



The notion of purported benefits from moderate drinking, particularly of wine, has been largely debunked. (Shutterstock/Warman)

Автор: Тимъти Найми - Директор, Канадски институт за изследване на употребата на вещества; професор, Отдел по медицински науки, University of Victoria

Декларация за оповестяване:

Тимъти Найми получава финансиране от: правителството на Британска Колумбия; Министерство на здравеопазването на Канада; SSHRC (Канадско федерално правителство)
Преводът е на „Пламък“

Защо употребата на алкохол намалява в Канада?

Напоследък има много новини за намаляващите продажби на алкохол в Северна Америка и спекулации за това защо това може да е така. Като директор на Канадския институт за изследване на употребата на вещества към Университета на Виктория, считам това за важно развитие и тема, която си струва да се проучи, предвид последиците за здравето и обществото в по-широк смисъл.

Реален ли е спадът?

Въз основа на данните за продажбите на алкохол (които са по-надеждни от данните от самооценяваните проучвания), спадът изглежда реален. Според Статистическата служба на Канада продажбите на алкохол на глава от населението (средното количество, продадено на човек на възраст от 15 и повече години) са намалели за четвърта

Прод. на стр.4>>

Запазваме местата в новия бизнес каталог
Print & Online, www.BulBiz.com
Позвънете на тел: 416-821-9915



**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

**МОРСКИ ПРЕВОЗ
ДО БЪЛГАРИЯ**
и всички държави в Европа и Азия.

стр.14, 25

Обадете се на Мето: **647-773-3823**




BEAUTY NUT

where science meets nature,
and your skin discovers
its true radiance

HAPPY
Mother's Day

50% OFF
FOR MOTHER'S DAY

100% NUTS
100% PURE ARGAN OIL
100% ORGANIC, COLD-PRESSED, SINGLE BOTANICAL

416 479 7724
www.beautynut.com
800 Arrow Rd, Suit 11,
Toronto, ON, M9M 2Z8





Happy EASTER

Visit our retail store!



**Family owned
and operated**

**Canadian
made**

**Quality
ingredients**

**Choose us
over the rest!**



VISIT OUR RETAIL OUTLET CASH & CARRY

7190 TORBRAM RD. MISSISSAUGA 905-678-7053 EXT 205

STORE HOURS: MON-FRI 8 AM TO 4 PM

**WHERE
TO BUY**



TRIPLE "A" CHEESE COUPON

10% OFF

For use in Mississauga Triple "A" Cheese Retail
Outlet and Cash & Carry only located at
7190 Torbram Road Mississauga

This coupon has No Cash Value



**FOLLOW US
ON INSTAGRAM**



WWW.TRIPLEACHEESE.COM

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

@TransamCarriers @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;** Пекари, Оператори на производствена линия (от \$18.50/час), Оператори на мотокари (от \$22.05/час).
- **Професионални работници;** Електротехници, Механици, PLC Техници (от \$21.00/час)
- **Мениджмънт;** Бригадири (от \$50K/годишно), Супервайзори (от \$65K/годишно)

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)

Защо употребата на алкохол намалява в Канада?

<< Прод. от стр.1

поредна година, от 8.3 литра етанол (приблизително 487 стандартни напитки годишно) през 2020-21 г. до 6.8 литра (399 стандартни напитки) през 2024-25 г., което е драматичен спад от 18%.

Продажбите на алкохол намаляха също и в Съединените щати, така че това не е феномен само за Канада.

Възможни допринасящи фактори

Има много възможни допринасящи фактори, които трябва да се вземат предвид, някои от които се припокриват:

- Нарастващи здравни

проблеми? Повишената загриженост относно ефекти на алкохола върху здравето, включително от социално „умерени“ нива на употреба, може да допринесе за намалена употреба и промяна на социалните норми.

Научно, идеята за предполагаемите ползи от умерената консумация на алкохол, особено на вино, е до голяма степен опровергана. Канадското „Ръководство за алкохола и здравето“ установи повишен риск от смърт, причинена от алкохол, при повече от 2

напитки седмично.

Неотдавнашният доклад на Главния хирург на САЩ за алкохола и рака подчерта, че алкохолът е причинно-свързан със 7 вида рак, включително рак на гърдата, дебелото черво, черния дроб и хранопровода. Интересът към движението за трезвеност и участието в периоди на въздържание като „Сухия януари“ може отчасти да отразяват и здравословни проблеми.

- Инфлация и достъпност? Инфлацията е сравнително висока в Канада през

последните пет години, а достъпността на основни стоки като храната е намаляла. Алкохолът е стока, която реагира на цената; хората обикновено купуват повече от него, когато имат по-голям разполагаем доход, и по-малко, когато се опитват да харчат по-малко.

- Нормализация след COVID? Консумацията на алкохол в Канада се е увеличила по време на пандемията от COVID-19. Въпреки че факторите, стоящи зад това увеличение, не са напълно изяснени, логично е потреблението да намалее с отшумяването

Прод. на стр.5 >>

LASER CLINIC

COSMETICS & PAIN TREATMENT

Dr Indira Khurana M.Sc., Ph.D.(Physics), I.M.D.



ДЕРМАТОЛОГИЧНИ ЛЕЧЕНИЯ

- Nail Fungus (гъбички по ноктите)
- Eczema (екзема)
- Psoriasis (псориазис)
- Vitiligo (бели петна)
- Pigmentation (петна, белези)

- Acne (акне)
- Rosacea (розацея)
- Scars (белези)
- Leg Veins (разширени вени на краката)
- Wrinkles (бръчки)
- Fat/Cellulite (мазнини/целулит)
- Hair Removal (обезкосмяване)

ОБЛЕКЧАВАНЕ НА БОЛКАТА

- Back Pain (болки в гърба)
- Shoulder Pain (болка в рамото)
- Muscle Pain (мускулна болка)
- Arthritis (артрит)

- Carpal Tunnel Синдром на карпалния тунел)
- Tennis Elbow (тенис лакът)
- Migraines (мигрена)
- TMJ
- Post-Covid Pain (болка след ковид)

ПРЕМАХВАНЕ НА ПРИСТРАСТЯВАНИЯ

- Smoking/vape (пушене)
- Cannabis (марихуана)

- Alcohol (алкохол)
- Drugs (лекарства)

- Sugar (захар)



\$100 OFF

Акне



\$200 OFF

Бръчки



\$200 OFF

Витилиго



\$150 OFF

Обезцветяване



\$200 OFF

Псориазис

Промоция

ГЪБИЧКИ



\$50 OFF

МАЗНИНИ и ЦЕЛУЛИТ



20% OFF

MISSISSAUGA

3050 Artesian Dr. unit #4, 905-593-0770

БЕЗПЛАТНА

КОНСУЛТАЦИЯ

BRAMPTON

700 Balmoral Dr. unit #7 (Southgate Plaza), 905-790-6998

LaserCosmeticsClinic.com info@lasercosmeticsclinic.com | Пон - Пет 10-6 | Събота 10-3 | Неделя - затворено

Защо употребата на алкохол намалява в Канада?

<< Прод. от стр.4

на пандемията. Въпреки това, потреблението вече е паднало доста под нивата преди пандемията.

- Имиграцията? През последните години Канада преживява голям приток на имигранти, много от които идват от страни с по-ниска употреба на алкохол в сравнение с Канада, като Индия. Въпреки че това би допринесло за намаляване употребата на алкохол на глава от населението (средната консумация сред всички хора, включително непиещите), общите продажби също са намалели, което показва по-ниска консумация и сред тези, които не са скорошни имигранти.

- Увеличението на безалкохолните и нискоалкохолните продукти? Наблюдава се експлозия на безалкохолните и нискоалкохолните продукти, особено на бирата. Но не е ясно до каква степен тази категория замества традиционните продажби на алкохол. Stay tuned.



- Заместване на алкохол с канабис? Изследователските данни за това дали

употребата на канабис е свързана с повече или по-малко употреба на алкохол (т.е. дали хората употребяват канабис в допълнение към алкохола или употребяват канабис вместо алкохол) са смесени. Но употребата на канабис се увеличава в Канада от известно време и дори легализирането му за развлекателна употреба през 2018 г. се случи по време, когато продажбите на алкохол бяха стабилни или нарастващи, така че е малко вероятно това да е важен фактор.

- Намалена употреба от младежите? Въпреки че все още е често срещана в Северна Америка, разпространението на употребата на алкохол сред младежите е намаляло през последното десетилетие. Тъй като траекториите на пиене са склонни да се запазват с възрастта, средната консумация би намаляла с течение на времето, тъй като вчерашната младеж става все по-голям дял от възрастното население.

- Бойкот на алкохолните продукти от САЩ? Това не е основен фактор. Бойкотът на алкохолните продукти от САЩ дойде няколко години след като продажбите на алкохол започнаха да намаляват. Освен това

има много алтернативи на продукти извън САЩ във всички видове алкохолни напитки и ценови диапазони.

- Повишена употреба на GLP-1 агонисти? Употребата на GLP-1 агонисти като Ozempic за лечение на затлъстяване и диабет се е увеличила значително. Тези лекарства сега се използват от приблизително 3 милиона възрастни канадци.

В допълнение към намаляването на интереса към храненето, тези лекарства намаляват и интереса към алкохола и се изследват за лечение на разстройства, свързани с употребата на алкохол. Въпреки че ефектът върху популацията не е напълно изяснен, широкото им използване и въздействие може да допринасят за намаляване на консумацията на алкохол сред хората на средна и по-висока възраст.

Възможно въздействие на спада

С течение на времето намаляването на потреблението би трябвало да доведе до ползи за общественото здраве и спестявания за здравната система и данъкоплатците, тъй като разходите, свързани с алкохола,

надвишават данъчните приходи. Докато намаляване продажбите на алкохол се отразява неблагоприятно на свързаните с алкохола индустрии, преразпределението на средствата е от полза за други сектори на икономиката.

По ирония на съдбата, приемането на политики за минимално ценообразуване на алкохол би могло както да подобри общественото здраве, така и да увеличи приходите на индустрията чрез прилагане на това, което се равнява на спонсорирано от правителството ценово споразумение в ниския клас на пазара на алкохол, където маржовете на печалба са ниски.

И накрая, въпреки че през последните години се наблюдава ясна тенденция към по-ниска употреба на алкохол, бъдещите продажби могат да се стабилизират или да обърнат курса си. Остава да се види дали настоящата тенденция е дългосрочна или е мимолетна.

Статията е публикувана в The Conversation <https://theconversation.com/why-is-alcohol-use-declining-in-canada-277962>

Колоездачното състезание „Обиколка на Италия“ 2026 България е домакин на Grande Partenza на Giro d'Italia 2026.

Снимки от финала в София, © Bulgarian Flame



Обиколка на Италия 2026 (на италиански: Giro d'Italia 2026) е 109-ото издание на колоездачното състезание „Обиколка на Италия“. Провежда се от 8 май до 31 май 2026 година. Състезанието започва от България, където се провеждат три етапа, след което колоната се завръща в Италия. Стартът е даден в Несебър, а финалът е

традиционно в Рим.

Етапите на обиколката са представени официално на 1 декември 2025 година в Парко дела Музика в Рим.[1] След трите етапа в България, състезанието в Италия започва от Катандзаро, отправяйки се към Алпите с кратко навлизане в Швейцария и насочване към

североизточна Италия.

Трите етапа в България са:

Несебър – Бургас – Созопол – Бургас
Бургас – Айтос – Карнобат – Сливен – прохода Вратник – Лясковец – Велико Търново
Пловдив – Пазарджик – Боровец – София

Има три почивни дни, един часовников етап от 40,2 километра и седем етапа, завършващи на изкачване, като повечето от тях са в последните две седмици. Общата денivelация е 49 150 метра, а най-високата точка, през която преминава колоната, е 2233 метра.[2]

Гергьовден и Преполовение в Брюксел



На 6 май светата Църква тържествува празника на светия

великомъченик и победител Господен Георги и Преполовение – средината от Възкресението Христово и Петдесетница. По случай празника по покана на Високопреосвещения митрополит на Белгия и екзарх

на Нидерландия и Люксембург Г-н, Г-н Атинагор към Вселенската патриаршия, а също и по покана на военния представител на началника на отбраната във Военния комитет на НАТО и ЕС ген.-лейт. Явор Матеев,

Негово Високопреосвещенство Пловдивският митрополит Николай възглави архиерейска света Литургия в катедралата на митрополията на Белгия „Св. Архангели“ в град Брюксел.

