

Защо комуникативните умения – известни преди като „меки умения“ – са ключът към успех в бизнеса

(Why power skills – formerly known as ‘soft skills’ – are the key to business success)

Автор: Сандра Съберг - Вицепрезидент и декан, Академични програми, Училище за бизнес към Western Governors University.

Декларация за оповестяване:

Сандра Съберг е свързана с Western Governors University. Сандра Съберг е член на индустриалната асоциация, Американската маркетингова



асоциация. Сандра Съберг е била бивш служител в Amerock, подразделение на Newell Rubbermaid, което, макар и да не е

споменато директно в статията, е основата за корпоративния опит, споделен в нея.

Статията е

публикувана в The Conversation.

Преводът е на „Пламък“

Какво е необходимо, за да се справяш със сложни ситуации, да вземаш трудни решения и въпреки това да поставяш хората на първо място? За мен отговорът стана ясен в един определящ момент в началото на кариерата ми – такъв, който промени изцяло моят път.

Днес съм преподавател в бизнес училище, но започнах кариерата си в корпоративния свят. Сблъсках се с толкова интензивно предизвикателство, което ме мотивира да се върна в университета и да получа докторска степен, за да мога да помагам на другите да ръководят, водено

от по-голяма цел и човечност.

По това време работех за мултинационална компания за домакински стоки и ме помолиха да участвам в затварянето на американска фабрика в Средния Запад и преместването на дейността ѝ в чужбина. Според

всеки бизнес показател това бе правилното икономическо решение. Без него компанията не можеше да остане конкурентоспособна. Въпреки това, преместването бе изпълнено с емоционални и етични сложности.

Прод. на стр.2 >>

First Auto Group
 Продажба, покупка и ремонт на автомобили
 867 Kipling Ave. Toronto
 За продажби: Ангел и Петър: 416-823-2403, 416-821-1221
 За ремонт: (Пламен1, Пламен2) 416-786-7259, 647-504-6579
www.FirstAutoGroup.ca

ПРОЗОРЦИ И ВРАТИ ЗА ВАШИЯ ДОМ

UP TO 50% OFF
ON NEW WINDOWS AND DOORS

Call for a Free Estimate Today! Stefan: 647-830-5604

Защо комуникативните умения – известни преди като „меки умения“ – са ключът към успех в бизнеса

(Why power skills – formerly known as ‘soft skills’ – are the key to business success)

<< Прод. от стр.1

Бъдейки свидетел на станалото със служителите, които загубиха работата си, и по-широките последици за тяхната общност, промених начина, по който мислех за вземането на бизнес решения. Видях, че само техническите умения не са достатъчни. Ефективното лидерство изисква също емоционална интелигентност, етично разсъждение и мислене, ориентирано към човека.

Това преживяване бе повратна точка, която ме доведе до висшето образование. Искан да изпълня по-висша цел, като подготвям бъдещите бизнес лидери с критични умения, ориентирани към човека. И за да направя това, трябваше да науча повече за тези умения – защо са важни, как оформят резултатите и как може да ги преподаваме по-ефективно.

Често наричани „меки умения“ или „умения за работа с хора“, те също така се наричат „силови умения“ или „трайни умения“. И те не са просто хубави за притежаване. Както показва моят

собствен опит и както потвърждават изследванията, те са от основно значение за успеха в днешния бизнес свят.

Силови умения:
Недооценени, но търсени

Изследванията върху силовите умения датират поне от 1918 г., когато фондация „Карнеги“ публикува „Изследване на инженерното образование“. Този доклад заключава, че **85% от успеха на инженерните специалисти идва от добре развитите умения за работа с хора** и само 15% се дължи на „твърди умения“. Тези ранни открития помогнаха да се оформи разбирането ни за стойността на нетехническите умения и черти.

Днес работодателите може би ценят тези умения повече от всякога. Но докато търсенето им нараства в различните индустрии, няма достатъчно предлагане. Например, близо **7 от 10 работодатели в САЩ планират да дадат приоритет на наемането на кандидати с „меки“**

или „силови“ умения, според най-новия доклад на LinkedIn за глобалните тенденции в талантите.

И все пак, 65% от работодателите посочват меките умения като най-голямата разлика сред новите висшисти, според Доклада за въздействието на микро-акредитациите на Coursera от 2025 г. Новоназначените служители се затрудняват в областите на комуникацията, активното слушане, устойчивостта и адаптивността, установи проучването.

Уменията за управление на силните позиции са преносими между роли, проекти и индустрии, което ги прави особено ценни за мениджърите по наемане на персонал. А изследванията продължават да показват, че тези умения стимулират иновациите, укрепват екипната динамика и помагат на организациите да се справят с несигурността - ключови причини, поради които работодателите ги приоритизират.

Три умения за управление на силните позиции, на които да се даде приоритет

И така, как изглежда да ръководиш с умения за управление на силните позиции? Ето три ключови области, които са оформили моето собствено пътуване - и които сега помагам на другите да развиват:

Адаптивност:

Адаптивността е отвъд простото приемане на промяната. Това е способността да мислиш, чувстваш и действаш ефективно, когато ситуацията се промени - което в днешната бизнес среда е постоянно.

Представете си компания, която се разширява на нов международен пазар. За да успее, тя трябва да инвестира в културни изследвания, да адаптира дейността си към регионалните норми и да се приведе в съответствие с местните разпоредби - демонстрирайки адаптивност както на стратегическо, така и на оперативно ниво.

Прод. на стр.4>>

РАБОТА ЗА ШОФЬОРИ НА КАМИОНИ А-Z



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

Facebook: @TransamCarriers Instagram: @Transam_Carriers



OUR VISION IS CLEAR
EXPECT ONLY THE BEST!



ПРЕДЛАГАМЕ РАБОТА

Като една от най-големите частни пекарни в Северна Америка, **FIERA FOODS COMPANY** и свързаните с нея компании има невероятна история на разширяване, иновации и качество през последните 30 години.

Търсим изключителни хора, които да се присъединят към нашия изключителен екип;

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

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

Моля изпратете автобиографията и очакванията си за възнаграждение на имейл:

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

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

Защо комуникативните умения – известни преди като „меки умения“ – са ключът към успех в бизнеса

(Why power skills – formerly known as ‘soft skills’ – are the key to business success)

<< Прод. от стр.2

Ето защо адаптивността е едно от най-търсените умения сред работодателите, според скорошно проучване на LinkedIn. Адаптивните работници са по-добре подготвени да реагират на променящите се изисквания. А с възхода на изкуствения интелект и бързите технологични промени, организациите се нуждаят от гъвкави и устойчиви служители повече от всякога.

Емпатия: Както научих от първа ръка по време на престоя си в корпоративния свят, емпатията – или способността да разбираш и отговаряш на чувствата, гледните точки и нуждите на другите – е от съществено значение.

Емпатията не само насърчава доверието и уважението, но и

помага на лидерите да вземат решения, които балансират организационните цели с човешките нужди. В по-широк смисъл, емпатичните лидери създават приобщаваща среда и изграждат по-силни взаимоотношения.

В Western Governors University имаме цял курс, озаглавен „Емпатия и приобщаващо сътрудничество“, който преподава умения за активно слушане, създаване на културно безопасна среда и култивиране на приобщаващо мислене.

Приобщаване:

Ефективната комуникация и екипната работа постоянно се нареждат високо сред основните умения на работната сила. Това е така, защото организациите,

които се отличават в комуникацията и сътрудничеството, са по-склонни да внедряват иновации, да се адаптират към промените и да вземат информирани решения.

Бизнес средата се развива бързо и само техническата експертиза вече не е достатъчна, за да се постигне успех. Силови умения като адаптивност, емпатия и приобщаване са от решаващо значение, както ме научиха и изследванията, и моят собствен опит. Като дават приоритет на силовите умения, преподавателите и бизнесът могат по-добре да подготвят лидерите да се справят със сложните ситуации, да ръководят целенасочено и да процъфтяват в постоянно променяща се свят.

Докато управлявах глобален преход, видях колко трудно и необходимо е да се слуша отвъд културните граници, да се насърчава сътрудничеството между различните отдели. Когато екипите си сътрудничат добре, те носят разнообразни перспективи, които могат да насърчат креативността и ефективността. Способността за открита комуникация и съвместна работа е от решаващо значение за справяне със сложни проблеми и постигане на организационен успех.

Статията е публикувана в The Conversation <https://theconversation.com/why-power-skills-formerly-known-as-soft-skills-are-the-key-to-business-success-257310>



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



TICO # 4631602

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

ПРОЗОРЦИ И ВРАТИ ЗА ВАШИЯ ДОМ

WINDOWS AND DOORS FOR YOUR HOME

Over 19 Years in Business



BIG SALE

PROFESSIONAL INSTALLATION
MODERN DESIGN
WARRANTY

UP TO **50 % OFF**
ON NEW WINDOWS AND DOORS



Call for a Free Estimate Today!

