



THE
LEGAL
500
AMERICAN
EDITION



Ново разхлабване на мерките срещу Covid-19 в Англия, актуализират съветите за работа от вкъщи

БГ БЕН

Още мерки срещу Covid-19 ще бъдат премахнати от 1 август. Това съобщи британският премиер Борис Джонсън, който призна, че вероятно ще има критики относно това решение, но връщането към нормалността трябва да продължи. Паралелно с това се увеличават средствата за Националната здравна служба. Дават се и нови правомощия на местните власти за реакция при възникване на огнища от коронавируса.

„Да се надяваме на най-доброто, но да планираме най-лошото - и именно в този дух трябва да продължим да водим тази дълга, тежка битка“, коментира Борис Джонсън.

Какво се променя от 1 август в Англия?

От 1 август се премахват още от националните ограничителни мерки, които бяха въведени през месец март заради пандемията от Covid-19.

В Англия вече всички могат да използват обществения транспорт, ако нямат алтернативни варианти на придвижване. От 25 юли ще се отворят фитнесзалите, басейните и другите спорт-

Отварят козметичните салони, фитнесите на закрито и плувните басейни

bigstockphoto.com



ния транспорт, ако нямат алтернативни варианти на придвижване. От 25 юли ще се отворят фитнесзалите, басейните и другите спорт-

ни съоръжения на закрито. От 1 август предстои да се актуализират и съветите за отиване на работа.

„Вместо правителство-

то да каже на хората да работят от дома, ние ще дадем на работодателите повече свобода на преценка и ще ги помолим да вземат

решения за това как служителите им могат да работят безопасно. Това би могло да означава, разбира се, да продължите да работите от дома, което е един от начините за безопасна работа. Или това може да означава осигуряване на безопасност на работните места, като следвате указанията за предпазване от Covid-19. Каквото и да решат работодателите, те трябва да се консултират със своите служители и да помогнат хората да се върнат на работното си място, ако е безопасно“, обясни още Джонсън.

От 1 август ще се премахнат и повечето мерки, които бяха наложени в местата за свободно време, включително боулинг центровете и казината. Предвижда се да се даде възможност за работа на козметичите. От тази дата ще се разреши и провеждането на сватбени приеми до 30 души. Представления на закрито вече не изглеждат минаж за Англия. От 1 август те ще са реалност, но при спазване на социална дистанция.

„Публиката, която се

придържа към социалната дистанция, ще може да се върне в закрити театри, места за музика и представления от 1 август“, съобщи премиерът Борис Джонсън.

Британският премиер прогнозира, че феновете ще могат да се завърнат по трибуните на стадионите и залите през октомври.

Местните власти с нови правомощия за овладяване и контрол на огнища от Covid-19

Британският премиер Борис Джонсън оповести нова рамка за овладяване и контрол на бъдещи огнища на коронавируса в Англия, която дава възможност за съвместна работа на националното и местното управление.

От 18 юли местните власти вече имат нови правомощия в своите райони. Те имат право да затварят конкретни помещения, а също и открити обществени пространства, а също и да анулират събития. Тези правомощия ще позволят на местните власти да действат по-бързо при появата на огнища от Covid-19.

Отдава се голяма двойна стая 15м²
Апартаментът е с 3 спални, 2 отделни WC, разполага с всички удобства. Добра локация - 15 минути пеша до Barking station (IG11), лесен достъп до A13.

Цена: £158 на седмица
В цената е включен паркинг, интернет и сметки.
Изисква се депозит!

0788 0602 529 0740 5611 543

Compare MORTGAGES

ЖИЛИЩНИ И ИНВЕСТИЦИОННИ КРЕДИТИ ЗА ПОКУПКА И РЕФИНАСИРАНЕ.

БЕЗПЛАТНИ КОСУЛТАЦИИ

www.comparingmortgages.co.uk

Tel. 020 3887 3188

Mob. 079 6040 4750

First Time Buyers
Help to Buy
Buy to Let Mortgages
Remortgage
Rate Renewals
Commercial Mortgages
Shared Ownership
Short Term Finance



Д-р Антонина Траянова



Специализиран стоматологичен кабинет

- Всички услуги по вашето заболяване
- Изработка и слагане на протези
- Собствена лаборатория за изработка на протези
- Професионално изваждане на зъби
- Ремонт на зъбни протези

Тел. 020 8558 8656

Адрес: 489 High Road Leytonstone, London, E11 4PG

И НАСРЕД ПАРКА ... БЪЛГАРСКО КАФЕ!

@MANORPARKCAFFEE

MANOR PARK COFFEE SUTTON

MANOR PARK CAFE



ЗАПОВЯДАЙТЕ В НОВОТО БЪЛГАРСКО КАФЕНЕ В ЮЖЕН ЛОНДОН

АДРЕС: THROWLEY WAY, MANOR PARK, SUTTON, SM1 4BF
ВАШЕТО МЯСТО ЗА СРЕЩИ С ПРИЯТЕЛИ И РАЗПУСКАНЕ ПО НАШЕНСКИ
ЗА КОМФОРТА НА БГ МАМИТЕ - СПЕЦИАЛЕН ВЪТРЕШЕН ДЕТСКИ КЪТ

Великобритания се готви за нов натиск върху здравната система през есента

Отпускат допълнителни 3 милиарда паунда за Националната здравна служба

БГ БЕН

Още 3 милиарда паунда отпуска британското правителство за здравеопазване. Допълнителните средства са част от подготовката за втора вълна на пандемията от Covid-19, която се очаква през есента. Новината оповести британският премиер Борис Джонсън.

„Това ново финансиране идва върху допълнителните 30 милиарда паунда финансиране за здравеопазване и социални грижи, които вече обявихме тази година. Така че ние се уверяваме, че сме готови за зимата и планираме най-лошото“, подчерта Джонсън.

Решението за допълнителното финансиране идва след предупреждението, че втора вълна през зимата на пандемията може да доведе до 120 000 жертви в болниците. Капацитетът за тестване на населението за коронавирус също се увеличава, а плановите са да започнат да се правят по 500 000 дневно или по 3,5 милиона седмично до края на октомври. Вече всеки във Великобритания, който има



симптоми на Covid-19, може да получи тест без забавяне. Тестове се правят и на все по-голям брой хора, които нямат симптоматика, но са изложени на по-висок риск от заразяване.

„Гърсенето на тестове не е единственото предизвикателство, което ще донесе зимата. Възможно е вирусът да е по-вирулентен през зимните месеци и е сигурно, че Националната здравна служба ще се сблъска с обичайния, годишен зимен натиск. Затова сме предприели редица стъпки,

които ще подготвят системата“, каза Джонсън.

Броят на респираторните апарати се е увеличил от 9000 на 30 000, посочи още Джонсън.

От началото на пандемията във Великобритания има 293 хиляди случая на заболяване от коронавирус. Починалите са над 45 хиляди.

Ще се справи ли по-адекватно Великобритания при евентуална втора вълна на Covid-19? Поне привидно – да.

Фактите ще станат ясни до няколко месеца.



Osbornes | Law^o

Специалисти по искове за обезщетение

Ние от адвокатска кантора Осборнс с повече от 40 годишен юридически опит предоставяме безплатен съвет относно предявяването на иск за финансово обезщетение ако сте пострадали при трудова злополука, пътен инцидент или в резултат на медицинска небрежност.

“Огромно благодаря на Снежина Янкова и нейния екип. Карате ме да вярвам, че чувствата и емоциите на хората са нещо, от което другите все още се интересуват! Беше голямо удоволствие да използвам услугите ви!”



Свържете се с нас и говорете на български на:

Снежина Янкова

07516 441 448/020 7681 9013
Snezhina.yankova@osborneslaw.com

Елида Димитрова

07843 349 633/020 7681 8675
Elida.dimitrova@osborneslaw.com



Вие им помагате, ние ви помагаме



Opal

TRANSFER

 www.opaltransfer.com/bg

 020 7233 7771 

на български език

 Мобилно приложение

Парични преводи до България само за £3





Как да подновим tax credit?

От Северино Кожухаров

31 юли 2020 година е датата, на която повечето хора трябва да подновят помощите си, известни още като tax credit. Вестник БГ БЕН събра най-важната информация, която ще ви улесни да се ориентирате, ако ви се налага да направите това.

Ако претендирате за tax credit, ще ви бъде изпратен пакет, който ви дава информация как да го подновите. В случай че има червена линия на първата страница и се появява съобщение „отговори сега“, ще трябва да подновите информацията за tax credit.

При поява на черна линия и съобщение „провери сега“ ще трябва да проверите дали данните ви са верни. При условие че те са точни, не е необходимо да правите нищо и вашият tax credit ще се поднови автоматично. Важно условие е да информирате HMRC, ако обстоятелствата ви са се променили или нещо в данните ви е неправилно.

От Данъчната служба предупреждават, че трябва да подновите tax credit до датата, която е посочена на пакета за тази цел. За повечето хора тя е 31 юли 2020 г.

Защо е важно да се спази определеният срок?

Заради ситуацията с Covid-19 много от подновяванията са направени автоматично, но на база

Крайният срок за повечето хора, които получават тези помощи, изтича на 31 юли

HM Revenue & Customs

Check your tax credits award notice now

Use this checklist and notes to:

- make sure you get the money you're entitled to
- help you check your award notice
- understand the changes you need to tell us about in future

To report changes, go to www.gov.uk/manage-taxcredits

You could be charged a penalty of up to £300 if you do not report a change within one month and up to £3,000 if you give wrong information.

To understand how to manage your tax credits to get the money you're entitled to, watch our short YouTube video - go to www.gov.uk/tax-credits-webinars-videos

Are the following details correctly shown for you and your partner (if you have one)?

Your name and address

Personal details

Whether you claim as a single person or a couple (you must tell us if this has changed)

The hours you work a week - tell us if your hours have changed, for more information read page 2

If you get Income Support, income-based Jobseeker's Allowance, income-related Employment and Support Allowance or Pension Credit

If you qualify for the disability element

If you get the highest rate care component of Disability Living Allowance, enhanced daily living component of Personal Independence Payment or the higher rate of Attendance Allowance

Qualifying children and young people

Since 6 April 2017:

- the individual child element of Child Tax Credit is no longer awarded for third and subsequent children or qualifying young people in a household, born on or after 6 April 2017, there are exceptions, for more information go to www.gov.uk/hmrc/tax-credits-exceptions
- the family element of Child Tax Credit is only paid if you're responsible for a child or qualifying young person born before 6 April 2017

Providing support for a maximum of 2 children does not apply to the childcare element of Working Tax Credit or the disability element of Child Tax Credit. You can claim these 2 elements for all children who meet the conditions.

For more information, go to GOV.UK and search for WTCs (childcare element) or TC956 (child disability element)

To ensure you do not miss out on what you're entitled to, you should still report the birth of a child and any changes involving your children or young people, even if you do not get the child or family elements for them.

Are your qualifying children and young people details correct?

The number of children aged 16 and under

The number of young people aged 16 to 20 who are in full-time non-advanced education or approved training (you must tell us if this has changed, for more information read page 2)

The number of children you get disability element for

The number of children you get severe disability element for

Childcare costs

The number of children cared for by a registered or approved childcare provider

Your average weekly childcare costs (you must tell us if these have changed, for more information read page 2)

Are your income details correct?

Your total income for each of the tax years shown are correct (if your income changes it's important you tell us straightaway so we can make sure you're paid the right amount of tax credits, for more information read page 2)

If you complete a Self Assessment return and you've told us your estimated income, tell us your actual income as soon as you know it.

Are your payment details correct?

Are the correct account details shown

Do the payments you received from us match the payments shown on your award notice

Did you answer Yes to all the questions?

If all the details are correct you do not need to do anything else. We'll continue to pay you the amounts shown in Part 3 'Payments' of your award notice unless anything changes. Keep your award notice safe as it tells you the amount of tax credits you'll get.

Did you answer No to any of the questions?

If any of the details on your award notice are wrong, missing, incomplete or have changed, tell us straightaway as you could be building up an overpayment which we'll ask you to pay back. For more information, read 'If you think our decision is wrong' on page 2.

TC602(SA) Page 1 7002887 HMRC 11/19

доходите от предишната година, за които Данъчната служба има информация. Затова ние ви съветваме да не пропускате крайния

срок, ако имате промяна в годишните ви доходи за 2019/2020 г.

При пропускане на крайния срок плащанията на tax

credit ще спрат. Освен това ще ви бъде изпратено съобщение, че трябва да върнете сумите, които сте получили след 6 април 2020 г.

От 6 април ще получавате така наречените прогнозни плащания, докато не ги подновите. Възможно е вашите суми да са променени на базата на информация от вашия работодател или доставчик на пенсия.

Важно е да се знае, че ако сте пропуснали срока за подновяване на tax credit, ще ви бъде изпратено съобщение. Ако се свържете с HMRC в рамките на 30 дни от датата на известието, вашият иск за tax credit може да бъде възстановен и няма да се налага да връщате обратно суми. При пропускане на този 30-дневен период данъчните служители ще ви помолят да обясните причините за забавянето, преди да изискат възстановяване на средствата.

В случай че не се свържете с HMRC, плащанията ще спрат и ще трябва да върнете сумите, които сте получили след 6 април 2020 г. Вместо това можете да кандидатствате за универсален кредит, ако сте на възраст под държавната пенсия (или партньорът ви е) или за пенсионен кредит (ако вие или вашият партньор сте над възрастта, която се изисква за държавна пенсия).

Как се подновява tax credit?

Има две възможности за подновяване на tax credit – онлайн или по пощата. В

GOV.UK

Coronavirus (COVID-19) | Guidance and support

Home > Benefits > Tax credits

Manage your tax credits

Use this service to:

- report actual income from self-employment if you estimated it when you renewed (the deadline is 31 January)
- tell HM Revenue and Customs (HMRC) about [changes to your circumstances](#), for example you get married or your working hours change
- find out how much and when you'll be paid

This guide is also available in [Welsh \(Cymraeg\)](#).

Start now >

on the Tax Credits service

Before you start

If you're signing in to the service for the first time, you'll need:

- a Government Gateway user ID and password - if you do not have a user ID, you can create one when you use the service

рамките на осем седмици от получаването ви на заявлението за подновяване на данъчните кредити HMRC ще ви информира за това колко ще получавате.

Важно е да се знае, че ако до 29 май тази година не сте получили вашия пакет за подновяване, трябва да се свържете с HMRC.

За подновяване на tax credit са ви необходими:

- ✓ пакет за подновяване, вашият национален застрахователен номер,
- ✓ подробности за всякакви промени във вашите обстоятелства,
- ✓ вашият и общият доход

на партньора ви за последната данъчна година (от 6 април 2019 г. до 5 април 2020 г.)

✓ 15-цифреният референтен номер за подновяване на вашия пакет за подновяване (ако се подновява по телефона).

Вестник БГ БЕН ще продължи да ви информира за най-важните срокове, които касаят финансовите теми, а също и за възможностите за кандидатстване за различни схеми с цел подкрепа за преодоляване на последиците от Covid-19.



OCEANAIR
Chartered Certified Accountants

Перфектният баланс от квалификация и опит в счетоводните услуги

Ocean Air House
Suite 200, Floor 1,
750-760 High Road Leytonstone
London E11 3AW
www.oceanairaccountants.co.uk



020 8530 6929



Заради Covid-19: Отлага се плащането на втората дължима вноска на данъка за 2019/2020 г.

Официалният срок изтича на 31 юли, но сега се удължава до 31 януари 2021 г.

От Северино Кожухаров

Законовият краен срок за плащане на втората авансова вноска за тази финансова година за самонаетите лица (Self-employed) изтича на 31 юли. Става въпрос за бизнесите, които са дължали над 1000 паунда през финансовата 2018-2019 година, а сега дължат второто авансово плащане от 50% (payment on account). Заради кризата, която беше предизвикана от пандемията от Covid-19, данъчните служби удължиха срока и дават възможност на всички да го направят до 31 януари 2021. Глоби и лихви няма да бъдат налагани. Данъчните служби вече актуализираха информационната си система, което гарантира, че няма да се начисляват санкции за тези, които не са успели да платят втората вноска от налога в рамките на 31 юли 2020 година. Лихви няма да се налагат върху нея в периода от 1 август 2020 година до 31 януари 2021 година.

От HMRC обаче съветват, ако имате възможност, да

направите плащането.

В случай че го направите до края на 31 юли 2020 г., ще имате по-малък данък за плащане на 31 януари 2021 година.

БГ БЕН припомня и по-важните дати, които трябва да имате предвид до края на годината:

5 октомври - това е датата, на която трябва да уведомите HMRC, че имате доход, който не е бил облаган с данъци, преди да сте го получили, или капиталови печалби над 12 300 паунда (2020/21). Това се прави, тъй като е необходимо HMRC да ви изпрати известие с данъчна декларация.

Ако сте самостоятелно заети лица, трябва да се регистрирате в HMRC до тази дата.

31 октомври - ако изпратите на хартиен носител данъчната си декларация, тя трябва да бъде подадена до тази дата. В случай че изпратите формуляра след тази дата, ще се начислява

неустойка, дори ако нямате данък за плащане.

30 декември - ако подавате данъчната си декларация онлайн, ще трябва да го направите до тази дата, в случай че имате доходи от работа или пенсия и искате HMRC да събира данъка за самостоятелно заетите лица чрез вашия данъчен код PAYE. Отнася се за хората, които едновременно са на трудов договор и са самонаети. Това е възможно, дори когато дължимият данък е по-малко от 3000 паунда. Тази сума може да бъде по-голяма, ако вашият доход е по-голям от 30 000 британски лири.

31 януари - до тази дата всички персонални данъчни декларации за предходната счетоводна година трябва да бъдат подадени онлайн. Ако пропуснете този срок, ще бъде начислена еднократна административна глоба, която е в размер на 100 паунда, дори ако нямате данък за плащане или вече сте платили целия дълг. Върху тази сума

се начисляват допълнителни санкции и лихви.

След 31 януари - имате на разположение 12 месеца след тази дата, в които можете да коригирате

вашата данъчна декларация на хартиен или онлайн формуляр, ако разберете, че в нея има неправилно попълнени данни. Например, в случай че се налага да промените декларацията

си за 2019/2020 г., тогава можете да го направите до 31 януари 2022 година. Този срок важи както за подадените на хартиен носител декларации, така и за тези, които са попълнени онлайн.

DOCTORS 4 YOU

ПЪРВАТА БЪЛГАРСКА КЛИНИКА В ЛОНДОН

ВСЕКИ НАШ ПАЦИЕНТ ПОЛУЧАВА ВНИМАНИЕ, ГРИЖИ И ПОМОЩ ЗА СВОЯ ЗДРАВΟΣЛОВЕН ПРОБЛЕМ

- ▶ Педиатрия
- ▶ Неонатология
- ▶ Кардиолог и ЕКГ
- ▶ Ехография на сърце

- ▶ Лекар вътрешни болести
- ▶ Сертификати за работа
- ▶ Сертификати за шофьори D4
- ▶ Гинеколог - Видеозон 3D и 4D
- ▶ Консултации за новородени

- ▶ Специалист кожни болести
- ▶ Алергични тестове
- ▶ Козметична дерматология
- ▶ Масажи
- ▶ Физиотерапевтични процедури
- ▶ Лечение на опорно двигателния апарат
- ▶ Лаборатория - над 300 вида изследвания
- ▶ Ядрено Магнитен Резонанс
- ▶ Рентгенови снимки, абдоминал скан

- ▶ Уши нос гърло
- ▶ Амбулаторна диагностика и лечение
- ▶ Прегледи със специализирана апаратура
- ▶ Психологични консултации
- ▶ Семейни и брачни консултации
- ▶ Страхове и панически състояния
- ▶ Хирург
- ▶ Онколог
- ▶ Заболявания и лечение на млечната жлеза

FREE INFO LINE
020 3240 1028
07425 963 909

445 Lordship Lane, London, N22 5DJ
www.doctors4you.co doctors4you@hotmail.co.uk doctors4you

Care Quality Commission
Doctors 4 You Limited has been registered by the Care Quality Commission under the Health and Social Care Act 2008 with the registration number of CRT1-2280130803



Великобритания започна подготовката за Брекзит без сделка

Управляващите обещава светло бъдеще, 705 милиона паунда отиват за излизане от митническия съюз



БГ БЕН

Сериозни инвестиции в инфраструктурата и информационна кампания „Новото начало на Обединеното кралство: нека да продължим“ предприема Великобритания като част от подготовката си за промените, които ще настъпят, след като приключи преходният период на 31 януари 2020 година.

„Ние възвръщаме контрола върху нашите граници и оставяме единния пазар и митническия съюз в края на тази година, което носи както промени, така и значителни възможности, за които всички ние трябва да се подготвим. Ето защо днес обявяваме този основен пакет инвестиции“, каза вицепремиерът Майкъл Гоув.

Той обясни, че средствата, които страната внася в Брюксел, ще могат да се използват за основните приоритети на Великобритания.

„Освен това ние сме в състояние да изградим търговски отношения с нашите

съседни в Европа, а същевременно да развиваме нови икономически партньорства по целия свят, включително възможности за нови и по-добри търговски сделки със САЩ, Япония, Нова Зеландия, Австралия и много други нации. Сделката, която премиерът постигна миналата година и която страната подкрепи на общите избори, означава, че можем да вървим с увереност напред към края на преходния период на 31 декември“, допълни още Гоув.

Независимо от резултата от преговорите с ЕС относно бъдещите отношения между Брюксел и Лондон, а също и дали има или не споразумение в стил „Канада“ или австралийски модел, Великобритания ще напусне единния пазар и митническия съюз.

„Това предвещава промени и значителни възможности, за които всички ние трябва да се подготвим – правителство, бизнес и отделни граждани“, каза още Майкъл Гоув и опове-

сти старта на новата обществена информационна кампания, която ще указва стъпките, които трябва да се предприемат в тази насока.

Пакет от 705 млн. паунда за излизане от митническия съюз

Правителството на Борис Джонсън е осигурило пакет от 705 милиона паунда за подобряване на инфраструктурата и наемане на повече персонал по британската граница с ЕС в рамките на подготовката за излизане от митническия съюз в края на годината. Предвиждат се нови гранични контролни постове и допълнително 500 души граничен персонал. Това включва 470 милиона британски лири за изграждане на инфраструктура и 235 милиона британски лири за IT системи. Този проект ще подпомогне страната да се възползва от възможностите след Брекзит.

Гоув смята, че инвестицията в нова инфраструктура, работни места и нови тех-

bigstockphoto.com

нологии ще осигурят безпроблемното движение на стоки. Освен това страната ще се превърне в по-сигурна за гражданите.

Вицепремиерът подчерта, че средствата, които се отделят, ще осигурят по-ефективен контрол на границата на 1 януари 2021 година, а също и ще поста-



bigstockphoto.com



Лицензирана агенция за работа във Великобритания

„Бригадири“ предлага работа във ферми за плодове и зеленчуци

07859859859

www.brigadiri.bg

вят основите тя да стане най-ефективната в света до 2025 година.

„Със или без допълнително споразумение с ЕС тези 705 милиона британски лири ще гарантират, че необходимата инфраструктура, технологичен и граничен персонал са налице, така че нашите търговци и граничната индустрия да могат да управляват промените и да използват възможностите, докато поставяме основите за най-ефективната и сигурна граница в света“, каза още Гоув.

Модернизацията ще даде възможност да се въведе миграционна политика, която да гарантира, че Великобритания ще бъде отворена страна за световни таланти и експерти от различни области.

Този основен пакет за финансиране идва преди започването на нова об-

ществена информационна кампания, за да се гарантира, че Великобритания е готова да използва глобалните възможности в края на преходния период. Част от кампанията включва подробна информация и насоки за търговците и превозвачите, за да се подготвят за промените от 1 януари 2021 година.

Все още не са ясни бъдещите отношения между Брюксел и Лондон след така наречения преходен период и дали ще бъде постигната търговска сделка. Очаква се митническите проверки на европейски стоки да се отложат за средата на 2021 година.

На страница 10 можете да прочетете повече за новата имиграционна политика на Великобритания след 31 декември 2020 година.

Българско училище „Умно Букварче“ в Perivale, Ealing, Западен Лондон Събота: 09:30-11:30

Email: kunka@umnobukvarche.co.uk

Mob.: 07908674567

www.umnobukvarche.co.uk

Предлага и Online обучение, ново и иновативно

Деца от 4 до 11 години



Д-р Мирена Василева
ПСИХОТЕРАПЕВТ

Индивидуални консултации

- Семейни и брачни консултации
- Проблеми на детското съзряване
- Деца със специални нужди
- Страхове и панически състояния

- Групова психотерапия за деца и възрастни
- Тревожни и депресивни състояния
- Зависимости (алкохолна, наркотична, хазартна и др.)

Тел. 07999334778

Email: mirenaavasileva@gmail.com



БЪЛГАРСКИ АДВОКАТИ В АНГЛИЯ НАШИЯТ БЪЛГАРСКИ ЕКИП Е ТУК, ЗА ДА ВИ ПОМОГНЕ!

Ние специализираме в случаи на:



- Трудови злополуки
- Инциденти в чужбина
- Пътно-транспортни произшествия
- Лекарски грешки и медицинска небрежност
- Наранявания получени на територията на частна или общинска собственост
- Инциденти засягащи отговорността на собственици и обитатели
- Наранявания получени в обстоятелства на криминални престъпления

"Много съм доволен от услугите на Снежина Янкова. За втори път тя води съдебните ми дела и спечели и двете. Получих много добро обезщетение за случаите. В бъдеще бих използвал услугите й отново, ако имам нужда от помощ! Много съм доволен."



