

## Сексуалното удоволствие на жените все още е табу, но Камасутра разказва друга история

*(Women's sexual pleasure is still taboo – but the Kamasutra tells a different story)*

### Автор:

Шарха - Докторант по феминизъм в Камасутра, Cardiff Metropolitan University.

### Декларация за оповестяване:

Шарха не работи, не консултира, не притежава дялове и не получава финансиране от която и да е компания или организация, която би се възползвала от тази статия, и не е разкрила никакви съответни



връзки извън тяхното академично назначение.

Статията е публикувана в The Conversation.

Преводът е на „Пламък“.

*Прод. на стр.5 >>*



**Продажба, покупка и ремонт на автомобили**

867 Kipling Ave. Toronto

За продажби: Ангел и Петър: 416-823-2403, 416-821-1221  
За ремонт: (Пламен1, Пламен2) 416-786-7259, 647-504-6579

[www.FirstAutoGroup.ca](http://www.FirstAutoGroup.ca)

SINGLE GROUP LOGISTICS CORP.

**ПРЕДЛАГА РАБОТА на AZ DRIVERS и OWNER OPERATORS**

Позвънете на Мето

**855-899-4920**



## FEDERAL ELECTION | MONDAY, APRIL 28, 2025

### ИЗБОРИ В КАНАДА - понеделник, 28 април, 2025 г. За повече информация: [www.elections.ca](http://www.elections.ca)

FEDERAL ELECTION #ItsOurVote

To vote, you must be a Canadian citizen and at least 18 years old on election day.

#### Get ready to vote

- Make sure you're registered
- Watch for your voter information card
- Make a plan to vote
- Bring ID when you go to vote

**Bring ID when you go to vote**

**Here are your options:**

**Option 1:**  
Show one ID card issued by a Canadian government (federal, provincial/territorial or local) with your photo, name and current address. For example: your driver's licence.

**Option 2:**  
Show two pieces of ID. Both must have your name, and at least one must have your current address. For example: your voter information card and a bank statement, or a utility bill and your student ID card.

**Option 3:**  
If you don't have ID, you can still vote if you declare your identity and address in writing and have someone who knows you and who is assigned to your polling station vouch for you. The voucher must be able to prove their identity and address. A person can vouch for only one person (except in long-term care facilities).

**Make sure you're registered at your current address**

Visit [elections.ca](http://elections.ca) to check your registration now.

**Watch for your voter information card in the mail**

If you're registered, you should get a voter information card in the mail after the election is called. It tells you where and when you can vote. Check the name and address on the card. If you don't get a card or if the information is incorrect, visit [elections.ca](http://elections.ca) or call 1-800-463-6868.

**Make a plan to vote**

You can vote almost any time during the election period. Visit [elections.ca](http://elections.ca) to choose the voting option that works best for you.

Visit [elections.ca](http://elections.ca) for the official information you need to vote  
1-800-463-6868 / [elections.ca](http://elections.ca) / TTY 1-800-361-8935

This information is available in other formats.

**It's Our Vote**

**Elections Canada**  
EC 90205 (10/2023)

# 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



### CONSISTENT WORK

A busy schedule with regular routes to keep you on the road and earning.



### SEASONAL OPPORTUNITIES

Flexible contracts for drivers seeking short-term or seasonal roles.



### TOP-TIER PAY

Competitive compensation with clear pay structures and performance bonuses.



### MODERN EQUIPMENT

Drive some of the best-maintained trucks in the industry, with the latest safety features and technology.



### COMPREHENSIVE BENEFITS

Health insurance, paid time off, and more.



## HIRING COMPANY DRIVERS A-Z

Are you an experienced truck driver looking for your next opportunity? At Transam Carriers, we understand what matters most: steady work, reliable income, and respect for your expertise. Join a team that values you and your contributions. Apply today.

### Our requirements:

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



### Contact us

**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](https://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;** 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](mailto: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.

## Сексуалното удоволствие на жените все още е табу, но Камасутра разказва друга история

*(Women's sexual pleasure is still taboo – but the Kamasutra tells a different story)*

<< Прод. от стр.1

За някои хора Камасутра е малко повече от име, свързано с марки презервативи, ароматни масла и шоколадови бонбони, оформени в еротични позиции. В Индия, където сексът остава тема табу, този древен сексуален наръчник често е свеждан до просто „мръсна книга“.

Но под този тесен възглед се крие по-дълбоко послание: Камасутра е трактат за сексуалната автономия, който може да бъде революционен за жените.

В индийското общество женското сексуално удоволствие често е невидимо, погребано под пластове културно мълчание. Жените често са научени да потискат желанията си, гласовете им са задушени от традиции, които дават приоритет на мъжките нужди. И все пак именно в тази страна е написана Камасутра.

Съставена на древен санскрит през 3-ти век от индийския философ Ватсяяна, Камасутра е повече от книга за сексуалните пози. Думата „кама“

означава любов, секс, желание и удоволствие, докато „сутра“ се превежда като трактат. Текстът изследва взаимоотношенията, етиката и социалните норми. Предлага рамка за взаимно уважение и разбирателство между партньорите.

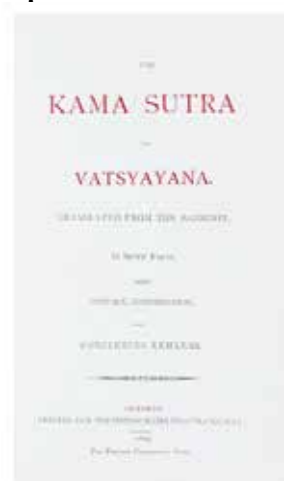
В своята книга от 2016 г. *Redeeming the Kamasutra*, ученият на индийската култура и общество Уенди Донигер твърди, че Ватсяяна е била защитник на удоволствието на жените, както и че е подчертавал правото им на образование и свободата да изразяват желание. Далеч от укрепването на мъжкото господство, Камасутра първоначално подчертава важността на взаимното удоволствие и съгласие. Той представя секса като споделено преживяване, а не като мъжко завоевание.

Възприемането на Камасутра като сексуален наръчник, насочен към мъжете, може да бъде проследено до първия й английски превод от сър Ричард Бъртън

през 1883 г.

Бъртън - британски войник и изследовател - пропуска или променя пасажи, които подчертават автономията на жените. Той измества ролята им от активни участници към пасивни получатели на мъжкото удоволствие.

За разлика от тях, учени като Ганеш Сайли твърдят, че Камасутра първоначално изобразява жените като равни партньори в интимността. Според текста жените съобщават своите нужди чрез жестове, емоции и думи, гарантирайки, че тяхното удоволствие е също толкова ценено, колкото и това на мъжете. Важно е, че разговорът играе централна роля в интимността, засилвайки необходимостта от съгласието на жената преди секс.



The title page of the 1883 edition of Sir Richard Burton's translation. Ms Sarah Welch/Wikimedia, CC BY

Въпреки тази богата история индийското общество продължава до голяма степен да потиска дискусиите около женската сексуалност. Индийският сексуален педагог и журналист Лийза Мангалдас твърди, че сексуалното удоволствие на жените остава тема табу, контролирана от културни очаквания, които диктуват жените да останат мълчаливи, подчинени и сексуално неактивни преди брака.

Социологът Дийпа Нараян твърди, че това потискане започва у дома. Момичетата често се учат да отричат собствените си тела и да дават приоритет на мъжките желания.

Този контрол се простира до патриархалните социални норми, които поддържат девствеността като добродетел за жените, като същевременно не налагат подобни очаквания на мъжете. **Сексът е оформен като нещо, което жените „дават“, а не като нещо, което преживяват.**

Прод. на стр.5 >>

## Сексуалното удоволствие на жените все още е табу, но Камасутра разказва друга история

*(Women's sexual pleasure is still taboo – but the Kamasutra tells a different story)*

Удоволствието се възприема като право за мъжете, сексът е за мъжете, а за жените е само за създаване на бебета.

Но самата Камасутра разказва различна история. В оригиналната си форма то описва жените като активни участници в получаване на своето удоволствие и сравнява тяхната чувственост с изящността на цветята – изискващи грижа, внимание и уважение.

Моето собствено

проучване изследва „феминизма на Камасутра“. Това е идеята, че този древен текст не е само за секса, а за сексуалната автономия.

Той предизвиква патриархалните норми, като насърчава свободата на жените да изразяват желанията си и да поемат контрола върху своето удоволствие. Камасутра отхвърля идеята, че женската сексуалност трябва да бъде регулирана или потискана. Вместо това се застъпва за взаимно

удовлетворение и съгласие.

Донигер описва Камасутра като феминистки текст, позовавайки се на акцента върху жените, които избират своите партньори, изразяват желанията си свободно и участват в приятни сексуални отношения. Той признава икономическата независимост като решаващ фактор за сексуалната автономност на жените. Финансовата свобода е свързана със

способността за личен избор.



### Патриархатът срещу сексуалната свобода

В крайна сметка Камасутра представлява сблъсък между патриархата – където сексуалността на жените е контролирана – и визията за сексуална свобода.

*Прод. на стр.6 >>*

### 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. Като 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.

## Международен индийски астролог & гадател MASTER AKSHAY KANNA

INTERNATIONAL ASTROLOGER & PSYCHIC



**Master: AKSHAY KANNA**

Master Removes BLACK MAGIC Jadoo, Voodoo  
Obeya & Gives 100% Lifelong Protection  
I CAN HANDLE ANY KIND OF PROBLEM



**EXPERT IN BRINGING LOVED ONES BACK**

\*Love Husband-Wife \*Relationship \*Marriage \*Court \*Teenage issues  
\*Job \*Money \*Health \*Jealousy \*Lucky \*Number \*Enemy \*Depression  
\*Promotion \*Business \*Sexual \*Personal Matters **100% GUARANTEE**

Премахва Черни Магии,  
Зли Духове & Лош късмет.

Решава Негативни Проблеми.  
Предпазва от Лоши Неща.

