяване на благочестивия украински народ.

На многая и благая лета, Ваше Блаженство!
Като прося Вашите св. молитви, оставам на Ваше Блаженство с любов в Христа брат,
Патриарх Български †
ДАНИИЛ
18.08.2024 г.

БЛАГОВЕЩЕНИЕ И БЛАГОВЕЩЕНИЯТА



Автор: Александра КАРАМИХАЛЕВА
Източник: Българска Патриаршия (<https://www.bg-patriarshia.bg>)

Благовещение - това е денят на благата вест, че е дошло времето за избавлението на човешкия род. Но Благовещение ни напомня и за друго: че най-сетне сред дъщерите на Ева се е намерила Девица, така непоколебимо вярваща в Бога, способна на така дълбоко послушание и упование в Божиата любов, че да се изпълни чрез нея чудото - Бог да се роди в плът. В Богородица виждаме изумителна способност и действена решимост да повери напълно себе си и живота си на Бога. С вяра, на която отстъпва вярата и на праотеца Авраам, и на свещеника Захарий при вестта, че вече възрастните им съпруги ще заченат и ще родят.

Св. Григорий Палама казва, че

Въплъщението би било така невъзможно без свободната човешка воля на Божиата Майка, както би било невъзможно без творческата воля Божия. Наистина готовността, с която Дева Мария съумява да отвърне на изявената чрез архангел Гавриил Божи воля, е забележителна. Тя изрича без колебание, без страхове, съмнения, раздвояване, без „ще си помисля“ своето:

Ето рабинята Господня; нека ми бъде по думата ти!

и неизменно потвърждава своето „да“ през всички дни на живота си. Доколко ние сме в състояние да отговорим с „нека ми бъде по думата ти“ в случаите, когато Божиата воля не съвпада с нашите планове? Или в случаите, когато сме изправени пред нещо, по човешки необяснимо, неразрешимо или абсурдно, в изключително комплицирани ситуации, когато опасностите ни дебнат сякаш отвсякъде, в случаите, когато животът ни се обръща на 180 градуса? Колко силна е вярата ни в Бога, в Божи

премъдър Промисъл, в Божиата любов и милост? Доколко силна е решимостта ни

сами себе си и целия си живот на Христа Бога да предадем,

както заявяваме по време на богослужение? Животът ни, с изпитанията и радостите му, е низ от „благовещения“, в които Бог, по един или друг начин, ни изявява благата Си воля и очаква нашия отговор. Разкрива ни я чрез ежедневните ни задължения, чрез радостни или болезнени обстоятелства, чрез тежки изпитания, чрез нуждите на хората около нас и изкушенията, идващи чрез тях - непрестанни поводи да постъпваме съгласно евангелските заповеди. Същността на християнството не е ли в това, да съумяваме във всички случаи, в които Бог ни призовава, да засвидетелстваме вярата си, да отговаряме със смиреното:

Нека ми бъде по думата ти?

Църковен вестник, бр. 7/2023г.

Прод. на стр.12 >>

<< *Прод. от стр.11*

Пиян с отнета книжка се удари във влак в Шуменско



/Снимка: ОД на МВР – Шумен/

Шофьор с отнета книжка и след

употреба на алкохол се е ударил в преминаваща влакова композиция до с.Каменяк, в Шуменско. Това съобщиха за БТА от МВР.

50-годишният мъж, който е с отнета книжка, е управлявал лек автомобил

с прекратена регистрация, и се е ударил в преминаваща влакова композиция, обясниха от МВР. Шофьорът е употребил алкохол.

Трима

Пуснаха трима българи, включително собственика на

бара в гръцкия курорт Ханиоти на Халкидики, задържани за кървавия побой

Гръцките власти разследват дали собственикът на фирмата, притежаващ бара, е поставен човек на мафиот в България



Българинът-собственик на бара в гръцкия курорт Ханиоти на Халкидики и още трима души, които са разследвани във връзка с побоя и стрелбата в плажното заведение, в който са замесени българи, бяха освободени, съобщи гръцката телевизия ЕРТ, цитирана от БНР.

Други четирима остават в ареста и се разследват за опит за убийство. Гръцката полиция не смята за случаен сериозният инцидент, съобщава като водеща новина телевизията.



Прод. на стр.13 >>



РЕСТОРАНТ С АВТЕНТИЧНА ТУРСКА КУХНЯ



DÖNER STATION KEBAB
— KING OF DÖNER —

4
1
6 **222.0.222**

4917 Bathurst Street, North York (at Finch Ave.W.)

**Тук можете да хапнете много вкусно,
евтино и бързо.**

Богато меню - супи, салати, шиш-кебапи, пилешко, агнешко, филе миньон фиелафел, сандвичи, пиде, лахмаджун, капсалон, вегетариански ястия, а за десерт баклава, кюнефе, сутляш и бурма.



<< *Прод. от стр.12*

Според медията, забавяне изпълнението на поръчката на групата от 7-10 българи, която е започнала инцидента, е била само тривиалният повод за бутането и блъскането, последвалите сблъсъци с персонала и накрая бруталният побой над българина-собственик на фирмата. В този момент били извикани и пристигнали на място трима въоръжени охранители на заведението, които влезли в сблъсък с групата, предизвикала инцидента, и стреляли 5-6 пъти вътре в бара, като ранили един от започналите кавгата тежко в гърдите и един повърхностно в ръката, и веднага избягали.

Гръцката обществена телевизия ЕРТ съобщи, че поне двама от тримата охранители на заведението, които избягаха и се издирват са гръцки граждани, но с български произход. Те са попадали в полезрението на гръцките власти и в миналото заради изнудване и рекет на нощни клубове за охрана срещу заплащане. Единият е бил арестуван през 2021 г. за стрелба пред нощен клуб в Солун, а другият дори е членувал в забранената вече гръцка партия «Златна зора».

Що се отнася до действителните причини за инцидента, ЕРТ съобщава, че гръцките власти са установили, че собственикът на фирмата, притежаващ бара, всъщност е поставен човек на мафиот в България, с когото

предполагаемият български наркотрафикант, започнал скандала, си съперничи и искал да предизвика инцидент, за да навреди на

бизнеса на бара в района на Ханиоти на Халкидики, който се разигра малко преди полунощ в петък срещу събота.

Прод. на стр.14 >>

100%

SOLD

20г.

ОПИТ

1%

КОМ.



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



LCBO # 371047

Налична за продажба
Available for sale now

Demetra Vino Prospera Inc. • www.bsgold.bg • office@demetravp.ca

<< Прод. от стр.13

“За нас в Гърция това е един феномен. Стресиращо е и притеснително. Ако не бе смъртта на Ален Делон, щеше да бъде на първите страници на вестниците все още. За съжаление вчера имаме още трима арестувани, които се криеха от гръцката полиция и прокуратура. Все още има един български гражданин, който бере душа в болницата.”
Така преподавателят в Пловдивския университет “Паисий Хилендарски” проф. Йоаким Каламарис коментира пред bTV масовия бой и стрелбата между българи в заведение на гръцкия полуостров Халкидики.