Свържете се с нас за безплатен съвет на български:

Снежина Янкова

07516 441 448/020 7681 9013

Snezhina.yankova@osborneslaw.com



Елида Димитрова

07843 349 633/020 7681 8675

Elida.dimitrova@osborneslaw.com



Инциденти в търговски обекти: магазини, молове, складове и супермаркети

Ако претърпите инцидент в търговски обект, за който вината е на неговия собственик или наемател, имате правото на компенсация за физическото нараняване, както и за финансовите загуби, които сте понесли заради инцидента: загуба на доход, разходи за лечение и пътни разходи.

Обикновено когато говорим за инциденти в търговски обект, става въпрос за инциденти, претърпени от клиенти на обекта, но искове могат да се предявяват и от работници. Тук ще разгледаме случаите, които се квалифицират като инциденти в търговски обект, стъпките, които да предприемете, както и към кого да се обърнете след инцидента.

Снежина Янкова,
юрисконсулт,
Osbornes Solicitors

Най-разпространените видове инциденти в търговски обекти

1. Инциденти, причинени от разливи в супермаркети

Ако клиент се подхлъзне на пода на супермаркет заради това, че на него е било разлято някакво вещество, отговорен за инцидента е притежателят на търговския обект.

Това е така, независимо от това кой е причинил разлива – дали друг клиент, или персонала. Притежателят на търговския обект е виновен заради това, че не е създал адекватна система за почистване на разливи или е поставил неподходяща повърхност на пода на места, където разливи се случват често.

2. Инциденти при почистване на пода

Ако подът се почиства в момента, мокрото място трябва да бъде оградено с обезопасяващи знаци или конуси, които да предупреждават клиентите да не стъпват върху проблемната зона, докато тя изсъхне напълно. Ако това не е направено, е твърде вероятно искът ви срещу притежателя на търговския обект да бъде успешен.

3. Инциденти, свързани с падащи предмети

Предметите в магазините и супермаркетите трябва да бъдат наредени по подходящ начин. Ако клиент бъде ударен от падащ предмет, притежателят на магазина е виновен заради грешките, направени от работниците му.

4. Спъвания

Ако подът има дефект или на него е бил оставен предмет, имате право да предявите иск срещу притежателя му за нараняванията, които са ви били причинени.

5. Лошо време, което прави повърхностите хлъзгави

Снегът, ледът и водата от дъжда лесно могат да бъдат внесени в магазина. Ако за пода в търговския обект е била използвана неподходяща повърхност и не е имало адекватна система за почистване или поставяне на предупредителни знаци, имате правото да предявите претенции срещу притежателя на търговския обект.

6. Инциденти на паркинги на търговски обекти

Повечето инциденти на паркинги са в резултат от пътни инциденти. Ако кола или друго превозно средство причини инцидент, виновният по закон е шофьорът на това превозно средство и следва да си търсите правата от него, а не от притежателя на паркинга.

Повърхността на паркинга обаче трябва да е поддържана от притежателя. Ако дупка на паркинга е причинила спъване или падане, имате право да предявите иск срещу притежателя на търговския обект, който отговаря и за прилежащия паркинг.

7. Инциденти с работници на магазини

Ако работите като наето лице в магазина и пострадате по вина на вашия работодател, вие също имате право да предявите иск срещу него. Инцидентът може да е резултат от неадекватна система на работа или неподходящ тренинг за вдигане на тежки обекти. Този вид инциденти се водят за инциденти на работното място и следва да предявите иск по свързаната с тях процедура.

8. Инциденти в молове

Моловете обикновено са собственост на големи компании или общини. Ако получите нараняване извън даден магазин, но в рамките на търговския център, имате право да предявите претенции си не срещу притежателя на магазина, а

срещу притежателя на мола.

Стъпки, които да предприемете веднага след инцидент в търговски обект

1. Уверете се, че нараняванията ви са отбелязани в книгата за инциденти на търговския обект

Най-важното нещо, което трябва да направите, е да уведомите самия търговски обект за инцидента и да се уверите, че той е вписан в книгата му за инциденти. Ако е възможно, проверете лично какво персоналът е вписал в книгата за инциденти и обърнете внимание на детайлите. Ако има непълноти и грешки, помолете да бъдат коригирани и подпишете вписаното в дневника.

Ако нараняванията ви са тежки и се наложи веднага да ви откарат в болницата, при първа възможност се върнете в търговския обект, за да се уверите, че инцидентът е бил вписан там и написаното е точно.

2. Отидете в болница или при личния си лекар

Вашите наранявания трябва да бъдат регистрирани и третираны от медицинско лице веднага след инцидента. Разкажете на вашия лекар как сте получили нараняването, тъй като той трябва да впише това в бележките на медицинското свидетелство, което ще ви издаде. Това после ще бъде проверено от независим медицински експерт, който ще бъде назначен по време на делото, за да завери верността на твърденията ви.

3. Запишете си координатите на свидетелите на вашия инцидент

Ако магазинът се опита да оспори верността на твърденията ви относно инцидента, свидетелските показания ще са от изключителна важност при гледането на случая.

4. Направете си дневник за появилите се симптоми и разходите, които сте направили вследствие на инцидента

Всеки ден вписвайте симптомите, които имате, както и разходите, които правите вследствие на инцидента. Пазете в оригинал всички касови бележки за направените разходи. Тази информация ще бъде нужна на вашия адвокат, за да подкрепи с доказателства иска ви.

Ако сте пострадали при пътен инцидент, инцидент на работното място или инцидент поради медицинска небрежност, свържете се с Osbornes Solicitors за безплатна и конфиденциална консултация. Ще можете да разговаряте на български директно с нашия консултант Снежина Янкова, която ще определи дали искът ви е валиден и ще работи по случая ви през цялото време. Обадете се на номер: 0751 644 14 48; Email: snezhinayankova@osbornes.net

Повече за нашите услуги за българи:

osborneslaw.com/personal-injury-solicitors/foreign-languages/bg/

Повече за Снежина Янкова:

osborneslaw.com/teams/snezhina-yankova/?team=personal-injury-team



Политическият елит на Великобритания очевидно има много силни доводи за Брекзит



Професор Марин Русев е геополитически анализатор и преподавател в катедра "Регионална и политическа география" към Геолого-географски факултет на Софийски университет "Св. Климент Охридски".

Завършил е СУ „Климент Охридски“. Защитил е редовна докторантура в Санктпетербургския държавен университет.

БГ БЕН

Брекзит без сделка. Все по-вероятен сценарий. Какво ще означава това обаче на практика за Великобритания?

- Определено това крие рискове. Те са свързани с вечната дилема при решаването на който и да е подобен въпрос, а именно - че можеш да оттеглиш страната си от едни опасности, но няма как

да не й навлечеш други. В този смисъл политическият елит на Великобритания очевидно има много силни доводи за оттегляне от старите договорни отношения с континента. Тук бих искал да вметна факта, че и до ден-дневен на Британските острови, когато пътуват към континенталната част, те казват: „Аз отивам в Европа“. В този смисъл те винаги са смятали, че са нещо по-различно от конти-

Опитите да проявява индивидуализъм са опасни в съвременния свят

ненталната част на Европа и очевидно тук има важни очаквания на британското общество, които вероятно се формулират с образа на полския водопроводчик. Той традиционно от 10 години върви като плакат, с който се плашат жителите на Острова заради това, че отнема тяхната работа, заради опасностите, които той може да доведе от Източна Европа. В същото време няма как да не забележим, че британското население силно се променя. В страната вече има 100-хилядни градове, при които делът на мюсюлманското население е по-голям, отколкото на която и да е друга религиозна група. Това означава, че британското общество в 21 век упорито върви към това от Британия да остане само география. И аз си мисля, че това е голямата стратегическа грешка на британския елит, а и на самото общество, които

непонятно защо предпочитат пакистанец, който е водопроводчик. Предпочита многодетно семейство от Нигерия пред българин, който ще бере ягоди. Което, според мен, е голяма грешка, защото културното отсичане на основата на британската нация е предстоящо. Няма как това да не доведе до опити на идващите от други континенти да не се съгласят толкова с устоите на британското общество, на британската политика, британската традиция, колкото да се опитат да наложат идеите от родните си места. И ние вече го забелязваме. Второ, трето поколение чужденци във Великобритания практически изменят облика на градовете. Това са само части от нюансите на разделението, което сега предстои. Тук бих искал да припомня - освен че британците определят това зад канала за Европа, те

неведнъж са демонстрирали много по-голяма близост между Великобритания и САЩ, отколкото между Великобритания и Франция, примерно. Да не говорим за Германия. И в този смисъл си спомням едно от великите послания на Маргарет Тачър, когато бяха първите проблеми на Великобритания през 80-те години на миналия век, свързани с току-що приетото членство в ЕС. И още една скоба - Великобритания не за първи път зарязва тези, с които е била в едно семейство.

Скритият изход от проблемите на Великобритания е в партньорството със САЩ и Мексико

Какво имате предвид?

- Нека да си припомним, че когато възникна идеята за ЕС, Великобритания се изплаши от френско-германския тандем и реши да апробира алтернативна международна организация в Европа и тогава създаде Европейската асоциация за свободна търговия (EFTA).

И беше лидер, беше инициатор. Когато се видя, че идеята на ЕС като че ли върви с по-бързи темпове, успява по-надълбоко да осъществява интеграция и да получи по-големи ефекти, през 1973 година Великобритания се отказва от EFTA, която е създадена, и влезе в ЕС. Така че за мен не е чудно това уклончиво поведение на Великобритания. Сега аз предполагам, че това, което каза през осемдесетте години Маргарет Тачър, беше свързано с първите брожения в английското общество за това, дали е бил верен подходът към ЕС, да не се прибързва и т.н.

Тогава се появили укори от страна на френските и германските лидери за поведението на Великобритания, защото тя никога до край не възприе всички механизми на ЕС, все си оставаше със свои собствени. И Тачър излезе с много интересен призив, че ако Европа не желае да се съобразява с британското настроение, няма никакъв проблем. Точно тогава се създаваше Северноамериканската асоциация за свободна търго-

НОВ БЪЛГАРСКИ РЕСТОРАНТ „PLAZZA“ В СЕВЕРЕН ЛОНДОН

PLAZZA
CAFE & BAR

СКЪПИ СЪНАРОДНИЦИ, ЗАПОВЯДАЙТЕ В НОВИЯ БЪЛГАРСКИ РЕСТОРАНТ „PLAZZA“, В СЕВЕРЕН ЛОНДОН!

ТУК ЩЕ СЕ НАСЛАДИТЕ НА ТРАДИЦИОННИТЕ БЪЛГАРСКИ ЯСТΙΑ И ЩЕ ОТКРИЕТЕ ОНЗИ ВКУС, КОЙТО ПОМНИТЕ - ПЪРЛЕНКИ, КАТМИ, СУПИ, ГОТВЕНИ ЯСТΙΑ И МНОГО СПЕЦИАЛИТЕТИ. ОПИТАЙТЕ ВКУСНИТЕ НИ ГОЗБИ, СЪЧЕТАНИ С КАЧЕСТВЕНИ БЪЛГАРСКИ ВИНА, БОГАТ ИЗБОР НА НАПИТКИ, ПЛЮС МНОГО НАСТРОЕНИЕ, С ЖИВА МУЗИКА И ВЕЧНИТЕ БЪЛГАРСКИ ХИТОВЕ.



РАБОТНО ВРЕМЕ: 8.00 - 23.00 (НЕДЕЛЯ - ЧЕТВЪРТЪК) / 8.00 - 02.00 (ПЕТЪК И СЪБОТА)
АДРЕС: 373 HIGH ROAD, TOTTENHAM HALE, N17 6QN



вия между Мексико, САЩ и Канада (NAFTA). Тогава Маргарет Тачър каза, че не е никакъв проблем бъдещето на Великобритания да се очертае в много по-добра посока, ако тя се включи в NAFTA. И в този смисъл днес като че ли забелязваме надеждата скритият изход от съвременните проблеми на Великобритания да е към САЩ и Мексико. Но САЩ и Мексико си имат своите не по-малки проблеми и едва ли ще бъде толкова лесно. По принцип опитите на Великобритания да проявява индивидуализъм в съвременния свят са много опасни, тъй като ние живеем във времена, когато има много силни форми на глобална корпоративна зависимост. Всичко това за мен лично показва, че Великобритания бяга от наистина важни, съществени проблеми. Но в никакъв случай това не означава, че е наясно с какви други проблеми ще се сблъска.

Преходният период приключва на 31 декември 2020 година. Защо, според Вас, Лондон категорично отказва той да бъде удължен, още повече че тук се наслагва и сериозната икономическа криза?

- По принцип Великобритания си има наследство на една имперска гордост, една самодоволност и чувство за безпогрешност, една добра ориентация и спомен от миналото, че винаги е успявала да се справя с проблемите. И както вече дадох примерите – тя винаги първа е инициирала промени. Това е същественото за Великобритания. Тя не чака нечий проблеми да й се стоварят по бърз начин. Тя се опитва да предвижда, да бяга, опитва се да търси новото. Аз нямам представа дали при промяната, която желаят, пакистанците или нигерийското многодетно семейство, което ще живее от помощи във Великобритания, е по-добрият избор за Обединеното кралство. Имам усещането, че Великобритания може би бърка. Но, от друга страна, Великобритания е страна с невероятно минало, с невероятни връзки, с Британската общност от над 50 страни тя има свои постколониални канали, чрез които може да общува. И предполагам, че това са надеждите да се връща към дивидентите от глобалното си лидерство. Друг е въпросът, че около 50 години по-късно нещата доста са се променили.

Правителството на Великобритания преди дни стартира подготовката за приключване на преходния период. Майкъл Гоув дори каза, че извън ЕС светло бъдеще очаква страната. Споделете ли

този оптимизъм?

- Увереност в бъдещето не е дадено да има всеки. Трябва да си личност, за да можеш толкова уверено да прогнозираш бъдещето. Аз си мисля, че само лидери на нивото на Чърчил и Тачър са могли да си позволяват това. А току-що излюпени политици, които са на гребена на вълната и не знаят, че тя може рязко да се промени, не могат да правят такива прогнози. Няма такъв период в човешката история, когато нещо, което е казано от шепа хора, да се е сбъднало така, че да продължи с много дълги срокове. Дори и успешните идеи като ЕС, успешните идеи на победители от Втората световна война, формирането на Организацията на обединените нации, в края на краищата, след няколко десетилетия, започват да затихват като ефект. Нямам представа как ще се осъществи светлото бъдеще на британската нация само заради факта, че са се отделили, според тях, от един воденичен камък какъвто е Еврпо. Тя може наистина да е тежала в някакви отношения с полския водопроводчик, но, от друга страна, е дала много на британците в тези години. Предполагам, че осъзнаването на ефекта, който се предизвиква след Брекзит, изисква осмисляне и чак след десетилетие ще можем да дадем обективен отговор на въпроса дали страната е тръгнала в правилна посока.

Монетаризмът ще даде ефект, но той ще е краткосрочен и ще бъде за нечия сметка

Кабинетът на Джонсън обяви, че инвестира в инфраструктура нови 705 милиона паунда, а наред с инвестициите стартира и голяма обществена информационна кампания „Новото начало на Обединеното кралство: нека да продължим“. Какво обаче реално стои зад този оптимизъм? Наблюдаваме, че се изсипват доста средства в различни сфери...

- Очевидно става въпрос за пари, които са константа. Всяка една държава разполага с константни пари. И разпределението на тези пари в една посока, при всички положения, както още основателите на английския икономически консерватизъм са забелязали, ще даде ефект. Монетаризмът винаги дава ефект. Но този ефект, първо, ще бъде краткосрочен и, второ, при всички положения ще бъде за нечия сметка. Съвременните британски лидери се опитват да покажат на обществото си - ето как парите, които даваме за поляци и българи, защото е ясно, че се взимаше много



Професор Русев и неговите докторанти

от Великобритания, и голяма част от тези пари не се връщаха обратно, а отиваха за подпомагане на новоприетите страни, където има големи проблеми. А сега девизът е: дайте да покажем как, ако не даваме тези пари за поляците и българи, ще ги вложим при нас си. Само че мултиплициращият ефект на това, което са вложили британците в пътната инфраструктура в България, винаги е бил свързан с това, че и британският камион ще може да се движи по по-хубави магистрали в Полша или в България.

Идеята е, че на Великобритания вече няма да й се налага да плаща тази огромна вноска за членство в ЕС, а с тези средства ще се изпълняват приоритетите на страната.

- Това е мислене на годишна база. Дългосрочните ефекти на подпомагането с британските пари на европейското развитие идват по-късно, идват след десетилетия. Простичко е. Ако един човек смята, че с парите от единия джоб ще свърши неща, за които не му достигат парите от другия джоб, според мен този изолационизъм на икономическото мислене в по-дългосрочен план може да доведе до отрицателен ефект.

Отрицателните ефекти ще са свързани с отслабването на външната конкуренция, което може да доведе до понижаване на качеството на основни стоки и услуги

Като например?

- Отрицателният ефект е свързан с невъзможността да разчиташ на външната конкуренция. Когато британски фирми си правят британски стоки, това успива икономиката и може да доведе до занижаване на качеството, защото я няма конкуренцията, която да те кара да предлагаш на по-ниска цена и с по-високо качество. Не че това ще изчезне, но при всички положения международната конкуренция винаги дава по-голям ефект, отколкото вътрешната. В този

смисъл предполагам, че Великобритания върви в този наистина неправилен икономически изолационизъм. Иначе предполагам, че до две години всички могат да се почувстват щастливи с налетите пари за собствената им инфраструктура. Но както знаем, светът, в който живеем, не е никога еднозначен. И когато в една посока нещо се променя в положителна светлина, невидимо нещо се променя и в отрицателна.

Covid-19 се оказва предизвикателство за целия свят, икономическата криза е неизбежна

По-скоро плюсовете или по-скоро минусите ще останат за Великобритания?

- Ще има смяна на поларитетата. Това, което е било предишен плюс, сега може да започне да върви към нула или минус. И обратно. Разбирате ли – просто няма как в едно общество да има само плюсове. Въпросът е на смяна на поларитетата. Дали спирането на полския водопроводчик (ще използвам пак същия пример), което сигурно ще даде в едни части на Великобритания по-добри възможности за местното население, няма да бъде заместен с по-мощен прилив на евтина работна ръка от африкански и азиатски страни, което пък да се отрази неблагоприятно в други региони? Дори можем с Вас да проследим и къде ще изляят тези пари за инфраструктура. Няма как

да не се получи регионална несправедливост. Тоест, ако полският водопроводчик е свикнал да ходи в Ливърпул и там да заема местата на местното население с поевтиния си труд, а сега няма да го направи, и в някои градове това ще се почувства като положителен момент. Но пак повтарям – за мен никой избор не е свързан единствено с това да избереш само доброто или да се оставиш само на злото. Няма как едно действие, което е положително, да не доведе до отслабване в някакви други посоки. За съжаление това ще се усети по-късно като бумерангов ефект. Знаете във Великобритания как е. Идвайки на власт, консерваторите ще увеличат разликата между бедни и богати, това ще задвижи икономиката. След това ще дойдат лейбъристите на власт и ще кажат, че не е справедливо да има такива големи разлики – тоест от богатите ще взимаме повече, за да даваме на бедните. Което пък ще изправи Великобритания пред невъзможността добре да конкурира останалите страни в икономическия елит на света, а това ще забави икономиката. Защото да взимаш пари от богатите и да ги даваш на бедните, означава бедният да не се замисля дали му трябва работа - стои си вкъщи, държи дистанционното и си казва: за мен разликата, ако работя, е 20%. Тоест, ако работя, ще взимам 100%, а ако не работя – ще взимам 80%, а това са парите, взети от богатите. И няма да има инициатива да си търси работа. В същото време богатият си казва: „защо трябва да съм инициативен и да строя още предприятия, след като ми взимат толкова голяма част от печалбата“. Така и той става пасивен. Това се отразява неблагоприятно на британската икономика. И тя започва да губи позиции като цяло. Така че тази игра, която британците са правили през последните 150 години от икономическата си история, винаги е давала

положителен резултат. При сегашната ситуация вече има променени условия и това може да изиграе лоша шега.

Как пандемията от коронавируса ще промени световната политика, вече забелязваме част от процесите, докде ще стигнат обаче те?

- В чисто политически план - замислял съм се често дали няма да се стигне до това личните ни карти да се променят по цвят. И да се окаже, че хората, които са преминали през вируса и са придобили имунитет и са оцелели, да имат един вид лична карта, която да ги прави желани и безопасни при движението им. А другите, които нямат такъв сертификат, да се окажат в позицията на нежелани или ограничавани, или блокирани. Разбира се, това е един от вариантите на мислене, защото този вирус изненада не само лекарите, той изненада и социолози, и политолози. Като цяло забелязахме, че високоинтелигентни граждански общества се оказаха в една дилема и не знаят как да постъпят – кое е справедливо, кое не е справедливо. И германските пари, които са спестени от по-добрата организация, да отидат в Италия, където има по-голяма потребност от средства сега. Но това е свързано с по-ниската административна ефективност на самите италианци. Тези отношения между Изтока и Запада, Севера и Юга сега се усилват заради това, че дори и вирусът проявява избирателност по отношение на различни географски райони, по отношение на различни като дисциплина общества и т.н. За мен това е едно предизвикателство. И смятам, че това, което е валидно за света, в който живеем, и процесите, към които вървим, е, че в сегашната обстановка при лавинообразно увеличаване на случаите и засегнатите от пандемията, няма как да не удари много тежко световната икономика.

ПРИСЪСТВЕНО И ДИСТАНЦИОННО ОБУЧЕНИЕ

БЪЛГАРСКО УЧИЛИЩЕ „МОЯТА АЗБУКА“

УРОЦИ С УСМИВКА

ЗА ДЕЦА ОТ 4 ДО 15 ГОДИНИ
ОТ ДГ ДО 7 КЛАС



СРЯДА, ЧЕТВЪРТЪК, ПЕТЪК, СЪБОТА
ЗАПАДЕН, ЮГОЗАПАДЕН И ЮГОИЗТОЧЕН ЛОНДОН

WWW.MOIATA-AZBUKA.CO.UK | TEL: 077 4680 2164

CHISWICK
WHITTON
BEXLEY
MITCHAM



След преходния период Великобритания ще привлече най-ярките световни таланти

БГ БЕН

Министърът на вътрешните работи на Великобритания Прити Пател представи нови подробности около въвеждането на новата точкова имиграционна схема, която ще влезе в сила след изтичане на преходния период на 31 декември 2020 година след напускането на ЕС. Пател даде ясен сигнал, че след тази дата Обединеното кралство ще продължи да приветства най-добрите и най-ярките световни таланти. Нов момент е ускореното издаване на визи за работещите в здравеопазването и системата на социалните грижи.

Новата имиграционна система ще бъде въведена на 1 януари 2021 година.

„Новата система ще се отнася еднакво към хората от всяка част на света, ще ни даде контрол върху нашите граници и ще помогне да постигнем процъфтяваща икономика за години напред“, каза Прити Пател.

Излизането от ЕС ще даде възможност на Великобритания да разгърне пълния си потенциал

„Британският народ гласува да поеме обратно контрола над нашите граници и да въведе нова имиграционна система, базирана на точки. Напускайки ЕС, ние сме свободни да разгърнем пълния потенциал на тази страна и да приложим необходимите промени, за да възстановим доверието в имиграционната система и да предоставим нова и

Служителите в здравеопазването и социалните грижи ще са с предимство при издаването на визи



Обединеното кралство ще привлече най-добрите специалисти в света

по-справедлива, по-твърда система“, каза вътрешният министър.

Тя увери, че Великобритания е отворена за бизнес и е готова да посрещне най-добрите и най-ярките световни таланти. Допълнителните подробности ще дадат време на работодателите да се подготвят и новата имиграционна система ще бъде въведена поетапно, за да няма сътресения. Те ще бъдат насърчавани да инвестират в работници от

Обединеното кралство, но новата система ще им даде възможност да привличат най-добрите и най-способните от целия свят.

Предвижда се ускореното издаване на визи за здравните работници, които имат предложения за работа на квалифицирана позиция не само за лекари, но също така и за медицински сестри, социални работници, фелдшери и рентгенолози. Чрез нея ще се улесни достъпът на тези специалисти

до Националната здравна система и ще гарантира, че тя ще има достъп до най-добрите служители.

Професор Антон Мукатели от Университета в Глазгоу подчерта, че талантливите учени от световна класа, с които разполагат висшите учебни заведения във Великобритания, са помогнали да се води борба срещу Covid-19.

Издаването на визи за дипломирани и световни учени е от ключово зна-

чение, тъй като така ще се гарантира, че Обединеното кралство ще остане водеща страна в света в областта на научните изследвания и иновации, а също и че нашите университети ще продължат да обединяват най-ярките и най-добрите умове от цял свят.

Какво предвижда новата имиграционна система?

Новата схема, която вли-

за в сила от Нова година, изисква от кандидатите, които работят във Великобритания, да съберат минимум 70 точки. В случай че даден кандидат има предложение за работа и владее английски на нужното ниво, той ще събере 50 точки. Останалите точки могат да бъдат набавени от размера на заплатата. Минималното възнаграждение, което ще се изисква, е от 20 480 паунда годишно. Предвижда се за заплатата, която е над 25 600 паунда, да се дават допълнителни точки. Наличието на по-висока квалификация за определена позиция също ще носи допълнителни точки.