**2300 Lawrence Ave. East. Scarborough,**  
inside offices unit 22,  
**White Shield Plaza (next to beer store)**

**Call: 647-229-2199**

Service only in English

LCBO #: 0272674



**КХАН КРУМ**  
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!

<< Прод. от стр.5

Тя предлага алтернативен разказ, в който съблазняването е свързано с взаимно удоволствие, а не с мъжко господство. Нейните учения насърчават откритите дискусии за интимността, позволявайки на жените да възвърнат гласа си във връзките.

Повече от век Камасутра е тълкувана погрешно, нейното радикално послание е погребано под пластове цензура и културен срам. Но ако погледнем отвъд неговата еротична репутация, ще открием текст, който говори за важността на съгласието, равенството и женската свобода на избор.

Възстановяването на Камасутра като ръководство за сексуално овластяване може да помогне за разрушаването на дълбоко вкоренени табута и да преформулира разговора около удоволствието на жените. В свят, в който женското желание все още е широко контролирано, този древен ръкопис ни напомня, че удоволствието на жените не е лукс, а право.

-----  
Статията е публикувана в The Conversation <https://theconversation.com/womens-sexual-pleasure-is-still-taboo-but-the-kamasutra-tells-a-different-story-251987>

 **БЕЗПЛАТНО**



- Проверка на слуха
- Диагностика
- Консултации със специалист
- Индивидуален подбор на слухови апарати

**БЕЗПЛАТНИ СЛУХОВИ АПАРАТИ**  
ЗА ХОРА С НИСКИ ДОХОДИ И ПЕНСИОНЕРИ

**437-880-7790**

**491 Lawrence Ave. West,  
Unit 202, North York**

Имаме офиси и в Скарбъро, Мисисага и Етобико

[www.hearingchoice.ca](http://www.hearingchoice.ca)

Честита пролет!



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**

## Българският патриарх Даниил се помоли за жертвите и пострадалите в Северна Македония



Източник: Българска Патриаршия  
(www.bg-patriarshia.bg)

Българският патриарх Даниил и десетки православни християни в столичната митрополитска катедрала „Света Неделя“ се помолиха за упокоение на душите на починалите, както и за бързото възстановяване на пострадалите в трагичния инцидент в град Кочани в Република Северна Македония. На богослужението присъства и посланикът на Република Северна Македония у нас Н. Пр. Агнеса Руси Поповска. Патриарх Даниил каза в словото си:

**Молим се за упокоението на душите на загиналите и изразяваме нашите искрени и най-дълбоки съболезнования за нещастieto, сполетяло Северна Македония. Молим се също така и за Божията подкрепа и помощ за всички онези, които оцеляха в тази трагедия, но са в немощ. По думите му при такива тежки изпитания може и трябва да се вгледаме не само в трагичността на случилото се, но и в допуснатите грешки,**

довели до дадена злополука. „Понякога безразличие, понякога безхаберие, понякога неразумно предаване себе си на лек живот“, допълни Негово Светейшество и завърши с думите:

**Нека Бог укрепява пострадалите. Ние се молим за тяхното изцеление.** А с елея, осветен на отслужения от патриарх Даниил и столичните духовници маслосвет, ще бъдат помазани настанените в УМБАЛСМ „Пирогов“ пострадали при тежкия инцидент в съседна Северна Македония – за изцеление и по-бързо възстановяване.

## 25 март 2025 г. - Благовещение на Пресвета Богородица и приснодева Мария



Източник: Българска Патриаршия  
(www.bg-patriarshia.bg)

В днешния ден християните възпоменават радостното за всички събитие: Ангел Божий донесъл на Дева Мария вест за

скорошното явяване на отдавна очаквания Спасител. Нека си припомним какво благовестува св. Лука, който по-подробно от другите евангелисти описва събитията, предшествували рождението на Иисуса Христа.

*“А на шестия месец бе изпратен от Бога Ангел Гавриил в галилейския град, на име Назарет, при една девица, сгодена за мъж, на име Йосиф, от дома Давидов; а името на девицата беше Мариам. Ангелът влезе при нея и рече: радвай се, благодатна! Господ е с тебе; благословена си ти между жените.”* Лука 1:26-28

В шестия месец след като архангел Гавриил възвестил на свещеник Захария за рождението на свети Йоан Предтеча, същият Божий вестител бил пратен в Назарет при Дева Мария. Тая преблагословена Дева била сгодена за един благочестив човек, на име Йосиф, който произлизал, както и тя, от рода на цар Давид. Ангелът се явил при пресветата Дева и казал: *“Радвай се, благодатна! Благословена си ти между жените!”* Смирената Дева се смутила от тия думи. Но ангелът продължил: *“Не бой се, Марие, понеже ти намери благодат у Бога! И ето, ти ще заченеш в утробата, ще родиш Син, и ще Го наречеш Иисус. Той ще бъде велик и ще се нарече Син на Всевишния; и ще Му даде Господ Бог престола на отца Му Давид; и ще царува над дома Яковов навеки, и царството Му не ще има край.”* Пресвета Дева

*Прод. на стр.9 >>*

<< *Прод. от стр.8*

казала на ангела: «*Как ще бъде това, когато аз мъж не познавам?*» — Ангелът ѝ отговорил: «*Дух Светий ще слезе върху тебе и силата на Всевишния ще те осени. Затова и Светото, Кое то ще се роди от тебе, ще се нарече Син Божий.*» След това ангелът възвестил също така на пресвета Дева за радостта, обещана на сродницата ѝ Елисавета, която скоро трябвало да роди син. «*Ето рабинята Господня — казала Мария, — нека ми бъде по думата ти?*» Ангелът си отишъл, а светата Дева се отправила в планинската страна, при сродницата си Елисавета, която си изпълнила с Дух Светий и я приветствала, наричайки я майка на Господа. Пресвета Дева била, както е известно, дъщеря на благочестивите старци Йоаким и Анна, които още от рождението ѝ я били посветили Богу. Когато станала на три години, те я завели в храма. Скоро след това те умрели. А пресвета Дева Мария, като останала под напътствието на свещенослужителите, постоянно се намирала в храма, молела се и чела Свещеното

Писание. Преданието говори, че когато светата Дева навършила годините, в които според юдейския обичай девойките встъпвали в брак, първосвещеникът ѝ обявил, че не може повече да остава в храма и че тя трябва да си избере съпруг. Но пресвета Дева Мария отговорила решително, че била посветена от родителите си и сама се посветила Богу, затова тя трябва завинаги да остане девойка. А в Юдея нямало обичай доброволно някой да избира безбрачен живот за служене Богу и затова, за да не се наруши общоприетият обичай, свещениците сгодили Мария за един благочестив старец, на име Йосиф, далечен неин родственик, който трябвало да я пази. Пресвета Дева Мария, като минала в дома на праведния Йосиф, водела скромен живот; занимавала се с ръкоделие и споделяла домакинските грижи с дъщерите на Йосиф. Гласът ѝ не се чувал в празни и шумни разговори; тя била кротка и мълчалива; най-голяма радост за нея било четенето на свещените книги. Като изучила пророчествата, тя знаела, че е близко дохождането на

Месия - Христос. В пророчествата на Исаия тя чела, че Месия трябва да се роди от Дева (Ис. 7:14), и от все сърце желала да види тая благочестива Дева и да стане макар последна рабиня на тая, от която ще се роди Спасителят на света. И ето, тя сама трябвало да бъде Майка на Сина Божий! Пресвета Мария със смирение и неописана радост приела тая блага вест: «Душата ми величае Господа - отговорила тя на Елисаветиното приветствие - и духът ми се зарадва в Бога, Спасителя мой, защото Той милостно погледна смирението на рабинята Си, защото ето, отсега ще ме облажават всички родове; загдето Силният ми стори велико нещо, и свето е името Му; и Неговата милост е от род в род за ония, които Му се боят.»

**“Днес е началото на нашето спасение - възпява св. Църква - и разкриване на вечната тайна: Син Божий става Син на Дева и Гавриил благодат благовестува Затова нека и ние с него да пеем на Богородица: Радвай се благодатна, Господ е с Тебе!”**

**29 март 2025 г. - Св. преподобни Марко, епископ Аретусийски**



Източник: Българска Патриаршия ([www.bg-patriarshia.bg](http://www.bg-patriarshia.bg))

В царуването на император Константин Велики (337 г.), когато християнската вяра възтържествувала над езичеството, в много градове били построени църкви, а капищата били разрушени. Мнозина християнски епископи получили тогава от царя право да разоряват идолските капища, между които бил и аретусийския\* епископ Марко – човек благочестив, свят и ревностен в разпространението на истинската вяра. Скоро в империята започнали страшни смутове: войници убили мнозина роднини на царя и искали да убият и племенниците му Гал и Юлиан. Аретусийският епископ ги спасил,

*Прод. на стр.10 >>*

<< **Прод. от стр.9**

като ги скрил в църквата. След смъртта на Константин ставали много вълнения и от друг род; наследникът му Констанций покровителствал еретиците ариани и гонел правоверните. Епископ в Аретуса бил все същият Марко, вече престарял и дълбоко почитан от всички за благочестивия си и свят живот. Градските власти поискали от него средства за възстановяване на капищата, които той разрушил при Констанций. Епископът отговорил, че той няма пари, но ако дори да би имал, той не би дал нищо за езическо капище. Знаело се, че той действително е беден, и градските власти, като намалявали своите искания, накрай му заповядали да внесе една нищожна сума, като го заплашвали с наказание в случай на неподчинение. Тогава започнали страшни преследвания срещу християните от езичниците, които били подстрекавани от царя. В много градове езическото население избивало християните и ги мъчело жестоко. Престарелият епископ не се уплашил от опасността и повторил своя отказ. Тогава го предали на разярения народ. Биели светия

старец, влачили го по улиците, хвърляли по него камъни, мъчили го до смърт, но не могли да победят твърдостта му. Едва жив, старецът все пак не отстъпвал. Накрай управителят на града го спасил от ръцете на мъчителите. По думите на историка блажени Теодорит, мнозина от гражданите на Аретуса, учудвайки се на твърдостта на светия старец, се обърнали към християнската вяра. В същото време пострадал и дякон Кирил. Множество християни били мъчени в разни градове на Палестина, Египет и Сирия.

