

„Тълкуване на сънищата“: книгата, която промени начина, по който познаваме себе си

(‘La interpretación de los sueños’: el libro que cambió cómo nos conocemos)

Автор:
Фернандо Диес Руис -
Професор, Факултет по
образование и спорт,
Университет Деусто

**Декларация за
оповестяване:**
Фернандо Диес Руис
не получава заплата, не
извършва консултантска
дейност, не притежава

акции и не получава
финансиране от
компания или
организация, която би
могла да се възползва
от тази статия, и
е декларирал, че
няма връзки извън
гореспоменатата
академична позиция.



Статията е
публикувана в
The Conversation.

Преводът е на
„Пламък“

През 1900 г., с
настъпването на
20-ти век, Зигмунд
Фройд публикува
произведение,
което ще промени
начина, по който
човечеството разбира
сънищата: „Тълкуване
на сънищата“ (*Die
Traumdeutung*).
С тази книга той
поставя началото на
революция в областта

на психологията:
възможността
сънищата да имат
смисъл и несъзнато да
ръководи голяма част
от живота ни.

Повече от век по-
късно, идеите на
Фройд са в основата
на голяма част от
съвременната мисъл,
не само в областта
на психологията, но

и в начина, по който
човечеството разбира
себе си.

Потиснато желание

В продължение на
векове сънищата са
били възприемани
просто като
безсмислени фантазии
или поличби.
Фройдистката
революция се състои
в твърдението,

че сънищата
имат смисъл и че
дешифрирането
им ни позволява
да надникнем в
несъзнаваното - онази
скрита територия,
където се съхраняват
най-дълбоките ни
желания, страхове и
конфликти.

Фройд пише: „Сънят е
прикрито изпълнение

Прод. на стр.2>>

www.FirstAutoGroup.ca



**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



**SELL A HOUSE
BUY A CONDO**

SOLD **SOLD**
OVER ASKING

LINA Gueorguieva
BROKER SRS, CNE, SRES, AREN

647-862-2339

LinaGluxury@gmail.com

www.MyHomeForSaleToronto.com

Right at Home Realty

„Тълкуване на сънищата“: книгата, която промени начина, по който познаваме себе си

(‘*La interpretación de los sueños*’: el libro que cambió cómo nos conocemos)

<< Прод. от стр.1

на потиснато желание.“ Тази на пръв поглед проста идея разтърсва основите на западната психология и философия.

Достъп до несъзнаваното

Тълкуването на сънищата не само въведе концепцията за несъзнаваното като научна категория, но и предложи методология за достъп до него: анализ на символите, свободни асоциации и осъзнаването, че най-съкровените ни импулси често се изразяват индиректно.

Този подход откри нови пътища не само в областта на психоаналитичната практика, но и в литературата, изкуството, киното и културната критика.

Предизвикателство към рационалността

Стойността на книгата се крие не само в нейната теория, но и в нейната интелектуална смелост. Фройд, лекар по образование, се осмели да оспори научните догми на своето време, като предположи, че ние не сме напълно

рационални и съзнателни същества, а по-скоро сме управлявани до голяма степен от невидими сили. Днес това може да изглежда очевидно, но в края на 19-ти век във Виена това е била почти подривна идея.

„Тълкуване на сънищата“ бележи отправната точка на психоанализата като дисциплина и установява метода за изследване на несъзнаваното чрез съдържанието на сънищата.



Литературно богатство

Освен всичко, това е книга, която изненадва с литературното си богатство. Фройд не просто обяснява понятия: той разказва, спори и се изповядва. Той съчетава клинични наблюдения със собствените си сънища, включително

известния „сън на Ирма с инжекцията“, като по този начин поставя началото на стил на писане, който съчетава научна прецизност с хуманистична интроспекция.

Влиянието му е незабавно в някои кръгове и среща съпротива в много други. Както често се случва с великите новатори, Фройд е осмиван, оспорван и накрая приет. Години по-късно идеите му проникват не само в психологията, но и в литературата на Кафка, изкуството на Дали и концептуалната архитектура на хуманитарните науки.

Днес „Тълкуване на сънищата“ остава книга, която поставя под въпрос, провокира и стимулира. Във време, когато доминират бързината и повърхностността, Фройд ни напомня, че разбирането на себе си изисква да спрем, да се вслушаме в собствените си разкази за сънищата и да приемем, че сме по-сложни – и по-завладяващи – отколкото изглеждаме.

Фройд и съвременната невронаука

Въпреки критиките от някои научни кръгове, особено по отношение на липсата на емпирична проверка на много от неговите теории, Фройд не е напълно дискредитиран от съвременната невронаука. Макар че е вярно, че сънищата не се признават изключително за изпълнение на потиснати желания, последните проучвания потвърждават, че по време на REM - сън-фазата, в която сънищата са най-ярки – се активират области на мозъка, свързани с емоциите, паметта и символната обработка.

Изследователи като Марк Солмс, пионер в областта на невропсихоанализата, твърдят, че някои Фройдистки интуиции – като съществуването на несъзнателни конфликти или емоционалната функция на сънуването – имат корелати в невробиологията. По този начин, въпреки че много теории са се развили или са били преформулирани,

Прод. на стр.4 >>

РАБОТА ЗА ШОФЬОРИ НА КАМИОНИ А-Z



HERE FOR THE LONG HAUL

DRIVE WITH TRUST



CONSISTENT WORK



SEASONAL OPPORTUNITIES



TOP-TIER PAY



MODERN EQUIPMENT



COMPREHENSIVE BENEFITS



EQUAL OPPORTUNITY



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



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!

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



Моля изпратете автобиографията и очакванията си за възнаграждение на имейл:

✉ jobs@fierafoods.com

или се обадете на



(416) 746-1010 (ext.1357)

„Тълкуване на сънищата“: книгата, която промени начина, по който познаваме себе си

(‘*La interpretación de los sueños*’: el libro que cambió cómo nos conocemos)

<< Прод. от стр.2

идеята, че сънищата разкриват дълбоки аспекти на човешкия ум, остава валидна, сега в диалог с науката за мозъка.

Нашето скрито „Аз“

Значението на „Тълкуване на сънищата“ се крие не само в амбицията ѝ да разгадае значението на сънищата, но и в нещо много по-дълбоко: това е първият голям текст, който се

осмелява да постулира, с клинични и теоретични аргументи, съществуването на нерационално, невидимо и мощно психическо измерение.

Фройд не само тълкува сънищата, но и отваря врата към това, което дотогава е било игнорирано: че несъзнателните сили действат в нас, влияейки на нашето поведение, нашите решения и дори

нашите болести.

Заслугата на книгата се състои в превръщането на тази хипотеза в последователна рамка, способна да разкрие сложността на човешката душа отвъд разумното, канейки ни да обърнем внимание на това, което не казваме, какво потискаме и какво се изплъзва от волята ни.

Повече от век по-късно Фройд ни

напомня, че всеки сън е недовършен спомен за това кои сме... и също така обещание за това кои бихме могли да станем.

Статията е публикувана в The Conversation <https://theconversation.com/la-interpretacion-de-los-suenos-el-libro-que-cambio-como-nos-conocemos-256243>

БЪЛГАРИЯ

Слово на Българския патриарх и Софийски митрополит Даниил за сто и четиридесетата годишнина от битката при Гургулят



Източник:
Българска Патриаршия
(bg-patriarshia.bg)

Боголюбиви отци,
Скъпи в Господа братя
и сестри,
Паметта ни за една
от най-славните
страници в новата

история на нашия народ – битката при Гургулят, епизод от Сръбско-българската война от 1885 г. – ни събира днес, за да отдадем молитвена почит и още веднъж да засвидетелстваме нашата благодарност и признателност към героите, направили възможна тази наистина велика и историческа страница от нашето недалечно минало. Да прославим достойно офицерите, сержантите и войниците, заедно с обикновените селяни, които, отдавайки живота

си, се изправиха в защита на своята земя, осуетявайки с цената на множество свидни жертви един непочтен опит свободата и единението ни да ни бъдат отнети преди още да сме могли подобаващо да им се зарадваме.

Да отдадем полагащата се чест на воините от Сливница и Гургулят, които в този критичен момент мислеха не за себе си, а за своя род и родина, и в неравния бой удържаха победата, за да останат завинаги в сърцата и в любовта

на поколенията. Историческата и военната наука отдавна са произнесли авторитетните си отсъди относно случилото се по тези места преди точно сто и четиридесет години. Всепризнато е, че битката при Гургулят е едно от най-важните сражения през тази война, допринесло съществено за успешния за страната и народа ни изход от този колкото кратък, толкова и решителен за младата ни държава и армия военен конфликт.

Прод. на стр.7 >>



**COME VISIT US AT OUR
RETAIL OUTLET STORE**



**7190 TORBRAM RD. MISSISSAUGA • 905-678-7053 EXT 205
STORE HOURS: MON-FRI 8 AM TO 4 PM**

TRIPLE "A" CHEESE BULGARIAN FETA



**WHERE
TO BUY**



**GET 10% OFF – IT'S INSTA EASY!
WANT TO SAVE WHILE YOU SHOP?
HERE'S HOW:**

- 1 FOLLOW US ON INSTAGRAM**
- 2 SHOW THIS AD AT THE STORE**
- 3 ENJOY AN INSTANT 10% OFF YOUR PURCHASE!**

**FOLLOW US
ON INSTAGRAM**



WWW.TRIPLEACHEESE.COM

Биохакинг на психическо и физическо изтощение с биорезонанс

Липсата на енергия е проблем номер #1 на нашето общество. Психическото и физическо изтощение са свързани с управлението на енергията. Хората са направени от енергия. Не би ли било логично да можем да използваме енергия,

за да се лекуваме?

Биорезонансът използва честоти за лечение по проста формула:
Неутрализирайте.
Енергизирайте.
Оптимизирайте.
Това е кодът за биохакинг на енергията на биорезонанса.