От британското правителство смятат, че новата система ще разшири прага на уменията на квалифицираните работници. По този начин бизнесите във Великобритания ще имат достъп до по-широк избор от качествена работна ръка.

Много притеснения обаче има от страна на представители на различни браншове, които смятат, че изискването минималната заплата да е от 20 480 паунда ще лиши от виза голяма част от кандидатстващите.

Предвижда се студентите от чужбина да могат да остават в страната минимум две години след като завършат обучението си.

Гражданите на ЕС, пребиваващи във Великобритания до 31 декември 2020 г., все още могат да кандидатстват за статут на уседналост, припомнят британските власти.

Увеличават заплатите на работещите в публичния сектор

По-високи възнаграждения ще получават лекари, полицаи, учители и висшите военни служители

БГ БЕН

По-високо заплащане ще получат през тази година работещите от публичния сектор, които имат жизненоважен принос към страната. Това обяви финансовият министър Риши Сунак. В това число влизат лекари, зъболекари, учители, полицаи, висшите държавни и военни служители. Повишението на възнагражденията за тях ще бъде по-високо от процента на инфлация.

Близо 900 000 работници ще се възползват в цялата страна, като учителите и

лекарите ще имат най-голям ръст - от 3,1% и 2,8% съответно, признавайки усилията им, че са на първа линия в битката срещу COVID-19.

Работещите в полицията и затворите ще имат увеличение на заплатите от 2,5%. Служителите от въоръжените сили ще получат 2% повишение. С толкова ще се увеличат и възнагражденията на висшите държавни служители и на работещите в съдебната система.

Тези изминали месеци подчертаха това, което винаги сме знаели - че нашите служители в публичния сектор дават жизненоважен

принос за страната ни и че можем да разчитаме на тях, когато имаме нужда. Ето защо е правилно да следваме препоръките на независимите органи за реално увеличение на заплатите. Всяка награда се препоръчва от независими органи за преглед на заплащането, а тази година правителството прие предложението за всяка работна сила. Това отразява огромните усилия, положени от хората в публичния сектор, в отговор на безпрецедентните предизвикателства за страната по време на избухването на пандемията от Ковид-19.



Лекарите ще получат най-голямо повишение на заплатите

Специалисти по искове за обезщетение

Ние от адвокатска кантора Осборнс с повече от 40 годишен юридически опит предоставяме безплатен съвет относно предявяването на иск за финансово обезщетение ако сте пострадали при трудова злополука, пътен инцидент или в резултат на медицинска небрежност.

“Огромно благодаря на Снежина Янкова и нейния екип. Карате ме да вярвам, че чувствата и емоциите на хората са нещо, от което другите все още се интересуват! Беше голямо удоволствие да използвам услугите ви!”



★ Trustpilot



Свържете се с нас и говорете на български на:

Снежина Янкова

07516 441 448/020 7681 9013

Snezhina.yankova@osborneslaw.com

Елида Димитрова

07843 349 633/020 7681 8675

Elida.dimitrova@osborneslaw.com



Повече пари за училищата отпусна правителството през 2021 година

Предвиденото увеличение от 4,8 милиарда паунда ще повиши качеството на образование

БГ БЕН

Училищата в Англия ще разполагат с по-голямо финансиране през следващата година. Това стана ясно от съобщението на британското правителство. В него се казва, че учебните заведения ще разполагат повече с 4,8 милиарда паунда през 2021 година, в сравнение със средствата през 2019 година.

Тази година системата ще се възползва от сума, която е по-висока с 2,6 милиарда британски лири. Инвестицията продължава ангажмента на британския премиер Борис Джонсън за изравняване на финансирането на образованието и ще даде на всички подрастващи еднакви възможности за успех, независимо къде живеят и ходят на училище.

Нова формула ще разпределя по-справедливо средствата за отделните училища и ще гарантира качествено образование за всяко дете

Финансирането се изчислява чрез специална формула, която гарантира по-справедливо разпределение

на средствата както за най-големите средни училища, така и за най-малките начални учебни заведения. Чрез нея се заменя предишната несправедлива и остаряла система, която създаваше драстични разлики във финансирането, но без почти никакво основание за това.

Новите данни показват, че две трети от местните власти вече са се насочили към разпределяне на финансирането за училищата въз основа на новата национална формула, което означава, че те ще получат по-справедливо финансиране.

Училищата също така ще получат значителна инвестиция от правителствения пакет за справяне с последствията от Covid-19.

„Всяко дете заслужава превъзходно образование - независимо кое училище посещава, или къде живее и расте. Ето защо ние предоставяме допълнително финансиране сега и за въдеще за всяко училище. Тези, които са с недостатъчно финансиране, ще получат най-голямо увеличение на средствата. Искам отново да благодаря на учителите, на децата и на помощния персонал за блестящата работа, която беше извършена през цялата пандемия, за подготовката,

която тече, за да посрещнем всички деца от септември, каза британският премиер Борис Джонсън.

Той припомни, че се отделят и средства, които ще бъдат насочени към подкрепа на децата, изостанали с учебния материал, докато са били вкъщи по време на пандемията.

Увеличението на средствата ще даде възможност за повишаване на стандартите на училищата

Образователният министър Гавин Уилямсън подчерта също, че тази година е била голямо предизвикателство за училищата, учителите и учениците заради пандемията от коронавирус. Според него, благодарение на невероятните усилия, те са успели да се справят и да подкрепят децата, като гарантират, че те ще се върнат в класните стаи от новата учебна година.

„Не само потвърждаваме още една година на засилено и по-целесово финансиране за нашите училища, но с нашата национална формула за финансиране ние гарантираме, че парите ще се разпределят справедливо в цялата страна, така че



bigstockphoto.com

всички училища да могат да повишат стандартите си“, каза образователният министър.

Изчисленията показват, че всяко средно училище ще привлече минимум 5150 британски лири на ученик, а всяко основно минимум 4000 британски лири на ученик по националната формула за финансиране от 2021 г., спрямо съответно 5000 и 3750 британски лири, които училищата получават тази година.

Допълнителното финансиране за малки и отдалечени училища ще се увеличи с над 60 на сто, отразявайки финансовите предизвикателства, пред които тези учебни заведения могат да се изправят. Ще се отчетат и тяхната уникална роля, която имат в местните общности.

Предвижда се скоро да бъдат предоставени планове за директно финансиране на училищата. Правителството потвърди, че разпределени-

ето на 650 милиона паунда, които са част от общия пакет за наваксване на пропуснатото по време на епидемията от коронавирус, ще се разпределят на базата на брой ученици. Средно училище с 1000 ученици ще получи около 80 000 паунда, а основно училище с 200 деца – съответно 16 000 британски лири.

Директорите ще имат право да решават как най-добре да използват тези средства в своите училища, а целта е с тях да се преодолеят последствията върху учениците от загубеното време за преподаване. Препоръчва се средствата да се използват за методи, базирани на доказателства, включително обучение на малка група или индивидуални уроци, а също и подкрепа за отлично преподаване.

Учениците в неравностойно положение в училищата и коледжите също ще се възползват от втория транш от догонващия фонд, като

средствата по този параграф са в размер на 350 милиона паунда.

От втората половина на есенния срок през учебната 2020/21 г. Националната програма за преподаване ще осигури подкрепа на ученици в неравностойно положение на възраст 5-16 години по два начина. Предвижда се училищата във всички региони да имат достъп до силно субсидирано обучение от организации. Някои от най-неравностойните училища ще бъдат подпомогани да наемат вътрешни академични наставници, които да предоставят интензивна подкрепа на учениците.

Изпълнителният директор на Конфедерацията на училищните тръстове Леора Крудас заяви, че е много важно да има увеличение на финансирането за специални образователни нужди, тъй като този сектор е почувствал значителен натиск върху разходите.



bigstockphoto.com

БГ БЕН

Нови 3000 места ще бъдат разкрити в училищата за деца със специални образователни потребности и увреждания. Те ще осигурят персонализирана поддръжка и специализирано оборудване, а така ще имат достъп до по-качествено образование.

Очаква се 35-те нови специални безплатни училища да отворят врати от септември 2022 година. Те ще разполагат със специално

обучени учители и ще предоставят на учениците с специфични нужди достъп до оборудване, което да подпомага техните индивидуални нужди. В това число сензорно оборудване и комуникационни помагала.

Министърът на образованието Гавин Уилямсън обяви, че е одобрил 33 училищни тръста за откриване и управление на 37 нови училища. Две от тях ще бъдат само за деца, които са изложени на риск от изключване от общообра-

Предстои да се разкрият нови 3000 места за деца със специални потребности

Те ще са обезпечени със специално оборудване и обучен персонал

зователната система. Целта е те да изравнят своите образователни резултати и да продължат да участват в обучението. Останалите 35 ще помогнат за повишаване на стандартите в специалното образование, осигурявайки подкрепа и преподаване за ученици със сложни нужди като аутизъм и тежки обучителни затруднения.

„Тези нови училища ще позволят на децата с най-сложни нужди да получат най-добрия старт в живота. Ние изпълняваме своето обещание да реформираме образователната си система, за да гарантираме, че следващото поколение ще

достигне пълния си потенциал“, подчерта британският премиер Борис Джонсън. Образователният министър изтъкна, че сега повече от всякога трябва да се поставят на първо място най-бедните и уязвими деца, включително и тези, които имат специални нужди.

„Трябва да бъдем по-амбициозни за тези деца, поради което изпълняваме ангажмента на това правителство да предостави повече училищни места за учениците със сложни специални образователни потребности. Това ще даде на тези млади хора възможността, която заслужават за индивидуална подкрепа в

училище, което отговаря на техните индивидуални нужди, правейки ги уверени и ангажирани ученици“, посочи още Уилямсън.

Безплатните училища са нови тип, създадени от родители, учители, благотворителни организации, академични тръстове и съществуват учебни заведения, като отговор на искането от местната общност.

Миналия месец премиерът разработи десетгодишна програма за възстановяване на училищата в цяла Англия, насочена към стимулиране на възможностите и развитието чрез подпомагане в образователната система на страната. Този

процес ще стартира през учебната 2020-2021 г. с първите 50 проекта, подкрепени с над 1 милиард паунда финансиране.

Новите училища ще бъдат отворени за някои от най-уязвимите деца в страната - включително за тези с индивидуални планове за обучение, здравеопазване и грижи, чиито нужди са приоритет през цялата пандемия.

Директорът на Националното детско бюро Дам Кристин Ленехан подчерта, че няма търпение тези училища да отворят врати и да дават възможност на децата да постигнат най-добри резултати.

Милиони британци могат да бъдат ваксинирани срещу COVID-19

Обединеното кралство осигури ранен достъп до 90 милиона потенциални ваксини

bigstockphoto.com



БГ БЕН

Великобритания осигури достъп до 90 милиона потенциални ваксини срещу Covid-19. Това на практика означава, че милиони британци ще могат да бъдат ваксинирани в бъдеще срещу коронавирус, след като правителството направи значителни партньорства с водещи фармацевтични

компании. В това число попадат и приоритетните групи, включително здравни и социални работници, които са на първа линия в борбата с коронавируса, а също и хора с повишен здравен риск.

Търсят се доброволци за следващите фази на проучване на ваксина срещу Covid-19

Правителството е осигурило достъп до 3 различни типа ваксини срещу COVID-19, които се разработват в момента. Пуска се и специален сайт, който ще улесни потенциалните доброволци да се присъединят към жизненоважните проучвания, които биха помогнали за спасяването на милиони хора по света. Целта е до октомври да се регистрират

500 000 души. Този нов уебсайт ще даде възможност на хората от Обединеното кралство да имат своя роля, като доброволно участват в бъдещи проучвания на потенциални ваксини срещу коронавируса.

Клиничните изследвания със стотици хиляди доброволци ще помогнат на учените и изследователите да разберат по-добре ефективността на всяка разработка и значително ще ускорят усилията за откриване на безопасна и работеща ваксина.

„Търсенето на ваксина е наистина глобално начинание и правим всичко възможно, за да осигурим на британската общественост възможно най-скоро достъп до безопасна и ефективна ваксина срещу коронавируса. Това ново партньорство с някои от най-големите световни фармацевтични компании ще осигури на Обединеното кралство възможно най-добрия шанс да осигури ваксина, която защитава най-застрашени, подчерта министърът на бизнеса Алок Шарма.

Професор Крис Уити от Националния институт за здравни изследвания заяви, че благодарение на пациен-

ти с COVID-19, които са се съгласили да участват в проучвания, медиците са успели да разграничат ефективните от неефективните методи на лечение, което е подобрило грижата за пациентите в световен мащаб.

„Сега, когато на хоризонта има няколко обещаващи ваксини, трябва отново да призовем щедростта на обществото, за да разберем кои потенциални ваксини са най-ефективни“, коментира Уити.

Откриването на ефикасна ваксина ще върне надеждата за победа над коронавируса

Министърът на здравеопазването Мат Ханкок заяви, че ефикасна ваксина е „най-добрата ни надежда да победим коронавируса и да върнем живота към нормалност“.

„Имаме най-добри учени и изследователи, които работят по това, но членовете на обществеността също имат жизненоважна роля. Затова призовавам всички, които могат да подкрепят националните усилия и да се запишат в регистъра за изследване на ваксините да помогнат в намирането

на ваксина възможно най-скоро, каза още Ханкок и допълни, че всеки доброволец ще подпомогне процеса за намиране на ваксина за COVID-19, която ще има потенциала да спаси милиони животи по света и тази пандемия да приключи скоро.

Информацията идва, след като преди време беше постигнато глобално споразумение, подписано с Astra Zeneca и Оксфордския университет за изследване, разработване и производство на ваксина срещу COVID-19 за обществеността в Обединеното кралство. Astra Zeneca ще работи за производството на общо 100 милиона дози за Обединеното кралство.

Правителството на Обединеното кралство е отпуснало 250 милиона британски лири, които са предоставени на Коалицията за иновации за подготовка на епидемията (CEPI). Това представлява най-голямата инвестиция за подпомагане изработването и достъпа до потенциални ваксини за Covid-19.

Великобритания е една от най-пострадалите от пандемията от коронавирус държави в света. На Острова жертвите са над 45 000.

Светлина в тунела

БГ БЕН

Ново проучване разкрива, че ваксината срещу Covid-19, която се разработва от учени от Университета в Оксфорд, произвежда силен имунен отговор. Съобщението за следващата стъпка към откриването на безопасна, ефективна и достъпна ваксина срещу коронавируса беше публикувано и на сайта на университета. Изследването е поместено в престижното издание The Lancet.

Резултатите от изпитанията във фаза I / II, изложени в научното списание, показват, че ваксината предизвиква силни имунни реакции. Тя провокира Т-клетъчен отговор в рамките на 14 дни след поставянето ѝ и отговор на антителата в рамките на 28 дни.

Британският премиер Борис Джонсън написа в социалните мрежи, че това е много позитивна новина, и я определи като стъпка в правилната посока.

Следващият етап на проучването на ваксината е

Ваксината срещу коронавируса на учени от Оксфорд произвежда силен имунен отговор

да се потвърди, че тя може ефективно да предпази от инфекцията SARS-CoV-2.

Опитите във фаза I / II във Великобритания започнаха през април, а екипът работи по създаването ѝ от януари 2020 г., като се действа с безпрецедентна скорост.

Във фаза I / II изпитването на ваксината е оценена при повече от 1000 здрави възрастни доброволци на възраст между 18 и 55 години. Между 23 април 2020 г. и 21 май 2020 г. тя е приложена върху 1077 доброволци и е установено, че засега не дава сериозни нежелани последици за здравето.

Тези окуражаващи резултати подкрепят по-нататъшната оценка на тази потенциална ваксина във фаза III.

Университетът в Оксфорд работи със световната

компания Astra Zeneca за по-нататъшното развитие, широкомащабното производство и потенциалното разпространение на ваксината срещу Covid-19, като плановете за клинично развитие и производство на ваксината напредват в световен мащаб. Проектът е допълнително стимулиран от 84 милиона британски лири държавно финансиране, за да се ускори разработването на ваксината.

„Днешните резултати са изключително обнадеждаващи, което ни прави една стъпка по-близо до намирането на успешна ваксина за защита на милиони във Великобритания и по целия свят. Подкрепена с 84 милиона британски лири от правителствената инвестиция за разработване



bigstockphoto.com

и производството на ваксината, бързината, с която работи Оксфордският университет, са изключителни. Много съм горд с постигнатото досега“, каза министърът на бизнеса Алок Шарма.

Председателят на бри-

танската работна група по ваксините Кейт Бингъм подчерта, че Обединеното кралство има щастието да има изключителни академични новатори, работещи наред с много опитния световен екип на Astra Zeneca.

„Това партньорство работи с изключителна скорост, за да демонстрира безопасността и клиничната ефективност на ваксината при защита на хората срещу COVID-19“, коментира още Бингъм.



Весела Люцканова е родена през 1935 г. в София. Завършва Висшия инженерно-строителен институт. Работи като проектант, асистент, заместник-директор на Литературния фонд към СБП, редактор във вестник „Строител“ и издателство „Народна младеж“. След промените става собственичка на издателство „Весела Люцканова“. Автор е на над 40 книги, от които 15 романа. Преводи на нейни творби са издадени на много езици. Удостоена е с редица престижни награди.

Весела Люцканова

Ваня Илчева за втори път скочи в безвремието. Беше й се случило за първи път преди години, когато преживя внезапно и болезнено загубата на голямата си любов, Мишо излезе да разходи кучето, а то се върна, виейки и само, за да я повлече за полата към мястото, където бе получил инфаркта. Бяха делили своята обич с обичта към децата си в грижи и в радости, неразделни и в делник, и в празник, винаги заедно ръка в ръка, докато се озова без него. Болката и самотата бяха я погубили, ако не се бе уловила като удавник за работата си, която обичаше. Трябваше й много време, за да влезе отново в ателието си с провисналите от тавана паяжини към опнатото празно платно на статива, и то оброчено в сребрилата им мрежа. Разчисти набързо, плахо бе уловила четката и пристъпи, за да нанесе първата мазка с нея. Не повярва, когато портретът му я погледна от платното с живи тъмни очи, с леко приповдигнати в крайчетата устни, всичко от лицето му излъчваше обич и й казваше: „При теб съм, жив съм, не си сама!“. И животът й се върна към стария ритъм, сутрините прекарваше в рисуване, следобедите и вечерите принадлежаха на децата и приятелите й, отбиваше опитите на всеки мъж, потърсил интимност с нея. Така успя да направи няколко изложби, най-хубавите й картини бяха откупени, не отстъпи да продаде само портрета му, и то на Националната галерия, но нарисуваше друг, също толкова жив и излъчващ доброта и

обич към нея и към света. Втория път беше по-различно. Отиде на контролен преглед. Не се изненада, когато повиканият за консултация хирург прегледа изследванията й и каза:

- Трябва да ви оперирам.



Веднага!

Отдавна на всеки нов ден тя гледаше като на подарен й от Бога. И благодареше за него. Годишите й не бяха малко. Не беше оставила и малко зад себе си. Имаше признания и в чужбина, и в страната си. Децата й също се реализираха в обичани от тях дейности. И само кимна с глава. Подложи се на операцията. След упойката запита протичко:

- Какво ми беше?

- Каквото беше, беше - усмихна се хирургът. - Всичко е изчистено. Сега сте напълно здрава. И можете да живеете нормално.

- И все пак... - настоя тя.

Той назова диагнозата, като може би очакваше сълзи, психически срыв, отричането й, а тя се усмихна.

Безвремие

- Благодаря Ви - отвърна му. - И все пак това е само диагноза, не е присъда. Ще се преборя...

- Убеден съм - усмихна й се и той. - И запомнете, че всичко е изчистено.

Тя благодари още веднъж. Лицето му излъчваше оптимизъм, от каквото се нуждаеше. Сега прозря защо пациентите се влюбват в лекарите си. Те им вдъхваха надежда, не им я отнемаха. Не им отнемаха и вярата, както и обичта, която получаваша с грижите им. В болничната стая цареше тишина и безвремие. Друг непознат свят на болка. Ваня се опитваше да помогне на другите оперирани, да вика сестрите за обезболяващи,

вот, приятелите ти един след друг ще те зарежат. Личност била? Откупки и награди имала? Кой се интересува сега от картини, бе? Всички се вълнуват от парата. На кой свят живееш? Дори на твоя хирург, кой знае колко си му дала, за да е толкова внимателен с теб!

- Нито стотинка! - пресече я възмутена, а тя - неговявала, се усмихна накриво.

Зверски я заболя, защото точно от нея не бе очаквала подобна реакция. Бяха имали такива хубави разговори за изкуството, бяха си помагали взаимно, загубили почти едновременно съпрузите си. А беше и лекар, не само приятелка. Заболя я, че очеркна живота й, стореното

ствено от истинските неща в живота си. И нямаше време за губене!

Безвремието внезапно приключи. Колко трая този път? Само няколко дни. Помоли сина си да я отведе направо в ателието й, изглеждаше така, все едно го е напуснала вчера. Помоли дъщеря си да й застели дивана за спане, тя я погледна учудено и запита:

- Няма ли да се прибереш къщи? Приготвила съм ти любимото ядене, сега трябва да се храниш повече.

- По-късно - усмихна й се Ваня. - Къщовница си ми ти! Благодаря ти.

Не се прибра тази вечер. Смени платното с недокоснато. Погледна през прозореца, есента идваше незабелязвана, на пръсти, но вече листата бяха поръбени със златно. Във въздуха се прокрадваше хлад на тла-

ли го нарисуваше? Бих искала да пробвам и аз.

- Че пробвай! - засмя се тя. - Докато не опиташ, не знаеш можеш или не можеш! И не само в рисуването, във всичко е така. В какво би искала да се...

- Вече се пробвах в писането, едва набрах кураж. Бих те помолила, ако имаш време, ама ти все нямаш, да му хвърлиш едно око...

Права беше, все тичаше нанякъде, но сега... разполагаше с цялото си време за нея! Дай го, каза й, тъкмо сетивата са ми изострени и приседна на дивана с протегната към дъщеря си ръка, а тя измъкна от чантата си няколко сгънати листа и й ги подаде, после застана с гръб и с очи, забодени в картината. Настъпи гробна тишина, дори не долиташе песента на щурците, смълчали се и те. Не усетиха и вятърът, който се вмъкна през отвореното крило на прозореца, нито нахлулата светлина от уличните лампи. Ваня, прочела текста, се бе разплакала. Мина час в мълчание, а после чула изхлипването на майка си, дъщерята се обърна и се стуши в прегръдката й. Ваня загали косите й, бавно, нежно, с огромната обич, стаена в сърцето й.

- Разплака ме, толкова е въздействащо! Ти можеш, можеш! Но пътят на твореца е обиспан с гръни. Розите идват накрая! И няма да се откажеш от професията си, нали?

- Зная - каза тихо дъщеря й и преглътна. - Нали съм видяла колко бавно и трудно идва признанието - и се стуши съвсем в прегръдката й като в утроба. - И няма да се откажа от психиатрията, тя ми дава толкова много, различни съдби, различни човешки истории. Но искам да бъда и твоето продължение.

- Но ти си! И брат ти също. Вие двамата сте нашето продължение. И моето, и на баща ти, дори когато и мен ме няма, вие двамата сте нашето продължение. Та вие вече сте избрали своите пътеки... Важното е да се запазват чисти и почтени, каквото и да ви се случва... Каквото и да ви се случва! - повтори и се усмихна през сълзи.

Дъщеря й само кимна леко. В обгърналия ги мрак Ваня само го усети. Нямаше нужда от повече думи, бяха си казали най-важното. И тя я залюля в прегръдката си все едно бе още дете, което се нуждае от доверието й, от обичта й, от утехата й. И си обеща да бъде винаги до двете си деца, каквото и да се случва. Каквото и да се случва! Щеше да превъзмогне всичко, щом имаше тяхната обич, тяхната всеотдайност, сигурността си в тях и щеше да продължи да бъде тази, която беше и която винаги е била.

да поднася легенчетата за повръщане, ако те са заети, да бъде полезна на всеки, да каже добра обнадяваща дума. Копнееше да я изпишат, за да се върне в ателието си, да нарисува най-красивите си картини с най-ярките, най-топли багри. За да стопли света, да отдалечи омразата, заше, да го изтъкне и сама... Забрави, каза си! Забрави! Как се забравя? Щеше да й липсва ужасно. Разговорите им, вечерите им... Може би наистина е дошло време разделно! Когато ще преброиш истинските си приятели. Кой наистина те е обичал и кой само се е опитвал да ти доказва, че те обича.

Колкото и да бе странно, изведнъж се почувства посилна. Имаше нужда един-

от нея, децата й. Кой й даваше право да говори така? Никога не бе го правила досега, но и Ваня никога не бе боледувала сериозно. Някой и друг грип, някоя и друга настинка. Може би искаше да й покаже колко е зависима от нея? Не беше... А иначе се славеше като добър лекар, никога не пропускаше да го изтъкне и сама... Забрави, каза си! Забрави! Как се забравя? Щеше да й липсва ужасно. Разговорите им, вечерите им... Може би наистина е дошло време разделно! Когато ще преброиш истинските си приятели. Кой наистина те е обичал и кой само се е опитвал да ти доказва, че те обича.