Stefan: **647-830-5604**

Една година от избора и интронизацията на Българския патриарх Даниил - интервю за предаването «Религията днес» по БНТ1



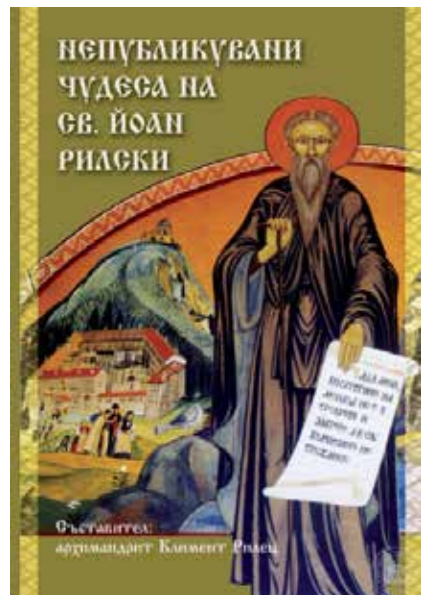
Източник:
Българска Патриаршия
(bg-patriarshia.bg)

По повод изпълването на една година от избора и интронизацията на Негово Светейшество Българския патриарх Даниил, сайтът Българска патриаршия предлага интервю на Светейшия патриарх за предаването «Религията днес» по БНТ1.



За вярата сред младите хора, за смисъла в живота ни, както и за предизвикателствата не само в духовния живот, но и в материалния - вижте интервюто в YouTube на адрес: <https://www.youtube.com/watch?v=kCVa5M2r-QA>.

Излезе от печат нов тираж от книгата „Непубликувани чудеса на св. Йоан Рилски»



Източник: Българска Патриаршия (bg-patriarshia.bg)

Излезе от печат нов тираж от книгата „Непубликувани чудеса на св. Йоан Рилски» - издание на Синодално издателство по записките на архимандрит Климент Рилец на свидетелства от самите изцерени и техните близки. В изданието се публикуват чудесата, събрани от съставителя главно в периода от 1935 до 1961 година. В продължение на десетилетия архимандрит Климент Рилец е на послушание в Рилската св. обител като секретар, библиотекар, ефимерий, доброволен екскурзовод, завеждащ регистъра за сумите, изпращани от християни за различни църковни служби. През цялото това време той грижливо събира свидетелства за

чудесата на св. Йоан, както от писмата, които пристигат в манастирската канцелария, така и от устни свидетелства, за които съставя актове с подписите на свидетелстващите и трето лице. В края на 1961 г. Рилският манастир е национализиран от «народната» власт и обявен за музей, а монасите са преместени в други манастири. Архим. Климент Рилец, заедно с други братя, е зачислен към братството на Бачковския манастир. Там вече в напреднала възраст обработва и преписва поредицата от «Непубликувани чудеса на св. Йоан Рилски», усърден труд, който той приключва на 18 април 1965 г. (Цветница). В края на книгата са приложени: подробна автобиография на съставителя архим. Климент Рилец, Завет на св. Йоан Рилски и Молитва към светеца. Разпространява се от Синодално издателство на цена 10 лв. За справка: 02/9803016

Прокуратурата привлече 18-годишен като обвиняем за убийството на 12-годишно момче



Прокуратура в Пазарджик привлече като обвиняем 18-годишния младеж, причинил смъртта на 12-годишно момче във велинградското село Кръстава, съобщиха от пресцентъра на прокуратурата, предаде БТА.

Шофьорът на БМВ от съседното село Пашови, който се е движел с несъобразена скорост, е блъснал движещ се вдясно по пътя пешеходец. Тестван е за употреба на алкохол и наркотични вещества, като резултатите са отрицателни. Младежът е с издадено свидетелство за управление на моторно превозно средство от април 2025 г., като предстои с прокурорско постановление то да бъде отнето. Обвиняемият е задържан за срок до 72 часа с постановление на наблюдаващия прокурор от Окръжна прокуратура - Пазарджик. Момче на 12 години от велинградското село Кръстава е починало, след като било блъснато от автомобил, управляван от 18-годишен водач.

Шофьор загина при челен удар с водоноска на пътя Бургас-Малко Търново...



... в района на созополското село Крушевец, съобщават от Областната дирекция на МВР в Бургас. 73-годишен водач на "Фолксваген" с бургаска регистрация навлязъл в лентата за насрещно движение и се е сблъскал челно с правомерно движеща се водоноска «Мерцедес» със софийска регистрация, управлявана от 56-годишен мъж. Вследствие на сблъсъка шофьорът на лекия автомобил е загинал на място.

Издирват черен леопард край Шумен



Отглеждането на опасни хищници като домашни животни се е превърнало в мода в България през последните години. По закон това е забранено, но глобите от 1,000 до 3,000 лева не стряскат нарушителите, предава БНТ 1. Експерти по

диви животни казват, че е възможно издирваната черна пантера да сменя локацията си. И предупреждават, че докато е на свобода, тя представлява реална опасност както за хората, така и за останалите животни в региона.

Специалистът по диви животни и управител на зоопарка в Бургас Кръстьо Дъбов познава добре характера на черните пантери - отглежда две в зоопарка в Бургас. Казва, че са най-умните сред хищните котки и развиват скорост до 60 км/ч. Има своя версия за случая край Шумен. *"Първата версия е, че животното е избягало от стопанина си, който определено не е зоопарк.*

Втората версия е, че животното е минало и задминало Стара планина. Знаете, че е голяма, там да се локализира това животно е абсолютно невъзможно."

Черната пантера е изключително опасна, а действията ѝ често са непредсказуеми. *"То убива не само, когато е гладно, а и когато реши за удоволствие. Това не е животно, което ще стои някъде, за да го препарират с упойка. Това е животно, което*

може да се намира на 4 или 5 метра височина в клоните на дърветата, може да се намира залегнало в някой храст и да изненада въоръжен до зъби командос."

Кръстьо Дъбов добавя, че в зоопарковете животните се упояват с пушки от максимум 15 - 20 метра. И са необходими поне 5 минути, за да подейства упойката.

"Представете си стрелецът, който е упоил животното, как ще реагира животното в тези 5 минути и той къде ще бъде при положение, че е на 15 метра от него", каза Кръстьо Дъбов

Разкриха схема с китайски стоки, ощетила Европа със 700 млн. евро. Част от фирмите регистрирани в България



Координирана акция на Европейската прокуратура (ЕРРО) под названието «Калипсо», проведена в Атина, Мадрид, Париж и София, е нанесла удар на престъпните мрежи,

които наводняват пазара на ЕС със стоки, измамно внесени от Китай, като избягват мита и ДДС, предава NOVA.

Счита се, че престъпната схема, включваща масивен внос на текстил, обувки, електрически тротинетки, електрически велосипеди и други стоки, е причинила щети в размер на приблизително 700 милиона евро.

Акцията, проведена под кодово име «Калипсо», обхваща 14 държави: България, Китай, Чехия, Дания, Франция, Германия, Гърция, Унгария, Италия, Полша, Португалия, Словакия, Словения и Испания. **На 25 юни бяха извършени общо 101 претърсвания** в офисите на митнически брокери, компании, контролирани от разследваните организирани престъпни групи, помещенията на заподозрените, както и в **офисите на данъчни консултанти и представители, адвокати, счетоводители и транспортни компании в България, Гърция, Франция и Испания.** Арестувани са 10 заподозрени, включително

двама митнически служители. Служители на реда са иззели 5.8 млн. евро (4.75 милиона евро в Гърция, а останалите във Франция и Испания) в различни валути, включително хонконгски долари, евро в дигитални портфейли и криптовалути. Иззети са и единадесет имота, разположени в Испания, както и 27 превозни средства и луксозни предмети (чанти, часовници и бижута). В Гърция са издадени и заповеди за заповед на недвижими имоти, лодки и банковите сметки.

Става въпрос за няколко престъпни мрежи, контролирани главно от китайски граждани, които управляват пълния цикъл на стоките, внасяни от Китай на пазара на ЕС, включително дистрибуцията до различни държави членки и продажби на крайни клиенти, както и прането на пари и връщането на печалбите обратно в Китай, като същевременно извършват измами с плащането на мита и мащабни измами с ДДС.



Измамната схема започва с въвеждането на стоки от Китай в ЕС, главно през Гърция, със значително обезценяване или неправилно класифициране на стоките с цел избягване на митнически такси – като се използват фалшиви документи, за да се прикрие истинската стойност и естество на стоките. Мрежа от професионални посредници, действащи на митническия входен пункт, като брокери, доставчици на услуги и счетоводни кантори, улесняват първоначалното митническо оформяне и очевидната покупка и транспортиране на стоките от компании, регистрирани предимно в България, но опериращи в Гърция с гръцки регистрационен номер по ДДС. Впоследствие стоките се продават на дружества, установени в други държави членки, което позволява на

първия явен купувач да се възползва от освобождаване от ДДС при внос въз основа на митническа процедура 42 (CP42). Тя е създадена за опростяване на трансграничната търговия и освобождава вносителите от плащане на ДДС в страната на вноса, ако стоките впоследствие се транспортират до друга държава членка на ЕС. Чрез верига от буферни и фиктивни фирми стоките се продават на фирми в определени държави членки, където би трябвало да бъдат продадени на пазара. Тези измамно деклариращи дестинации включват България, Чехия, Дания, Германия, Унгария, Италия, Словакия, Словения и Испания. Тези фалшиви крайни купувачи на стоките обаче никога не получават стоките и действат като липсващ търговец, като по този начин не плащат ДДС. В някои случаи престъпните организации са използвали документи за самоличност от легитимни фирми, като са измамно откраднали техните ДДС номера, за да скрият истинската дестинация на стоките. След като стоките влязат в ЕС, те

се съхраняват в складове и места, контролирани от престъпните организации, и оттам се транспортират с фалшиви документи до Франция, Италия, Полша, Португалия и Испания (истинските страни на местоназначение). Китайските логистични центрове, където се съхраняват всички стоки, функционират като силно контролирани складови райони, почти като ексклузивни общности, достъпни само за членове на престъпните групи, които ги управляват. Транспортните документи се унищожават веднага след доставката на стоките, а стоките се продават на крайни клиенти, предимно на черния пазар, в брой, като част от силно прикрита паралелна икономика. Разследваните престъпни организации са отговорни за издаването на фалшиви фактури и транспортни документи, за да прикрият истинското местоназначение на стоките, и за набирането на голяма мрежа от фалшиви фирми, използвани за фалшиви продажби и доставки, с цел да се скрие цялата измамна верига.