Прод. на стр.7 >>

НЕДВИЖИМИ ИМОТИ В ТОРОНТО (GTA)**Buy, Sell, Lease Responsibly!****Mariana Iordanova & Fred Campos***Sales Representatives*

- Buy, Sell, Lease with Us!
- Your Full Service Real Estate Team!

• Покупки, Продажби, Под Наем!
 Екип за Недвижими Имоти с Пълно
 Обслужване на Вашите Услуги!
 Говорим Български!

Мариана Йорданова**647 885 7143**

Mariana@wolfstreet.ca

Wolfstreet
 REAL ESTATE

Sage Real Estate Ltd., Brokerage
 134 Ossington Ave, Toronto, ON M6J 2Z5

Not intended to solicit sellers or buyers currently under contract with another brokerage.
 Designed Sage Real Estate. SageRealEstate.ca

<< Прод. от стр.6

В съслужение с владиката бяха Високопреосвещеният митрополит Западно-и Средноевропейски Антоний, Аполонийският епископ Йоаким – викарий на митрополита на Белгия, архимандрити и духовници от епархията на митрополит Атинагор, архимандрит Максим – епархийски духовен надзорник на Пловдивска епархия, свещеноиконом Никола Янев – архиерейски

наместник на Асеновградска духовна околия, и свещеник Ангел Воденичаров. Десетки боголюбиви православни християни с искрена вяра в победоносната сила на Христовия мъченик дойдоха да измолят застъпничеството му пред Бога в дните на изпитания в митрополитския храм на Брюксел. С благоговение те съмолитстваха с духовниците и преживяваха радостта от празника, изричайки с едно сърце и едни

уста Господнята молитва „Отче наш“ и Символа на вярата. На богослужението присъстваха генерали и офицери от Военното командване на ЕС и НАТО, дипломати, общественици и служители на ЕС от българската общност, архонтът на Вселенската патриаршия г-н Борис Гюров и неговата съпруга г-жа Юлианна Гюрова. В края на богослужбата архипастирят на Пловдивска епархия

се обърна към всички с вдъхновено слово за житието и подвига на великия Христов Победоносец. Митрополит Николай изрази дълбока благодарност за братолюбивата покана, за топлото посрещане и гостоприемство и възможността за отслужване на света божествена Литургия на роден език в православната катедрала на Белгия. Вечерта на 6 май – когато се чества Денят на Храбростта

Прод. на стр.8 >>

<< *Прод. от стр.7*

и Празника на Българската армия, в щабквартирата на НАТО се проведе официален прием, който подчерта силното присъствие и авторитет на страната ни в Алианса. Събитието се състоя по лична покана на генерал-лейтенант Явор Матеев, военен представител на началника на отбраната във Военния комитет на НАТО и във Военния комитет на Европейския съюз. Особена чест за присъстващите бе участието на Негово Високо-преосвещенство Пловдивския митрополит Николай, заедно с Високо-преосвещения митрополит на Белгия и екзарх на Нидерландия и Люксембург Атинагор и Високо-преосвещения Западно- и Средноевропейски митрополит Антоний. Присъствието на висшите духовници символизира изконната връзка между българската държавност, православната вяра и армията – стълбовете, съхранили нацията ни през вековете. Тържествената част на приема завърши с фолклорен поздрав от ансамбъл „Станимака“.

Източник: Българска Патриаршия (bg-patriarshia.bg)

Автор: Пловдивска света митрополия

Патриарх Даниил за Гергьовден: Да не се страхуваме да влезем в битка със злото



Гергьовден е не само празник на имениците и армията, но и дълбоко духовен ден, който обединява българите около вярата и борбата със злото. Това подчерта българският патриарх Даниил в празничното предаване на БНТ „Денят на храбростта – 6 май“.

По думите му значението на свети Георги далеч надхвърля традицията и се корени в духовната връзка на хората със светеца.

Патриарх Даниил: Св. Георги е сред най-обичаните светци. Около 200 000 българи празнуват имен ден. Ако всеки от тях бъде поздравен от 10 – 15 души, ще видим, че почти целият народ празнува. Празнуват армията, държавата, земеделците – това е общонароден празник. В същото време все повече хора

търсят духовната страна на празника – посещават манастири или други светини у нас. Това показва, че чрез молитвите и благодатта на свети Георги хората усещат по-дълбока връзка със светеца.

Патриархът подчерта, че най-важното послание на свети Георги е смелостта в борбата със злото, преди всичко вътре в самите нас.

Патриарх Даниил: Истинската му святост се проявява, когато отказва да се отрече от вярата си и да преследва християните. Той ни показва, че трябва да бъдем смели, но най-вече в битката срещу злото. Затова неговият завет е да се борим със злото – първо в себе си, а после и около нас. В отговор на въпрос за войната и мира, Българският патриарх посочи, че съществува „благословена война“, но тя не е земна, а духовна.

Патриарх Даниил: Истинската благословена война е борбата срещу злото.

Тази духовна битка е ежедневна – срещу страсти като омраза, завист, алчност, властолюбие. Всеки човек е въвличен в нея и е призван да я

води до победа. **Патриарх Даниил: Когато човек допуска злото да го води, то се развива и достига крайности – както виждаме в историята, включително във Втората световна война. Днес също виждаме как хора или идеологии се поставят на мястото на Бога и решават съдбите на другите – това води до войни и страдания.**

Патриарх Даниил подчерта и ролята на Църквата като морален коректив в обществото.

Патриарх Даниил: Църквата е призвана да свидетелства за истината. Когато политики се прикриват с лъжа и измама, тя трябва да ги изобличава, за да предпази хората да не бъдат въвличени в зло, мислейки, че вършат добро.

Акцентира и върху значението на мира като духовен дар, който човек осъзнава най-силно, когато го загуби.

Патриарх Даниил: В ежедневието виждаме как лесно губим мир – чрез кавги, обиди, лоши мисли. Но когато се смирим, потърсим прошка и възстановим отношенията си – тогава усещаме колко велик дар е мирът.

Прод. на стр.9 >>

<< *Прод. от стр.8*

Истинският мир е дар от Бога – не като този, който светът налага със сила, а мир, който идва чрез покаяние и любов. Патриархът отправи послание към българите под формата на молитва: „Господи, помогни ми да претърпя докрай“. Според него причините за нарастващите конфликти в света се коренят в греха и отдалечаването на човека от Бога.

Стрелят по автобус на градския транспорт в Перник



На 8 май е стреляно по автобус на градския транспорт в Перник, съобщи кметът на града Станислав Владимиров във Фейсбук. Сигналът за инцидента, станал в района на ул. «Юрий Гагарин», между блокове 31 и 33, е подаден около 22:30 часа на 8 май.

В автобуса е имало трима пътници, шофьор и кондуктор, които не са пострадали. Незабавно са предприети действия, за да се установи от какво

е възпроизведен изстрелът. Извършителите се издирват, съобщиха от полицията пред «Нова телевизия».

При извършената на място проверка служители на реда са установили, че засегнатите 2 или 3 стъкла от страната на водача не са счупени, а напукани.

Възрастен шофьор блъсна двама души в София след като обърка педалите



/Снимка: Фейсбук, Надежда Дойчева/

79-годишен шофьор е блъснал на 7 май двама души пред голям магазин в София, съобщиха от Столичната дирекция на полицията. Инцидентът е станал в района на кръстовището на бул. «Захари Стоянов» и ул. «Петър Бонев» в жк «Люлин 3».

От СДВР уточниха, че възрастният водач е помел двамата пешеходци, след като

объркал педалите и вместо спирачка натиснал газта. Джипът е напуснал пътното платно, качил се е на тротоара и е блъснал мъжете, стоящи пред банкомата на магазина за хранителни стоки.

От Центъра за спешна медицинска помощ съобщиха, че пострадалите мъже са в тежко състояние. Те са на 32 и 47 години. По-младият е транспортиран с множество наранявания в «Пирогов», а другият е хоспитализиран във Военномедицинска академия.

73-годишна жена измамена в приложение за инвестиции

73-годишна жена съобщила в началото на май в Районното управление в Дупница, че е станала жертва на измама, съобщиха от Областната дирекция на МВР в Кюстендил.

Тя попаднала на реклама в интернет за бързо забогатяване. Жената била измамена да „инвестира“ в различни фондове и след като изтеглила приложението, превела сумата от 18,115 евро.

По случая е

образувано досъдебно производство, уведомена е и прокуратурата, казаха от полицията.

Красиви Gen Z джебчийки са новото лице на престъпността



Те са млади, красиви, говорят чужди езици и изкарват много пари. Но не с честен труд, а с джебчийство.

„Gen Z джебчийките са новото поколение. Това са млади жени и момичета, общо взето около възрастта на пълнолението. Някои са родени тук, други - не, но родителите им са от тук. Израснали са в чужбина, в Западните държави“, обяснява криминалният журналист Захари Белчев пред NOVA.

Те са новото лице на престъпността, побляскаво от всякога.

„Те са доста добре изглеждащи момичета. По нищо не се отличават от тези, които сме свикнали да виждаме в социалните мрежи - инфлуенсърки с гримове, прически“, казва Белчев.

Прод. на стр.10 >>

<< **Прод. от стр.9**

„Идват си сега за Гергьовден, тъй като този празник е един от най-почитаните от ромите. Идват си да се видят с роднини, да оставят част от заработеното и да заработят нещо и тук”, казва Белчев. Те знаят какво търсят и как да си го вземат. Действат в динамична среда, сред тълпи и разсеяни хора, където контролът е труден, бдителността – ниска, а потенциалните жертви - много.

„Трамваят е една от най-честите опции за крадците. Особено когато са по-пълни и съответно хората са по-разсеяни. Взимат портфейла или каквото ги интересува от багажа и слизат на следващата спирка. Докато се усети човекът, тях вече ги няма”, казва Белчев.



Опит трупат в Западна Европа. По стара изпитана схема, която им гарантира голям успех. Никога не работят сами.

„Обикновено са по 2-3. Едната е за отвличане на вниманието, другата те подбутва леко, уж да се разминете, може да ви заговори - колко е часа,

на коя спирка да слезе. Ти си разсеян. Другата ти бърка в джоба и прибира”, обяснява Захари Белчев. Тълпите и видеонаблюдението не ги плашат. Напротив. Ударите са там, където има хора, пари и шум.

„В по-далечните квартали по-рядко действат. На тези територии имат и свои близки. Старото правило е - там, където живееш, не пипаш”, казва журналистът. Срещаме ги в градския транспорт, по оживените улици, в моловете и дори на места, където най-малко очакваме - в храмовете.



„Пред храма, около храма, дори и в самия храм могат да посегнат и да вземат на някого портмонето. Давже тези, които оставят милостиня на просяци, пак са в схемата. Виждат, че човекът си отваря портфейла и има повечко пари, след това веднага е набелязан”, обясни Белчев.

Подбират внимателно хора с пари в брой, разсеяни и на вид

Прод. на стр.11 >>


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

Welcome to Bake N Take!

Всеки ден предлагаме различни видове хляб и сладкиши директно от фурната и голямо разнообразие на домашно приготвени супи и други вкусни топли храни.

**451 Wyecroft Rd, Oakville, Tel: 289-430-0501**

Работно време:

Пон. - Пет. 8 am - 7 pm Съб. и Нед. -затворено



BEAUTY NUT

PURE HERITAGE. MODERN BEAUTY.