По думите на Каламарис данните от полицията и прокуратурата в Гърция сочат за скандал между две мафиотски групировки.

“Това не е скандал само за една забавена поръчка. Медиите

пишат различни неща, но данни от полицията сочат към разправа между две български мафиотски групировки. Ние в България сме свикнали поръчките да се забавят, не мисля, че това е причината», подчерта професорът.

Според него собственикът на заведението, който е канадец, и клиентите са се познавали много добре.

“Големият въпрос на гръцките власти е да се предотвратят подобни инциденти. Ако животът на човека се спаси, може би наказанията ще бъдат от 10 до 20 години лишаване на свобода. В Гърция нещата не са толкова розови - ще има тежки последици”, обясни още Йоаким Каламарис.

Българите ще бъдат обвинени в нарушение на Закона за оръжията, сбиване и нанасяне на опасни телесни повреди. Причините, довели до стрелбата, все още се изясняват. По разказ на очевидци в заведението е имало над 400 души. Полицейското

присъствие в района остава засилено, свидетелстват и наши сънародници, които почиват на Ханиоти. До момента задържаните са общо осем души.

ОБАДИ СЕ, ЛЮБОВ!



Автор: Дамян Дамянов

„Позвъни, обади се, Любов!
Ти, която да си, намери ме!
Аз те чаках с години, готов да запиша и номер, и име!
Ти мълча. Със години и с дни.
Ти не звънна, дори и погрешка.
Иззвъняха се сума жени – ни една между тях ти не беше.
И напразно с писалка и лист все те чаках... Ни глас, нито ласка.
Що цигари изпепелих и на листа що глупост надрасках.
Пак съм сам... Обади се, Любов!

Вън вали. И април е тъй хладен.
Телефона поглеждам (в дълбок сън заспал). А край него – кълбо жици, жици...
Контактът – изваден...“

„ЛЯТО“



Автор: Миряна Башева

Да е лято, само да е лято!
Топло и зелено като горски мъх, да струи тревата - силна, некосена - искам да е лято до последен дъх.
Да е тихо, тихо над земята, на кравайче свито времето да спи, да звучи в нивята пеещото жито - нека да е лято милиони дни.
Да е лято! Още да е лято - дълго като зима, топло като гръд, тежко като злато, звънко като рима, вечно да е лято - за последен път.

Четете вестник Пламяк онлайн:

www.bulgarianflame.com

Исландските имена: какво ги прави уникални?



Носенето на исландско име понякога може да бъде доста хумористично. Особено когато го казваш на някой, който не знае езика. Имената могат да бъдат дълги, да имат уникални за исландския език букви и след това да се променят в зависимост от това как се говори за човека, разказва Рагниор Харпа Харалдсдотир в публикация на Iceland Tours.

Името **Egill** например - често срещано мъжко име в Исландия, се променя на Agli, когато се постави в изречение като „Аз съм с Agli“. Това може да бъде обърквашо дори за тези, които са родом от Исландия.

Кълна се, понякога си мисля, че са измислили тези правила просто, за да го направят по-трудно. Опитайте се да произнесете исландски имена на ваканция в Исландия. Моето име, например, е едно от онези, които викингите са измислили, след като са пристигнали в Исландия. След това

изолацията направи така, че името да не се разпространи до останалата част от Скандинавия. Правейки го непознато и, честно казано, доста странно извън острова.

Името обаче стана популярно в Исландия и не губи мястото си в топ 10 от векове. Рагниор /Ragnheiður/ означава „ярък като старите езически богове“ и е женска версия на известното викингско мъжко име Рагнар. Но едва когато започнах да пътувам, това име започна да ми създава проблеми. Спомням си как стоях на гейта, за да се кача на самолет в Лаос и служителите на административния офис се събраха, за да видят кой или възможно какво ще се появи, когато извикат това нелепо име.

Не всички имаме странни или имена, които са трудни за изписване и произнасяне. С глобализацията, на която сме свидетели през миналия век, исландците започнаха да търсят международни имена за децата си. Имена като Андреа (женско), Виктория (женско), Лео (мъжко) и Габриел (мъжко) вече са типични в Исландия. Въпреки че, разбира се, са смесени

с традиционните Sigurður (мъжко), Guðrún (женско), Ingibjörg (женско) и Þorsteinn (мъжко).

Но сега изпреварих себе си. Да се върнем към корените.

Произход на исландските имена

Имената на първите хора в Исландия идват главно от Скандинавските страни. Въпреки това, когато норвежците плавали към Исландия, те често спирани на келтските острови, Ирландия и Шотландия, за да отвличат варварски жени и да ги отвеждат в Исландия. Тази трагична, но често неспоменавана част от историята по-късно ще се окаже, че е добавила обрат към исландската култура на наименоване. Ето няколко примера за оригинални имена: Ingólfur (мъжко), Einar (мъжко), Helgi (мъжко), Ketill (мъжко), Auður (женско), Hallbera (женско), Kaðlín (женско), Þuríður (женско). Има и други вдъхновяващи имената фактори като пейзажите. Името **Snælaug** („снежен басейн“) не се появява до около 1155 г. В Исландия няма недостиг на сняг или горещи басейни. И

всъщност двете си подхождат идеално! Исландците експериментират все повече и повече, черпейки вдъхновение отвсякъде. Когато религията се промени в Исландия, преминавайки от езичество към християнство, имената се променят с тях.

Това е моментът когато **Guðleifur** (мъжко), **Rakel** (женско), **Pétur** (мъжко), **Guðfinna** (женско) и други библейски имена – или с префикса Guð – което означава „Бог“ – започват да заемат мястото си. Много от тези имена са едни от най-популярните в Исландия и до днес.



Други влияния на имената в Исландия

Друг приток на имена дойде, когато исландците започнаха да пътуват повече и да получават допълнително влияние от чужбина. Това внася повече кралски имена, като Анна в средата на 15-ти век, Елизабет в края на 16-ти век и Кристиан приблизително по същото време.

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

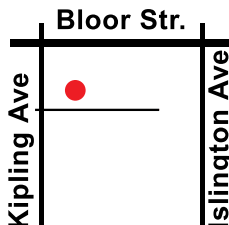
Owned and Operated by the Jelenic Family

350 Bering Ave., Etobicoke
416-232-1539

www.thesweetgallery.com

 @thesweetgallerycafe

 @thesweetgallerycafe



<< Прод. от стр.15

Префиксът *Álf*– вече е в обращение, както и *Ás*-, както в мъжки, така и в женски вариант. Освен това наставката *-dís* се разпознава в общи имена като *Herdís*. Забавен факт: исландците все още използват тази традиция днес, като просто разглобяват и заменят префикси и разширения.

