

БГ БЕН

Издание на PA Events Ltd.

12 декември, брой 12 (521) от 2025 г., година XXII

www.bgben.co.uk

f БГ БЕН

БЕЗПЛАТНО ИЗДАНИЕ



Милена Везенкова: Моята работа е да подсигура най-добрите условия за учениците и учителите

на стр. 8-9



Отец Добромир: Рождество Христово е събитие, след което вече нищо в нашия свят не е същото

на стр. 20-21



Няколко интересни факта за Коледа, които я правят още по-приказна

на стр. 22



Снимка: bigstockphoto.com

Каква ще бъде новата година за работещите в Обединеното кралство

- ✓ Финансовият министър Рейчъл Рийвс със суперлативи за новия бюджет, но реалността е друга
- ✓ Труден бюджет на фона на загубите на Обединеното кралство от Брекзит, които вече достигат до 90 милиарда паунда годишно
- ✓ Рийвс обещава по-ниски разходи за живот чрез намалени енергийни сметки, замразени цени на влаковете, по-високи доходи и мерки за изваждане на 450 000 деца от бедност
- ✓ Данъчните промени събудиха недоволството на британците

на стр. 2

ПОДКРЕПЕТЕ БГ БЕН - ЕДИНСТВЕНИЯ БЪЛГАРСКИ ВЕСТНИК НА ОСТРОВА!

Всяка помощ е знак за съпричастност към независимата журналистика! С подкрепата си Вие ще гарантирате,

че българската общност ще запази своя български вестник, който е сигурен Ваш партньор!

Подкрепата днес ще осигури по-добри стандарти на живот утре - за вас и вашите деца! Благодарим за доверието!

Нашата банкова сметка е:
PA Events Ltd,

Lloyds Bank
sort code 30-92-90
acc.02271697

Счетоводство и Бизнес Консултации

SAFE ADVICE LTD

1st Floor, 79 West Ham Lane
Stratford, London E15 4PH
office@safeadvice.co.uk
www.safeadvice.co.uk

020 8555 5143

079 1614 3282
077 8698 8558

Регистрация на Self-Employed & Ltd
Accounts
Payroll
Tax Returns
Годишно счетоводно приключване
CIS Returns
VAT Returns
RTI

OCEANAIR
Chartered Certified Accountants

020 8530 6929

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

Конфиденциалност
Професионализъм

VAT
Payroll
Tax Returns
Penalty Appeals



Адвокатска кантора

Обадете се и говорете на български с

Елида Димитрова

07843 349 633/020 7681 8675

Osbornes | Law^o





Каква ще бъде новата година за работещите в Обединеното кралство

БГ БЕН

И през 2026 г. Обединеното кралство ще се сблъска със сериозни икономически предизвикателства основно заради последиците от Брекзит, оценявани на 90 млрд. паунда годишно. Това води до икономически сътресения и натиск върху бюджета - факт, който ясно личи в представения от финансовия министър Рейчъл Рийвс нов бюджет за 2026 г., приет противоречиво от бизнес и работници.

Заради големия дефицит правителството пристъпва към повишаване на налозите. Премиерът Киър Стармър защита Рийвс, подчертавайки, че данъчните увеличения са неизбежни и не нарушават ключовите обещания, а работата на Службата за бюджетна отговорност е жизненоважна за стабилността.

Какво означава това за работещите на Острова

Рийвс обещава по-ниски

Финансовият министър Рейчъл Рийвс със суперлативи за новия бюджет, но реалността е друга



Снимка: БГ БЕН

разходи за живот чрез намалени енергийни сметки, замразени цени на влако-

вете, по-високи доходи и мерки за изваждане на 450 000 деца от бедност. Въпре-

ки годините на недостиг на инвестиции и спад в производителността, минис-

търът заявява амбиция да изведе страната от „цикъла на упадък“ чрез стабилност, инвестиции и реформи. Приоритети са намаляване на листите на чакащите, замразяване на цените на рецептите и ограничаване на държавния дълг.

Мерки за намаляване на разходите за живот

Бюджетът включва намаление от 150 паунда на енергийните сметки, замразяване на железопътните билети за първи път от 30 години, удължаване на намалението на акциза върху горивата и въвеждане на Fuel Finder, което ще спести около 89 паунда на шофьорите. Увеличават се минималните ставки, носещи около 900 паунда годишно допълнителен доход. Премахването на ограничението за помощи за две деца от 2026 г. ще извади 450 000 деца от бедност. Бюджетът предвижда и подкрепа за дългосрочно безработните младежи, както и затваряне на вратичка за по-евтино

закупуване на държавна пенсия от чужбина.

Данъчните промени и недоволството

Замразяват се праговете за личен данък за периода 2028-2031 г., а хора с по-високи доходи ще допринасят повече. Повишават се данъците върху собствеността, дивидентите и доходите от спестявания, с облекчения за по-ниски доходи. Въвежда се допълнителна такса към общинския данък за имоти над 2 млн. паунда, както и такса на мия за електрически и plug-in хибридни автомобили от 2028 г.

Увеличава се акцизът върху онлайн хазарта, което ще донесе около 1 млрд. паунда годишно, докато бингото остава освободено.

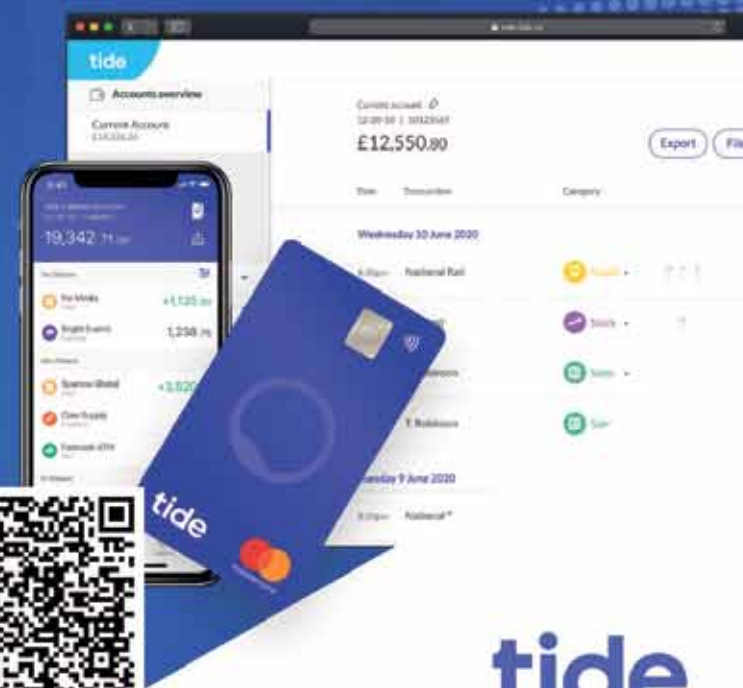
Предстои да видим как кабинетът ще се справи с финансовото предизвикателство и как това ще повлияе на имиджа на правителството на Киър Стармър.

OPEN A BUSINESS ACCOUNT WITH TIDE

Just use the code: **4ORK7B**

GET £40 ON US! SPEND £50 ON YOUR TIDE CARD WITHIN THREE MONTHS OF OPENING YOUR ACCOUNT*

*T&CS APPLY



tide.

WWW.TIDE.CO



Sunny Day Care

Детска градина с целодневна грижа за вашето дете

Регистрирана в Ofsted 

Квалифицирани учители

Здравословна храна 

Безплатно ранно образование за 2 и 3 годишните

Удобна локация в района на Stratford E15 Достъпни цени

Понеделник до Петък от 07.00 до 18.00 часа

Изтеглете новия брой на вестник БГ БЕН онлайн!

www.bgben.co.uk

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

Osbornes Law^o

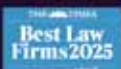
Специалисти по иски за обезщетение

Ние от адвокатска кантора Осборнс с повече от 50 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.

“Вашата работа беше отлична, коректна и точна, благодаря ви за всичко, вие наистина сте професионалист, и ви желая да се издигате безспорно към успехи. С уважение. Поздрави!”
Hristo D


Свържете се с нас и говорете на български на:

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

СКЕНАР терапия с Асен – един модерен и ефикасен метод за борба с Вашата болка.

БИОЕНЕРГИЙНИЯТ НЕВРОСТИМУЛАТОР СКЕНАР СЕ ИЗПОЛЗВА ЕФЕКТИВНО ПРИ ЗДРАВΟΣЛОВНИ ПРОБЛЕМИ С:

- Нервна система
- Опорно-двигателен апарат
- Гинекологични заболявания
- Дихателна система
- Отделителна система
- Храносмилателна система и др.

За повече информация:

Тел: 07459851857; email: sctherapy23@gmail.com

www.bestscenartherapist.com

FB : Pain Relief with Scenar Therapy





Във Великобритания започва историческа съдебна реформа за бързо и справедливо правосъдие

БГ БЕН

Във Великобритания започва план за „бързо и справедливо правосъдие“. В центъра на съдебната реформа ще бъдат поставени жертвите на престъпления. Вицепремиерът Дейвид Лами представи най-мощната модернизация на наказателните съдилища от десетилетия насам. Реформите идват на фона на близо 80 000 висящи дела в Кралския съд - брой, който без спешни действия може да достигне 100 000.

По думите на Лами, ситуацията представлява „извънредно положение в съда“, което принуждава жертвите да чакат с години, за да видят извършителите подведени под отговорност, подкопвайки доверието в системата.

Отпускат над половин милиард паунда за подкрепа на жертвите на престъпления

Британското правител-

Дейвид Лами обеща по-бързи процеси, по-силна подкрепа за жертвите и реални осъдителни присъди за опасните престъпници



Снимка: bigstockphoto.com

ство ще отпусне над 550 милиона паунда през следващите три години за услуги в подкрепа на жертвите и свидетелите на престъпления. Това е най-големият подобен пакет до момента. Средствата ще бъдат насо-

чени към специализирани програми, включително консултации и помощ при явяване в съда, за да се осигури практическа и емоционална подкрепа по време на целия процес.

Според данните, когато

жертвите получат подобна подкрепа, вероятността да доведат делото си докрай е значително по-висока, което означава повече осъдителни присъди и по-малко опасни престъпници на свобода.

Какво включват готвените от британското правителство реформи

Няколко са ключовите мерки, които са залегнали

в смелия реформаторски план, които трябва да изпълнят амбициозните цели на правителството:

- модернизиране на съдебните процеси с цел намаляване на забавянията;

- въвеждане на по-бързи процедури за дела от по-ниско ниво по канадски модел;

- засилен съдебен контрол върху развитието на делата;

- по-добра подкрепа за жертвите на изнасилване и тежки сексуални престъпления;

- освобождаване на ресурси за Кралския съд, така че най-тежките престъпления да бъдат разглеждани приоритетно.

Вицепремиерът и министър на правосъдието Дейвид Лами подчерта, че ако наследената съдебна система не бъде променена, то до 2028 година ще има до 100 000 неразгледани дела. А зад всяко от тях стои жертва, която е поставила живота си на пауза. Лами е категоричен, че това не може да продължава така, затова се пристъпва към мащабна съдебна реформа.

**Ние се грижим за Вашето счетоводство,
за да имате време за бизнес...**



... изберете правилната посока



OCEANAIR
Chartered Certified Accountants

020 8530 6929

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

Искате ли да учите във Великобритания? Това е вашият шанс, грабнете го сега!

Мечтаете ли да започнете университет в Обединеното кралство? New Alternative Path е тук, за да ви помогне с всяка стъпка по пътя към образованието!

Ние се намираме в стая 1b 44, Бродуей, Лондон, Англия, E15 1XH. Обадете ни се на +44 7365 225171, изпратете ни имейл на newalternativepath.info@gmail.com или посетете уебсайта ни - <https://newalternative.co.uk/>, за повече информация.

Нашите опитни специалисти ще ви дадат компетентно мнение и съвет, който ще ви улесни във взимането на решение.

Ние от New Alternative Path ще ви помогнем да намерите правилния университет за вас. Ние ще ви напътстваме през целия процес на кандидатстване. Може да ни имате пълно доверие, че ще бъдем непрекъснато до вас, през целия път на кандидатстване и финансиране. Вие ще получите безкористна помощ от избиране на правилния университет за вас до подаване на документи за финансиране.

Ако вашият английски не е перфектен, не се притеснявайте! Имаме безплатен курс, който да ви помогне с усъвършенстването на езика, давайки ви повече увереност в академичното ви приключение.

Ние от New Alternative Path ще ви подготвим за уни-

Снимката е предоставена
от New Alternative Path



NEW ALTERNATIVE PATH

YOUR STEPPING STONE TO SUCCESS

верситетското ви интервю напълно безплатно. Нашите опитни специалисти ще се свържат с вас и ще бъдат пътеводител в трудностите на интервюто за университет, давайки ви гаранция за прием. Предлагаме услуги като помощ при кандидатстване за университет, създаване на автобиография, подаване на документи за студентско финансиране и подготовка за интервюта. Всичко това е напълно безплатно!

Университетските програми са разнообразни, предлагачи специалности за всеки вкус. Вие ще имате възможност да избирате разнообразие от програми и да се развивате в мечтаната от вас сфера. От успешен

бизнесмен, ИТ специалист или счетоводител, изборът е във вашите ръце.

Като отличен бонус е това, че университетите имат гъвкави графици, с възможност за вечерни занятия, занятия през почивните дни, възможност за един ден онлайн обучение и един ден в кампуса на университета и възможност за два дни през седмицата. Графиците са толкова гъвкави, че ще паснат на всеки студент, независимо от житейската му ситуация.

При кандидатстване вие ще имате възможност да изберете удобен за вас график, позволявайки ви да работите и да имате време за вашето семейство. Освен

това британските дипломи, които ще придобиете накрая на своето университетско обучение, са признати в целия свят, което ви прави ценен кадър на пазара на труда.

Печелите едно от най-добрите образования, което ще ви отвори безгранични възможности към вашето професионално развитие. Това е ценна възможност, която ще ви позволи да намерите добре платена професия, увеличавайки вашите доходи и работейки нещото, което обичате. Вие ще забравите, че работите, защото вече работата ви няма да е в тежест, а ще се превърне в любимото ви занимание.

Като студент при нас вие

ще получите страхотни предимства като 30% отстъпка за карти Oyster, за да имате

възможност да пътувате повечето навсякъде, където пожелаете в Лондон, NUS карта за множество отстъпки и намаления, както и много други предимства.

Ние от New Alternative Path ще ви помогнем да вземете студентско финансиране напълно безплатно. New Alternative Path ще Ви помогне както за кандидатстване за пари за вашето образование, така и за финансиране на житейските ви разходи.

Започнете своето пътуване днес с New Alternative Path!

Вашето бъдеще е във вашите ръце!

Ако пребивавате в Обединеното кралство, това е вашият шанс да сбъднете мечтите си.

Нека да започваме сега!

Снимката е предоставена от New Alternative Path



Снимката е предоставена
от New Alternative Path



Снимката е предоставена
от New Alternative Path





Вестник БГ БЕН Ви пожелава весели и споделени празници!



Снимка: bigstockphoto.com

**На Рождество Христово
нека се огледаме в
очите на любимите
хора и да благодарим!**

формират като личности. Защото без тях нямаше да сме същите - осъзнати за доброто и за приоритизиране на важните неща, моралните ценности и красивите отношения.

Именно това ни е необходимо днес, в този обръкан и динамичен свят, за да можем да оцелеем като човече. Неслучайно една от десетте Божии заповеди гласи: „Обичай ближния като себе си“. Тоест можем да обичаме ближните само ако знаем как да обичаме себе си.

Екипът на вестник БГ БЕН ще продължи да следва пътя на добротата и защитата на благородни каузи. Вярваме, че те са смисълът и правилната дефиниция за успех! Надяваме се, че с примера си можем да помогнем на много от българите на Острова и с всеки изминал ден обединението, макар и далеч от родината, да става с една идея по-възможно.

Оставаме в готовност да подадем ръка на всеки наш сънародник, който идва при нас с добра дума и идея, с проблем или със

зов за помощ.

Оставаме непоколебими в каузата ни да обединяваме, а не да разединяваме. Надяваме се, че ще продължим да заразяваме с добро не само по коледните празници, но и през цялата следваща 2026 година.

Пожелаваме ви много човештина, благи думи и сърдечни усмивки!

Оставаме ваши приятели и съмишленици и през 2026 година, за да можем заедно да продължим да сътворяваме един по-добър, справедлив и красив свят!

И преди да изпратим старата и да посрещнем новата година, нека да си кажем вълшебното изречение „Бог е любов“ и да я споделим помежду си!

Не пропускайте да се огледате в очите на отсрещния и да изпълните сърцата си с любов! Нека тя ви съпътства и през 2026 година!

Весели празници, приятели и читатели на вестник БГ БЕН! Ще бъдем отново заедно на 9 януари 2026 година, когато ще излезе първият брой на вестника за новата година!

БГ БЕН

Казват, че на Коледа се случват чудеса. Затова целият екип на вестник БГ БЕН пожелава на нашите читатели чудеса! Не големи и материални, а онези малките, които осмислят дните ни. Защото Рождество Христово идва да ни докаже, че любовта между хората е правилният път, за да сме споделени, щастливи и успешни!