Send money to Central & Eastern Europe

New Customers Get
50% off*

transfer fees with
promo code **Ria50**

Money where you need it



Visit us at any of our 1,800+ locations in Canada, including:

Ria Mississauga
3038 Hurontario St Unit 6
Mississauga, ON, L5B 389
Tel: 905-247-0283

Money Corner
6225 Bathurst St
North York, ON, M2R 2A5
Tel: 416-221-6134

Money Transfer Center
4949 Bathurst St Unit 6
Toronto, ON, M2R 1Y1
Tel: 647-870-0069

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

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

UKRAINE 		GEORGIA 		ROMANIA 	
POLAND 	BULGARIA 	MOLDOVA 	KOSOVO, MACEDONIA 	SERBIA 	ALBANIA



Download the Ria app



1.855.355.2141 • riamoneytransfer.com

*Promo code valid for transfer amounts up to CAD\$500 to any country except Vietnam until 12/31/25. certain conditions apply and valid only at participating agent locations. Ria reserves the right to stop promotion at any time. Valid only for first time customers. Only one promo code per customer. Ria telecommunications of Canada, Inc. is registered as a money services business with the Financial Transactions and Reports Analysis Centre of Canada. When the beneficiary receives payment in non-Canadian currency, a retail currency exchange rate that provides revenue to Ria Telecommunications of Canada, Inc. shall be applied in addition to any fees. Service and funds availability may vary based on a variety of factors including without limitation: the service(s) selected, delivery options selected, amount sent, destination country, currency availability, regulatory matters, consumer protection matters, identification requirements, delivery restrictions, agent location hours, and differences in time zones. ©2020 Continental Exchange Solutions, Inc. All rights reserved.

„Остани тази нощ...“

Автор: Дамян Дамянов

*„Остани тази нощ!
Тук при мен остани!
Двете тежки врати
любовта ни ще скрият,
ще ни пазят отвън тези
неми стени.
За една нощ сами ще*

избягаме ние.
Ще избягам във теб,
ще избягах във мен.
В тиха златна гора ще
потънеме двама
и ще гоним насън оня
дивен елен,
който бяга във нашите
сънища само!
Остани тази нощ!
Като куче отвън
ще ни пази до утрото
будният вятър...
Остани тази нощ!...
Остани!...Остани!...
И прокарай ръка по
лицето ми тъмно —
като в лист изпомачкан
моите бръчки махни!
А когато от наште
целувки се съмне
и когато се вдигне
небесният кош,
ти излез, разкажи по
най-бързия вятър

за човешката обич и за
нашата мощ —
и ще стане по-светла
земята...“

„Ела до мен...“

Автор: Дамян Дамянов

*„Ела до мен с
целувката безкрайна
на наште две обречени
тела!*

Ела! Като магия! Като
тайна!
Ела, като безсмъртие
ела!
Като звезда, умряла в
изнемога
от сблъсъка на
срещната звезда!
Ела! Изпепели ме в
своя огън!
Сама стани на пепел!
Но следа
подире ни в небето да
остане!
И с нашта светлина тя
да блести!
На нашто място да
остане рана.
Но с друга светлина
след нас огряна,
вселената ще ни
обезсмърти.“

2001

СВЯТ

**Свръхсекретни
проекти за НЛО в
Netflix: Кой е Травис
Уолтън, човекът, който
твърди, че е бил
отвлечен от
извънземни през 1975?**



Ако сте гледали новия документален сериал за НЛО на Netflix „Строго секретни проекти за НЛО: Разсекретени“ (*Top Secret UFO Projects: Declassified*), вероятно сте любопитни за Травис Уолтън - мъжът, който твърди,

че е бил отвлечен от извънземни на 5 ноември 1975 г., пише Movie Maker.

Уолтън е работил с екип за дърводобив в Националната гора Апачи-Ситгривс близо до Хебър, Аризона, когато твърди, че отвлечането се е случило, според статия от 2015 г. на White Mountain Independent, отбелязваща 40-годишнината от случката.

В „Строго секретни проекти за НЛО: Разсекретено“ историята на Уолтън е „най-известното и

вероятно най-добре документирано отвлечане в историята на феномена НЛО“.

Ето как Уолтън описва преживяването си на конференция за НЛО през 2018 г. във видеоклип, публикуван от AZCentral:

„На път за вкъщи от работа с шестима други мъже се натъкнахме на голям светещ обект близо до пътя. Излязох, приближих се до него и в крайна сметка бях ранен от някакъв енергиен разряд от летателния апарат и бях качен на борда.

Върнаха ме 5 дни и 6 часа по-късно, а междувременно колегите ми бяха обвинени в убийството ми и в измисляне на най-абсурдната история за прикриване на изчезването“, обяснява той.

Уолтън казва, че той и приятелите му са се явявали на множество тестове на детектор на лъжата с полиграф и са ги издържали, с изключение на един свидетел, чийто първи тест е бил обявен за неубедителен.

**LIMITED TIME OFFER
JUNE 22 - JULY 19**
Available in select LCBO stores

**BLACK SEA GOLD
POMORIE**

pentagram
750 mL bottle

pentagram
750 mL bottle

**42.5680°N
27.6156°E
{13MP}**
750 mL bottle

LCBO #39376 **LCBO #41378** **LCBO #39807**

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

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

- Работя 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.

**BLACK SEA GOLD
POMORIE**

LCBO # 43028

БУРГАСКА
40% VOL.
МУСКАТОВА
СПЕЦИАЛА

Available now at LCBO

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

**VIN
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



„Имаше един, който бе неубедителен. Впоследствие той напълно е издържал тест от същия държавен експерт“, казва Уолтън. „Всеки човек е издържал тест от един или повече. По времето, когато екипът е издържал теста, президентът на Американската асоциация на полиграфистите каза, че макар никой тест да не е 100%, вероятността шестима души да преминат тестове по един въпрос и да има грешка в такъв вид тест, би била над 1 към 1 000 000.“

Но, разбира се, има и някои скептици, които не му вярват.

В есето си „Моментът на истината: Тестът за откриване на лъжата при отвличане от извънземни на Травис Уолтън“ (*The Moment of Truth: Travis Walton's Alien Abduction Lie*), публикувано в eSkeptic, Майкъл Шърмър поставя под съмнение достоверността на тестовете с детектор на лъжата и казва, че историята на Уолтън може да е била повлияна от телевизионен филм

за отвличане от извънземни, излъчен малко преди той да разкрие публично историята си.

Две седмици преди отвличането на Уолтън, с приближаването на крайния срок за дърводобив, NBC излъчва в праймтайма си телевизионен филм „Инцидентът с НЛО“, разказващ за случая с отвличането на Бети и Барни Хил през 1961 г.“, заявява Шърмър, добавяйки: „Уолтън и колегите му са били на път да пропуснат крайния си срок от 10 ноември за завършване на дърводобивната работа, след което са щяли да им бъдат отнети 10 процента от договора.“

Уолтън бе интервюиран за историята си в документалния сериал на Netflix, където обяснява, че е сигурен в нея и вярва, че извънземните не са искали да му направят нищо лошо и че всъщност са се опитвали да спасят живота му.



„Отне ми години, за да осъзная, че те не просто събират хора,

за да ги дисектират или нещо ужасно... най-вероятно са се намесили в случилото се с мен, за да коригират тежки, екстремни щети, причинени от изблик на енергия, който вероятно е бил случаен“, казва той в документалния сериал.

Емери Смит, бивш учен от ВВС на САЩ и медицински изследовател, подкрепя теорията на Уолтън.

„Травис се е приближил до превозно средство и се е приближил твърде много до електромагнитното му поле, което вероятно е спряло нервната му система и са го отвели, за да му помогнат и да го реанимират“, казва Смит в документалния сериал.

Уолтън казва, че не се притеснява от скептиците.