- **Неутрализирайте.**
Интерферентните полета блокират комуникацията между клетките, което блокира производството на енергия. Паразити, вируси, плесени, токсини са все интерференции. Най-често срещаните интерференции, които създават прегаряне, са плесен, вирус на Епщайн-Бар и ретровирус, който е свързан с хронична умора. Чрез силата на енергията на нулевата точка, биорезонансът неутрализира въздействието на тези интерференции, позволявайки на енергията ви да тече без съпротивление. Това е **енергийна детоксикация.**

- **Заредете се с енергия.** Понякога тялото ви се нуждае от тласък. Стресът нарушава регулацията на HPA axis (хипоталамо-хипофиз-надпочечникова ос). Това създава надбъбречна умора - причина за изтощение. С биорезонанс можете да прилагате честоти, за да енергизирате всяка част от тази ос и да приведете клетките в здравословна вибрация. Това усилва сигналите от вашето собствено тяло, енергизирайки вашите меридиани, позволявайки на тялото ви да се самолекува.

- **Оптимизирайте.** Психическото и физическо изтощение отслабва организма ни. Двигателят на клетките (митохондриите) се захранва от АТР. Изтощението лишава клетките ни от гориво. Биорезонансът проверява за енергийни средства, от които организмът ви се нуждае, за да оптимизира митохондриалната енергия.



Krop
BioResonance
Studio

Joanna Krop, MA, BRT



"Treatment here has been the healing experience of a lifetime"
~ H.Ferrie

Mississauga 905-816-9657

ecohealthcentre.ca

Ecohealth and Wellness 2285 Dunwin Dr. #11, Mississauga ON

Открийте основната причина, поради която се чувствате зле

Биорезонансът открива какво блокира здравословната функция на тялото ви и след това използва честотно лечение, за да изчисти блокажите, да балансира хормоните и функцията на органите и да регулира нервната и имунната система - без сложни диети, детоксикации или хапчета.

Bicom Bioresonance Technology от Германия
Напълно компютъризирано сканиране на тялото и биорезонансни сесии:

- Детоксикация от токсини
- Борелия/Лаймска болест
- Паразити
- Токсичност от плесени и Кандида
- Адренална умора и прегаряне
- Симптоми на менопауза
- Хранителна непоносимост
- Сезонна чувствителност
- Хормонален баланс

Може също да модулираме емоциите ви, за да внесем баланс в ума ви. Изцелението от психическо и физическо изтощение трябва да бъде без стрес. Биорезонансните сесии са съобразени със специфичните ви нужди за благополучие и поставят нервната ви система

в режим на спокойствие. Това изгражда устойчивост на стрес. Резултатите са усещане за баланс и презареждане, така че новото нормално за вас е да се чувствате добре, вместо да сте изтощени.

Четете вестник Пламяк онлайн:

www.bulgarianflame.com



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

Стая под наем

Напълно обзаведена голяма стая със самостоятелна тоалетна и умивалник.

Общо ползване на баня и кухня.

Апартаментът се намира в кондо сграда на

Dixie & Bloor, Mississauga.

В сградата има басейн и фитнес.

Търся работеща жена.

Месечен наем 750\$.

Има подземен паркинг,

който е допълнително.

Саня

647 853 2938



Right at Home Realty

**SELL A HOUSE
BUY A CONDO**

SOLD

**SOLD
OVER ASKING**

LINA Gueorguieva

BROKER SRS, CNE, SRES, AREN



647-862-2339

@LinaGluxury@gmail.com

www.MyHomeForSaleToronto.com

БЪЛГАРИЯ

<< *Прод. от стр.4*

Започнатата от съседна Сърбия офанзива е заплашвала цялото дело на Съединението на Княжество България с Източна Румелия, а с това и всички плодове от столетната борба на народа ни за духовна и политическа свобода и независимост.

Днес, от дистанцията на времето, можем с увереност да заявим, че в този конфликт правдата – Божията и човешката правда – е била на наша страна, а затова и извоюваната в неравната битка българска победа, която и до днес се изучава в наръчните по военно изкуство,

е била още по-впечатляваща и запомняща се.

В същото време, като вярващи и православни християни, не можем да не припомним, че за Бога и Църквата всяка война е и остава в същността си зло – независимо от обстоятелствата, които са я предизвикали. Особено грозна и недопустима е войната, когато тя се води между братя по вяра, какъвто е случаят със Сръбско-българската война и на каквито войни, за най-дълбоко съжаление, сме свидетели и в нашето съвремие.

Споделената вяра означава споделени

истини и ценности, общ светоглед и сходни разбирания по фундаменталните въпроси на живота и съществуването. И именно затова е толкова угнетяващо, когато единоверни страни и народи водят тежки и кръвопролитни войни, сякаш сме забравили едното и също свое упование в Бога, Който води в нашия свят Своя Единороден Син – нашия Господ и Спасител Иисус Христос, като Бог на мира и любовта, а не на враждата и омразата.

Надяваме се, че осъзнаваме що се отнася до нас и

отношенията ни с нашите съседи – че следва да дадем всичко от себе си, за да преодолеем напълно проблемите от миналото, че осъзнаваме абсурдността и греховността на всяка вражда, и особено на въоръжените конфликти като начини за разрешаване на проблемите си. **Искаме да вярваме, че сме извлекли нужните изводи, за да не повтаряме нито веднъж нашите грешки и грехове от миналото.**

В дългата история на своите взаимоотношения сръбският и

Прод. на стр.8 >>



PHARMACY

FAITH HOPE AND LOVE

Аптеката предлага:

- Лекарства с рецепта и витамини
- Безплатна доставка на лекарства
- Разпределяне на лекарства в опаковки
- Специална отстъпка за пенсионери
- Спомагателни медицински продукти
- Преглед на лекарствата с консултация с фармацевт
- Издаване на рецепти за леки заболявания
- Ваксинация





Huronario St
Tomken Rd
Bloor St

Работно време:

Пон - Пет 10ам - 6pm
Събота 10ам - 2pm
Неделя - Затворено

faithhopeandlovepharmacy.ca

Tel: 905.848.4485 Fax: 905.803.8068

1030 Burnhamthorpe Rd. East
Mississauga

faithhopeandlovepharmacy@gmail.com
Tomken/Burnhamthorpe

<< Прод. от стр.7

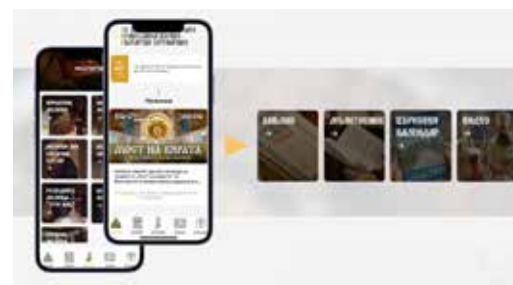
българският народи помнят времена и на добросъседство, разбирателство и взаимопомощ – и това винаги е произтичало от общата им вяра и принадлежността към Православната Църква Христова. Добри отношения следва да имаме и днес, за едно добросъседско бъдеще – в един свят, в който сме призвани заедно да свидетелстваме за едната и съща православна християнска вяра, за единия и същ Господ Иисус Христос, в Когото – според единодушното свидетелство на всички Отци и учители на Църквата – се утвърждава цялата Вселена.

Нека молим Бога и работим за това единство и добросъседство, без, разбира се, да забравяме в молитвите и в благодарността си нито един от онези наши предци, на които дължим своята свобода, достойнство и независимост днес.

Вечна и блажена да бъде паметта на героите от Гургулят и на всички верни на своя дълг наши воители, отдали живота си за България! Божият мир, Неговата любов и велика милост да бъдат с всички нас!

† ДАНИИЛ, Патриарх Български и Митрополит Софийски
Снимка: БТА

В Деня на народните будители Българската православна църква представя свое мобилно приложение



Източник: Българска Патриаршия (bg-patriarshia.bg)

С благословението на Св. Синод на БПЦ – БП, в Деня на народните будители, официалният сайт на Българската православна църква представя мобилно приложение, създадено с цел да осигури лесен и удобен достъп до официалната информация и ресурси на Православната ни църква.

В първата си версия то включва основни



Krop
BioResonance
Studio

Joanna Krop, MA, BRT



"Treatment here has been the healing experience of a lifetime"
~ H.Ferrie

Mississauga 905-816-9657

ecohealthcentre.ca

Ecohealth and Wellness 2285 Dunwin Dr. #11, Mississauga ON

Открийте основната причина, поради която се чувствате зле

Биорезонансът открива какво блокира здравословната функция на тялото ви и след това използва честотно лечение, за да изчисти блокажите, да балансира хормоните и функцията на органите и да регулира нервната и имунната система - без сложни диети, детоксикации или хапчета.

Vicom Bioresonance Technology от Германия
Напълно компютъризирано сканиране на тялото и биорезонансни сесии:

- Детоксикация от токсини
- Борелия/Лаймска болест
- Паразити
- Токсичност от плесени и Кандида
- Адренална умора и прегаряне
- Симптоми на менопауза
- Хранителна непоносимост
- Сезонна чувствителност
- Хормонален баланс

<< **Прод. от стр.8**

раздели като „Библия – Свещеното писание на Стария и Новия завет“, „Новини“, „Църковен календар“, „Кратък молитвеник“, „Жития на светиите“ и „Видеогалерия“, представени в интуитивна и модерна среда. Чрез това мобилно приложение Св. Синод на БПЦ – БП се стреми да бъде още една крачка по-близо до младите хора, като им предоставя бърза, навременна и ценна информация не само от църковния живот в страната, но и за духовния път на всеки православен християнин. В приложението предстои да бъдат включени още функционалности и възможности, като пълен достъп до печатния официоз на Църквата – „Църковен вестник“ и издания на Синодално издателство.

Мобилното приложение е достъпно за устройства с iOS ([ТУК](#)) и Android чрез App Store и Google Play ([ТУК](#)). Приложението е разработено от Алгера БГ по възлагане на Българската православна църква – Българска Патриаршия.