Колкото и да бе странно, изведнъж се почувства посилна. Имаше нужда един-

съци. Потръпна. Усещаше се здрава, готова да започне. Разбърка боите, зелено, златно, синьо, през листата прозираше небето, все още лятно без нито едно облаче. Увлече се, потъна в него, кръговратът в природата я покори. Не беше ли така и в живота? Картината се раждаше под пръстите й, стиснали четката. Още миг, още два и щеше да я завърши. Нейната гледка през прозореца! Постоянна и променлива. Днес една, утре друга... А вече мръкваше, когато се позвъни. Дъщеря й носеше любимото й ядене!

- Не трябваше - и я целуна по страната. - Обичам те!

Толкова рядко й го бе казвала през годините! Толкова рядко я бе целувала по бузката. Особено след като поотрасна. А тя навярно се е нуждаела от повече ласки, от повече окуражителни думи, от повече внимание. Защо едва сега го осъзнаваше? Предусещаше ли близката раздяла? Или подсъзнателно се опитваше да навакса пропуснатото? Погледна момичето си с други очи, тя се бе заплеснала по нарисуваното, което искреше под светлината на голата крушка.

- Много си талантива, мамо! - сълзи блестяха в очите й. - Всичко това... сега

Sunny Day Care
Детска градина с целодневна грижа за вашето дете

Тел. 0208 5030 457
Моб. 0778 8766 457
yanachildcare@hotmail.co.uk

Регистрирана в Ofsted
Квалифицирани учители
Здравословна храна
Безплатно ранно образование за 2 и 3 годишните

Удобна локация в района на Stratford E15
Достъпни цени

ОТ ПОНЕДЕЛНИК ДО ПЕТЪК 07.00 до 18.00 часа

Пекарна "Наслада"
Собствено производство
Закуски, хляб, погачи
Готвени храни
Заявки за печено месо

07841029577
60 Main Avenue, Enfield EN1 1DN
www.bakerynaslada.co.uk



Всяка вечер „Тригълникът на властта“ в българската столица е огласян от многохилядни скандирания „Оставка!“



Младите хора в България искат по-добър живот и шанс да останат в родината си.

Многохилядни антиправителствени протести в България

БГ БЕН

Горещо е лятото в България. И не заради високите температури, а заради обществената енергия, която се обедини и каза „НЕ!“ на статуквото.

Скандирания „Оставка“ и „Мафията, вълн!“ огласяват „Тригълника на властта“ в българската столица повече от две седмици. Протести се провеждат и в големите градове на страната. Подкрепиха ги и българите в чужбина, включително и тези от Лондон. Протестиращите настояват за оставката на правителството и на главния прокурор Иван Гешев.

Разнородни са групите, които се включват в протестите. От привърженици на президента Румен Радев, до млади хора, които са се завърнали от чужбина и искат по-добро бъдеще за родината си. Обединяващо обаче е искането им управляващите да си ходят, и то по най-бързия начин. Засега обаче изглежда, че правителството по-скоро няма да се поддаде на скандиранията на тълпата.

Управляващите търсят друг изход от политическата криза в България

Кабинетът на премиера Бойко Борисов оцеля и при петия вот на недоверие, поискан от БСП. Той беше отхвърлен със 124 гласа „против“. Веднага след гласуването депутатите от столетницата излязоха от пленарната зала на Народното събрание.

Депутатът от ГЕРБ Мануил Манев заяви, че този вот на недоверие е изграден на „лъжа, глупост и омраза“.

„Вие с вашия вот на недоверие излъгахте младите

хора, които ходят по улиците на България. Излъгахте ги, че го правите заради тях! Нищо подобно, правите го заради вашата неосъществена лидерка. Глупаво е, колеги, да искате да разрушите една държава, всичките институции на тази държава“, каза Манев.

Допълни го неговият колега Спас Гърневски, който обяви, че с гласуването в залата е предотвратен опит за метеж на България.

На този фон излизат намеренията на управляващите да търсят диалог с протестиращите. „Когато колата се обърне, пътища много“, гласи стара поговорка. Дали обаче има изход от политическата криза в България? Отговорът изглежда по-скоро отрицателен. Засега е ясно, че управляващите се опитват да тушират недоволството с козметични промени в състава на правителството. Четирима министри се разделят с постовите си. Мястото на вътрешния министър Младен Маринов ще заеме Христо Терзийски, който в момента ръководи Главна дирекция „Национална

полиция“. Икономически министър става Лъчезар Борисов, като той наследява досегашния Емил Караников. Здравният министър Кирил Ананиев отива на мястото на финансовия Владислав Горанов. Новият министър на туризма ще бъде Марияна Николова, досегашен вицепремиер.

Тон за ескалация на протестите и призови за гражданско неподчинение

Част от протестиращите около така нареченото „Отровно трио“ продължават опитите за блокада на Народното събрание. Възбуната от неформалните организатори на протестите дойде и призивът за радикализация на протестната вълна.

„Радикализираме протестите, защото, ако ние не прецим ефективно, те няма да направят нищо. Това го правихме 2013 година – 18 месеца разходки, викове пред празни сгради, смисъл няма в цялото това нещо. Докато протестите не пречат на властта, няма да се случат

нещата. Именно това е причината да ескалираме протестите“, обясни адвокат Николай Хаджигенов от така нареченото „Отровно трио“ по повод решението за блокада на Парламента.

Призивите са и за блокада не само на Народното събрание, но също така на основни държавни институции, кръстовища в големите градове и общински администрации.

Ще родят ли антиправителствените протести нова формация и алтернатива?

Българите в Англия излязоха на протест пред Българското посолство в Лондон, като така те подкрепиха своите сънародници в България, които скандират „Оставка!“.

„Нашите сънародници и семейства у дома са по улиците, за да си върнат държавата и да получат справедливост“, обясниха българите, които бяха дошли пред Посолството. Те са категорични, че трябва да има оставка, а също и нови избори и възможност за електронно гласуване за всички българи зад граница. Пред Посолството протестиращите изпяха българския химн, както това се случва в София и областните градове на България всяка вечер.

Пред протестиращите излезе българският посланик Марин Райков. Участниците в протеста заявиха пред него, че искат въвеждане на дистанционно и електронно гласуване.



Николай Хаджигенов смята, че е логично протестиращите да излъчат нова политическа формация.

„Хората от много отдавна не се интересуват от съществуващите партии и искат някаква алтернатива. За мен лично е логично да бъде създадена въпросната алтернатива, която всички търсят, но не разпознават в съществуващите правни субекти, заяви Хаджигенов.

Той обаче е категоричен, че „Отровното трио“ няма никакви политически амбиции.

Засега реални индикации, че това ще се случи, няма. Надеждата обаче остава и тя отново е концентрирана върху един български блян, а именно по-добър живот в родината. Нещо, което българите искат повече от 30 години. Но до момента остават само мечтите...

Защо ли?



„В Англия всичко е наопаки...“

БГ БЕН

Това констатира с чувство за хумор Джордж Майкс, прославил се като един от най-големите английски хумористи редом с Джером К. Джером и П. Г. Удхаус. В книгата си „Как да бъдеш чужденец“ той отбелязва 14 разлики между континенталните и английските нрави, които, надяваме се, ще ви накарат да се усмихнете.

На континента в неделя дори най-големият бедняк си облича новите дрехи, прави опит да изглежда почтен, а животът става весел и безгрижен. В Англия дори най-богатият благородник или производител на леки автомобили навлича някакви твърде неугледни дрипи, спира да се бръсне, а животът става скучен и тягостен.

На континента има една тема, която трябва да се отбягва с цената на всичко

– времето. В Англия, ако не повторите фразата „Хубаво време, нали?“ поне двеста пъти (на ден, разбира се), ще ви сметнат за досаден събеседник.

На континента неделните вестници излизат в понеделник. В Англия, страна на екзотични своенравия, те излизат в неделя...

На континента хората използват вилцата като лопатка. В Англия я обръщат наопаки – зъбците да сочат надолу, и бутат всичко, включително граха, отгоре ѝ.

На континента, когато автобусът приближава спирка по желание, кондукторът натиска звънеца, ако няма да спира. В Англия ти натискаш звънеца, ако искаш автобусът да спре.

На континента уличните котки ги преценяват всяка за себе си, според нейните



заслуги – някои обичаме, други уважаваме. В Англия те са предмет на безразборно обожание, като в Древен Египет.

На континента хората

имат добра храна. В Англия имат добри обноси при хранене.

На континента ораторите се опитват да говорят гладко и красноречиво. В Англия те

минават специален курс по оксфордско заекване.

На континента учените люде умират да цитират Аристотел, Хораций, Монтен и не пропускат да се изфукат с познанията си. В Англия само неуките демонстрират знания и никой не цитира гръцки и латински автори по време на разговор – освен ако изобщо не ги е чел.

На континента почти всеки народ, голям или малък, рано или късно открито заявява своето превъзходство над всички останали. Англичаните водят героични войни срещу тези опасни схващания, без дума да обелят коя е всъщност най-най-върховната нация на света.

Континенталците са чувствителни и докажливи. Англичаните приемат всичко с изтънчено чув-

ство за хумор – обиждат се единствено ако им каже, че нямат чувство за хумор.

На континента населението се състои от малък процент престъпници, малък процент честни граждани и мнозинство, което е смътен преход от едната категория към другата. В Англия ще откриете само малък процент престъпници, останалите са все честни и почтени.

От друга страна обаче, на континента хората или ще ви излъжат, или ще кажат истината. В Англия почти никога не лъжат, но и през ум няма да им мине да кажат истината.

Голяма част от континенталното население гледа на живота като на игра. Англичаните гледат на крикета като на игра.

Източник:
www.highviewart.com

Сладоледът не е просто сладко лакомство, а пълноценна храна

БГ БЕН

Щом лятото се настани по географските ни ширини и слънцето докара температури от над 30 градуса, търговците на сладолед стават едни от най-добрите приятели на всички, зажаждали за мъничко прохлада.

Шоколадов, ванилов или плодов, във вид на замразен йогурт или ледено сорбе – всеки има собствено предпочитание и любим вкус, на които трудно би могъл да устои. И докато се разхлаждаме с леденото изкушение, можем да научим още малко известни, но много интересни факти за сладоледа.

Сладоледът в древността

Китайските управници създавали огромни ями за съхранение на лед, като се смята, че били особено пристрастени към ароматизирания. В Европа римските императори разполагали с бързи бегачи, които им носели сняг и лед от Апенините. Те смесвали леда с плодове, мед или розова вода, което не се различава много от някои видове съвременен сладолед.

Вафлените фунийки

В Музея за съвременно изкуство в Ню Йорк има колекция от фунийки за

сладолед от Итало Марчиони от 1896 г. През 1902 г. в Манчестър (Англия) Антонио Валвона получил първия известен патент за машина, която може да произвежда вафлени фунийки за сладолед.

Градът на сладоледа

Първият град, в който започнали да произвеждат и продават сладолед, бил Париж. През 1676 г. 250 парижки сладкари създали корпорация за производство на сладолед, но официалната рецепта за приготвянето му все още била държавна тайна. През 1686 г. италианецът Франческо Прокопио открил в Париж първото кафе-сладолед

„Прокоп“, където се отбиждали Волтер, Анатол Франс, Дидро, Бомарше, Балзак, Верлен, Русо, Наполеон и Бенджамин Франклин.

Първата машина за сладолед

Нанси Джонсън изобретила машината за правене на сладолед през далечната 1843 г. Тя била управлявана ръчно с манивела, която задвижвала производството на сладоледа.

Първата сладоледена готварска книга

Първата готварска книга с рецепти за сладолед била издадена през 18 век. Един екземпляр от книгата е запазен и до днес и в него могат да се намерят много интересни рецепти като: сладолед с каймак отгоре, а вътре с добавена канела, ванилия и вишнев ликьор; сладолед с лимон, горчив портокал, ягоди и малини. Всъщност книгата си е сериозен научен труд и в нея има теологически и философски обяснения за явленияето замръзване на водата.

Първата ледена близалка

Първата ледена близалка е патентована в САЩ през 1923 г. Тя е изобретена от производителя на лимонада Франк Еперсън, който твърди, че открил идеята



За да се възползваме напълно от сладоледа, е важно да внимаваме с количеството, да избираме десертът да е с натурални съставки или да го приготвяме сами.

съвсем случайно още през 1905 г., оставяйки лъжица в чаша с лимонада. През нощта лимонадата замръзнала и така се появила първата ледена близалка. На 9 октомври 1923 г. приятелят на Еперсън – Хари Буст, регистрира патент за ванилов сладолед на клечка с покритие от шоколад – днешното „Ескимо“.

Бумът на сладоледа

Пухкавият и мек сладолед бележи своя бум през 70-те и 80-те години на миналия век. Този вид сладолед първоначално имал проблеми с хигиената при създаването си, тъй като много хора се разболявали, след като го консумирали. Причината за това била, че една от съставките му била сурови яйца. Днес пухкавият и мек сладолед не се прави със сурови яйца, а се използва пастьоризиран заместител на прах вместо тях.

Първият замразен сладолед

Бившият министър-

председател на Великобритания Маргарет Тачър е била част от екип разработчици, които изобретили нов метод за съхранение на сладолед, като развили и идеята за първия замразен сладолед.

Сладоледени рекорди

В скандинавските страни Финландия, Швеция и Норвегия пресмятат, че консумацията на сладолед годишно е над 12 литра на глава от населението. За сравнение в Италия, родното място на най-добрия съвременен сладолед, годишното потребление на човек е около 5,5 литра.

Денят на сладоледа

В САЩ има специален ден (23 юли), на който всяка година се отбелязва Денят на ваниловия сладолед – National Vanilla Ice Day.

Източници:
<https://www.manager.bg>
<https://www.actualno.com/>

ПРИСЪСТВЕНО И ДИСТАНЦИОННО ОБУЧЕНИЕ



**БЪЛГАРСКО
УЧИЛИЩЕ
„МОЯТА АЗБУКА“
УРОЦИ С УСМИВКА**

ЗА ДЕЦА ОТ 4 ДО 15 ГОДИНИ
ОТ ДГ ДО 7 КЛАС

СРЯДА, ЧЕТВЪРТЪК, ПЕТЪК, СЪБОТА
ЗАПАДЕН, ЮГОЗАПАДЕН И ЮГОИЗТОЧЕН ЛОНДОН

WWW.MOJATA-AZBUKA.CO.UK | ТЕЛ: 077 4680 2164

CHISWICK
WHITTON
BEXLEY
MITCHAM





СУПЕРМАРКЕТ

21 HIGH STREET, LONDON E17 7AD

25 GREEN LANES, LONDON N13 4TN



**ПРИ НАС ЩЕ ОТКРИЕТЕ ПОДБРАНИ СЕЛЕКЦИИ НА МЛЕЧНИ ПРОДУКТИ,
ПРОИЗВЕДЕНИ ОТ 100% БЪЛГАРСКО ФЕРМЕРСКО МЛЯКО !**

МЛЕЧНА САЛАТА



САЛАТА БОБ



СЕЛЕКЦИЯ САЛАТИ ВЕСЕЛИНА



ЛОЗОВИ СЪРМИ



СВИНСКА МАС



БАКЛАВА "АМБЕЛИНО"



ОШАВ



ПРЯСНА МАЯ



СУШЕНИ ЧУШКИ



ЛУКАНКА "ПОПОВ"



КАЧЕСТВЕНИ МЕЗЕТА С ИСТИНСКИ ДОМАШЕН ВКУС !

КЪРВАВИЦА



СВИНСКИ ВРАТ



БАХУР



БАБЕК ТРАКИЕЦ



ФИЛЕ ЕЛЕНА „КФМ“



ФИЛЕ ЕЛЕНА



БАНИЦА ФАМИЛИЯ
С ТИКВА



ПШЕНИЧНО БРАШНО



РУЛЦА СЪС СИРЕНЕ
И СПАНАК



СЕЛЕКЦИЯ ОТ
ТОЧЕНИ КОРИ



СЕЛЕКЦИЯ ОТ РАКИИ

ЦАРСКА ТУРШИЯ

КИСЕЛО ЗЕЛЕ

ЗЕЛЕВИ ЛИСТА

БЯЛ БОБ

ЛОЗОВИ ЛИСТА

ЛОЗОВИ СЪРМИ С ОРИЗ



Лятна среща с любимите детски филми „от едно време“

БГ БЕН

Днешното поколение тийнейджъри и млади хора израснаха с филмите за Алиса в страната на чудесата, Пипи Дългото чорапче, Цар Лъв и Шрек, но дали изобщо са чували или гледали някои от класическите български филми. Те не са по-малко интересни и забавни от т.нар. европейско кино. В дългите летни дни можем да си припомним заглавията на някои от най-добрите детски филми, създадени у нас през миналия век.

„Рицар без броня“ (1966)



„Рицар без броня“ е български игрален филм на режисьора Борислав Шаралиев, по сценарий на Валери Петров. Филмът разказва за момченцето (Ваньо), което мечтае да се бори с неправдата в света на големите, вярва в доброто и истинското приятелство. Ваньо играе сред блоковете с дървени мечове и картонена рицарска броня. Но животът му не е само в детските игри. Той наблюдава възрастните, някои ги усеща, други обаче изобщо не може да разбере. Лентата е една от любимите ни истории от златното българско кино, а посланието ѝ е актуално и днес.

„Войната на таралежите“ (1978)



Това е може би най-обичаният детски български игрален филм. Филмът е от 5 серии, снимани през 1978-1979 година. Историята разказва за живота, борбите и мечтите на една детска група от времето на късния социализъм, когато ключовете висяха на врата, заплашваха децата, че няма да влязат в комсомола, и всички порастаха на паркингите пред блока.

Незабравим филм с участието на известните актьори Вълчо Камарашев, Димитър Ганев, Морис Асса, Борил Петров, Павел Попандов, Грета Ганчева, Цветана Манева и много други. Режисьор на филма е Иванка Гръбчева, сценаристи - Братя Мормарев и Миряна Башева.

„Йо-хо-хо“ (1981)

Двама пациенти с травма откриват най-доброто лекарство за времето и болката. В отделението по травматология в една болница започва приятелството между Актьора - млад мъж със счупен гръбначен стълб, и Леонид - десетгодишно момче със счупена ръка... За да забавлява детето, а и да спаси себе си от самотата и отчаянието, парализираният актьор измисля приказни истории с приключения, в които герои са другите болни.

„Куче в чекмедже“ (1982)



Малкият Митко-Миташки по цял ден стои сам вкъщи. Родителите му са разведени. Той живее при майка си, а тя е на работа. Остава само телевизията, която излъчва емисии за гибелните последици от ядрената война, за маневри с бойни самолети и танкове.

Между две такива предавания едно дете, заспало на пода, сънува своята единствена мечта – рошаво куче. И това е всичко, което иска. Заедно с двама приятели си купуват Рошко - за 2.88 лв. и шест трамвайни билета. И понеже е общо притежание, кучето поред квартирува във всяко едно от децата. Оттук нататък започват и белите, и бедите за Рошко, Митко, Андро и Стефан. Оказва се, че „...в сивите студени сгради няма място, дори само едно чекмедже за една детска мечта... за Рошко“.

„Рицарят на бялата дама“ (1982)



Това е български трисериен телевизионен игрален филм на режисьора Петър Каишев. Сценарият е написан от Хаим Оливер по едноименния му роман.

В училищен интернат два отбора - шахматисти и борци, се готвят за турнир и водят скрита война помежду си. Докато един неприятен инцидент накрая ги обединява, за да се превърнат в неразделни рицари на доброто.

„С деца на море“ (1972)

Филмът „С деца на море“ е сред най-успешните комедии от началото на 70-те години. Излиза на екран през 1972 година. Режисьор на лентата е Димитър Петров, а сценарият е на Братя Мормарев. Музиката във филма е композирана от Петър Ступел. Песента „Фотоапаратът“ е в изпълнение на група „Щурците“.

Филмът се състои от две новели. Едната - свързана с историята на един делфин, а другата - на един фотоапарат, който накрая се оказва без лента.

Сюжетът на филма разказва за почивката на море на група деца, които, без да искат, нарушават планове на съседа на едното от тях. Чичо Манчо, в ролята Георги Парцалев, е уж в командировка. Дошъл е на море с млада любовница. Щастливо пристигнал в Несебър, за „добре дошъл“ го посреща светкавицата на фотоапарата на малкия Пипси.

Почивката на чичо Манчо с младата красавица е напълно провалена. Единственото, от което се вълнува, е да вземе фотоапарата и да унищожи компрометиращата снимка, за да не го разкрие жена му - леля Сийка, че вместо на командировка е дошъл на море с любовница. Той се скрива от младата жена и се впуска в досадно за него приключение с децата.

„Тринайстата годеница на принца“ (1986)

Царската стража открадва невестата на едно добро момче от народа, за да я оженият насилно за глупавия царски син. Но красивата Елена успява да избяга и да се върне при своя любим Боян. В това време се приземява летяща чиния с трима обитатели от далечна планета. Те стават свидетели на една история, в която амбициозни царе, техните разглезени и капризни деца, и лакеите-царедворци си съперничат за властта, използвайки интриги и лъжи.

„Патилата на Спас и Нели“ (1987)

Какво правят кучето Спас и котката Нели, останали сами вкъщи, можете да видите сами, както и до какви последици води това. Филмът е по сценарий на Христо Илиев, музиката на Стефан Димитров, стиховете са на Миряна Башева. Песничката „Дано, дано, до всяко едно същество застане поне още едно“ е именно от този филм.

„Лили рибката“ (2017)

Филмът е приказка за необикновено дете, което претърпява чудна трансформация всеки път, щом някой го погледне право в очите. Полагайки усилия да му помогнат, родителите на детето го отвеждат в малко село в околностите, където детето среща връстничката си Лили – внучка на говорещ Японски шаран и дъщеря на цигани-магьосници.

Приятно гледане!

Източници: <https://sofia.plays.bg>, <https://uspelite.bg>

BG ZAKUSKA

Любими български закуски
и баници

Боза, айран и много други

Работим и по заявка
на клиента

10 Forest Road

E17 6JJ tel. 020 850 908 57

7 Wordsworth Parade

N8 0SJ tel. 020 888 134 90

166 The Grove

E15 1NS tel. 074 46 054 880

177 Tooting High Str.

SW17 0SZ tel. 020 876 757 60

46 Longbridge Road

IG11 8RT tel. 078 86 185 106



Приемаме поръчки за вити баници, погачи и питки

Стратега от Мирояне - една легенда на 75!

БГ БЕН

Във футбола, особено на темпераментните Балкани, не са много личностите, които будят почти повсеместна симпатия независимо от клубната принадлежност. За България един от тези хора е Димитър Пенев, който този месец (12 юли) навърши 75 години. Колкото и да се пише за успехите му и неповторимите му коментари в различни спортни и житейски ситуации, все ще е малко. Фигури като Пената се срещат вече твърде рядко и е въпрос на уважение всяка тяхна поява в публичното пространство.

Началото

За футбола Пенев е открит от големия Тодор Конов-Бакиш, бивш вратар на столичния „Шипка“. Именно той убеждава Пенев да започне в „Локомотив“ (Сф). Там е брат му Младен. Дватамата по три пъти седмично изминават около 12 км от родното Мирояне за тренировки с „железничарите“. През 1964 г. на 19-годишна възраст Димитър вече е основна фигура в отбраната на „Локо“ (Сф), който става шампион на България. Талантът му не остава незабелязан и лично тогавашният министър в МВР Ангел Солаков се заема с мисията да привлече Пената в „Левски“. Опитите му обаче удрят „на камък“. В ЦСКА също не стоят с ръце в джобовите.

Още същата година, завръщайки се след мач във Варна, младият защитник заварва вкъщи прочутия футболист, а сетне и треньор на „армейците“ Манол Манолов-Симолията. Бащата Душко и този път не ще и дума да чуе синът му да смени „Локомотив“ с друг столичен тим. Симолията няма намерение да се отказва и в крайна сметка родителите подписали молбата синът им да бъде зачислен при „червените“ и да си изкара казармата. Така в един августовски следобед Манолов пристига с военна джипка в Мирояне, за да вземе новото попълнение. По същото време Пенев е с приятели в столичното заведение „Попското“, намиращо се на тогавашния столичен площад „Ленин“.

И Симолията го открил там. „Хайде, Пена, ставай да вървим. В отбора всички те чакат...“, не губил време Манолов. „Помолих Манолов само да отскоча до село, за да си взема прибори за бърснене и дрехи, че вре-

мето в Боровец не е като в София. И с джипката, с която треньорът на ЦСКА от сутринта ме търси, отидохме отново в Мирояне. Поуспокоих родителите си, грабнах сака с малко багаж и тръгнахме по обратния път.

Шофьорът, младо войничко, натискаше педала на газта, сякаш знаеше негласната заповед час по-скоро да ме закара на почивната станция в Боровец, където ЦСКА беше на подготовка, пише в автобиографията си Димитър Пенев. Както обикновено става в живота, загубата за едни е печалба за други. „Локомотив“ (Сф) ще вдигне следващата си шампионска титла чак през 1978 г. Година по-рано Пенев вече е окачил бутонките и с негова помощ ЦСКА е спечелил 7 пъти трофея.

Славните години на „златното поколение“ футболисти

Талантливият футболист разнася славата на „червените“ и след като се впуска в треньорското поприще – първо като помощник, а след това и старши треньор. Титлите през 1987, 1989 и 1990 г. и блестящите мачове в евроторнирите остават паметни не само за клуба, но и за българския футбол. Още повече че именно в тези години Димитър Пенев без страх наложи бъдещите звезди от т.нар. „златно поколение“ Христо Стоичков, Емил Костадинов и Любослав Пенев. По-нататък в кариерата си спечелилият си прякора Стратега специалист ще даде път и на други таланти, които успяха да се реализират и в чужбина.