„В моя случай е най-добре просто да се съсредоточа върху разглеждането на фактите по моя случай и опитите да дискредитирам нещата, и да разоблича хората, които отправят подобни обвинения“, казва той, „и да покажа, че те са тези, които наистина трябва да подобрят способността си за мислене, знаете,

рационалността си.“

Без физически доказателства, които да потвърдят историята на Уолтън, може никога да не разберем точно какво се е случило в онази ноемврийска нощ в Аризона - но има още много наблюдения на НЛО и истории за отвличане от извънземни, откъдето идва това в „Строго секретни проекти за НЛО: Разсекретени“, който сега се стриймва в Netflix.

Mankeeping: защо жени тихо се отказват от връзки



Учените казват, че има ново явление, което кара жените да „прекратяват“ връзките си с противоположния пол завинаги, наречено ‘mankeeping’, предава UNILAD.

Жените очевидно прекратяват връзките си в безпрецедентен мащаб поради скок в неуправляемия емоционален труд, утежнен от това, което експертите твърдят, че е предизвикано от „рецесия на мъжкото приятелство“.

Самотата вече бе обявена за национална епидемия от бившия главен хирург на САЩ Вивек Мърти през 2023 г. и според последните проучвания младите мъже в Америка на възраст между 15 и 34 години се считат за сред най-самотните в Западния свят. През последните три десетилетия социалните контакти на мъжете очевидно са намалели в сравнение с тези на жените, което кара много мъже с по-малко близки връзки със събратята си от същия пол да разчитат на жените в живота си

за подкрепа.

Според изследванията жените компенсират липсата на мъжки приятелства. Сега ново психологическо проучване разкрива, че свиващите се кръгове на приятелство сред мъжете са се отразили на техните партньорки, като жените според съобщенията предпочитат да прекарат живота си в самота, вместо да поемат допълнителния емоционален товар.

Тази емоционална зависимост е

натрупала прекомерен натиск върху жените, разкрива статията, публикувана в „Психология на мъжете и мъжествеността“ (Psychology of Men & Masculinities reveals), която изследователи от Станфорд теоретизират като концепция, която те наричат ‘mankeeping’.

‘Mankeeping’ или мъжкото самотно поведение се отнася до усилията, които жените полагат, за да компенсират по-слабите социални

мрежи на мъжете, което може да натовари времето и благополучието им“, се казва в проучването. Експертите казват, че мъжката самота е епидемия в САЩ, като засяга особено по-младите мъже.

„По-конкретно, „мъжкото поведение“ се определя като трудът, който жените поемат, за да компенсират загубите в социалните мрежи на мъжете и да намалят тежестта на мъжката изолация върху

Прод. на стр.14 >>

ПАМЕТНИЦИ НА ДОБРИ ЦЕНИ

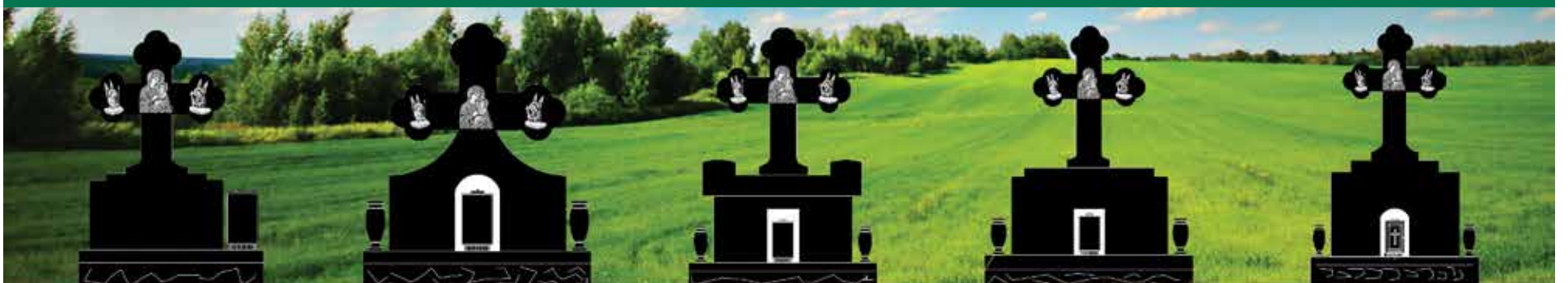


Memorial Galleries Inc.

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



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: kitty@memorialgalleries.ca
www.memorialgalleries.ca

<< *Прод. от стр.13*

семействата и върху мъжете.“ Те твърдят, че нарастването на това явление добавя още един слой към купчината неравенство между половете, с което жените се сблъскват в домовете си и в романтичните си връзки.



Анджелика Ферара, водещ автор на статията и постдокторант в Института Клейман за изследвания на пола към Станфордския университет, казва, че изследването разкрива, че жените прекарват по няколко часа всяка седмица, помагайки на мъжете в живота им с тяхното емоционално и социално благополучие.

Тя добави, че „мъжкото поведение“ като това е до голяма степен невидимо и не се отнася само за техните партньори, но и за членовете на техните семейства, колеги и приятели.

Проблемът очевидно е станал толкова сериозен, че жените предпочитат да нямат връзки с мъже. Документът

разделя теорията на три компонента: емоционална подкрепа, изграждане на социални мрежи и преподаване на социални умения. В него се твърди, че жените „склонни са да предоставят по-голяма емоционална подкрепа на мъжете, които не я получават другаде“ и че това осигуряване е „форма на труд“ и „бреме за времето им“, което не е „еднакво реципрочно“. Токсичната комбинация е толкова лоша, че според съобщенията отблъсква жените от връзки и ги кара „тихо да се оттеглят“, при което психически се отказват, но физически остават наоколо.

Друго проучване по подобен начин установи, че изумителните **23% от жените сега са по-малко склонни да искат да излизат с някого**, отколкото мъжете, след като са установили, че са инвестирали твърде много емоционален труд в предишни връзки.

Национален парк Тижук в Рио де Женеиро: Възраждане на най-голямата градска гора в света



След като гората бе унищожена от колониални плантации, амбициозна програма за възстановяване на дивата природа сега има за цел да гарантира оцеляването на древната дъждовна гора на Рио де Жанейро.

В един момент се задушавам от изпарения под бетонен надлез. Минути по-късно съм облян в пот, лепкав от дишането на гора. Това не е нещо, което усещате във всеки град – особено в такъв с повече от 6 милиона жители. Рио де Жанейро може да е известен със своите плажове, футбол и карнавал, но малцина осъзнават, че се намира най-голямата градска гора в света: гората Тижук - така започва материал на Жоел Балсам, публикуван в BBC.

Тижук не е типична гора. За първи път защитена през 1861 г. – десетилетие преди първия национален парк в Съединените щати – гората Тижук е 40 кв. км парче от Атлантическата гора, някога обширен

биом, който е покривал 1,000,000 кв. км от бразилското крайбрежие. Днес приблизително 15% от Атлантическата гора е останала, унищожена от плантации за захарна тръстика и кафе, както и от дърводобива от европейските колонисти, които за първи път стъпиха на бреговете на Бразилия през 16-ти век.

В Рио де Жанейро загубата на Атлантическата гора през следващите 200 години е била почти смъртна присъда за младото селище. Реките, които са задушили града, са пресъхнали и сушата е била неизбежна. Император Педро II (вторият и последен император на Бразилската империя, царувал 58 г. – б.р.) е имал решение през деветнадесети век: да върне гората. Така през 1860-те фермерите и градските жители, живеещи на горски земи, са били експроприирани, а на поробените африканци е било наредено да засадят повече от 100,000 дървета. Те обаче не връщат много от животинските видове, които някога са обитавали гората. През 1967 г. гората Тижук е обявена за

национален парк, разделен на три несвързани сектора: гората Тижукa западно от центъра на града; Кариока, където се намира статуята на световното чудо Христос Изкупител; и планините Педра Бонита и Гавеа с изглед към плажа. Оттогава Национален парк Тижукa се е превърнал в най-посещавания в страната, с над 3.5 милиона посетители годишно.



„Представете си само за секунда Рио без гората, само голите планини и моретата – Рио вече нямаше да е прекрасният град“, каза Фернандо Фернандес, професор по екология във Федералния университет на Рио де Жанейро и съосновател на природозащитната организация Project Refauna.

Но гората Тижукa не е просто наслада за окото – тя е критичен регулатор на температурата и източник на прясна вода за втория по големина метрополис

в Бразилия. Когато се разхождате през Национален парк Тижукa, гората изглежда сякаш процъфтява. Пътеки, водещи до повече от 30 водопада и изкачвания на емблематични планини като Педра да Гавеа и Педра Бонита, разкриват буйна флора с увиснали лози, гигантски джакфрут, разпръснат по земята, и сладки маймуни капуцини, които ядат банани.

Причината високите дървета в Тижукa да се борят да се разпространяват е, че в гората няма много от животните, разпространяващи семена, които са виреели там. **„Ако няма животните, няма и дърветата“,** каза Катарина Крайшер, изследовател от Project Refauna.



Дърветата растат с цветни, вкусни плодове, за да привлекат гладни животни, които след това смилат семената и ги изхвърлят другаде, разпространявайки растителните видове из гората, обясни Крайшер. Но много

от животните, разпространяващи семена, изчезнаха от тази конкретна част на гората, когато тя беше изсечена, и никога не са се завърнали. Ето защо Project Refauna връща фауната в Тижукa – тай като гората не е само дървета; тя е и животни. Гората Тижукa е била дом на **33 вида големи и средни по размер животни, включително ягуари, тапири и пекарии,** но са останали само 11. Project Refauna би могъл хипотетично да върне някои от тези животни, но много от тях изискват много по-голяма площ за лов или са просто твърде опасни, за да бъдат пуснати наред с града. Затова проектът се насочва към видове, които са ендемични за гората, лесни за работа и виреят другаде в Бразилия.