Всъщност това е времето, в което светът забавя своето темпо и дава превес на чисто човешкото, на споделените мигове. Време, в което трябва да благодарим не само за всичко, което имаме, но и за уроците и изпитанията, които ни

DAYANA TRAINING 2021 LTD

ДОВЕРЕТЕ СЕ НА ОПИТА

CSCS ТРЕНИНГ ЦЕНТЪР В ЛОНДОН НА БЪЛГАРСКИ ЕЗИК

* CSCS КАРТА - (ОСНОВНА, БЕЗ КОЯТО НЕ МОЖЕТЕ ДА РАБОТИТЕ НА ГОЛЕМИ ОБЕКТИ)

* PERIODIC TESTING & INSPECTION

* FIRST AID AT WORK (LEVEL 3)

* EMERGENCY FIRST AID AT WORK

* CITB ТРЕНИНГ И ТЕСТ

* NVQ LEVEL 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7.

* S.P.A SAFETY PASSPORT

* ELECTRICAL GOLD ECS CARD

* PLUMBER JIB GOLD CARD

* WORKING AT HEIGHT

* TRAFFIC MARSHALL A73 CPCs

* LEVEL 2 HEATING & VENTILATING (DUCTWORK)

* LEVEL 3 HEATING & VENTILATING (DUCTWORK)

* NPORS КАРТА ЗА:

- TELEHANDLER /ТЕЛЕСКОПИЧЕН ТОВАРАЧ, КОЙТО В СТРОИТЕЛСТВОТО СЪЩО СЕ НАРИЧА ФОРК ЛИФТ/

- DUMPER /ДАМПА, А В. БГ ДЪМПЕР /

- FADROMA /ФАДРОМА/

- FORK LIFT /МОТОКАР/

- EXCAVATOR 360 /БАТЕР/

- SLINGER SIGNALLER

* ABRASIVE WHEELS

* FIRE MARSHALL

* MANUAL HANDLING

* IPAF КАРТИ - CHERRY PICKER /ПОВДИГАЧ ЗА РАБОТА НА ВИСОКО/

* NVQ1 2 3 6 ЗА НАПРЕДНАЛИ В ЗАВИСИМОСТ ОТ ДЛЪЖНОСТТА.

* SAFETY HARNESS

* FACE FIT

* ASBESTOS AWARENESS

* ECS ЕЛЕКТРИЧАР

* IOSH COURSES

* SSSTS

* SMSTS

* IPAF

* PAZMA

* SIA SECURITY

* CAT & GENNY

* PLANT MARSHALLING

* CONFINED SPACE SAFETY

* CPC - (ПРОФЕСИОНАЛНА КОМПЕТЕНЦИЯ ЗА КАМИОНИ)

* WELLBEING - (MENTAL HEALTH)

* OPERATING A FORKLIFT

* 18TH EDITION COURSE

* REACH LIFT TRUCK

* LADDER SAFETY

CSCS
CONSTRUCTION SKILLS
CERTIFICATION SCHEME
APPROVED

citb
Cskills Awards
Approved Centre

ЗА ПОВЕЧЕ ИНФОРМАЦИЯ И ЗАПИСВАНИЯ:

WWW.CSKARTIBG.COM

Tel: 02088081069 Email: info@cskartibg.com Mob: 07552442855

iliyandimitrovtraining@yahoo.com

Unit 77 Millmead Business centre, Millmead road, London N17 9QU

LEADING FIRM

Legal500

UNITED KINGDOM

2026

Chambers
RANKED IN
UK
2026

Osbornes Law

Osbornes | Law^o

“Осборнс е отлична фирма за висококачествена и сложна работа, свързана с физически наранявания. Те имат особен опит в работата с източноевропейски клиенти, които говорят малко или никакъв английски, тъй като в екипа си имат юристи говорещи езика.”



Osbornes | Law^o

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



Ние специализираме в случаи на:

Трудови злоупотреби
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

“Вашата работа беше
отлична, коректна и
точна. Благодаря ви за
всичко, вие наистина
сте професионалист, и
ви желая да се издигате
безспорно към успехи.
С уважение. Поздрави!”

Hristro D



Свържете се с нас и говорете
на български на:

Елида Димитрова

07843 349 633/020 7681 8675

Elida.dimitrova@osborneslaw.com



Иск за обезщетение при нараняване от автобус - присъдени са 7800 лири стерлинги на наранен пътник

Клиентка на „Осбърнс Лоу“ получава обезщетение за нараняване поради нехайство на водач на автобус

Обезщетението е било осигурено наскоро за пътник на автобус от Меган Ламбърт - от „Осбърнс Лоу“, за обща сума от 7800 лири стерлинги.

Какво се е случило

Клиентката на „Осбърнс Лоу“ е била седящ пътник в автобус, когато водачът на рейса грубо ударил спирател, след като тръгнал от автобусната спирка, и това станало причина всички пътници да полетят напред, да крещят и пицят.

Внезапното удряне на спирател изхвърлило нашата клиентка от седалката ѝ и в резултат на това тя ударила главата си в металния прът пред себе си и паднала на земята. Изпаднала в безсъзнание за кратко и някои от пътниците ѝ помогнали да стане. Малко след това полицията била повикана и пристигнала на местопроизшествието.

Ищцата е претърпяла леко нараняване на главата със загуба на съзнание, раздиране на челото, довело до белег, насиняване по лицето, голяма контузия на дясната ръка, навехната китка и лека невропраксия (слабо нараняване на периферните нерви). В светлината на нараняванията ѝ е бил получен доклад от консултант по спешна и неотложна медицина за окончателна прогноза. За щастие, очаква се ищцата да достигне пълно възстановяване.

Съдебно производство и обезщетение

Преговорите за обезщетение са започнали и съдебното производство в крайна сметка е било заведено, преди да бъде договорено обезщетение от 7800 лири стерлинги.

Ние често приемаме безопасността си на обществените места или в транспорта за даденост, а произшествията на тези места са по-

чести, отколкото си мислим. При нещастен случай, при който сте станали жертва на хлъзгав под, предмети не на мястото си, които се превръщат в препятствия, или както е в този случай - нехайство на водача на автобуса, можете да се окажете наранени или тежко наранени. В подобни случаи може да е възможно да претендирате за обезщетение.

В случаите, при които лицето е претърпяло наранявания в обществен автобус поради нехайство на водача, някои от ключовите подробности, които са от помощ за делото, са регистрацията на участващия автобус, номерът на маршрута на автобуса и къде по пътя на маршрута се е случило произшествието. Когато е възможно, описанието на водача на автобуса също е от голяма помощ, както и всякакви доказателства за пътуването.

Меган Ламбърт, която е представлявала клиента по това дело, коментира:

„Много се радвам, че моята клиентка успя да постигне пълно възстановяване от нараняванията си. Ако тя беше стояла права в автобуса, вместо седнала, нараняванията ѝ са можели да бъдат много по-тежки. Този случай подчертава, че дори на обществените места или в градския транспорт, където като цяло очакваме безопасност, се случват инциденти, в резултат на които може да бъдем наранени. Нашата клиентка беше абсолютно права да потърси консултация и ние с радост ѝ помогнахме да получи медицинското лечение, от което се нуждае, като същевременно договорихме финансово обезщетение от нейно име.“

Можете ли да претендирате за обезщетение за нараняване в автобус

Пътните произшествия

в градския транспорт са по-чести, отколкото много хора си дават сметка. Ако сте били наранени в автобус поради грешка на водача или опасни условия, нашите адвокати за автобусни пътни произшествия могат да Ви помогнат да предявите претенции за обезщетение.

Бихте могли да предявите претенции, ако:

- Водачът е ударил внезапно спирател или е шофирал по опасен начин;
- Били сте наранени в резултат от инцидента;
- Има доказателства за пътното произшествие (като свидетели, явяване на полицията, медицински документи).

За да подсилите тезата си, се опитайте да запишете ключови подробности като:

- регистрационен номер на автобуса;
- номер на маршрута и място на инцидента;
- описание на водача;
- доказателства за пътуване (например автобусен билет, запис на карта Oyster);
- имена и данни за контакт на свидетелите.

Екипът на адвокатска фирма **Osbornes** разполага с българаговорящи специалисти. Когато се свържете с нас, ще имате възможност да разговаряте с някой на български език и ако изберете **Osbornes** да Ви представляват, ще бъдем ангажирани към Вашето дело през цялото време. **Osbornes** е фирма, базирана в Лондон.

Имаме офиси в Камдън и Хампстед с над 190 служители.

Помагаме на хора вече повече от 50 години и се надяваме да помогнем и на Вас!

Свържете се с български адвокат:

Елида

Tel: 07843349633 / 020 76818675

E-mail: Elida.dimitrova@osborneslaw.com

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. Ние работим по схемата „No Win, No Fee“. Ще можете да разговаряте на български директно с нашия консултант Елида Димитрова, която ще работи по случая ви през цялото време. Обадете се на номер 07843349633 / 020 76818675. E-mail: Elida.dimitrova@osborneslaw.com



Милена Везенкова: Моята работа е да подсигурия най-добрите условия за учениците и учителите

БГ школо „Васил Левски“ в Баркинг е едно от най-големите български училища в чужбина, което ме радва, защото това е оказано доверие в нас, казва директорката на учебното заведение



Милена Везенкова е от с. Войнягово, общ. Карлово. Живее в Англия от 2001 г. Омъжена. Има две деца - син на 21 г. и дъщеря на 17 г. Завършила е „Социология и политология“ в Пловдивския университет.

През 2009 г. създава Българско школо „Васил Левски“ в Баркинг, а през 2010

г. БГ Школо „Розова долина“ в Тотнъм. През последните двадесет години освен с българските училища се занимава заедно със семейството си с управление на български магазини в Лондон и различни обществени събития и прояви. Към момента вече е посветена изцяло на българското училище в Баркинг и помага в управлението на училищата в Тотнъм и Харлоу. Общо в трите училища на БГ Школо се обучават над 700 ученици. Смята се за успял човек, защото е постигнала целите и мечтите, които си е поставила, идвайки в Англия преди почти 25 години, и в същото време има много още за даване.

БГ БЕН

- Госпожо Везенкова, създател и дългогодишен директор сте на Българско школо „Васил Левски“ в Баркинг. В този свят на предизвикателства какво е да се занимаваш с образованието на подрастващите?

- Моето лично мнение е, че децата на днешното време са много по-умни, в много по-добра позиция са от нас, техните родители, и че с наша помощ могат да постигнат много повече. Прилагайки правилния подход, използвайки днешните технологии, умело и с разбиране, а не с отхвърляне и заклеяване, предизвиквайки интерес в учениците

и подсигуриране на добра учебна среда, е ключово за едно образователно звено. Винаги съм казвала, че ние сме тук да даваме възможност за обучение по български език, а не да задължаваме ученето му. В българското училище в чужбина се идва по желание и това е много важно. В същото време в училището ни учебният процес е много сериозен, насочен към постигане на максимални резултати и изисква отдаденост и то не само от учениците, а и от родителите. Ако тригълникът училище-ученик-родител не е едностранен и е счупен, работата не се получава. Причините да се запише ученик в българско училище

могат да бъдат различни - желание за подготовка преди преместване в България, желание за продължаване на българско образование, идвайки от България, желание за ограмотяване, желание за научаване на български език, желание за социализация, нужда от допълнителна дейност, всяко семейство има своята уникална ситуация. Ние сме там да отговорим на всички тези нужди, да направим организация, която да взема под внимание всички тези различни обстоятелства, да създадем класове, в които да има творческа атмосфера, да има вдъхновение. Отскоро в училището в Баркинг имаме и предучилищни групи, в които се изучава български език като чужд. Там се работи по съвсем различен начин и методика и в тях разчитаме на преподаватели, които имат опит в английско училище, където от години се работи с ученици, които не говорят основния език, но биват лесно приобщавани, интегрирани и обучавани. Българското училище в чужбина е различно от българското училище в България и също така българското училище в Баркинг е по-различно от това в Тотнъм, в Манчестър или пък другаде в Европа или по света. Уникалността идва от учениците в него и начина, по който преподавателите решават да прилагат своите педагогически умения. Ние имаме насоки и програми от България, но те не са шаблон, който налагаме

или прилагаме. В последните години се подготвят нови програми, учебници и помагала за българските училища в чужбина и също така държавата, в лицето на МОН, ясно заявява, че ни подкрепя в работата ни. За нас е празник, когато с нас се свърже наше семейство, което се е завърнало в България, и ни споделят колко добре наш ученик се справя в България. Всеки ученик е различен, ние искаме да научим всички на всичко. Дали успяваме? Няма как да сложим знак за уравниение тук, защото хората, тук разбират децата, сме различни и успеха го мерим по различен начин. При нас няма оценки, по никоя система.

- Защо решихте да създадете това българско училище?

- Причините да създам българско училище в Баркинг преди почти 17 години бяха различни от причините, които днес ме карат да правя всичко възможно училището да става все по-добро. Тогава започнах с идеята за едно място, където децата от Източен Лондон да се събират, комуникират, да пеят песни, да играят и да научават по нещо. Първоначално децата бяха малко, на всякаква възраст, различни нива - за всички ни беше ново. Постепенно всички осъзнахме, че българските деца имат нужда от нещо повече, а именно от ограмотяване от ранна възраст и качествено българско образование. Не



Снимки: Личен архив на Милена Везенкова

съм педагог по образование и не бях се занимавала с подобни дейности. Учих се в движение как се управлява училище. Моята работа е да подсигурия най-добрите условия за учене на учениците и за работа на учителите и с ресурсите, които разполагаме (защото се стремим таксите ни да са възможно най-ниски), да постигнем най-доброто, което включва база, оборудване, материални условия, безопасни условия, добра атмосфера в колектива, бързо да се отговаря на всяка нова нужда, да се реагира на всеки възникнал проблем и да се намира най-доброто решение. Също така съм длъжна да подсигурия справедливо заплащане на всеки един човек от екипа - от учителите до хората, които се грижат за хигиената. Не ми е важно родителите и учениците да знаят за всяка една подробност, с която е запълнен моят ден от сутрин до вечер в училището, важно ми е, когато са там, всичко да е наред и ако не е наред, да мога да оправя каквото е нужно. Много важно е да отбележа, че процесите винаги са се случвали и са имали един естествен ход - без прекалени амбиции за бройка деца, за някакви постижения, награди, и сме се ръководили от децата, те са ни показвали в коя посока да вървим. Имам невероятния късмет, че още на първото проведено интервю за учител срещнах Веси Семерджијева, с която и до днес работим заедно, и е любимка на малки и големи. В момента, в който свърши разговорът ни, тя беше назначена, не

търсих друг и оттам започна всичко. Работа с прекрасни колеги преподаватели, които са основата на едно добро училище, и съм много благодарна за екипа ми. Днес БГ школо „Васил Левски“ е едно от най-големите български училища в чужбина, което ме радва изключително много - не заради бройката, а поради оказаното ни доверие.

- Българско школо „Васил Левски“ в Баркинг вече е в нова сграда, къде точно се намира то и какви са предимствата?

- От началото на месец ноември училището се намира в Баркинг парк. Модерна сграда, построена е преди повече от десет години, планирана за социални дейности, но никога не е използвана за целта. Беше изпочупена, занемарена, тъжна, но й вдъхнахме живот и любов и я направихме „нашето място“. Изместването точно на това място за мен е постигната мечта, в личен и професионален план, и една малко дълга история, с която искам да покажа, че „не може“ и „няма да стане“ невинаги са окончателни отговори. Аз имам всичко в живота си, само търпение нямам.

Знаейки, че десетгодишният договор за сградата на училището изтича в края на 2025 година, започнах да проучвам и търся ново място още преди две години. Знаем как се променят лондонските квартали през последните години - стотици блокове с малки апартаменти и големи лъскави индустриални складове с



високи до небето наеми. Учебна дейност не може да се провежда във всяка една сграда, трябва специален лиценз, който, ако не е издаден още при построяването, много трудно се издава. Знам от опит, защото за досегашната сграда процедурата отне седем години. Да, седем! С една дума, сграда, подходяща за нашето училище, въпреки обстоятелството, че все пак не е изцяло готова, но излизаше на пазара за имоти под наем. През юли 2024 г., точно бяхме свършили учебната година, отварям както почти всеки ден сайта със сгради за отдаване под наем и виждам „моего училище“ се отдава. С няколко стаи, подходящ лиценз, в парк, паркинги, светло, просторно, само табелата липсваше, и доста скъпо, но перфектно иначе. Развълнувана съм до небесата, моментално звъня в агенцията, знаейки, че сградата е публикувана буквално същия или предния ден. Служителката отсреща ме полива с ледена вода с думите: „Вече не правим записване за оглед на тази сграда“. Аз започвам да питам да ми обясни защо, как, някой вече го е взел ли. Кратко и ясно ми беше казано, че съжаляват, но не могат да ме запишат за оглед на тази сграда и нямат какво да ми предложат с подобни параметри. Чух затварянето на телефона като взрив. И плаках пет минути, като се чувствах все едно някой ми е откраднал нещо много скъпо, нещо мое. Подсмърчам си аз, но и си мисля, че сополите и мрънкането нищо няма да променят. Събрах се. Мислих, мислих и реших да изпратя оферта, без да съм била на оглед дори, на сяпо, без да знам дали сградата вече е с оферта, нищо не знам. Ето точно и конкретно описах за колко време искам да я наема, за какво ще се използва и добавям, че отдаването на нашата компания ще донесе добавена стойност за парка и за цялата общност. Изпращам имейла, знаейки, че това е единственото нещо, което мога да направя в случая - те дори не искат да говорят с мен.