Разкрийте тайната на сияйна кожа:

Силата на чистото арганово масло. В забързания свят на съвременната грижа за кожата, намирането на продукти, които са едновременно ефективни и наистина натурални, може да се почувства като безкрайно търсене. Представяме ви Beauty Nut, марка, посветена на това да внесе изпитаната във времето, трансформираща сила на мароканското арганово масло директно във вашия ритуал за красота. Известно като „течно злато“, органичното арганово масло е сила за здравето на кожата и косата. То е изключително богато на есенциални мастни киселини (включително омега-6 и линолова киселина) и витамин Е. Тези хранителни вещества въздействат в хармония, за да хидратират дълбоко, да укрепват естествената влагата на кожата ви и да насърчават плътен, младежки тен – всичко това, без да оставя тежки или мазни остатъци.

Открийте нашата гама: Nature's Finest Essences

1. 100% чисто органично арганово масло (Оригиналът)

Основата на нашата гама. Чисто, неподправено и универсално, това е вашият избор за ежедневна хидратация от глава до пети.
* Предимства: Дълбоко хидратира, укрепва кожната бариера и лекува, като същевременно защитава кожата с мощни антиоксиданти.

2. Арганово масло, обогатено със зелен чай

* Есенция: Свежа, успокояваща и богата на антиоксиданти.

3. Арганово масло, обогатено с портокалов цвят

* Есенция: Освежаваща, плодова и успокояваща.

4. Арганово масло, обогатено с ванилия

* Есенция: Сладка, топла и успокояваща.

5. Арганово масло, с шоколад и ванилия

• Есенция: Богата, разкошна и дълбоко топла

6. Арганово масло, обогатено с Иланг-Иланг

* Есенция Екзотична, плодова и дълбоко релаксираща.

(Забележка: Въпреки че предлагаме разнообразие от ароматизирани опции, нашият ангажимент за чиста красота означава, че всички аромати са получени от естествени източници и са безопасни за вашата кожа.)



Защо да изберете Beauty Nut?

В Beauty Nut вярваме, че красотата не трябва да е за сметка на здравето или околната среда. Нашите продукти са:

* **100% Чисто и Органично:** Ние даваме приоритет на сурови, висококачествени съставки, доставени от кооперативи, собственост на жени в Мароко.

* **Чисто и Прецизирано** Нашите формули не съдържат парабени, сулфати, синтетични аромати, минерални масла, оцветители и формалдехиди.

* **Подпомагащи:** Горди сме да споделим, че 10% от печалбата ни отива за подкрепа на мароканските общности, които правят възможно производството на нашите продукти.

Как да ги включите в рутината си

Аргановото масло е изключително универсално. Ето най-добрият начин да използвате маслото си Beauty Nut, за да постигнете максимални резултати:

1. **Дозирание:** Изсипете малко количество, колкото монета от 10 цента, в дланта си.

2. **Затопляне:** Разтрийте върховете на пръстите си, за да затоплите маслото, което му помага да се абсорбира по-ефективно в кожата или косата.

3. **Нанасяне:** Нежно масажирайте маслото в кожата или косата си. Тъй като нашето масло е висококачествено и абсорбира бързо, ще се насладите на дълбоко подхранване без ужасното мазно усещане.

Независимо дали търсите начини за третиране на фини линии, успокояване на раздразнения или просто постигане на здравословен, ежедневен блясък, Beauty Nut има перфектния продукт за вас. Изпитайте чистата, естествена сила на Мароко още днес.



Where science meets nature,
and your skin discovers
its true radiance.



416 479 7724



www.beautynut.com



800Arrow Rd, Suit 11,
Toronto, ON M9M 2Z8

Четете вестник Пламяк онлайн:

www.bulgarianflame.com

<< **Прод. от стр.11**

доверчиви. „Жертвите им са всякакви хора - по-добре облечени, които имат в себе си пари. Пенсионери, които тъкмо са взели пенсиите и имат в себе си пари”, обяснява Захари Белчев.

„Революцията“ в джебчийството вече е факт – млади, интелигентни и напълно неразличими от останалите. Стереотипите са разбити, но не за добро.



И макар основното им работно място да е в Западна Европа, у нас също обичат да припечелват - най-често по празниците. За кратко, но достатъчно, за да ни развалят почивните дни.

„Разполагат с доста добри наказателни адвокати, които ги измъкват. Голяма част от преките извършители са непълнолетни. Няма 18 години и не подлежат на такава наказателна отговорност и затова няма осъдени или влезли в затвора заради джебчийство”, казва Белчев.

„От доста години се ползват малолетни лица, защото не носят наказателна отговорност”, потвърди и главен инспектор Росен Белишки от Главна дирекция „Национална полиция”. Той каза, че хората трябва да са спокойни, тъй като такъв тип кражби са малко. „За миналия месец май в цялата страна са регистрирани 22 джебчийски кражби. Цифрите

вървят към символични. За миналата година има около 600 джебчийски кражби, регистрирани на територията на цялата страна”, коментира Белишки.

„Боже мой, откога не съм писал“

„Боже мой, откога не съм писал

Нежни стихове с нежна тъга,
Със любов, със душа и със мисъл!

Боже мой, откога, откога!
Завъртя ме туй време желязно
Във зъбчатия свой барабан.
Завъртя ме в къде по-омразни
Зли вършитби, на по-зъл харман.

От какъв ли не вихър пометен,
Доубил неубития стих,
Просто в себе си смазах поета
И с практик-грубиян го смених.
Боже мой, как боли, как чегърта

Тази рана със червей уж тих.
На света, откога за стих мъртъв,
Си му трябва май пак този стих.
Да го стресне, събуди, стъписа,
Да го вдигне от страшния ров...
Боже мой, откога не съм писал!
... И сълза се търкулва на листа

— не сълза, а куршум от любов.“

Автор: Дамян Дамянов

„Вечерна разпивка“



„Не съм пияч. И рядко пийвам.
Но вечер, подир стръмен ден,
катерен с мъка, по ракийка
все още сръбвам. Уморен,

развеселен, зъл, тъжен,
страшен
и жив, останал в своя ад,
пред мене слагам аз две чаши —

за себе си и този свят.
За този свят красив,
измамен...

Изобщо — с тъмно досие.
За този свят, който го няма
при мен, а всъщност тук си е.
Със доблестите си, с лъжите,
със честността и подлостта,
които, колкото и скрити
да са, в лицето му блестят.
Лицето му пред мен го няма.
Защо пред мен, та то е в мен!
И през ракиения пламяк
го виждам — двойник мой
смаден

до кръгчето на отвор чашен:
— Наздраве, свят! Наздраве,
свят!

По още две да опердашим?
Но гледам, ти не пиеш, брат,
та аз и твоето изпивам.
А ти си ставаши — хрисим,
трезв —
„Довиждане!“ — и си отиваши.
Подлец с подлец! Не знаеш
стрес,
не знаеш гняв, пиянство, цели...
За теб живота си бих дал...
Дорде аз пия, спиш в постели...
Но ако утре ме разстрелят,
ще знам, че ти си ме предал.“

Автор: Дамян Дамянов

„Втори живот“



„Спокойно. Тихо. Ден.
Виделина.
Кафе, цигара. Лист. И стих
прозираш.

Прод. на стр.13>>

<< Прод. от стр.12

...И сякаш не е имало война,
и сякаш в нея аз не съм умирам.
От своята собствена ръка убит,
преди от чужда нечия да падна.
Като причастие живот честит
на глътки пия, след смърт безпощадна.
О, въздух благ! О, втори мой живот,
как сладък си! Каква

магия криеш!
Какво, че чужди ме раняват! И какво,
че ще крещят след мен:
„Самоубиец!“
Самоубийство, грях ли си — не знам.
Но знам — убийството е грях. Не крия:
да се убия предпочетох сам,
наместо някой друг да ме убие.
Какво било — било,
ах, все едно —

за зло и за добро прескочих трапа.
Под камък зло да спи... Амин, дано да имам още трапове.
И грапав,
и гладът път през тях да извървя,
нали съм жив, нали и листът празен
пак чака да му кажа онова,
което с куп таблетки не му казах.
Спокойно. Тихо.

Светлозимен свод.
И пак си казвам аз във стил привичен:
„Да си загубиш първия живот,
е нужно втория да заобичаш.“

Автор: Дамян Дамянов

СВЯТ

7 от най-здравословните риби

пише Кристина Менсън в Real Simple.

Интервюирахме регистриран диетолог,

за да ви помогнем да разберете кои видове



Често срещана препоръка сред здравните специалисти (и водещите здравни медии) е да се яде повече риба. Но с огромното количество налични морски дарове, вземането на решение за покупката и може да бъде трудно. Дори най-запалените здравословни гастрономи се затрудняват да определят разликата между видовете риба по отношение на здравословността и нивата на замърсяване,

СЧЕТОВОДНИ УСЛУГИ И ДАНЪЧНИ ДЕКЛАРАЦИИ

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



Svilson

Svilen Todorov

svilen.todorov@hotmail.com

Office (514)-800-8657

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

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

<< Прод. от стр.13

риба предлагат най-добра хранителна стойност, като същевременно съдържат по-малко примеси – и имат по-малко въздействие върху околната среда.

Какво прави рибата повече или по-малко здравословна?

Що се отнася до рибата, не всички видове са еднакви по отношение на хранителното съдържание и цялостното въздействие върху здравето. Повечето риби съдържат значителни количества протеини, витамини от група В и редица минерали, включително желязо, селен, цинк и дори калций.

„Протеинът е от съществено значение за възстановяването на мускулите, подкрепата на имунната система и за това да ви държи сити и енергични“, казва Кристен Карли, магистър, регистриран диетолог. Междувременно, другите хранителни вещества, често срещани в рибата, поддържат метаболитното, имунното, сърдечното и костното здраве.

Някои от най-

здравословните видове риба обаче съдържат и омега-3 мастни киселини и витамин D.

„Омега-3 са здравословни мазнини, които помагат да поддържате сърцето, мозъка, ставите, очите и кожата си в отлична форма, като същевременно подкрепят психичното здраве и намаляват възпаленията в тялото, докато витамин D поддържа костите ви здрави, укрепва имунната ви система и може да повлияе положително на настроението ви“, обяснява Карли.

Въпреки това, има и редица замърсители, често срещани в рибата, за които трябва да внимаваме – а именно живак, микропластмаси и полихлорирани бифенили (ПХБ). „Живакът е токсично вещество и високите нива на прием могат да повлияят на нервната система, особено при деца и бременни жени“, казва Карли. С широко разпространения характер на замърсяването с пластмаса и химикали в световен мащаб, микропластмасите и химическите замърсители са по-разпространени в

морските дарове от всякога.

Микропластмасите могат да съдържат смес от над 16,000 химикала, като поне една четвърт от тях досега са известни като токсични за човешкото здраве. „Междувременно, ПХБ са промишлени замърсители, които се натрупват в някои риби и могат да навредят на имунната система, хормоните и плодовитостта ви“, добавя Карли. Провеждането на изследвания върху специфични видове риба или проверката

на бази данни за устойчиви морски дарове, като Seafood Watch, са чудесни начини за смекчаване на излагането на тези примеси.

„Дивоуловената риба обикновено е по-малко изложена на замърсители от отглежданата риба, която може да съдържа добавки, антибиотици и повече замърсители на околната среда“, обяснява Карли. Въпреки че това често се случва, отговорният риболов в стопанствата може да се извършва по на

Прод. който не >>



<p>SHIPPING TO BULGARIA & other countries in Europe and Asia.</p> <ul style="list-style-type: none"> • VEHICLES • HOUSEHOLD ITEMS • BOATS • MOTORCYCLES • ATV and other commercial cargo 	<p>МОРСКИ ПРЕВОЗ ДО БЪЛГАРИЯ и всички държави в Европа и Азия.</p> <ul style="list-style-type: none"> • КОЛИ • ЛИЧНИ ВЕЩИ • ЛОДКИ • МОТОРИ • ATV и др. товари
--	---

Предлагаме закупуване на автомобили от търгове.



- Контейнери до всяка точка на България
- Транспортиране на автомобили, мотоциклети, ATV-та, лодки до България.
- Цели контейнери и частични пратки.
- Оформяне на митнически документи в България.