**Задържаха в София шофьор с 3.15 промила - заспал в спрял автомобил с работещ двигател**



/Снимка: БТА/

Полицията в София е задържала 43-годишен шофьор, който е шофирал с повече от 3 промила алкохол в кръвта и заспал зад

волана на оживен булевард в столицата.

На 18 март, около обядна бул. "Васил Левски" пътни полицаи от СДВР забелязали спрял автомобил с работещ двигател в активната лента за движение. В хода на проверката служителите установили, че водачът е заспал. При направения тест за алкохол станало ясно, че е употребил голямо количество алкохол - пробата отчела 3.15 промила в издишания въздух. Взета е кръвна проба. Нарушителят е задържан с полицейска мярка за 24 часа в Първо РУ.

"Бил е изключително неадекватен. Не оказал съпротива при ареста. До момента е имал само фишове за превишена скорост", заяви гл. инспектор Димитров от "Пътна полиция" пред NOVA. По случая се води бързо производство. Според Наказателния кодекс, управлението на моторно превозно средство с концентрация на алкохол над 1.2 промила се наказва с лишаване от свобода до 1 година и глоба от 500 до 1000 лева.

**Задържаният в Бургас шофьор с рекордните 4.33 промила пиел по две бутилки ракия всеки ден**



**Полицията в Бургас задържа шофьор с рекордните 4.33 промила алкохол, който бил и без книжка.** Колата на пияния водач криволичила по обед в района на едно от училищата в града, където било пълно с ученици, прпедава bTV.

„Направи ни впечатление, че автомобилът се движи неадекватно по пътното платно. Подадохме сигнал на шофьора да спре. Когато ни видя, рязко наби спирачки и слезе от колата. Тя тръгна назад, като се удари в бордюра, който го спря да удари паркиран автомобил“, разказа полицаят Иван Коларов.

„Водачът беше в явно нетрезво състояние, залиташе. Миришеше силно на алкохол и говореше несвързано. **Беше тестван с дрегер, който показва 4.33 промила**“, каза още той.

„Държеше се неадекватно. Даде обяснение, че не е изтрезнявал изобщо от няколко години и всеки ден пиел по две бутилки ракия“, разказа още Иван Коларов.

При направената справка е установено, че той никога не е притежавал свидетелство за управление на моторно превозно средство.

Шофьорът е откаран в болницата в Бургас и е отказал да даде кръвна проба. Той е задържан за 24 часа и е образувано бързо производство.

### **Международно разследване засича финансови транзакции, свързани с антични предмети, водещи към Васил Божков**



Американски, европейски и български служби разследват финансови транзакции, свързани с антични предмети, водещи към българския бизнесмен Васил Божков, научи „По света и у нас“. До края на месеца в страна извън Европейския

съюз е планирано провеждането на среща, на която ще се обсъжда собствеността на античната колекция на бизнесмена, **конфискувана от българската прокуратура в началото на 2020 г.**, когато срещу Божков започнаха разследвания, а той временно се установи в Дубай, предаде БНТ.

Службите са засекли три транзакции на обща стойност \$5 милиона, направени в периода 29-31 декември 2020 г. Парите са преведени от фонд, свързан с 50-годишния милиардер и финансов брокер – Андрю Буджински, гражданин на Австралия, известен с контактите си с руски олигарси и живеещ в Обединените арабски емирства, а като получател е бил посочен именно Васил Божков. Заради това службите са започнали проверки на връзките между Буджински и Божков в сферата на търговията с антични предмети, включително провеждането на фиктивни търгове, с цел пране на пари. Смята се, че антични предмети от колекция на българина и към момента се намират в САЩ. Васил Божков твърди, че колекцията

му от антики е незаконно иззета и държана вече 5 години от прокуратурата като обжалва конфискуването по съдебен път.



През 2021 г. Васил Божков бе включен в санкционния списък на САЩ по глобалния закон „Магнитски“.

От българската прокуратура нито потвърдиха, нито отрекоха, че в следващите дни предстои да участват в среща с американски и европейски служби, свързана с бизнесмена.

### **Българин убит във Великобритания от хазяина си**



**38-годишен пловдивчанин е убит във Великобритания от хазяина си - за това ни сигнализира неговата съпруга – Кристина Иванова. Семейството има нужда от подкрепа. Как се стига до**

### **трагедията?**

На 18 февруари 2025 година мъжът заминава във Великобритания, с надеждата да осигури по-добро бъдеще за семейството си, най-вече за малката им дъщеричка, предава bTV.

Докато търсел работа, той се настанил в жилището на англичанин. Двамата се познавали от лечебно заведение, в което българинът, който страдал от паник атаки, се лекувал. След престоя им в болницата те продължили да поддържат връзка.

По думите на опечалената съпруга хазяинът на мъжа ѝ е страдал от шизофрения. „Споделяше ми, че на моменти се държал нормално, а в други моменти – говорел абсолютни небивалици. Не е споделял за агресия спрямо него. Реши да остане там, защото финансово беше най-благоприятно за него, наемът, който трябваше да плаща беше по силите му. Говорихме си, че когато си стъпи на краката и си намери работа – ще се премести при първа възможност“, разказва още съпругата на 38-годишния пловдивчанин.

*Прод. на стр.12 >>*

<< Прод. от стр.11

На 10 март Кристина получава обаждане от местните власти в Англия. Съобщили ѝ, че съседите на съпруга ѝ са сигнализирали за размирици и викове

„Полицията незабавно е отишла, но са намерили съпруга ми мъртъв.

Извършителят е задържан, настанен е в психиатрична клиника – в момента е негоден за разговор“, допълни тя.

Заради паник-атаките съпругът ѝ бил на медикаменти, изписани от психиатър – чувствал се сравнително добре. Опитал да насърчи своя хазяин да приема лекарствата си, той обаче отказвал.

„За съжаление финансово сме доста затруднени.

Единственото ми желание в момента е да погребва мъжа си на родна земя. Това изисква непосилни за мен и моето семейство средства. Сумата възлиза на 10,000 лева“, каза още Христина.

Ако имате възможност и желаете да помогнете на Кристина, можете да го направите чрез:

**Банкова сметка:**

**BG44UBBS81551035543405**

**Банка: ОББ**

**Име на титуляр: Кристина Иванова**

## „ПОСЛЕДНАТА ЧЕТВЪРТ НА ЛУНАТА“



Снимка: Фейсбук/

Автор: Георги Константинов

„Тази нощ над моите мисли тихо свети последната четвърт на Луната. Гледам нея, но виждам себе си в по-друга светлина: защото и аз сега примигвам в последната четвърт на живота си.... Здравей, смалена Луна! Вече и аз будувам със смалено сияние – сега съм три части спомен и една четвърт надежда...“

Мисълта ми прилича на луна през октомври: по-малко сияе, но повече помни. А може би само привидно е светлината ми избледняла...

Там, зад мрака индигов Луната всъщност е цяла.“

## „ПРЕДИ ДА СИ СВИКНАЛ...“

Автор: Георги Константинов

„От книгите учим урока нелек как робът е станал свободен човек.

Но днешното време ни казва нон-стоп: как може свободният да стане пак роб.

Поробен от дрога. Снизен в нищета.

Наведен до пода

клиент на властта.

Погален с банкнота. Със пост награден.

Излъган отново във избран ден.

И тровен от чалга, реклами и секс – свободният става поробен човек...

Ей, ти!

Вдигни поглед! Размахай ръка!

–  
Преди да си свикнал да живееш така.. септември 2020



# BOBBI DONEVA

Вашият травел агент

**T: 905 849 4664**

**C: 647 999 2010**

**E: info@friendlytravel.ca**

**W: www.friendlytravel.ca**

● Самолетни билети

● „All inclusive“ почивки

● Cruises

● Visitors to Canada Insurance

● Туристически застраховки

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



**friendly travel inc.**  
TICO # 4631602

**Зашеметяващите изображения на залез на Луната могат да помогнат за разрешаването на трайна мистерия в пространство**



Частен американски спускаем апарат е заснел зашеметяващи изображения с висока разделителна способност на лунен залез, които НАСА се надява да помогнат за разкриването на мистерията на странна мъгла, наблюдавана за

първи път на Луната през 60-те години на миналия век - така започва материал на Исам Ахмед в AFP, предава Science Alert. Базираната в Тексас **Firefly Aerospace**, която публикува снимките, стана първата частна компания, която приземи роботизиран космически кораб изпратен на Луната по-рано този месец.

Неговият спускаем апарат Blue Ghost – приблизително с размерите на два носорога един до друг – кацна на 2 март в Монс

Латрейл, вулканичен обект в рамките на Маре Крисиум на североизточната близка страна на Луната, и работи до 16 март, когато се изключи с настъпването на Лунната нощ.

Едно от новите изображения показва Слънцето, което свети точно над хоризонта, ореолът му е оцветен в зелено. Над него малка точка маркира Венера, докато яркото отражение на Земята изглежда почти толкова голямо, колкото Слънцето в горната част на

кадъра. Друг изглед разкрива залязващото слънце, окъпано в зелена светлина, както се вижда от камера, обърната на запад.

„Отнема време, за да накараме научните специалисти да прегледат всички изображения“, каза Джоел Кърнс, заместник-асоцииран администратор по изследването в Дирекцията за научни мисии на НАСА.

„Едно от нещата, които ще търсят, е да видят дали могат да идентифицират „сияние на

## 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](mailto:mark@memorialgalleries.ca)

[www.memorialgalleries.ca](http://www.memorialgalleries.ca)

<< *Прод. от стр.13*

хоризонта“ или механизъм, наречен „вдигане на прах“.

Учените смятат, че лунните прахови частици могат да се заредят електрически поради ултравиолетовото лъчение от Слънцето, което ги кара да левитират над повърхността. Феноменът е забелязан за първи път от сондите Surveyor на НАСА през 60-те години на миналия век и по-късно е наблюдаван от астронавтите на Аполо.



Кърнс отбеляза, че учените ще сравнят изображенията с допълнителни показания от инструментите на Blue Ghost, включително сензори за електромагнитно поле и радиация, за да прецизират съществуващите теории.