73-годишна жена се връза с джип в сергиите на Централния кооперативен пазар в Казанлък



/Снимка: БТА/

73-годишна шофьорка се връза с джипа си “Хюндай Туксон” в сергиите на Централния

кооперативен пазар в Казанлък, съобщиха от Областната дирекция на МВР в Стара Загора.

Инцидентът е станал на 7 ноември на улица «Славянска». По първоначална информация автомобилът, управляван от 73-годишната жена, рязко е ускорил, след което се е ударил в сергиите. За щастие, въпреки пазарния ден, при катастрофата няма пострадали, а продавачите на сергии в този момент са били встрани от тях.



/Скриншот: YouTube/

Жената е тествана за употреба на алкохол, но резултатът е отрицателен. **Прод. на стр.9 >>**



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



LCBO #: 272674



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. Има добре развит аромат и мек благороден вкус, който му придава стил и индивидуалност.

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!

Надбягване между полиция и румънски трафикант завърши с 6 жертви и 4 ранени



/Снимка: БТА/

Надбягване между полицейските екипи и лекия автомобил «Шкода Фабия» с мигранти, която завърши с катастрофа с 6 жертви и 4 ранени, е продължила 34 минути между Китен и Бургас. Това съобщи пред БНТ директорът на «Гранична полиция» главен комисар Антон Златанов.

По думите му колата, в която е имало 10 души, е била забелязана от пост на «Гранична полиция» край Китен заради това, че се движи с изключително висока скорост около 21.20 часа снощи. Всички пътници са нарушили закона - деветима са преминали нелегално българската граница, а румънският шофьор е извършил престъпление, транспортирайки ги незаконно.

«Сторил им се е рисков и му подали сигнал, на който шофьорът не се подчинява. След

смъртта на колегите ни през 2022 г. ние имаме процедура за такива случаи, която веднага е задействана.

Всички полицейски екипи преминават на една и съща радио честота и започват да работят съвместно. Това нещо сме го тренирали от миналата година, защото твърде често имахме такива случаи. Инструкциите в случая са спазени по най-добрия начин - тези мероприятия да не бъдат с цената на това някой случаен гражданин да пострада», обясни главен комисар Златанов.



/Снимка: БТА/

«Колегите извършват заградителни действия, но на три пъти румънският шофьор не е спрял. На първия пункт колегите не могат да дръпнат шиповете пред него, защото той се е долепил до предния автомобил с български граждани и ги удря 1-2 пъти леко. На следващия пункт колегите успяват да се организират и да не допуснат някой друг да пострада. При такова управление на

автомобила няма какво да направим, освен да опитаме да го спрем», каза още Антон Златанов.

Колата, управлявана от румънския гражданин, е излетяла от пътя в езерото Вая именно при последния опит на полицията да го спре с лента с шипове. Скоростта на гонката е била изключително висока - шофьорът е карал с над 150 километра в час.

Шестима мигранти са загиналите, а шофьорът и други трима са спасени и в момента са в болницата в Бургас. По предварителни данни оцелелите са от Афганистан, допълни главен комисар Златанов.

Мъж от Перник откраднал ... 165 бутилки олио



За две седмици 21-годишен мъж от Перник успял да открадне 165 бутилки олио от местен

хипермаркет, съобщиха от Областната дирекция на МВР в Перник.

Той е привлечен като обвиняем, а кражбата е извършена в условията на продължавано престъпление в периода от 21 октомври до 3 ноември.

Мъжът е познат на полицията с други подобни деяния. Районен съд - Перник му е наложил мярка за неотклонение «задържане под стража».

Български служител в офиса на ЕС в Косово тежко ранен при опит за убийство



Български служител на офиса на Европейския съюз в Косово бе тежко ранен при нападение в град Джакова и е с две прободни рани - в областта на шията и гърдите, съобщи местното издание Indeks online.

Пострадалият е 49-годишният Стефан Илианов Шейнов, който се ползва с дипломатически имунитет, потвърдиха от полицията в Косово.

<< Прод. от стр.10

След нападението той сам е потърсил помощ в Центъра за семейна медицинска грижа в Джакова, откъдето по спешност е бил транспортиран в Университетския клиничен център в столицата Прищина.

Състоянието на българина е тежко, но стабилно, съобщават местни медии, предава bTV. Според полицията той е получил две наранявания, причинени с остър предмет, като все още не са изяснени мотивите и обстоятелствата около инцидента.

Случаят е квалифициран като „опит за убийство“, а разследването продължава под ръководството на местната полиция.

Над 70 тона пилешко месо с неясен произход открити в цех и складове в София



В цех и два склада на територията на столицата са открити над 70 тона пилешко месо без документи и с неясен произход при съвместни действия на Столичната дирекция на вътрешните работи (СДВР), Българската агенция по безопасност на храните (БАБХ) и Националната агенция за приходите (НАП) под надзора на Софийската градска прокуратура, съобщиха от пресцентъра на МВР. Това е

станало след претърсвания в цех и в два склада на дружество, проверявано за данъчни измами.

Дружеството, стопанисващо цех за преработка на месо, стопанисва и две складови помещения, предава , предава bTV. В трите помещения са открити налични близо 9 тона месо, за което не са предоставени необходимите документи, не е ясен и произходът му. В единия от складовете в кв. „Слатина“ месото е 26 тона. Количеството в другия е в процес на установяване, съобщи на брифинг директорът на СДВР главен комисар Любомир Николов. Помещенията са запечатани и няма опасност до изясняването на произхода му месото да бъде разпространено в търговската мрежа, поясни прокурор Десислава Петрова от СГП.



В процеса на работа служителите на БАБХ установиха нередности при съхраняването и транжирането на месото, въз основа на което цехът, ще бъде запечатан до привеждането му в състояние за извършване на този тип дейност. Двата огромни склада на територията на столична борса също ще бъдат запечатани. Николов добави, че към момента няма задържани, тъй като все още не е установена с точност ролята и евентуалната съпричастност на собственика към

проверяваните конкретни престъпления.

10 пъти ръст на починалите от опиати в България



/Снимка: БНТ/

Над 100 смъртни случая, свързани с употреба на опиати, предимно фентанил, са били регистрирани в България през последната година. Това съобщават експерти от Министерството на здравеопазването и Юлия Георгиева, управител на дневния център за хора с опиоидна зависимост „Розовата къща“ в София, предаде БНТ.

През предходните години броят на починалите е бил около 10 души годишно, което прави ръста от десет пъти изключително тревожен. Само сред хората, с които центърът „Розовата къща“ работи, за малко повече от година са починали 70 души – 44 от тях са били постоянни посетители, а останалите са били хора, с които екипът е работил на терен.

Георгиева посочва, че България изостава в реакцията си срещу кризата. Според нея в България още няма регистриран Налоксон-спрей – средство,

което може да спаси живот при свръхдоза, и се използва в почти всички европейски държави. В България линейките разполагат единствено с инжекционен вариант на медикамента.

Друг сериозен проблем е, че не се правят задължителни аутопсии на хора, починали без явна причина. Това означава, че реалният брой на жертвите на фентанил и други опиати може да е много по-висок от официалната статистика. Според данните от изследване на „Розовата къща“ сред 480 души, употребяващи наркотици в София: 17.5% живеят на улицата, 12.7% са с положителни ХИВ антитела, 63.5% са с антитела за хепатит С, една четвърт са започнали употреба още преди 15-годишна възраст. Юлия Георгиева предупреждава, че страната е изправена пред скрита епидемия

от свръхдоза и кръвнопреносими инфекции, за която все още няма системна държавна стратегия.

„Безнадеждни са моите думи...“



Автор: Николай Лилиев

„Безнадеждни са моите думи, безнадеждна е моята любов, моя стих е лъча на безумие, мойта песен е горестен зов. В самотата на морната утрин гасне моята мъртва звезда и душата ми, трепетна лютня, безприютна трепти и ридай.“

„Отровна мисъл ме похити...“

Автор: Николай Лилиев

„Отровна мисъл ме похити, бездомен, горък чужденец, аз хлопам морен по вратите на хора тъмни и незнайни, чело ми не краси венец, аз не разплитам скръбни тайни, не съм поет, не съм мъдрец, не нося белега на мага, не съм от блясъци пиян, но моята душа е нага, но моята душа е блян. И ако нявга, в тъмен час, отвърнал погледи от бога, подиря в твойта мисъл строга утеха, отдих и любов, и прозвъни далечен глас — (о, глас безумен за тревога!) — като въздишка безутешна сред безответни тъмноти, от своя златоткан алков

с какъв възторг, с каква безгрешна любов ще ме обгърнеш ти?“

„Село“



Автор: Иван Ненков

„Камбаната изпраща вест — без думи всичко се разбира. Трева, която не умира. И камък, върху който днес змията уморена спира. Прегръдка на живот и смърт! Зад есенните коловози — сълзи на запустяло лозе. Врати, отворени за път, огънати от некролози. Ликувай, тъжен кръговрат от праг до прах, от кръст до къща, от топъл хляб до хляб насъщен. Градът е малко по-богат, когато в тебе се завръща.“

Четете вестник Пламяк онлайн:
www.bulgarianflame.com

62-мата турски гадатели и врачки не предвидиха това!



При едновременни операции, проведени в 29 провинции в Турция с център Истанбул, **62 души са задържани във връзка с измамна мрежа от врачки и самопровъзгласили се медиуми.** Установено е, че заподозрените са мамили гражданите, като са правили изявления на религиозна тематика, за да искат пари, а след това са продължили да искат пари чрез заплахи и изнудване, предава турската Haberler.

Групата е обвинена в измама и изнудване на клиенти онлайн.

Полицията е иззела 2 POS устройства, 62 мобилни телефона, 73 SIM карти, 2 SSD карти, 3 лаптопа, 4 настолни компютъра и голям брой документи, визуални и цифрови материали. Разследването продължава.



Гадателството е широко

разпространено в Турция, а властите редовно предупреждават гражданите за свързани с него измами. През юли два популярни уебсайта за гадаене бяха атакувани за измама, а основателят им беше задържан, според местните медии.