Free Storage *

Free Pick Up *

Small local movings available as well *

***Call for Details**

Закупуване на автомобили, мотоциклети, ATV-та от дилърски търгове.

- Цената не е на килограм а на обем.
- Разполагаме с голяма складова база на закрито с постоянно видеонаблюдение за съхранение на всички пратки.
- Изпращане на контейнер всеки месец.



METSUB Corp.
Global Shipping and Logistics
We move freight to all Europe and All North America

За повече информация на български се обадете на Мето **647-773-3823**,

Email: metsub.corp@gmail.com

1160 KING ROAD UNIT#17, BURLINGTON, ON L7T 3L7



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

Kostas Greek Bakery

265 Ellesmere Rd Toronto, ON
647-329-3026



KOSTAS MEAT & DELI

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

@TOMLAMBOS



#LAMBCHOPS



<< *Прод. от стр.14*

води до извънредни нива на замърсяване (не забравяйте да направите проучване) и не всички дивоуловени риби непременно се считат за устойчиви. Всъщност над 90% от световните рибни запаси са или свръхуловени, или дори напълно изчерпани.

7 от най-здравословните видове риба

Въз основа на тази информация, ние избрахме 7 вида риба, които са по-здравословни, с по-ниско съдържание на примеси и по-екологични от останалите.

1. Сардини



Въпреки че много може би вече имат консерва сардини в запасите си, заслужава си да я опитате, ако никога преди не сте ги яли. „Тези малки рибки са пълни с омега-3 мастни киселини, калций и витамин D. Обичам да ги сервирам в ястия с паста или да ги сотирате с ароматни зеленчуци в началото на яхния, за да придадат

допълнителен вкус“, казва Карли. Сардините са подходящи и за вкусна салата с морски дарове, за сандвичи, кракери или като гарнитура за салата.

2. Скумрия



Друга често срещана риба, която ще намерите в щанда с консервирани храни, е скумрията. Тази риба е по-ниско в хранителната верига, подобно на сардините, което я прави вариант с по-ниско съдържание на живак и други замърсители. „Скумрията е богата на омега-3 мастни киселини и е най-добре да се консумира пушена, на скара или с винегрет в салати“, обяснява Карли. Тази мазна, богата на мазнини риба е също така супер вкусна в рецепти за паста на домати основа и дори може да се приготви на вкусни рибни кюфтета.

3. Съомга



Като един от

най-типичните здравословни избори за риба, съомгата наистина има много хранителна стойност – стига да е уловена отговорно. „Богата на омега-3 и витамин D, съомгата е универсална и има мек вкус“, съгласява се Карли. Въпреки че най-често се консумира печена или на грил, маринована в сок от лайм със със Срирача или барбекю подправка, тази красива розова риба е вкусна и в салати, паста, рибни такоси и запеканки. Освен това, консервираната съомга е достъпен вариант, който все още се отличава с фантастичен вкус в рибни кюфтета или салати с морски дарове.

4. Херинга



Когато избирате риба ниско в хранителната верига, херингата е един от най-добрите ви избори като малък, бързо възпроизводим морски продукт. „Херингата е богата на омега-3 и витамин B12 и обикновено се предлага маринована

или пушена“, предлага Карли. Херингата обаче често се предлага и консервирана, като е вкусна, сервирана върху пълнозърнести кракери, в салата, вдъхновена от скандинавски стил, или сотирана с ароматни подправки. И ако случайно попаднете на пресни филета, няма много по-добро от херинга, покрита с панко коричка и пържена.

5. Дъгова пъстърва



Като търсен улов за риболов, дъговата пъстърва е красива риба с цветна преливаща се кожа и тъмнооранжева, подобна на съомга плът. Макар и да не е толкова ниско в хранителната верига, колкото другите варианти в този списък, „тази мека, богата на омега-3 риба е с по-ниско съдържание на замърсители от другите риби от висока хранителна верига поради средното си положение“, казва Карли. Дъговата пъстърва е истинска „целувка на готвача“, когато е запечена на тиган, печена или пържена с чесън,

билки и щипка чили.

6. Аншоа



Въпреки че аншоата често е с лоша репутация, тя е не само измамно вкусна, но и има толкова много хранителни свойства. Тъй като технически консумирате малките им костички, когато им се наслаждавате, аншоата е отличен източник на калций, както и на протеини, омега-3 мастни киселини, селен и витамини от група В. Тези ароматни консервирани варианти са идеални за домашен дресинг Цезар, паста Путанеска, бульон от боб, сосове и дори маринати.

7. Треска



И накрая, имаме треска, бялата люспеста риба. „Постна, мека и добър източник на протеини и витамини от група В, треската е отлична печена с щипка червен пипер или в лека доматиена яхния“, казва Карли. Като „средна“

риба по отношение на класирането в хранителната верига, треската също ще бъде с по-ниско съдържание на замърсители от някои от най-висококачествените риби, като рибата тон.

Как да пазарувате здравословна риба

Въпреки че този списък е чудесна отправна точка за закупуване на по-здравословни морски дарове, има много други опции, които отговарят на тези параметри. С тези общи правила можете да сте уверени в способността си да ги намерите, когато разглеждате щанда за риба и щанда с консервирана риба:

1. Избирайте по-малки риби по-ниско в хранителната верига за максимална хранителност и по-ниски нива на замърсяване,
2. Избягвайте предварително панирана и пържена риба, за да избегнете ненужния натрий, наситени мазнини и добавки,
3. Преглеждайте опаковките на храните за информация относно метода на улов и устойчивостта на даден продукт,
4. Следете за риба, която е тествана от трета страна за нива на

живак,
5. Търсете ключови думи като улов с въдица, улов на пасаж, улов с трол, без FAD и безплатен пасаж за по-устойчива дива риба,
6. Намалете честотата на консумация на риба, която е на върха на хранителната верига, като риба меч, риба тон и марлин, за да избегнете високи нива на живак и замърсители
7. Използвайте ресурси като **Seafood Watch**, за да проучите рибата, която искате да закупите

Лилавите медузи се завръщат в гръцки води



Неприятен на външен вид, но безобиден вид медузи е забелязан по-рано от обичайното тази година в определени гръцки води, като вече са регистрирани случаи по няколко плажа в източна префектура Атика, на изток от Атина, предава Tovima.

След като за първи път се появи край бреговете на Оропос, „лилавите медузи“ вече са забелязани на юг край Неа

Макри, Зумпери и пристанищния град Рафина. В докладите се посочват наблюдения на *Cotylorhiza tuberculata* - известна на местно ниво като медузата „пържено яйце“ - близо до брега. Изображения, разпространяващи се онлайн, показват голям брой медузи близо до плажове – феномен, който експертите отдават на покачващите се температури на морето през последните дни, което благоприятства ранната им поява. Видът, който може да достигне до 40 см в диаметър, се счита за безвреден за хората.

По-на север безброй цъфтежи на медузи, включително лилавите, са забелязани по протежение на участък от повече от 5 и 7 километра от плажа Политика до плажа Дафни, в северозападната част на остров Евия (Евбея) по протежение на северния залив Евойкос, което поражда безпокойство сред местните жители и собствениците на туристически бизнес.

Контактът с този вид медузи може да причини пареща болка, зачервяване, подуване и в някои случаи потезки

Прод. на стр.18 >>

реакции като гадене, ниско кръвно налягане, затруднено дишане или неврологични симптоми. Въпреки че обикновено не е животозастрашаващо, се препоръчва медицинска помощ, ако се появят системни симптоми.

Повтарящата се поява на рояци медузи, често съобщавана през последните години, поднови опасенията относно промените в околната среда и тяхното въздействие върху морските екосистеми и крайбрежната активност.

Какво представлява лилавата медуза?

Според здравните власти в Гърция, лилавата медуза (*Pelagia noctiluca*) е биолуминесцентен вид, който се среща в топли и умерени морета по целия свят. За разлика от безобидната *Cotylorhiza*, тя е известна с болезнените си ужилвания.

Какво казват сънищата за вас



Това е въпрос, който занимава хората от хиляди години. В древни цивилизации като Гърция, Египет и Месопотамия сънищата често са били възприемани като послания от боговете. Днес някои психолози се впускат в дълбините на съня си, за да открият улики за подсъзнателните занимания на човек – така започва материал на Кристен Френч в Nautilus.

Докато някои може да сънуват змии, падащи от небето, сънищата на други са по-склонни да

включват ежедневни пазарувания или многократно проваляне на тест по математика. Много от нас винаги помнят сънищата си, докато други не помнят нищо.

Наскоро екип от изследователи на сънища от Италия се събра, за да види дали могат да идентифицират модели в съдържанието и спомените за сънищата, свързани с когнитивни и личностни типове и други фактори. Заедно те анализираха 3,366 доклада за сънища от 207 възрастни, събрани

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



Scarborough Showroom & Factory

53 Bertrand Ave. Scarborough ON M1L 4P3, Tel: 416-759-0293

Mon – Fri: 10AM-7PM | Sat: 10AM-6PM | Sun: Closed

Mississauga Showroom

5285 Tomken Road, Unit 3. Mississauga ON L4W 3N8, Tel: 905-963-9079

Mon – Sat: 10AM-6PM | Sun: Closed

E-mail: kitty@memorialgalleries.ca , www.memorialgalleries.ca

между 2020 и 2024 г., използвайки големи езикови модели, и сравниха тези данни с демографски, когнитивни, психометрични и показатели за съня. Те откриха, че интензивният интерес към сънищата, склонността на ума да се лута и висококачественият сън са свързани както с определени видове съдържание на сънищата, така и със способността да се запомнят последователности и детайли от сънищата. Те публикуваха резултатите си в Nature Communications.

Разговарях със съавторката Валентина Елце за това защо някои хора имат странни, ярки сънища, защо сънуването може да е истински пазител на съня, какво могат да ни кажат сънищата за природата на съзнанието и какво се случва с припомнянето на сънищата с напредване на възрастта.

Лесно ли си спомняте сънищата си?

- Винаги си спомням сънищата си, по принцип. Понякога, когато съм много стресирана, сънувам тези сънища с лабиринти. Губя се. Забавно е, защото свързвам изгубването в лабиринт с тревожност

от загуба на ориентация в живота. Но понякога имам и щастливи сънища, в които сънувам цветни природни сцени.

Защо сънуващият ум е склонен да бъде по-разказвателен и кинематографичен от будния?

- Има много хипотези. Моята е, че сънят е състояние, в което мозъкът е по-откъснат от околната среда в сравнение с будността. Така че, когато спим, мозъкът ни е свободен да изследва отдалечени концепции и връзки с минимална намеса от външния свят. Той обработва цялата информация, която сме придобили през деня, за да ни позволи да учим нови неща, да консолидираме спомените си.

Какво отличава хората, които имат много реалистични сънища, от тези, които имат по-странни, сюрреалистични?

- Забелязахме, че например хората, които са склонни към блуждаене на ума през деня, са склонни да имат по-странни сънища, с повече промени в сцените. Те не сънуват непременно магически същества, а по-скоро разказите са по-малко последователни. Една от основните теории, които имаме

за това защо е, че фрагментираните и странни сънища са версия на блуждаене на ума, че има известна приемственост. Забелязваме също от различни изследвания, че има специфични области на мозъка, които са много активни както по време на блуждаене на ума в будно състояние, така и по време на фрагментирано сънуване.



Какво знаем за хората, които не помнят сънищата си?

- Първо, това, че не си спомняте сънищата си, не означава, че не сънувате. Това е важно, защото повечето от нас сънуват през по-голямата част от нощта. В проучванията, които публикувахме миналата година, открихме индивидуални променливи, които предсказват дали някой може да е по-склонен да си спомня сънищата си от други. Това, което забелязахме, е, че има процес на извличане на паметта при припомнянето на сън, който е доста важен. Например, ако се замислите за процеса на припомняне на сън, това е доста трудно от когнитивна гледна

точка, защото трябва да се събудите и да игнорирате цялата информация, която идва от външната среда, като времето, часа и нещата, които трябва да правите през деня. Трябва да игнорирате цялата тази информация и да се съсредоточите върху много слаба и много крехка краткосрочна памет.