На другия ден получих обратен имейл, в който се казваше, че офертата ми е приета, и да предоставя документи, които ще бъдат дадени в община Баркинг за крайно одобрение. Имах точно един ден до заминаването ми в България, за 20 часа събрах нужното огромно количество документи, като някои от тях трябваше да са и нотариално заверени. Изпратих ги. Изминаха два месеца без абсолютно никакъв отговор. В края на месец септември 2024 г. получих кратък имейл, че

общината е одобрила нашата организация и процедурата започва. Вече имах опит с общински наеми, училището ни в Тотнъм е в общинска сграда, и знаех, че ще отнеме поне 5-6 месеца, което беше нормално. Адвокати, документи, имейли. Минаха осем месеца и не получавах дори предварителен договор, нищо. Агентът всеки път ми казваше, че съжалява, но няма новини. Общински съветник Нели Гюшева ми даваше съвети как да процедирам и ме свърза с народната представителка за Баркинг, която изпрати писмо запитване по случая. Изпращах имейли на всички контакти, които намирах на отговорни лица в общината. През април тази година получихме предварителен договор и право на оглед. За първи път влязох в сградата тогава, покривът течеше, задните прозорци и стъкла бяха разбити от обир, но сградата беше каквото исках. В главата си имах план за действие, разчет и всичко нужно. Месец, два и сме вътре, оптимистично си представях. Да, ама не. Застой, промени в общината, отпуски, болнични, чакане. През май нещата се пораздвжиха отново, имахме напредък и аз имах уверението, че всичко е въпрос на няколко седмици. Поради тази причина вече сметнах, че мога да дам информация за новата локация.

Завърши учебната година, като планът беше през август да ремонтираме и септември започваме на новото място. Летните дни минаваха, нищо не се случваше, въпреки моите и на адвоката ни усилия. Обновявах имейла си на всеки пет минути в очакване, стресът вече беше голям, приближаваше учебната година, а ние нямаме сграда, само около хиляда имейла на този етап. Месец август е, в Созопол сме и получавам известие, че процедурата е замразена. Пак студена ледена вода, пак рев. Отново трябва да намерим изход, трябва, не мога да излъжа хората, това не е наем на жилище за мен, това е училище за стотици деца.

Оказва се, че сградата е построена с финансиране от националната лотария и има изискване да се използва за дейности, насочени към цялата общност, а не да се отдава на отделни компании или общности. Ние не се страхуваме от събития и обществени дейности - правила сме много. Изходът от ситуацията беше, че общината получи моето официално уверение, че ще организираме и събития за цялата общност. Положението беше овладяно и пак тръгнахме напред. Среци,



уточнения, вървим напред, но не сме там. Новата учебна година трябваше да започне на старото място, като все още няхахме подписан договор. Вече работихме по план Б, дори в случай, че до 15 ноември нямаме място. За щастие, не се стигна дотам и на 9 октомври договорът окончателно беше подписан и вече всичко беше в наши ръце. Очакваше ни много работа, но това не ни плашеше, защото вече си имахме дом. На пръсти се броят българските неделни училища по света, които разполагат с наета за целта сграда на собствено разположение, като нас. Отговорността е много голяма, но и предимствата са безкрайни. Количеството мебели, помощни материали, реквизити, техника, учебници, книги, носии и оборудване е огромно, но помага много в нашата работа и ни дава свобода. Това е четвъртата локация на училището в Баркинг - нашият нов прекрасен дом.

Няколко пъти не приех „не“ за отговор. Получих урок по търпение и много стрес, но съм изключително щастлива и удовлетворена от резултата. Като новодошци ще имаме да доизкусураване нещата още известно време, но се получи страхотно.

Също така, ако Вие смятате, че може да дадете нещо на общността (не само българската), добре дошли сте да го обсъдим и случим заедно. Може да е нещо артистично, спортно, музикално, нещо шантаво! Защо не!

Бъдете смели, нещата се случват! Подарявам Ви доказателство.

- Успявате ли да предадете българските традиции на учениците, които са далеч от родината си, и как се случва това?

- Смя да твърдя, че успяваме. А защо успяваме? Защото на учениците им е интересно всичко това, за тях миналото, откъдето идват нашите традиции, е време много по-различно от сегашното и е като приказка или легенда. И когато историите за герои, места и събития ги обличем в пъстри носии, изработим саморъчно нужните атрибути и пресъздадем обичаите

и традициите, всичко това оживява за тях, забавно и интересно е. При нас имаме постоянни изложби, коя от коя по-интересна - учениците изработиха макети на стари къщи, къщата на Левски и Вазов и други знакови сгради, невероятно красива изложба имахме и с макети на българските съкровища. За Левски имаме изключително много артистични проекти - рисунки, изработени паметници и оръжия, много, много. Но по-важното е не какво сме правили, а какво ни предстои да направим. Заедно с родителите правим хубави празници - за Коледа, за края на учебната година и за други български празници също.

- Има все повече български деца, които са родени в Англия. Трябва ли специално да се работи за тяхното приобщаване към българското училище?

- Към момента по-голямата част от нашите ученици са родени в Англия. Методите и начините на преподаване, които са използвани преди десетина години, вече не работят. Трябва да научим децата на същите неща, които нас са учили, но по друг начин. Тоест крайната точка е същата, но стигама до нея по друг път, който ние прокарваме и който с всяка следваща година има нужда от промяна. Ако стоим на едно място, ще изостанем. Затова се променяме. Разбирам, че за много хора промяната е страшна и винаги се опитвам да кажа и покажа, че не е така, не е страшно. Няма гарантиран успех, но имам много варианти за действие. В нашето училище освен присъствените класове имаме и онлайн класове за ученици от трети до осми клас, което се оказва от изключително важно. Знам, че много хора не харесват тази форма на обучение, но има случаи, когато няма друг вариант. Пак казвам, ние сме тук да даваме възможност за българско образование. С колеги от други български училища се опитваме да сертифицираме официално изучаването на български език в Англия и документите да бъдат признавани в английски университети. Процесът,

изглежда, ще е труден, но ще направим всичко, каквото се изисква от нас.

- Трудно ли се прави българско образование в чужбина? Или всеотдайността на учителите и директори преодоляват предизвикателствата?

- Кое и къде е лесно? Коя работа и професия не изисква отдаденост, усилия, жертви понякога. Такава е и нашата. Опитваме се да правим най-доброто, на което сме способни, не гоним бързи резултати, а стабилност. Награждаме, грешим, спираме, правим оценка на ситуацията и продължаваме! Имам страхотен екип. Всеки колега е силен в дадена насока и моята работа е да открива тази насока, да дам шанс и поле на изява, да следя голямата обща картина, да планирам. И така да преодоляваме всяко предизвикателство и да работим спокойно.

- Получават ли българските училища необходима подкрепа от Министерството на образованието и науката в България?

- Българските неделни училища в чужбина са подпомогани от българската държава чрез МОН в различни направления. Бидейки в системата от 17 години, се случиха много промени, смея да твърдя, към по-добро. Имам много по-голям достъп до образователни материали, бюрократичните изисквания намаляха, включени сме в различни програми и проекти и имаме добра координация и комуникация с тях. Без подпомагането от МОН нямаше да има толкова български училища и много по-малко деца щяха да имат достъп до българско образование.

- В каква насока трябва да се работи, за да се разшири тази подкрепа?

- Важно е тази подкрепа да е постоянна, както е, но и да бъдат вземани под внимание промените, които настъпват, различията, които има между различните държави и училища. Като пример ще посоча, че финансовото подпомагане, което получаваме, не е осъвременявано от 2017 година, което налага увели-

чаване на училищните такси, които родителите плащат.

- Какви ще бъдат новите моменти във вашето училище през 2026 година?

- Когато си в нов дом, възлението да посрещнеш всеки нов ден и празник е двойно. На нас ни предстоят много празници на новото място, различна организация, различна динамика. Първа Коледа, много първи неща ще имаме. През февруари ще имаме интересно събитие, посветено на Васил Левски, за което ще разкажем и покажем тогава. То ще е завършек на един проект, започнал през тази година като проучване от нашите ученици - в процеса на работа възникна идеята, после пороботихме над нея и предстои крайният резултат, който засега запазвам в тайна. Предстои ни отново да изпратим абитуриенти, с които организираме и станалата вече традиция училищна екскурзия. В училището освен учебен процес, имаме и извънкласна дейност - групи по танци и драма и малки весели работилнички, те винаги носят много радост и усмивки.

- Кой е най-големият успех за Вас?

- Най-големият успех за мен е, че се занимавам с това, което ми носи удоволствие и удовлетворение, че ежедневно виждам резултатите от работата си и че не правя нищо, защото съм длъжна, а защото така искам и така смятам за правилно. Не гледам често назад, а когато го правя, е с благодарност, а не с тъга. Имам всичко, от което имам нужда, а ненужното отпада само. Успех за мен е и че и моите деца пораснаха заедно с училищата ми и че са свои собствени личности и добри хора.

- Какво ще пожелаете на нашите читатели за коледните и новогодишните празници?

- Пожелавам им, първо, да са здрави и после да мечтаят смело и да правят и онези стъпки, от които понякога се страхуват. Да поглеждат към новото и неизвестното с любопитство и надежда, че ще е по-хубаво, а не със страх.



ПРАВОСЛАВЕН

ЯНУАРИ	1 ч † Нова година. Обрезание Господне. Св. Василий Велики; <i>(Васильовден) (Вас. лит)</i>
	2 п Св. Силвестър, папа Римски <i>(Предпразненство на Богоявление) (Блажи се)</i>
	3 с Св. прор. Малахия; Св. мчк Гордий <i>(Утрень, Царски часове, Отпуст)</i>
	4 н † Неделя пред Богоявление. Събор на св. 70 апостоли
	5 п Св. мчци Теопемт и Теона; Преп. Синклитикия и Аполинария <i>(Водици)</i>
	6 в † Св. Богоявление <i>(Утрень, Злат. лит.) (Велик водосвет) (Йордановден)</i>
	7 с † Св. Йоан Кръстител <i>(Ивановден) (Разрешава се риба)</i>
	8 ч Св. Григорий, еп. Български; Преп. Георги Хозевит; Св. Емилиан изповедник
	9 п Св. мчк Полиевкт; Св. Петър, еп. Севастийски; Преп. Евстратий
	10 с Св. Григорий, еп. Нисийски; Преп. Дометиан, еп. Мелитински
	11 н † Неделя след Богоявление. Преп. Теодосий Велики; Преп. Теодосий Антиохийски
	12 п Св. мчца Татьяна Римска; Св. Сава Сръбски; Св. мчк Мертий
	13 в Св. мчци Ермил и Стратоник; Св. мчк Петър Анийски
	14 с Преп. отци, избити в Синай и Раита; Св. Нина <i>(Отдание на Богоявление)</i>
	15 ч Преп. Гавриил Лесновски, Прохор Пшински, Павел Тивейски и Йоан Колибар
	16 п Честни вериги на св. ап. Петър; Преп. Ромил Видински
	17 с * Преп. Антоний Велики <i>(Антоновден)</i>
	18 н † Неделя 12 след Неделя подир Въздвижение – на 10-те прокажени <i>(Атанасовден)</i>
	19 п Преп. Макарий Египетски; Св. Марк, еп. Ефески
	20 в * Преп. Евтимий Велики; Св. Евтимий, патриарх Търновски <i>(Евтимовден)</i>
	21 с * Преп. Максим Изповедник; Св. мчк Неофит
	22 ч Св. ап. Тимотей; Прпмчк Анастасий Перски; Св. свщмчк Петър, еп. Български
	23 п Св свщмчк Климент, еп. Анкирски; Св мчк Агатангел; Св Павлин, еп. Нолански
	24 с Преп. Ксения Римлянка; Блаж. Ксения Петербургска
	25 н † Неделя 15 след Неделя подир Въздвижение – на Закхя. Св. Григорий Богослов
	26 п Преп. Ксенофонт и дружината му; Св. Амон; Св. Павла
	27 в * Пренасяне мощите на св. Йоан Златоуст
	28 с Преп. Ефрем Сириец; Св. Исаак Сириец, еп. Ниневийски
	29 ч Пренасяне мощите на св. Игнатий Богоносец; Св. мчк Димитрий Сливенски
	30 п * Св. Три Светители велики архиереи: Василий Велики, Григорий Богослов и Йоан Златоуст
	31 с Св. безсребреници и чудотворци Кир и Йоан; Св. мчци Серапион и Папий

МАЙ	1 п Св. пророк Йеремия, Прпмчк Акакий Серски. Св. Тамара Грузинска
	2 с * Св. цар Борис-Михаил. Св. Атанасий Велики
	3 н † 4 Неделя след Пасха – на Разслабления.
	4 п Св. прпмчца Пелагия, Св. свщмчк Еразъм, еп. Формийски
	5 в Св. вмчца Ирина. Преп Иеракс Египетски <i>(Отдание на Неделя на Разслабления)</i>
	6 с † Св. вмчк Георги Победоносец. (Гергьовден) Преполовение
	7 ч Св. мчк Акакий. Св. Авив, еп. Некрески
	8 п Св. ап. и ев. Йоан Богослов. Преп. Арсений Велики
	9 с Пренасяне мощите на св. Николай Мирликийски чудотворец. Св. Новоселски мъченици.
	10 н † 5 Неделя след Пасха – на Самарянката. Възстановяване на Българската патриаршия
	11 п † Св. равноапостолни Кирил и Методий. Св. свщмчк Мокий
	12 в Св. Епифаний, еп. Кипърски и св. Герман, патриарх Константинополски.
	13 с Св. мчца Гликерия девица. Св. мчк Лаодикий <i>(Отдание на Преполовение)</i>
	14 ч Св. Исидор. Св. мчк Йоан Български
	15 п Преп. Пахомий Велики. Преп. Ахилий, еп. Лариски
	16 с Преп. Теодор Освещени. <i>(Отдание на Неделя на Самарянката)</i>
	17 н † 6 Неделя след Пасха – на Слепия. Св. Баташки мъченици.
	18 п Св. мчци Теодот, Петър, Диориний. Св. 7 девици
	19 в Св. свщмчк Патрикий, еп. Брусенски. <i>(Отдание на Неделя на Слепия)</i>
	20 с Св. мчк Талалей. Св. Лидия Филипянка. Мчк Аскалон <i>(Отдание на Пасха)</i>
	21 ч † Възнесение Господне (Спасовден). Св. велики царе равноапостолни Константин и Елена
	22 п Св. мчк Василиск. Св. мчк Йоан-Владимир, княз Български, чудотворец
	23 с Св. Мария Клеопова, мирносица. Преп. Михаил Синадски
	24 н † 7 Неделя след Пасха. Ден на Българската просвета и култура и на славянската писменост
	25 п * 3-то намиране честната глава на св. Йоан Кръстител
	26 в * Св. ап. Карп. Св. мчк Георги Софийски, Най-нови
	27 с Св. свщмчк Терапонтий. Св. мчк Терапонтий Софийски.
	28 ч Преп. Никита, еп. Халкидонски. Преп. Софроний Български
	29 п Св. прпмчца Теодосия. Св. Александър, патр. Александрийски. <i>(Отдание на Възнесение)</i>
	30 с Преп. Исакий Далматски. Св. Емилия <i>(Задушница)</i>
	31 н † 8 Неделя след Пасха – Петдесетница. (Всичко на празника)

СЕПТЕМВРИ	1 в * Начало на Църковната нова година. Преп. Симеон Стълпник.
	2 с Св. мчк Мамант. Преп. Иоан постник, патр. Константинополски.
	3 ч Св. свщмчк Антим, еп. Никомидийски. Преп. Теоктист. Св. Фива дякониса.
	4 п Св. свщмчк Авила, еп. Антиохийски. Св. пророк и боговидец Моисей
	5 с Св. прор. Захария и праведна Елисавета
	6 н † 14 Неделя след Петдесетница. (Ден на Съединението на България)
	7 п Св. мчк Созонт <i>(Предпразненство на Рождество Богородично)</i>
	8 в † Рождество на Пресвета Богородица
	9 с * Св. праведни богоотци Йоаким и Анна. Св. Йоаким I, патр. Търновски.
	10 ч Св. мчци Минодора, Митродора и Нимфодора
	11 п Преп. Теодора Александрийска. Преп. Силуан Атонски
	12 с Св. свщмчк Автоном <i>(Отдание на Рождество Богородично)</i>
	13 н † Неделя преди Въздвижение. (Предпразненство на Въздвижение на Честния Кръст)
	14 п † Въздвижение на Св. Кръст Господен (Кръстовден) (Строг пост)
	15 в Св. вмчк Никита. Преп. Филотей. Св. мчк Леонид
	16 с Св. вмчца Евфимия Всехвална. Св. Людмила Чешка.
	17 ч * Св. мчци София, Вяра, Надежда и Любов. Св. мчца Теодотия.
	18 п Преп. Евмений, еп. Гортински чудотворец
	19 с Събота след Въздвижение. Св. мчци Трофим, Саватий и Доримедонт
	20 н † Неделя след Въздвижение. Св. вмчк Евстатий Плакида и семейството му
	21 п Св. ап. Кодрат. Св. Исакий и Мелетий, еп. Кипърски <i>(Отдание на Въздвижение)</i>
	22 в Преп. Козма Зографски. <i>(Ден на Независимостта на България)</i>
	23 с * Зачатие на св. Йоан Предтеча и Кръстител. Св. мчца Ираида
	24 ч Св. първомъченица и равноапостолна Текла. Преп. Коприй
	25 п * Преп. Сергей, Радонежки чудотворец. Преп. Ефросиния Александрийска
	26 с * Успение на св. ап. и ев. Йоан Богослов
	27 н † 1 Неделя след Неделя подир Въздвижение. Св. апостоли от 70-те Марк и Аристарх
	28 п * Преп. Харитон Изповедник. Св. прор. Варух
	29 в Преп. Кириак Отшелник. Преп. Теофан Милостиви
	30 с Св. свщмчк Григорий, просветител на Армения. Св. мчца Рипсимия