Факти за исландските имена, закони и етикет за именуване

- Има само около 3 имена, които се използват както за момичета, така и за момчета, останалите са базирани на пола.
- Всички исландски имена имат значение. Просто опитайте да попитате местните жители, които ще срещнете в Исландия.

- Исландците имат специални думи за това, когато някой носи същото име. Когато две жени носят едно и също, те са *þöfnur*, а когато двама мъже носят едно и също, те са *paþnar*. Освен това, когато две жени носят точното име от началото до края (например и двете се казват *María Kristín Þorkeldsdóttir*), те се наричат *alnöfnur*, което всъщност означава цялото-едно и също име!

- Исландците не сменят фамилията си имена, когато се женят. В Исландия има древна традиция да се кръщават на онези, които идват при майката в сънищата ѝ докато е бременна. Това се прави от страх, че нероденото дете ще пострада, ако не последват тази молба на мечтания посетител. Смятало се, че това е особено вярно, ако лицето, което посещава, е починало. Всъщност така баба ми получила и двете си имена! Исландците все още вярват, че имената имат сила. Това би означавало например, че родителите на бебе момче, което е било болнаво при раждането, често ще го кръстят *Ófeigur*, което основно означава „безсмъртен“.

Някои имена са разрешени само като първи имена, а други само като бащи имена.



Исландски комитет по имената

Прод. на стр.18 >>

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





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
647-329-3026



KOSTAS MEAT & DELI

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



<< Прод. от стр.16

Исландия има комитет по имената, който одобрява или отхвърля имена, които никога не са били използвани преди. Не, това не е шега.

Правителството е създадо комисия от юристи, професори по исландски език и други квалифицирани учени, които да тълкуват законите, приети от парламента. Събират се веднъж месечно и разглеждат

всички заявления. Някои от тях биват одобрени, а други не. Новоприетите имена винаги влизат в новините заедно с отказаните. Разделът за коментари често става доста активен по това време, тъй като хората изглежда имат много категорични мнения относно това как да и как да не кръстят детето си.

Законите за именуване, които следват, основно

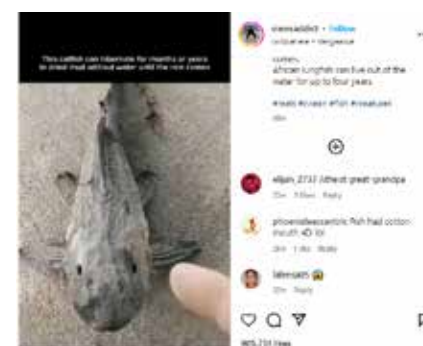
гласят 3 неща:

- Името не може да причини вреда или затруднение на кръстения с него.
- Момчетата трябва да носят мъжки имена, а момичетата трябва да носят женски имена.
- Името трябва да отговаря на правилата и корекциите на исландската граматика.

Исландските фамилни имена?

Системата за именуване в Исландия е старата скандинавска система, която някога са използвали всички страни. Това е бащина система, при която бащата дава на децата си първото си име като тяхно фамилно име, добавяйки **-son**, ако детето е момче, и **-dóttir**, ако детето е момиче.

Как тази риба може да остане жива с месеци без вода?



Обикновено в науката се счита, че рибите разчитат на водата за своето оцеляване. Водата играе жизненоважна роля за оцеляването на тези водни създания. Докато повечето риби не могат да оцелеят без вода, една рядка риба грабна вниманието на интернет потребителите. Видеолип на рибата, която може да спи с години без храна и вода, обикаля социалните медии, оставяйки хората изумени, предава News 18.

VIN
DE GARAGE



ORDER A BATCH OF
20 LITRES OF MERLOT ARGENTINA
FOR \$79

28 Millwick Drive, Toronto, On, M9L 1Y3

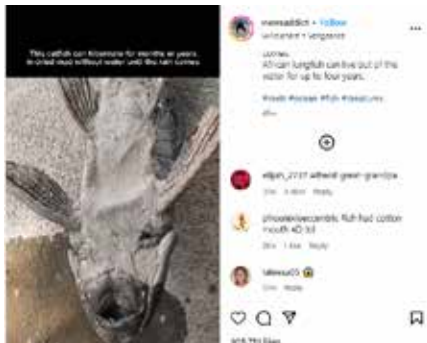
Tel: 416.740.4411

For all our products and prices,
visit our web site:

www.vindegarage.com

100% guaranteed. In business since 1997

<< Прод. от стр.18



Трябва да се отбележи, че африканската белодробна риба (**Lungfish**) може да остане жива извън водата от **3 до 5** години без никаква прехрана. Тези риби се събуждат само когато има сладководна среда. Pecos и Lungfish могат да спят зимен

сън години наред в засъхнала тиня и не се нуждаят от вода, за да оцелеят. Рибата, показана във видеото, е известна още като сом. Това е един от редките видове, които са развили способността да преминават в режим, подобен на хибернация. Способността на тези риби да спят зимен сън без вода ги кара да оцелеят под суха и втвърдена кал месеци наред без вода, докато не завали дъжд. Африканската белодробна риба може

да живее извън водата до **4** години.

Потребителите са изненадани да станат свидетели на създанието, като един от тях отбеляза: „Природата е толкова невероятна. Дървесните жаби могат напълно да се замразят, без да умрат. Алигаторите могат да спят зимен сън под няколко фута засъхнала кал, яйцата на поповите лъжички на скаридите са напълно сухи в продължение на много

години до дъжда, вижте колко адаптивни са хлебарките и тардиградите.“

Къде по света ще намерите най-странните данъци



Данъците са неизбежна, макар и донякъде нежелана част от по-голямата част от живота ни. Някои от най-често срещаните данъци

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

<< **Прод. от стр.19**

включват данък върху дохода, върху дивидентите, върху собствеността и данък върху продажбите, наред с други такива - така започва материал на Euronews Business. Някои страни също налагат данъци върху наследство, върху дългосрочни и краткосрочни капиталови печалби, както и акцизи и застрахователни премии.

Но бихте ли платили данък нездравословна храна? Какво ще кажете за данъка върху името на бебето? Или данък върху броя на пусканията на водата в тоалетната? Тези и още няколко странни данъци може да ви накарат да спрете и отново да стегнете кесията. Ето някои от най-странните данъци в света:

Данък боровинки

Данъкът върху боровинките се налага предимно в американския щат Мейн, известен със своите боровинки. В резултат на това щатът Мейн въведе данъка върху боровинките, който в момента е 1.5 цента за килограм диви боровинки. Това е главно за предотвратяване на прекомерното бране на плодовете, което би било пагубно за икономиката на щата. Този данък се разделя между преработвателя и производителя на плодовете. Комисията за диви боровинки в Мейн обаче наскоро отхвърли това. Тя цитира нарастващите лихвени проценти, разходите за труд и инфлацията, които изяждат маржовете на печалба от боровинките. Комисията поиска временна пауза от 1 година върху данъка

върху боровинките, за да даде шанс на индустрията да стъпи отново на краката.