Дума на годината на Dictionary.com за 2025 г. е вирусният жаргон „6-7“



Речникът **Dictionary.com** казва, че вирусната дума, която стана особено популярна сред поколение Алфа, е „безсмислена и повсеместна“.

Рядко се случва речник да твърди, че дадена дума няма определение. Но това е, което Dictionary.com каза за наскоро обявената дума на годината: „67“, произнасяща се „шест-седем“ - жаргонният термин, който превзе алгоритмите, класните стаи и домовете на деца и тийнейджъри това лято – за голямо

разочарование на обърканите възрастни около тях, предава Smithsonian Magazine.

„Може би най-определящата черта на думата „67“ е, че е невъзможно да се дефинира“, се казва в изявление на речника. „Тя е безсмислена и повсеместна. С други думи притежава всички белези на „мозъчното гниене.“ (“Brain rot” бе дума на годината на Oxford University Press през 2024 г.)

Терминът „67“, който често е съпроводен с жест с плоска

длан, наподобяващ свиване на рамене от анимационен герой, или може би лош опит за жонглиране, се е превърнал във визитна картичка за младите и онлайн потребителите.

Той е главоболие за възрастните. Една учителка в TikTok предупреди колегите си преподаватели да избягват да броят на глас в час, освен ако не искат да бъдат бомбардирани от цяла класна стая, която крещи „67“, съобщава Елиз Соле за TODAY.com. Друга учителка казва пред TODAY.com, че е забранила

VIN
DE GARAGE



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



Tel: 416.740.4411

28 Millwick Drive, Toronto, On, M9L 1Y3

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

www.vindegarage.com

100% guaranteed. In business since 1997

<< Прод. от стр.13

думата напълно. Ако учениците нарушат правилото ѝ, те трябва да напишат есе от 67 думи за значението на термина. Това би било трудно, защото смисълът на термина е, че той няма значение.

Понякога думата се използва с цел предизвикване на объркване, а самият отговор се превръща в

кулминация. Merriam-Webster го определя като „безсмислен израз“, а Рейчъл Трейсман от NPR го нарича „по същество една голяма шега“.

Терминът може да се проследи до песента „Doot Doot (6 7)“ на рапъра **Skrilla**, в която той се позовава на 67-ма улица във Филаделфия, според Елън Геймърман от Wall Street Journal. След това песента е съчетана с видео монтаж на ЛаМело Бол - звезден гард от NBA на Шарлот Хорнетс, който е висок – познахте – 6 фута и 7 инча. Вирусно видео на момче на баскетболен мач, което прави движението с ръка „67“, издигна феномена още повече в светлината на

прожекторите.

Дори рапърът, който е измислил термина, не може да даде определение.

„Никога не съм му придавал действително значение и все още не бих искал“, казва той пред Wall Street Journal. „Ето защо всички продължават да го казват.“

Търсенията на термина „претърпяха драматичен ръст, започвайки през лятото на 2025 г.“, според Dictionary.com. „От юни тези търсения са се увеличили повече от 6 пъти и досега скокът не показва признаци на спиране.“

Думата е имала впечатляваща трайност през почти цялата година, казва пред NPR учителят в средното училище и комик Филип Линдзи, който за първи път публикува в Instagram за тенденцията през февруари. Това е необичайно за вирусен мем. Но той се чуди дали отличието на Dictionary.com може да промени това.

„Предполагам, че след това обозначение и все повече хора, които го използват, то ще започне да отбръсва от по-младото поколение“, казва той пред NPR. „Мисля обаче, че тъй като

това са числа, които се виждат навсякъде, ще остане за известно време в класните стаи и съзнанието на поколението Алфа.“

Думите в краткия списък на Dictionary.com включваха „agent“, „kiss cam“, „tariff“ и „tradwife“, наред с други. Думите на годината на речника през 2024 и 2023 г. бяха съответно „demure“ и „hallucinate“.

Не всеки възрастен е срещу разпространението на термина. Имаше семейства, които се обличаха като „67“ за Хелюин, а някои учители приеха думата в класната стая. През септември учителката в детската градина Сара Джеймс публикува TikTok снимка, в която брой до десет и прави жеста с ръка, когато стига до седем; класната ѝ стая избухва от вълнение, съобщава Грета Крос от USA Today.

„Каквото и да искат, аз съм готова“, написа учителката. „Стига това да ги държи ангажирани.“

Мистерията защо листата променят цвета си през есента



Въпреки че химията на есенните цветове е добре разбрана, сред учените продължава оживен дебат защо дърветата са развили ярките си есенни цветове.

Шофайри на север през окръг Дъчеш, Ню Йорк, в средата на октомври, съм обградена от блестящите златистожълти и огненочервени листа. Цветните пъстри цветове се разкриват като фойерверки, когато слънчевата светлина се разпръсква по листата. Това е предвестник, че предстоят по-студени месеци, така започва материал на Али Хиршлаг в BBC

На север в Мейн цветовете са далеч по-приглушени. „През есен като тази имаме някои растения, които се променят много рано и стареят много бързо, защото са стресирани от суша“, казва Аманда Галинат, еколог, която изучава промените в сезонните

<< Прод. от стр.14

събития в природата в колежа Колби във Уотървил, Мейн. Когато погледне през прозореца си вижда много листа, които вече стават кафяви.

От другата страна на Атлантическия океан подобни промени в цвета се случват всяка есен във Великобритания. Тук обаче има много повече жълти, отколкото червени цветове, поради доминиращите видове местни широколистни дървета – бук, явор и дъб.

„Във Великобритания най-цветните обикновено са интродуцирани видове“, казва Дейвид Уилкинсън, еволюционен еколог в Университета на Линкълн във Великобритания. Смардлика, например, произвежда яркочервен цвят, но видовете от тези малки дървета са местни за Средиземноморието, части от Азия и Северна Америка.



Междувременно в Япония огненочервените,

лилавите и жълтите нюанси на клена преобразяват пейзажа и привличат хиляди туристи. В много части на света „надничането на листа“ се е превърнало в популярна атракция, тъй като милиони пътуват, за да видят и снимат зрелищните сезонни промени в цвета на листата.

И все пак, въпреки толкова многото внимание, ние все още не знаем защо дърветата претърпяват тази трансформация.

Въпреки че биолозите имат ясно разбиране за биохимията, която кара зеления цвят да се „изцежда“ от листата със смяната на сезоните, оставяйки след себе си толкова ярки цветове, това, което е накарало широколистните дървета да развият есенните си окраски все още е загадка.

Всъщност, от десетилетия се води оживен академичен дебат по този въпрос.

Първо обаче е важно да разберем какво се случва с листата, когато променят цвета си.

Листата, които пожълтяват, всъщност винаги са били жълти – цветът идва от

набор от биохимични пигменти, известни като каротеноиди. Те се разкриват, след като зеленият хлорофил в тях се разгради и хранителните вещества се реабсорбират от растенията, докато те се подготвят да се скрият за суровото зимно време.

Листата, които стават червени или лилави, претърпяват малко по-различен процес: цветът им произтича от комбинация от загуба на хлорофил и производството на антоцианини, които също се срещат в много плодове и зеленчуци.

В еволюционната биология обаче фактът, че тези годишни промени са се запазили при дървесните видове по целия свят въпреки естествения подбор, предполага, че това може да е от полза за дърветата. Всъщност генетичните изследвания показват, че дърветата са започнали да произвеждат пигментите, отговорни за есенните цветове, сравнително късно в еволюцията си – дълго след като са започнали да реабсорбират хлорофила си.

Всичко това обаче се усложнява от фактът, че някои видове дървета ще произведат

множество различни цветове на есенните листа, а понякога на едно дърво ще се появи повече от един цвят. Едно е сигурно - щом листата променят цвета си, те ще паднат от клоните в рамките на дни или седмици. Водеща теория предполага, че червеният цвят на листата може да е еволюирал съвместно с вредителите, действайки като защитен сигнал за отблъскване на насекоми.

Друга от основните е теорията за фотозащитата. Това е идеята, че пигментите действат като вид слънцезащитен крем за листата по време на уязвим етап на метаморфоза. Антоцианините са мощни антиоксиданти, за които се смята, че предпазват листата от увреждане от слънчева светлина, тъй като те се влошават с възрастта, процес, известен като стареене. Тази теория изглежда има смисъл за редица различни растителни видове, като например червения дрян.

Тази теория за фотозащита придоби известна достоверност благодарение на изследвания,

Прод. на стр.16>>

които разкриха, че слънчевата светлина може да бъде повредна за листата през есента в Северното полукуълбо.

„Промяната на цвета всъщност е феномен, характерен за Северното полукуълбо“, казва Сузане Ренер, еволюционен биолог от Вашингтонския университет в Сейнт Луис, САЩ, която е съавтор на изследването. „Дори в Северното полукуълбо сравнително малко

видове променят цвета си.“

Анализ на 2,368 вида широколистни дървета в умерените региони на света установи, че 290 стават червени, а 378 пожълтяват. Той също така заключи, че червените есенни цветове са еволюирали независимо поне 25 пъти, докато жълтите цветове са еволюирали 28 пъти – което допълнително подкрепя идеята, че тези цветове служат на различна и полезна цел

за дърветата.

По-голямата част от дървесните видове с червени есенни листа се срещат в източната част на Северна Америка и Източна Азия. Според някои оценки, най-малко **89 вида стават червени в Северна Америка, докато 152 са известни в Източна Азия.** Северна Европа, за сравнение, има само 24 вида, които произвеждат червени цветове.

Лесно би било да

се предположи, че моделът на поява на червените листа може би следва прости температурни разлики.