ФЕВРУАРИ	1 н † Св. мчк Трифон. Св. мчца Фивиа Перпетуа
	2 п † Сретение Господне
	3 в Св. Симеон Богоприимец и Анна пророчица. Св. прор. Азарий.
	4 с Преп. Исидор Пелусиотски. Св. мчк Иадор. Преп. Иасим Чудотворец <i>(Блажи се)</i>
	5 ч Св. мчца Агатия <i>(Добра)</i>
	6 п Преп. Вукол, еп. Смирненски. Св. Фотий, патр. Константинополски. Св. мчци Доротей, Христина и Калиста. Св. Йоан Пророк <i>(Блажи се)</i>
	7 с Преп. Партений, еп. Лампсакийски. Преп. Лука Еладски
	8 н † Неделя 17 след Неделя подир Въздвижение – на Блудния син.
	9 п Св. мчк Никифор <i>(Отдание на Сретение Господне)</i>
	10 в * Св. свщмчк Харалампий Чудотворец. Св. мчца Валентина
	11 с * Св. свщмчк Власий, еп. Севастийски. Св. мчк Георги Софийски, Нови
	12 ч Св. Мелетий, архиеп. Антиохийски. Св. Антоний, патр. Константинополски
	13 п * Успение на св. Кирил Славянобългарски. Преп. Мартиниан. Св. Евлогий, архиеп. Александрийски. Препп. Зоя (Живка) и Фотина (Светла)
	14 с Преп. Авксентий <i>(Задушница)</i>
	15 н † Неделя Месопустна (Месни заговезни)
	16 п Св. мчци Памфил и Порфирий. Св. Флавиан, архиеп. Цариградски
	17 в Св. вмчк Теодор Тирон. Преп. Роман Търновски <i>(Тодоровден)</i>
	18 с Св. Лъв, папа Римски. Св. Агапит Изповедник, еп. Синадски
	19 ч Св. апли Архип, Филимон и мчца и равноап. Апфия. Преп. Доситей.
	20 п Св. Лъв, еп. Катански. Св. Агатон, папа Римски. Св. свщмчк Садок
	21 с Преп. Тимотей. Св. Евстатий, архиеп. Антиохийски
	22 н † Неделя Сиропустна (Сирни заговезни).
	23 п Св. свщмчк Поликарп, еп. Смирненски
	24 в * 1-во и 2-ро намиране честната глава на св. Йоан Кръстител
	25 с Св. Тарасий, архиеп. Константинополски, Св. Евгений <i>(Презд. лит.)</i>
	26 ч Св. Серафим Софийски Чудотворец. Св. Порфирий, еп. Газки.
	27 п Преп. Прокопий Декаполит, изповедник. Св. мчк Геласий <i>(Презд. лит.)</i>
	28 с * Тодорова събота. Преп. Василий изповедник.

ЮНИ	1 п † Свети Дух. Св. мчк Юстин Философ. Св. мчци Юстин и дружината му.
	2 в Св. Никифор изповедник, патр. Константинополски. Прпмчк Еразъм Охридски
	3 с Св. мчци Лукилян, Клавдий, Ипатий, Павел, Дионисий и мчца Павла девица. <i>(Блажи се)</i>
	4 ч Св. Митрофан, патр. Константинополски. Св. мчци Фронтасий, Северин и др.
	5 п Св. свщмчк Доротей, еп. Тирски. Преп. Петър Корицки <i>(Блажи се)</i>
	6 с Преп. Висарион Чудотворец. Преп. Иларион Нови <i>(Отдание на Петдесетница)</i>
	7 н † 1 Неделя след Петдесетница – на Всички светии. (Петрови заговезни)
	8 п Св. Ефрем, патр. Антиохийски. <i>(Начало на Петровия пост)</i>
	9 в Св. Кирил, архиеп. Александрийски
	10 с Св. свщмчк Тимотей, еп. Брусенски
	11 ч * Св. апли Вартоломей и Варнава. Св. Богородица “Достойно есть”.
	12 п Преп. Онуфрий Велики. Преп. Петър Атонски
	13 с Св. мчца Акилина. Св. Трифилий, еп. Никозийски
	14 н † 2 Неделя след Петдесетница – на Всички български светии. Св. прор. Елисей.
	15 п Св. прор. Амос. Св. мчк Исихий Доростолски. Св. Ефрем, патр. Сръбски
	16 в Св. Тихон чудотворец, еп. Амагунтски. Св. мчк Евтропий четец.
	17 с Св. мчци Мануил, Савел и Исмаил. Св. мчк Манасий Габровски
	18 ч Св. мчци Леонтий, Ипатий и Теодул
	19 п * Св. ап. Иуда, брат Господен. Преп. Паисий Велики. Преп. Паисий Хилендарски.
	20 с * Преп. Наум Охридски. Св. свщмчк Методий, еп. Патарски.
	21 н † 3 Неделя след Петдесетница. Св. мчк Юлиан Тарсийски.
	22 п Св. свщмчк Евсевий, еп. Самосатски. Св. мчци Галактион и Юлиания
	23 в Св. мчца Агрипина. Св. преп. Антоний и Йоаникий
	24 с * Рождение на св. Йоан Кръстител (Еньовден) Св. Никита, еп. Ремесиански
	25 ч Св. прпмчца Феврония. Преп. Дионисий Атонски
	26 п Преп. Давид Солунски. Преп. Давид Български
	27 с Преп. Сампсон Странноприимец
	28 н † 4 Неделя след Петдесетница.
	29 п † Св. първовърховни апли Петър и Павел (Петровден)
	30 в Събор на св. славни и всехвални 12 апостоли

ОКТОМВРИ	1 ч * Покров на Пресвета Богородица. Св. ап. Анания. Преп. Роман Сладкопевец.
	2 п Св. свщмчк Киприан. Св. мчца Юстина. Св. Андрей, юродив заради Христа
	3 с Св. свщмчк Дионисий Ареопагит. Преп. Йоан Хозевит
	4 н † 2 Неделя след Неделя подир Въздвижение. Св. свщмчк Йеротей, еп. Атински.
	5 п Св. мчца Харитина. Св. свщмчк Дионисий, еп. Алексадрийски
	6 в * Св. апостол Тома
	7 с Св. мчци Сергей и Вахк
	8 ч Преп. Пелагия. Св. прпмчк Игнатий Старозагорски
	9 п * Св. ап. Яков Алфеев. Преп. Андроник и Атанасия
	10 с * Св. 26 прпмчци Зографски. Св. мчци Евлампиий и Евлампия.
	11 н † 4 Неделя след Неделя подир Въздвижение на св. Отци от VII Вселенски събор.
	12 п Св. мчци Пров, Тарах и Андроник. Преп. Козма, еп. Маюмски
	13 в Св. мчци Карп и Папила
	14 с * Преп. Параскева Петка Търновска. (Петковден)
	15 ч Преп. Евтимий Нови. Св. Лукиан, презв. Антиохийски
	16 п Св. мчк Лонгин стотник
	17 с Св. прор. Осия. Св. прпмчк Андрей Критски
	18 н † 3 Неделя след Неделя подир Въздвижение. Св. ап. и ев. Лука.
	19 п † Преп. Иоан Рилски Чудотворец. Св. прор. Иоил. Св. мчк Уар
	20 в Св. вмчк Артемий Антиохийски
	21 с * Преп. Иларион Велики. Св. Иларион, еп. Мъгленски
	22 ч Св. равноап. Аверкий, еп. Йераполски чудотворец. Преп. Лот Египетски
	23 п * Св. ап. Яков, брат Господен
	24 с * Св. мчк Арета. Св. Богородица – “Всех скорбящих радост” <i>(Молебен за децата с увреждания)</i>
	25 н † 6 Неделя след Неделя подир Въздвижение. Св. мчци Маркиан и Мартирий
	26 п † Св. вмчк Димитрий Мироточиви. Преп. Димитра Доростолска <i>(Димитровден)</i>
	27 в Св. мчк Нестор. Преп. Димитрий Басарбовски
	28 с * Св. мчца Параскева. Св. мчци Терентий, Неонила и чедата им.
	29 ч Св. прпмчца Анастасия Римлянка
	30 п * Св. свщмчк Зиновий, еп. Егейски и св. мчца Зиновия. Св. крал Стефан Милутин
	31 с Св. апли от 70-те: Стахий, Амплий и др. Св. мчк Епимах



Защо често кашлицата продължава и след спиране на антибиотика

Известно е, че кашлицата представлява рефлексен механизъм, който прочиства дихателните пътища от различни дразнители. През зимния сезон обаче зачестяват случаите на пациенти, които имат тежка кашлица - изключително неприятно състояние, което може да влоши качеството на живот.

Възможно ли е тя да продължи и след лечението с антибиотик? Отговор на този въпрос търсим в рубриката „Първа помощ“ от доктор Валентина Михайлова Николова, известна повече като доктор Вал. Тя



Снимка: Личен архив на доктор Вал

е създател и директор на Val Clinic - най-популярната българска клиника в Лондон.

От доктор Вал

Да, кашлицата може

да продължи и след спиране на антибиотика. Тези случаи са често

срещани, а понякога са и напълно нормални. Ето защо:

1. Възпалението се успокоява по-бавно

Дори когато бактериалната инфекция е овладяна, лигавицата на дихателните пътища остава раздразнена. Това раздразнение може да предизвика кашлица още 1-3 седмици след края на терапията.

2. Слузта се изчиства постепенно

Организмът продължава да изкарва натрупаните секрети. Това също води до продължаваща кашлица, особено сутрин.

3. Вирусна инфекция + бактериална

При много хора бактери-

алната инфекция е насложена върху вирусна. Антибиотикът помага срещу бактериите, но вирусната част може да поддържа кашлицата.

4. Реактивни бронхи

След заболяване бронхите стават чувствителни. Дори студен въздух, прах или физическо натоварване могат временно да провокират кашлица.

Кога е нормално

Кашлицата е нормално да продължи и след лечение, когато има налице следните фактори:

- кашлицата намалява постепенно,
- няма температура,
- няма задух,
- няма влошаване на общо-

то състояние.

Кога трябва да потърсите лекарска помощ

Тук има няколко симптома, при които трябва на всяка цена да потърсите консултация с лекар. Това трябва да стане при следните случаи:

- когато кашлицата се влошава, вместо да се подобрява,
- при поява на висока температура отново,
- налични са задух, хрипове или болка в гърдите,
- секретът става ръждив, кървав или с много лоша миризма,
- при продължителна кашлица от повече от 3-4 седмици.

VAL CLINIC

Индивидуално отношение към пациента



НАШИТЕ УСЛУГИ

Личен лекар/дежурен лекар

- Гинеколог
- Дерматол
- Педиатър
- Кардиолог
- Уши Нос Гърло УНГ
- Вътрешна медицина
- Радиолог
- Физиотерапия

- Невролог
- Хирург
- Уролог
- Ендокринолог
- Гастроентеролог
- Естетична медицина
- Психолог
- Психиатър

Всички видове кръвни изследвания и натривки след консултация с лекар

Контакти

☎ 01708701155 ; 07307595437

✉ info@valclinic.co.uk

🌐 www.valclinic.co.uk

📍 Val Clinic

📍 39 Frederick Road, Rainam, RM13 8NJ

Регистрирана в



Пешеходка с иск за 25 000 лири стерлинги за сблъсък с електрическа тротинетка

Андрю Мидълхърст, адвокат, специализиращ в иски с участието на електрически тротинетки към Осбърнс Лоу (Osbornes Law), наскоро е уредил иск на пешеходка, ударена от водач на електрическа тротинетка, в размер около 25 000 лири стерлинги.

Подробности за инцидента

Пешеходката е вървяла към колата си, когато водачът, който е управлявал неправомерно частна електрическа тротинетка, се е сблъскал с нея. Пешеходката е била изхвърлена на земята и е претърпяла значителни наранявания. Водачът на електрическата тротинетка е избягал от местопроизшествието и полицията не е успяла да го проследи.

Обезщетение, изискувано от Бюрото за застраховане на моторни превозни средства (Motor Insurers Bureau)

Участниците в пътното движение, претърпели наранявания в резултат от сблъсък с неправомерно управлявани електрически тротинетки, имат право да се обърнат към Бюрото за застраховане на моторни превозни средства (Motor Insurers Bureau/MIB), за да

потърсят обезщетение за нараняванията си. Законът класифицира частните електрически тротинетки, управлявани на обществена земя, като моторни превозни средства, за които се изисква застраховка. Тъй като водачът на електрическата тротинетка е избягал от местопроизшествието, без да предостави данни, той се смята за „непроследен“ водач на моторно превозно средство.

Уреждане на договореното обезщетение

От Бюрото за застраховане на моторни превозни средства са били убедени да приемат случая и да обезщетят пешеходката. Получени са медицински доклади от редица съответни медицински специалности, за да бъде разбрано по-добре дългосрочното отражение на претърпените наранявания. Андрю е изчислил пълната степен на финансовото отражение в резултат от нараняванията, включително стойността на по-нататъшното медицинско лечение. От Бюрото за застраховане на моторни превозни средства са предложили оферта за обезщетение и са встъпили в преговори. Било е постигнато споразумение за обезщетение, което е довело



LEADING FIRM

Legal500

UNITED KINGDOM

2026

Chambers RANKED IN UK 2026 Osbornes Law

Osbornes | Law^o

“Осборнс е отлична фирма за висококачествена и сложна работа, свързана с физически наранявания. Те имат особен опит в работата с източноевропейски клиенти, които говорят малко или никакъв английски, тъй като в екипа си имат юристи говорещи езика.”

въпроса до завършек и е позволило на пешеходката да продължи живота си.

Андрю Мидълхърст коментира:

„Радвам се, че осигурих обезщетение за нашата клиентка, която е пострадала от

значителни наранявания поради незаконно управлявана електрическа тротинетка. Този случай подчертава важноста да се гарантира спазването на законовите изисквания за електрически тротинетки от водачите, особено необходимостта

от застраховка. Решението на Бюрото за застраховане на моторни превозни средства да приеме случая и да предостави обезщетение демонстрира сериозното отражение, което подобни инциденти оказват върху пешеходците“.

Акредитивите на Андрю

Андрю е класиран като „Водещ сътрудник“ от списъка Legal 500 с особено признание за работата му по пътни произшествия с велосипеди и електрически тротинетки. Андрю редовно публикува статии за електрическите тротинетки и закона. Той е участвал също в предаването на Би Би Си Радио 4 „Законът в действие“ (Law in Action), за да дискутира по темата.

Екипът на адвокатска фирма Osbornes разполага с българоговорящи специалисти. Когато се свържете с нас, ще имате възможност да разговаряте на български език и ако изберете Osbornes да Ви представляват, ще бъдем ангажирани към Вашето дело през цялото време. Osbornes е фирма, базирана в Лондон.

Имаме офиси в Камдън и Хампстед с над 190 служители.

Помагаме на хора вече повече от 50 години и се надяваме да помогнем и на Вас!

Свържете се с български адвокат:

Елида

Tel: 07843349633 / 020 76818675

E-mail: Elida.dimitrova@osborneslaw.com



Osbornes | Law^o

Български Адвокати в Англия

Получете обезщетение при:



0784 334 9633

- ★ Трудови злоупотреби;
- ★ Пътни произшествия;
- ★ Медицинска небрежност;
- ★ И друг вид инциденти.

Специалисти по иски за обезщетение

Ние от адвокатска кантора Осборнс с повече от 50 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.

“Вашата работа беше отлична, коректна и точна. благодаря ви за всичко, вие наистина сте професионалист, и ви желая да се издигате безспорно към успехи. С уважение. Поздрави!”

Hristo D



★ Trustpilot



Свържете се с нас и говорете на български на:

Елида Димитрова

07843 349 633/020 7681 8675

Elida.dimitrova@osborneslaw.com



Над £11 500 бяха събрани в помощ на жените с рак на гърдата на благотворително събитие в Посолството на България в Лондон



Изпълнителният директор на „Една от 8“ Гергана Богданова с посланик Тихомир Стойчев, който подкрепи благотворителната кауза

БГ БЕН

Над £11 500 бяха събрани в помощ на жените с рак на гърдата на благотворително събитие в Посолството на България в Лондон, което беше организирано от група ентузиастични и доброволци „АНГЕЛИ В РОЗОВО“. Всички средства, събрани от това частно събитие, бяха дарени на фондация „Една от 8 - Нана Гладуиш“ (ЕИК: 176514489 България), на която „АНГЕЛИ В РОЗОВО“ помагат вече 10 години.

Събитието се проведе под егидата на посланика на България в Обединеното кралство г-н Тихомир Стойчев и неговата съпруга доктор Любка Стойчева.