През 2009 г. Project Refauna отново върна червеноопашатия агути, гризач с размерите на котка, който бе ловуван до изчезване в гората Тижукa, но все още пълзеше другаде в града. Петнадесет години по-късно, по време на посещението си, видях въздействието на проекта.

Подобно на агутитата, костенурките са страхотни разпространители на семена, тъй като ядат почти всичко, а бавният им храносмилателен тракт им позволява да се изхождат далеч от растението-родител. За разлика от агутитата обаче, костенурките не са успели да виреят в гората Тижукa – от 56-те въведени костенурки са останали само 30, тъй като много от тях са били убити от градски кучета, които нахлуват в парка. Планът е да се продължи работата по хранителната верига чак до оцелотите (средно голяма петниста дива котка), най-големият хищник, който някога е живял тук, преди Рио да стане града, който е днес, и който теоретично би могъл да оцелее отново в гора с такъв размер.

Разходките в гората, потапянето в гледките и изучаването на нейната флора и фауна напомнят на хората, че тази гора не е само за отдых на Рио, а е жизненоважна за оцеляването на града.

Sweet Gallery

Since 1974, the Sweet Gallery has been creating the finest European cakes and pastries in the Greater Toronto Area.

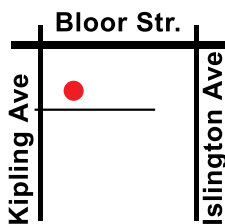
- European Tortes and Pastries – Krempita, Dobos, Beigles, Reform, Opera, Caramel Crunch, Figaro and more
- Holiday Desserts including Viennese Strudel, Tutti Fruitti cookies, Stollen, & Christmas Cookie Boxes
- Dessert Tables and European Wedding Cakes
- Slab cakes, Small French Pastry, Petit Fours, 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



81-годишен мъж кара луксозен Мерцедес по Испанските стълби в Рим



81-годишен мъж е заявил пред италианската полиция, че е „сгрешил“, като е шофирал по известните Испански стълби в Рим, след като пожарникари е трябвало да извадят превозното му средство от римската забележителността в ранните часове на 18 юни, предава CNN.

заседнал по средата на стълбището от 18-ти век около 4 часа сутринта на 18 юни, съобщиха също от италианската пожарна служба в изявление. Пожарната служба е трябвало да използва кран в подножието на стълбите, за да повдигне автомобила от стълбището. Видими са били повреди по превозното средство, но не е ясно дали това е резултат от инцидента.



Мъжът не е пострадал при инцидента, но въпреки това е бил откаран в болница, където е дал отрицателни проби за употреба както на наркотици, така и на алкохол, събщи градската полиция в изявление.

Мъжът е имал валидна шофьорска книжка, според италианските медии. Съгласно италианското законодателство шофьорите над 80-годишна възраст са задължени да подновяват книжката си на всеки 2 години и да се подложат на медицински преглед, който включва основни когнитивни въпроси.

Шофьорът, чиято самоличност не е разкрита, е казал на служителите, че „отива на работа“ и е завил в грешен завой, според съобщения в италианските медии. Не е ясно дали е използвал GPS устройство.

Стълбите в момента са затворени за публика. Нормалната процедура, когато историческите

Сивият Mercedes-Benz A-класа е

Прод. на стр.20 >>

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. 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.19

паметници на Рим са засегнати от инцидент, е археолозите да ги инспектират за повреди.

През 2022 г. саудитски мъж се забърка със закона, след като слезе с **Maserati** по Испанските стълби. Той бе обвинен

в тежки щети на културно наследство и паметници, след като колата причини пукнатини на 16-то и 29-то стъпало на дясното стълбище, издигащо се от площад „Испания“.

Същата година двама американски туристи бяха глобени и за

кратко им бе забранено да влизат в центъра на Рим, след като повреди стълбите с електрически скутери.

Стълбите дължат името си на испанското посолство към Светия престол, което се помещава в палачо на площада отдолу.

Двугодишна реставрация на забележителността - която се появява в множество филми, най-вече в „Римска ваканция“ от 1953 г. с участието на Одри Хепбърн и Грегъри Пек – бе завършена през 2015 г.

ЗДРАВЕ

Внимание! Силно слънце!



здраве.bg

Слънчевото изгаряне е кожна реакция в резултат на прекомерно излагане на ултравиолетова радиация (UV). За разликата от слънчевата светлина и топлина, които могат да бъдат усетени, ултравиолетовите лъчи са невидими, но не и безобидни – те могат да предизвикат трайни увреждания на кожата.

UV-радиацията притежава голяма способност на проникване и достига до земната повърхност дори и през облаците. Затова и изгаряне в

резултат на нея може да се развие само след няколко минутен престой на слънце, при това не само през летните месеци.

Слънчевото изгаряне е много разпространено оплакване. Сред най-рисковите групи са особено любителите на плажа, риболова, зимните спортове, градинската работа и всички хора, които стоят дълго време на открито, изложени на слънчевите лъчи. Освен слънцето, солариумите са също честа причина за изгаряния. Докато леките изгаряния могат да бъдат лекувани в домашна обстановка, тежките изискват полагането на определени професионални медицински грижи, за да се избегнат по-нататъшни усложнения.

Дългосрочните ефекти от продължителните и многократни слънчеви изгаряния включват преждевременно стареене на кожата и увеличен риск от кожен рак, включително меланом. Причинените кожни увреди обичайно са необратими. Ето защо предпазването от слънчево изгаряне е най-добрата стъпка!

Натурални лекове за възпалено гърло



здраве.bg

Възпалението на гърлото се развива в резултат на увреждане на чувствителните мембрани по задната

му стена. Най-честите причинители на това неприятно състояние са бактериите и вирусите. Докато бактериалната инфекция не бива да се подминава, а да се лекува активно – с предписания от специалист, вирусните заболявания – най-често настинка и грип, могат да бъдат облекчени и в домашна обстановка. И все пак преди да предприемете самолечение добре е да се консултирате със своя лекар.

Чесън

Чесънът е растение, което притежава многобройни лечебни свойства, включително антибактериално и антивирусно действие. Освен това чесънът съдържа витамин С – антиоксидант и стимулатор на имунната система. Най-вече поради тази

<< *Прод. от стр.20*

причина различни по манталитет народи са внедрили в културата си тази ценна храна.

Ефективността на чесъна в лечението на възпаленото гърло се дължи на съдържащите се в него антивирусни агенти. Може да се консумира в сурово или сготвено състояние. Освен специфичния му мирис не се наблюдават други странични ефекти.

Лют червен пипер

Ефективността на лютия червен пипер е известна на много народи от дълбока древност. Съставката капсаицин, придаваща характерния лютив вкус на подправката, е причина и за антивирусното ѝ действие. В случай, че страдате от възпалено гърло, причинено от вирусна инфекция, добавете лют червен пипер към смес от сол и лимонов сок и с получения разтвор изплакнете устата си. По този начин ще отстраните полепналата по стените на гърлото слуз и ще облекчите болката, твърдят специалисти. Течността не трябва да се поглъща, а да се жабури, след което да се изплюе. Ако вкусът ѝ не ви понася, добавете мед и ванилия.

Лимон

Той е и много богат на витамин С. Лимонената киселина притежава способността да разтваря и отстранява налепите по гърлото, типични за вирусната инфекция. Витамин С пък подсилва имунната система, с което допринася за справянето с вирусите.

За да подобрите вкусовите качества на лимоновия сок, може да му добавите лъжичка мед. Подхождайте с внимание - тъй



ДОСТАВКИ ПО ДОМОВЕТЕ

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

Great selection of
Greek wines & spirits.

405 Donlands Ave.

(416) 421-2400

info@selectbakery.ca

www.selectbakery.ca

f /selectbakery

o @selectbakery

<< *Прод. от стр.19*

като лимоните притежават висока киселинност, всекидневната им консумация може да увеличи риска от увреждане на зъбния емайл.

Защо болят краката



здраве.bg

Със сигурност няма човек, който не е страдал от болка в краката. Но какво точно означава тази болка: обикновена умора, изкълчване, варикоза? И към какъв лекар трябва да се обърнем за консултация и помощ?

Краката ни болят по-често отколкото ръцете, защото когато вървим или стоим на една място, именно върху тях пада тежестта на цялото ни тяло. При повече движения мускулите са в тонус, но при заседнал живот те стават отслабват и се отпускат. И когато организмът се сблъска с по-сериозно натоварване, болката не закъснява. И не е нужно да сме носили чувал с цимент. Проблемите могат да възникнат и след упражнения във фитнес залата, ако човек дълго време не се е занимавал със спорт.

След зимата (която се характеризира със значително по-заседнал начин на живот) натоварванията трябва да бъдат постепенни. **Мускулните болки от преумора** са най-безобидният тип болка – те минават след няколко дни без следа, но пък съществува

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.