Някои изследвания обаче показват, че нивата на слънчева радиация са по-високи в Северна Америка и Източна Азия, отколкото в Европа. Изследванията на Ренър са показателни, че комбинация от по-висока радиация, резки

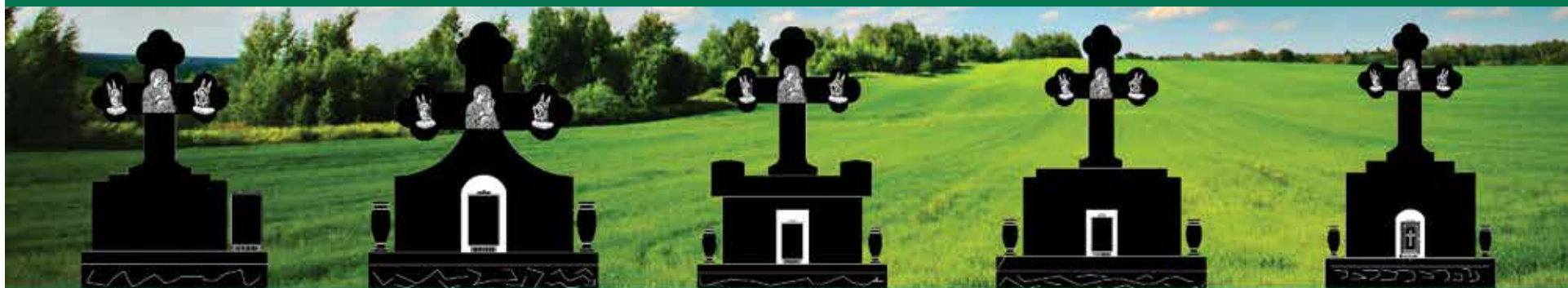
ПАМЕТНИЦИ НА ДОБРИ ЦЕНИ



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

колебания в температурата и по-кратък вегетационен период може да обясни защо есенните цветове в източна Северна Америка са особено ярко оцветени. Това дава на дърветата там повече време да реабсорбират хранителните вещества от листата си, преди да опадат, което се дължи на фактът, че липсата на хлорофила светлината може да предизвика оксидативен стрес в листата, който може да доведе до смъртта на клетките им.

„Това се нарича реактивно кислородно увреждане“, казва Ренър. „През септември и октомври в източната част на Северна Америка има много светлина, което би оказало по-висок селективен натиск върху нанасянето на слънцезащитен крем.“

Но идеята все още е оспорвана. „Няма нито едно проучване за фотозащита, което да показва отговора недвусмислено“, казва Уилкинсън.

Теорията за коеволуцията на насекомите, за сравнение, предполага, че дърветата са еволюирали, за да променят цвета на листата си като предупреждение за широколистните листоядни насекоми, като например листните въшки.

Листните въшки са разрушителни същества и нападението от тях може да нанесе значителни щети на дървото, така че идеята то да използва цвят, за да отблъсне тези насекоми, изглежда правдоподобна.

Прод. на стр.18 >>



ДОСТАВКИ ПО ДОМОВЕТЕ

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

Great selection of
Greek wines & spirits.

405 Donlands Ave.

(416) 421-2400

info@selectbakery.ca

Old Mill Pastry & Deli

385 The West Mall, Etobicoke

(416) 551-1779

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



<< Прод. от стр.17

Основна пукнатина в аргумента е как листните въшки виждат и реагират на цвета. Листните въшки, заедно с други листоядни насекоми, като скакалци и гъсеници, нямат рецептори в очите си, които да им позволяват да възприемат червения цвят по начина, по който го правят хората. За тях той изглежда матов, сив или дори черен.

Някои предполагат, че листните въшки може да избягват червените листа, просто защото те изглеждат мъртви или умиращи и следователно са лош източник на храна или място за снасяне на яйца. Експертите наричат това теория за камуфлажа. Твърди се, че това е „честен“ сигнал, но червените пигменти също са скъпи за дървото по отношение на енергия и

ресурси.



Жълтият цвят също е доказано мощен атрактант за насекоми като листните въшки – той задейства същите рецептори в очите им, които виждат зелено.

Съществуват и други теории. Някои изследователи предполагат, че червените антоцианини всъщност се произвеждат, за да разградят въглеродните в листата, а не да ги предпазват от прекомерно увреждане от светлина.

Има и друг фактор, който трябва да се вземе предвид – ние. В продължение на хилядолетия хората са оформили дървесния живот около нас. Може би като сме избрали да

<< Прод. от стр.18

отсичаме дървета, които имат по-неярки цветове, или като сме засаждали селективно семена от тези, които произвеждат по-ярки есенни нюанси в нашите паркове, гори и градини, сме приложили собствен селективен натиск върху цвета на листата. Това вероятно е сравнително скорошно развитие в еволюцията на пигментацията на дърветата, но има и някои доказателства, че други растения се адаптират към човешките местообитания – като по-топлите температури в градските райони – което кара листата им да стават по-червени. Може ли същото да се случва и с дърветата?

Това е въпрос, на който изследванията все още не са отговорили, но едно нещо, с което всички са съгласни, е, че промени в климата влияят върху времето и жизнеността на промяната на цвета на листата.

Тези растения с плитка коренова система са по-податливи на въздействието

на сушата и за съжаление те са растенията, които произвеждат едни от най-ярките цветове през есента.

Джонатан Бейли е най-секси мъжът на 2025 г.!



Джонатан Бейли, 37-годишният английски актьор, известен с ролята си в сериала на Netflix Bridgerton и филмовата адаптация на „Wicked“, е избран за най-секси мъж на света от списание PEOPLE за 2025 г. Той краси корицата за 40-годишнината на класацията, която за първи път започва през 1985 г. Изборът на Бейли подчертава не само поразителното му присъствие, но и професионалните му постижения и нарастващото му влияние в световния развлекателен сектор, предава South Florida Media.

Акценти в кариерата и възход към известност

Бейли за първи

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

Sweet Gallery

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

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

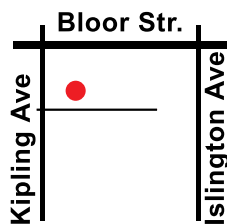
Owned and Operated by the Jelenic Family

350 Bering Ave., Etobicoke
416-232-1539

www.thesweetgallery.com

@thesweetgallerycafe

@thesweetgallerycafe



път привлича международно внимание с ролята си на лорд Антъни Бриджъртън в хитовия сериал на Netflix „Bridgerton“. Превъплъщението му в най-големия брат на семейство Бриджъртън демонстрира както драматична дълбочина, така и чар, печелейки признание както от публиката, така и от критиците. По-късно той премина към големия екран с изпълнението си на Принц Фийеро в адаптацията на „Wicked“ от 2024 г., роля, която ще повтори в предстоящото продължение „Wicked: For Good“, чиято премиера е насрочена за 21 ноември 2025 г. Пътят на Бейли от театъра в Уест Енд до известни екранни роли илюстрира неговата гъвкавост и нарастваща звездна сила.

Защо беше избран

Признанието на Бейли отразява повече от просто външен вид. Редакторите похвалиха неговия чар, хумор и способността му да пленява публиката в множество платформи. Неговата глобална фен база, варираща от зрители на стрийминг до театрални посетители, и последните му

известни роли помогнаха за затвърждаването на мястото му като забележителна фигура в развлекателната индустрия.



Културно значение

Бейли е първият открито гей актьор, обявен за Най-секси мъж на света, важен етап, който подчертава променящите се културни норми в медийното представяне.

Заключение

Признанието на Джонатан Бейли за най-секси мъж на PEOPLE през 2025 г. надхвърля конвенционалните представи за привлекателност. То подчертава неговите умения, чар и широкото въздействие на кариерата му. Бейли представлява ново поколение актьори, които съчетават талант, харизма и културна значимост, привличайки световната публика, като същевременно разширяват границите на традиционната звездност.

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 DG 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. Prospophora 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



Да се радваме на слънцето!



здраве.bg

Трябвало да избягваме стоенето на слънце. Или поне така всеки ден ни съветват всевъзможни експерти - да избягваме излагането на слънчева светлина. Преди няколко години пък известен продуцент от Бродуей формира Алианса за проучване на меланомата, след като претърпял лечение от рак на кожата.

Истината е обаче малко по-друга - ако слънцето беше единствената причина за развитието на рак на кожата, в този случай потърпевшата би трябвало да е стояла с вдигнати към слънцето крака в продължение на часове, и то всеки ден. Но пък и този случай беше удобен за съвети и лозунги от типа на: „Превенцията не е сложна: грабвайте слънцезащитните кремове и шапките с козирки, когато излизате, дори и през зимата”.

Подобни случаи подхранват фобията на хората към слънцето и

им пречат да се възползват от многото здравни ползи, които всъщност слънчевата светлина ни предлага – стига, както и за всичко друго, да знаем мярката.

И така – кои са най-важните ползи, които слънцето и неговите лъчи ни носят:

1. Да започнем с очевидното. **Слънцето е причината тялото на човека да произвежда витамин D3.** Ултравioletовите лъчи от типа В (UVB) взаимодействат с холестерола в кожата, при което се задейства процес по производство на витамин D от бъбреците и черния дроб. Това не мое да се случва без излагане на слънчева светлина.

Излагането на по-голяма част от кожата на слънчева светлина за 20-30 минути трябва да се прави поне по 3-4 пъти седмично. Стъклените прозорци блокират UVB лъчите, докато все пак пропускат UVA лъчите, които могат да носят не по-малки вреди.

Иронията е в това, че немалка част от слънцезащитни кремове блокират само UVB лъчите като по този начин възпрепятстват производството на витамин D3. Като пре-

хормон, витамин D3 участва в различни жизнено важни процеси в тялото.

Производството на витамин D от слънчевата светлина има свой механизъм за спиране, който ни предпазва от предозиране. Но, ако измием кожата си със сапун твърде скоро след това, може да отмием мазнините по нея, които тъкмо са започнали процеса по преобразуване.

2. Д-р Йоана Будвиг препоръчва ежедневно излагане на слънце като част от известната й Диета на Будвиг за лечение на рака. Лекарката базира диетата си на електромагнитната полза от слънчевата светлина върху диетичните елементи, с които успешно лекувала случаи на рак.

3. **При наличие на дълги периоди без слънчева светлина много хора изпадат в депресия** – в този случай по-конкретно става дума за т.нар. сезонно афективно разстройство. Освен депресивното чувство, в такива моменти хората изпитват и недостиг на енергия. Сезонното афективно разстройство произлиза от липсата на слънчева светлина за дълъг период от

време, но може да се лекува и със специални „слънчеви” лампи, които имитират истинската слънчева светлина.