По време на благотворителния коктейл българското посолство се изпълни с едно голямо Розово Добро, насочено към жени с рак на гърдата в България. Цвети Кънчовска от „АНГЕЛИ В РОЗОВО“, която е основен

двигател за организиране на поредната благотворителност за нуждаещите се от подкрепа дами, не скри възлението си от факта, че по време на събитието българци са помагали на българци в сърцето на Лондон

„Това е емоция, която никога не съм изпитвала, поради разликата от това, което съм правила досега. Това беше феерия, еуфория и фурор в Розово! Човечността и съпричастността доведоха до истински успех. Събраните средства, които надхвърлят £11 500, дарихме на фондация „Нана Гладуиш - ЕДНА ОТ 8“ (ЕИК 176514489 в България). Както винаги ще закупим на няколко транша специализирани сутини за жени след мастектомия и тюрбани, а от тази година ще добавим и закупуване на специализирани бански, които ще улеснят дамите, и те ще могат да поставят своята специализирана епитеза

Доброволческата група „АНГЕЛИ В РОЗОВО“ дари средствата на фондация „Нана Гладуиш - ЕДНА ОТ 8“

в горнището и да плуват спокойно. Моята мисия е толкова важна, колкото суетата е важна за всяка жена. А Доброволчеството на всички участници в това нелепо дело ни е в ДНК-то и ни учи как да бъдем хора! И когато преживееш и се втурнеш в това да помагаш, се учиш на чест и престиж...“, каза пред вестник БГ БЕН Цвети Кънчовска.

Тя е категорична, че всеки на този свят идва с мисия и задачи, но подчерта, че никой никъде не е застрахован, затова е важно да сме добри и съпричастни!

„Моята розова дияра продължава и става все по-ярка, благодарение на всички замесени в делата на групата от ентузиастични доброволци и дарители, наречена от мен „АНГЕЛИ В РОЗОВО“. БЛАГОДАРЕА ОТ ЦЯЛОТО МИ РОЗОВО СЪРЦЕ НА ВСИЧКИ! БЛАГОДАРЕА И НА ВЕСТНИК БГ БЕН, че е наш безвъзмезден медиен партньор и ни подкрепя!“, сподели Цвети Кънчовска.

Българският посланик г-н Тихомир Стойчев подчерта, че поводът за това събитие в посолството е изключително благороден и специален.

„АНГЕЛИ В РОЗОВО“ олицетворяват нежността, красотата, вярата, надеждата. Вашата борбеност и упоритост озаряват живота не само на жените, но и



Доктор Любка Стойчева и Цвети Кънчовска

на хората в нужда, които действително се нуждаят от подкрепа. И напомняте, че дори и след най-силната буря винаги изгрява слънце. Розовият свят, който Вие сте избрали за символ, напомня, че този свят е много по-красив, когато хората са заедно, когато си помагат и вярват в живота. Благодаря на всеки един, който подкрепя каузата на „АНГЕЛИ В РОЗОВО“, каза българският посланик Тихомир Стойчев.

На събитието присъства и доцент Нойко Станилов, който подкрепя „АНГЕЛИ В РОЗОВО“ с безплатни прегледи за рак на гърдата.

„Днес заставам пред вас не само като лекар, а като човек, който вярва, че грижите за един пациент не приключват с операцията и лечението. Истинската грижа започва там, където

свършва диагнозата, и подкрепата е изключително необходима. Ракът на гърдата е най-често срещаното злокачествено заболяване при жените в развития свят. Статистиката ще ви каже, че една от осем жени ще бъде засегната. Това не е просто здравословен проблем, това е социална реалност. Тя оставя дълбоки следи в семейства, общности и поколения. Всяка една диагноза е лична история на майка, на съпруга, на приятелка, която разделя живота на тази жена на две - на преди и след диагнозата. Хубавото е, че има надежда. Когато диагнозата е поставена навреме, ракът на гърдата е личим. Затова познанието за симптомите, а и навременните действия са от решаващо значение“, каза доцент Нойко Станилов.

В благотворителното събитие се включи и отец Добромир от българската църква „Свети Йоан Рилски“ в Лондон, който също подчерта значението на подкрепата, от която се нуждаят хората с онкологични заболявания.

„В църквата идват много хора, които имат онкологични заболявания. Но искам да Ви кажа, че не сте сами, защото в лицето на групата от ентузиастични и доброволци „АНГЕЛИ В РОЗОВО“ и „Една от 8 - Нана Гладуиш“ имате подкрепа“, каза отец Добромир и подчерта, че вярата също е много мощен изцелителен процес.

Добротворците и дарителите получиха специални грамоти за участието си в тази благородна кауза. Сред отличените беше и вестник БГ БЕН, който през месец октомври направи специален розов брой и се включи в подкрепата на жени, които са чули и чуват диагнозата рак на гърдата.

Изданието ни ще продължи да подкрепя дамите, защото вярваме, че с общи усилия можем да бъдем полезни и да вдъхваме надежда. А какво по-ценно от нея!

Благотворителното събитие стана възможно благодарение и на много български бизнеси и творци на Острова, които подкрепиха каузата безвъзмездно. Те получиха и специални благодарности от организаторите, които бяха трогнати от тяхната съпричастност за подкрепа на жени с рак на гърдата.



Цвети Кънчовска с отец Добромир



Екипът доброволци на „АНГЕЛИ В РОЗОВО“



Цвети Кънчовска с Гергана Богданова

Искате ли да усетите
българския бит, култура и
традиции на Острова?

Заповядайте в трите
най-добри български
ресторанта във
Великобритания!

Ние ще ви предложим
домашно приготвени родни
ястия и незабравим уют!

Бъдете наши приятели
и споделете празниците си
с нас!

30 Broadway, London E15 4QS
020 8503 1596
<https://www.rodina2.co.uk>

Родина 2 е български ресторант, който се намира в Стратфорд. Той носи духа на българския бит, култура и традиции, които даряват уюта, топлината и гостоприемството на българите. Автентичният български интериор на ресторант „Родина 2“ не само привлича, но и неусетно ще Ви пренесе в древна България и нейните ценности.



8 Westbury Avenue, London, N22 6BN
02088888801
sunnybeachrestaur.co.uk

Слънчев бряг е български ресторант, разположен в близост до гара Turnpike Lane. Ресторантът разкрива по уникален начин българския бит, култура и традиции. Тук ще се почувствате като в родината си, защото автентичният български интериор ще гарантира вашата връзка с древна България и нейните ценности и култура.



248 Green Lanes, London, N13 5TU
+447766373447
unikat2.co.uk

Уникат-2 е български ресторант, разположен в сърцето на Palmers Green North London. Тук ще намерите разнообразие от традиционните за българска кухня ястия и напитки. А за доброто Ви настроение, ще се погрижат музикантите от „Арда-2 бенд“, които ще ви забавляват с типичните български и балкански песни. Уникат-2 е любимото парти място за всички български в Лондон. Имаме гост певци от България почти всяка седмица. Любителите на вкусната българска храна и хубави напитки в Лондон вече могат да въздъхнат с облекчение! Сега има място, което предлага всички тези неща! Защото ресторант „Уникат-2“ ще Ви откъсне от лудостта на забързания градски живот и ще Ви пренесе в друг свят!





На Арената днес...

Едни от най-популярните коледни рок песни

Коледните рок песни определено са празник на творчеството, енергията и способността да преоткриваме традициите по нов и вълнуващ начин. За феновете на твърдата музика това е едно чудесно разнообразие в празничния саундтрак и песни, които ще ви заредят с много позитивна енергия и адреналин.

John Lennon - „Happy Christmas” (War Is Over)

През 1971 г. Джон Ленън и Йоко Оно създават тази песен като послание срещу войната във Виетнам. През последните 50 години песента се превърна по-скоро в коледна класика, загубвайки част от оригиналното си послание. Според класациите на списание Rolling Stone именно Джон Ленън оглавява листата на най-добрите коледни песни за всички времена с хита си „Happy Xmas (War Is Over)”. През 2023 г. Шон Оно Ленън се обедини с режисьорите Дейв Мълинс и Брад Букър и създаде филма „War Is Over!”, вдъхновен от песента на родителите си. Лентата беше показана на редица филмови фестивали и спечели „Оскар” за най-добър анимационен късометражен филм.

Paul McCartney - „Wonderful Christmastime”

Сингълът излиза през 1979 г., като и до днес си остава една от най-популярните песни на Пол Маккартни, а по изчисления на „Форбс” авторските права му носят огромни печалби, възлизащи на над половин милион долара на година. Вероятно музикантът определя тази година като една от най-добрите в живота си, въпреки че няколко седмици след като излиза парчето, е заложен на летището в Япония с марихуана и затова прекарва десет дни в затвора. „Wonderful Christmastime” е в топ 10 в Австрия, Герма-

ния, Ирландия, Холандия и Обединеното кралство, както и в топ 20 в Канада, Словакия, Швеция и Швейцария. Песента е включена в албума „McCartney II” (1980), който е вторият самостоятелен проект на Пол Маккартни след разпадането на The Beatles.

Bruce Springsteen - „Santa Claus Is Coming To Town”

Брус Спрингстийн прави прекрасна рок интерпретация на тази популярна песен, с което успява да предаде духа на Коледа по един неповторим начин и с енергичен стил. За пръв път „Santa Claus Is Coming To Town” прозвучава на концерт на Спрингстийн през 1975 г. в Лонг Айленд, с участието на саксофониста



Кларънс Клемънс, след което парчето винаги присъства в сетлиста на музиканта. Първоначално песента е написана от Дж. Фред Кутс и Хейвън Гилеспи и за пръв път е изпълнена през 1934 г. в радиопредаването на Еди Кантор и бързо се превръща в празнична класика. Тази версия се е превърнала в

основен елемент по време на празничния сезон и често се изпълнява от различни музиканти на коледни събития и събирания.

David Bowie & Bing Crosby - „Peace On Earth/Little Drummer Boy”

Каквото и да кажем за

приноса на Кросби и Дейвид Бауи към музиката, няма да е достатъчно. Творчеството на тези музикални титани е отвъд времето. Тук е мястото да добавим историята за хита „Peace On Earth/Little Drummer Boy”, един от последните музикални проекти на големия Кросби. През 1977 г., мал-

ко преди да напусне този свят, музикантът записва този странен, но изключително сполучлив дует с легендарния Дейвид Бауи. Песента е промотирана по телевизията в неговото шоу „Bing Crosby's Merrie Old Christmas”. А Бауи наистина не е харесвал тази песен, но се включил в записа й само заради възможността да работи с Кросби, когото майка му просто обожавала. През 1982 г. „Peace On Earth/Little Drummer Boy” е издадена като сингъл от RCA Records и достига до номер три в класацията за сингли в Обединеното кралство. Песента се превърна в коледна класика в Обединеното кралство, Съединените щати, Канада и е определена от The Washington Post като „един от най-успешните дуети в историята на коледната музика”.

Guns N' Roses - „White Christmas”

Тази прекрасна песен е написана от американския композитор и текстописец Irving Berlin през 1940 г., по време на престоя му в La Quinta Hotel - мяс-



Снимка: bigstockphoto.com



то, предпочитано също и от режисьора продуцент Франк Капра. В нощта на поредното си вдъхновение, след като завършва "White Christmas", Irving Berlin дори споделя на секретарката си, че е сътворил най-добрата песен, която някога е писал. Парчето, разбира се, има и своите достойни рок версии, като едни от най-успешните са тези на Guns N' Roses, Twisted Sister, както и на немската метъл кралица Doro Pesch, съответно с текстове на английски и немски. Според рекордите на Гинес версията на това парче, изпята от Бинг Кросби, е най-продаваният сингъл на всички времена, наред с продажбите от над 100 милиона копия по целия свят. И от много други кавър версии на песента, освен тази на Кросби, са продадени още 150 милиона копия.

Twisted Sister - „Heavy Metal Christmas“

Twisted Sister определено впечатляват с тази песен, която е част от албума "A Twisted Christmas" (2006). Всички други класически

коледни версии в него звучат в познатия бунтарски ритъм на бандата. Когато през 90-те години кариерата на Twisted Sister е била пред провал, тя е спасена от многомилионните продажби именно на една коледна песен, написана от фронтмена Дий Снайдър и изпълнена от Селин Дион. Когато Селин я записвала, тя въобще не подозирала кой е автор на парчето и била силно изумена, като разбрала, че това е именно вокалистът на Twisted Sister. „The Magic of Christmas Day (God Bless us Everyone)“ се появява през 1998 г. в нейния албум „These are Special Times“ и до днес е една от най-слушаните коледни песни в света. След над 8 милиона продадени копия парчето отиде и в коледната компилация на Rosie O'Donnell и продаде още 2 милиона. Звездите на Twisted Sister и Halestorm се обединиха по време на пандемията през 2020 г., за да запишат нова версия на "The Magic of Christmas Day".

Bon Jovi - „Please Come Home for Christmas“

През 2023 г. Bon Jovi зарадваха феновете си с песента "Christmas Isn't Christmas", която е послание за това, че Коледа не е празник без любимите ни хора. Записът на парчето е направен в Ocean Way Nashville Recording Studios, чиято сграда някога е била готическа църква. Това не е първата празнична песен на групата. Преди години те издадоха "I Wish Everyday Could Be Like Christmas", като допълнение към петия си студийен албум „Keep the Faith“ (1992). През 1994 г. рокаджиите направиха своя версия на „Please Come Home for Christmas“, която се превърна във вечен хит за коледните празници. Във видеото към песента фронтменът Джон Бон Джоуви си партнира със супермодела Синди Кроуфорд.

Iron Maiden - „Another Rock n' Roll Christmas“

Песента е написана от Gary Glitter и Mike Leander и става един от най-изпълняваните и популярни коледни хитове по британското радио от средата на 80-те

до средата на 90-те години. Издадена като сингъл през ноември 1984 г., песента е взета от петия студийен албум на Глитър „Boys Will Be Boys“. По-късно е преиздадена много пъти - както самостоятелно, така и в няколко коледни компилации (включително колекционерски диск с картинки). Един от най-успешните кавъри е на бившия вокалист на Iron Maiden - Paul Di Anno. Но това не е единственото коледно изпълнение на бандата. През 2016г. още един от гласовете на Maiden - Blaze Bayley, издаде своя коледна песен, наречена „Crazy Christmas“, която е създал съвместно с Michelle Sciarrotta и Chris Appleton.

Trans-Siberian Orchestra - „Christmas Eve/Sarajevo 12/24“

Това е може би една от най-епичните коледни рок песни, която някога е създавана. Оркестърът съчетава класически мотиви с рок аранжиринг, създавайки мощна и въздействаща мелодия, която е трудно да бъде забравена. Вдъхновена е от историята на

един музикант и описва този самотен виолончелист (базиран на Ведран Смайлович), който свири забравена коледна песен в разкъсаното от войната Сараево. Песента е инструментална смесица от „God Rest Ye Merry, Gentlemen“ и „Carol of the Bells“, издадена за първи път като „Christmas Eve (Sarajevo 12/24)“ в албума „Dead Winter Dead“ (1995) на американската хевиметъл група Savatage. Преиздадена е също от симфоничната метъл банда Trans-Siberian Orchestra в дебютния им албум „Christmas Eve and Other Stories“ (1996).

Alice Cooper - „Santa Claus Is Coming To Town“ и „My Christmas List“

Нещата могат да станат малко страховити, когато името на Santa попадне в ръцете на „бащата на шок рока“ Алис Купър. Музикантът има безспорен талант да превърне зимната снежна приказка в един тъмен, бездънен кошмар,

подсилен с внушителна визия и тематични текстове като: „And then we're gonna break all the toys. And then we're gonna make some noise...“. Песента в този си вид по-скоро би донесла стрес на малчуганите... :) Но да погледнем и към сериозната страна на нещата, а именно един друг проект от миналата година, в който Алис Купър и Роб Халфорд обединиха усилия за създаването на коледната песен „My Christmas List“, осъществена в партньорство с благотворителната организация „Rock For Children“. Приходите от сингъла ще бъдат от полза за тийнейджърските центрове „Alice Cooper's Solid Rock Teen Centers“, които предоставят безплатни програми за музика, танци, изкуства и професионално обучение за деца от 12 до 20 години. Песента е от албума „Solid Rock Revival“, номиниран за „Грами“ за най-добър детски музикален албум.

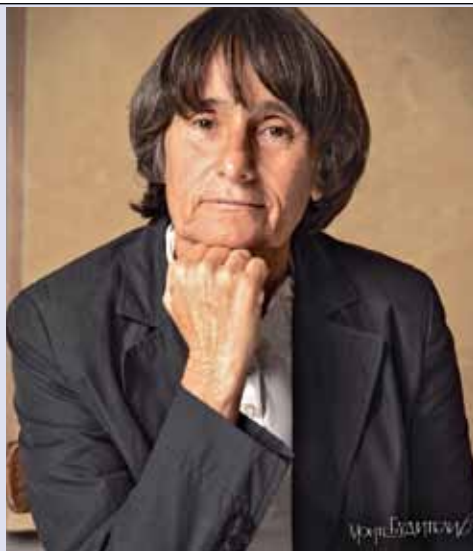
Весели Празници! Здраве и Благоденствие!