Данък работи

Данъкът върху работите е южнокорейски данък, въведен през 2017 г. Той на практика намалява данъчните облекчения за инвестиции в роботика, за да се опита да забави загубата на работни места, причинена от работи в индустриите. Тези загуби на работни места са вредни не само за работниците и техните семейства, но и за правителството като цяло, като намаляват данъчните приходи, защото, разбира се, роботите не плащат данъци.

Данък оригване на крава

Данъкът за оригване на

кравите бе краткотраен в Нова Зеландия, първоначално предложен от бившия премиер Джасинда Ардърн. Това бе направено главно с цел намаляване на емисиите на парникови газове като метан, за които селскостопанската индустрия обикновено играе значителна роля.

Въпреки това бе силно противопоставено, тъй като фермерите в Нова Зеландия вече са значително по-ефективни по отношение на въглеродните емисии, отколкото в повечето други страни. Критиците също подчертаха, че налагането на повече данъци върху емисиите на фермерите без ясен план или приложими инструменти за намаляването им вероятно ще доведе до загуба на повече работни места,

Прод. на стр.21 >>



BOBBI DONEVA

Вашият травел агент

T: 905 849 4664

C: 647 999 2010

E: info@friendlytravel.ca

W: www.friendlytravel.ca



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

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



TICO # 4631602

<< *Прод. от стр.20*

повишаване на цените на храните и намаляване на приходите от износ.

Това доведе до неотдавнашното премахване на данъка върху оригването на кравите в Нова Зеландия.

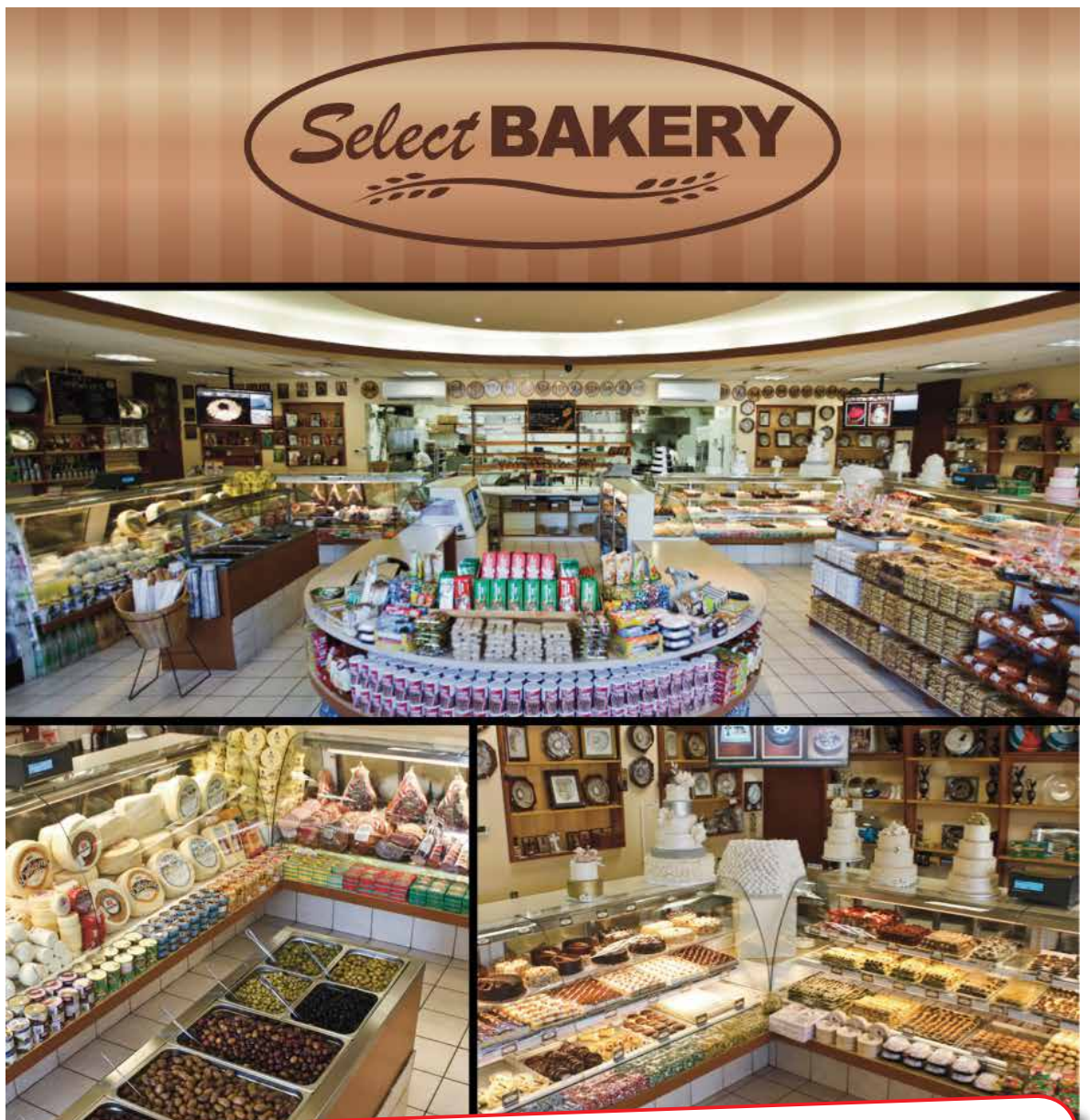
Данък чипс

Унгарският данък върху продуктите за обществено здравеопазване, познат разговорно като „данък чипс“, е данък върху различни нездравословни храни с високо съдържание на сол, захар и други съставки, които обикновено се смятат за нездравословни. Това бе наложено, за да се насърчи населението към по-здравословен избор на храни, както и да се намали затлъстяването сред тийнейджърите. Приет през 2011 г., той идва под формата на **4% акциз върху пакетирани храни** и напитки, включително сладкиши, подправки, безалкохолни напитки, чипс и плодови конфитюри.

Други страни като Мексико също имат данък върху нездравословната храна - в този случай данък от 8%, въведен през 2013 г. върху продукти, включително сладкиши, преработени храни на зърнена основа, масло от ядки и закуски, всички класифицирани като несъществени.

Индия също има данък върху мазнините в някои щати, включително Керала и Гуджарат, който се налага върху храни като бургери и пици.

Бари Попкин, изследовател на хранителната политика в Университета на Северна Каролина, каза, както съобщава Vox: „Може да харчим 5% до 7% от бюджета си за храна за сладки напитки, но харчим още 15% до



ДОСТАВКИ ПО ДОМОВЕТЕ

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

Great selection of
Greek wines & spirits.