4. Веществото в тялото ни, наречено меланин, е способно да преобразува слънчевата светлина в метаболитна енергия. Няколко изследвания и в момента проучват този феномен.

5. **Слънчевата светлина доказано ограничава стреса, тревожността и необходимостта от приемане на обезболяващи медикаменти при пациенти, претърпели операция, сочат данни от изследване, проведено през 2005 г.**

6. Проучване от 2012 г. пък е установило, че хората, които са изложени на слънце по 6 часа на ден са по-способни да се концентрират в течение на остатъка от деня.

7. Данните от дерматологично проучване, проведено през 2011 г., сочат, че **излагането на слънчева светлина помага за изгарянето на подкожните мазнини**, но не въздействат задължително по негативен начин на сърдечносъдовото здраве.

Слънчевата светлина помага и за ограничаването на висцералните мазнини - дефицитът на витамин D се свързва с по-високо производство на мазнини около вътрешните органи, което води до затлъстяване и последващите от него заболявания като например диабет и сърдечносъдови проблеми.

Гимнастика за заети и... мързеливи



здраве.bg

Недостигът на движение провокира редица заболявания, но

напрегнатото всекидневие като че ли не ни оставя време за физически упражнения. Наскоро специалисти предложиха гимнастика, която не само отнема минимум време, но и не изисква специална спортна форма, специално помещение, а при това тя е незабележима за околните.

И така, след като се събудите, вместо да превъртите стрелките на будилника с няколко минути напред, махнете одеалото и се протегнете с ръце под главата и изправени стъпала. След това изправете краката под прав ъгъл спрямо тялото, отпуснете ги, наведете се напред и докоснете с ръце пръстите на краката. Повторете 2-3 пъти - това ще ви отнеме не повече от 30 секунди.

Към банята можете да отидете с пружинираща походка, или на пръсти, или на патешко ходене.

Когато излезете от къщи, вместо да ползвате асансьора, слезте по стълбите пеша. Ако живеете на нисък етаж, просто го направете по-бързо.

Вървете с ускорена крачка без да задържате дишането. Ако се задъхате, можете определена част от пътя да извървите бързо, а след това друга част – по-бавно, особено ако имате проблеми със сърцето, кръвоносните съдове или белите дробове.

Ако ползвате обществен транспорт, периодично сменяйте ръката, с която се държите. От време на време се изправяйте на пръсти.

През деня, за да забавите настъпването на умората или да я намалите, колкото може по-често променяйте положението на тялото. При работа в изправено положение сменяйте тежестта от единия крак върху другия, престъпвайте, като напрегате мускулите. Подобни упражнения могат да се извършват и в седнало положение като се напрегат мускулите на краката, корема и гърба.

Добро упражнение за ръцете е дори стискането на телефона. Тези натоварвания и съкращения на мускулите са почти незабележими, но оказват тонизиращо въздействие на нервните центрове, подобряват кръвообръщението и

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.

обмяната на веществата.

Ефективен в борбата с **преждевременната умора** е и самомасажът. Подходящи са и леките (подобни на галене) докосвания, и намачкването и леките удари по достъпните части на тялото.

Най-полезните за здравето ни напитки?



здраве.bg

Поредният опит да се състави списък на най-полезните напитки е на учени от Университета на Калифорния в Лос Анжелис. Приоритет в тяхната класация има съдържанието на антиоксиданти - общо название на елементите, притежаващи способността да се борят със свободните радикали.

Свободните радикали са особен вид молекули, които са способни да разрушават другите молекули и дори клетките на човешкото тяло. По природа те трябва да се борят с бактериите и вирусите, да участват в

образуването на хормоните, в производството на енергия и други жизнено важни процеси. Но с възрастта свободните радикали стават все повече, а организмът не е способен да ги контролира и затова те започват да го разрушават отвътре.

С вредното действие на свободните радикали съвременната медицина свързва развитието на много заболявания като язва, рак, артрит, болести на сърцето, както и стареенето на кожата.

Най-много антиоксиданти се съдържат във витамините А, С и Е, цинка, селена, глутатиона и други. Поотделно те влизат в състава на много хранителни продукти, но заедно и то в големи количества могат да се открият много трудно.

1. Сок от нар

Освен изброените по-горе витамини и елементи, той съдържа още калций, фосфор, магнезий, желязо и натрий. Много полезен е за сърдечно-съдовата система, при хипертония, анемия и малокръвие. Не се препоръчва на хора, които страдат от язва и повишена киселинност.

2. Червено вино

През последните години много изследвания доказват ползата от червеното вино дори за профилактика на раковите заболявания. Много диетолози съветват всеки ден едновременно с храната да се пие вино, но дозата не трябва да превишава 50 мл.

3. Сок от грозде

В него има много полезни витамини от група В, които укрепват косата и ноктите и аскорбинова киселина (витамин С), която помага в борбата с вредните микроорганизми. Освен това гроздовият сок помага за запазването на добрата памет и за поддържането на здрава и еластична кожа. Той се определя и като ефективен в борбата с рака на гърдата.

4. Сок от боровинки

Боровинките са известни с това, че укрепват зрението и предпазват от стомашни разстройства. Но те имат и други полезни свойства - помагат в борбата със захарния диабет, предпазват венците от различни заболявания, запазват младостта на организма като цяло.

5. Сок от череша

Съдържа много

витамин А (особено необходим за зъбите и очите), желязо и витамин С, който помага в борбата с инфекциите. Също така намалява риска от развитието на много видове рак и заболявания на пикочните пътища и помага за запазване на паметта в напреднала възраст.

6. Сок от клюква (вид северна боровинка)

Понижава температурата, помага при кашлица и хрема, извежда токсините от организма, повишава активността и премахва умората. Този сок притежава и диуретично действие без да отмива полезния за организма калций.

7. Портокалов сок

Отлично средство за профилактика на настинката и грипа. Премахва умората, активизира работата на мозъка и укрепва кръвоносните съдове. Полезен е и при хипертония и атеросклероза. Не се препоръчва на хората с повишена киселинност и ниско съдържание на калций в костите.

8. Чай

Без значение какъв - важното е да е истински, а не концентрат от бутилка. Чаят не само тонизира и ободрява, но и се бори със сърдечно-

съдовите заболявания и различните инфекции.

9. Ябълков сок

Препоръчва се особено при атеросклероза, заболявания на черния дроб, пикочния мехур и бъбреците. Той нормализира работата на червата, извежда токсините и бързо възстановява организма след физическо натоварване.

Защо са вредни наситените мазнини



здраве.bg

Ако трябва да се отговори кратко на въпроса, то отговорът ще бъде “защото наситените мазнини покачват нивото на вредния LDL холестерол и могат да

блокират артериите на сърцето”.

Наличието на твърде много “лош” холестерол в кръвта увеличава сериозно риска от коронарна сърдечна недостатъчност – най-честата причина за смърт във всички страни от Европа и Северна Америка. Според оценките на експертите, ако се намали употребата на наситени мазнини само с 20%, това сериозно ще повлияе на броя смъртни случаи в резултат на инфаркт и инсулт.

Що е то “добри” и “лоши” мазнини

Всеки човек има нужда в храната му да присъстват мазнини.

“Добрите” включват:

- Омега-3 ненаситени мастни киселини, които се съдържат най-вече в рибата – херинга, скумрия, сардина, тон, съомга, и
- Омега-6, на които най-богати са

маслините, орехите, семената и произведените от тях видове олио, много зеленчуци и житни култури.

Тези мазнини поддържат здравината и еластичността на кръвоносните съдове и увеличават нивото на “добрия” (HDL) холестерол.

“Лошите” мазнини произхождат най-вече от храните от животински произход – особено червеното месо, маслото и пълномаслените млечни продукти. Друг тип са т.нар.

трансмазнини, които се получават при производството на маргарин, бисквити, кексове и др.

Те увеличават равнището в кръвта на “лошия” (LDL) холестерол, чието натрупване по стените на кръвоносните съдове ги отслабва и стеснява и с това увеличава риска от

инфаркт и инсулт.

Колко е нормалното количество

По оценките на диетолозите, не повече от 11% от енергията, произвеждана от тялото, трябва да произхожда от наситените мазнини. Кое то на практика означава, че средното количество, приемано от тях на ден от един мъж трябва да е не повече от 30 г, а от една жена – до 20 г.

Също толкова следва да е цифрата и при децата между 5 и 10 г. При по-малките трудно може да се посочи точна цифра, защото техният организъм по правило има нужда от повече наситени мазнини заради растежа. Все пак на децата около и над 2 г. специалистите препоръчват да се дава мляко с до 2% масленост, за да може енергията, произвеждана от наситени мазнини да



BOBBI DONEVA

Вашият травел агент

T: 905 849 4664

S: 647 999 2010

E: info@friendlytravel.ca

W: www.friendlytravel.ca

● Самолетни билети

● „All inclusive” почивки

● Cruises

● Visitors to Canada Insurance

● Туристически застраховки

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



friendly travel inc.
TICO # 4631602

не превишава 13% от общото количество.

Високомаслените храни съдържат над 20 г мазнини на 100 г продукт, докато за нискомаслени се считат тези, които имат под 3 г мазнини на 100 г.

С високо съдържание на наситени мазнини се определят храните, които съдържат над 5 г такива мазнини на 100 г продукт. Тези с ниско следва да съдържат под 1,5 г на 100 г.

Най-големите вреди

Големите количества мазнини в храната могат да доведат до затлъстяване, което носи съответните по-късни рискове за здравето. Но най-непосредствената опасност от прекалената консумация на наситени мазнини е появата на сърдечно-съдови заболявания, които в крайна сметка повишават сериозно риска от инфаркт и инсулт.

Именно този тип болести в продължение на десетилетия са причина №1 за преждевременна смърт в нашата част на света.