Когато става дума за успехите на Стратега от Мирояне неминуемо всички пътища водят към горещото американско лято на 1994 г. Историята за това как България, считана за аутсайдер, особено след кошмарното 0:3 от Нигерия на старта на

турнира, завоюва бронзовите медали е до болка позната. На заден план остава тънкия психологически усет на Пената да вдигне отбора след ужасното начало и да го изведе до най-доброто ни футболно постижение.

Представителите на останалите отбори и медии на световното гледат с учудване как Христо Стоичков и компания се веселят в басейна, без да знаят, че българският треньор си е направил добре сметката. Липсата на напрежение се оказва отличен ход, което се вижда и в представянето на тима до края. След детронирането на действащия световен шампион Германия стилът на Пеневата чета ще бъде оценен с енигматичното „добре организиран хаос“.

Стратега класира България и на европейското първенство по футбол през 1996 г., но там малко не стига на отбора да излезе от групите. Представянето тогава е оценено като слабо от футболния ни съюз и големият треньор е освободен от поста. През 2007 г. Димитър Пенев е извикан на пожар за квалификациите за европейско първенство, но каузата е загубена още преди това. Все в историята остава незабравимият коментар след равенството с Албания (1:1). „Закъснях да направя промените. Видя се влизането на тези двамата и третия – Йовов, тогава стана по-бърза играта. Трябва да благодаря на Жоро - вратаря, който спаси дузпа и още 1-2 гола“.

Привържениците на кожената топка знаят, че футболът не е бил чужд и на

магична игра, заради която хората отиваха на стадионите, каза министърът на отбраната Красимир Каракачанов, подарявайки на юбилея грамота и карбина 7,62 мм.

По повод празника на Димитър Пенев се разровихме из архивите, откъдето избрахме някои от най-забавните коментари на футболната ни легенда.

„Митал, Питал, това е - няма пари! Какъв началник ни е тоя, като никакъв не се е вясвал. Аз, ей сега, ако го срещна на улицата, няма да го позная. Помня само, че беше едно мургаво и ниско, друго не помня...“ (За някогашния т. нар. собственик на ЦСКА Прамод Митал)

„Испанците от „Атлетико“ са опасни! Особено онова, къдравото, Киков (б. р. Кико). Имат и бразилче - Жмуньо (б. р. Жуниньо), който направо скрива топката. Загуй, получим ли записите, ще ги разузнаем подробно. Лулчев, не ми се прозявай, щото оня дингил - къдравото, ти ще го пазиш. Да видим ставаш ли за юнак и за златна ябълка, или змеят ще те изяде. (Преди сблъсъка на ЦСКА с „Атлетико“ Мадрид за Купата на УЕФА, 1998 г.)

„- Кременлиев, ти ще пазиш номер 11, Златков (б. р. всъщност Златко Янков), ти ще си с Кантона. - Ама те са един и същ човек! - Тогава двамата ще се разберете никак си...“

Стоичков и останалите избухват в смях, а Ицо изкрещява: „Пена, Кантона играе с № 11, значи говориш за един и същ футболист!“ Вместо да се смути, Димитър Пенев си повдига леко очилата и „застрелва“ с поглед Ицо: „Не ми кудкудякай, щото ти няма да решиш мача. Я Любчето (б. р. - Любослав Пенев), я Емил (б. р. - Костадинов) ще го реши!“ Както и става... След историческата ни победа с 2:1 освен с типичния си шопски хумор Пената вече е известен и с оракулските си способности. (Разбор в съблекалнята преди великия мач с Франция на „Парк де Пренс“, 1993 г. Именно Кантона откри резултата, но после всички знаем какво стана.)

„Не трябва да се хващаме за секса първо. Минаха 15 години. Нека нашите при-



върженици да знаят, че в САЩ футболистите бяха с жените си. Това бяха жени, а не гаджета. Не е важно, че е имало басейн. И през 1970 г. в Мексико бяхме в басейна, но завършихме на 16-о място от 16 отбора.“ (Относно охолния начин на живот на националите по време на световното в САЩ.)

„Знам ги много добре. Там са Марадоната и Каниджа. Те са европейски шампиони на Южна Америка.“ (Така е разужнал съперника „Аржентина“ преди срещата ни с тях в САЩ.)

„Не са нищо особено. Имат само двама нападатели, близнаци. Единият е на 26 години, другият на 27. С тях трябва да се внимава. (Представя на отбора на ЦСКА бъдещия съперник „Динамо“ Минск.)

„Аз треньор отново? Не виждам какво лошо! Йохан Кройф почина, а после станал треньор на Каталуня. (За постоянните си завръщания начело на ЦСКА и националния отбор.)

„Момчета, днес ще играем по системата 4-4-3.“ (След като му е направена забележка, че така играчите стават 12, Пената отвърща: „Абе сега ще играем, или ще броим?“)

„За съжаление минералната вода калцира мозъците на футболистите и не е ни-

как лесно да работиш с тях.“

„Познавам австрийците, много добър отбор. Бил съм и на стадиона им - „Кра-тера“ (бел. ред. всъщност „Пратера“ е обществен парк, в който се намира стадион „Ернст Хапел“). Около него има много люлки.“ (Пената за Австрия)

„Задръстването е голямо, отбий в лоялното.“ (Пената напътства шофьор на автобус.)

„Дали войната още не е изстинала, дали влиза студен северен вятър в тази южна държава - и аз не знам. Учудващо е в края на февруари тук да бъде 5 градуса, че и нагоре.“ (Пената за Арабската пролет.)

„Казах на момчетата да играят бавно, но бързо. Тоест да си подават с къси пасове в центъра, но ако наш нападател се откъсне напред, да го търсят с дълъг пас.“

„Средните хора на швеците са много добри.“

„Този футболист тича и се смее. И защо се смее? Защото е толкова нисък, че тревата го гъделичка по мадурите.“ (Коментар за бившия играч на „Нафтекс“ Момчил Желев.)

„Знам го този хотел, тук правих комоция на книгата ми.“

Източници:
<https://topsport.bg>,
<https://corner.dir.bg>

Магазин София

При нас можете да намерите едни от най-качествените марки храни на пазара

Заповядайте на обяд с традиционни български ястия супа + основно общо £5.00

Wimbledon - 62 Quicks Road, SW19 1EX
Surbiton - 245 Ewell Road, KT6 7AA

Работно време: от 09.00 до 21.00 (понеделник - неделя)

Как да разпознаваме книгите с... Е-та

БГ БЕН

Литературата – и тя е част от пазара, също като лютеницата и хляба. Едно-то е физическата ни храна, другото – духовна. Насищат ни по различен начин, но и за двете важи правилото, че сме в епохата на джънк фууда. С други думи, на боклучавата храна.

И все пак, влизайки в супермаркета, е малко полесно. Има цяла Агенция за безопасността на храните, която се грижи да няма скрито-покрито по етикетите на различните продукти. А в съдържанието на книгите трудно ще открием Е-та. Но ги има!

На какво да обърнем внимание, за да ги съзрем по-лесно и да си тръгнем от книжарницата само с най-доброто? С това, което истински ще може да ни нахрани духовно.

Едно от най-опасните Е-та

в книгите са гръмките обещания по корицата. Обикновено са съпътствани от всякакви сравнения. Общо взето – неизвестни или пък едва прощаващи автори, според кориците на изда-

нията, са „новият Стивън Кинг“, „Убиецът на Дан Браун“ или „Буковски, Ангел Каралийчев и Луиз Хей, взети заедно“. Добре е да знаете обаче едно: колкото повече сравнения има по гръбчето на една книга, толкова повече четивото на нищо не прилича. Най-малкото на себе си...

Пазете се от залежали книгЕта!

Нали знаете, че в големите магазини има щанд за стоки с изтичащ срок на употреба. Книгите обаче са вечни, затова в хубавите и реномирани книжарници се разделят по жанрове, по националност. И да има намаление, то е само за определен период, и то в рамките на разумното. Но ако отнякъде започне да ви се набива на очи, че предлаганите намаления са все по-начесто и все по-големи, явно нещата стоят по различен от обичайното начин. Това са книги, чийто срок на годност изтича. Хубавите, качествените са безсрочни. Днес се издава какво ли не. Решавайки да спестите, може да се окаже, че собственик на изветряла литература, която може



дори да ви развали апетита. Също както негодната храна разваля стомаха.

И книгЕтата със субсидия понякога са с вредни оцветители

Обикновено се предлагат в по-специална, арт опаковка, тоест корица. Често около тях много се шуми, после обаче се разочароване. Причината е една. Различни държави и фондове разпределят дотации с една единствена цел – да се популяризира дадена литературна традиция. Обикновено охотно се раздават помощи за отличени заглавия. За-

това и едно от хобитата на нашите издатели е да взимат правата именно за такива, отличени заглавия. Отличията обаче се дават невинно за най-доброто – това всеки от нас го знае. Така пак се оказва, че книгата е с Е-та, сиреч некачествена. Проблемът обаче идва от факта, че все повече издания на пазара са субсидирани. Може и да попаднете на нещо прекарно, но може и да се разочаровате! Винаги имайте едно наум!

Подобрителите при книгите са няколко вида

Тук най-добре е да развите собствен нюх към книгите – по подобие на усета, който имате към храната! Една от препоръките за съзнателно пазаруване, например, е да влизате в магазина за точно определени неща. Това важи за супермаркетите, но за книжарниците е още по-вярно. Ако на витрината има залепен плакат

„2 лв. за килограм, зарежда не всяка сряда“ – едва ли ще намерим търсеното от нас. Най-добре се доверявайте на проверени канали за информация в интернет и в социалните мрежи. Посещавайте местата с качествена духовна храна – така със сигурност ще избегнете некавалитетните стоки с подобрители. Защото душата ни го заслужава, нали точно нея храним.

Източник:
www.ploshtadslaveikov.com

Иван Вазов, още съвсем млад и неизвестен, се явил с поема при своя кумир и учител Петко Славейков в Цариград. Онзи пишел нещо за вестника, затова посрещнал младежа сдържано и намръщен. Вазов го помолил плахо да прочете ръкописа му. Славейков го изгледал накриво:

- Момче, не видиш ли, че сега съм занят? Хайде, върви си, холан, по живо, по здраво... Нямам време и ищах да ти чета писанията...

Известната поетеса Дора Габе била прочута с това, че все гледала да скрие колкото може години от възрастта си. Според някои е родена през 1884, според други – през 1882.

Официално Габе е родена през 1886-а година. Тя обаче настоявала, че годината е 1888. На младини се славела като една от най-големите красавици в столицата. Веднъж, на стари години, срещнала на улицата писателя Владимир Голев.

- Чакай да ти покажа нещо!

Отворила си чантата и извадила своя ученическа снимка. Барета, къдрава коса, бяла якичка...

- Е?

- Хубаво момиче – отвърнал Голев. – Много хубаво.

- Хубаво, я! – дръпнала снимката си Дора Габе. – Кажи ми, можеше ли Яворов да устои на такава хубост?

- Ами сигурно не...

- И не устоя! – отскочила Дора Габе тържествуващо и подминала.

Покойният Ангел Тодоров беше един от писателите, за когото се разправят много лакърдии. Той се славел с неизтримото си чувство за хумор, както и като голям мераклия по трапезите. След една командировка в Москва обяснявал:

- Остави се, насмалко да загина в този град.

- Защо бе, бай Ангеле?

- Ами тия големите букви отгоре, на магазините, нали ги знаете? Неоновите...

- Е?

- Вървя си по улицата, значи, а отгоре една буква да вземе да се откъсне и право на главата ми падна! Добре че беше мягкият знак, та само с контузия се отървах...

Разсеяният професор Александър Балабанов гостувал на Елин Пелин. Застягал се да си тръгва, но в този момент рухнал проливен дъжд като из ведро. Елин Пелин му предложил да остане да пренощува у тях. Балабанов се съгласил, но после изведнъж, без да се обади, изчезнал. Минал един час и той се появил отново, мокър до кости.

- Балабане, къде се изгуби така изведнъж, бе?

- Ами прескочих до вкъщи да си взема пижамата, щото нали ще спя тука. Пък съм свикнал с нея... - промърморил професорът.

ТОП 10 НА КНИЖЕН ЦЕНТЪР „ГРИНУИЧ“ ЗА НАЙ-ТЪРСЕНИТЕ ЗАГЛАВИЯ ОТ 3 ДО 19 ЈУЛИ

1. „Новото момиче“ от Даниъл Силва – изд. „Хермес“
2. „Жажда“ от Амели Нотомб – изд. „Колибри“
3. „Времеубежище“ от Георги Господинов – изд. „Жанет 45“
4. „Шантарам“ от Грегъри Дейвид Робъртс – изд. „Оргон“
5. „Софийски разкази“ от Иван Вазов – изд. „Колибри“
6. „У майкини“ от Иво Сиромахов – изд. „Сиела“
7. „Където петят раците“ от Дилия Оуенс – изд. „Лабиринт“
8. „Морякът, комуто морето обърна гръб“ от Юкио Мишима – изд. „Апостроф“
9. „Живот в скалите“ от Мария Лалева – изд. „Книгомания“
10. „Да убиеш присмехулник“ от Харпър Ли – изд. „Бард“

Из „Оптимистична теория за нашия народ“

БГ БЕН

Иван Хаджийски - забележителен народопсихолог и основоположник на модерната социология в България, не е роден на днешната дата. Нито пък е починал на нея. Но всяка една дата от годината е добра, за да си припомним отново и отчасти неговите „оптимистични“ прозрения. Днес на прицел е парвенюто...

Парвенюто (внезапно успелият, новобогаташе) е вид личност от времето на цивилизацията (на собствеността).

Душевността на човека се определя от обществения му бит. Но съществува различие в подвижността (скоростта) на бита и душевността. В обществения живот най-напред (като

основни) се установяват стопанските отношения, след тях – политическите, и дълго време след това съответната им душевност измества старата. Човек може да направи успешен скок в общественото си положение (стопанство, власт, наука, изкуство). Съобразно с това той променя и поведението си. Но превръщането на това външно необходимо поведение в личен нрав, в плът и кръв, поради относителна самостойност на мозъка, не става със същата бързина – минава известно време в подражание, в имитиране. В тази разлика в скоростите се корени онази душевност, която ние наричаме „парвенюшка“ и която, съчетана в известно съотношение, дава на носителите си прозвището „парвеню“. Парвенюто е личност, направила успе-

шен скок в общественото си положение, но неможеща да усвои едновременно и съответния му нрав.

Парвенютата никнат (като гъби) в мътни времена, във времена на стопанска и политическа контрабанда, когато общественият живот дава възможност за бързо успяване. Новите нагли и дръзки възможности обикновено позапират хората от старото спокойно време с неговите установени похвати. Те се боят да свържат името си с открит аферизъм и нескриваеми скандали. Боят се от морални и законни отговорности.

Парвенюто се хвърля без всякакъв морален риск в борбата за своето преуспяване. То не рискува загубването на име, престиж,

минало, защото ги няма. За него не съществуват нравствени спирачки, нито съображения за престиж. Той се бои само от физическата санкция на закона, която обаче в такива времена не е много деловита.

Създавайки се обикновено при такива условия, парвенюто е оголено от всяка нравственост (аморална) личност. Колкото едни пътища за преуспяване са по-преки, по-бързи и по-лесни, толкова повече се доближават до най-откритите и безусловни видове на притравяване: стопанско и духовно (демагогията).

Създавайки се обикновено като стопански мошеник; създавайки си връзки и влияние чрез единствената притежавана от него сила – парите (чрез подкуп или

честно заплащане), парвенюто взема за мярка на човека себе си и става един от най-мнителните хора. За него всички са лъжци и мошеници. Тежко и горко да си повереник на парвеню.

Правейки такъв шеметен скок, преварвайки мнозина, парвенюто почва да обожествява себе си, да се смята за нещо изключително и да се отнася към другите като към стадо некадърници. Първата жертва на неговото презрение е собствената му жена, с която се е свързал, когато е бил нищо.

Гледайки от достигнатия връх низините, от които е почнал, парвенюто изпитва не само естественото в случая замайване. У него се получава замайване от собствените му сили и възможности. Той почва да

губи граници между възможното и невъзможното. За него да успееш значи: да желаш и да вярваш. Поради това животът често пъти превива врата на парвенюто и то се сгромолясва със същата бързина и шум, с каквито се е създало.

Събуждайки се всяка сутрин с чувство, че влиза в приказния сън на неочаквания си успех, в душата на парвенюто клокочи неудържима радост и гордост от собствената му личност. Тази радост го разпъва. Тя е буйна, защото е първична, трябва да бъде споделена,отреагирана. Тук започва отвратителното самохвалство на парвенюто. Всеки разговор се почва, повива и свършва с новата ос на земята: „Аз“, „Аз“ и „Аз“.

Иван Хаджийски

Където и да се намираме, все ще се събираме

На 27 юли почитаме Свети Пантелеймон, за да се предпазим от злини и болести

Едно от най-разпространените вярвания, свързани с този ден, е, че започва събирането на лястовиците и щъркелите на ята, за да отлетят за топлиите страни

БГ БЕН

На 27 юли Православната църква отдава почит на свети Пантелеймон, лечител и безсребърник. В мито-поетичната памет на българина светецът е известен и с други имена - *Панталей пътник, Воден Панталей, Паталей, Църна Паталей* и др. Според легендата, свети Пантелеймон е по-малкият брат на свети пророк Илия, покровител е на летните бури и поройните дъждове и оттам произтича и наименованието му Воден Панталей.

В резултат на многогодишните си наблюдения над циклите и промените в природата народът ни смята, че в деня на свети Панте-

леймон птиците започват да сформират новите си ята и се подготвят за полет към топлиите южни страни. Именно от това фолклорно съждение произтича името Панталей пътник, в което е залегнала идеята за движението, за преходността в живота, за динамиката в неговата цикличност.

Панталей пътник е покровител на всички, предприемащи пътувания, независимо от целите им - подобни характеристики в символното си съдържание притежават образите на Богородица („Одигитрия” - пътеводителка) и Христос („Аз съм Пътят и Истината, и Животът”; Йоан 14: 6) Може да се твърди, че образът на

свети Панталей е опит за християнско преосмисляне на характеристиките, приписвани на древния славянски бог Радигост (или Радигаст), който е считан както за закрилник на пътниците, така и за покровител на гостоприемството.

В етимологичен аспект наименованието „Радигаст” се свързва със старобългарското „радити” - „обгрижвам”, „грижа се”, „съобразявам се”, „безпокоя се” и „гостъ” - „гост”, „странник”, „пътник”. В древността гостилниците се възприемали като свещени места, устроени в чест на древния славянски бог, и за засвидетелстване на уважение и почит към всички странници.

„Правене на брада”, курбан и обредни хлябове - задължителни елементи от празничния ден

В някои етнорегиони на територията на нашата страна в този ден тържествено се отбелязва краят на жътвата - ритуалните действия, обслужващи празничния обряд, са насочени към маркиране на периода на преход, края на един и началото на нов селскостопански цикъл в годишния календар. Разпространен е обичаят „правене на брада”, при който последните житни класове на нивата се оставят неожънати, сплитат се на плитка, завързват се с червен конец и при тях се оставят храна и вода. В самия ритуал се преплитат елементи на имитативната магия, целящи да задействат

предпазващото и продуциращото начало. Според поверието, „брадата” гарантира плодородието и изобилието на нивата и през следващия селскостопански цикъл.

В други региони на страната „брадата” се окачва в хамбара при зърното, като целта отново е стремеж към пълнота, изобилие от зърно и благополучие в семейството.

За спечелване благоразположението на светеца в негова чест се месят обредни хлябове, прави се курбан и се организират общи празнични трапези. Жертвеното животното обикновено е бял петел и изборът му не е случаен. В митологичната памет на българина петелът е свещено животното, „емблемата” на птичия двор във всяко домакинство. В древността за изключително тежко се е смятало проклятието: „Петел да не ти пропее в къщата!”

Петелът се определя като соларен знак, по подобие на Слънцето, и той отмерва хода на времето, маркира неговата преходност. В представите на старите българи началото на новия ден започва „след първи петли”. С песента си той прогонва силите на мрака и злото. По кукуригането на петела стопаните се ориентирани за метеорологичните промени във времето, за предстоящи природни бедствия, за

идването на гости в дома и др. Белият цвят при избора на жертвеното животно съдържа в себе си посланието за божественост, невинност и чистота.

Освен на празника на свети Пантелеймон петел се принася в жертва на Петровден, Илинден, Петковден и др.

Вероятно житийната история на светеца е причината той да бъде считан за покровител на болестите. В деня на празника се провежда обредно къпане за здраве в лековитите извори, носещи името на свети Пантелеймон.

Повсеместно денят на св. Пантелеймон се приема за тежък, лош, „хаталия” и се тачи „за патило”, „за лихо” (на лошо). Бременните жени не бива да работят нищо на празника, майките също не похващат работа, за да са здрави децата им.

На този ден врачки и баячки не врачуват, защото светецът щял да ги накаже. Денят се приема за подходящ за пътуване, откъдето е и името му Панталей пътник. След неговия празник лястовици и щъркели започват да се готвят за отлитане на юг. Имен ден празнуват: Добрин, Добри, Добриня, Добромира, Панталей и Климент. На 27 юли се чества и Успение на Св. Климент Охридски.

На имениците ЧЕСТИТО!

Кога и защо старите българи са разтрогвали брака си

БГ БЕН

Встъпилите в брачен съюз добре знаят, че бракът не е лесна работа. Съжителство, присъствие, робство или владичество - въпросът е сериозен и не се отнася само до Османския период в историята ни, а и до отношенията вътре в най-малката клетка на обществото както в миналото, така и днес. Само че днес е лесно - развод се дава безпроблемно, стига развеждащите се да са достатъчно мотивирани.

Не така е било обаче във вековете от Средновековието, още повече, че този период от историята на България включва 2 етапа: езически и християнски. Сведения за езически брак намираме в отговорите на папа Николай I до княз Борис I, поискани преди покръстването на българите.

В предхристиянския период имало три начина за образуване на ново семейство: кражба на мома (за кражба на момък не се съобщава), купуване на момата (отново нямаме равнопоставеност и при тези търговски отношения) и приставане - бягство на момата при любимия ѝ. От изброените начини само последният е доброволен, останалите са ставали без съгласието на момичето. Като се прибави и явлението многоженство,

картината става още по-драматична. Но пък не се е правила разлика между децата, родени от законната съпруга и тези от наложниците.

При християнския брак обаче нещата се усложняват. Първо се въвеждат множество забрани за венчавка при роднинство (близко и далечно), храненичество, осиновяване, дори при побратимени. Второ, въвежда се изпитанието, наречено годеж, което е договорно обещание за предстояща сватба.

Годениците трябвало да отговарят на редица условия като: да са християни, да са навършили 7 години, да са психически здрави и т.н. Предвиждали се и парични гаранции за последващо сключване на брак, като много подробно са били разписвани неустойките при провален годеж.

Постепенно в бита на българите влиза и съгласието на момата да встъпи в брак с нейния любим, което се приема за изключително прогресивно действие в обществените порядки в миналото.

За разлика от сватбата разводът някога и днес рядко се смята за повод за празнуване. Той обикновено е съпроводен от емоции в по-тъмната страна на спектъра: гняв, тъга, тревожност,

дълбока депресия...

В исторически план разводът е бил разрешен както в Древна Гърция, така и в Римската империя до IX век през Средновековието, когато църквата взема връх и обявява брака за свещена институция, благословена от Бога, която не може да бъде разтрогната от човешко действие. До X век разводът по принцип е бил забранен, но е съществувала форма на „законна раздяла”, определена от църквата, тъй като гражданските съдилища не са имали реална власт върху брака и раздялата.

При така описаните нрави и обичаи не е чудно, че разводът, макар и изключително труден, е бил възможен. Според българското средновековно право християнското семейство можело да прекрати съществуването си при определени основания, част от които са:

Опит за убийство на единия съпруг от другия.

Тежка, nelечима болест (най-често проказа).

Изневяра на съпругата (но при изневяра на съпруга развод не се разрешавал).

Импотентност на съпруга в продължение най-малко на 3 години.

Три години отсъствие от дома на единия от съпрузите (дори ако е взет в плен).

Тежко пиянство на мъжа, съчетано с изтезания върху жената.

Когато жената, без съгласието на мъжа, ходи на баня с чужди мъже.

Ако жената посещава конни или други забавни игри и развлечения.

Когато жената гуляе с други мъже и ношува извън семейното жилище.

Жената може да поиска разтрогване на брака, ако мъжът злоупотребява с нейното целомъдрие или я склонява към прелюбодеяния (сводничество).

Източник: pravo.dokumentite.com

ЗНАЕТЕ ЛИ, ЧЕ...

като термин думата divorce (развод) съществува в английския език от края на 14 век. Тя е заемка от старофренски, произлиза от латинската divertere (а по-рано divortere) и означава „разделям се, изоставям съпруга си, обръщам се настрана”.

Думата е записана за пръв път през 1377 г. в алегоричната поема Piers Plowman на Уилям Лаглант, която се счита за една от най-великите творби на средновековната английска литература заедно с „Кентърбърийски разкази” на Джефри Чосър.

Да си преговорим старите поговорки на нов глас

БГ БЕН

Като неизменна част от народното ни творчество поговорките, както и техните близки родственици - пословиците, съпътстват българския народ през вековната му история, предават се от уста на уста и спомагат за запазването и развитието на националната му идентичност.