405 Donlands Ave.

(416) 421-2400

info@selectbakery.ca

www selectbakery.ca

f /selectbakery

@selectbakery

<< Прод. на стр.21

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.



20% за нездравословна храна. Ако вие вземете страна като САЩ, от 33% до 57% от калориите, които подрастващите получават, са от нездравословна храна.»

Данък върху името на бебето

Шведският данък върху бебешките имена е данък върху необичайните бебешки имена, особено тези, които са значително по-трудни за произнасяне. Родителите трябва да отделят около \$770 за тези видове имена. Някои имена като „Аллах“ и „Икеа“ са **напълно забранени**, докато други **леко необичайни имена** като „Лего“ и „Гугъл“ все още се приемат. Не се допускат имена като **Veranda, Metallica и Superman**.

Имената на шведските деца трябва да бъдат одобрени от данъчната агенция на страната, преди детето да навърши **5-ия** си рожден ден.

Няколко други държави също имат ограничения за имена на бебета, като Япония и Франция постановяват закон срещу неудобните или унижителни имена, докато Нова Зеландия забранява използването на каквито и да било официални титли като имена.

Такса за пускане на водата в тоалетната

Данъкът за пускане на водата в тоалетната е данък, наложен от американския щат Мериленд върху броя пъти, когато жителите са пусkali вода в тоалетната, като парите, събрани от регламента, отиват за възстановяване на залива Чесапийк, който бе силно засегнат от увеличаването на живите водорасли изключване на фосфор и азот. Внедрен през 2004 г., първоначално започна от \$30, преди да се удвои през 2012 г.

Още през 2017 г. Алисън Прост от фондацията на залива Чесапийк каза пред CBS News: „Виждаме, че бистротата на водата се подобрява, виждаме, че тревното покритие на залива става все по-голямо и по-голямо всяка година, а през миналата година, докато имахме зони с ниско съдържание на кислород, нямаше зона без кислород за първи път от десетилетие.“

Храни и лекарства, които не бива да се смесват



здраве.bg

Дори нещо толкова елементарно на пръв поглед като температурата на течността, с която пиете лекарствата, може да понижи ефективността им или дори да изложи здравето ни на риск. Храните също оказват въздействие върху начина, по който организмът усвоява приеманите медикаменти. Някои имат дотолкова негативен ефект, че трябва задължително да се избягват в комбинация с определен тип лекарства.

Видове взаимодействия на лекарства и храни

Дали вашият хранителен режим променя драстично ефективността на приеманите медикаменти? Освен температурата на течността, от значение е и съставът на всичко, което консумирате в часовете около приема. Например някои привидно безобидни заместители на солта и плодови сокове могат да намалят усвояването на медикамента в стомашния тракт или да променят неговия ефект върху организма.

Взаимодействията между храните и лекарствата могат да бъдат най-общо три вида:

- Такива, които водят до увеличаване на скоростта или степента на абсорбция на лекарствата.
- Взаимодействия, които водят до намаляване на скоростта или степента на абсорбция.
- Взаимодействия, които променят самия ефект на лекарството.

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.23

Храните могат да променят ефекта както на медикаменти, продавани с рецепта, така и на тези, които свободно се предлагат в аптеките.

Антибиотици / кисели храни и млечни продукти

Обожавате кафе или кола? Тези напитки с ниско рН могат да намалят ефективността на повечето антибиотици, например на популярните пеницилини. Ако приемате такива, ограничете също и консумацията на месо (вкл. пилешко), сироп и захар 1 час преди и 2 часа след приема на медикамента. Хинолоните, също често използвани антибиотици (напр. ципрофлоксацин и левофлоксацин), трябва да бъдат приемани на празен

стомах или с храна, различна от млечни продукти. Въздържайте се от мляко и производните му храни поне 2 часа преди и 2 часа след употребата на този клас антибиотици.

Антидепресанти / сирене и соев сос

Откажете се от отлежалите сирена, ако вземате лекарства от групата на моноаминооксидазни (МАО) инхибитори (Золофт, Прозак и др.). Тези лекарства се използват в лечението на депресията и паническите разстройства и взаимодействат с храни, богати на тирамин, каквито са отлежалите сирена или ферментиралите храни. Комбинацията им може да повиши кръвното налягане до опасни стойности. Други, съдържащи

тирамин храни и напитки, включват соевият сос, тофу, алкохол, авокадо, банани, кофеин, женско биле, стафиди.

Антикоагуланти / рибено масло и спанак

Някои храни намаляват ефективността на антикоагулантите, докато други удължават времето за съсирване на кръвта и увеличават риска от спонтанно кървене. Рибеното масло например е здравословна храна за сърцето, но то действа като слаб антикоагулант и потенцира действието на лекарствата. От друга страна храни като някои зеленчуци и храни, съдържащи витамин К, могат да увеличат кръвосъсирването. Затова ограничете спанака, броколите,

къдравото и брюкселското зеле.

Статини / сок от грейпфрут и червени портокали

Ако приемате медикаменти за понижаване на холестерола (статини), заменете грейпфрутите и портокалите (вкл. сока от тях) с други плодове, особено в сутрешната си закуска. Консумацията на тези плодове предизвиква натрупване на статини в организма и съответно увеличава тяхната концентрация в кръвта и времето на действието им. В резултат на това взаимодействие, макар и в редки случаи, може да се стигне до увреди на черния дроб, бъбреците и мускулатурата.

АСЕ инхибитори / заместители на готварската сол

Патриция Алексиева и Младен Алексиев



ЗАСТРАХОВКИ



Extended Health & Dental

**Medical Insurance for Visitors to Canada,
Parent Super Visa and Canadian Travellers**

Toll Free: 1-877-838-0020

www.ExtendedHealthCanada.ca

www.VISITORSInsurance.ca

www.TRAVELLERSInsurance.ca

Owned and Operated by Easy Links Financial Inc.

<< Прод. от стр.24

Ако контролирате кръвното си с помощта на ACE инхибитори, може би използвате и т.нар. диетична сол, т.е. Такава в която част от натрия е заменен с калий. Проблемът, който може да възникне, е че ACE инхибиторите могат също да причинят задръжка на калий в организма. По този начин комбинацията може да доведе до животозастрашаващи аритмии.

Всяко лекарство / алкохол

Алкохолът променя разграждането на лекарствата в организма. Той може да увеличи риска от чернодробни увреди при комбинацията му със статини, да влоши умствената и моторната функция - при съчетаването му с антимианейни лекарства, да предизвика ерозии и язви на стомаха - при хистаминови блокери и противовъзпалителни лекарства и др. Той също увеличава действието на наркотичните аналгетици и бета блокерите. Като цяло лекарствените взаимодействия с алкохола са разнообразни и могат да бъдат много опасни. Ето защо какъвто и медикамент да приемате, стойте далеч

от чашката.