Защо ядем твърде много

За вредите от

прекаляването с мазни храни се говори много и отдавна. Взети са и съответните мерки върху храните да се изписва точното съдържание и типа на мазнините. И въпреки това статистиката показва, че употребата им не намалява, а случаите на наднормено тегло и затлъстяване се увеличават.

Според диетолозите, причините за това са няколко:

- Хората все още не правят достатъчно разлика между мазнини и наситени мазнини. Те мислят далеч повече, кота остава дума за здравословно хранене, за намаляване на калориите и теглото.

- Храните днес наистина съдържат по-малко наситени мазнини (поне по-голяма част от тях). Съответно хората приемат по-малко количество, но то все още е твърде голямо, отнесено към необходимото.

- Данните показват, че за последните 20 г. среднестатистическият човек е започнал да се движи по-малко, т.е. има нужда от по-малко енергия (съответно и мазнини). И това намаление на нуждите е по-малко от

намаляването на количеството приемани наситени мазнини (около 47 г на ден през 1980 г. срещу 30 г/ден през 2000 г.).

Как да намалим наситените мазнини в храната

Най-ефективните правила са свързани със съвсем малки на пръв поглед промени, които обаче имат значителен ефект:

- Ако махнете кожата на пилешкото месо, това ще намали наситените мазнини с около 1/3. Още по-голямо ще е намалението, ако избирате месо без видими мазнини по него.

- Заменете маслото в яденетата с олио – независимо дали е произведено от маслини, слънчоглед, рапица или царевица.

- Избирайте по-нискомаслени млечни продукти и избягвайте млечните сосове.

- Подбирайте храни, които са богати на Омега-3 и Омега-6 ненаситени мастни киселини.

- Винаги четете етикетите на храните, които купувате.

- Когато ви се яде нещо сладко, предпочитайте

тъмния шоколад или сушените плодове пред тортата и пая.

- Когато готвите месо, избирайте рецепти, които не включват пържене, а задушаване на пара, варене или в краен случай печене на фурна.

Бисквитени топчета без печене



Рецептата е публикувана в dieti.info

Необходими продукти:

300 г чаени бисквити
2 с.л. какао
1 с.л. мед
3 с.л. захар
150 мл вода
1 к.ч. счукани орехи

Начин на приготвяне:

Сипете на едно място водата, захарта, какаото и меда, след което добавете натрошените на ситно бисквити. Разбъркайте добре. Оформете от полученото тесто малки топчета и ги оваляйте в орехите.

Поставете в хладилника за 1-2 часа.

Кухня: българска
Основни продукти: яйца, тесто
Начин на приготвяне: без термична обработка
Тип диета: вегетарианска
Време за приготвяне: 20 - 30 минути

Бобена салата



Рецептата е публикувана в dieta.info

Необходими продукти:

бял/червен боб (за по-бързо може и от

консерва)
червен лук
зехтин
лимонов сок (оцет)
сол

Начин на приготвяне:

Сварява се бобът без подправки. Нарязва се лукът на ситно и се разбърква с боба. Овкусява се със сол, зехтин и оцет/лимонов сок. По желание може

да се поръси с нарязан на ситно магданоз. Любителите на лютото могат да добавят и малко чили сос.

Кухня: българска
Основни продукти: зеленчуци
Начин на приготвяне: без термична обработка
Време за приготвяне: 5 - 10 минути

СПОРТ

Собственикът на Олимпиакос и Нотингам Форест е съден в Гърция за насилие, свързано със спорт



Делото срещу председателя на гръцкия Олимпиакос и собственик на английския Нотингам Форест корабният магнат Евангелос Маринакис, както и срещу десетки футболни фенове започна в Гърция. Това е най-големият случай свързан със спортно насилие, срещу което властите обещаха да предприемат строги мерки, предава The Guardian.

Общо 142 фенове са обвинени в ръководене на престъпна организация и причиняване на животозастрашаващи експлозии на спортни събития. Маринакис - корабен и медиен магнат - който притежава и Нотингам Форест, както още четирима членове на борда са

обвинени в подкрепа на предполагаемата престъпна група през периода **2019-24 г.** и в подбуждане към насилие с изявления срещу властите. Те отхвърлиха обвиненията за престъпление.

Маринакис не бе в препълнената съдебна зала на затвора с висока степен на сигурност Коридалос в Атина и бе представляван от адвокатата си. Маскирани полицаи охраняваха няколко обвиняеми, които все още са в ареста.

Повече от 210 души ще свидетелстват пред 3-членния съд по време на процеса, който според адвокатите може да продължи повече от година.

Насилието е проблем за спорта в Гърция през последните години. Закоравелите привърженици, които следват един и същ клуб в различни спортове, често се сблъскват с полицията извън стадионите и с фенове на съперничаещи си в уговорени улични сбивания. Хулиганството е и основен проблем за ръководния орган на европейския футбол -

УЕФА.



Разследването е започнато след фаталното нараняване през 2023 г. на 31-годишния служител от полицията за борба с безредиците Джордж Лингеридис по време на сблъсъци на женския волейболен мач между Олимпиакос и Панатинайкос, обикновено мач с нисък риск. Преди този двубой някои от феновете са преместили торба с факли и импровизирани експлозиви от склад на футболния си стадион до мястото за волейболни мачове, установи разследването. Лингеридис е бил ударен от факла по време на сблъсъците и е починал от нараняванията си седмици по-късно.

Това е третият смъртен случай в Гърция при спортно насилие през 2022-2023 г. което е накарало главния прокурор да

настоява за засилване на мерките срещу престъпните банди, свързани със спорта.

Британски кануист е отстранен от Олимпийските игри заради видеоклип на OnlyFans



Все повече спортисти използват платформата **OnlyFans**, за да споделят ексклузивно съдържание с всеки, който е готов да плати за достъп. Пример затова е Кърт Адамс Розенталс - британски гребец, който наскоро започна да качва съдържание в OnlyFans, за да финансира спортната си кариера – решение, което не остана незабелязано във Великобритания, предава испанския Diario AS.

22-годишният Розенталс тренира, за да представи Великобритания в кану-слалом на Олимпийските игри през 2028 г. Но вместо

да се подготвя за Лос Анджелис, той се озова отстранен за 2 години от олимпийската програма **Paddle UK** от **British Canoeing**, само защото се осмели да си отвори акаунт в OnlyFans.

Въпреки че в изявлението на организацията не се посочва името на спортиста, Розенталс по-късно потвърди пред BBC Sport, че това е той. Розинталс е публикувал видеоклип с предизвикателно съдържание в Instagram, който бързо е свален заради нарушаване на правилата за публикуване в социалната медия.

Спортистът, който е прекарал повече от десетилетие в усъвършенстване на уменията си и състезания в международен план, каза, че олимпийската му мечта е била замразена, след като Paddle UK му наложили „временни мерки“ през април. Според управителния орган това е направено, „за да се защитят други спортисти, персонал и доброволци поради естеството на обвинението“.



Какво е обвинението? Чудесен въпрос.

Paddle UK не казва. Но дисциплинарната им политика включва всеобхватни грехове като „обидно използване на социалните медии“ и „неприлично, обидно или неморално поведение“. За тези, които следят, това е едно неясно обвинение, различно от викториански скандал.

„Макар че разбирам, че видеото може да изглежда безумно, то не е било незаконно и със сигурност не би трябвало да е основание за изключване на

спортист. Като се замисля, вероятно не бих публикувал нещо подобно отново. Но си спомням как се чувствах, когато го записах и споделих. Това бе първият път в живота ми, когато видях реално подобрение във финансовото си положение. Това беше първият път, когато можех да си позволя тренировките сам“, обясни Розенталс, който каза, че се е нуждаел от допълнителния доход, защото £16,000 които е получил за олимпийската си подготовка, не са били достатъчни.



С финансиране на £16,000 годишно от Paddle UK – едва над прага на бедността – Розенталс опитал работа в склад и като фрийлансър, преди да се насочи към създаването на съдържание през януари. Целта му била да финансира олимпийското си пътешествие, без да прави компромис с времето за тренировки.

Розенталс написа в социалните мрежи: „Започнах да правя това, което сега наричат „провокативни видеа“, с фокус върху увеличаването на последователите, защото опитът да се живее със заплатата, която **PaddleUK** плаща на своите спортисти, е почти невъзможен.“



Бившият вратар на Тотнъм Хотспър Алфи Уайтман се

оттегли от професионалния футбол. 27-годишният футболист взе решението в края на миналия сезон, когато бе едва на 26 години, предава британския The Mirror.

Уайтман бе част от отбора, спечелил Лига Европа, като играеше в клуба още от младежкия си отбор дни преди да подпише първия си професионален договор. По време на престоя си в Тотнъм той имаше два периода под наем - и двата в шведския Дегерфорс - но редовно се озоваваше надолу в йерархията.

Това, че не играеше в първия отбор го накара да изследва други области от живота, **включително курсове по актьорско майсторство, радио и телевизия и фотография**. The Athletic съобщи, че вратарят е очаквал да продължи футболната си кариера, когато е бил освободен от „Тотнъм“ в края на миналия сезон.

Въпреки това, Уайтман приключи с това по свой собствен начин през лятото и сега започва кариера във фотографията - признавайки, че е бил нещастен като професионален футболист.

Той сподели: „Подписах с Тотнъм когато бях на 10 години. След това напуснах училище на 16 и се впуснах директно в този пълноценен футболен живот.“

„Когато бях на около 17 или 18 години, живеях в квартира, просто имах това вътрешно чувство: „Това ли е краят?“. Качвах се в микробуса, ходех на тренировки, правех изпита по спортни науки ВТЕС и се прибирах вкъщи, за да играя видео игри. Осъзнах: „О, не съм щастлив“ още от съвсем ранна възраст.“

„Стереотипът за футболист

като цяло е съвсем верен. Това е тоалетната култура. Аз бях този млад футболист. Исках Gucci и карах Mercedes. Всички просто се превръщате в отражение един на друг. Вие сте продукт на вашата среда. Такъв е футболът в тази страна; толкова е изолиран от всичко друго. Ходите на тренировка и след това се прибирате у дома, това е.“

Той добави: „Футболът е кратка кариера, независимо от всичко, дори и да се справяте наистина добре, и знаех, че не искам да остана в него. Ставаше дума да натрупам опит и да бъда проактивен в изучаването на тези неща, които също ме интересуваха, но главно защото ми харесваше и бях заобиколен от хора, които правеха това, което аз харесвах като работа. Те създаваха неща. Беше наистина вдъхновяващо.“

Уайтман обяснява, че имал две проби през лятото - една в клуб от League One и една в клуб от Championship - но в крайна сметка решил, че открива „щастие“ в другите си начинания. Той е подписал договор като фотограф със **Somesuch** - награждавана продуцентска компания с офиси в Лондон и САЩ. Новата му кариера започва, когато работи за производителя на спортни обувки Vibram.