„Самите изображения са красиви, те са наистина естетични“, сподели той. По-специално изображението, обърнато на запад, показва почвата пред

спускаемия модул, осветена от светлина, отразена от планините зад него. Нивото на детайлност на картината може да помогне на учените да прецизират моделите за това как светлината се разпръсква върху лунната повърхност. По-рано в мисията Blue Ghost също засне изображения с висока разделителна способност на пълно слънчево затъмнение от Луната на 14 март.



Мисията бе част от сътрудничество между НАСА и индустрията, насочено към намаляване на разходите и подкрепа на Artemis, програмата за връщане на астронавти на Луната и използване на научените там уроци, за да отидат на Марс. Директорът на програмата за космически полети на Firefly Aerospace, Рей Алънсуърт, каза, че компанията вече прилага уроци за бъдещи полети, включително Blue Ghost-2 и Blue Ghost-3.

„Лендерът абсолютно не е проектиран да оцелее в екстремния студ на лунната нощ, така че смятам, че

вероятността да се включим отново е много ниска – но този спускаем апарат ме изненада“, добави тя.

**Аз съм кариерен специалист – това са 4-те лъжи, които непременно трябва да кажете по време на интервю за работа**



Pantan took to TikTok to dish her interview secrets. tiktoki/@corporateagonyaunt!

Бъдете лъжец - или няма да ви наемат!

Исобел Пантън, която живее в Манчестър и предлага кариерни съвети онлайн, разкри „лъжите, които абсолютно трябва да кажете на интервю“, включително причината да напуснете предишната си работа, предаде New York Post.

„Дори това да е най-валидната причина, ако е отрицателна, не искам да я чувам“, каза Пантън във видео в TikTok, което отбеляза 2 милиона

гледания.

„Запазете го позитивно, запазете го професионално, запазете го прогресивно.“

Вместо това тя посъветва да се каже нещо от рода на: „Искам да напусна сегашната си компания, защото смятам, че съм изчерпала всички възможности за развитие там.“ Тя препоръчва да подчертаете защо желаете роля в бъдещата компания, като нейните „динамични“ качества и възможности за повишения и кариерно израстване, продължава материалът в New York Post.

„Дори това да е твоята мечтана работа, не се представяй така, сякаш това е единственото интервю което имаш, защото дава усещане за отчаяние, че наистина имаш нужда от тази работа“, каза тя.

„Докато ако смятат, че имате няколко яйца в множество кошници и ви възприемат като най-добрия талант... това означава, че е вероятно да получите офертата, която всъщност търсите.“

*Прод. на стр.13 >>*

<< **Прод. от стр.14**

След това Пантън посъветва да запазите амбициозните планове за пътуване за себе си – с други думи, не разказвайте глупостите за вашите „големи планове да отидете и да пътувате до Тайланд за 1 година“.



„Броят хора, които признават, че искат да пътуват през годината по-късно, просто ми казва, че получават тази работа само за да могат да си платят“, обясни тя.

„Част от живота е това, което искаш да правиш, но не е нужно да го чувам.“

И накрая, тя посъветва да не разкривате целите за изграждане на „собствена империя“.

„Аз съм най-големият защитник на страничните работи – обичам ги, не ме разбирайте погрешно – но ако се присъедините към интервю и след това ми кажете, че като цяло тези пари за да имате ваш собствен бизнес, тогава ще ви възприема, че работите за тях и в работно време, през уикендите и вечерите“, продължи тя.

Съветите на Пантън отвориха очите на кандидатите за реалностите на корпоративната работа. По-конкретно, някои твърдят, че **„интервютата са само за това кой е най-добрият лъжец“**.

„Това всъщност е доста тъжно“, оплака се един потребител.

„Корпорацията е просто куп хора, които се лъжат един друг.

Мразя всички за това“, коментира някой друг.

„Така че основно се преструвайте, че не искате работата за пари, въпреки че това е основната причина хората да работят на първо място“,

коментира друг човек.

„Не съм създаден да се изкачвам по корпоративната стълбица, аз съм лош лъжец“, иронизира трети потребител.

Но Пантон призова ползвателите на TikTok да не застрелват месинджъра.

**„Хей, аз не определям правилата“**, каза тя.

**Перуански рибар, намерен жив след 95 дни в морето, разкрива как е оцелял**



Перуански рибар, който бе намерен жив, след като прекара 95 дни по течението в Тихия океан, каза, че е ял хлеббарки, птици и морски костенурки, за да оцелее. Максимо Напа е бил силно дехидратиран и в критично състояние, когато е бил открит от еквадорски риболовен патрул на около 680 мили от бреговете на Перу, според Reuters. Първоначално той отпътува от Маркона, град на южното крайбрежие на Перу, за риболов на 7 декември, предава Fox News.

„Не исках да умра“, каза Напа пред Ройтерс. «Ядох хлеббарки, птици, последното нещо което ядох, бяха костенурки.»

**„Мислех за майка ми всеки ден“**, добави той. „Благодарен съм на Бог, че ми даде втори шанс.

Първоначално Напа взел достатъчно храна, за да прекара две седмици в морето, но 10 дни по-късно бил изхвърлен от курса заради бурното време и се озовал по течението в Тихия океан, съобщи Reuters.

Новинарската агенция добави, че Напа е пил дъждовна вода, която е събрал на лодката си, но в крайна сметка е изчерпал източниците

на храна и е прекарал последните 15 дни, без да яде нищо.

Съобщава се, че перуанецът поддържал надеждите си, като мислил за семейството си и малката си внучка.



„Казах на Господ, независимо дали е жив или мъртъв, просто го върнете при мен, дори и само за да го видя“, споделя майката на рибаря Елена Кастро пред TV Peru, според Reuters.

„Но дъщерите ми никога не губеха вяра. Постоянно ми казваха: Мамо, ще се върне, ще се върне“, добави тя.

**Надежди за филма за Снежанка въпреки отровната PR криза на Гал Гадот и Рейчъл Зеглър**



Преработката на първия анимационен филм на Disney

**Прод. на стр.16 >>**

## 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

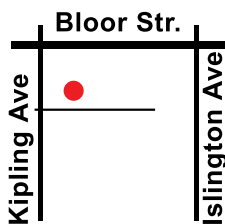


*Owned and Operated by the Jelenic Family*

**350 Bering Ave., Etobicoke  
416-232-1539**

www.thesweetgallery.com

Facebook: @thesweetgallerycafe  
Instagram: @thesweetgallerycafe



## 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**

## 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



Новият филм за Снежанка не е толкова монументална иновация, поне от техническа гледна точка, като се има предвид, че това е един от многото римейки на живо, които Disney Studios пусна през последните години. Но с ранните блестящи рецензии за звездата на филма Рейчъл Зеглър и описан като „визуално пиршество“ и един от „най-добрите римейкове на живо на Дисни от години“, филмът може много добре да преодолее

„В един момент просто трябва да изключите всичко и да си помислите, че ако няма да чета лошото, просто няма да чета и доброто“, каза тя през 2022 г., отговаряйки на критиките. „Просто ще вярвам в това, в което вярвам.“



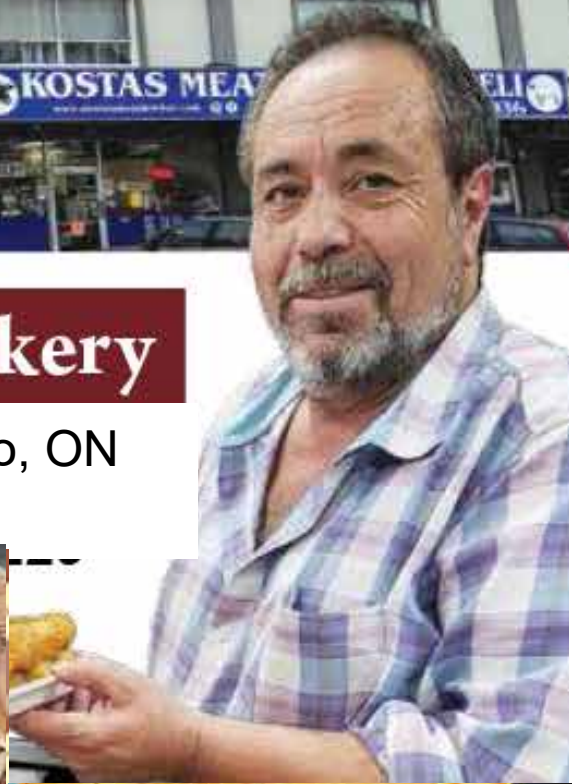
*Прод. на стр.18 >>*



Every day new homemade cakes and pastries. Fresh Bread, bureks, baklava, kadaif. Prospchora 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**

@TOMLAMBOS



#LAMBCHOPS



<< *Прод. от стр.16*

Въпреки че оригиналният филм не се сблъска със същия вид рекламни проблеми от 21-ви век, каквито има римейкът от 2025 г., Disney трябваше да отблъсне съмняващите се – които не вярваха, че студиото може да реализира своята визия за увлекателен, пълнометражен анимационен филм.

Решени да превърнат някогашните плоски 2D анимационни филми в динамични изображения, които сякаш се движат в три измерения, Дисни и неговият екип не само създадоха това, което днес познаваме като Снежанка и седемте джуджета, но промениха киното завинаги, като поставиха нова кинематографична

среда на картата. Успехът на филма отприщи плодовит период в създаването на филми за Disney, които издадоха още 10 пълнометражни анимационни филма между 1940 и 1950 г. А останалото е история.

„Снежанка и седемте джуджета“, адаптирана от приказката на братя Грим, е представена премиерно в Лос Анджелис във вече разрушения Carthay Circle Theatre през 1937 г. пред пълна със звезди публика и е пусната по кината през 1938 г.

Това е един от най-касовите анимационни филми на всички времена и първият игрален филм, който пуска саундтрак, достъпен за закупуване по това време, според уебсайта на Disney. И

тъй като страната току-що е започнала да се възстановява от Голямата депресия, когато филмът излиза, студиото пусна успешна продуктова линия във връзка с филма - стратегия, която оттогава се разви, за да стимулира астрономически цифри в продажбите на продукти.