Редактор: Антоанета Петрова

За контакти с Rock Arena: тел.: 078 31 322 510, e-mail: rock_arena@abv.bg | website: www.rockarena.co.uk

Здравка Евтимова е българска писателка, родена през 1959 г. Нейни разкази са публикувани в 32 страни по света, а романите ѝ - в САЩ, Великобритания, Италия, Словения, Китай, Сърбия, Северна Македония. Разказът ѝ „Кръв от къртица“ е включен в антология за обучение по литература в прогимназиалния курс в училищата на САЩ и в гимназиалния курс в училищата на Дания.

„За Димитър - поет“ е избран от читатели, редактори и литературни критици на научнофантастична литература за най-добър разказ с научнофантастични елементи на платформата CRITTERS, САЩ, за 2022 г. Разказът „Seldom“ („Рядко“) е включен в антологията „Best European Fiction 2015“ („Най-добра европейска проза 2015 г.) на издателство Dalkey Archive Press, САЩ, 2015 г. „Твоят ред е“ е един от десетте наградени разказа в световния конкурс за къс разказ на тема „Утопия 2005“ в град Нант, Франция. Разказът е включен в антологията „Утопия 2005 - Десет писатели



от цял свят”. Разказът ѝ „Васил“ е един от десетте разказа, спечелили в конкурса за къс разказ от цял свят на Радио BBC, Лондон, за 2005 г.

Коледен разказ от Здравка Евтимова

Не беше потръгнало кой знае колко с Фани, която дори не се казваше Фани. Но за какво друго са дамите - нали човек трябва с някого да се разделя. Животът е красива, непредвидима поредица от несбъднати мечти. Затова, напомни си Хари, внимавай какво мечтаеш. Нещо се получава много рядко - толкова рядко, че дори не можеш да го забравиш - например как слага в джоба си меденка, най-обикновена за пет лева, и се прибира в очукания блок до гарата. Дори не пие бира, не минава да си купи цигари, само меденката е в джоба.

Позвънява, макар че има ключ. Отключва. Туп-туп-туп - като удари на кълвач биат стъпките в коридора. Не е сложил мраморни плочки на пода, не е сигурен, че ще се заседи в това тъмно жилище.

Защо да хвърля пари, особено за Фани, но кълвачът тича в коридора. Хари отваря вратата много бавно.

- Тате - вика хлапето, още преди да е влязъл.

Хари нищо не изрича, думите разглеждат децата и ако искаш ситният червей да стане човек, не му пълниш главата с врели-некипели. Усмивката е по-голяма от лицето на хлапето, по-голяма е от дрешките му, от прозорците и е страховта, но не бива да приказваш хвалебствени неща на дребните. Гледай строго, за да внушаваш респект.

- Здравсти, хлапе - поздравява Хари и се навежда.

Малката знае къде е меденката. Търси я във всички джобове на якето му и я изважда гордо, като че е изкопала още едно Панагюрско златно съкровище. Повтаря като повреден звукозапис

- Тате, тате!

Ако го попитат има ли нещо хубаво под това гадно студено небе, Хари ще отвърне: „Няма“, но ще си мисли - по дяволите, има, меденка за пет лева. И този кълвач в коридора, който копае пътека

върху цимента. Виж му ума на дребното - радва се на нещо за пет лева.

Хлапето е свикнало, че не бива да дрънка много. Хари го е научил, че е изцеден, че се връща да почива, а не да тича подир капризите на разгледени деца. Ситното знае, че не трябва да го залива с приказки, но той нищо не ѝ е говорил срещу песничките, затова малката започва да тананика: „Зайченцето бяло, цял ден си играло“. Пее фалшиво, съсипва мелодията, но Хари не ѝ казва: „Млък!“. Хлапето го поглежда и щедро заявява:

- Тая песен е за тебе.

Майка ѝ не излиза от кухнята. Точно тогава нещо ще загори или ще се разтопи. Хари е обяснил на тази жена, че думите са капан за наивници и той отказва да потъне в него. Когато отива в кухнята, тя не го поглежда. Казва се Фани. След нея всички се казват Фани. Жената нищо не изрича, не тананика като хлапето. Зарязва яденето да загори, целува го за секунда, дори още по-кратко. Хари не одобрява гозбата, солена е, сам си приготвя здравословна храна. Внушил е на Фани, че не възнамерява да дели живота си с някого. В джоба на престилката си тя е сложила малко листче, понякога е откъснала парче от онези реклами на „Кауфланд“. Не пише някоя от светлите мъдрости, изобилстващи във Фейсбук. Нарисувала е нещо като лице.

Той си мислеше, че това е усмивката на хлапето.

Хари пътуваше. Пътят беше истинското му семейство. Не му се нравеше да обяснява кога ще се върне, нито къде отива. На връщане се скриваше в апартамента на покойната си баба и усещаше, че там му е много по-добре. Понякога се чувстваше уморен и се сещаше за кълвача в коридора. Записа си тропота от стъпките на дребното върху циментовия под и вечер, не особено често, разбира се, пускаше клипа по телефона си.

Туп! Туп! Туп, обаждаше се телефонът. Хари не купуваше меденки, спазваше строга диета, консумираше плодове и зеленчуци, но понякога, не твърде често, разбира се, си спомняше парчето хартия от рекламата на „Кауфланд“ с нарисованата усмивка върху него. „Зайченцето бяло“ му липсваше.

Бе успял да научи Фани на ред полезни неща. Тя привикна да се оправя сама. Не разчиташе на присъствието му, животът е поредица от несбъднати мечти, скъпа, и колкото по-рано го разбереш, толкова по-успешно живееш. В апартамента на покойната му баба гастролираха дами и всичките се казваха Фани. Някои бяха много повече Фани, отколкото истинската, рисуваха по-красиви усмивнати лица, готвеха само здравословни гозби, без мазнини и захари, дните бяха низ от Фани 1, Фани 2, Фани 3, поредният номер никога не бе от особено значение за Хари.

За Бъдни вечер го бяха поканили на три места с обещание за любими здравословни специалитети в духа на добрата стара традиция: боб, ошав, сарми и така нататък. Хари вярваше, че случайността показва най-точно правилната посока, и реши: написа Ф-1, Ф-2 и Ф-3 върху листчета хартия, хвърли три пъти големия зар от слонова кост, закупен в Сингапур. Щеше да посрещне Коледа там, където го пратеше зарът. Времето обичаше Коледа, беше сиво, облачно, все още

Щастлив

нямаше сняг. Зарът на Ф-2 (Фани 2) се оказа най-висок, петица. Ф-2 живееше на „Фритьоф Нансен“, високата кооперация, третия етаж. Не се налагаше да полага особени усилия с нея, Ф-2 беше остроумна, практична, впечатляваше се от етикети, върху които бяха отпечатани внушителни цени. Хари купи много скъпо вино, скъпа кутия шоколадови бонбони. Това беше напълно достатъчно.

Вървеше бавно по „Фритьоф Нансен“. Апартаментът на Ф-2 беше светъл и топъл, кухнята ѝ - повече от прилична, всъщност, нещо типично за всички Ф в телефона на Хари. Вероятно Ф-2 също имаше списък с господа Х-1, Х-2 и тъй нататък, но Хари не придаваше никакво значение на подобен факт. В доматеното семенце той виждаше гнилия домат, изхвърлен в кофата за отпадъци. Беше студено. Хари отмина високата кооперация с третия етаж и апартамента на Ф-2. Повървя пеш, мърморейки „Зайченцето бяло“ на студа. По дяволите! Искаше да чуе кълвача, глупавото - туп-туп-туп - по цимента в коридора.

Взе метрото, стигна до одърпаните блокове край Централна гара. Защо не сложи плочи в коридора на гарсонирата още преди година? Щеше да чува кълвача още на стълбищната площадка, но това удоволствие струваше пари. Човек не бива да хвърля средства на вятъра, нито да си въобразява празни неща.

Не беше купил меденка, по дяволите.

Позвъни. Имаше ключ от гарсонирата, но сигурно Фани беше сменила бравата. Пъхна ключа в ключалката, завъртя. Изсракването го изненада. Фани беше разсеяна, непредпазлива, не притежаваше нищо ценно, иначе отдавна щеше да го е изгубила. Най-тъпият крадец можеше да я обере с вързани ръце. Хари не бързаше да отвори входната врата.

Туп-туп-туп, извика циментовият под. Трябваше да направи нещо още преди две години за този тъмен коридор, по дяволите. Беше

му досвидяло.

- Тате!

Той се наведе, но в джобовете му нямаше нищо. В найлоновия плик висяха шоколадовите бонбони и много скъпата бутилка вино за Ф-2.

Детето, точка в розово, розови стари пантофи, розова панделка - затърси в джобовете на палтото му. Лицето му светна, въпреки че не намери нищо - това глупаво дете, с усмивка, по-голяма от студа навън.

- Изгубил си я, тате. Нищо. Ще я намери някое друго дете. На Коледа децата са поголеми от бащите. После, изглежда, се досети, че не бива да дрънка глупости и запя „Зайченцето бяло“, равно и много фалшиво. Почти веднага млъкна. Нищо не каза, потупа с ръка джоба, пришит върху гърдите на розовата блузка, и Хари видя: оттам се подаваха бонбони, от обикновени по-обикновени.

- Това ще ядем - лицето на малката се изостри, но само за миг.

- Писах на Дядо Коледа - добави хлапето.

- Ти не можеш да пишеш - каза Хари.

- Дядо Коледа чете писмата и на деца, които не знаят да пишат.

- Няма такива писма.

- Има, тате. Пишеш ги наум. Дядо Коледа получава писмото ти сто пъти, защото си го мислила сто пъти.

Фани я нямаше в кухнята.

- Къде е майка ти? - попита Хари.

Остатка е хлапето само.

Отишла е да купи алкохол. Поканила е някого. Хубава е. Намерила е някого, естествено. У-1, може би дори У-2. Съвсем в реда на нещата.

- Мама отиде за меденки в хлебарницата - каза хлапето.

- Там не свършват - усмивката му не можеше да се побере в тясната гарсонiera с гол циментов под в коридора. - Тя си мисли, че като ям меденки, раста по-бързо. Греша. Раста, ако ми ги носиш ти.

- Не е така - прекъсна я

Хари, разроши косата на розовата точка, с розовия джоб на блузата, розовите бонбони и дръпна леко розовата панделка.

Не биваше да го прави, глезотиите противоречаха на възгледите му за детското възпитание. Малката ще започне да проявява капризи, в мозъка ѝ ще поникнат тръни и ще се репчи насреща ти.

- Мама каза, че си в Африка. Топло ли е там? - хлапето наведе глава към пода, после изведнъж вдигна поглед към Хари. - Тя също не вярва. Каза ми: „Дядо Коледа не чете писмата на деца, които не знаят да пишат“. Но греша.

Зайченцето бяло, затананика Хари. Усети, че пее фалшиво, по-зле от дъщеря си.

- Дядо Коледа е прочел какво му писах наум цяла година - малката розова точка гледаше настойчиво баща си. - По-добре не пей! Много е зле.

Той се разсмя твърде шумно, което не биваше да прави. Това беше в противоречие с принципите му за добрия пример, който следва да дава на подрастващите.

- Казах на Дядо Коледа, че не искам меденка - каза високо хлапето, опита да се усмихне като Мечо Пух по телевизията, не успя, клепащите му се спуснаха надолу и угасиха нетърпеливия поглед. - Писах му, че искам да доведе тате у дома. Но после ти ще си отидеш в Африка. Там е хубаво, нали?

Хари гледаше угасналото лице.

Направи нещо, което нарушаваше всички принципи на правилното възпитание. Вдигна малката розова точка почти до тавана. Господи, колко ниски са гарсонирите в тези стари блокове! После внимателно я спусна до гърдите си и каза много сериозно:

- Бащите стоят при дъщерите си. Купуват им меденки. Никаква Африка.

- Но нали мама току-що отиде до хлебарницата? - попита хлапето. - Ей сега ще се върне с пълна чанта - и беше напълно право.

Хари нищо не каза. В тази стара гарсонiera с ниския сив таван изведнъж се почувства щастлив.

Български магазин

UPPERMARKET FAVORITE

160 Hook Road, Surbiton, KT6 5BZ
Tel.: 07462700485

Адвокатски услуги от всякакъв вид

• Семейно право, разводи, родителски права над деца, пътуване до и от България без разрешение на другия родител
• Купуване и продаване на жилища и имоти
• Уреждане на отношения с хазяи и наематели
• Криминално право, екстрадиция, депортиране, апостил и др.

Невена Беръм, адвокат
Mob. 07796445857
E-mail: nevebareham@gmail.com

aequitas per jus



Празничен стрес и невидимата самота по време на празниците



Снимка: Личен архив на доктор Мирена Василева

Докторът по педагогическа и възрастова психология Мирена Колева Василева живее от 2016 година в Лондон, където работи като консултант-психотерапевт. Тя е член на Асоциацията на психолозите във Великобритания. Завършила е ВСУ „Черноризец Храбър“ във Варна. Защитила е докторска титла на тема „Семейна среда и преживяване на стрес в юношеска възраст“ с 6 научноприложни приноса към Българската академия на науките.

Доктор Мирена Василева е с професионален изследователски и практически опит. Работи в когнитивно-поведенческата психотерапия с деца в ранна и юношеска възраст, а също и със специални нужди и възрастни. Има професионален опит в адвокатски агенции, където се е занимавала с пациенти, претърпели инциденти. С доклади е участвала в множество конференции, научни конгреси. Има редица интервюта в областта на психологията и публикации на тема „Взаимоотношенията във връзката „родител-дете и партньорски взаимоотношения“.

В рубриката „Училище по психология“ доктор Мирена Василева засяга една много важна тема, свързана с празничните дни по Коледа и Нова година и човешката самота.

От доктор Мирена Василева

Празниците ухаят на наситена емоционално преизбудена среда с високи очаквания. Именно тези високи очаквания водят до висока доза празничен

стрес. Често празниците са период на равностойност за изминалата година, но много често те са време на нерешени междуличностни или личностни проблеми, които ни водят до затворена улица - личностен саботаж „Аз срещу Аз“!

Поради факта, че има празнична атмосфера, нашият ум е предвестник само на хубави очаквания и поставя в рамка схемата на мисли „забранено е да се случват препятстващи или кризисни ситуации!“. Именно този модел на мислене поражда трудно овладяване на житейски кризисни ситуации. Настъпват необратими кризисни конфликти от неумението ни да ги разрешаваме. Целта е обаче да съхраним нашите взаимоотношения, а не да ги разрушим.

В един конфликт винаги има Аз-истина и Ти-истина

А всъщност реалната истина е между Аз и Ти. Затова е желателно да виждаме истината със сърцето, а не с ума, защото нашият ум винаги прави „пазар“ с нашите неподредени, изкривени и нереални схеми на мислене в емоционални състояния, които променят нашето празнично настроение и поведение. Нека сега да сложим реалността преди очакванията ни.

За едни хора празникът е доза стрес, но за други е празник в душата. Именно защото както при висока доза тревожност се произвеждат много стресогенни ефекти, така е и с високата доза емоционален празничен стрес. Всичко в повече не е полезно и възпитателно. Много пари - проблем, малко пари - проблем, малко любов - неудовлетвореност, много любов - не е възпитателно, без партньор или без деца - неудовлетвореност, а с деца и партньор

- отново тревоги. Всичко в твърде много или в твърде малко няма баланс.

Кои хора са по-уязвими на празничния стрес

Най-голям процент уязвими са самотните хора, които нямат с кого да прекарат празника. Самотата не означава просто да си сам, защото да бъдеш сам и да бъдеш самотен, са две различни неща. Да бъдеш сам не означава непременно, че си самотен, и обратното - можеш да бъдеш сред тълпа от хора и въпреки това да се чувстваш самотен. Самотата всъщност е състояние на ума.

Първата група уязвими на самотата хора са тези, които са далеч от своите любими хора. Българите, живеещи във Великобритания, са отдалечени от своите семейства - възрастни родители, деца, роднини. Трудно е да се живее между два свята. Не трябва да пренебрегваме тъгата по родните корени в това празнично навечерие и липсата на празничната атмосфера с любимите хора,

както и отсъствието на нашите български традиции и обичаи.

Втората група са хора, при които причините за самотата, носеща страдание и превърнала се в начин на живот, най-общо са изкривени модели на мислене; ниска самооценка и негативни убеждения за себе си (или за хората като цяло); страх от отхвърляне.

Празничният стрес включва висока доза уязвимост при всички нездравословни междуличностни взаимоотношения - „родител-дете“, „мъж-жена“ и други. Коледните и новогодишните празници са преди всичко за радостта от споделянето на красиви моменти с любимите хора - дългоочакван подходящ момент да си направим равностойност за изминалата година. А равностойността е начин да оцениш себе си, да се видиш отстрана, малко променен от времето и от препятствията, които си преодолял. Какъв по-подходящ момент за това от декември - в края на старата и на прага на новата година. Погледни на равностойността

като на грижа за себе си. Припомни си отново най-хубавите и силни моменти, както и тези, които са те затруднили, и се обърни към всички тях с благодарност и усмивка. Не носи тежестта на неуспехите, а полети с уроците, които си научил от тях! Именно защото, ако сме загубили битка, това не означава, че сме загубили войната; победител в една битка е този, който си е научил урока. Човек се учи по принципа „Опит и грешка = Успех“!