Предлагаме ви един малко по-различен прочит на няколко познати народни мъдрости, рисуващи съвременната картина у нас и описващи българина в 21-ви век.

По дрехите посрещат,

но ако не ги харесат - те изпращат.

Брат брата не храни, тежко който го има.

Да би мирно седяло, не би в политиката влезнало.

С наука няма сполука.

Черни пари за бели дни.

Приятел в нужда се търси.

Никой не се е родил научен, но някои са се родили с връзки.

Бързата работа - келепир за майстора.

Да получиш от умрял имейл.

Облякъл се Илия, погледнал се - пак във Facebook.

Източник: <https://bg.wikipedia.org>

Св.св. Константин и Елена е предпочитан морски и спа курорт повече от век

БГ БЕН

Курортен комплекс „Св. св. Константин и Елена“ е най-старият български черноморски курорт. Предишното му име „Дружба“ (след 1957 до 1992 г.) е все още доста популярно не само сред варненци, а и в цяла България. Намира се на 10 км североизточно от центъра на Варна и на 6 км от края на града. Тук са вплетени екзотика и модерност, начупено крайбрежие с малки заливи и скали – рай за любителите на риболова и дайвинга.

Със създаването на уникалния парк в курорта е свързано името на чеха Антон Новак, който е специализирал в парковете на дворците Шонбрун и Белведере във Виена. Новак е създател и на Морската градина във Варна. Тук най-старото дърво – полски бряст, е на повече от 100 години и се намира в двора на Международния дом на учениците „Жолио Кюри“. Има статут на защитено дърво.

Създаване и развитие на курорта през годините

Днес курортът носи името на манастира „Св. св. Константин и Елена“, който се намира в района от XIV – XVI век. От тогава до сега се е запазила само една малка църква, наполовина вкопана в земята. В манастира се е произвеждало прочутото вино „Калугерско шушукане“. Тази забележителност и красивата природа привличат населението още преди Освобождението като място за отдих. Някои от по-богатите варненци си построяват наоколо летни вили, а други са имали запазени стаи в манастира. Наемали файтон за 5 – 6 лева тогавашни пари в двете посоки и идвали тук на почивка.

След Освобождението почиващите се увеличават и ги настаняват в стопанските сгради на манастира. Макар че спят на сламени дюше-

Мястото съчетава прекрасен климат, минерална вода и удобства за малки и големи

ци и се налага да си носят спално бельо и съдове за хранене и готвене, броят им продължавал да нараства. Затова към 1897 г. градската община на Варна започва застрояване на местността около манастира и тя постепенно се превръща в курортно селище.

През 1905 г. започва строеж на първия морски санаториум в България – за деца, болни от костно-ставна туберкулоза по инициатива на българската царица Елеонора (втората съпруга на цар Фердинанд) и с активното съдействие на д-р Параскев Стоянов. Докторът става управител на летния санаториум, в който се лекуват скрофулозни, лимфатични и малокръвни деца. Той въвежда първи в България морелечението, слънцелечението и калолечението. Използва лечебна морска кал, с което поставя началото на научното калолечение у нас. Лечението се

оказва успешно за повечето от децата, като 60–65% от тях оздравяват напълно.

През следващите 5 години между царицата и д-р Стоянов възниква разногласие относно построяването на новата сграда на детския санаториум. То прераства в конфликт и става причина лекарят да напусне поста си през 1910 г. Сега в този район е разположен комплекс „Слънчев ден“. Обявен е за частен имот с ограничен достъп въпреки Закона за крайбрежието, който гарантира свободен достъп на гражданите до морския бряг.

Първият почивен дом е построен през 1908 г. Надстрояват 2 етажа върху една от старите манастирски сгради с името хотел „Прага“ заради първите приети чужденци – чехи. После се посещава и от поляци и германци. Днес на това място е хотел „Естрей Палас“.

През 1913 – 1918 г. е засадена малка борова гора

със семена от черен бор, донесени от Франция, а край морето – явор, липа, тополя, див кестен. Залесени са много декоративни растения. Оформени са алеи и цветни градинки.

През март 1925 г. Община Варна взима решение за „строителство на почивни станции в курорта, на пристанище и осигуряване на евтин превоз“. В началото на 30-те години на XX век започва строителството на първата почивна и гроздолечебна станция. Тя има 140 стаи с изглед към морето. Открита е на 10 септември 1933 г., но в началото на Втората световна война е закрыта. Постепенно се построяват редица ведомствени почивни станции.

Със създаването на стопанско предприятие „Балкантурист“ през 1948 година са сключени договори за посрещане в България на чешки туристи, поради което нараства нуждата от изграждане на нови хотели и почивни бази.

На 1 декември 1955 г. Министерският съвет издава постановление за построяването на два курортни комплекса край Варна: Дружба и Златни пясъци. Строежът на първия започва през 1956/57 година под името „Балкантурист“, а по-късно е наречен „Дружба“. През 1956 г. са построени хотелите „Чайка“, „Бор“,

„Простор“, „Лебед“, „Лотос“, „Русалка“, „Рубин“ и други.

Само за 17 месеца е построен най-престижният в курорта петзвезден Грандхотел „Варна“, открит на 22 април 1977 година.

След масовото строителство курортът се превръща в самостоятелна стопанска единица. През 1992 година „Дружба“ връща старото си име „Св.св. Константин и Елена“. Следва строителство на новите луксозни хотели и комплекси до морския бряг като „Палас“ и „Аква Хаус“ (5*), „Азалия“, „Аква Азур“, „Сириус Бийч“, „Делфин Марина“ и „Делфин“ (4*), жилищните комплекси „Хармония“ и „Карпе Вита“ и др.

Балнеология

Курортът „Св. св. Константин и Елена“ има 7 горещи минерални извора. Те са на дълбочини между 1800 и 2000 метра с общ дебит 175 л/секунда и температура на водата от 40 до 60 градуса. Целогодишно тук работят множество басейни и съоръжения с минерална вода, част от които са:

Aquahouse Thermal & Beach - термалният комплекс е разположен на самия морски бряг и предлага множество възможности за балнео, спа и уелнес туризъм. Разполага с 14 открити и закрити басейна и водни съоръжения с различна дълбочина и температура, захранвани с минерална вода.



Хотел „Азалия Балнео & СПА“ - балнеохотел на самия морски бряг, предлагащ множество спа процедури, възможност за лечение на редица заболявания със силата на минералната вода. Другият е малък детски басейн в района на ВПД „Флагман“ и е разрешен за безплатно ползване само от хотелите на Министерството на отбраната. Температурата на водата е 30–32 градуса.

Под атракцията кораб-ресторант „Сириус“ е т.нар. „Топла вода“, където минералната вода от горещ извор се влива в морето отвисоко през широка тръба върху лечебна морска кал. Дори през зимата той се посещаваше активно. Сега изворът е почти пресъхнал – поради безконтролни действия на построяния в близост хотел „Сириус“ водата тече периодично. Посещава се предимно от български, руски и румънски туристи.

Източници:
<https://bg.wikipedia.org>,
<http://www.moreto.net/>

ЗНАЕТЕ ЛИ, ЧЕ...

уникална световна дайвинг атракция лежи в акваторията на „Св. св. Константин и Елена“ - това е 50-метровият самолет „Ту-154“, който в продължение на 20 години е обслужвал българското правителство.

Самолетът е на 700 метра от яхтеното пристанище на курорта. Той е на дълбочина 22 метра под морското равнище. Достъпът до него е свободен за всички сертифицирани водолази.

Днес в комплекса функционират супермаркети, аптека, здравен център, бензиностанция, поща, полицейски участък, а до него има редовни градски линии от жп гарата и центъра на Варна. Освен почивните бази, хотелите и частните вили, в комплекса има много развлекателни заведения и спортни съоръжения. Изградени са множество места за забавление: интернет клубове, ресторанти, барове, магазини за сувенири и дрехи, рали писта, водни спортове, джетове, „банани“, сърф и други. Преди години над крайбрежния скат съществуваше зелена зона с алеи, която свързваше парка на „Св. св. Константин и Елена“ с Приморския парк на Варна, но през последните години тази връзка е прекъсната поради застрояванията между двата парка.

Независимо от внушителните промени, превърнали го в съвременна модерна зона за релакс, пристанът на „Св. св. Константин и Елена“ си остава носталгично и вълнуващо романтично място за варненци и многобройните гости на курорта.

Рекордни 37 бебета царски орли са се излюпили през размножителен сезон 2020, сочи мониторинг на Българско дружество за защита на птиците (БДЗП). Оттам са преброили 37 малки от 26 гнездящи двойки.

Според БДЗП това говори за все по-устойчиво развитие на вида, който е застрашен от изчезване. Дружеството извършва редица активности, които защитават популацията на вида: изолиране на над 3000 стълба, строеж на изкуствени гнезда, възстановяване на гори и местообитания и охрана на рисковите гнезда от доброволци. В рамките на проект „Земя за царския орел“ са инсталирани 40 изкуствени гнезда, а 32% от популацията на вида в страната заема именно тях.

Все още е рано да се каже колко от тези 37 новоизлюпени, малки царски ор-



лета ще излетят успешно от гнездата си до края на лятото, но самият факт е огромен успех за Българското дружество за защита на птиците и голямо удовлетворение за полаганите през годините усилия и прилагани мерки за опазване на вида в страната.

За сравнение, през миналата 2019 г. БДЗП са преброили 29 двойки цар-

ски орли, от тях - гнезда са свили 19, които пък са отгледали 26 малки. Скокът в раждаемостта е плод на непрекъснати усилия от страна на природозащитниците. Като резултат през последните месеци са открити нови двойки и така от 29 миналата година към момента те са 35!

Източник:
<https://btvnovinite.bg>

Вашите два български магазина



НЕКА ДА Е ЛЯТО, САМО ДА Е ЛЯТО...

Слънце, пясък и море - у нас това е в изобилие

БГ БЕН

Слънцелечението (хелиотерапия) е един от най-старите лечебни методи, познат на древните египтяни, а по-късно използван от гърци и римляни. В Европа започва да се прилага плахо в края на XVIII в., а по-сериозно в края на XIX в.

Слънцелечението се основава на въздействието на слънчевите лъчи, които чрез кожните нерви и образуваните в нея вещества се разпространява върху целия организъм. Под влияние на слънчевите лъчи кожата се кръвоснабдява по-обилно, повишава се температурата, активира се дейността на вътрешните органи и тъкани, стимулира се обмяната на веществата, образуват се биологично активни вещества. Излагането на слънчева светлина е особено важно и за синтеза на витамин Д в кожата.

Съвременната медицина е разработила специални методики за фототерапия.

За лечението на кожни болести все по-често се

Кои са ползите от почивка на морето и солената вода

използва съчетанието на ултравиолетовото излъчване на спектъра А с псоралени (т.нар. PUVA-терапия). Слънцето намалява и кожния сърбеж при болните от бъбречна недостатъчност. Наскоро учените от Калифорния съобщиха, че слънцето намалява и вероятността от развитието на рак на простатата при мъжете. Специалистите препоръчват да започнете слънчевата си терапия с ходене по не твърде горещ пясък в продължение на 5-10 мин. дневно без прекъсване. След това постепенно удължавайте времето до 30 минути с повишаване на температурата на пясъка. После извършвайте процедурата в обратен ред.

За регулиране на отделителната система се препоръчва ходене по гладък речен чакъл.

Най-подходящо е вечер, когато органите на отделителната система са най-възприемчиви към външни

въздействия. Оптималната температура на камъните трябва да бъде равна на температурата на сухия пясък до водата.

Ако имате проблеми с белите дробове, ходете по горещия пясък всекидневно не по-малко от 30 мин. Подходящо е това да се прави по обяд, когато пясъкът е горещ по възможност в продължение на 5-7 седмици. Това е полезно и за бронхиалната астма.

При ортопедични заболявания

При ортопедични заболявания, свързани с патология на костите и мускулатурата от придобит характер, специалистите съветват да ходите повече боси по горещия пясък. Така по-бързо ще отстраните ортопедичните си дефекти. За профилактика и лечение на церебрален арахнопазит е необходимо да се редува 2 мин. ходене по горещ пясък с 2 мин. ходене по речен чакъл, като постепенно времето се увеличава до 10-15 мин.

Правете общи пясъчни бани

На плажа могат да се правят и общи пясъчни бани. Те представляват затрупване от всички страни със слой пясък (8-10 см), а на корема - 4-5 см. Облестта на сърцето трябва да остане свободна, а главата задължително трябва да е на сянка. След процедурата се взима душ (37-38 градуса) и се почива в продължение на 30 мин. Процедурите е добре да се правят през 1-2 дни подред с прекъсване на третия. Важно е пясъкът, върху който се ляга, също да е достатъчно топъл, за да не създава дискомфорт.

Трябва обаче да вземем под внимание лекарското предупреждение, че тези препоръки важат само в случаи, когато се цели профилактика на заболяването. Те по никакъв начин не премахват необходимостта от консултация с лекар специалист в съответната област

Повече от 200 години морската вода и климат се използват като лечебно средство. Всичко, което е необходимо за човешкия живот или 34 микроелемента, се съдържат в морската вода.



Йодът от морския въздух тук се усвоява 12 пъти по-лесно, отколкото въздуха, далеч от морето.

Морето е подходящо при хронично рецидивиращи заболявания на дихателните пътища, при кожни болести, функционални нарушения на кръвното налягане като ниско и високо кръвно налягане, хронични заболявания на двигателния апарат. В 1 мл въздух се съдържат до 1000 частици морски соли и само за ден край морето вдишваме около 10

млрд. солни частици. Йодът от морския въздух тук се усвоява 12 пъти по-лесно, отколкото въздуха, далеч от морето. А полепвайки по носоглътката и дихателните пътища, солните частици подобряват функциите им, повишават имунитета ни срещу различни заболявания.

Източник: rozali.com,
<https://www.vesti.bg>

ЛЮБОПИТНО, ИНТЕРЕСНО...

Във водата се отслабва! Много хора са убедени, че във водата се изгарят повече калории, отколкото на сушата. И това е вярно. Плуването е един от най-безопасните и физиологични спортове. Практикувано редовно, то подобрява кръвообращението, укрепва сърцето и дихателната система, помага да се разтовари гръбнака и формира правилна стойка на тялото.

За да отслабнете във вода, могат да ви помогнат следните препоръки:

Плувайте активно

Забележимото "изгаряне" на мазнините започва само при честота на сърдечните съкращения от 135 удара в минута. За да не се окаже натоварването голяма изненада за вашия организъм, преди самото плуване направете 10-15-минутно загряване. То трябва да включва поне няколко движения на главата, кръгови движения с ръцете, навеждания и прикляквания.

Ако не можете да плувате добре, се запишете на аквааеробика

Ако не се задържате лесно над водата и преодолявате 25-метровия коридор на басейна за минута, едва ли ще постигнете желания ефект от отслабването чрез плуване. Или се научете да плувате по-добре, или ще ви помогне аквааеробиката. За нея не е задължително да плувате перфектно. Тези занятия са по-забавни за лошите плувци, а и осигуряват необходимата честота на пулса.

Забравете за дъното, стъпалата и ръба на басейна

Ако по време на тренировка решите да си починете, по-добре е да полегнете във водата. Не стойте до ръба на басейна или върху стълбите. Когато човек лежи във водата, губи повече калории, защото, за да се задържи на повърхността, извършва движения с ръцете и краката.

Редувайте различни стилове на плуване

Най-много калории се изгарят при плуване бъртерфлай (известен още като "делфин"). Ако вашата подготовка позволява това, посветете се на този стил поне 5-10 минути. Схемата на плуване може да бъде следната: 5 минути кроул или по гръб, 1 минута бъртерфлай. Брусът е най-бавният и спокоен стил на плуване. При него е желателно издишването да става във водата. Ако главата се намира над водата, гръбнакът се напояга, а интензивността на тренировката намалява.

Внимавайте какво ядете!

Плуването стимулира апетита. Ако искате да отслабнете, се ограничете в храната. В противен случай ефектът от тренировките може да бъде обратен. Не се препоръчва да се плува на гладен стомах или веднага след ядене. Оптималният вариант е да се хапва половин час преди тренировката или един час след нея. Хапвайте зеленчуци, риба, млечни продукти. Ако почувствате необходимост за нещо сладко, хапнете малко стафида.

Източник: mila.bg

Време е за диня!

БГ БЕН

Най-популярната разновидност на този плод са големите дини с овално-удължена форма и пестро-зелена кора. Цветът на вътрешността им варира от белезникав до тъмно-червен. Има сортове без семки и такива, които са жълти на цвят отвътре. Все още липсва единно становище по въпроса коя диня е по-сладка: червената или жълтата. Въпрос на личен опит и вкус.

Този ароматен летен плод има родствена връзка с краставиците, тиквите и тиквичките. Всички те принадлежат към семейство Тиквови. Затова динята се явява отчасти плод и отчасти зеленчук (в края на краищата тя е сладко растение, което произвежда и семена). А и кората ѝ е напълно годна за консумация.

Коя да изберем?

Няма сигурен признак дали една диня е узряла, но

ако се съмнявате, купете само парче или помолете предварително да ви я срежат. Динята се съхранява най-добре на стайна температура до 1 седмица. Обикновено се хапва на резени като пресен плод, но може да се използва и за приготвяне на плодови салати. Много хора в горещите летни дни предпочитат да се разхладят с тропически коктейл, в чийто основен състав присъства пасираната диня, или просто да си направят апетитна плодова салата.

Защо да хапваме диня?

Този плод е без мазнини, наситени мазнини и холестерол, има ниско съдържание на натрий, добър източник е на витамин А, с високо съдържание на витамин С. Съдържанието на вода в динята е цели 92%!

Консумацията на диня предпазва от ракови образувания заради съдържанието се в плода ликопен. Той



Динята обикновено се хапва на резени, но все по-често присъства в състава на летните плодови коктейли.

е мощен каротеноиден антиоксидант, който придава на плодовете и зеленчуците розов или червен цвят. Най-често се свързва с домати, но всъщност динята го превъзхожда по съдържание на ликопен. Освен това динята може да подобри здравето на сърцето. Бори се с възпалителните процеси и оксидативния стрес (натрупване на свободни радикали в организма).

Редовното похапване на диня може да предотврати дегенерация на макулата. Дегенерацията на макулата, свързана с възрастта, е най-честата причина за

тежка, невъзвратима загуба на зрението сред хората над 60 години в развитите страни.

Динята може да облекчи и болките в мускулите. Цитрулинът (вид аминокиселина) може да намали болезнеността на мускулите. Съдържащите се в динята витамин А и витамин С са важни за здравето на кожата и косата.

И не на последно място - подобрява храносмилането. Динята съдържа много вода и малко количество фибри - и двете са важни елементи за доброто храносмилане.

Източник: www.edna.bg

ТЕСТ

До колко ви интересува мнението на околните за вас?

1. Когато отидете на парти, какво ще направите най-напред?

А. Ще се запозная с новите хора.

Б. Ще поздравя приятелите си и ще се включа в разговорите им.

В. Ще се опитам да разбера какво мислят за визията и облеклото ми.

2. Коя професия смятате, че ви подхожда най-добре?

А. Мениджър, тъй като умея бързо да взимам решения.

Б. Изследовател, защото обичам да откривам нови неща и съм любознателен/на.

В. Обичам работа, в която няма много риск като

чиновник или служител в голяма компания.

3. Когато бяхте във ВУЗ, как прекарвахте лекциите си?

А. Посещавах само тези, които ми бяха интересни, в които виждах смисъл нещо да науча.

Б. Ходех на всички лек-

ции, стараех се да слушам и по-малко да разговарям.

В. Посещавах лекциите, но приятелите винаги ме разсейваха.

4. Изнасяте презентация пред колегите, над която сте работили дълго време. В края обаче един от тях се опитва да си присвои част от заслугите ви – как ще реагирате?

А. Ще изясня пред всички, че заслугите са изцяло мои.

Б. Ще поговоря с колегата ми след презентацията, за да изясним отношението си.

В. Едва ли ще направя нещо, няма ефект от скандали.

6. Срещате се с приятели в ресторант, но на съседната маса някой ви прави комплимент колко добре изглеждате. Как ще реагирате?

А. Ще благодаря сърдечно и също ще отвърна с комплимент.

Б. Ще благодаря, но няма да обърна много внимание, защото времето ми е за приятелите.

В. Ще благодаря и тайно ще се оглеждам за човека, направил ми комплимент, мислейки как да създам най-добрата представа за себе си у него.

ОТГОВОРИ:

Най-много отговори „А“ – Вие наистина не сте от хората, които лесно се поддават на мнението на околните. Уверени сте в това, което умеете и знаете, затова без проблеми се превръщате в тези, на които останалите подражават. Имате качества на лидер, нямате проблеми в общуването и вземането на важни решения, стига да вярвате, че сте прави. Това

е ценно качество, което не бива да губите, но помислете дали понякога не се държите прекалено крайно с околните.

Най-много отговори „Б“ – Вие се влияете от приятелите си, които сте решили, че точно те са лидерите. Не бихте последвали някого, когото не познавате. С близките ви хора е друго нещо. Бъдете по-смели, може би самите вие ще се превърнете в лидери на мнение, показвайки нови неща на околните.

Най-много отговори „В“ – Прекалено много ви интересува мнението на заобикалящите ви. Вълнува ви какво мислят не само за начина ви на работа, но и за личния ви живот. Похвално е желанието ви да изглеждате стилно, добре, но не всяка мода трябва да се следва. Няма лошо да помолите някого за съвет, но не е задължително да го изпълните на 100%, за да се издигнете в очите му.

Източник:

<https://www.zajenata.bg>

Ходенето всеки ден удължава живота



Само 2 минути ходене на час ще удължи живота ни.

БГ БЕН

Въпреки разпространеното мнение, че за по-дълъг живот хората трябва да изминават 10 000 крачки дневно, са достатъчни 7200, е мнението на д-р Сотир Марчев, началник на Клиниката по кардиология на Медицинския институт на МВР.

“Научните изследвания

показват, че колкото повече ходиш, толкова по-добре. Но при около 7200 крачки се достига плато, а оттам нататък допълнителното ходене не води до удължаване на живота. Това са официалните европейски препоръки. Умерените натоварвания са тези, които ни карат да дишаме дълбоко, но все още да можем да говорим.”

За да сме здрави, ни трябва здрав сън, физическа активност и здравословно хранене. Спането под 6 часа на денонощие води до стрес, който се отразява негативно на здравето, повишават се сърдечносъдовите усложнения. Малкото сън скъсява живота, твърди още д-р Сотир Марчев.

Източник:

<https://dariknews.bg>

ЗНАЕТЕ ЛИ, ЧЕ...

Хората с нулева кръвна група привличат най-много комарите. Редица изследвания сочат, че хората с нулева кръвна група са най-предпочитани от досадните насекоми. Тези индивиди са два пъти по-привлекателни за комарите от представителите на кръвната група А, които обикновено са избягвани от неприятно жилещите насекоми.