Disney спечели Оскар през 1939 г., която призна филма за значителна иновация в киното и помогна за пионер в разрастващата се индустрия за анимационно съдържание.

Наградата, връчена от Шърли Темпъл по това време, се състоеше от една статуетка Оскар в пълен размер, както и седем по-малки. Филмът е номиниран и за Оскар в категорията за най-добра музика по това време.

С бюджет от около \$US 1.5 милиона (\$US 33 милиона днес), филмът печели \$US8 милиона, което е около \$US 174 милиона днес.

Ранните прогнози на индустрията предвиждат, че новата Снежанка, чиято направа струва около \$US 270 милиона, е готова да спечели много сериозни приходи.

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](http://www.ExtendedHealthCanada.ca)

[www.VISITORSinsurance.ca](http://www.VISITORSinsurance.ca)

[www.TRAVELLERSinsurance.ca](http://www.TRAVELLERSinsurance.ca)

*Owned and Operated by Easy Links Financial Inc.*

## Как да спрем хълцането



здраве.bg

Колко неприятно може да бъде хълцането е нещо, което всеки е изпитвал на свой гръб. По своята същност хълцането представлява процес на неволево съкращение на диафрагмалния мускул. Внезапните движения карат гласовите връзки да се затварят рязко, за да противодействат на движението на въздушния поток. По този начин се предизвиква познатия ни до болка звук.

В повечето случаи хълцането не е опасно, тъй като се причинява от безобидно дразнене на нерв в областта между гърдите и шията. В редки случаи обаче то може да е признак на по-опасно състояние, което не бива да се пренебрегва.

Заболявания като пневмония могат да причинят продължително хълцане. Много рядко хълцането може да бъде предупредителен знак за настъпване на бъбречна недостатъчно - състояние, при което тялото не може да елиминира токсичните вещества от организма.

Упоритото хълцане, което трае по-дълго от 3 часа и се придружава с други оплаквания като болка в корема, може да бъде признак на сериозно заболяване и изисква незабавно медицинска помощ. За щастие това се случва много рядко и не е причина за тревога за повечето хора.

Обичайното хълцане не е нищо повече от неприятно изживяване. То може да бъде облекчено с помощта на редица натурални съставки, налични в почти всяка кухня.

### Натрошен лед

Идеята за използване на лед за облекчаване на хълцането е да стресирате тялото си допълнително, така че да задържите възможно най-дълго време своя дъх. За целта вземете кубче лед и го натрошете. Смучете го, докато спрете да хълцате.

Пиенето на ледено студена вода също може да помогне, тъй като внезапното понижаване на температурата на вашия хранопровод ще успокои нерва и ще спре процеса. Друга алтернатива със същия ефект е поставянето на кубче лед на гърба на шията.

### Вода

Несъмнено най-популярният начин за спиране на хълцането е пиенето на вода. За съжаление понякога не

е дотам ефективен. За да облекчите оплакванията, изпийте бързо 4-5 глътки вода. Актът на гълтане премахва всеки стоп на хранителния пасаж и спира конвулсиите на нерва и диафрагмата.

Някои хора предпочитат докато пият водата да поставят лъжица в чашата, от която пият. Това може би е психологически трик, който отвлича вниманието от хълцането. Леко затоплена вода също може да се използва за гаргара с цел спиране на хълцането.

### Кисело мляко и сол

Вземете чаша студено кисело мляко и разтворете в нея две чаени лъжици сол. Разбъркайте добре и изпийте получената смес бавно за бързо облекчаване на хълцането. И тук киселият вкус и студеното кисело мляко могат да бъдат ключът към преодоляването на дискомфорта.

### Лимон

Лимоновият сок е всеизвестен със своя натрапчиво кисел вкус, който кара човек трудно да преглъща. Това съкращава мускулите, подпомагайки облекчаването на нервното дразнене - основна причина за хълцането.

### Захар

Уверете се, че сте

поставили захарта на гърба на езика си, където са струпани най-голямото количество вкусови рецептори. Когато пренаситите тази област със захар, вие ще облекчите хълцането.

### Мед

Медът, подобно на захарта, притежава много сладък вкус. Когато погълнете лъжица мед, вие потискате работата на нерва, изпращащ импулси до мозъка, предизвикващи хълцането.

### Семе от синап

Смесете две чаени лъжици синапено семе и също толкова количество топено масло. Преглътнете получената смес на един дъх, за да спрете хълцането.

### Зелен кардамон

Кардамонът е една от най-често използваните ароматни билки в кулинарията. За да пригответе отварата, добавете две чаши вода в съд и загрейте до кипене. След това сложете 4-5 листа кардамон в кипящата вода и изчакайте, докато не се изпари половината от количеството. Прецедете течността и я изпийте. Това със сигурност ще спре хълцането.

## Черен пипер

Ефикасен начин за справяне с проблема с хълцането е използването на черен пипер. Смелете 4-5 зрънца черен пипер и вдишайте така приготвения прах. В резултат на това вие ще провокирате акт на кихане, който ще прочисти горните отдели на дихателната система и ще елиминира причината за хълцане.

## Хартиена торба

Това е чест метод за спиране на хълцането, използван в болнични условия. Хълцането се предизвиква от понижени нива на въглероден диоксид в кръвта. Дишането в затворено пространство, каквото е хартиената торба например ще повиши количествата на въглероден диоксид в кръвта, позволявайки на кръвоносните съдове да се разширят.

Сложете хартиената торба пред носа и устата си и вдишайте дълбоко. След това - издишайте. Повторете това упражнение около 10 пъти, за да спрете хълцането. Все пак внимавайте: Ако усещате, че дишате по-учестено от нормално, може би ви достига въздух, а това ще усложни състоянието.

Хълцането не е заболяване и не се нуждае нито от лечение, нито от спазването на

специален хранителен режим. В някои случаи то може да възникне в резултат на опъването на врата или бързото ядене. Може да настъпи по всяко време и да се облекчи от няколко глътки вода. Въпреки това, ако сте предразположени към хълцане, добра идея е да намалите приема на пикантни, както и горещи храни. Хранете се бавно и никога не преяждайте. Това ще намали дразненето на лигавицата на хранопровода и ще намали риска от поява на хълцане.

## Компресът – как да го използваме правилно



*здраве.bg*

Компресът е най-разпространеното средство за лечение при удар, синини, главоболие и други заболявания. Но не всички, които го използват, знаят, че и тази безобидна на пръв поглед процедура има противопоказания и правила за изпълнение.

## Най-разпространеният

**вид компрес е затоплящият**, който има за цел да помогне за съхраняване на топлината в човешкото тяло. Той способства за разширяването на кръвоносните съдове, подобрява притока на кръв към кожата и към органите, разположени под мястото на компреса, възпалителният процес преминава и болката изчезва. Превръзката може да се намокри с топла вода (често се използват спирт или някакво алкохолно питие) или лекарствен разтвор. Когато тя изсъхне, компресът трябва да се свали (обикновено след 6-10 часа). Преди да се постави нов компрес кожата трябва да се промие с топла вода, а върху затопленото място да се постави суха превръзка.

**Ако топлината засилва болката**, предизвикана от възпаление, компресът трябва веднага да се махне. Затоплящ компрес може да се прави например на гърдите при кашлица, в областта на шията при лимфаденит и около ушите – при отит.

**При висока температура** се използват физическите методи на охлаждане – болният се намазва с

вода или оцет - с изпаряването на течностите температурата се понижава. Това може да се постигне и с всеки продукт, изваден от фризера и обвит в кърпа, който се поставя върху болното място.

**За да се разсеят местните възпалителни огнища** или други такива при мигрени, предизвикани от спазми на главния мозък, колики (чревни и бъбречни), болки в ставите и при неврити се прилагат горещи компреси. Под въздействието на топлината си извършва прилив на кръв, което създава болкоуспокояващия ефект. Намокрете кърпа в гореща вода, изцедете я добре и я поставете върху болното място. Върху нея може да поставите грейка или вълнена материя. Сменяйте компреса на всеки 10-15 минути.

**Компреси не трябва да се правят при:** кожни и сърдечно-съдови заболявания, при атеросклероза, тромбофлебит, варикозно разширение на вените.

*Прод. на стр.18 >>*

<< Прод. от стр.18

Компресите са противопоказани и за болните от туберкулоза в активна фаза и при други инфекциозни заболявания.