Предстои да посрещнем Рождество Христово! Но какво всъщност символизира този свят и благословен празник? Христос ни дарява със своя пример как да живее човек: умението да обича ближния си, така както обича себе си; да живее смирено, да не критикува, а да умее да разбира; да обича Бога и да живее с мир в душата! Да живее по примера на Христос! Нека този празник на смирение живее всеки ден в душите ни! Да бъдем по-добри, по-уважителни, по-разбиращи, за да се чувстваме обичани и здрави!

С ОБИЧ, МИРЕНА

Д-р Мирена Василева

ПСИХОТЕРАПЕВТ

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

Индивидуални консултации

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

Тел. 07999334778

Email: mirenaavasileva@gmail.com

Ако имате въпроси, които ви вълнуват, можете да ги задавате на e-mail: mirenaavasileva@gmail.com. Доктор Василева ще даде изчерпателни отговори в следващите издания на рубриката „Училище по психология“.

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

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

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

За реклама тел: 020 358 228 40; info@radiobg.co.uk
Слушайте ни на: MP3, Windows Media Player, WINAMP, iTunes, Android, Apple

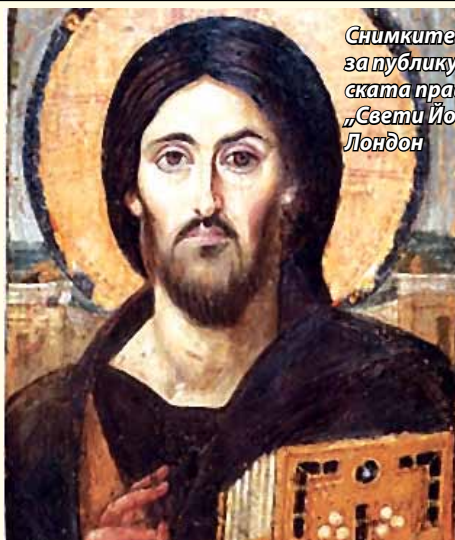
Български продукти
Готвени ястия
Поръчки Кетъринг

www.bakerynaslada.co.uk
078 4102 9577
60 Main avenue
Enfield EN1 1DH



Христос се ражда, славете Го!

Рождество Христово е един от най-светлите и очаквани християнски празници, който носи дълбоки послания и мир в душите. Ще посрещнем Коледа на 25 декември с очакване за по-добри дни. Рубриката на вестник БГ БЕН и Българската църква „Свети Йоан Рилски“ в Лондон е посветена именно на Рождество Христово.



Снимките са предоставени за публикуване от Българската православна църква „Свети Йоан Рилски“ в Лондон



Обръщение на отец Добромир от църквата „Свети Йоан Рилски“ в Лондон към българите на Острова

Рождество Христово е събитие, след което вече нищо в нашия свят не е същото

Снимка: БГ БЕН



Българите в Обединено-кралство ще посрещнат първата Коледа в своята нова църква „Свети Йоан Рилски“ в Лондон. В 10.30 часа на 25 декември започва празничната литургия, а от 12.30 часа ще има тържествен концерт.

Предстоятелят на храма отец Димитър Димитров, който е и преподавател в Богословския факултет на Великотърновския университет, подготви специално обръщение към българите във Великобритания за Рождество Христово. БГ БЕН публикува пълния текст:

“Рождество Христово не е само един от най-големите празници на Църквата заед-

но с Възкресение Христово, но и събитие, след което вече нищо в нашия свят не е същото. Бог влиза в човешката история като младенец. Взел плът от Светата Дева.

Ние Го виждаме легнал в яслите на безсловесните животни и по-късно в Евангелието Той ще каже, че “Син Човеческий няма, де глава да подслони” (Мт.8:20), тоест, че няма дом. Но Той има друг дом - човешкото сърце. Изразът “Христос да се роди в сърцето ти” не е абстракция. То е реалност за онези, които Го търсят. Нека нашите сърца станат място, където Бог се ражда.

Велика е и ролята на Пресвета Богородица - онази стълба, по която слезе Бог.

БЪЛГАРСКА ПРАВОСЛАВНА ЦЪРКВА
“СВЕТИ ЙОАН РИЛСКИ”, ЛОНДОН

БОГОСЛУЖЕНИЯ ПРЕЗ МЕСЕЦ ДЕКЕМВРИ



6 декември, Никулден - 9:30ч. - 14:30ч. -
(църквата ще е отворена за поклонници)

7 декември (неделя), Утрения 9:30ч., Литургия 10:30ч.

14 декември (неделя), Утрения 9:30ч., Литургия 10:30ч.

21 декември (неделя), Утрения 9:30ч., Литургия 10:30ч.

24 декември 9:30 (Утрения, Царски часове, Вечерня със св. Василиева Литургия) (Бъдни вечер)

25 декември (четвъртък), Рождество Христово,
Утрения 9:30ч., Литургия 10:30ч.
12:30ч.-Рождественски концерт

27 декември, Стефановден - 9:30ч. - 14:30ч. -
(църквата ще е отворена за поклонници)

1 януари, Васильовден, (четвъртък),
Утрения 10:00ч., Литургия 11:00ч.

адрес: 26 Jay Mews SW7 2 EP
за контакт email: contact@bulgarianchurchlondon.co.uk

Заради това Тя е Майка на Църквата и я прославяме и пеем, че „тя се намира по-високо от серафимите и е несравнимо по-славна от херувимите“.

Да се радваме и веселим, да не униваме, а да вярваме, че Христос е с нас! Той е с нас в Тайнствата, в Литургията, в молитвата... Девата днес ражда Богомладенеца - това е времето на Църквата,

в което ние съпребивяваме чудното дело на нашето спасение.

Идването Му в плът стана незабележимо, смирено, но Неговото Второ пришествие ще бъде с триумф, със слава. И както светкавица се вижда от запад на изток и отвсякъде, така ще дойде отново Той да съди живите и мъртвите.“

Отец Добромир Димитров

ЕВАНГЕЛСКИ ТЕКСТОВЕ

Евангелие от Матей

„Рождението на Иисуса Христа стана тъй: след сгодяване на майка Му Мария за Иосифа, преди още да бяха се те събрали, оказа се, че тя е непразна от Духа Светаго. А Иосиф, мъж ѝ, понеже беше праведен и не желаше да я осрами, поиска тайно да я напусне. Но когато намисли това, ето, Ангел Господен му се яви насъне и каза: Иосифе, син Давидов, не бой се да приемеш Мария, жена си; защото заченалото се в нея е от Духа Светаго; тя ще роди Син, и ще Му наречеш името Иисус; защото Той ще спаси народа Си от греховете му. А всичко това стана, за да се сбъдне реченото от Господа чрез пророка, който каза: „Ето, девицата ще зачене в утробата си и ще роди Син, и ще Му нарекат името Емануил“, което ще рече: с нас е Бог. Като стана от сън, Иосиф направи, както му бе заповядал Ангелът Господен, и прие жена си. И не познаваше я, докле тя роди своя първороден Син; и той Му нарече името Иисус.“ (1:18-25)

Евангелие от Лука

През ония дни излезе от кесаря Августа заповед - да се направи преброяване по цялата земя. Това преброяване беше първо, когато Кириний управляваше Сирия. И отиваха всички да се записват, всеки в своя град. Тръгна и Иосиф от Галилея, от град Назарет, за Иудея, за града Давидов, наречен Витлеем, понеже беше от дома и рода Давидов, за да се запише с Мария, сгодената за него жена, която беше непразна.

А когато бяха те там, дойде ѝ време да роди; и роди своя Син първенец, пови Го и Го положи в ясли, защото нямаше за тях място в странноприемницата. В тая същата страна имаше пастири, които ношуваха на полето и пазеха нощна стража при стадото си. И ето, яви се пред тях Ангел Господен, и слава Господня ги осия; и се изплашиха твърде много.

И рече им Ангелът: не бойте се: ето, благовестя ви голяма радост, която ще бъде за всички човеци; защото днес ви се роди в града Давидов Спасител, Който е Христос Господ и ето ви белег: ще намерите Младенец повит, лежащ в ясли. И внезапно се яви с Ангела многобройно воинство небесно, което хвалеше Бога и казваше: слава във висините Богу, и на земята мир, между човеците благоволение! Когато Ангелите си отидоха от тях на небето, пастирите си рекоха един другиму: Да идем до Витлеем, и да видим случилото се там, за което ни възвести Господ. И дойдоха бързешком, и намериха Мариам и Иосифа, и Младенеца да лежи в яслите. А като видяха, разказаха каквото им бе възвестено за тоя Младенец. И всички, които чува, почудиха се на това, що им разказаха пастирите. А Мариам спазваше всички тия думи, като ги слагаше в сърцето си. И върнаха се пастирите, славейки и хваляйки Бога за всичко, що чува и видяха, както им бе казано. (Лука 2:1-20)



А когато се роди Исус във Витлеем Иудейски в дните на цар Ирода, ето, мъдrecи от изток дойдоха в Иерусалим и казваха:

Де е родилият се Цар Иудейски? Защото видяхме звездата Му на изток и дойдохме да Му се поклоним. Като чу, цар Ирод се смути, и цял Иерусалим с Него.

И като събра всички първосвещеници и книжници народни, питахе ги: Де трябва да се роди Христос? А те му казаха: Във Витлеем Иудейски; защото тъй е писано чрез пророка: "И ти, Витлееме, земя Иудина, никак не си най-малък от Иудините воеводства; защото от тебе ще излезе Вожд, Който ще пасе Моя народ Израила". Тогава Ирод тайно повика мъдrecите и узна от тях точно за времето, когато се е

Мъдrecите от изток



появила звездата, и, като ги изпрати във Витлеем, каза: Идете, разпитайте грижливо за Младенеца и, като Го намерите, обадете ми, за да ида и аз да Му се поклоня. Те изслушаха царя

и заминаха. И ето, звездата, която бяха видели на изток, вървеше пред тях, докато дойде и се спря над мястото, дето беше Младенецът. А като видяха звездата, те се зарадваха с твърде

голяма радост. И като влязоха в къщата, намериха Младенеца с майка Му Мария и паднаха, та Му се поклониха; и като отвориха съкровищата си, принесоха Му дарове: злато, ливан и смирна. И като получиха насъне откровение да се не връщат при Ирода, те заминаха по друг път за страната си. А след като си отидоха, ето, Ангел Господен се явява насъне Иосифу и казва: Стани, вземи Младенеца и майка Му, и бягай в Египет, и остане там, докле ти кажа; защото Ирод ще търси Младенеца, за да Го погуби. Той стана, взе Младенеца и майка Му нощем, и замина за Египет. (Мат 2:1-14)



Даровете на влъхвите

Тези трима влъхви били от Персия, Арабия и Етиопия и се наричали още и царе, но не в смисъл на могъщи царе, владетели на много страни, а като такива, всеки от които е получил от тях (от истинските царе) свой град или определено княжество. Защото Свещеното Писание има навика да нарича владетелите на отделните градове царе, както това е видно от 14-а глава на книгата "Битие". Те следвали звезда, която не била като другите звезди, а пътувала в небето. Те я последвали от собствените си градове и били доведени в Юдея, в двореца на цар Ирод в Йерусалим, който се уплашил от явяването на такава звезда на цар, която предричала падането му от трона. Ирод ги пратил във Витлеем с план да убие родилия се нов владетел Христос.

Щом влъхвите тръгнали от Иерусалим, звездата, която ги водела, веднага се появила и тръгнала пред тях, и те много се зарадвали. Тя вървяла пред тях, докато не ги довела до Витлеем, до пещерата, и не се спряла над мястото, където се намирал Младенецът. Звездата се спряла над жилището, където се намирал Младенецът, тоест слязла от висините долу и се приближила до земята. Те с голяма радост Му се поклонили и му пренесли дарове - злато, ливан и смирна.

"Те принасят ливан на Бога, смирна на човека, злато на Царя, правилно почитайки Божието и човешкото естество в единство; със сърцата си те вярват в това, а с даровете си го изповядват."

(+Св. Папа Льв I, 462 г.)

Като получили насън вест от явил им се ангел да не се връщат при Ирод, който замислял зло и възнамерявал да убие новородения Цар, влъхвите се завърнали по друг път всеки в страната си, и там станали учители и проповедници Христови. Защото, проповядвайки идването в света на Христа, Сина Божий, те учели хората да вярват в Него, както и самите те вярвали. И е несъмнено, че след смъртта си те са се сподобили да бъдат причислени към лика на светите.

А имената им са следните: първият - Мелхиор, стар и побелял, с дълга коса и брада; той принесъл злато на Царя; вторият - Гаспар, млад и без брада, с румено лице; той принесъл ливан на възвъзвисялия се Бог. Третият - Валтасар, със смугло лице и дълга брада; той донесъл смирна на смъртния Син Човечески. След много години телата им били пренесени отначало в Константинопол, след това в Медиолан (Милано).

Днес техните дарове се пазят като съкровище в манастира „Свети Павел“ на Света Гора, Атон.

В ЦЪРКОВНОТО АТЕЛИЕ ЗА МОЗАЙКИ

Деца и възрастни на Острова изработват чудни предмети и картички, за да помогнат на нуждаещи се сънародници

БГ БЕН

С много вяра, благи думи и светлина е изпълнено ателието за изработване на мозайки, което се намира в църквата „Свети Йоан Рилски“ в Лондон. Там вече месец деца и българи на Острова изработват чудни коледни играчки от мозайка и красиви картички. По този начин всички те се включват в благотворителната кампания на Българската православна църква „Свети Йоан Рилски“ в подкрепа на български семейства, които се нуждаят от помощ.

Желаещите могат да си купят истински произведения на изкуството на 14 и 21 декември в църквата „Свети Йоан Рилски“ в английската столица - от 12:30 до 15:30 часа. Първата благотворителна изява беше на 7 декември и премина много успешно.

Идеята за организиране на ателието е на църковното настоятелство

Настоятелството е осигурило всички необходими материали за изработването на играчките от мозайки и картичките. Достатъчно е само човек да има желание и може да се включи



Снимките са предоставени от Българска църква „Свети Йоан Рилски“ в Лондон

безплатно в уроците по творчество и благородство. „Набраните средства ще отидат за социална дейност за нуждаещи се българи в Лондон. С тях ще подпомогнем болни и социално слаби членове на енорията“, каза пред вестник БГ БЕН отец Добромир Димитров.

Почти всяка неделя след традиционната литургия в Българската църква „Свети Йоан Рилски“ се събират около 30 деца, които се включват в мозаечното ателие на храма. Идеята за него е на настоятелството, което закупува материалите за изработването на мозайките и картичките.

„Целта е да бъдем отворени към обществото и

да украсим домовете си с красиви неща. А и децата и българите в Лондон да могат да общуват и да се



запознават помежду си. Говорим си за вярата и празника. Децата много се радват. Всеки може да се включи - не е необходимо предварително записване. Ателието се организира веднага след неделната литургия в църквата“, разказа още отец Добромир.

Това е първата благотворителна изява след отварянето на новия български храм в Лондон. А Вие не забравяйте, че всяка една покупка с благотворителна кауза е добрина от сърце, която вдъхва надежда на нуждаещите се! Не пропускайте да се включите в благотворителната кампания за подпомагане на нуждаещите се българи в Лондон.

Няколко интересни факта за Коледа, които я правят още по-приказна

БГ БЕН

Светлини, сияещи елхи и хиляди подаръци. Коледа е на прага ни. В навечерието на един от най-уютните празници ви предлагаме няколко любопитни факта.

Първата коледна картичка

През 1843 г. английският художник и илюстратор Джон Калкот Хорсли проектира първата комерсиално произведена и отпечатана коледна картичка, поръчана от сър Хенри Коул, който е един от основателите и първият директор на прочутия Victoria & Albert Museum в Лондон. На нея е изобразено семейство, което вдига надраница с вино, а цената ѝ е била 8,5 паунда. Популярността на картичката води до създаването на много коледни картички през годините в различните стилове и дизайни. А през 2001 г. копие от тях е продадено за 22 500 паунда на търг в „Хенри Олдридж и син“ в Девайзес, Уилтшир, Англия.

Вълшебният елен Рудолф

Легендата за най-прочутия елен на планетата е създадена през 1939 г. от Робърт Л. Мей, описана в „The Red-Nosed Reindeer“. Успехът на книгата води

до адаптация на хитовата едноименна песен на Джони Маркс, базирана от историята на Мей. Първата си екранна поява Рудолф прави през 1948 г. в късометражния анимационен филм „Rudolph the Red-Nosed Reindeer“, продуциран от Макс Флайшер.

Според научнопопулярния уебсайт Live Science еленът Рудолф е от женски пол поради факта, че в края на сезона за чифтосване, който е в началото на декември, мъжките елени се освобождават от рогата си, а женските остават с тънките си рогца през цялата зима. Това коментира и Пери Барбоза (Perry Barboza) - физиолог в Института по арктическа биология в Университета на Аляска в Фейърбанк, който изучава северните елени.

Какво е Коледа без „Jingle Bells“?

Една от най-известните коледни песни „Jingle Bells“ е написана от американския композитор Джеймс Лорд Пиърпонт през есента на 1857 година, като в началото е публикувана под името „One Horse Open Sleigh“. Въпреки че често е възприемана като коледна песен, тя всъщност е била предназначена за Деня на благодарността.

„White Christmas“ на Бинг

Празникът не е същият без традиционните курабии, песни и... елена Рудолф



Снимка: bigstockphoto.com

Кросби е най-продаваната коледна песен за всички времена, която от създаването си през 1942 година досега е продадена в над 50 милиона копия. Хитът е заглавната песен на мюзикъла на Кросби „White Christmas“.