Женските се примамват изцяло от човешките протеини в кръвта, като за тях някои са “по-вкусни” от други. Хората с кръвна група В са “златната среда”.

~~~~~

Бързото вглеждане в наситена червена светлина за три минути на ден помага да се поддържа добро зрение, твърдят британски изследователи. Те открили, че дълговълновите импулси стимулират митохондриите в клетките на ретината.

Един ден това може да се превърне във вечерен ритуал, каквото, например, е миенето на зъбите: гледане на червена

светлина за три минути. По този начин е възможно да се противодейства на загубата на зрение, свързана с възрастта, смята изследователски екип, ръководен от невролога Глен Джефери, професор в Института по офталмология на Университетския колеж в Лондон.

Проведеният експеримент показал, че лечението с червена светлина се отразява само на по-възрастни индивиди. Производителността на конусовидните клетки се подобрила значително при хора над 40 години. Никаква промяна не е била измерена при по-млади доброволци.

Учените предупреждават, че ретината е силно чувствителен орган и LED светлината, особено лазерната, може да причини трайни увреждания. Затова не гледайте в импровизирани или самостоятелно изработени лампи при никакви обстоятелства, призовават специалисти.

Източници:

[www.standartnews.com](http://www.standartnews.com), <https://topvesti.bg>

## Как да си осигурим комфорт у дома без помощта на климатика

### БГ БЕН

Мнозина чакат с нетърпение лятото, но когато настъпят горещите дни, започват да се чувстват зле и да се оплакват. Действително високите температури понякога са мъчителни и през деня, и през нощта. Спасението е в климатика, но не всеки разполага с този съвременен, а и скъп уред. Затова специалистите предлагат няколко начина да се охладим и да си осигурим пълноценен сън.

### Легло

Топлите чаршафи са идеални за зимата, но през лятото са непоносими. Тук може да помогне хладилникът. Не ви предлагаме да влезете в него, а да увиете чаршафите в плик и да ги поставите вътре за няколко часа преди лягане. Така ще си осигурите наистина прохладно легло.

### Матраци

Матракът е удобен и комфортен, но има един недос-

татък – задържа топлината. Постелете го с някакъв по-тънък памучен матрак, който също като чаршафите можете да поставите в хладилника за кратко време.

### Пижама

Натуралните тъкани помагат на терморегулацията, докато синтетичните действат обратно – увеличават изпотяването. Затова се препоръчва пижамата да е от тънък памучен плат, напън, или въобще да се откажем от нея.

### Вентилатор

Вентилаторът върши работа, но когато е особено горещо ефективността му е много ниска. Можем да я увеличим, като замразим няколко бутилки с вода и ги поставим пред него.

### Щори

За да предпазим стаите си от слънцето, са ни необходими правилните завеси. Те не бива да бъдат синтетични, защото силно се нагряват. Най-добре предпазват

плътните щори.

### Килими

Още преди настъпването на лятото приберете килимите, както и меките играчки. Ако са вълнени или синтетични, те се нагряват и задържат топлината, което още повече ще повиши градусите на термометъра в дома ви.

### Вана

Ако не можете да заспите заради горещината, вземете хладна вана, но не и душ, защото ще ви ободри и ще прогони окончателно съня.

### Вода

Достатъчното количество на течности в организма е много важно за регулиране на температурата на тялото. Когато е горещо, хората се изпотяват, което означава, че губят течности и те трябва да се компенсират. Затова пийте повече вода, за да се чувствате добре.

Източник:

<http://www.jivotatdnes.bg>

# Обяви за работа

**Предлагаме работа за куриери на ванове**

Възможност за подписване на дългогодишен договор. **Изисквания:** английска шофьорска книжка от поне 1 година; умения за комуникация и разбиране на английски език; познания и ориентираност за районите (SW1). Предлагаме ванове, които трябва да се пазят и за които имате отговорност. Осигуряваме застраховката и горивото.

**За контакти:**  
**07880611250**

**Заплащане:** на всеки 4 седмици или 13 работни заплати за годината

**Агенция TSDI**



ри, Супервайзери, Сервитьорки, Рецепционисти. Започване веднага! Ако се интересувате от обявата, моля прикачете вашето CV на нашия емейл адрес: [hr@hmserv.co.uk](mailto:hr@hmserv.co.uk) или ни позвънете на: 07557785300

KT&T Green Cleaning набира камериерки за 4 и 5 звездни хотели в района на Old Street (Централен Лондон), не е нужен опит и английски език, заплащане на 2 седмици, 28 дена на година платена отпускат, осигурен е обяд от хотела, започване веднага. За повече информация, моля, обадете ни се на тел. 02039608793; 07866684798

Търсим екип за почистване на къщи (End of tenancy, after builders, spring, deep cleaning), със собствен транспорт. Предлагаме добро заплащане и професионално отношение, тел. 07979335263

Работа за камериерки в Централен Лондон. Стартово заплащане от £8.50 до £9.19 паунда на час, след 3 месеца до £9.69, в зависимост от хотела. Седмично заплащане (всеки петък), 28 дни платен годишен отпуск, осигурена храна от хотела, нужен е английски на поне начално ниво и желание за работа. За позициите Супервайзър и Портър е нужен добър английски и опит на същата позиция. За повече информация: тел. 07966915073

Предлагам работа за куриери, в зоната на пощ. кодове SW1, SW3, E1 и др. Осигурявам ван, гориво за работа и застраховка. Заплащане - за 4 работни седмици, £1 на стоп (адресите са на един пощенски код). Телефон за контакти: 07880611250 (Цело)

Предлагаме работа за камериерка за Motel One Tower Hill хотел, който се намира на Aldgate Station. Постоянен договор директно с хотела, 5 работни и 2 почивни дни на седмица, 28 работни дни платен годишен отпуск, униформа, бонус на всеки три месеца. Месечно заплащане. Английски език не се изисква. Започване веднага! За повече детайли моля позвънете ми на телефон: 07483166838 или изпратете CV-то ви на [email:hsk.london-towerhill@motel-one.com](mailto:email:hsk.london-towerhill@motel-one.com)

Свободна позиция за поддръжка (Handy man) в 4 и 5 звездни хотели, в Централен Лондон. Можете да започнете веднага на постоянен трудов договор, пълна работна седмица, с платен годишен отпуск, здравни и пенсионни осигуровки. Необходимо е разговорно ниво англий-



**Лицензирана агенция за работа във Великобритания**

“Бригадири” предлага работа във ферми за плодове и зеленчуци

☎ **07859859859**

[www.brigadiri.bg](http://www.brigadiri.bg)

Агенция набира работници за различни обекти в Лондон и различни градове във Великобритания. Изискват се CSCS карта, PPE (каска, жилетка и обувки) и основно ниво на английски език. За повече информация и регистрация, моля позвънете на тел. 07824863026 (Деси)

Търсят се работници за бране на грозде в района на Bognor Regis. Осигурен транспорт и 8 часов работен ден. Изисква се минимален английски или поне един от групата да е с минимален английски, тел. 01243531132

Hotel Management Services набира персонал за 4 и 5 звездни хотели в Централен Лондон, с възможност за незабавно започване, само с ID или паспорт. Заплащане на час, пълна работна седмица на трудов договор с подси-гурен обяд, платен годишен отпуск и обучение. Съдействаме и за отваряне на банкова сметка. Налични позиции за: камериерки - не се изисква английски език; пикол - разговорно ниво на английски език; рецепционисти - средно ниво на английски език. Ако се интересувате от обявата, моля прикачете вашето CV на нашият емейл адрес: [hr@hmserv.co.uk](mailto:hr@hmserv.co.uk) или ни позвънете на тел. 07557785300 (Пламена)

Предлагаме работа за отговорни хора в сферата на почистването на частни домове. Адресите са редовни (всяка седмица или през седмица), стартово заплащане от £9 на час с възможност за увеличаване и еднократни почиствания - £11 на час. Осигуряваме пълна работна седмица, започване веднага. За повече информация и връзка с нас, моля обадете се на тел. 07440787143

Свободни позиции за мъже за почистване на прозорци и мокети, постоянна заетост, опит не е задължителен, пълно платено обучение. Осигурява се автомобил и пълно оборудване, много добро заплащане. Изискват се шофьорска книжка и разговорен английски. За допълнителна информация

и записване, моля обадете се на 077 60645205 или на [contact@ptservice.co.uk](mailto:contact@ptservice.co.uk)

Предлагам работа на непълнен работен ден (part-time), тел. 07425592811

Набираме монтажници на окачени фасади за обект в Западен Лондон. Допускаме кандидати с малко опит, но очакваме това да се компенсира с желание да се научат. Добро заплащане и дългосрочна перспектива за правилните кандидати, тел. 07770080700

Предлагаме работа в почистването на частни домове, на регулярни и еднократни адреси, съобразени с графика на вашата седмица и с района, в който живеете. Също така, ще се съобразим и с часовете, в които желаете да работите. Подсигуряваме ви пълна работна седмица и заплащане на деня, стартиране от £9 на час, започване веднага, за повече информация, моля обадете се на тел. 07440787143

KT&T Green Cleaning предлага работа за Public Area Cleaner, в 4 и 5 звездни хотели в Централен Лондон, 1-ва зона. Позицията е постоянна и е на пълно работно време. Осигурено е обучение. Необходим е английски език на основно ниво. Заплащането е на 2 седмици. 28 дена на година платена отпускат. Зпочване веднага. За повече информация, моля обадете ни се на 020 3960 8793 или на 078 6668 4798

Търсим жени за постоянни еднократни почиствания в цял Лондон, в дългосрочен план, с много добро заплащане - £9.50 на час за седмични, £10.00 за през седмица и £10.50 за еднократни. Кандидатите трябва да отговарят на следните изисквания: да са регистрирани като self-employed или да имат Limited company, да са отговорни и надеждни и да владеят разговорен английски. Предишен опит ще е в предимство, но не е задължителен. Моля, обадете се за повече информация на 07846600938 от понеделник до петък, между 9.00 и 17.00

Агенция набира хора със собствен автомобил за нощна работа. Заплащането е всяка нощ, работата е доходна, изисква се мотивация и желание, можете за започнете веднага, владенето на английски език не е задължително, но е във ваш плюс, за повече информация: тел. 02081233655, 07894994553

Предлагам работа в строителството за общи работници, не се изискват документи. За повече информация: 07540936309, Манол

Job for security guard in Ipswich for self-employed on demolition site, with a car, preferably must have SIA licence, good salary, text please to 07909940543

Набираме мъже за почистване на мокети, пълна работна седмица, работата е в Югозападен Лондон, тел. 07810824485

Почистваща фирма в Лондон, с дългогодишен опит, набира персонал за пълнен или непълнен работен ден, за почистване на къщи, офиси и луксозни апартаменти (short let). Заплащането е £9 паунда на час + възможност за бонуси. Предлагаме помощ от офис персонал и работа в колегиална обстановка. За повече информация, пишете на лично съобщение или позвънете на телефони: 07473479029 ; 079 4932 0018 ; 020 3404 3498

Работа за камериерки в хотел Motel One Tower Hill, който се намира на Aldgate Station. Постоянен договор, директно с хотела, 5 работни с 2 почивни дни на седмица, 28 работни дни платен годишен отпуск, униформа, бонус на всеки 3 месеца. Започване веднага! Английският език не е задължителен. За повече детайли, моля позвънете на телефон: 07483 166838 или изпратете CV на [email:hsk.london-towerhill@motel-one.com](mailto:email:hsk.london-towerhill@motel-one.com)

HMS набира персонал за 4 и 5 звездни хотели, в централен Лондон. Заплащане на час, пълна работна седмица на трудов договор, с подси-гурен обяд и платен годишен отпуск. Налични позиции за: Камериерки, Порте-

ски език. За повече информация можете да позвъните на тел. 07557785300 или 0207 993 8110

Работа в Лондон за хора със собствен автомобил, тел. 02081233655 и 07894994553

Набират се Laborers, Fire-stoppers and Tape&Joiners за работа в Брайтън. Необходимо е да имат CSCS карта. За повече инфо на посочените телефони: 07824409550 и 07863109525

HMS търси сервитьорки за работа в хотел в Централен Лондон. Възможност за започване веднага, на постоянен трудов договор. Изисква се да знаете английски на средно ниво. За повече информация, моля, позвънете на тел. 07557785300

Job for security guards in Liverpool and Ipswich for self-employed persons. Minimum pay rate, possibility to work extra hours, SIA licence required. Please, contact us on 07909940543, or at: [v.vigilant@yahoo.com](mailto:v.vigilant@yahoo.com)

CleanHome London набира чистачки за редовни къщи във всички райони на Лондон, тел. 07538500251, [elena@clean-home-london.co.uk](mailto:elena@clean-home-london.co.uk)

KT&T Green Cleaning набира Public Area Cleaners - нощни смени, за 5 звезден хотел в Централен Лондон. Не е нужен опит, а английският език е нужен на основно ниво, заплащане на 2 седмици, 28 дена годишна платена отпускат, започване веднага. За повече информация, моля обадете ни се на тел. 02078412715 или 07866684798

Допълнителна работа в домакинството, помощ за болни, тел. 07586597102

Търсим спешно мазач за външна мазилка и шпакловки, дърводелец за стълбище и работник за поставяне на гипсокартон, за незабавно започване на работа на частен строеж, тел. 07834438370

KT&T Green Cleaning на-

бира хора за позицията Luggage porter за 5 звездни хотели в Централен Лондон, 1ва зона, не е нужен опит. Заплащане на 2 седмици и 28 дена на година платена отпускат, започване веднага. За повече информация, моля обадете ни се на тел. 020 7841 2715 или 078 6668 4798

KT&T Green Cleaning набира рецепционисти за 4 и 5 звездни хотели в Централен Лондон. Осигуряваме обучение и работа на пълна работна седмица. Заплащане на 2 седмици, 28 дена годишна платена отпускат. За повече информация, моля обадете ни се на 02078412715

Набираме хора за паки-тирането на плодови салати, заплащане по £9.60 на час, работно време от 8.30 до 17.30 часа, 5-7 работни дни (зависи от компанията), място на работа - районът на Upminster Station (Източен Лондон), за контакти: [ivansotirov@mail.ru](mailto:ivansotirov@mail.ru), тел. 07442769276

Търсим отговорни хора за почистване на следните пощенски кодове: W4, SW3, SW14, SW13, W6, W14, W12, SW7, SW3, SW10. Плащането се осъществява на същия ден на почистването, пълна работна седмица, гъвкаво работно време и коректност от наша страна. За повече информация: тел. 07979335263

Търсим да назначим шофьор C+E, за работа от Felixstow & Purfleet, стартова заплата от £100 на ден, тел. 07824116842

Griffin Renovations Ltd е агенция, която предлага работа в 4 и 5 звездни хотели в Лондон. Основните позиции за които набираме персонал са Камериерки, Housekeepers и Porters. Не ви трябва документи за регистрация, освен паспорт и лична карта. За допълнителна информация, звънете на посочените телефони или направо започва-

дайте в офиса ни на адрес: Griffin Renovations Limited, 129 Whitfield Street, London, W1T 5EQ. Тел. 0207383 5552, моб. 07900887031

Търсим шофьори за дистрибуция със собствен транспорт. Предлагаме изключително добро заплащане, опитът е предимство, но не е задължителен. Необходими документи: Чиста шофьорска книжка, NIN, лична карта или паспорт, доказателство за адрес (bank statement). Можете да изпратите своето CV на: [rsgloballogistics@gmail.com](mailto:rsgloballogistics@gmail.com)

Работа към заета агенция в Лондон за хора със собствен автомобил. Нужни са мотивация и желание за развитие. Седмичен доход между £400 и £600, можете да започнете работа веднага, молим само сериозни хора да се свързват с нас, тел. 02081233655, 07894994553

ST Construction Ltd предлага свободни позиции за общи работници, на обекти в и извън Лондон. NIN, UTR и CSCS са задължителни, като добрият английски е плюс. Стартово заплащане - £80, преди таксите. Моля, заинтересованите да

се обадят на 07456025706 или да пишат на: [s.radev@stpropertybuilding.co.uk](mailto:s.radev@stpropertybuilding.co.uk)

Спешно търсим мъже и жени за работа във фабрика за производство ба полубабрикат. Изисквания: английски език на работно ниво, желание за работа. Заплата от £7.83 на час, възможност за незабавно започване, тел. 07436816097

Търсим жени с опит, за редовни почиствания, с много добро заплащане - £9.00 на час в цял Лондон в дългосрочен план. Кандидатите трябва да отговарят на следните изисквания: да са регистрирани като self employed или да имат Limited company, да са отговорни и надеждни. Премишен опит ще е в предимство, но не е задължителен. Моля ви, обадете се на тел. 07747112946, между 9.00 и 17.00 часа, за повече информация.

Предлагаме работа по почистване на домове и офиси в Югоизточен Лондон (Bromley, Orpington). Моля ви, не ни звънете ако сте в Източен Лондон, работата е подходяща единствено за жени в близки райони. Работни дни и часове по ваш избор. Тел. 07873341589 и

02084648264 (можете и да ни изпратите смс за вашия работен опит)

Предлагаме работа за екип или сам човек с автомобил за почистване на един имот, 3 пъти в седмицата, по 8 часа на човек или ако е сам човек, всеки ден от понеделник до петък по 8 часа на ден. Имотът се намира в Henley On Thames, (RG9 3BQ) и би била подходяща за хора, които живеят в Западен Лондон. Задължително е да имат автомобил, заплащането е £9.00 на час на човек + транспортните разходи. За контакти: 07450665053

Hotel Management Services предлага работа за следните позиции: камериерки, пиколата и рецепционисти, като можете да започнете веднага. Работи се 5 или 6 дни в седмица, с рота подготвена предварително в началото на работната седмица, имате платени осигуровки и платен годишен отпуск. За повече информация можете да позвъните на тел. 07557785300

Предлагаме работа за общи работници. Заплащане £72 на ден преди такси. За повече информация, моля позвънете на 07739865166

Търсим сериозни момчета за ремонт на бани. Дългосрочна работа в района на Южен Лондон. Владеенето на английски език не е необходимо. За повече информация, моля обадете се на тел. 07711 887181

Търсим жени за постоянни и еднократни почиствания в цял Лондон, в дългосрочен план с много добро заплащане - 9.00 паунда на час. Моля ви, обадете се на 07747112946 от понеделник до петък между 9.00 и 17.00 часа, за повече информация

IPM Trans Logistics Ltd набира шофьори на бусове кат.Б, за доставка на пратки. За повече информация: 07872606052 или [ipmlogistics2017@gmail.com](mailto:ipmlogistics2017@gmail.com)

Cleaning Gurus Ltd. търси опитен екип да се присъедини към нас за end of tenancy, after builders, deep cleaning. Необходимо е да имате оборудване и личен автомобил. Ние ви предлагаме: професионализъм, коректност, пълна работна седмица и много добро заплащане. За повече информация и връзка с нас, моля обадете ни се на тел. 02079986672

Търсим работници за автомивка в Egham (TW20 9HL), осигурен транспорт от

Hounslow, Feltham, Bedfont (Западен Лондон), започване веднага. За контакти: тел. 07888627139

Фирма ClearChoice4You набира жени с опит в сферата на почистването, обслужваме районите на Югозападен Лондон. За повече информация: 07477135103 (Станимир Станчев)

Работа към голяма агенция в Лондон за хора със собствен автомобил. Нужна е мотивация и желание за развитие. Седмичен доход - между £400 и £600. Молим само сериозни хора да се свързват с нас. Можете да започнете веднага работата! За повече информация, тел. 02081233655

Чистене на самолети, предимно нощна смяна. Почистване на седалките в самолета, изхвърляне на боклука, почистване и дезинфекция на тоалетната в самолета. Осигурен договор, платен отпуск. Заплащане от £7.80 до £8.90 на час. 5 дневна работна седмица. Изискват се минимални познания по английски език, осигурителен номер, английска банкова сметка и 5 години назад криминална и трудова история. Местоработата около летище Gatwick. Опция и за други летища, тел. 07417534869

Компания търси млади и енергични работници за помощник майстори на стени метална конструкция и гипсокартон за постоянна работа. Работата е постоянна, чисто заплащане от £1500.00 на месец, квартирата е платена от фирмата, тел. 07449347395

Шивашка фирма в Западен Лондон (Queens Park) търси шивачки. Кандидатите трябва да са с добър опит в изработка на цялостно изделие, главно официални и булчински рокли. Кандидатите които имат опит само в масово производство на манипулации не са подходящи. Моля разгледайте уеб-сайта ни [www.tanyadimitrova.com](http://www.tanyadimitrova.com) за по-добра информация за естеството на дрехите, които изработваме. Английски език е желателен, но не е задължителен. Моля желаещите да се обадят на 07900814940 (Таня)

Компания търси фиксери (стени и тавани) за постоянна работа срещу добро заплащане. Работата е в Шотландия, тук животът е по-евтин и спокоен. Тел. 07449347395

## Здраве Мода Красота

**Български стоматолог**  
в Източен Лондон  
123A South Street,  
Romford,  
Essex, RM1 1NX  
Тел. 01708 751 745

### ФРИЗЬОРСКИ И

### КОЗМЕТИЧНИ

### УСЛУГИ

(415) 3D Meso Foundation - изравняване на тен, премахване на белези от акне, петна от изгаряне, действа изглаждащо за красива кожа. Поставяне на дермални филтри с Дерма Пен, без болка и игли и напълно безвредно. Процедури от типа масаж на лице, влагане на ампули против стареене, козметични процедури за тяло и лице, варианти за мобилно посещение, тел. 07799203028

(415) Мобилни фризьорски услуги - подстригване, боядисване (с боя на клиента), обезцветяване, кичури, тел. 07516451218, Ради

(415) Професионални мобилни фризьорски услуги, дамско, мъжко и детско подстригване, доверете се опита, тел. 07710198684, Елена



## СПРИ БОЛКАТА!

**Нашият екип:**

**Иван Иванов – дипломиран кинезитерапевт с богат опит:**

- лекува болки във врата, гърба и кръста, дължащи се на радикулити, плексити, дископатии, дискови хернии, травми
- ускорено възстановяване след раждане

**Тел. 07594231782**

[www.physiotherapyservicelondon.co.uk](http://www.physiotherapyservicelondon.co.uk)

**Приемни дни и часове в българската клиника „Doctors 4 You“ (Северен Лондон)**

**Петък и събота: от 10.00 до 17.00 часа**

**Д-р Ганчев: - общопрактикуващ лекар**

**Тел. 07594986328**

**20 Oakdale Road, Southgate, London, N14 5RE**

(415) Заповядайте в българския унисекс фризьорски салон „Ayten“: 25 Westbury Avenue, London, N22 6BS (Turnpike Lane), на вашите услуги – стилист Айтен, тел. 07904930701

(415) Маникюр с UV гел



**„Лорет“**  
фризьорски салон

**Българският салон в Лондон!**

Ученичка на Стилист Капанов  
Майстор на Френската академия по фризьорство  
Носителка на международни награди по фризьорство

В българския хранителен склад „Карлово“:  
Unit 2, New England Industrial Estate, Gascoigne Road, Barking, IG11 7NZ

**Тел. 07803823393**  
Facebook Email: [lora0205@abv.bg](mailto:lora0205@abv.bg)

лак, удължаване, корекция, декорация (цени от £18), професионален грим, дневен, вечерен, тържества, фотосесии (цени от £25), кола маска на определени зони или цяло тяло. Процедурите се извършват на удобно за вас място и време, тел. 07401949459

(415) Фризьорски услуги по домовете в Северен Лондон: дамско подстригване £10, мъжко подстригване £8, детско подстригване £5, кичури £45, боядисване с боя на клиента £17, тел. 07432092680

(415) Разнообразни козметични услуги (SE26 4PQ) - кола маска, масаж на лице, мезотерапия, радиочестотен и колагенов лифтинг, пилинг, оформяне на вежди, пиърсинг на уши. 30% отстъпка при първо посещение и Карта за лоялност. Релаксиращо и професионално обслужване. Тел. 07587867336

(415) Предлагам кола ма-

ска на лице, ръце, рамене, гръб, корем, крака, бикини линия и др. Услугата е в района на Croydon. За контакти: тел. 07714474424, Анета

### СТОМАТОЛОГИЧНИ

### УСЛУГИ

(415) Български стоматолог в Източен Лондон, 123A South Street, Romford, Essex, RM1 1NX, Тел. 01708751745

(415) Д-р Антонина Траянова, специализиран стоматологичен кабинет Leytonstone Dental Centre (Източен Лондон) - всички услуги по вашето заболяване, професионално изваждане на зъби, изработка и слагане на протези, тел. 02085588656

### ЛЕКАРИ,

### ЗДРАВНИ УСЛУГИ

(415) Дипломиран кинезитерапевт предлага лечение при болки във врата, гърба и кръста, както и при други оплаквания, свързани с опорнодвигателния апа-

рат, тел. 07594231782, Иван Иванов

(415) Д-р Василев, опитен лекар, специалист невролог. Лекува дископатии, дискови хернии, радикулити, неврити, невралгии, неврози, болести на ставите, сърдечни страдания, хипертония, ангини, бронхити, бъбречни заболявания, алергии и др., тел. 07792966069