„Офис, пълен с агенти на ФБР“ – Дейна Уайт разказа за скандала с черните залози в UFC



Състезателят в категория

„перо“ Айзък Дългариан бе отстранен от UFC само ден след участието си в подозрителна загуба от Ядиер дел Вале. Шансовете на Дългариан да победи дел Вале спаднаха само часове преди той да бъде шокиращо отстранен в първия рунд, предава talkSPORT.

„Забележителното“ му представяне бе определено като аматьорско от анализатора на UFC Майкъл Киеза, а няколко фенове на ММА забелязаха факта, че елитният боец не предложи реална защита на опонента си на ринга.

Това накара UFC да издаде изявление относно „почтеността на залозите“, а Уайт вече предложи показателна актуализация на ситуацията, отхвърляйки слуховете, че „стотици“ други битки също се разследват.

„Вероятно около един часа сме заедно с компания, наречена IC360, и те са най-добрата компания за наблюдение на залози в бранша“, обясни Уайт в разговор с TMZ Sports.

„Свързаха се с нас и ни казаха, че има някакви необичайни действия, свързани с този мач.

„Не знаехме нищо, така че това, което направихме, бе да се обадим на боеца и неговия адвокат и да попитаме: „Какво става? Има някакви странни действия, свързани със залози, в мача ви. Контузени ли си?



White said he will go after anyone involved with fixing fights, gangs a blasting, alongside the FBI, to make sure they go to prison. (Source: TMZ Sports)

„Дължиш ли на някого пари? Някой свързал ли се е с теб?“ и момчето отговаря:

„Не, абсолютно не. Ще разбия този човек.“

„И така, казахме „ОК“.

Битката се провежда и завършва в първия рунд със задушаване отзад.

„Буквално първото нещо, което направихме, бе да се обадим на ФБР. Днес се срещнах два пъти с ФБР... сега виждате хора, които говорят: „О, има стотици битки, които се разследват.“ Това са пълни глупости.

Уайт твърди, че IC360 - компанията за наблюдение на залози на UFC - работи с неговата промоутърка от години и издава доклад след всеки мач. „Приемаме това много сериозно и наблюдаваме всеки един мач, който се случва в UFC от първия предварителен мач до основното събитие“, добави той.

Главният изпълнителен директор на UFC отправи сериозно предупреждение към бойците, които може да са замесени в уреждане на боеве, казвайки, че ще бъде „най-лошият враг“ на тези, които се опитат.



„Ще ви преследваме с всички сили, с ФБР и с когото и да е друг, когото трябва да хванем, и ще направим всичко възможно, за да се уверим, че ще отидете в затвора“, каза Уайт.

„Виждате неща в интернет, където бойци излизат и казват: „О, бях потърсен, бях потърсен.“

„Наистина ли? Защо не ни казахте това? Или по-важното, защо не казахте на органите на реда, че сте били потърсени? Сега? Сега казвате, че сте били потърсени?

„Наистина е странно, че бойци сега казват, че са били потърсени и че ще бъдат потърсени от ФБР.“ Дългариан срещу дел Вале се присъедини към мача на Дарик Минър срещу Шейлан Нуерданбике през 2022 г. като нова глава в борбата на спорта със залозите.

През 2023 г. Джеф Молина бе отстранен от ММА след твърдения, че е бил „замесен по някакъв съществен начин“ със съмнителни залози на съотборника си Минър.

Боецът в категория муха

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.

на UFC Молина отрече всякакви нарушения по-рано тази година, но въпреки това получи солиден период наказание извън играта.

Уайт не е сигурен, че Дългариан е виновен по обвиненията, но каза, че това не изглежда добре за американския боец.

„Мразя да виждам някой в нашия спорт да прави нещо незаконно, но уреждането на битки е абсолютно безумно“, заключи той. „Не казвам, че това хлапе е виновно, все още няма доказателства, че го е направил, но мога да ви кажа следното - не изглежда добре. Определено не изглежда добре.“ Марк Монтоя, който е треньор на Дългариан, каза в предаването на Ариел Хелвани тази седмица, че отборът му „няма нищо общо“ с обвиненията.



Спортна рубрика:
Павел Станимиров

Група туристи пристига на екзотичен остров.
– Извинете, може ли да се къпем в реката? – питат те местен жител.

– В реката не може. Има крокодили – отвръща чистосърдечно местният.

– А къде тогава може човек да поплува?

– Там, където реката се влива в океана.

Крокодилите не смеят да припарят заради акулите.



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.



– Вчера като се разхождах по плажа, намерих бутилка с писмо.

– Какво пишеше?

– Пишеше: „След корабкрушение попаднах на необитаем остров в тропиците. Тук няма инфлация, данъци, шум, автомобилно движение, замърсяване на въздуха... Пукайте се от завист!“



На светофара до някаква трошка спира Мерцедес. Шофьорът се подава през прозорчето:

– Колега, виждам, че сте си сложили огледало

за Мерцедес. Моето го откраднаха. Вие откъде го купихте?

Шофьорът на трошката вдига рамене:

– Братче, да ти кажа, че съм го намерил, ще те излъжа. Пък да ти кажа, че съм го купил, съвестта не ми позволява.



Странно транспортно средство е роялт: три колелца и едно крило, а за управлението на това чудо са измислили два педала, десетки клавиши, нито едно кормило, а за

капак – шофьорът трябва да си носи табуретка!

...Седнала Червената шапчица до баба си и започнала да разпитва:

– Бабо, защо са ти толкова големи очите?

– За да те виждам похубаво, мое дете.

– Бабо, а защо са ти толкова големи ушите?

– За да те чувам похубаво, мое дете.

– Бабо, защо ти е толкова голям носът?

– А ти що не се погледнеш в огледалото?



Из пустинята едва се влачи изгубен пътешественик.

Насреща му – бедуин.

Пътешественикът едва фъфли:

– Братче, близо ли е оазисът?

– Да, ето в тази посока, а в четвъртък завий наляво!



Полицай спира кола.

– Не видяхте ли червения светофар?

– Не.

– А когато ви свирих, не чухте ли?

– Не.

– А като махах със слънчогледа, не видяхте ли?

– Не.

Полицаят избухва в сълзи:

– На никого не съм нужен аз на този свят...

Съдията:

– Подсъдимци, имате ли сключен брак?

– Да, господин съдия.

– С кого?

– С една жена.

– Не се правете на интересен, това се подразбира.

– Изобщо не се подразбира! Сестра ми, например, има брак с един мъж!



Момченце пита татко си:

– Тате, като стана голям като теб, нали ще мога вече да правя всичко,

което поискам?

– Не, момчето ми. Тогава вече ще си женен...

Звъни телефонът на рецепцията.

– Ало, обаждам се от триста и пета стая.

Вашият хотел не се ли казва „Империал“?

– Не, сър, „Еспланада“.

– Брей, значи тоя досадник, който ми беше легнал в леглото, е бил прав!



Професорът пита студент:

– Как наричаме

изкуственото водохранилище?

След кратък размисъл студентът отговаря неуверено:

– Презервоар!

– Почти правилно, само че не трябваше да започва с „П“...

– А, извинете, резерватив!



В магазина за играчки идва момченце и иска да си купи автомобил-играчка.

Продавачката опакова количката, а детето отива на касата и подава банкнота от „Монополи“.

Касиерката се смее.

– Какъв е проблемът?

– недоумява детето.

– Колата също не е истинска!



Студентът пише на листчето:

1) Не е необходимо да се преварява.

2) Няма странични ефекти.

3) При необходимост винаги е под ръка.

На четвъртия отговор закъсва съвсем. В този момент седналата до него симпатична колежка става и се отправя към катедрата.

Осенен от внезапно вдъхновение, студентът грабва химикалката и завършва:

4) Предлага се в красива опаковка с най-разнообразни форми.

Най-после Tefal наистина мисли за всички!

Новият тиган е не само с тефлоново незагарящо покритие отвътре, но и с меко дъно от другата страна.

Tefal – вече мисли и за мъжете!



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...

– Е, тогава гладуваме...

Въпрос:

Кое живо същество променя теглото си само за един ден от 300 килограма до 100 грама?

Отговор:

Мъжът.

Сутрин жена му го буди с думите: „Ставай за работа, хипопотам такъв!“

На обяд му бута чинията със супа: „Плюскай, куче!“

А вечер в леглото: „Ела, мишленце!“...

– Ама ти лъжеш!

– Да, бабо!

– Знаеш ли какво става с тези, които лъжат на карти?

– Ама ти лъжеш!

– Да, бабо!

– Знаеш ли какво става с тези, които лъжат на карти?

– Знаем, бабо – печелят!



Спасителят омагьосва курортистка наред плажа.

– Какви мускули имате – възхищава се тя. –

Сигурно плувате много добре!

– Разбира се! Обичам сутрин, преди работа, да плувам, да плувам, да доплувам до линията на хоризонта, да седна на нея и да гледам изгрева...

– Разбира се! Обичам сутрин, преди работа, да плувам, да плувам, да доплувам до линията на хоризонта, да седна на нея и да гледам изгрева...



– Разбира се! Обичам сутрин, преди работа, да плувам, да плувам, да доплувам до линията на хоризонта, да седна на нея и да гледам изгрева...