Комбинации от други храни и лекарства, които трябва да се избягват:

- корен от женско биле (сладък корен, сладник) и орални контрацептиви;
- медикаменти за астма и кофеинови напитки;
- валериана и алкохол.

Общи указания:

- Приемайте лекарствата на таблетки/капсули с пълна чаша вода със тайна температура, освен ако вашият лекар или фармацевт не ви е посъветвал друго.
- Избягвайте да вземате съдържащи витамини или минерали препарати заедно с медикаментите, освен ако не са ви изрично предписани.
- Не приемайте лекарства заедно с горещи напитки.
- Никога не приемайте медикаменти с алкохол.
- Не вземайте лекарства с храна, освен ако вашият лекар или фармацевт не ви е посъветвал друго.
- Преди да използвате лекарството, прочетете внимателно листовката, която задължително трябва да го придружава.

На кого се „лепят“ болестите



здраве.bg

Страхът от болести е толкова естествен както и инстинктът за самосъхранение. Той спохожда всеки от нас. Но има няколко типа хора, които наистина панически се страхуват от това да се разболеят. Те изпадат в ужас още от първото кихане и започват да си мислят най-лошото.

Паниката - най-добрият приятел на инфекциите

Есента е най-тежкото време за тревожно-мнителните хора. Баналните сезонни настинки предизвикват в тях паника. Обикновените симптоми се «разчитат» почти като смъртоносни: кихане - това може би е птичи грип, кашлица - това не е ли туберкулоза, а температурата дори под 38 градуса е задължителен симптом за пневмония.

Тези нерешителни хора често изпитват безпричинна тревога. Силата на тяхното самовнушение е толкова голяма, че те

действително прекарват по-тежко от останалите хора различните простудни заболявания и за да оздравеят им е нужно по-дълго време.

Специалистите препоръчват такъв тип пациенти да се заемат с вспомогателна терапия, нормализираща вегетативната нервна система: през нощта да приемат успокоителни средства (няколко капки валериана или половин чаша отвара от жълт кантарион), а сутрин - стимулатори (чай от шипки, женшен, зелен чай).

Болестите нападат често и тези, които не вярват на лекарите

Друга категория хора, към които се прилепват болестите са невярващите в медицината. Те не се доверяват нито на лекарите, нито на лекарствата, и са убедени, че специалистите все не правят нещата, както трябва. Като правило тези хора са с параноични черти в характера си като цяло - те са убедени, че всички болести са от шпаката, уроките и радиацията.

Именно това са редовните посетители на всевъзможните знахари и «целители». Но преследвайки

Прод. на стр.25 >>

лечението на мнимите болести, такъв тип хора често не обръщат внимание на реалните симптоми и са в състояние да доведат бронхита до пневмония. За тяхното здраве специалистите могат да се борят само със силата на убежденията и уверенията за ползата от конкретното лечение.

Хипохондрията

Тя е вид натрапчивост, която сама по себе си може да се превърне в сериозно психично заболяване. Често хипохондриците изпадат в такова състояние, че не могат да излязат от къщи, защото навън е пълно с микроби и вируси, а жилището си превръщат в отлично оборудвана аптека.

Върху развитието на хипохондрията влияят различни фактори - от детските страхове до вътрешните психологически механизми. Проблемът при тези хора е не само в повишената мнителност, но и това, че постоянно се отдават на самолечение. В резултат на това те често стават жертви на лекарствена алергия, дисбактериоза и намаляване на имунитета на фона на злоупотреба с

лекарства.

Много изследвания твърдят, че лечението на заболяването зависи само 15% от лекарите, а 85% - от отношението на човека към проблема със здравето и вътрешната му нагласа.

Как да избегнем болестите?

- Обръщайте внимание само на реалните симптоми.
- Постоянните мисли за болести са признак на това, че имате много свободно време. Разпределете работата си така, че да нямате време за глупави мисли.
- Често мислите за болестите се пораждат от усещането за самота, ненужност и подсъзнателното желание да привлечем към себе си внимание. Това се лекува с грижи за другите.
- Не «пренасяйте» върху себе си болестните симптоми на другите.
- Четете само качествена популярна литература на медицински теми. Не се затруднявайте с медицински справочници. Без лекарско образование трудно ще успеете да оцените и разберете

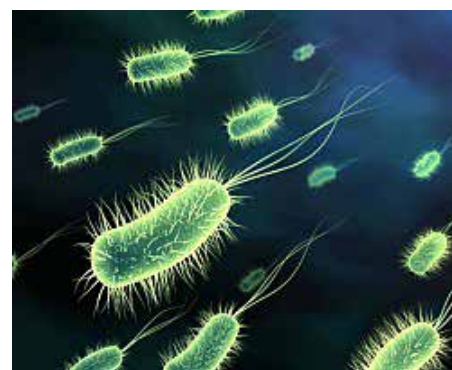
съдържащата се в тях информация, а само ще се изплашите излишно.

- Правете си редовни изследвания. Съвременната медицина позволява болестите да бъдат диагностицирани в много ранни стадии. Възприемайте добрият лекар като добър съветник.

методи на лечение.

Сливиците се отстраняват само при повторни паратонзиларни абцеси или при сериозни заболявания на сърцето и бъбреците.

Пробиотици възстановяват червата след употреба на антибиотик



здраве.bg

Пробиотиците са „добрите бактерии“, които повлияват благоприятно равновесието в стомашно-чревната флора. Те са способни да поправят много от вредите, нанесени върху чревната микрофлора при употребата на антибиотици и

действат като естествени противовъзпалителни средства, предназначени за страдащите от улцерозен (язвен) колит, псориазис и синдром на хроничната умора.

Чрез поредица от четири клинични изпитвания учени са установили, че някои пробиотици биха могли да бъдат ключов фактор при повлияването на широк спектър болести на червата. В проучване са били проследени над 3000 пациента, които редовно са приемали антибиотик, и било доказано намаление на риска от предизвикана от лекарството диария със 60% - при едновременен прием на един от популярните пробиотици *S. Boulardii*.

За друг пробиотик (*B. infantis*) е било установено, че проявява ефикасно противовъзпалително действие у пациенти с улцерозен колит. Изследователите изразяват предположение, че при промяната в баланса на чревната

Австралийката Рейгън отговори на критиките към брейкинг танцът си на Олимпийските игри през 2024 г



Австралийската състезателка по брейкинг Рейгън се обърна към критиките за нейните танцови движения на Олимпиадата през 2024 г. в Париж, съобщава NBC Chicago.

Спортът направи своя олимпийски дебют в Париж - може би никога няма да се върне - и един от трайните образи бе именно изпълнението на Рейгън, която направи „танц на кенгуру“ и получи нула точки.