### Страхът от грешки – всекидневен проблем



здраве.bg

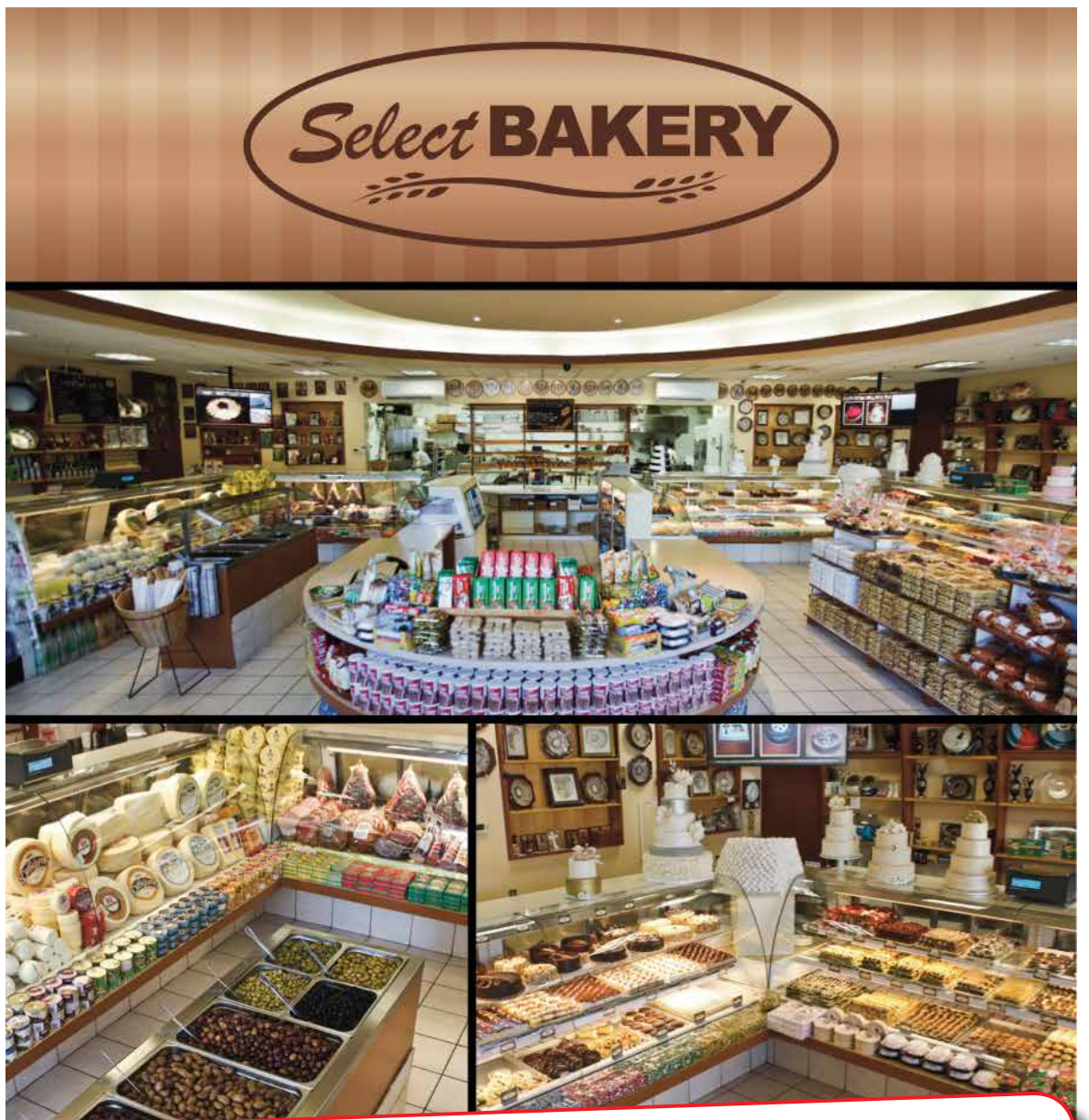
Методът на пробата и грешката безспорно е най-дългият и трудоемък път за намиране на правилното решение - ако не ти потръгне (“аз си мислих, че е за добро, а излиза, че не е така”), решението се отхвърля и се търси ново.

Максима е, че грешките забавят пътя ни към набеязаната цел, но някои хора при неуспех просто се “пречупват” – човешката психика понякога е особено чувствителна към провал.

Освен това грешките се систематизират трудно. Понякога типологично еднакви грешки могат да доведат до напълно различни жизнени последици.

- Грешките по невнимание в училище в най-лошия случай ще доведат до намаляване на оценката, но в живота понякога реално могат да поставят под съмнение способностите ни.

Прод. на стр.22>>



## ДОСТАВКИ ПО ДОМОВЕТЕ

We deliver everywhere  
in Canada & US  
Check out  
[www.selectbakery.ca](http://www.selectbakery.ca)  
and enjoy Greek pastries,  
cheese, and hundreds of  
grocery products delivered to  
Your doorstep.

Great selection of  
Greek wines & spirits.

405 Donlands Ave.

(416) 421-2400

info@selectbakery.ca

# Old Mill Pastry & Deli

**385 The West Mall, Etobicoke**

**(416) 551-1779**

- Внос на европейски продукти, консерви, сирена, кашкавали, салами, пушено месо, колбаси, брашно, захар, кафе, боб, подправки, сокове, вода, айрян и др.
- Домашно приготвени баница, кебабчета, кюфтета.
- Всякакви видове десерти, пасти, торти за рождени дни и др. тържества.



*<< Прод. от стр.21*

• Грешките поради липса на жизнен опит обикновено са много сериозни, особено ако не сте на мястото си, както в личния, така и в професионалния си живот.

• Грешките, свързани с риска, дори не са истински грешки, а лъжлив, погрешен избор. Обикновено при хората, които рискуват, стремежът към успех е много по-силен, отколкото страхът от претърпяването на неуспеха. Затова неблагоприятното развитие на събитията често води до невъзможност за адекватна реакция.

• Грешките поради самонадеяност могат да бъдат простени, ако от тях няма да пострадат други хора. Според психологията понякога дори е по-добре да имаш манията за величие, отколкото комплекс за непълноценност.

Поговорката “Не грешни само този, който нищо не прави” звучи прекрасно, но не и утешително. Най-често страхът от грешки е характерен за следните две ситуации:

**1-а ситуация** - хора постигнали благополучие, които благодарение на своите успехи имат необходимост от ниво на очаквания от околните. Мнението “Аз не мога да си позволя да не оправдая техните очаквания” ги прави пасивни. За да намалят риска от неуспех, те не рискуват, т.е. не предприемат нищо, освен ако не е необходимо, не разширяват сферата на компетентността си, а просто изпълняват обичайните действия.

Тази практика в ученическите години е присъща на отличниците, които вече са изградили безупречната си репутация още в

*Прод. на стр.23 >>*



Да ви покажа какво закувам напоследък сутрин и съм много доволна. Започвам деня си с пълна енергия. Българска грухана пшеница Крина (купих я от България, сварява се много бързо), ядки и сушени плодове. В Alliston meat & delicatessen са много пресни и обикновено от там купувам. Намират се пред щанда за прясно месо или попитайте Tony Alliston Meats .

Бадеми (накисвам ги във вода цяла нощ, за да омекнат и ги нарязваме на малки парченца да се дъвчат после по-лесно), сушени сливи, малко орехи и сушено грозде. Кафето го купувам от Old Mill Pastry Etobicoke , много хубаво и различни видове кафе имат, а и там правят на място чудесно, като отидете да пазарувате, опитайте го, ще се освежите. И разбира се си слагам някоя моя картинка да си я гледам и да си мечтая нещо хубаво, както тази сега с корабчето. Така се зареждам с позитивна енергия още от сутринта и продължава целия ден. Най-прекрасен ден на всички! Вярно

**<< Прод. от стр.22**

началната степен на образованието си. Те ще предпочетат да изпълнят 20 стандартни задачи, отколкото вместо това да решат една с повишена трудност. Страхът от грешки блокира творческите способности и на по-късна възраст - човек започва да използва само познатите схеми и "проверените маршрути".

**2-а ситуация** - страхът да не се сгреси е резултат от занижената самооценка. Такъв човек не се стреми към нищо и не прави нищо, за да не задълбочи чрез грешките недоверието в собствените си сили.

**Прод. на стр.24 >>**

## 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*

И затова не е възможно той да бъде убеден в противоположното. Колкото по-ниска е самооценката, толкова по-тежка е ситуацията - да не си прав, да бъдеш неудачник, обект на присмех, най-лош от всички.

Често причина за ниската самооценка са не само миналите неуспехи, но и недостатъчните, твърде схематични знания за самия себе си. Ако човек успее да се опознае по-добре, напълно реално е този страха от провала да намалее и дори да изчезне.

В крайна сметка всеки е такъв, какъвто е. Това не е повод за безпокойство.

**Всеки от нас ще се почувства по-добре, ако знае, че:**

- често грешката не е нищо повече от субективно възприятие на едни или други решения и затова поговорката, че “умният човек се учи от чуждите грешки” е приложима само в обучението на някакъв занаят например.

- случва се така, че грешните на пръв поглед решения по-нататък могат да доведат до положителен резултат (практиката е доказала, че това се отнася

особено за науката и техниката).

- понякога умението да държим главата си изправена се цени повече от безгрешните решения.

- не е нужно да се притесняваме, че “другите ще ни осъдят” за стореното от нас.

- това не е последната грешка в живота ни, ще има и други!

### **Храните, които изгарят мазнините**



*здраве.bg*

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

### **Грейпфрут**

Някои изследвания показват, че редовното

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

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

### **Зелен чай**

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

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

### **Пикантната храна**

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

### **Обезмаслени млечни продукти**

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

### **Вода**

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

&lt;&lt; Прод. от стр.24

**Канела**

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

**Храна, богата на белтъци**

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

**Солена палачинкова торта**

Рецептата е публикувана в *dieti.info*

**Продукти:**  
Порции: 8

200 г майонеза  
150 г шунка

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

**Начин на приготвяне:**

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

**Тип ястие: предястия****Кухня: българска****Основни продукти: колбас, сирене/кашкавал/мляко****Време за приготвяне: 60 - 120 минути****Супа от грах**

Рецептата е публикувана в *dieti.info*

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

500 г грах (може от консерва или замразен и предварително бланширан)  
1 глава лук  
1 морков  
1-2 домата  
3-4 с.л. олио  
1 жълтък  
1 к.ч. кисело мляко  
1 с.л. брашно  
черен пипер  
магданоз

**Начин на приготвяне:**

Сварете граха в леко подсолена вода. След това добавете нарязаните на дребно зеленчуци, мазнината и черния пипер и сварете на тих огън. След като я отнемете от огъня, я застройте с разбития с киселото мляко и брашното жълтък. Преди да я поднесете, я поръсете със ситно нарязания магданоз.

**Кухня: българска****Основни продукти: фасул/ грах/леща, зеленчуци****Начин на приготвяне: варена**  
**Време за приготвяне: 30 - 60 минути****Четете вестник Пламяк онлайн:**[www.bulgarianflame.com](http://www.bulgarianflame.com)



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



[www.FirstAutoGroup.ca](http://www.FirstAutoGroup.ca)

[sales@firstautogroup.ca](mailto: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



**Израелец е първият трансджендър съдия, който ръководи международен футболен мач**



Израелски трансджендър съдия влезе в историята, като пое ръководството на международен футболен мач, предава The Times of Israel.

**30-годишният Сапир Берман** ръководи евроквалификацията за жени до 17 г. между Северна Ирландия и Черна гора в Белфаст, за първи път в европейския футбол. Според множество източници това е за първи път и за международния футбол.