риск от получаването на травма.

Човекът трябва да наблюдава и **теглото си**, защото при проблеми с килограмите краката се натоварват допълнително.

При **дископатия** мозъкът получава сигнали за болка в краката, но човек всъщност се нуждае от друго лечение. Как да познаем този тип болка? Тя като че ли “прострелва” крака, най-вече по външната му повърхност и се засилва при резки движения. При подобни случаи трябва да се потърси помощ от специалист, който се занимава със заболявания на гръбначния стълб. Никакви мехлеми и масажи няма да помогнат. За да се разреши проблемът, трябва да се излекува дископатията.

Препоръчителен е ортопедичният колан, който облекчава състоянието.

Болките в краката могат да бъдат свързани и с кръвоносните съдове – венозни и артериални. Значително по-често възникват проблеми с вените – при варикоза.

При варикозно разширяване на вените тъканите не получават достатъчно кислород, в тях се натрупват токсични вещества от обмяната на веществата, а всичко това раздразва нервните окончания и способства за възникването на болка.

Тя създава продължителни неприятни усещания и човек изпитва потребност да легне и да си вдигне краката по-високо. Лечението следва да бъде комплексно, като в този случай носенето на специален компресен трикотажаж способства за облекчаването на болката.

Ако поради някакво заболяване се извършва свиване на артериите, реакцията на натоварването възниква много бързо. Когато мускулите започват да работят, те изпитват кислороден глад, тъй като циркулацията на кръвта в артериите е нарушена. Човек изпитва остра болка, която го принуждава да спре, докато болката отmine. В този случай носенето на специален трикотажаж няма да помогне, а дори ще навреди.

Често болката в краката може да бъде

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*

следствие от **стара травма**. Това може да бъде не само счупване на костите, но и травми на сухожилията.

За да бъде ефективно лечението, трябва да се определи конкретната причина за болката.

Основните правила са две: търсене на лекарска помощ (в противен случай могат да възникнат усложнения) и активно използване на специални ортопедични приспособления, които по ред причини са по-полезни от гипса - те позволяват на увредените крайници да се движат, т.е. премахва се натоварването в областта на травмата, а мускулите остават в тонус.

Плоското стъпало (дюстабанът) е друга причина за болки в краката. Статистиката показва, че от **плоскостъпие** днес страда всеки втори човек. Ако деформацията на стъпалото е голяма, болките са в предната група мускули. Тази болка не е рязка, но се засилва с настъпването на вечерта.

За да се облекчи състоянието трябва задължително да се носят удобни обувки, като се избягват тези

на висок ток. В качеството на профилактика могат да се използват качествените ортопедични стелки. Те предпазват и от появата на това заболяване.

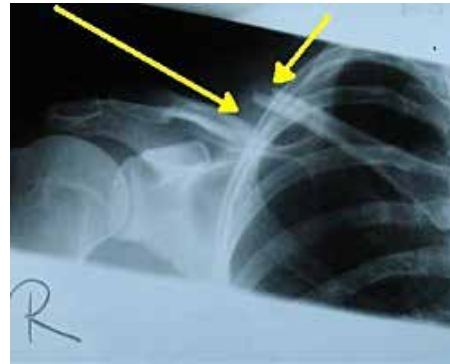
Болките в ставите са един от основните симптоми на артритата и **артрозата**.

Обикновено тези заболявания се срещат при по-възрастните хора. Лечението трябва да бъде комплексно – не трябва да се забравя, че болката е само един от симптомите.

В редки случаи от болки в ставите страдат и по-млади хора. Установено е, че в 90% от тези случаи причината за подобни проблеми е хламидиозата.

Във всички случаи диагнозата трябва да си постави от лекар. Самолечението и самостоятелната диагностика са твърде рискови, а профилактиката е най-доброто решение. Ако болката вече е възникнала, тя не трябва да се търпи, а незабавно да се потърси специализирана помощ.

Рентгенът: вреден, но понякога все още незаменим



здраве.bg

Някои хора отказват да им бъдат правени рентгенографски или флуорографски изследвания поради страха си от облъчване. От друга страна, част от заболяванията и травмите изискват такава диагностика да се провежда дори няколко пъти годишно. Уврежда ли всъщност рентгенът здравето ни?

Безусловно трябва да се признае, че йонизиращото излъчване не е полезно за човешкия организъм. Това не оспорват и специалистите-рентгенолози. Именно затова рентгенографски изследвания не се правят на деца под 15 години, както и на бременните и кърмещи жени, ако за това няма преки медицински показания.

Детският организъм расте, а това означава, че неговите клетки се делят много по-често,

отколкото при възрастните. Колкото по-голямо е количеството на делението (на митозите), толкова по-голям би бил процентът на техните мутации под въздействието на йонизиращото облъчване и толкова по-висока е вероятността тези мутации да провокират едно или друго заболяване.

Не случайно рентгенолозите и лаборантите получават допълнителни дни отпуска, парична добавки и дори мляко.

Но към проблема с облъчването трябва да се подхожда претеглено.

Рентгенографското изследване на гръдния кош например позволява навреме да се диагностицира евентуалното наличие на туберкулоза или рак на белите дробове, когато още не са засегнати лимфните възли и човекът може да бъде спасен.

Също така според предписанията всяка жена, навършила 40, трябва веднъж годишно задължително да си изследвате гърдите (мамография).

Според статистиката за заболяемостта от

<< Прод. от стр.24

туберкулоза и рак, у нас се правят твърде малко рентгенографски изследвания.

Често възниква и следният въпрос: каква доза облъчване може за получи човекът без вреда за неговото здраве?

Хората могат условно да се делят на 3 групи. Първата е профилактична, т.е. това е здравият контингент. За тази група безопасната годишна доза е един милисиверт (мСв или mSv).

Втората група са хората, на които се назначават рентгенографски изследвания заради заболявания на вътрешните органи (но не и рак). Третата група са онкологично болните и такива с множество травми.

Според специалистите, увеличаването на дозата до 5 милисиверта годишно не носи непосредствена опасност за здравето. Те едновременно с това подчертават, че без необходимост рентген не трябва да се прави, а флуорографията трябва да се назначава веднъж годишно, за да си изключат по-сериозните заболявания и по-

сериозното облъчване (например при онкологичните болести).

Емоциите подхранват секса



здраве.bg

Емоциите са най-честата причина за сексуалните разстройства, особено при мъжете, твърдят експерти от Американската академия на семейните терапевти.

Прието е да се смята, че мъжката еректилна дисфункция по-често се предизвиква от физически фактори като високо кръвно налягане, диабет и увреждане на половите органи. Според американските специалисти обаче дори по-голяма роля имат емоционалните фактори.

Мъжката несъстоятелност в леглото може да бъде предизвикана от такива емоционални фактори като **усещане за потиснатост, чувство за тревога и невроза,**

стрес, предизвикан от работата, семейни или финансови проблеми.

Неразрешените проблеми между мъжа и сексуалния му партньор, чувството за неловкост и срамежливост, страхът от това каква ще е реакцията на партньора, страхът от отказ – всичко това може да стане причина за неуспехите и да провокира провала на “интимния фронт”.

От психологическа гледна точка за мъжа провалът в леглото е една от най-трудно поносимите ситуации. За съжаление мъжете, понякога извършвайки недопустими грешки, сами се поставят в това неудобно положение.

Сексолозите от университета на Чикаго са изучили най-разпространените грешки на мъжа. На първо място стои **проявата на мъжкото его**, т.е. незабавното заспиване след половия акт. На второ е прекомерното значение, което се отдава на точката G, чиято чувствителност е наполовина небивалица и само наполовина истина. Всъщност в доста случаи това “излъчване” на женските интимни места не доставя на

жената особена наслада, а точно обратното – предизвиква нейната отрицателна реакция.

Прекалената отговорност и готовност на мъжа да изпълнява пречи по време на секса. Едва дочул звъненето на телефона, забравяйки за интимните ласки, той се посвещава на деловите въпроси. Мъжете, които обичат по време на секс да разкриват своите емоции чрез страстни викове, да ходят в тоалетната или да правят всичко набързо трябва да се откажат от тези свое навици, твърдят американските специалисти, цитирани от BBC.

Известно е, че **мъжът на 30-33 години е в зенита на своята сексуална активност**, а след 37-40 годишна възраст започва нейният естествен спад.

Повечето учени са убедени, че основната причина за потиснатото състояние на мъжа е намаляването нивото на тестостерон в кръвта. Този мъжки хормон влияе почти на всички процеси в организма.

С възрастта трябва да се наблюдава

ниво на хормоните в кръвта. Опитът показва, че често е необходима само малка допълнителна доза тестостерон и мъжките успехи не само в леглото нарастват неимоверно.

Пиле с ориз и гъби



Рецептата е публикувана в dieti.info

Необходими продукти:

1 пиле (около 1 кг)
150-200 г гъби
1-2 глави лук
1-2 моркова
1 домат
1 ч.ч. ориз
90 г масло
магданоз
копър
джоджен
бульон

Начин на приготвяне:

Сварете изчистеното и

нарязано на парчета пиле в леко подсолена вода и добавете гъбите.

Отделно задушете дребно нарязаните лук и моркови, ориза и домати в загрялото масло.