Говорейки пред ESPN, Рейчъл Гън, която се състезава под името Рейгън, каза, че знае, че е „аутсайдер“ и призна, че нейният уникален стил е умишлен. „Това, което исках да направя, бе да дойда тук и да направя нещо ново, различно и креативно – това е моята сила, моята креативност“, каза Гън пред ESPN. „Никога нямаше да побежда тези момичета в това, което правят най-добре - динамиката и силовите

движения - така че исках да се движа по различен начин, да бъда артистична и креативна, защото колко шанса имаш в живота си да направиш това на международен етап.“



Австралийската танцьорка добави, че иска да „остави своя отпечатък по различен начин“.

И Гън не е единствената, която защитава танца си – това направи и общността и.

В знак на подкрепа, главният съдия на състезанието каза, че 36-годишната университетски професор просто се опитвала да бъде оригинална. А от федерацията по брейкинг казаха, че и е предложила подкрепа за психичното здраве след онлайн критиките.



„Брейкингът е свързан с оригиналност и внасяне на нещо ново и представяне на вашата страна или регион“, каза главният съдия Мартин

Джилиан – известен като MGbility – каза на пресконференция. „Точно това правеше Рейгън. Тя се вдъхнови от заобикалящата я среда, която в този случай например бе кенгуру.“

Брейкинг и хип-хоп общността „определено стои зад нея“, добави той.

„Имаме пет критерия в състезателната система за съдийство и само нейното ниво може би не бе толкова високо, колкото на другите състезатели,“ каза MGbility. „Но отново, това не означава, че се е справила наистина зле. Тя даде всичко от себе си. Тя спечели квалификацията за Океания ... За нейно съжаление, другите b-girls бяха по-добри.“

Сергей Нифонтов, генерален секретар на Световната федерация по спортни танци, каза, че са били в пряк контакт с Гън и служители на австралийския олимпийски отбор

„Предложихме подкрепата на нашия служител по охраната. Ние сме наясно какво се е случило, особено в социалните мрежи, и определено трябва да поставим безопасността на спортиста, в случая психическата и безопасност на първо място“, каза той. „Подкрепяме я като федерация.“

Брейкингът – термин, известен на мнозина като брейк танци и който изпълнителите не харесват - не е в програмата за Олимпийските игри в Лос Анджелис през 2028 г.

Следващите летни игри след това ще бъдат в Бризбейн, Австралия.

„Вярваме, че това няма нищо общо с шансовете ни за Бризбейн 2032“, каза Нифонтов, попитан за критиките към Рейгън и връщането на Олимпиадата.



Японката Ами Юаса, по-известна като b-girl Ami, спечели златния медал и каза, че ѝ се иска организаторите от Лос Анджелис да бяха изчакали да изпитат енергията между спортистите и тълпата на Place de la Concorde.

„Чувствам се толкова тъжна, че това не се случва в Лос Анджелис, защото брейкингът е роден в САЩ“, каза тя. „Брейкингът не е просто спорт, това е и изразяване на себе си и на изкуството.“

Президентът на федерацията Шон Тей защити еволюцията - от това, което започна като форма на изкуство през 1970 г. в Бронкс,

<< **Прод. от стр. 27**

до олимпийска поява. Критиците обаче поставят под въпрос комерсиализацията на спорта.

„Още от самото начало бяхме предупредени, че някои от успешните – най-добрите – може да не участват. Но сега успяхме да ги включим всички – имаме всички най-добри. Сега те се борят за славата на страната си - това е съвсем различно нещо. И това всъщност ги е тласнало да се подобрят толкова много, да работят толкова усилено по по-научен начин.“ Попитана за мислите ѝ относно дебата за спорта, Гън изрази мнение, че брейкингът “наистина носи ново ниво на вълнение” на Олимпиадата.

Коя е Рейгън?

Гън е широко известна като една от най-добрите жени брейкъри в Австралия. Тя представляваше страната през **2021, 2022 и 2023 г. на Световното първенство по брейкинг.**

36-годишната също е преподавател в Macquarie University в Сидни с докторска степен по културни изследвания.

Нейната страница в LinkedIn отбелязва, че се „интересува от културната политика на брийкинга“.

Гън участва в различни

танцови стилове, като балет и степ, в млада възраст, но не започва брейкинг до 20-те си години, когато се запознава с танца от тогавашния си приятел, който сега е неин съпруг и треньор.

Защо изпълнението на Гън стана вирусно?

Гън бързо постигна интернет слава, но не непременно заради уменията си на олимпийско ниво. Състезавайки се срещу някои b-girls наполовина по-млади от нея, тя бе изхвърлена от кръговия етап, без да спечели нито една точка, а нейните нетрадиционни движения се приземиха, като същевременно не успяха да достигнат нивото на уменията на съперниците и.

В определен момент Гън повдигна единия си крак, докато се изправяше, и се облегна назад със свити ръце към ушите си. На друг, докато лежеше настрана, тя посегна към пръстите на краката си, обърна се и го направи отново в движение, наречено „кенгуру“.

Клипове от нейната рутина станаха вирусни в TikTok и на други платформи.

Лора Уудс „получи смъртни заплахи“ заради коментари за половете в женския бокс на Олимпиадата



Спортната водеща Лора Уудс каза, че е получила смъртни заплахи, след като коментира спора за пола, включващ олимпийските боксьорки Имане Хелиф и Лин Ю-тинг, предаде Sky News. Уудс подкрепи статия, която постави под съмнение решението на Международния олимпийски комитет (МОК) да позволи на Хелиф и Ю-тинг, които спечелиха злато в своите състезания, да се състезават.

Статията твърди, че разрешаването на Хелиф и Ю-тинг да се състезават не е «честно» и поставя жените в «ненужна опасност».

В отговор водещата на TNT Sports и ITV каза, че е получила множество заплахи онлайн, включително смъртни заплахи срещу себе си и нероденото си бебе. Уудс каза: „Откакто отговорих на тази статия, получих множество смъртни заплахи за себе си и за нероденото си дете.“

Тя каза, че е имало „прививи към моите работодатели да ме уволнят и заплахи за дома ми“.

„Наричаха ме расистка, фанатичка и сексистка, както и различни обиди – к***а и т.н.“, каза тя.

Алжирката Хелиф спечели златото в състезанието за жени в полусредна категория на Олимпиадата в Париж, но се оказа в центъра на токсичен дебат, след като първата ѝ опонентка се отказа в рамките на 46 секунди, твърдейки, че „**никога не е била удряна толкова силно**“.

Италианската боксьорка Анджела Карини покъсно се извини за поведението си след двубоя им и каза, че уважава включването на Хелиф.

Но това се случи след засилено внимание към алжирката, включително световни лидери и знаменитости, които поставиха под въпрос нейната допустимост.