Това, което забелязахме, бе, че хората, които са по-добри в игнорирането на входящата информация и фокусирането върху много специфичен спомен, могат да запомнят повече сънища. Използвахме известен когнитивен тест, наречен „Задача на Струп“, който често се използва в невропсихологията за измерване на селективното внимание и способността за потискане на конкурираща се информация.

Друго нещо, което забелязахме, бе, че моделите на сън са важни за запомнянето. Хората, които са склонни да се събудят малко по-късно сутрин, са склонни да запомнят повече сънища. Когато спим, преминаваме през различни фази на съня: REM и не-REM. Обикновено REM сънят се натрупва в

<< Прод. от стр.17

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.



края на нощта или сутринта. Забелязахме, че по време на REM съня сме склонни да имаме по-ярки сънища. Тъй като REM е по-често срещан по-късно сутрин, тези, които се събуждат по-късно, е вероятно да имат REM сънища и да ги запомнят.

Също така, хората, които съобщават за по-ярки сънища, са склонни да възприемат съня си като по-добър. Това е доста интересно, защото предполага, че сънищата са пазителите на съня. Една хипотеза, предложена за първи път от Фройд, е, че яркият сън позволява на мозъка да се откъсне повече от околната среда, защото се потапяме в тези много въображаеми сценарии. Колкото по-малко сме свързани с външната среда, толкова по-малко сме склонни да

се събудим. Тези много ярки сънища теоретично биха ни позволили да имаме по-качествен сън

Свързани ли са определени видове личностни или когнитивни черти с по-голяма способност за запомняне на сънища?

- Освен лутането на ума, хората, които виждат по-голяма стойност в сънищата, които се интересуват повече от сънищата си и които им придават по-голямо значение, са склонни да си спомнят сънищата си повече. Но все още не сме сигурни кое нещо идва първо. Това все още е отворен въпрос. Едно възможно тълкуване е, че ако си спомняте сънищата ще се интересувате повече от тях. Това е нещо, което забелязах в моето проучване. Искахме да имаме извадка,

<< Прод. от стр.18

която е възможно най-представителна за общата популация, затова набрах хора, които изобщо не се интересуваха от сънища. Те ми казаха: „Виж, ще направя твоя експеримент, но всъщност не ме интересуват сънищата и не си спомням сънищата си.“

Забавното бе, че когато участваха в проучването, те си спомняха сънищата си и бяха изненадани от това, и бяха толкова щастливи. В края на този експеримент дойдоха при мен и ми казаха: **„Шокиран съм. Не мога да повярвам, че наистина сънувам.“** Дори месеци след експеримента, все още получавам съобщения от някои от участниците ми, които сега си спомнят сънищата си. Те се сещат за мен, когато си спомнят сънищата си.

Променя ли се споменът за сънищата през живота на човек, с напредване на възрастта?
- Споменът за сънища намалява с възрастта

по различни причини. Има когнитивен спад, който е напълно физиологичен. С напредване на възрастта става по-трудно да се запомнят сънищата. Има нарушаване на моделите на сън, което влияе върху сънуването. Понякога имате по-фрагментиран сън, но също така се събуждате по-рано и това означава, че може да имате по-малко REM сън и следователно по-малко ярки сънища.

Забелязахме също, че по-младите хора са склонни да сънуват повече за ежедневието и дневните си графици. Те са склонни да имат повече препратки в разказите си за сънищата, свързани с времето, с думи като утре, вчера и следващата седмица. Това вероятно отразява ежедневието ни преживявания. Когато сте млади, когато сте в университет и когато работите, животът ви е силно зависим от времеви график, който може да е много натоварен.

Какво ни казват вашите открития

Alliston Meat & Delicatessen

660 Bloor St, Mississauga, (905) 275-9331
Just West of Cawthra Rd.
www.allistonmeats.com



ALLISTON MEAT & DELICATESSEN
B.B.Q PIG - LAMB 275-9331 660 BLOOR ST. E. MISSISSAUGA



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

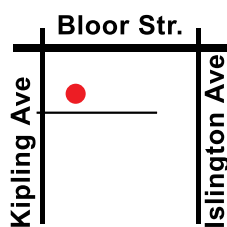
Owned and Operated by the Jelenic Family

350 Bering Ave., Etobicoke
416-232-1539

www.thesweetgallery.com

@thesweetgallerycafe

@thesweetgallerycafe



за възможната еволюционна функция на сънищата?

- Все още обсъждаме възможната биологична функция. Някои хора вярват, че сънищата всъщност са просто случаен шум на мозъка, страничен продукт на съня. Но аз вярвам, **че би трябвало да сънуваме, че сънищата ни позволяват да се учим от настоящите и минали преживявания.** Една от функциите на сънищата изглежда е емоционалната обработка и консолидирането на паметта.

Например, понякога сънуваме колеги, които сме срещали преди години в различни сценарии и контексти, което ни позволява да изградим нови връзки в мозъка. Консолидирането на паметта изисква емоционална обработка, защото всеки спомен има емоционален тон. Като разработваме тези преживявания в различни контексти, които са много по-перцептивни и поглъщащи, можем да премахнем част от емоционалния товар и да го консолидираме в общите си знания.

Това е моето тълкуване.

Какво могат да ни кажат сънищата за природата на съзнанието?

- Това е много важен въпрос, защото сънуването е чудесен модел на съзнание. Определението за сънища е съзнателни преживявания, които имаме, докато спим. Така че това е момент, в който сме едновременно съзнателни и все пак не сме напълно наясно с външната среда. Сънищата ни позволяват да изучаваме феноменологията на съзнанието по по-чист начин. Интересно е също да се изследва какво се случва, когато участниците се събудят. Събуждаме ги и ги питаме какво им е минавало през ума, а понякога те казват, че не са преживявали нищо.

Спомняте ли си сънищата си повече сега, отколкото преди да изучавате сънуването?

- Да, абсолютно. Това е едно от хубавите и лошите неща в работата ми. Като учен, започваш с наблюдение на света. Аз наблюдавам сънищата си и започвам да се чудя как работят. Аз винаги съм първият ми обект.

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



Wines of Greece Toronto B2B / B2C Tasting in Toronto 2026

On April 21st, the Wines of Greece Trade and Consumer Tasting brought a vibrant slice of the Mediterranean to Toronto, offering a compelling look at the country's dynamic and increasingly relevant wine scene.

The event gathered a cross-section of industry professionals, media, and curious consumers, all eager to explore Greece's distinctive indigenous varieties—from the mineral-driven precision of Assyrtiko to



the structured elegance of Xinomavro and the aromatic lift of Moschofilero.

Producers and representatives were on hand to share stories rooted in place, underscoring a winemaking culture where ancient tradition and modern technique coexist with striking

clarity. Rather than formal seminars, the experience leaned into accessibility and discovery, with audio tasting mini-tours hosted by experts guiding guests through key regions and styles at their own pace. The format struck a balance between education and ease, inviting both seasoned professionals

and newcomers to engage more deeply with the wines.

As Greek labels continue to gain traction in Ontario, the tasting served as a timely reminder of their versatility, character, and growing appeal in a market increasingly drawn to authenticity and sense of origin.

ouzo of plomari
Isidoros Arvanitis
1894

A window to Greece
Greece's No1 Ouzo

Ouzo of Plomari
Isidoros Arvanitis 40%
AVAILABLE NOW AT LCBO!
700mL bottle
LCBO#276550 | SAQ#15208234

LCBO
#276550

Enjoy Responsibly

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.21

10 прости упражнения за облекчаване на зрението

Работохолици или просто хора със зачервени очи могат да се срещнат на всяка крачка. За да се избегне това, задължително няколко пъти дневно трябва да се прекъсва работата с екрана на компютъра или четенето и да се прави специална гимнастика за очите, като по този начин се тренират не само мускулите, но целия организъм.

Ето няколко несложни упражнения, които могат да облекчат работата с очите:

1. “Пеперуда”. Мигайте често с мигли. Пред монитора не мигаем често с очи, а това вреди на нашето зрение.

2. “Нагоре-надолу”. Задръжте главата в изправено положение и гледайте право пред себе си. Бавно вдигнете поглед към тавана, задръжте го за няколко секунди, после бавно го преместете към пода и също го задръжте. Главата трябва да остане неподвижна.

3. “Махало”. Главата е в изправено положение. Погледнете наляво, а после бавно преместете погледа надясно. Главата е неподвижна - работете само с очи. По време на упражнението наблюдавайте състоянието на мускулите на очните ябълки - те не трябва да се пренапрягат.

4. “Осморка”. Гледайте пред себе си и мислено си представете хоризонтална осморка (или знака за безкрайност) с максимален размер и плавно я опишете с очи. Повторете упражнението няколко пъти в едната посока, а после в другата. След това започнете да мигате по-често.

5. “Циферблат”. Представете си голям циферблат със златист цвят. Учените смятат, че именно този цвят способства за възстановяването на очите. Правете кръгови движения с очните ябълки, като се стремите да запазите главата неподвижна.

6. “Молив”. Вземете молив в дясната ръка и я изпънете, като издигнете молива на нивото на очите. Гледайте върха на молива и бавно движете ръката наляво и надясно, като следите предмета с поглед.

7. “Прекрасното далеч”. Приближете се до прозореца и погледнете в далечината, после върха на носа си. Този преход тренира очния мускул. Повторете упражнението няколко пъти.

8. “С широко затворени очи”. Затворете очи и се опитайте да опишете с тях въображаем кръг, след това хоризонтална осморка, а след това

кръст.
9. “Жмичка”. Няколко пъти силно присвийте очи, а после ги затворете и постойте така 20-30 секунди.

10. “Масаж”. На нашите уши се намират огромен брой точки, чрез които може да се въздейства на един или друг орган. По този начин като стимулираме долната месеста част на ухото, непосредствено влияем на зрението.
здраве.bg

Всяка храна може и да лекува!

Всяка храна, приготвена в определени пропорции, притежава свойството да лекува или поне може да оказва благотворно влияние на организма. Така се смятали лечителите от Древен Тибет.

**BOBBI DONEVA**

Вашият травел агент

Т: (905) 849 4664

С: (647) 999 2010

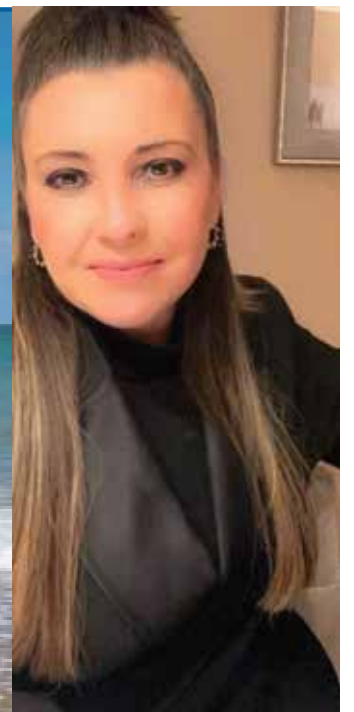
E: info@friendlytravel.ca

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



<< Прод. от стр.22

ТЪРСИТЕ РАБОТА?



SHIPPING COMPANY IN SCARBOROUGH IS LOOKING FOR A FULL TIME WAREHOUSE OPERATOR MONDAY TO FRIDAY. CALL ALEX: 416-265-4686



HELP WANTED

Triple "A" Cheese is looking for a full time or part time person to work in their retail store (full time or part time). Looking for someone smart, strong, happy, lovely and talented too that would love to be part of their team.

7210 Torbram Rd., Mississauga

www.triplecheese.com

For more information please email them at: info@triplecheese.com




Transportation company is looking for office personnel

Dispatcher needs
AZ license is a plus

Office is located in Burlington, On
Call Meto; **647-773-3823**



BULGARIAN CANADIAN BUSINESS DIRECTORY
www.BulBiz.com

Print & Online

New! Coming soon **2026** Print & Online

Запазете място в новия бизнес каталог!