**„Пристъпвам към този момент с дълбоко смирение и вълнение, надявайки се да дам най-доброто от себе си, да представя страната си, да отстоявам сестрите си в LGBTQ+ общността и да покажа, че всяка мечта е възможна.“**

Берман каза, че моментът е дълбоко символичен, коментира The Times of Israel. Англичанката Луси Кларк стана първата транссексуална жена в света, която ръководи мач през 2018 г. в полупрофесионалната английска лига, но никога не е била съдия в международен план.

Берман е съдия на мачове в израелската Висша лига за юноши до 14 години. От 2021 г. Международният олимпийски комитет (МОК) позволи на федерациите да установят свои собствени критерии, за да избегнат потенциални „непропорционални предимства“ за транссексуални спортисти.

Световното ръгби изключи транссексуални играчи от женските състезания поради „прекомерния риск от нараняване“ в контактния спорт.

Междувременно Международната федерация по стрелба заключи, че няма „никакво предимство“, свързано с мъжките хормони в състезанията.

**Тайланд се стреми към състезание във F1 през 2028**



Министър-председателят на Тайланд Паетонгтарн Шинаватра се срещна с шефа на Формула 1 Стефано Доменикали и каза, че правителството ще възложи проучване за домакинство на Гран При на улична писта в Банкок през **2028 г.**,

предаде ESPN.

Формула 1 вече има претъпкан график от 24 състезания по света, като четири са в Азиатско-Тихоокеанския регион, включително Гран При на Сингапур в Югоизточна Азия.

Тайланд има акредитирана от FIA писта в Бурирам в североизточната част на страната - международната писта Чанг, която в момента е домакин на кръг от световния шампионат по мотоциклетизъм MotoGP, но предложението е за улично състезание в столицата на кралството.

„Имахме възможността да обсъдим възможността Тайланд да бъде домакин на състезанието от Формула 1, което е страхотен спорт с последователи в цял свят“, публикува тайландската премиерка в X след срещата с Доменикали. „Правителството потвърди, че ще проучи тази съвместна инвестиция, включително проучване на маршрута на състезанието, инвестиционния бюджет и стойността, която Тайланд ще получи от домакинството на състезанието.“ Домакинството на състезание би било възможност за подобряване на инфраструктурата на Банкок - пътищата

на града са известни със задръствания - и с привличане на повече туристи от чужбина, особено тези от «високия клас».

„Вярвам, че всички тайландци ще спечелят от организирането на това събитие, независимо дали става дума за широкомащабни инвестиции в инфраструктура, създаване на работни места, генериране на нови доходи и внасяне на нови технологии и иновации“, добави госпожа Паетонгтарн. „Уверена съм, че този проект ще бъде успешен. Това е още една важна възможност за страната да организира събитие от световна класа.“

Главният изпълнителен директор на Формула 1 Доменикали също публикува изявление в X, описвайки плановете за състезание в Банкок като „впечатляващи“.

**„Очаквам с нетърпение да продължим нашите дискусии през следващите седмици и месеци“,** добави италианецът.

Формула 1 е имала двама тайландски пилоти в своята история - британецът Алекс Албон от Williams, който има двойно гражданство и се състезава под тайландски флаг, и принц Бирабонсе Бханудей, който се състезаваше във F1 от нейното създаване през 1950 до 1955 г.

**Прод. на стр.28 >>**

## Ига Светек е изправена пред негативна реакция след инцидента на Индиън Уелс



Ига Светек, полската тенис суперзвезда и №2 в света, се озова в омото на буря след неотдавнашната си полуфинална загуба от Мира Андреева на Индиън Уелс Оупън. Мачът, който завърши неблагоприятно за Светек, бе помрачен от инцидент, при който тя удари топка от разочарование, която едва не удари момче, привличайки остри критики както от фенове, така и от коментатори, съобщава The Pinnacle Gazette.

На 18 март 2025 г., по време на ключов мач срещу изгряващата звезда Андреева, Светек се изправи пред поражение, губейки мача в три сета с резултати 6-7, 6-1, 3-6. Нещо повече, това усложни разочарованието, като се има предвид нейните две предишни загуби на полуфинал в последните турнири.

Моментът, който катапултира Светек, се случи когато в момент на гняв тя удари топка, която ѝ бе подадена от момче обратно в посоката, откъдето бе дошла. Първоначално

замислена като просто отскачане за освобождаване на напрежението, топката премина опасно близо до хлапето и в крайна сметка отскочи в трибуните. Последва незабавно извинение, когато Светек направи жест към момчето, показвайки съжалението си за инцидента.

Впоследствие Светек пусна дълго изявление в социалните медии, опитвайки се да изясни действията си. „Виждам, че напоследък се говори много за промени в поведението и емоциите ми на корта. Въпреки че не ми е удобно да се обяснявам, време е да споделя гледната си точка, за да спра спекулациите и безпочвените теории“, каза тя. Светек продължи да обяснява, че нейното намерение никога не е било да се насочва към никого, а да освободи разочарованието си в момент, който се почувства непреодолим. „Видях много играчи да удрят топки разочаровани и честно казано, не очаквах толкова сурови присъди“, разсъждава тя.

Трябва да се отбележи, че контролът около поведението ѝ беше засилен от бурния ѝ предишен сезон, който включваше забрана поради положителен тест за подобряващото представянето вещество триметазидин (TMZ).

Обстоятелствата около нейната забрана бяха смекчаващи — смятани за резултат от замърсено лекарство — но все още тежаха на психиката ѝ, навлизайки в настоящия сезон.

„Втората половина на миналата година беше изключително предизвикателна за мен, особено поради положителната допинг проба и това как обстоятелства, които са напълно извън моя контрол, ми отнеха шанса да се боря за най-високите спортни цели в края на сезона“, уточни тя в изявлението си.

Докато Светек се опитваше да се ориентира в този труден момент, тя привлече вниманието на светила в тениса като Борис Бекер. Бекер, шесткратен шампион от Големия шлем, който изрази загрижеността си, заявявайки: «Много извинения и много обяснения... вече не съм сигурен!» Той пожела Светек да намери мир на корта, подчертавайки нейните силни страни като играч, но постави под съмнение нуждата ѝ да разясни инцидента в такива подробности.

В подобен дух бившият му колега шампион Анди Родик сподели мислите си за своя подкаст, *Serving with Andy Roddick*, където сметна подробното обяснение на Светек за погрешна стъпка.

„Дали щеше да е по-лесно за Ига вместо това обяснение от десет страници... ти почти удари дете с топка, късмет, че не го направи, и това е дразнещо поведение?“ попита той. Родик заяви, че едно по-директно признание за нейните действия би било достатъчно, предполагайки, че просто извинение към момчето с топката, допълнено с подарък подписана ракета, би облекчило обратната реакция.

За да не бъде пропусната от разговора, четирикратната шампионка от Големия шлем Ким Клайстерс също прецени действията на Светек, като посочи, че ги намира за малко проблематични. „Имам много въпроси; не прочетох изявлението... децата с топката трябва да бъдат оставени на мира“, каза Клайстерс като повтори, че емоционалните изблици трябва да се управляват по-добре от играчите.

Тези събития не са изолирани; те отразяват модел на противоречия за Светек през настоящия сезон. Нейното поведение бе обект на внимание на различни турнири, включително счупената ракета на Откритото първенство на Катар, въпреки че обеща да съдържи нервите си. Освен това тя

Прод. на стр.29 >>

<< Прод. от стр. 28

беше обвинена, че е взела „тактическа“ медицинска почивка по време на мача си на Откритото първенство на Австралия.

Докато разказът за Светек се разгръща, той представя сложен портрет на шампион, борец се не само с външен натиск, но и с вътрешните си борби. С приближаването на сезона на клей остава надеждата за издръжливата спортистка да си върне позицията сред елитните рангове на тениса, напомняйки както на феновете, така и на критиците, че растежът често идва чрез трудности.

**Олександр Усик се чувства „тъжен“ за Тайсън Фюри - едно признание с пет думи**



Олександр Усик разкри, че той и Тайсън Фюри почти не са разговаряли след втория им двубой в тежка категория в Саудитска Арабия. Двамата боксови великани за първи път докоснаха ръкавиците през май 2024 г. за безспорната титла в тежка категория,

пише News Break.

**38-годишният Усик** взе пояса на WBC на Циганския крал чрез победа с разделено решение, за да стане първият безспорен шампион в тежка категория след Ленъкс Луис. Вторият му триумф над британеца бе още по-решителен, като и тримата съдии присъдиха победа на Усик със 116-112, за да донесат на украинеца триумф с единодушно съдийско решение.

След първия им двубой Фюри похвали Усик на ринга и дори отправи покана към украинеца да се присъедини към него на бъдеща ваканция.

Изглежда обаче, че тези планове сега са малко вероятни, тъй като Усик разкри, че двамата са се раздалечили.

Усик наскоро призна пред Al Arabiya English, че вече не общува с Фюри толкова често, колкото преди. С изявление Усик каза: **„В момента не общуваме“**.

Той продължи: „Вероятно в бъдеще ще го направим. Тъжен съм и ми липсва този страхотен човек, нашето взаимодействие. Имахме 24 рунда, това е като цял живот. Живееш с някого 20 години, така че това е много дълъг път и за двама ни. Същото е и с моя невероятен приятел Тайсън Фюри.“

Фюри наскоро обяви, че

се оттегля от бокса и изглежда, че няма да има трета битка между дуото.

Усик обаче гледа върху това, което предстои. На украинеца и неговия екип наскоро бе наредено да започнат преговори за задължителна битка в тежка категория срещу временния шампион на WBO в тежка категория Джоузеф Паркър за световната титла на Усик на WBO. След победата на Паркър над Мартин Баколе миналия месец, WBO даде на двете страни **30-дневен срок да се споразумеят за условията на двубоя**.



Въпреки това, „Котката“ желае реванш с британския противник Даниел Дюбоа за неоспоримото първенство на световния бокс. Предишната им среща през 2023 г. доведе до триумф на Усик с технически нокаут в деветия рунд. Оттогава британецът победи Джарел Милър, Филип Хргович и, което е най-впечатляващото Антъни Джошуа, последният от които бе за шампион на IBF в тежка категория.