Прибавете и гъбите, нарязани на ивички, и изсипете сместа в тава.

Най-отгоре наредете пилето, прибавете подправките и залейте с 4 ч.ч. бульон.

Печете в умерена фурна, докато ориза стане готов.

Кухня: българска

Основни продукти: пилешко месо, ориз, гъби

Начин на

приготвяне: печена, варена

Време за приготвяне: 60 - 120 минути

Супа от спанак с чесън



Рецептата е публикувана в dieti.info

Необходими продукти:

1/2 кг спанак (или 1 пакет замразен)

5-6 скилидки чесън

1 к.ч. ориз

1 с.л. брашно

3 с.л. олио

магданоз

оцет (или лимонов сок)

сол на вкус

Начин на приготвяне:

Задушете нарязания на ситно спанак в мазнината и малко вода (ако използвате замразен, предварително го прекарайте през вряла вода). След това добавете ориза, предварително размитото в малко студена вода брашно и залейте с 1,5 л вода. Варете докато оризът омекне и след като свалите от огъня, прибавете счукания чесън, оцета/лимоновия сок и сол на вкус.

Може да поднесете поръсена със ситно нарязан магданоз.

Кухня: българска

Основни продукти: спанак/ лапад/коприва

Начин на приготвяне: варена

Време за приготвяне: 20 - 30 минути

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.

Всички знаят, че стадото бизони тича със скоростта на най-бавния бизон. Когато индианци нападнат стадото, първо умират последните – най-бавните и слаби животни. Така естественият подбор помага на стадото, защото остават побързите и силните, а самото стадо става побързоподвижно.

И човешкият мозък не може да работи побързо от най-бавните си клетки. Прекалената употреба на алкохол, както знаем, убива мозъчни клетки, естествено – първо най-бавните. По тоя начин редовната употреба на бира унищожава бавните мозъчни клетки, като прави от него бърза и ефективно действаща машина.

Това обяснява защо след две бири започвате да се чувствате все по-умен.



В малко курортно градче идва нова учителка.

– Деца, кой от вас ще ми каже колко сезона има?

– Пет, госпожице!

– Как пет?

– Пролет, лято, есен, зима и мъртъв сезон.



– Съжалявам, господин съдия, аз наистина стоях на колене на сред шосето. Но това с нищо не доказва твърдението, че съм бил пиян като дъска!

– А как ще обясните факта, че сте опитвали да навиеете осевата линия?



Стар печатар седи в шезлонг край морето с чашка в ръка. Подръпва през сламчицата, сваля слънчевите очила и поглежда към лятното небе:

– Циан – 75 процента, магента – десет...

Красота...



Детето на електротехник пристига вкъщи с подуто око.

– Какво е станало? –

ужасява се майка му.

– Осата е виновна!

От едната страна изолацията е била дефектна!



Вечер. Семейство се прибира от гости и подкрепя пийналия си татко.

Синчето пита:

– Тате, защо днес луната е такава кръгла?

Бащата поглежда нагоре.

– Че казва ли ти някой?

– А защо звездите са

толкова мънички?

Бащата мисли.

– Че защо да са големи?

Майката се намесва:

– Остави баща си на

мира! Не виждаш ли, че е уморен!

Бащата се сърди:

– Остави детето! Нека пита – да знае!



В автобуса се качва пиян.

– Д-два билета!

– Още нещо? – пита

ехидно шофьорът.

– М-може и две

бирички...



– От кого чу тази ужасна дума? – нахвърля се майката върху сина си.

– От дядо Коледа!

– Не може да бъде!

– Може, може! Каза я на Иванчо, когато оня го улучи със снежна топка по окото...



Джентълмен пита бармана:

– Какви са съставките на този коктейл?

– Захар, мляко и ром.

– Странна комбинация...

А как е на вкус?

– Превъзходен, сър!

Захарта е за сила, млякото – за енергия...

– А ромът?

– Ромът – за идеи къде да си приложите силата и енергията.



– Странна работа, поканих те да пийнеш за мое здраве, а ти обръщаш вече пета чаша...

– Извинявай, ама ти изглеждаше толкова зле...



– Бира? – пита келнерът. – Не, благодаря, с кола съм... Една газирана вода!

След минутка келнерът се връща с две бири.

– Вече може да си пийнете, паякът току-що вдигна колата ви.



Млада майка се оплаква:

– Никаква работа не вършат тези книжки за отглеждане на деца! В моята пише, че след като детето си изпие шишето с мляко, трябва да го изплакна със студена вода и да го измия с четка.

– Точно така се прави!

– Да, ама на детето никак не му харесва и реве, сякаш го коля!

Деца донесли при котката котарак, за да си имат котенца.

По някое време приятелчетата звънят по телефона:

– Как върви?

– Лоша работа. Даже още не се целуват!



В кръчмата.

– Позволете...

– Позволете ми да не ви позволя!

– Не позволявам да не ми позволявате!

Час по анатомия.

– Деца, кой ще ми каже какво представлява гръбначният стълб?

– Ами, това е едно нещо, което минава през тялото, само че отзад.

На горния му край е главата, а на долния седим...



Приказка с щастлив край:

Веднъж едно малко момиченце отишло в гората да бере цветя и се загубило...

Но тъй като всички приказки трябва да имат щастлив край, и тази ще завърши добре – вкъщи никой не забелязал, че момиченцето го няма, и всички радостно продължили да празнуват рождения му ден!



Баба играе с внучето си на карти.

– Ама ти лъжеш!

– Да, бабо!

– Знаеш ли какво става с тези, които лъжат?

– Знам, бабо – печелят!





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



www.FirstAutoGroup.ca

sales@firstautogroup.ca

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

SALES:

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

MECHANIC SHOP:

Monday to Friday 9:30am- 5pm



Бивш мениджър на Суонзи работи на летище след уволнението си „Според мен мотивацията в живота е всичко,“ казва Люк Уилямс



The former Swansea boss, Howard, works at Bristol Airport four months after leaving the club.

Бившият мениджър на футболния клуб Суонзи Люк Уилямс изненада феновете, като започна нова работа на летище Бристъл само четири месеца след като напусна клуба от Чемпиъншип. 44-годишният футболен специалист преди това е бил мениджър на Нотс Каунти и Суиндън, а в момента е в платен отпуск, след като бе уволнен от уелския отбор, предава британския Daily Mail.

Уилямс, който издържа едва 13 месеца в Суонзи, помага за транспортирането на пътници с увреждания и ограничена подвижност около летището и работи там от две седмици, според The Athletic.

Въпреки че изглежда няма финансова нужда от новата му работа, според съобщенията той иска да прави нещо смислено в свободното си време. Снимка на Уилямс, носещ светлоотразителна жилетка докато работи, се появи онлайн, шокирайки феновете и карайки някои да се запитат дали това е измама.

Бившият треньор на Брайтън до 21 години игра

за младежките отбори на Бристъл Роувърс и Норич, но контузия на коляното сложи край на игралната му кариера и той се фокусира върху треньорството на юноши до 19-годишна възраст.



Williams lasted just 12 months at Swansea and helps transport disabled airport passengers.

Преди да започне мениджърска кариера, той товареше камиони за **British Home Stores** в индустриален комплекс и караше микробуси от летища и нощни клубове, дори превозваше строителни работници до Олимпийския парк в Стратфорд.

Запитан миналата година за важността на работната етика, той каза пред The Guardian: „Според мен мотивацията в живота е всичко.“

„Осъзнаването в края на тийнейджърските ми години, че животът ще бъде монументална борба, че животът ще стане много труден и светът ще стане много враждебен за някой без квалификация, без контакти, от работническата класа... който желае да се храни и да се грижи за себе си, ме мотивира.

„Осъзнах, че съм способен да толерирам почти всичко, стига да мога да имам покрив над главата си и нещо за ядене.

„Така започна мотивацията. Не мисля, че наистина съм се отдалечил от това. Все още се чувствам толкова

несигурен по този начин, колкото и преди.“ Той добави: „Понякога работех по 20 часа без прекъсване, след което си почивах три или четири часа и се връщах на работа.“



The 44-year-old reportedly wants to do something meaningful with his time off from coaching.

Ако работата му на летището не върви по план, Уилямс може да поеме работа като електротехник, тъй като завърши курс след като напусна Суонзи за първи път през 2023 г.

Англичанинът се раздели Суонзи през февруари след серия от 7 загуби в 9 мача от лигата. Отборът бе на 17-то място в Чемпиъншип, когато той напусна, и в крайна сметка завършиха сезона на 11-то място.



Уимбълдън - тенис турнирът, известен с богатите си традиции, ще започне без участието на линейни съдии за първи път в 148-годишната си история по-късно този месец.

Турнирът от Британския шлем се присъединява към Откритото първенство на Австралия и Откритото първенство на САЩ, за да приветства промяната, като Ролан Гарос вече е единственият

голям турнир, който все още разчита на линейно съдийство без технология, предава The First Serve.

Главният изпълнителен директор на All England Lawn Tennis Club Сали Болтън потвърди промяната.

„Мисля, че линейните съдии вероятно осъзнават, че с развитието на технологиите и постоянната промяна в много от другите турнири, това вероятно е неизбежно“, каза тя пред медиите.