Reserve your Ad

Call: 416-821-9915
Text, or Email: info@bulbiz.com

Те са разделяли продуктите на „топли” и „студени”, без това да е имало някакво отношение към температурата на приеманата храна. Топлите храни са имали способността да „стоплят” тялото и са го предпазвали от болести, а „студените” са унищожавали причинителите на заболяванията.

Към „студените” продукти древните лекари са отнасяли най-вече плодовете и някои плодови сокове, млякото, изварата, ориза, тиквата, зелето, мака и свинското месо.

Повечето видове месо тибетците причисляват към „топлите” продукти. Конското и мечешкото месо са били смятани за „по-топли” например от овнешкото. А за „най-топло” месо се е смятало... човешкото. Според жителите на Тибет, месото на убития човек е “по-топло” в сравнение с месото на починалия от естествена смърт, а месото на мъжете е ”по-топло” от това на жените. Особено ако мъжът е убит

от мълния. Но най-целебни свойства е притежавало месото на „мъжа, убит от разярената си жена”.

Очевидно е, че качеството на месото е зависело в голяма степен от душевното състояние на мъжа. Вероятно мъжът, потискан през целия си живот от своята половинка, се е намирал в състояние на крайна степен на възбуда, а това е повлияло благоприятно на качеството на „продукта”. Няма сведения за това жителите на Тибет да са практикували канибализъм.

В качеството на лечебни средства традиционната тибетска медицина препоръчва да се употребява не месо, а подправки: пипер, карамфил, канела, джинджифил, шафран...

За джинджифила се смята, че затопля стомаха и черния дроб, засилва половото влечение, но е вреден за бъбреците. Белият пипер предпазва от кашлица, затопля стомаха и черния дроб и засилва половото влечение,

а черният помага при кашлица и затопля стомаха, но изтощава тялото.

Тези три съставки могат да се смесват в различни пропорции и да се получи натурално средство с лечебен ефект. Ако искате да засилите половото си влечение и в по-малка степен да отслабнете и да излекувате стомаха си, а едновременно с това да се предпазите от настинки, се нуждаете от 50% бял пипер, 40% черен и само 10% джинджифил. Т.е. вие трябва да си направите смес в пропорция 5:4:1, която след това трябва да приемате вътрешно. Ако решите да пробвате и тя ви помогне, благодарете на тибетските лекари.

Как да спрем хълцането



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

В повечето случаи

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

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

Упоритото хълцане, което трае по-дълго от 3 часа и се придружава с други оплаквания като болка в корема, може да бъде признак на сериозно заболяване и изисква незабавно

медицинска помощ. За щастие това се случва много рядко и не е причина за тревога за повечето хора.

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

Натрошен лед

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

Пиенето на ледено студена вода също може да помогне,

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.



METSUB CORP.
Shipping & Removal Company

SHIPPING TO BULGARIA

& other countries in Europe and Asia.

- **VEHICLES**
- **HOUSEHOLD ITEMS**
- **BOATS**
- **MOTORCYCLES**
- **ATV and other commercial cargo**

МОРСКИ ПРЕВОЗ ДО БЪЛГАРИЯ

и всички държави в Европа и Азия.

- **КОЛИ**
- **ЛИЧНИ ВЕЩИ**
- **ЛОДКИ**
- **МОТОРИ**
- **ATV и др. товари**

Предлагаме закупуване на автомобили от търгове.



- *Контейнери до всяка точка на България*
- *Транспортиране на автомобили, мотоциклети, ATV-та, лодки до България.*
- *Цели контейнери и частични пратки.*
- *Оформяне на митнически документи в България.*

*Free Storage **
*Free Pick Up **
*Small local movings available as well **

**Call for Details*

Закупуване на автомобили, мотоциклети, ATV-та от дилърски търгове.

- *Цената не е на килограм а на обем.*
- *Разполагаме с голяма складова база на закрито с постоянно видеонаблюдение за съхранение на всички пратки.*
- *Изпращане на контейнер всеки месец.*



METSUB Corp.

Global Shipping and Logistics

We move freight to all Europe and All North America

За повече информация на български

се обадете на Мето **647-773-3823,**

Email: **metsub.corp@gmail.com**

1160 KING ROAD UNIT#17, BURLINGTON, ON L7T 3L7

тъй като внезапно понижаване на температурата на вашия хранопровод ще успокои нерва и ще спре процеса. Друга алтернатива със същия ефект е поставянето на кубче лед на гърба на шията.

Вода

Несъмнено най-популярният начин за спиране на хълцането е пиенето на вода. За съжаление понякога не е дотам ефективен. За да облекчите оплакванията, изпийте бързо 4-5 глътки вода. Актът на гълтане премахва всеки стоп на хранителния пасаж и спира конвулсиите на нерва и диафрагмата.

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

Кисело мляко и сол

Вземете чаша студено кисело мляко и разтворете в нея две чаени лъжици сол. Разбъркайте добре и изпийте получената смес бавно за бързо облекчаване на хълцането. И тук

киселият вкус и студеното кисело мляко могат да бъдат ключът към преодоляването на дискомфорта.

Лимон

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

Захар

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

Мед

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

Семе от синап

Смесете две чаени лъжици синапено семе и също толкова

количество топено масло. Преглътнете получената смес на един дъх, за да спрете хълцането.

Зелен кардамон

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

Черен пипер

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

Хартиена торба

Това е чест метод за спиране на хълцането, използван в болнични условия. Хълцането се предизвиква от понижени нива

на въглероден диоксид в кръвта. Дишането в затворено пространство, каквото е хартиената торба например ще повиши количествата на въглероден диоксид в кръвта, позволявайки на кръвоносните съдове да се разширят.

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

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

Президентът на ФИФА осмя негативната реакция за цените на билетите за Световното първенство



Президентът на ФИФА Джани Инфантино осмя реакцията на съобщения за билет за финала на Световното първенство през 2026 г., струващ над \$2 милиона. Ако някой действително плати тази цена, швейцарският изпълнителен директор обеща лично да му достави хот-дог, предава Sports Illustrated.

Спорове около цените на билетите на ФИФА преследват първенството от месеци. Използването на динамичен ценови модел – коригиране на цената, за да отговаря на търсенето – предизвика широко разпространено недоволство, а въвеждането на официален пазар за препродажба е може би най-горещата тема. Феновете могат да продават билети, които вече са закупили на номинална стойност на всяка цена, която сметнат за подходяща, съгласно законите в САЩ и Канада. Мексико действа по

различни разпоредби. **ФИФА получава 30% от всяка транзакция на сайта си** за препродажба. Неотдавнашното недоволство достигна своя връх, когато четири билета за финала на Световното първенство бяха обявени за почти \$2.3 милиона всеки. Инфантино отхвърли тази надута цифра на глобалната конференция на Института Милкен в Бевърли Хилс.

„Ако някои хора пуснат на пазара за препродажба някои билети за финала за \$2 милиона, първо, това не означава, че билетите струват \$2 милиона“, обясни Инфантино. „И второ, това не означава, че някой ще купи тези билети.“

Защитата на Инфантино е свързана с обстоятелствата. Ако възможността е налице благодарение на установената практика при двама от съводейците организатори, защо да не се възползваме? „Трябва да разгледаме пазара“, разсъждава той, **„ние сме на пазара, на който развлекателният сектор е най-развит в света.** Така че трябва да прилагаме пазарни цени.

„В САЩ е разрешена препродажбата на билети. Така че, ако продавате билети на цена, която е твърде ниска, тези билети ще бъдат препродадени на много по-висока.

„И всъщност, въпреки че някои хора казват, че цените на билетите, които имаме, са високи, те все пак се оказват на пазара за препродажба на още по-висока цена, повече от два пъти по-висока от нашата.“

Този аргумент не се е приел добре от всички.

„Преди си спомням, че Световното първенство – години, години, години наред – бе като празник на радостта от футбола за нациите, които отиват там“, разсъждава наскоро мениджърът на Манчестър Сити Пеп Гуардиола.

„Всички пътуваха по целия свят, от други континенти, за да видят страната си, да играе там. И бе достъпно. Сега, е модерно време, нали? Толкова е скъпо.“

Това добродушно чувство не бе достатъчно, за да трогне Инфантино.

„Не може да отидеш да гледаш колежански мач в САЩ, камо ли топ професионален мач от определено

ниво, за по-малко от \$300“, твърди той. „Атова е Световното първенство.“

В посланието на ФИФА относно продажбата на билети се подчертава, че цените не са с цел печалба. „За разлика от организациите, стоящи зад пазарите за билети на трети страни, ориентирани към печалба, ФИФА е организация с нестопанска цел. Приходите, генерирани от Световното първенство по футбол на ФИФА на всеки четири години, се реинвестират в подкрепа на развитието на мъжкия, женския и младежкия футбол във всички асоциации-членки на ФИФА - 211, всеки ден от годината.“

Хамзат Чимаев обича Шон Стрикланд, защото непрестанните му глупости му носят пари: „Никога преди не съм печелил толкова много пари“



Хамзат Чимаев не хареса много от казаното от Шон

<< Прод. от стр.29

Стрикланд преди битката им в UFC 328, но оценява, че всяка дума сякаш добавя нули към банковата му сметка, предава MMA Fighting.

Презрението между боксърите в средна категория е добре известно, като Стрикланд използва почти всяка пренебрежителна дума в речника си, за да се прицели в Чимаев. В отговор Чимаев до голяма степен остана спокоен, хладнокръвен и сдържан.

Но въпреки разправията между тях, Чимаев казва, че преувеличаването на тази битка от страна на Стрикланд определено му се е отразило добре финансово.

„Обичам го“, каза Чимаев пред репортери, включително на MMA Fighting. „Не знам дали плащат добре за него. Това е важното. Никога преди не съм печелил толкова много пари. Това е добре.“

UFC стигна до крайности, за да държи Чимаев и Стрикланд разделени, преди да бъдат принудени да общуват по-късно на обичайната пресконференция преди мача и на

претеглянето.

От своя страна Чимаев признава, че е следил Стрикланд, откакто пристигна за първи път в Ню Джърси, но UFC са свършили добра работа, като са ги държали далеч един от друг.

Чимаев също така спомена по-ранна заплаха, отправена от Стрикланд, където бившият шампион в средна категория каза, че ако бъде нападнат по време на седмицата на битките, ще донесе пистолет и е готов да открие огън, ако е необходимо.

Като се има предвид напрежението и всичко изказано, Чимаев и Стрикланд едва ли ще заровят томаховката скоро.



Ето защо Чимаев можеше само да се присмее на въпроса за готовността му да остави всичко зад гърба си и да се ръкува със Стрикланд. Чеченецът не се интересува дали поддържа добри отношения с някой от предишните си опоненти и същото важи и за Стрикланд.

„Какъв е смисълът дали ще се ръкувам или не след битка?“, каза Чимаев. „Може би никога повече няма да го видя. Другите 15 момчета, които победих, почти не ги видях отново. Не ме интересува животът му. Грижа ме е моят живот.“

Шакира загатна за официалния химн на Световното по футбол



Шакира знае как да поддържа футбола в продължение на десетилетия. Колумбийската глобална сензация официално се завръща в режим на Световното първенство и няма да седи във VIP кабината, предава HOLA! За пореден път четирикратната носителка на Грами ще е част от официалния химн на Световното първенство по футбол през 2026 г.

Шакира използва социалните медии, за да публикува първи трейлър на предстоящата си песен „Dai Dai“, създадена в сътрудничество с нигерийската суперзвезда Burna Boy.

Песента ще излезе на 14 май и вече предизвиква вълнение сред феновете по целия свят.



Едноминутният тийзър на Шакира я показва как се изявява с голяма група танцьори на стадион „Маракана“ - едно от най-легендарните места за футбол. Клипът дава поглед към енергичната хореография, визуалните ефекти на стадиона и ритмичната продукция, вдъхновена от афробит.

Шакира, повече от всеки друг изпълнител, знае колко са важни тези химни. Това издание бележи още една важна глава в дългата ѝ връзка със Световното първенство по футбол. Нейният хит от 2010 г. „Waka Waka (This Time for Africa)“ се превърна в една от най-успешните песни на турнира, доминирайки класациите в световен мащаб и оставайки основен елемент на футболните празненства повече от десетилетие по-късно.