Въпреки заповедите на WBO, Усик е сигурен срещу кого иска да се изправи.

Олимпийският златен медалист каза: „Искам да се бием с Дюбоа. **Моят отбор е готов.** Много зависи от това как Бог ще ни даде начин да го направим.

„И този, който може да го стори, е негово превъзходителство Турки Алалших, защото той е човекът, който може да организира тази битка. Мисля, че в противен случай ще има пречки.

„Единственият човек, който може да го организира, е Негово превъзходителство и сезонът в Рияд. Знаете, винаги съм се бил на земята на моите опоненти. **В момента Саудитска Арабия е създавала най-добрата среда и е организираща тези битки,** така че се превърна в моя втора родина.

„Когато се боксирам в Саудитска Арабия, се чувствам като във втори дом – страхотни хора, страхотни фенове. Можем да отидем да разгледаме и да се срещнем с хора. В момента не може да домакинстваме битки в Украйна, но може да ги проведем в Саудитска Арабия – те са много мили към нас.“



Спортна рубрика:  
Павел Станимиров

В магазина докарват кашон с нова стока. Продавачът вади от него пакетче и чете на глас:

– Суха супа. Телешка. С фиде и подправки. Обръща пакетчето на другата страна и продължава:  
– При приготвянето на този продукт не е пострадало нито едно теле...

Катаджии спират за проверка стар рокер.

– Документи за правоуправление!

– Нямам.

– Документите на мотора!

– Нямам.

– Къде му е регистрационният номер?

– Няма номер.

– Защо карате без каска?

– Нямам каска.

– Така... Без документи, без номер, без каска... Слезте от мотора!

– Нека само да го подпрем на онова дърво, че и стъпенка няма!

Върви през гората хипопотам – тъжен, претъжен. Насреща му – жираф.

– Какво си оклюмал, братко?

– Остави се – казва хипопотамът. –

Нищо не ми е наред. Съкратиха ме, вкъщи е бардак, пари няма и не

се задават...

Жирафът почва да го успокоява:

– Братче, не се оклюмвай! Животът е така – когато на едно място не ти върви, на друго ще ти тръгне! На това му се вика диалектика – философите са го казали – в живота има и бели, и черни дни. Ако днес ти е черен ден, значи утре ще бъде бял и светъл...

След седмица жирафът пак среща хипопотама.

Още по-оклюмал.

– Какво ти е, братко?-

Знаеш ли, ти се оказва прав – отвърща хипопотамът. – Само че оня ден се оказва, че е бил бял...

Пука се гумата, шофьорът слиза, отваря багажника и рови за резервната. Любопитен минувач спира до колата:

– Какво става?

– Как какво – вадя резервната.

Минувачът взема от багажника щангата и прасва предното стъкло.

– Аз пък ще взема радиото.

В автобуса.

– Извинете, седнали сте на шапката ми!

– Знам. Да не би да слизате?

Любител на гълъби показва с гордост питомците си на

посетител:

– А това е кръстоска между пощенски гълъб и папагал!

– Но защо?

– Ако се загуби, да може да попита за пътя!

В автобуса минава контрола.

– Вашето билетче?

Пътникът почва да шари по джобовете си:

– Тука беше... Тука беше... Тука беше...

– Не може ли малко по-бързо?

Пътникът започва да се тупа по джобовете два пъти по-бързо:

– Тука-беше-тука-беше-тука-беше!

Пътешественик изучава живота на тихоокеански остров.

– Как се прехранвате?

– С кокосови орехи.

– Не е ли опасно да се катерите по високите палми, за да ги берете?

– Ние не се катерим, орехите ги събаря вятърът.

– А ако не духа?

– Е, тогава гладуваме...

Веднъж мечката подгонила заека.

Гонила го, гонила, уморила се. Седнала на едно пънче и се замислила:

– Добре все пак, че аз го гоня. Ако ме гонеше той...

В офиса се втурва

разярен мъж:

– Тук ли е Дружеството за защита на животните?

– Тук – отвърща служителката. – Кой ви е обидил?

Млад моряк си купил речник на морските термини и разочаровано констатирал:

– Няма ни една от думите, с които боцманът ми обяснява кое за какво е!

Развеждат група из зоологическата градина.

– А в тази клетка живее бразилски папагал, който знае сто и двадесет думи.

Чочо, кажи нещо на господата!

– Майната ви!

Господата се смеят.

Водачът изчаква да свършат и казва:

– Чочо е прав, господа, изходът е оттам...

Крадец се вмъква в апартамента. Няма никой, само папагал в клетка и немска овчарка, която лежи на канапето и не му обръща внимание.

Крадецът се оглежда и започва да събира по-ценните вещи.

Папагалът крещи от клетката:

– Прррростак!

Крадецът продължава да пълни чувала.

Папагалът крещи още по-силно:

– Пррррростак!

Крадецът приключва с обира и се готви да си тръгне. Папагалът продължава да му лази по нервите:

– Пррррррростак!

– Ти какво, друга дума не знаеш ли?

– Дрррръж!

Турист стигнал до стар кладенец. Погледнал в него, хвърлил камъче, за да провери дали има вода – не се чуло да цопне. Хвърлил

по-голям камък – пак никакъв звук.

Огледал се за нещо по-тежко, видял подпряна на кладенеца някаква траверса, вдигнал я и я пуснал вътре.

Тъкмо да се наведе, гледа – към него лети коза с насочени напред рога. Туристът едва успял да се дръпне, а козата паднала в кладенеца.

След минутка дошъл някакъв старец.

– Да си виждал тук една коза?

– Да, дядо, скочи в кладенеца, едва не ме

преби!

– Виж ти... Пък аз я бях вързал за по-сигурно за една траверса...

Рибар клечи край барата. Плувката започва да играе. „Рано е да се засича“ – мисли си рибарят и чака. Плувката започва да трепери още по-силно, потъва, пръчката се извива, рибарят засича и започва да навива кордата.

По едно време от водата излиза

кукичката, а червеят на нея вика обидено:

– Шефе, ти какво, заспа ли? Мене рибите едва не ме изядоха!

– Кондуктор, защо спря влакът?

– Прегазихме една крава.

– Че какво прави кравата на релсите?

– Не беше на релсите. Ние влязохме в краварника.

## Art & Culture



Честита пролет!

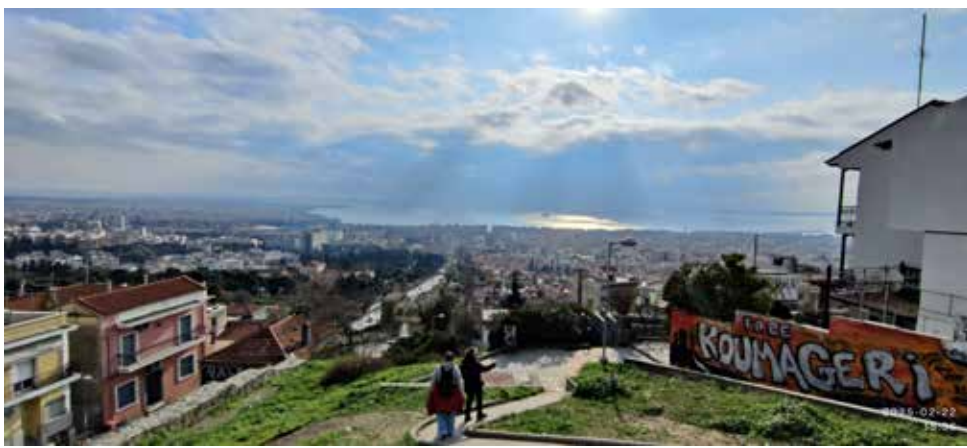
Нека слънцето и разцъфналите цветя, песента на птичките и ромолящите потоци ви радват и ви дават надежда!



## Art & Culture

by Viara Dimitrova, Editor of Bulgarian Flame,  
PHOTOS © Bulgarian Flame

### Манастирът Влатадон и Кулата Тригониу, която е част от византийските стени на град Солун



Патриаршеският манастир Влатадон принадлежи на Константинополската вселенска патриаршия и е единственият византийски манастир в Солун, действащ до днес. Основан е

от братята Доротей и Маркос Влатис, ученици на солунския архиепископ Свети Григорий Палама, когато Доротей е бил епископ на Солун (1351-1371 г.).

Католиконът (главната

Кулата Тригониу е най-известната и впечатляваща кула от стената. Построена е в края на 15-ти век, за да предотврати нахлуване в града и да помогне

по време на обсада. Това е голям укрепителен проект, който е издигнат от турските власти след окупацията на Солун през 1430 г. Тяхната



църква), построен върху руините на по-ранна църква, е рядък вариант на типа църква с кръст в квадрат, по отношение на опората на купола. Църквата е единствена оцеляла сграда на едноименния манастир, съществувал през византийската и османската епоха. Тя е заобиколена от амбулатория, както повечето църкви от тази епоха в Солун. Стенописите, разкрити по време на реставрационните

цел е да се подсили с артилерийска кула, чувствителната точка, в която се отчитат повечето нашествия. Името Trigonion Tower се дължи на текста на Йоанис Анагносту, който се отнася до стълбите, които враговете докоснали на Trigonio и по този начин нахлули в града. Съществува и мнението, че триъгълникът се е наричал триъгълната конзола на северните

работи след земетресението от 1978 г., са с изключително майсторство и датират от 1362 г., годината, в която Григорий Палама е канонизиран.

В ризницата на манастира се съхраняват забележителни колекции от преносими икони, ръкописи и стари томове от 12 до 19 век. В съседната модерна сграда, построена през 1968 г., се помещава Патриаршеският институт по патристика.

градски стени, върху която е била отворена портата на Анна Палеологина. В кулата Тригониу, наричана още "балконът на Солун", ще имате възможност да се насладите на великолепната и внушителна панорама на града, прегърнал морето. В ясен ден ще можете да видите планината Олимп, разположена на 150 км, без никакви затруднения.

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

**Четете  
в Пламяк  
онлайн:  
www.bulgarianflame.com**

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

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

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