На Хелиф и тайванската боксьорка Ю-тинг бе забранено участие от световните първенства миналата година, като Международната боксова асоциация (ИВА) каза, че те не са преминали тестовете за допустимост на пола. МОК обаче каза, че решението е «внезапно и произволно» и че тестовете са били

<< Прод. от стр28

погрешни. Той забрани ИВА заради проблеми с управлението, предполагаема корупция и връзки с Русия. Уудс цитира «резултатите от теста» в публикацията си в социалните медии. „Когато има несъответствия с резултатите от теста - което може да повлияе на безопасността на друго човешко същество, в среда, в която преди всичко трябва да е справедлива - съвсем правилно ще бъдат зададени въпроси. Отговорите все още са неясни, в противен случай тази тема би била затворен“, каза тя.

Говорителят на МОК Марк Адамс каза, че всички боксьори в Париж отговарят на критериите за допустимост - с пол и възраст «въз основа на техния паспорт». Той каза, че Хелиф и Ю-тинг са се състезавали в женските състезания от много години и алжирката също се е появила на игрите в Токио.

Неймар нарече Counter-Strike 2 „боклук“ на фона на криза с хакери



Докато Неймар може да е футболна суперзвезда, бразилецът не е непознат в света на видеоигрите. Той е известен с това, че е запален играч на Counter-Strike 2, често стриймва играта в Twitch или публично подкрепя любимите си отбори за електронни спортове, предава Dexerto.

Като казва това, бразилският футболист никога не се страхува да сподели мнението си за състоянието на любимата си игра. През април 2024 г. Неймар се обърна към платформата на социалните медии X, за да изрази мнението си, че играта е „счупена“, след като сподели клип с пропуснат AWP удар, който уверено твърди, че е направил, продължава Dexerto.

Неймар отново се появи в X, критикувайки

играта, че е „боклук“ поради множество хаквания, с които се сблъска наскоро в CS2. Докато играеше CS2, за да „отпусне“, Неймар почувства точно обратното, след като бе ударен със стена на Dust 2 не веднъж, а два пъти, като втората експлозия унищожи двама от съотборниците му.

Този момент подтикна Неймар да сподели клипа онлайн и маркирайки официалните X акаунти за Valve и CS2, умолявайки разработчиците да „помогнат“ за коригиране на състоянието на играта.

След това футболната звезда публикува второ съобщение, наричайки играта „боклук“, тъй като е пълна с хакери.



Въпреки че Valve се справи с измамниците в края на 2023 г.,

хакерството отново проникна в играта, като множество теми в Reddit заклеяха повторното появяване на измама в CS2.

Counter-Strike 2 се бори да се бори с чийтърите през цялата година, като общността постоянно призовава разработчиците да прилагат по-добри мерки за противодействие, за да сведат до минимум превземането на мачове от хакери.

Докато разработчиците все още не са отговорили или признали оплакванията на футболната звезда, останалата част от общността е напълно зад него в секцията за коментари.



Спортна рубрика:
Павел Станимиров

– С какво според теб се хранят канибалите-вегетарианци?
– Ами сигурно с градинари, фермери, овощари...

Лекар съветва пациента си:

– Хапчетата за сън са вредни. Ако не можете да заспите, по-добре обърнете чашка коняк. Ако след пет минути не сте заспали, обърнете още една. Ако и това не помогне, след пет минути пийнете още една...
– Ами ако и тя не помогне?
– Е, тогава вече ще ви е все едно дали спите, или не!



В автобуса се качва пиян.

– Д-два билета! – подава 5 лева на шофьора.
– Още нещо? – пита ехидно шофьорът.
– М-може и две бирички...



При психоаналитика.
– Докторе, мъчи ме постоянен кошмар. Стоя пред затворена врата, на която има нещо написано, бутам, блъскам, но не мога да я отворя...
– А помните ли какво пишеше на вратата?
– Да. „Дръпни“...

– Докторе, аз съм съвсем здрав!
– Ама разбира се, че сте съвсем здрав!
– Вижте, на мен ми е ясно, че вие, психиатрите, казвате така на всички. Но аз наистина съм здрав! Жена ми ме прати при вас само защото предпочитам памучните чорапи пред найлоновите.
– Че какво от това?
Аз също предпочитам памучните.
– Наистина ли? А как
– леко запържени с масло, с олио или само с майонеза?



В аптеката.
– Може ли едно лекарство?
– Какво лекарство?
– Ами... Препоръчайте ми някое по ваш вкус!



Двама хипнотизатори се разхождат по улицата.
– Напоследък съм страшно напреднал – казва единият.
Няма нужда дори да виждам човека, когото хипнотизирам. Просто се концентрирам и му внушавам какво да прави.
– Не може да бъде!
– Добре, виждаш ли онзи прозорец на седмия етаж? Сега ще заповядам на човека там да си изхвърли телевизора през прозореца!

Застават на тротоара и зачакват.
След минутка прозорецът се отваря с трясък и от него изхвърча шевна машина.
След шевната машина – компютър.
След компютъра – микровълнова ...
Най-накрая се подава нещастен и изтормозен човечец и крещи:
– Абе, вие не разбрахте ли, че нямам телевизор!!!



Три часа сутринта. Телефонът звъни.
– Ало, защо не вдигаш бе, да не би да спиш?
– Спя.....!
– О, извинявай, ще позвъня след час ...



– Защо казват, че между гърлото и краката има връзка?
– Как защо? Като си намокриш краката – заболява те гърло. Като намокриш гърлото – заплитат се краката!



Две блондинки си говорят:
– Знаеш ли, Марчето се омъжи за ветеринар!
– Сериозно? За пенсиониран военен?
– Не за ветеран муци, за ветеринар! Така казват на ония, които не ядат месо!

Пияница се измъква от кръчмата, застава на спирката и започва да разсъждава:
– Оттук скоро е минавал трамвай...
Ето, релси е оставил...



– Казват, че било много полезно да се ходи бос!
– Вярно е. Забелязал съм, че когато сутрин се събудя с обувки на краката, страшно ме боли глава!



Изпит в медицинския факултет. Професорът:
– Колега, какви видове раждания можете да ми посочите?
Студентът:
– Преждевременни, закъснели и неправилни.
– Ако може, малко по-подробно, колега!
– Преждевременни са тези, които стават година преди сватбата. Закъснелите – две години след смъртта на съпруга, а неправилните са тези, когато вместо жената ражда съседката...





- 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





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



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



Bulgarian Flame Newspaper

Funded by the Government of Canada

Canada

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

Editor-in-Chief: Viara Dimitrova

Publisher: VIRAD
 408-11 Dervock Cres,
 Toronto, ON, M2K1A6
 Tel: 416-821-9915
 E-mail: info@bulbiz.com
www.bulgarianflame.com

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.

Четете
в Пламяк

онлайн:

www.bulgarianflame.com

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

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



Вази - ръчно нарисувани с акрилни бои. Добавила съм сухи цветя. Има покритие за предпазване от светлина и влага. Може да се почиства с влажна кърпа.

Можете да си ги купите от **Preston Gallery**

77 Brock St W, Uxbridge, (905) 550-8825

Автор: Вяра Димитрова, редактор в Пламяк