Колумбийската суперзвезда постоянно

<< Прод. от стр.30

присъства на най-голямото футболно събитие – често от трибуните с децата си, които споделя с бившия защитник на ФК Барселона Жерар Пике, спечелил Световното първенство по футбол през 2010 г. с Испания по време на същия турнир, където „Waka Waka“ се превърна в световен феномен - или като изпълнява един от хитовете си по време на церемониите. По време на церемонията по закриването на Световното първенство през 2006 г. тя изпя „Hips Don't Lie“ и по-късно изпълни „Dare (La La La)“ на честванията на турнира през 2014 г.

С „Dai Dai“ Шакира влиза в историята като един от малкото изпълнители, оглавили множество официални музикални кампании на Световното първенство през различни епохи. В допълнение към латиноамериканската певица, Burna Boy отразява и все по-глобалната музикална насока на ФИФА. Burna Boy е известен със смесването на влияния от афробит, реге, денсхол и поп.



Световното първенство по футбол през 2026 г. ще бъде историческо и по няколко причини, тъй като това е първият път, когато то ще се проведе в Канада, Съединените щати и Мексико. Състезанието е планирано да започне на 11 юни в Мексико Сити и се очаква да се превърне в най-голямото Световно първенство, провеждано някога.



Очакването за Световното първенство през 2026 г. расте, а фактът, че Шакира е възможно да изпълни една от определящите песни на летния турнирен сезон, вече подсказва, че това ще бъде незабравимо.

Макс Верстапен е разследван, а Кими Антонели написа история във Формула 1 в Маями



Кими Антонели стана първият пилот от Формула 1 в историята, спечелил първите си три Гран При от първите си три полпозишна, като постигна убедителна победа в Маями.

От полпозишън Антонели загуби преднината си от Ферарито на Шарл Леклер, но бързо го изпревари отново, преди Ландо Норис да поеме контрола над състезанието за Макларън, предава Racing News 365.

Антонели обаче успя да достигне Норис след единствените питстопове на сухото състезание, което се превърна в преднина когато двамата изпревариха Макс Верстапен в 29-ата обиколка.

След това състезанието се превърна в оспорвана битка между лидера в световния шампионат и световния шампион. В крайна сметка Антонели успя да спечели третата си поредна победа, превръщайки се едва

в третия пилот, след Деймън Хил и Мика Хакинен, **който печели първите си три победи в серия.**

По-добрата новина за италианеца е, че победата, съчетана с четвъртото място на Джордж Ръсел, означава, че разликата между тях вече е 20 точки.

RESULT RACE - MIAMI			
Pos	Driver	Time	Points
1	Kimi Räikkönen	1:28:01.834	25
2	Charles Leclerc	1:28:02.100	18
3	Kyle Kirkwood	1:28:02.100	15
4	George Russell	1:28:02.100	12
5	Max Verstappen	1:28:02.100	10
6	Lando Norris	1:28:02.100	8
7	Yuki Tsunoda	1:28:02.100	6
8	Nico Hulkenberg	1:28:02.100	4
9	Esteban Ocon	1:28:02.100	2
10	Sebastian Vettel	1:28:02.100	0

Верстапен, който завърши пети на пистата, ще бъде разследван от стюардите след състезанието за пресичане на линията на излизане от бокса по време на състезанието, тъй като Люис Хамилтън завърши седми с тежко повредено Ферари.

Въпреки че се сблъска с проблеми със скоростната кутия и ограниченията на пистата, Антонели удържа третата си победа в Гран При, а Норис зае второ място за първия си подиум за сезона.



Звъни се на вратата.
Отварям и гледам. Пияна жена... влиза в антрето, внимателно затваря вратата. Обръща се с гръб към мене и казва:
– Аз съм за седмия етаж.



Телефонът звъни в дома на наскоро оженил се лекар. Негови колеги го канят за игра на карти. След разговора той казва на младата си съпруга:
- Спешен случай!
- Сериозно ли е?
- Много! Трима лекари вече са там!



Социологическо проучване:
„95% от българите са доволни от заплатата си. Допитването е направено сред 240 човека пред Народното събрание.“



- Ало-о, телевизията?
- Да.
- Предаването «С дупе към селото» ли е?
- Не! Предаването е «С лице към града»!
- Е, към селото с какво сте обърнати?



Пичага пита блондинка:
- Ще възразиш ли, ако пожелаеш да правим секс?
- Аз никога не съм го правила - отвърнала тя.
- Кое? Секс?
- Не, никога не съм възразявала.



Питат Иванчо:
- Кой край на въжетото трябва да се хвърли на давец се политик?
- И двата - отговаря той.



Мъж се разхожда из село.

Вижда старец пред себе си:
- Ей, дядо, къде в това село продават ракия?
- Ееей оная църква виждаш ли я?
- Да!
- Навсякъде, освен в нея...



В метрото, срещу възрастна жена сядо младо момиче. И двете и ръце са татуирани с надписи с йероглифи. Господжата втрещено разглежда татуировките:
- Какво, бабче, не си ли виждала татуировки? - пита вовимето.
- А, виждала съм... десет години съм живяла в Китай. И за това се чудя, защо по ръцете ти пише “Консумирай охладено овнешко, поръсено с копър и чесън”.



Двама английски джентълмени отиват да залагат на конни надбягвания.
- Джон - предложил единият, - нека всеки каже колко пъти прави секс на седмица и да заложим на коня с номер, който се образува от двете цифри. Другият приел с думите:
- Олрайт, значи моята цифра е 7. Приятелят му се изпъчил и заявил:
- А моята е 8!
Заложили на кон номер 78. Победител обаче излязъл кон номер 11.
- Джон - отронил първият джентълмен, - ако бяхме казали истината, щяхме да спечелим доста пари...



Улегнал мъжага седи на пейка в парка и горчиво плаче. Наблизо минавал млад мъж, спрял се и попитал какво се е случило. Мъжага отговорил:
- Аз съм мултимиллионер,

имам огромна къща, купер кола и наскоро се ожених за красива блондинка, която ме задоволява всяка нощ!
Младият мъж казал:
- Човече, ти имаш всичко, за което някога съм мечтал! Какъв ти е проблемът, че си в парка, вместо в къщи и плачеш, вместо да си щастлив?
Мъжага отвърнал:
- Не мога да си спомня къде живея.



Как да спечелите всяка една жена:
- Ако е умна, и кажи, че е красива.
- Красива ли е, кажи, че е умна.
- А, ако е умна и красива, и кажи, че е отслабнала.



Жената е като чиновника и рушвета.
Отначало:
- Ама моля Ви се, не така, недейте!
После:
- Еее, само толкова ли?



Лъвът издал заповед горските животни да не пият и който пие, ще бъде изяден.
На другия ден лъвът чува пиянски песни и намира зайчето пияно.
Лъвът:
- Зайо, ще те изям.
Издадох заповед!
Зайчето:
- Моля те, не ме изяждай, обещавам, че повече няма да пия.
На следващия ден лъвът пак чува пиянски песни и пак намира зайчето пияно.
- Е, Зайо, вече ще те изям, няма прошка.
- Моля те, вече няма да пия, за последно беше.
На третия ден лъвът пак чува пиянски песни и побеснял намира зайчето в гьола.
- Зайо, вече няма прошка,

изяждам те на секундата.
Зайчето (с пиянски глас):
- Лъвчо, ти нали издаде заповед горските животни да не пият?
- Да.
- Е, ние рибите какво общо имаме с тая работа?



ОБЯВА
ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ
на вход в жилищна кооперация:
“Знам че сме най-древната цивилизация на Балканите, в Европа, във Вселената, наясно съм че динозаврите, маймуните, трансформърите и покемоните са произлезли от нас. Знам, че сме били на три морета, три планети и ставаме мъже на три ракии. Знам, че сме народ който играе в ледени води, ходи по огън, пие вода с уран и яде лютеница с наркотици. Запознат съм, че сме измислили компютъра, автоматичната скоростна кутия, тройния чушкопек и левия мигач за десен завой. Знам, че имаме песен в космоса и сърбите и гърците са скъсаха да ни крадат хитовете. Запознат съм, че сме създали кирилицата, глаголицата, шльокавицата, телепатията и езика на делфините. Наясно съм, че всеки пълнолетен българин разбира от футбол, политика, варене на ракия и генно инженерство. Знам за всички тия патриотични неща, колко велик народ сме и никога не съм спирал да се гордея с това, ама сънародници, хайде моля ви се припомнете си кои сме и спрете да ходите по голяма нужда в общото мазе!”
От Домууправителя!



Идеята да нарисувам тази бутилка с бяло вино от Грузия ми дойде, когато я бях пригответа за подарък и реших да прочета какъв е вкуса на виното. Плодов вкус с ярост на ябълки, праскови и диня. Интересна комбинация, надявам се виното да е хубаво. И тъй като ми харесва да имам личен отпечатък върху подаръците си, реших да я нарисувам, после добавих и чашата. Опаковката с прозрачен целофан и картичката направиха подаръка приказен!

Ако ви харесва идеята ми и искате да опитате, ето стъпките на рисуване и материалите, които използвам:

1. Боите са FolkArt® Multi-Surface Acrylic Paint, Купувам ги от Michaels.
2. Почиствам стъклото с алкохол, за да може повърхността да стане гладка и боите да залепват по-лесно.
3. Втвърдяването на многоповърхностната боя FolkArt е ключова стъпка за осигуряване на издръжливостта и дълготрайността на боядисаните проекти. Тази боя, предназначена за употреба върху различни повърхности като дърво, метал, стъкло и керамика, изисква правилно втвърдяване, за да достигне пълния си потенциал. Процесът

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

Bulgarian Flame Newspaper
Пламяк
ISSN 1920-5155 (Print), ISSN 1920-5163 (Online)

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 съпада с мнението на авторите.

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

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

на втвърдяване включва оставяне на боята да изсъхне напълно и след това трайното ѝ фиксиране, което обикновено отнема около 21 до 30 дни при нормални условия. През това време е важно да се избягва излагането на боядисаната повърхност на влага или прекомерно износване.

4. Ако искате **чашата да се използва многократно**, като измиването трябва да става на ръка, без миялна машина а и за по-бързо втвърдяване, след като изсъхне боята върху чашата, можете да я сложите чашата във фурната при ниска температура (около 150°F до 200°F) за 30 минути. Много важно е да сложите чашата в студена фурна (без предварително нагряване), както и да извадите чашата след като фурната е напълно изстинала, защото стъклото може да получи шок от температурата и да се счупи.