„Мисля, че много от тях очакваха тази промяна да дойде, а тези, които ще се присъединят към нас за Шампионата в ролята на асистенти на мача, очевидно все още са щастливи да бъдат част от провеждането на Шампионата.“

Това бележи най-драстичната промяна, въведена от All England Club от въвеждането на технологията Hawk-Eye за преглед на линиите през 2007 г.

„Време е да продължим напред“, продължи Болтън.

„Абсолютно ценим ангажимента, който линейните съдии са оказали на Шампионата през много години. Значителен брой от тях се завръщат в нова роля като асистенти на мача, така че сме наистина доволни, че много от тях все още участват.“

Прод. на стр.28 >>

<< Прод. от стр.27

Най-големият въпрос за Световното клубно първенство все още няма отговор – ИНТЕРЕСУВА ЛИ СЕ НЯКОЙ?



Сделка за излъчване на мачове за £1 милиард, наградата от £97 милиона за победителите, гаранцията за минимум £30 милиона за участниците във Висшата лига. Съществува възможност за неочаквани печалби, които биха могли да донесат вътрешно господство за клуб извън Европа. Съществува потенциалната награда от пробив на футбола в Америка, тъй като всеки се стреми да изгради своята марка.

В известен смисъл обаче Световното клубно първенство зависи от различен вид инвестиция. Каквито и да са големите парични цифри, те се нуждаят от подкрепа: не от партньорите на ФИФА, а от частта от футболното семейство, с която рядко се консултират – феновете, се казва в обширен материал в британския *The Independent*.

Световното клубно първенство е битка за сърцата, умовете и очите. Въпросът е дали – и е твърде рано да се правят окончателни заключения – хората ще се включат в него; дали ще инвестират времето,

надеждите и емоциите си. Може би е най-лесно да се оцени публиката, която посещава мача. Празните места предполагат, че ФИФА е преценила погрешно баланса на търсенето и предлагането, като е избрала някои места, които са били твърде големи, и е направила билетите твърде скъпи. Отчасти става въпрос за американските фенове, отчасти за това колко клубове са довели значителна туристическа подкрепа, а доказателствата са смесени.



Но има по-широк тест - проведен не в Атланта или Сиатъл, а на фотьойли и дивани. Колко от тях се включват и колко често? Защото има публика, която ФИФА ще преследва, надявайки се интересът, който проявява към установените състезания, да бъде прехвърлен към ново – или разширена, или преоткрита. Има и публика на летните турнири, тези, които, ако могат, биха се опитали да гледат всеки мач от Световно или Европейско първенство; ще предприемат ли същия подход към Световното клубно първенство?

Има хора, които в груповите фази и осминафиналите не биха стигнали толкова далеч,

но биха се включили за основния мач за деня. Дали отделят по няколко часа всяка вечер за Световното клубно първенство?

След това е прецедентът с Шампионската лига. С множество мачове едновременно, никой не вижда всичко. Но има много, които няма да пропуснат нищо в края на турнира.

Въпросът е дали Световното клубно първенство ще се превърне в предварително записана дата; дали милиони, по целия футболен свят и поотделно, ще решат да запишат датата в календара си.

И ако отговорите бъдат различни, с ранните индикации, че Южна Америка е полярвала на Световното клубно първенство повече от Европа, има редица фактори. Те включват време и време: за европейската публика късните начални часове са отблъскващи; за всички рискът от 100-градусова жегата може да намали зрелищността на по-ранните.

Въпреки че имаше основателни причини да се иска Световно клубно първенство, това състезание бе наложено на всички без консултации или обсъждане и това може да отчужди потенциални зрители. Преувеличението и хиперболата на ФИФА, обявяваща всичко, което правят, за славен успех,

е по-скоро пропаганда, отколкото анализ – може би някои гласуват с дистанционните си управления, като се изключват.

И самият футбол, разбира се. Някои срещи бяха като предсезонни приятелски мачове, със силно ротирани отбори, които нямат никаква прилика с най-силните отбори на клубовете, като мениджърите заемат разбираемото мнение, че сезонът им има почти 12 месеца. Което само по себе си е признание, че той приключва с финала на Шампионската лига и Световното първенство.

Опасност за това Световно клубно първенство е, че европейските фенове могат да пропуснат летните мачове в Съединените щати, освен ако не са на истинско Световно първенство. Има ежегодни мачове, някои от които в турнири с грандиозни имена - International Champions Cup или World Football Challenge - които не носят абсолютно никакъв престиж.

Ако Световното клубно първенство може да коригира глобален дисбаланс - доминацията на петте големи европейски лиги - вероятно не може да го направи без достатъчна ангажираност от тази страна на Атлантика, и не само защото някои от най-доходоносните телевизионни пазари са тук.



Спортна рубрика:
Павел Станимиров

<< **Прод. от стр.28**

Твърде лесно, твърде опростено е да се отхвърли целият скептицизъм като англоцентричен - версия на синдрома на малкия англичанин от 21-ви век, който накара тази страна да пропусне първите три Световни първенства, когато Шампионската лига може да се почувства върховна в клубната игра и на континента. Едва ли е убедително доказателство, но за 5 дни в континентален европейски град миналата седмица сякаш нямаше доказателства за барове или ресторанти, които да излъчват Световното клубно първенство, или че то изобщо се е провеждало. Трудно е да си представим подобно безразличие към футбола през лятото на 2024 или 2026 година. Има достатъчно доказателства, че европейските футболни фенове са готови да участват в летен турнир на всеки 2 години, независимо дали е Световно първенство или Европейско първенство, но не и в по-маловажни турнири. В летния спортен график има много конкурентни атракции – футболът не винаги успява.

И в този случай ФИФА се опитва да засенчи останалата част от същия спорт, независимо дали става въпрос за Европейското първенство за жени, турнира за мъже до 21 години или Златната купа. Ръководният орган на играта не винаги пленява въображението със своите състезания.

Дали Световното клубно

първенство ще оцелее? Може би е твърде рано да се каже. Органичният растеж – за разлика от налагането на турнир и очакването той да бъде незабавен хит – може да отнеме време. Всичко ново все още не се е превърнало в навик за мнозина.

Но всеки от нас сред целевата аудитория е изправен пред решение: колко ценност отдаваме на Световното клубно първенство. То имаше шокиращи резултати, неочаквано ранни елиминации на Атлетико Мадрид и Порто и енергичния напредък на бразилските клубове. Но сюжетите са по-завладяващи, героите по-омайващи, а разказът е пристрастяващ само ако сте достатъчно ангажирани в него.

Отборът на Усик с първо изявление след шокиращата раздяла с дългогодишния му промоутър



Усик се превърна в професионалист в K2 Promotions на Красюк през 2013 г., след като спечели злато на Олимпийските игри в Лондон. Заедно те се впуснаха в зашеметяващо пътешествие, в което „Котката“ се утвърди като кралят на бокса във всички категории.

Под промоутърния банер

на Красюк, Усик стана един от само тримата мъже, постигнали безспорно превъзходство в две отделни теглови категории, редом с Терънс Крофорд и Наоя Иное, предава talkSPORT.

Три седмици преди предстоящия му двубой за четирите пояса с Даниел Дюбоа на 19 юли обаче, Красюк вече не е част от програмата.



Украинският промоутър изуми боксовия свят през уикенда, като обяви, че той и Усик са прекратили приятелски връзките си след плодотворно 12-годишно партньорство. Координаторите на Усик мълчаха по въпроса докато ръководителят на отбора на Усик и изпълнителен директор на Ready to Fight, Сергей Лапин, предостави ексклузивно изявление пред talkSPORT.com, хвърляйки светлина върху ситуацията.

„Това е естествен етап, през който преминават мнозина“, каза Лапин. „Подобно на Мейуедър, Де Ла Хоя, Пакиао и Алварес преди него, Усик достигна точка, в която бе време да изгради нещо свое.

„Той има силен, професионален екип, който отдавна е поел ключови области - от тренировки до развитие на марката.

„Решението бе обмислено, безконфликтно и взето с уважение към споделения опит и разбирането, че всеки в крайна сметка следва своя собствен път.“

Думите на Лапин идват два дни след като Красюк публикува сензационното съобщение в Instagram. „Това бе едно невероятно пътешествие — 12 години невероятен успех“, започва публикацията на Красюк. **„Двама млади мечтатели се срещнаха, за да променят играта.**

През 2013 г. ви дадох думата си — и я спазих. „По онова време никой не вярваше, че сме способни да постигнем това, което си бяхме поставили за цел. „Но с Божията милост изпълнихме невъзможната мисия... „Сбъдната мечта!!! Благодаря ви за всичко, през което преминахме, и за честта да бъдем доживотен промоутър на Double Undisputed.

„Нека Господ ви благослови и ви напътства в следващите ви стъпки. Благодаря на Бог за всичко.“

Новината е особено шокираща, като се има предвид, че Красюк присъства на пресконференцията за откриването на мача Усик срещу Дюбоа II през април.

Предстои да видим дали Усик ще завърши кариерата си като свободен агент или ще подпише с конкурентна промоция.



Art & Culture

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



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.

Ръчно изработени бижута от Вяра Димитрова, редактор вестник "Пламяк"