(415) Професионална помощ при болки във врата, гърба, кръста - "секнат кръст", мускули и стави, с акупресура масаж. Дипломиран масажист в The College of Chinese Medicine и член на Асоциацията на акупунктуристите във Великобритания, тел. 07903187649, Денко Татарлиев

(415) Страдайте от тежка болест и няма кой да ви помогне. Обърнете се към дипломиран лечител, използвава акупунктура, рефлексология, физиотерапия, билки и психология, тел. 07501992189

**БГ БЕН**  
www.bgben.co.uk



**Оптическа илюзия !**  
Ако се вгледате по-внимателно, ще можете да видите океана на тази снимка.

**БГ БЕН**  
www.bgben.co.uk



**Пернишки елф**

**БГ БЕН**  
www.bgben.co.uk



**Уважавай труда на другите!**

**БГ БЕН**  
www.bgben.co.uk



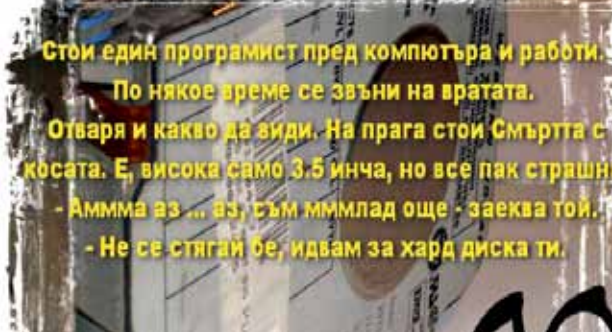
**"Не приближавай бивол отпред, кон - отзад или глупак, откъм всички посоки."**  
Народна мъдрост

**БГ БЕН**  
www.bgben.co.uk



- Отдавна не съм те виждал заедно с приятелката ти. Нещо да не сте се разделили?  
- Не, тя паркира.

**БГ БЕН**  
www.bgben.co.uk



Стои един програмист пред компютъра и работи.  
По някое време се звъни на вратата.  
Отваря и какво да види. На прага стои Смъртта с косата. Е, висока само 3.5 инча, но все пак страшна.  
- Аммиа аз ... аз, съм мимплад още - заеква той.  
- Не се стягай бе, идвам за хард диска ти.

## Сателитна телевизия Компютри Уеб дизайн

**WWW.TOPSAATELLITE.CO.UK**



**TOP Satellite**

- Satellite and Aerial System
- Door Entry Intercom
- Intruder Alarms
- Access Control
- CCTV
- Installation and Maintenance

**GEORGI GEORGIEV**

E-mail: info@topsateellite.co.uk 07899 917 634  
www.topsateellite.co.uk 07429 043 587

**БУЛСАТКОМ**

инсталация и поддръжка

Тел. 07503620650, Кирил

www.facebook.com/SatInstallationLondon

### САТЕЛИТНА ТЕЛЕВИЗИЯ

(415) Поставяне и настройка на сателитни приемници в Лондон и околността, изгодни цени, поддръжка и дългосрочна гаранция, тел. 07818413663,

**Юлиян**  
(415) Bulsatcom, Vivacom – доставка и монтаж, оригинален договор на ваше име, турска телевизия – доставка, монтаж и настройка, Freeview, FreeSat, тел. 07835911937, Мариан

### КОМПЮТРИ И УЕБДИЗАЙН

(415) Компютърна помощ, посещения и до вашия дом, тел. 07756256431

(415) Инсталиране и преинсталиране по домовете на Windows 7, 8 и 10, със запозване на потребителските данни, тел. 07922781976

(415) Уебсайтове - ниски цени и кратки срокове. Проектиране и изработка на интернет сайт специално за вашият бизнес. Оптимизация на сайтове. Домейн и хостинг услуги за интернет сайтове, тел. 07574493445

**УЕБ ДИЗАЙН**  
07888676471

**РЕШЕНИЯ ЗА ВАШИЯ БИЗНЕС**

МАГАЗИНИ БИЗНЕС  
БАЗИ ДАННИ РЕКЛАМА  
МОБИЛНИ ДИЗАЙН



(415) Изкачете уебсайта си на първа страница на Гугъл! Уебдизайн, лого, Google оптимизация, изграждане на интернет магазини, дългогодишен опит и големи клиенти, тел. 07733430400, www.twenty-o-two.co.uk

(415) Уебдизайн, лого дизайн, Google оптимизация, тел. 07733430400, www.twenty-o-two.co.uk

**Всеки мъж изглежда така ...**



**... когато жена му шофира**

**БГ БЕН**  
www.bgben.co.uk

**БГ БЕН**  
www.bgben.co.uk



Шампоанът се казва Wash & Go, а снимката е направена в магазин на СВА, която е една от водещите вериги в Северна България ...

# Транспортни услуги Шофиране Автоуслуги

Транспорт от/до всяка една точка на България  
Редовен превоз на лични вещи и търговски стоки

**ЦЕНИ ОТ 0.60£ / 1 КГ.**

**Доставка**  
**от Англия**

152-154 Merton Road, Wimbledon, SW19 1EH Тел: 07587 207 799

[www.dostavka-anglia.com](http://www.dostavka-anglia.com)

## ТРАНСПОРТНИ УСЛУГИ

(415) Транспорт до и от всички летища и до всяка точка във Великобритания, разумни цени, точност и коректност, комфорт, 24/7, тел. 07446116905

(415) Преместване на багаж и мебели с микробус, извършване на услуги в Лондон и околността, тел. 07852661908

(415) Трансфери до летища, 7/5 - местни автомобили, 24/7, на изненадващо ниски цени. Вътрешни курсове в Лондон и извън Лондон, в удобно за вас време, трансфери до ферми, малки премествания, тел./viber 07907940621

(415) Всекидневен превоз

от и до летища, училища и университети, отивания до центъра и във всяка посока. Поръчайте своето такси на тел. 07904649039

(415) Денонощни таксиметрови услуги до всички летища, тел. 07584424432

(415) Предлагам транспортни услуги с бус до всяка точка на Англия, тел. 07599829383

(415) Денонощни таксиметрови услуги до всички летища, с 8-местен Mercedes Vito, тел. 07882033773

(415) Премествания на багаж, мебели и всякаква покръпнина и други товари с чисти ванове на ниски цени в Лондон и цяла Англия. Работим 7 дни в седмицата! Тел. 07428567746

[www.portokal.co.uk](http://www.portokal.co.uk)

Доставка на всякакъв вид пратки до/от България  
Офиси в UK:  
Barking, Tottenham, Ealing, Walthamstow, Sutton, Stratford, Deeside, Harlow, Wisbech, Ipswich, Preston, Wolverhampton Yeovil

UK Собствен транспорт BG

Специални цени за големи количества.  
За справки: 07810460552

Доставка до офис или адрес

(415) Предлагам пътна помощ, транспорт на коли, малки джипове, каравани и денонощни таксиметрови услуги до всички летища, тел. 07584424432

(415) Лицензиран превоз до летища, гари и пристанища в Англия, тел. 07590557930

(415) Предлагам трансфер от и до всяко летище на Лондон 24/7, цени по договоряне, в зависимост от дестинацията и броя на пъту-

ващите, тел. 07466947376 и 07404773395

(415) Предлагам транспорт 24/7 в и около Лондон, на достъпни цени, тел. 07575747470

(415) Денонощни транспортни услуги в цял Лондон, преместване на багаж, мебели и recovery услуги, тел. 07463637113

## АВТОУСЛУГИ

(415) Autostodon Ltd - автосервиз предлага годишен технически преглед (MOT),

Романтичните филми дават на жените погрешна представа, какво да очакват от мъжете в една връзка.  
Порното прави същото с мъжете.

БГ БЕН  
[www.bgben.co.uk](http://www.bgben.co.uk)

ремонт на двигатели, ходова част, съединители, смяна масла, филтри, ремъци, пълно обслужване на вашия автомобил, диагностика, мобилен механик, пътна помощ, безплатна консултация. Атрактивни цени! Сервизът се намира на адрес: Redhouse Road, Unit E, Croydon, CR0 3AQ, тел. 07539261411

(415) Предлагам обслужване на автомобили. Нормални цени, за пример, при смяна на масло и всички

филтри, включително на купето на Форд Галакси 2014 взимам £50.00 за труд. Накладки (предни или задни) - £25 на ос за труд. Получавам и отстъпки от доставчици на части и не товаря цените за консумативи. Работя на преференциални цени с таксите и с фирми с автопарк, при редовно обслужване на автомобилите при мен. Сервизът се намира в Charlton, SE7 (до Blackwall Tunnel), тел. 07825002774

Искате ли да вземете английска шофьорска книжка?  
ПЛАМЕН СЛАВЧЕВ Специални цени!  
инструктор по кормуване 07830235669

**БАГАЖ ДО БЪЛГАРИЯ**  
ЛИЧЕН БАГАЖ, СТОКИ, КОЛИ

ТЕЛЕФОН UK (+44) 07862251636  
ТЕЛЕФОН BG (+359) 0884849646

ДО ВСЕКИ ГРАД В БЪЛГАРИЯ И ОБРАТНО [WWW.TRANSPORT2BULGARIA.CO.UK](http://WWW.TRANSPORT2BULGARIA.CO.UK)

# Училища Курсове Детски градини Контакти

**Българско училище „Боянъ Мага“, Лондон**

„Скрит някъде на остров, в океана край Темза и зелена там поляна роден е детски рай чудесен с приказки, игри и родна песен. Тук някак лесно събват се мечтите и неусетно как минават дните ...“

Училище за български език и изкуства

пиано, рисуване, пеене, танци, цигулка и китара

Класове за деца от 3 до 19 години, ДГ до 12 клас

[www.boyanmaga.org](http://www.boyanmaga.org) Тел. 07919022006

## УРОЦИ, КУРСОВЕ, ПРЕВОДИ, КОНСУЛТАЦИЯ

(414) Курсове за багери, фадромисти и мотокаристи, тел. 07552442855, Илиян

(415) Уроци по английски език в Североизточен Лондон с квалифициран преподавател-филолог, тел. 07894449803

(415) Шофьорски курсове, уроци по кормуване, определителни уроци, инструктор с дългогодишен опит, най-добри цени, тел. 07804615755

(414) Издаване и подновяване на CSCS карти, NVQ1 и NVQ2, тел. 07552442855, Илиян

(415) Уроци по математика за Primary и Secondary училища, учител от Източен Лондон, с голям преподавателски опит във Великобритания, тел. 07867506043

(415) Професионален психолог - български език, на място и онлайн, тел. 07425393337

(415) Квалифициран адвокат предлага: разрешаване на

**Българско училище „Моята Азбука“**  
сряда, четвъртък, петък, събота

Chiswick, Whitton, Bexley, Mitcham

Западен, Югозападен и Югоизточен Лондон

За деца от 4 до 15 години: от ДГ до 6 клас

[www.moiata-azbuka.co.uk](http://www.moiata-azbuka.co.uk)  
Тел. 07746802164

проблеми, свързани с работодателя; жилищни диспути; изготвяне на договорни отношения; преводачески услуги; регистриране и счетоводство на компании; изготвяне на документи; жалби. За повече информация и контакти: 07928837483 (Георгиев)

(415) Преводи и легализация на всякакви документи - български и английски.

**БЪЛГАРСКА АДВЕНТНА ЦЪРКВА**  
Ви кани на своите редовни богослужения и семинари

Всяка събота от 10:30 ч.

Адрес: Trinity at Bowes Community Centre, Palmerston Road, Wood Green, N22 8RA

[www.bg4christ.com](http://www.bg4christ.com)

**Sunny Day Care**  
Детска градина с целодневна грижа за вашето дете

Тел. 0208 5030 457  
Моб. 0778 8766 457  
[yanachildcare@hotmail.co.uk](mailto:yanachildcare@hotmail.co.uk)

Регистрирана в Ofsted  
Квалифицирани учители  
Здравословна храна  
Безплатно ранно образование за 2 и 3 годишните

Удобна локация в района на Stratford E15  
Достъпни цени

ОТ ПОНЕДЕЛНИК ДО ПЕТЪК 07.00 до 18.00 часа

**Подготвям деца по МАТЕМАТИКА**  
**СПЕЦИАЛНА**  
**ПОДГОТОВКА за**  
**GCSE и**  
**11+ EXAMS**  
Тел. 02085270212  
Моб. 07796692522  
ИЛИЯН РУСЕВ

Представителство пред институции. Придружаване в болници, митници, полиция. Съдействие за NIN, за записване в учебно заведение, издаване апостил, попълване на формуляри и др., тел. 07778 474729

Изгледете новия брой  
на вестник БГ БЕН онлайн!  
[www.bgben.co.uk](http://www.bgben.co.uk)

Българско училище „Умно Букварче“ в Perivale,  
Ealing, Западен Лондон Събота: 09:30-11:30  
Email: [kunka@umnobukvarche.co.uk](mailto:kunka@umnobukvarche.co.uk)  
Mob.: 07908674567  
[www.umnobukvarche.co.uk](http://www.umnobukvarche.co.uk)  
Предлага и Online обучение,  
ново и иновативно  
Деца от 4 до 11 години

## Квартири Консултации Услуги Запознанства

### КВАРТИРИ

#### ИЗТОЧЕН ЛОНДОН

(414) Давам под наем двойни и единични стаи в Източен Лондон (E15, E12, SE18), тел. 07754992234

#### СЕВЕРЕН ЛОНДОН

(415) Давам стаи под наем в Северен Лондон, в районите на Wood Green и Palmers Green, стаите са в къща с 3 бани, тел. 07496037185, 07587375301



- Скъпа, прекрасна си като тези цветя!  
- Хм... аз пък си мислех, че съм прекрасна, като златна гривна.  
- Ааа, не! Прекрасна си, като тези цветя.



- Вчера обясних на детето какво са данъците като изадох 38% от сладоледа му.

Знаете ли какво - ние, честните, крадем по-рядко.



Но лошото е, че ни хващат по-често.

**GLOBAL FOOD & DRINK**  
OPEN 7 DAYS A WEEK WELCOME INTERNATIONAL FOODS  
Global Food & Drink - български магазин в Walthamstow  
Магазин Global Food & Drink се намира до търговската улица на Walthamstow (Източен Лондон) и близо до входа на St. James Street Overground Station.  
Посетете ни: Global Food & Drink, 44 St. James Street, E17 7PE  
Работно време: от 08.00 до 23.30 часа

Отдавам легло в двойна стая за мъж или момче в чиста и спокойна къща с малко хора само на 1 минута от Turnpike Lane Station. Тел.: 0790003149

#### ЦЕНТРАЛЕН ЛОНДОН

(415) Предлагам двойна стая за непущач/и, квартирата се намира в Северен Грийнфорд, между Greenford Station и Sudbury Hill Station (Central и Piccadilly lines), за повече информация: тел. 07704610170

#### ПРОДАВАМ

(415) Продавам дома-

шен пчелен мед, безплатна доставка за Лондон, тел. 07735799919, Веско Стърчиков, Facebook: Vesko Starchikov

(415) Шарена Карелия (slim), £40, тел. 07476171747

#### ДРУГИ УСЛУГИ

(416) Гледайте безплатно над 90 български ТВ канала, без месечни такси и договори, за повече информация: тел. 07756256431

(415) Ремонт на бензинови машини - косачки, резачки, мотофрези, генератори и други, тел. 07440477886

(415) Безопасно и гаранти-

#### NO WIN NO FEE

Osbornes Law<sup>o</sup>

Обадете ни се за безплатен правен съвет!

Снежина Янкова  
07516 441 448  
020 7681 9013

[www.osborneslaw.com](http://www.osborneslaw.com)



рано унищожаване на дървеници и други вредители, тел. 07769218796

(415) Гледам на кафе и на карти Таро, развалям магii, правя бяла магия за любов, лея куршум и восък против страх, тел. 07471570880, 02084060439, Йордана

(415) Електрически услуги, инсталации и ремонт на авари, тел. 07578617184

(415) Професионален екстрасенс предвижда бъдеще и помага при проблеми в любовта и бизнеса, тел. 07405755221

(415) Предлагам шевни услуги на много нормални цени (Colliers Wood), тел. 07480969969

**Шивашки услуги**  
в Лондон - Нели  
Качество и достъпни цени!  
Договаряне на удобно за вас време

Тел. 07464601852  
[nelinka1968@abv.bg](mailto:nelinka1968@abv.bg)

(415) Професионален екстрасенс предвижда бъдеще и помага при проблеми в любовта и бизнеса, тел. 07405755221

РЕКЛАМАТА В В БГ КАТАЛОГ - ПЪТ КЪМ УСПЕХА  
КАЖЕТЕ НА ДРУГИТЕ ЗА ВАШИЯ БИЗНЕС  
Включете се в следващото издание на тел. 020 358 228 40 email: [info@bgcatalog.co.uk](mailto:info@bgcatalog.co.uk), или публикувайте директно своята обява на [www.bgcatalog.co.uk](http://www.bgcatalog.co.uk)

[www.radiobg.co.uk](http://www.radiobg.co.uk)  
**RADIO BG - LONDON**  
Радиото на българите в UK  
24 часа:  
✓ Най-добрата българска и световна музика  
✓ Предстоящи събития във Великобритания  
✓ Предавания за българите в Лондон  
✓ Ежедневен вечерен обзор  
В интернет на адрес: [www.radiobg.co.uk](http://www.radiobg.co.uk)  
За реклама тел: 020 358 228 40; [info@radiobg.co.uk](mailto:info@radiobg.co.uk)  
Слушайте ни на: MP3, Windows, Real Player, WINAMP, iTunes, Android, Apple

### Абонамент за БГ БЕН



## Талон за абонамент

За период от 12 месеца £60

Име: .....

Адрес: .....

Телефон: ..... Начини на плащане за абонамента

1. По банков път - PA Events Ltd, Lloyds Bank, sort code 30-92-90, acc. 02271697 за референция използвайте вашето име.
2. Изпратете попълнения талон заедно със съответния чек на адрес: Safe Advice Ltd, 79 West Ham Lane, London, E15 4PH Чекът да бъде платим до: PA EVENTS Ltd.

ПОМОШНИК: АКВИЛА, АЛА ТОО, АРИСТО, ИВАНКУ, ИГЪРНА, ОБЮСОН, ОТЕЛИЯ, ПРИЕТИ, РЕТИРО, САВАНЕ, ИКАКО, ИНОКС, ЛИТО, АРЪ, ЖАН, МЕЛ, НИН

Важни телефонни номера и адреси

**ПОСОЛСТВО НА Р БЪЛГАРИЯ В ЛОНДОН**  
186-188 Queen's Gate, London SW7 5HL  
Тел. 02075813144, 02075849400  
ambass.office@bulgarianembassy.org.uk  
Почивни дни: по време на официалните на България и на Обединеното Кралство

въпроси към посолството на България в Лондон  
Тел. 02075813144, v.asenov@bulgarianembassy.org.uk

**Паспорти и документи за самоличност**  
Заявления за нови лични документи се приемат единствено в Консулската служба на Посолството в Лондон. От 01.08.2010 г. бе въведена нова електронна система за запазване на час за подмяна на документи за самоличност на български граждани, постоянно живеещи във Великобритания. Електронното запазване на час може да се осъществи чрез:  
- Интернет - сайт [www.bgpassport.co.uk](http://www.bgpassport.co.uk)

<http://bulgarianembassy-london.org/consular-services/bld/>

**Регистрация като самонаето лице (self-employed)**  
Тел. 0300 200 3504  
[www.gov.uk/new-business-register-for-tax](http://www.gov.uk/new-business-register-for-tax)

**Общи справки за наети лица (employed)**  
Тел. 0300 200 3300

**Подаване и попълване на форми за Self Assessment**  
Тел. 0300 200 3310

**Construction Industry Scheme (CIS)**  
Общи справки и регистрация: 0300 200 3210

| Още за вашето спешно обаждане във Великобритания                                                 |                                                                                                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ситуация                                                                                         | Номер/Контакти                                                                                                             |
| <b>Животозастрашаващи инциденти</b>                                                              | <b>999 или 112</b>                                                                                                         |
| Неспешни случаи, изискващи намесата на полицията                                                 | 101                                                                                                                        |
| Неспешни случаи, изискващи намесата на здравно лице                                              | 111                                                                                                                        |
| Теч на газ в имота или на улицата                                                                | 0800 111 999                                                                                                               |
| Надвиснали или паднали електрически кабели                                                       | 0800 40 40 90                                                                                                              |
| Изоставени превозни средства, опасни сгради, вандализъм, нерегламентирано изхвърляне на отпадъци | <a href="http://www.gov.uk/find-your-local-council">www.gov.uk/find-your-local-council</a>                                 |
| Спиране на ток                                                                                   | <a href="http://www2.nationalgrid.com/UK/Safety/Power-cut">www2.nationalgrid.com/UK/Safety/Power-cut</a>                   |
| Теч на вода на улицата                                                                           | <a href="http://www.ofwat.gov.uk/households/your-water-company/map">www.ofwat.gov.uk/households/your-water-company/map</a> |

**Общи справки за Universal Credit**  
Тел. 0345 6000 723  
(понеделник до петък от 8 до 18 часа)

**Общи справки за Tax Credits**  
Тел. 0345 300 3900  
[www.gov.uk/browse/benefits/tax-credits](http://www.gov.uk/browse/benefits/tax-credits)

**Общи справки за Child Benefit**  
Тел. 0300 200 3100  
[www.online.hmrc.gov.uk/shortforms/form/CBO\\_General](http://www.online.hmrc.gov.uk/shortforms/form/CBO_General)

**Citizen Advice Bureau**  
За безплатна правна консултация на територията на Великобритания  
[www.citizensadvice.org.uk/](http://www.citizensadvice.org.uk/)

**Българска Православна църква в Лондон**  
188 Queens Gate London, SW7 5HL  
Тел. 020 7584 4607  
[www.bgchurch.org.uk/](http://www.bgchurch.org.uk/)

Българска карта на Лондон

Къде сме ние в тукашната география, в кои райони кънти повече родна реч и в кои – по-малко, в кои райони да се търсим (или пък отбягваме)



Картата отразява гъстотата на българите в Лондон по общини. За изготвянето ѝ е използвана информация от базата данни на БГ БЕН, както и обобщени данни от регистрациите на потребители в сайта [www.bgstreet.co.uk](http://www.bgstreet.co.uk) и обявите, пуснати в сайтовете: [www.easteads.co.uk](http://www.easteads.co.uk) и [www.kvartiri.co.uk](http://www.kvartiri.co.uk).

|                           |
|---------------------------|
| направо сме си в махалата |
| български уют             |
| ставаме все повече        |
| срещаме се тук-там        |
| екзотика                  |

**БГ БЕН**

**ЗА ВЕСТНИКА:**  
Формат: Таблоид 259 мм x 350 мм  
Брой страници: 32  
Периодичност: двуседмичник  
Рекламен обем на страница: 906.50 кв. см  
Брой колони на страница: 6  
Ширина на колоната: 4.1 см  
Разстояние между колоните: 0.3 см

**ОТСТЪПКИ:**  
За площ:  
10% - Рекламно каре над 100 кв.см  
15% - Рекламно каре над 300 кв.см  
20% - За рекламно каре на цяла страница  
За публикации:  
10 % - за повече от 10 публикации  
20 % - за повече от 20 публикации

Издателите на БГ БЕН си запазват правото на промяна в цените на рекламните услуги, като се задължават да обявят това на страниците на вестника минимум две седмици по-рано. Промените не важат за вече сключени договори.

Small box каре - едно лесно и ефективно решение, ако искате вашата малка бизнес обява да се откроява сред останалите. Размерите на карето са 4.1x4 см. Срецу сумата от 30 лири вашата обява ще излиза в продължение на 4 броя на вестника и винаги ще бъде четена с предимство.

**РЕКЛАМЕН ПАКЕТ:**

**Технически изисквания:**  
Възможни основи на карето в см:  
> 4.1; 8.4; 12.8; 17.2; 21.5; 25.9  
Всички страници са пълноцветни

**Цени за реклама:**  
На 1 кв.см.  
Първа стр. £3.50  
2-ра, 3-та стр. £1.60  
Последна стр. £1.60  
4-та и 5-а стр. £1.20  
20-та и 21-а стр. £1.20  
останали стр. £0.80

**Искане за определено място на каре се заплаща 25% върху цената**

|                                                                                                          |                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Последна страница<br>£ 742.40<br>Вътрешна страница<br>£ 371.20<br>4-та, 5-а, 20-а, 21-а стр.<br>£ 566.80 | Последна страница<br>£ 371.20<br>Вътрешна страница<br>£ 185.60<br>4-та, 5-а, 20-а, 21-а стр.<br>£ 278.40 |
| <b>1/2</b><br>454.00 кв. см                                                                              | <b>1/4</b><br>226 кв. см                                                                                 |
| Последна страница<br>£ 185.60<br>Вътрешна страница<br>£ 92.80<br>4-та, 5-а, 20-а, 21-а стр.<br>£ 139.20  | Последна страница<br>£ 92.80<br>Вътрешна страница<br>£ 46.40<br>4-та, 5-а, 20-а, 21-а стр.<br>£ 69.60    |
| <b>1/8</b><br>113.00 кв. см                                                                              | <b>1/16</b><br>56.50 кв. см                                                                              |

**За условията за слагане на реклама на уебсайта на вестника ([www.bgben.co.uk](http://www.bgben.co.uk)), повече информация на: [www.bgben.co.uk/reklama\\_bg.php](http://www.bgben.co.uk/reklama_bg.php)**

**БГ БЕН**  
заедно на Острова

**БГ БЕН/BULGARIA**  
ISSN No. 1744-8751  
[www.bgben.co.uk](http://www.bgben.co.uk)



**Издание на PA Events Ltd.**  
Регистрирана компания в Англия и Уелс под No: 04972283

**Адрес на редакцията**  
Safe Advice Ltd.  
1st Floor, 79 West Ham Lane  
London, E15 4PH

**Контакти в UK**  
тел. +44 (0)20 3411 0802  
+44 7888 676471  
Контакти в България  
тел. +359(0) 32 63 99 33

**Отговорен редактор**  
Антония Попова  
porova@bgben.co.uk  
тел. +359 (0) 8891 20460

**Координатор**  
Нежди Халил  
nhalil@bgben.co.uk

**Сътрудници**  
Северино Кожухаров  
skozhuharov@bgben.co.uk  
Юлия Ташева  
juliagrigorova@abv.bg  
+359(0) 897 056 435

**Маркетинг и реклама**  
Ивелин Митев  
reklama@bgben.co.uk  
Тел. 07888676471

**Екип на вестник БГ БЕН**  
Здравка Владова-Момчева  
zdravkavm@gmail.com  
Ивелин Митев  
office@donas.co.uk

**Предпечат**  
Павел Иванов  
pavel2asi2@gmail.com

**WEB дизайн**  
Енчо Енев  
тел. +359(0) 89 4458 979

**Коректор**  
Юлия Ташева  
juliagrigorova@abv.bg

Печат: St Clements Press (1998) Ltd, Unit 3, Rick Roberts Way, London, E15 2NF,  
[mohammed.faqir@ft.com](mailto:mohammed.faqir@ft.com)



## Истинският вкус на Българската кухня

*Безкраен празник на душата, място където да забравите стреса от ежедневието.*

Можете да поръчате за вкъщи

[www.unikattakeaway.co.uk](http://www.unikattakeaway.co.uk)



**Храна, напитки и настроение - само за ценители!**



Ресторант "Sunny Beach"  
8 Westbury Ave, London N22 6BN

Ресторант "Родина"  
156a Seven Sisters Rd, London N7 7PL



**Открийте света на кулинарните изкушения**

*В нашите ресторанти разнообразното меню и доброто обслужване подсилват усещането за домашен бит и уют.*



## Счетоводство и Бизнес Консултации

Регистрация на фирми  
Годишно счетоводство  
Заплати / RTI, Payroll /  
Администрация

CIS администриране  
VAT подаване  
Tax Returns  
Финансови отчети

SAFE ADVICE LTD  
1st Floor  
79 West Ham Lane  
London E15 4PH

 020 8555 5143  079 1614 3282  077 8698 8558

[www.safeadvice.co.uk](http://www.safeadvice.co.uk) Email: [office@safeadvice.co.uk](mailto:office@safeadvice.co.uk)



Молим да уговорите предварително час за среща и справки