Пожелавам ви творческо вдъхновение! Вяра



ВРЕМЕННО РАЗРЕШЕНИЕ, ПОЛУМЯРКА ФИЗИЧЕСКА ИЛИ УМСТВЕНА ДЕЙНОСТ	ПРОИЗХОД, РОДСТВЕНА ВРЪЗКА РОМАН ОТ ЖАН Д'ОРМЕСОН	СРЪБСКА МОНЕТНА ЕДИНИЦА ТЕГЛОТО НА ОПАКОВКА НА СТОКА	НЕОГРЯВАНО ОТ СЛЪНЦЕ МЯСТО /РАЗГОВОРНО/ ЛИЦЕ, ПО ВРЕМЕ НА ОБУЧЕНИЕТО СИ В УНИВЕРСИТЕТ	ВИД ЛЕК, ПОЛУПРОЗРАЧЕН ПЛАТ	ТЪНКА МЕТАЛНА НИШКА; ЖИЦА ЗЛЕПОСТАВЯЩО НЯКОГО ДОНЕСЕНИЕ	НАРОД, НАРОДНОСТ, ПЛЕМЕ СТИХОТВОРЕНИЕ ОТ ХРИСТО БОТЕВ	ВИД ДРЕВНА ПЛАНИНСКА ВЪРБА СТРУНЕН МУЗИКАЛЕН ИНСТРУМЕНТ СЛАДКОВОДНА ШАРАНОВА РИБА; ЛИН	УРЕД ЗА ОРИЕНТАЦИЯ В НАВИГАЦИЯТА	НАСЛЕДСТВЕНА БЛАГОРОДНИЧЕСКА ТИТЛА СТАРА ФРЕНСКА ЗЛАТНА МОНЕТА
ОПЕРА /1729/ ОТ ГЕОРГ ХЕНДЕЛ МОДЕЛ НА ЛЕКИ КОЛИ „ALFA ROMEO“			ТЕСТЕНО ИЗДЕЛИЕ СЪС СОЛЕН ВКУС ФРЕНСКА ПИСАТЕЛКА „ТРОПИЗМИ“					US АКТРИСА /1960/ „ЧАСОВЕТЕ“ АМЕРИКАНСКА МИЩА МЕЧКА	
КАНАДСКИ ПОП ПЕВЕЦ /1941/ „ДАЯНА“ ЕДИН ОТ МОБИЛНИТЕ НИ ОПЕРАТОРИ		СУБТРОПИЧНО РАСТЕНИЕ	ЛИЧЕН ИМОТ НА ВАСАЛ /ИСТ./ ИЗЛЪЧВАНА АТМОСФЕРА ОКОЛО НЯКОГО			ЗАЛЕДЕНА РОСА ПРЕЗ СТУДЕНИ НОЩИ УЛИЧНА ДЕЙНОСТ НА ПРОСЯЦИ		АВТОР НА ЕПИЧНИ ПРОИЗВЕДЕНИЯ МАРКА ЯПОНСКИ МАГНЕТОФОНИ /1929-2004/	РУСКА ПИСАТЕЛКА И ПРЕВОДАЧКА /1789-1877/
РОБСТВО, ТЕГЛО, ЯРЕМ СТАРА МАРКА ГЕРМАНСКИ МОТОЦИКЛИТИ		ОПЕРА /1760/ ОТ ЖАН-ФИЛИП РАМО	ХИПОТЕТИЧНА НЕУТРАЛНА ЧАСТИЦА ГОРА, ОБРАСЛА С ЛИПИ		МИНЕРАЛ, ПОЛУСКЪПОЩЕН КАМЪК ОБЛАСТЕН ГРАД В БЪЛГАРИЯ	ТЪРВА СКАЛА, СТРОИТЕЛЕН МАТЕРИАЛ	ЕВРОПЕЙСКИ БАЛЕН ТАНЦ ОТ 19 ВЕК НАШ ЧЕРНОМОРСКИ НОС КРАЙ СОЗОПОЛ		ЧОВЕК, ИЗРАБОТВАЩ ЖЕЛЕЗНИ ИЗДЕЛИЯ
ИНДИАНСКО ПЛЕМЕ В МЕКСИКО	ПЛАТ, КОЙТО Е ВШИТ В ДРУГ ВЪЗГЛАС В КРАЯ НА МОЛИТВА; ТАКА ДА БЪДЕ	СИСТЕМА ЗА ЦВЕТНА ТЕЛЕВИЗИЯ ПРЕЗИДЕНТ /1999-2004/ НА ГЕРМАНИЯ	ПУБЛИЧНИ ДЕБАТИ /КНИЖОВНО/ ГРАД В СОФИЙСКА ОБЛАСТ	ОБЩОПРИЗНАТ ДЕЦ НА ИЗКУСТВОТО КРАЙНА СТЕПЕН: ПРАГ НА НЕЩО	ИЗОТОП НА ВОДОРОДА УМЕЕЩО ДА ПРОНИКВА В ЧУЖДИ КОМПЮТРИ ЛИЦЕ			СОФИЙСКИ ВЕСТНИК НАСЕКОМО С КРИЛЦА НА ЧЕРНИ ТОЧИЦИ	РОМАН /1876/ ОТ АЛФОНС ДОДЕ СПЕЦИШИШЕ ЗА ГАЗИРАНА ВОДА
НАЧИН ЗА ОПРЕДЕЛЯНЕ НА КОЛИЧЕСТВО			ИЗБАВЛЕНИЕ ОТ НЯКАКВА БЕДА /РАЗГ./ СПЕЦИАЛИСТ ПО СЕЛСКО СТОПАНСТВО				ЗАВЕДЕНИЕ ЗА КАФЕ ПРЕДЕЛНИ ВЪНШНИ ОЧЕРТАНИЯ НА НЕЩО	ДЕБЕЛА ПОДОВА НАСТИЛКА	
ОСТРОВЪТ НА ОДИСЕЙ ИСТОРИЧЕСКА ОБЛАСТ ВЪВ ФРАНЦИЯ			ПРЕСТЪПНО ИЗНУДВАНЕ ВОДОПЛАВАЩА ПТИЦА			ПРЕДИЗВИК-ВАША СМЯХ СЛУЧКА /РАЗГОВОРНО/	ЧОВЕК, ОТГЛЕЖДАЩ ЛОЗЕ КУРОРТНО ГРАДЧЕ В СОФИЙСКО		
СТИХОВЕ /1957/ ОТ АТАНАС ДУШКОВ	ТЕХНОЛОГИЯ ЗА ЗАПИС ВЪРХУ ОПТИЧЕН ДИСК /СПЕЦ./	ШВЕДСКА ПОРОДА КУЧЕТА ШВЕДСКИ ИЗОБРЕТАТЕЛ /1833-96/	ЧОВЕК, КОЙТО УСЕЩА ГЛАД УКРАИНСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР		МАЛКО ПОМЕЩЕНИЕ ЗА СПЕЦИАЛНИ ЦЕЛИ	ОВЧАР, ПАСТИР ВИД КАЧЕСТВЕН ИТАЛИАНСКИ ВЕРМУТ		ГЕРОЙ ОТ BG ФИЛМА „МОМЧЕТО СИ ОТИВА“	ЮЖЕН ПЛОД С ПРИЯТЕН АРОМАТ
ПРЕСТИЖЕН КВАРТАЛ НА СОФИЯ КЛОУН, ПАЛЯЧО, СМЕШНИК			ДОЛНА ЧАСТ ОТ СТАЯ, ПОМЕЩЕНИЕ ХУДОЖЕСТВЕНА ГАЛЕРИЯ В СОФИЯ	ДРУГО ИМЕ НА ЧУБРИЦАТА /НАРОДНО/ ПРЕЖИВЕН БОЗАЙНИК ОТ РОД ЛАМИ	ПЕЧАЛБА ОТ ИГРАТА НА ТОТО 2	ОБЕЗЩЕТЕНИЕ НА КУПУВАЧ ЗА ЛИПСИ ЗИДАНА ПЕЩ ЗА ПЕЧЕНЕ НА ХЛЯБ		НАЧИН НА ДЕЙСТВИЕ НА НЯКОГО	ОТСЪСТВИЕ НА ДВИЖЕНИЕ; НЕПОДВИЖНОСТ
ОТМЕРНОСТ В ИЗПЪЛНЕНИЕ НА НЕЩО			ВЪЗПАЛЕНИЕ НА СТОМАШНАТА ЛИГГАВИЦА		НОСЕЩО ВОАЛА НА БУЛКАТА МОМИЧЕ МАСЛОДАЙНО ДЪРВО; ОЛИВА		МАРКА КАМИОНИ ОТ БЕЛАРУС АНГЛИЙСКИ РЕЖИСЬОР /1968/ „ГЕГИ“	ПОВРЕДЕНА ТЪКАН НА ЖИВО ТЯЛО ПОПРАВКА НА ПОВРЕДЕНО УСТРОЙСТВО	
УПОЙВАЩА ТЕЧНОСТ В МЕДИЦИНАТА МАРКА ЯПОНСКИ ТЕЛЕВИЗОРИ			ОБШИРНО НЕОБИТЪЕМО БЕЗВОДНО ПРОСТРАНСТВО НРАВСТВЕНОСТ	ОПЕРА ОТ ГИТАНО ДОНИЦЕТИ ЛИРИЧЕСКИ ПОЕТ		СЪСТЕЗАТЕЛ, ПРАКТИКУВАЩ СПОРТА КЕЧ КРЪВОСМУЩО НАСЕКОМО; ПАПАТАК	ТИБЕТСКО УНИВЕРСАЛНО ЛЕКАРСТВО СТИЛ В ЕЛЕКТРОННАТА МУЗИКА	ЛЕТИЩЕ КРАЙ ТИРАНА НЕЩО ЛЮБОПИТНО, НЕОБИКНОВЕНО	ПАРАДНИ ОФИЦЕРСКИ ПАГОНИ
БИВШАТА ИЗТОЧНА ГЕРМАНИЯ ОБИЧАЩ ДА СИ СЕДИ ВЪШШИ МЪЖ /РАЗГ./	МЯСТО, РУДНИК ЗА КАМЕННА СОЛ МАРКА СОФИЙСКА БИРА		ОПЕРА ОТ РИХАРД ШТРАУС /1905/		ТОВАРНИ КОРАБИ ПРЕДИМНО НА КОЛИ ФРЕНСКИ ПИСАТЕЛ „КЛИМАТИ“	СПЛАВ ОТ МЕД И ЦИНК С ЖЪЛТ ЦВЪТ АРАБИН ОТ СКИТНИЧЕСКО ПЛЕМЕ		US ФИЛМ /2004/ НА Т. ХАРОУД С ДЖЕЙМИ ФОКС	ОПТИЧЕСКО УСТРОЙСТВО /РАЗГ./
ВИД ОТРОВНА ЗМИЯ ОТ РОДА КОБРИ ОБЩЕСТВЕНО МНЕНИЕ ЗА ЧОВЕК		РАСТИТЕЛНО МАСЛО ОТ СЛЪНЧОГЛЕДА ДЪРЖАВА В СРЕДНИЯ ИЗТОК	ЗАРАЗНА БОЛЕСТ ПО КУЧЕТАТА	ДРУГО ИМЕ НА ЦЕЛИНАТА СРЪБСКИ ТРЕНЬОР ПО ВОЛЕЙБОЛ /1948/	НАЧИН НА БОРБА ИЛИ ПРОТЕСТ МАЛЪК ПРЪСТ НА РЪКАТА		ВИД ЧЕРНА ПОЙНА ПТИЦА; ЧЕРЕН ДРОЗД ИЗВЕСТЕН US ТЕНИСИСТ /1982/	АВТОМОБИЛНО СЪСТЕЗАНИЕ ГЛАВАТА НА КАТОЛИЧЕСКАТА ЦЪРКВА	РУМЪНСКИ КУРОРТ
БОСНЕНСКИ ФУТБОЛЕН ТРЕНЬОР /1941/ ГРАБЛИВА ДНЕВНА ПТИЦА С КЪС КЛЮН			ТРАДИЦИОННО ОБРЕДНО ДЕЙСТВИЕ	ДРУГО ИМЕ НА БОЙНОТО ИЗКУСТВО КАРАТЕ-ДО ДРЕВНО ИМЕ НА РУСИЯ		РОМАН /1900/ ОТ МАРСЕЛ ПРЕВО	ОБРЕД В ПАМЕТ НА ПОКОЙНИК НАША РОК ГРУПА „ПЪТУВАНЕ“		
ПЪРВАТА ЖЕНА /БИБЛ./ ОПЕРА /1776/ ОТ ТОМАС КР. БАЛТЕР		ПЪРВИЯТ МЕСЕЦ ОТ КАЛЕНДАРНАТА ГОДИНА				БАЛЕТ ОТ ЛЕО ДЕЛИБ /1876/			
			МАЛКО, КРАТКО ДРАМАТИЧНО ПРОИЗВЕДЕНИЕ			МОДЕЛ СМАРТФОН НА „SONY ERICSSON“	ВОЙНИШКИ СЪД ЗА РАЗНАСЯНЕ НА ХРАНА		

*** ПОМОЩНИК ***
АНОНИС, КУДО, АНЖУ, ШИГЕРА, РИНАС, ЖАК, АБАРИС, АЛИНА, ЛЕА, ЕЛАГИНА, ЕКОСЕЗ, ИОА