The Beatles държат рекорда за най-много коледни песни, оглавявали челните места в музикалните класации през 1963, 1965 и 1967 година.

Първите коледни курабии

До XVI век коледните бисквитки са станали популярни в цяла Европа предимно чрез Lebkuchen, които са изобретени още през XIII век от монаси във Франкония, Германия. А първите коледни бисквитки във Великобритания,

известни още като коледни кекери, са изобретени от британския пекар и сладкар Том Смит през 1847 година, който бил вдъхновен от френския „бонбон“. Най-голямата коледна бисквита била приготвена през 1991 година в Австрия. Нейната дължина била 45 метра, а широчината - 3 метра.

Задължителните коледни елхи

Първите коледни елхи се появяват в Страсбург през XVII век и се разпространяват в Пенсилвания през 1820 г. с пристигането на германските имигранти. Когато кралица Виктория се жени за немския принц Алберт през 1840 година, традицията се пренася в Англия, а постепенно и в останалите части на света. Смята се, че

украсяването на коледни елхи е възникнало през XVI век в Германия, когато християните са започнали да украсят с тях домовете си.

Коледните лампички пък са били изобретени през 1882 година от американския учен Едуард Джонсън, който е бил сътрудник на откривателя на крушката Томас Едисон. Според редица източници първата коледна елха в България се украсява на 23 декември 1877 г. от руските офицери на генерал Гурко, а първата домашна коледна елха била в жилището на министър-председателя Стефан Стамболов.

Коледното примирие от 1914 година

По време на Първата световна война войските по

протезието на западния фронт обявяват примирие по време на Бъдни вечер. Германски и британски войници прекосяват окопите, за да се срещнат и да разменят храна и цигари. Има общи погребения и размяна на пленници, като няколко срещи завършват с пеене на коледни песни. Мъжете украсяват своите окопи, разменят си подаръци на „ничия земя“ и играят футбол, което дава един от най-трайните образи на примирието. По-късно този жест е наречен „коледното примирие“ от 1914 година. Норвегия пък изпраща коледна елха на Великобритания от 1947 година насам всяка година в знак на признателност за помощта ѝ по време на Втората световна война.

Коледа в България

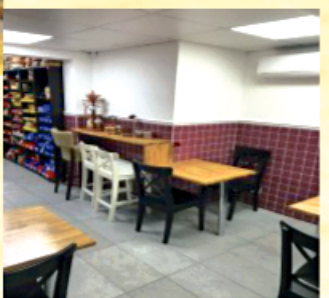
В миналото българинът е посрещал Коледа скромно - с постна вечеря на Бъдни вечер, с молитва и пита, с коледари и песни. След Освобождението обаче ритуалите за Коледа и Нова година в България започват да се променят. През 1880 година княз Александър Батенберг организира коледен бал и в княжеския дворец светва коледна елха, което било непозната до този момент традиция в родината. Поканени са гости а столничната общественост тогава отбелязва, че се случва Коледа „както е в Европа“. Днес българските коледни традиции носят в себе си символика и дълбочина, които предават на следващите поколения уважение към вярата, семейството и корените ни.

Весели празници!

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)

BUSINESS LOAN

- Quick cash
- Easy Application
- 95% approval rates
- Simple requirement
- No Business Plans required

☎ 07951 234 054

📍 46 Ramsgill Drive, Ilford, IG2 7TP

✉ info@commercialge.co.uk

🌐 www.commercialge.co.uk



КАЛЕНДАР, 2026

МАРТ

1 н † 1 Неделя на Великия пост – Православна (Молебен на Неделя Православна)
2 п Св. свщмчк Теодот, еп. Киринейски
3 в Св. мчци Евтропий, Клеоник и Василиск. Ден на Освобождението на България
4 с Преп. Герасим Йордански (Прежд. лит.)
5 ч Св. мчци Конон и Иоан Българин
6 п Св. 42 мчци в Амория (Прежд. лит.)
7 с Св. свщмчци Василий, Ефрем, Капитон и др. (Злат. лит.)
8 н † 2 Неделя на Великия пост – Св. Григорий Палама. (Вас. лит.)
9 п * Св. 40 мчци Севастийски. Св. мчк Исихий Доростолски (Прежд. лит.)
10 в Св. мчци Кодрат и Галина
11 с * Св. Софроний, еп. Врачански. (Прежд. лит.)
12 ч Преп. Теофан изповедник. Св. Григорий Двоеслов.
13 п Св. Никифор, патриарх Цариградски (Прежд. лит.)
14 с Преп. Бенедикт (Злат. лит.)
15 н † 3 Неделя на Великия пост – Кръстопоклонна. (Вас. лит.)
16 п Св. ап. Аристовул. Св. мчци Савин и Папа
17 в Преп. Алексий, човек Божий
18 с Св. Кирил, патриарх Йерусалимски. Преп. Анин Чудотворец (Прежд. лит.)
19 ч Св. мчци Хрисант и Дария
20 п Преп. отци, избити в манастира “Св. Сава” (Прежд. лит.)
21 с Преп. Яков Изповедник (Злат. лит.)
22 н † 4 Неделя на Великия пост - Преп. Йоан Лествичник. (Вас. лит.)
23 п Св. свщмчк Никон. Св. прпмчк Лука Одрински. Мчца Лидия
24 в Преп. Захария. Св. Артемий еп. Солунски
25 с † Благовещение (Утрения и Злат. лит.) (Разрешава се риба)
26 ч Събор на св. архангел Гавриил. Св. мчк Георги Софийски, Стари
27 п Св. мчца Матрона Солунска (Прежд. лит.)
28 с Преп. Иларион и Стефан. Свщмчци Георги, еп. Загорски и Петър, презв. Мъгленски. Св. мчк Енравота-Боян, княз Български
29 н † 5 Неделя на Великия пост - Преп. Мария Египетска. (Вас. лит.)
30 п Преп. Иоан Синайски, Лествичник
31 в Св. свщмчк Ипатий, еп. Гангърски, Преп. Аполоний Египетски

ЮЛИ

1 с * Св. безсребреници Козма и Дамян от Рим. Възвръщане честните мощи на преп. Йоан Рилски чудотворец
2 ч Полагане честната дреха на Пресвета Богородица във Влахерна
3 п Св. мчк Иакинт. Св. Анатолий, патриарх Константинополски
4 с Св. Андрей, архиепископ Критски. Св. прав. Марта
5 н † 5 Неделя след Петдесетница. Преп. Атанасий Атонски.
6 п Преп. Сисой Велики. Св. свщмчк Валентин, презвитер Римски
7 в * Св. вмчца Неделя. Преп. Тома Малейски и Акакий
8 с Св. вмчк Прокопий. Преп. Теофил Мироточиви
9 ч Св. свщмчк Панкратий, еп. Тавроменийски
10 п Св. 45 мчци в Никопол Арменски
11 с * Св. вмчца Евфимия Всехвална. Св. равноап. княгиня Олга.
12 н † 6 Неделя след Петдесетница. Преп. Паисий Светогорец.
13 п Събор на св. архангел Гавриил. Преп. Стефан Саваит
14 в Св. ап. Акила. Преп. Никодим Светогорец
15 с Св. мчци Кирик и Юлита. Св. равноап. княз Владимир
16 ч Св. свщмчк Атиноген, еп. Севастийски и 10-те му ученици.
17 п * Св. вмчца Марина
18 с Св. мчк Иакинт в Амастрида. Св. мчк Емилиан Доростолски
19 н † 7 Неделя след Петдесетница – на св. Отци от 6-те Вселенски събори.
20 п † Свети пророк Илия (Илинден)
21 в Преп. Симеон, юродив заради Христа. Преп. Йоан. Св. прор. Иезекиил
22 с Св. мироносица и равноапостолна Мария Магдалина.
23 ч Св. мчци Трофим, Теофил и другарите им.
24 п Св. вмчца Христина
25 с * Успение на св. Анна. Св. дякониса Олимпиада и Евпраксия девица
26 н † 8 Неделя след Петдесетница. Св. свщмчк Ермолай и другарите му.
27 п * Св. вмчк Пантелеймон. Св. Седмочисленици. Успение на св. Климент, архиеп. Охридски
28 в Св. апли и дякони Прохор, Никанор, Тимон и Пармен
29 с Св. свщмчк Висарион, еп. Смоленски. Св. мчк Калиник.
30 ч Св. апли от 70-те Сила, Силуан и другарите им (Богородични заговезни)
31 п Св. праведен Евдоким Кападокийски. Св. мчца Юлита

НОЕМВРИ

1 н † 5 Неделя след Неделя подир Въздвижение. Св. чудотворци Козма и Дамян.
2 п Св. мчци Акиндин, Пигасий, Афтоний, Елпидифор и Анемподист
3 в Преп. Пимен Зографски (Софийски). Св. свщмчци Акепсим, Йосиф и Айтал
4 с Преп. Иоаникий Велики. Св. свщмчци Никандър, еп. Мирски и Ермей презвитер
5 ч Св. мчци Галактион и Епистима
6 п Св. Павел, архиеп. Константинополски. Св. Клавдия
7 с Св. 33 мчци в Мелитин. Преп. Лазар Галисийски (Задушница)
8 н † 7 Неделя след Неделя подир Въздвижение. Събор на св. архангел Михаил. (Архангеловден)
9 п Св. Нектарий, еп. Егински. Св. мчци Онисифор и Порфирий.
10 в Св. апли Ераст, Олимп и Родион. Преп. Арсений Кападокийски
11 с * Св. мчк Мина. Св. мчци Виктор и Викентий. Св. мчца Стефанида.
12 ч Св. Йоан Милостиви, патр. Александрийски. Преп. Нил Постник.
13 п * Св. Йоан Златоуст, архиеп. Константинополски
14 с * Св. ап. Филип. Св. благоверни цар Управда Юстиниан (Коледни заговезни)
15 н † 8 Неделя след Неделя подир Въздвижение. (Начало на Рождественския пост)
16 п * Свети апостол и евангелист Матей
17 в Св. Григорий Неокесарийски, чудотворец
18 с Св. мчци Платон и Роман
19 ч Св. прор. Авдий. Св. мчк Варлаам Антиохийски
20 п Преп. Григорий Декаполит. Св. Прокъл, архиеп. Константинополски.
21 с † Въведение Богородично (Ден на православната християнска младеж и семейство)
22 н † 9 Неделя след Неделя подир Въздвижение. Св. ап. Филимон.
23 п * Св. Амфилохий, еп. Иконийски. Св. Григорий, еп. Акрагантийски.
24 в * Св. вмчца Екатерина. Св. вмчк Меркурий
25 с * Св. Климент, архиеп. Охридски. Св. Климент, папа Римски.
26 ч Преп. Алипий Стълпник. Преп. Яков Отшелник.
27 п * Преп. Теодосий Търновски. Св. вмчк Яков Персиец. Преп. Паладий
28 с Св. прпмчк Стефан Нови. Св. мчк Иринарх.
29 н † 13 Неделя след Неделя подир Въздвижение. Св. мчк Филумен.
30 п * Св. ап. Андрей Първозвани (Андреевден)

АПРИЛ

1 с Преп. Мария Египетска. Св. мчк Авраамий Български (Прежд. лит.)
2 ч Преп. Тит Чудотворец
3 п * Успение на св. Методий Славянобългарски. Преп. Никита Изповедник (Прежд. лит.)
4 с * Лазарова събота. Преп. Йосиф Песнописец и Георги в Малей. (Злат. лит.)
5 н † 6 Неделя на Великия пост – Връбница – Цветница. (Всичко на празника)
6 п * Велики понеделник. Св. Евтихий, патр. Константинополски. (Прежд. лит.)
7 в * Велики вторник. Преп. Георги, еп. Митилински (Прежд. лит.)
8 с * Велика сряда. Св. апли Иродион, Агав, Руф и др. (Прежд. лит.)
9 ч * Велики четвъртък. Св. мчк Евпсихий (Утрения, общ маслосвет, св. Василиева литургия)
10 п * Велики петък. Св. мчци Терентий и Помпий) (Вечерта Опело Христово)
11 с * Велика събота. Св. свщмчк Антипа, еп. Пергамски (Сутринта Вечерня)
12 н † Възкресение Христово – Пасха (Вечерня в първия ден на Пасха)
13 п † Възкресение Христово. Св. свщмчк Артемон, презвитер Лаодикийски
14 в † Възкресение Христово. Св. Мартин, папа Римски
15 с * Светла сряда. Св. апли Аристарх, Пуд и Трофим (Блажи се)
16 ч * Светли четвъртък. Св. мчци Агапия, Ирина и Хиония
17 п * Светли петък. Живоприемни източник. Преп. Симеон Персидски (Блажи се)
18 с * Светла събота. Преп. Йоан. Св. мчк Виктор
19 н † 2 Неделя след Пасха – Томина. Преп. Йоан Ветхопещерник
20 п Преп. Теодор Трихина. Света София Премъдрост Божия
21 в Св. свщмчци Януарий и Теодор в Пергия
22 с Преп. Теодор Сикеот. Преп. Виталий
23 ч Св. мчца Александра. Св. мчк Лазар Български
24 п Мчк Сава Стратилат Римски и 70 войни с него
25 с Св. ап и ев. Марк (Отдание на Томина неделя)
26 н † 3 Неделя след Пасха – на св. Мироносици. Св. свщмчк Василий, еп. Амасийски
27 п Св. свщмчк Симеон, брат Господен по плът
28 в Св. апли Иасон и Сосипатър
29 с Св. 9 мчци в Кизик, Преп. Мемнон Чудотворец
30 ч * Св. ап. Яков Зеведеев, Св. Донат, еп. Еврийски

АВГУСТ

1 с * Произхождение (изнасяне) на св. Кръст. (Водосвет) (Начало на Богородичния пост)
2 н † 9 Неделя след Петдесетница. Пренасяне мощите на св. архидякон Стефан.
3 п Преп. Исакий, Далмат и Фавст (вечерта Вечерня с Молебен канон на Пресвета Богородица)
4 в Св. 7 отроци в Ефес. (вечерта Вечерня с Молебен канон на Пресвета Богородица)
5 с Св. мчк Евсигний (Предпразненство на Преображение Господне)
6 ч † Преображение Господне (Разрешава се риба)
7 п Св. прпмчк Дометий. Св. прпмчца Потамия чудотворица
8 с Св. Емилиан изповедник, еп. Кизически. Св. Трендафил Загорски.
9 н † 10 Неделя след Петдесетница. Неделя след Преображение.
10 п Св. мчк и архидякон Лаврентий (вечерта Вечерня с Молебен канон на Пресвета Богородица)
11 в Св. мчк и архидякон Евпъл. Св. мчца Сосана девица
12 с Св. мчци Фотий и Аникита. Преп. Паламон Египетски
13 ч Преп. Максим Изповедник. Св. Тихон, еп. Задонски (Отдание на Преображение Господне)
14 п Св. прор. Михей (Предпразненство на Успение Богородично)
15 с † Успение на Пресвета Богородица
16 н † 11 Неделя след Петдесетница. Неделя след Успение Богородично
17 п Св. мчк Мирон. Преп. Алипий иконописец
18 в * Св. мчци Флор и Лавър. Успение на преп. Йоан Рилски Чудотворец
19 с Св. мчк Андрей Стратилат и с него 2593 мъченици. Преп. Теофан Нови Атонски
20 ч Св. прор. Самуил. Св. 37 мчци Пловдивски
21 п Св. ап. Тадей. Св. мчци Васа Хелеспонтска и Васа Солунска.
22 с Св. мчк Агатоник и дружината му. Св. мчца Евлалия девица
23 н † 12 Неделя след Петдесетница. Св. мчк Луп. Св. Ириней, еп. Лионски.
24 п Св. свщмчк Евтих. Св. мчк Татион. Преп. Георги Лимниот
25 в Възвръщане честните мощи на св. ап. Вартоломей. Св. ап. Тит
26 с Св. мчци Адриан и Наталия
27 ч Преп. Пимен Велики. Св. Фанурий
28 п Преп. Моисей Мурин
29 с * Отсичане главата на св. Йоан Предтеча и Кръстител. (Пост)
30 н † 13 Неделя след Петдесетница. Св. Александър, Йоан и Павел, патриарси Константинополски.
31 п Полагане честния пояс на Пресвета Богородица.

ДЕКЕМВРИ

1 в Св. прор. Наум. Св. Филарет Милостиви
2 с Преп. Порфирий Кавсокаливит. Св. прор. Авакум. Преп. Йоан и Андрей
3 ч Св. прор. Софоний. Св. свщмчк Теодор, архиеп. Александрийски
4 п * Св. вмчца Варвара. Преп. Йоан Дамаскин
5 с * Преп. Сава Освещени. Преп. Нектарий Битолски (Разрешава се риба)
6 н † 10 Неделя след Неделя подир Въздвижение. Св. Николай (Никулден) (Разрешава се риба)
7 п Св. Амвросий, еп. Медиолански. Св. Филотея Търновска
8 в Преп. Патапий
9 с * Зачатие на св. Анна. Св. Анна, майка на пророк Самуил
10 ч Св. мчци Мина, Ермоген и Евграф
11 п Преп. Даниил Стълпник. Преп. Лука Стълпник
12 с * Св. Спиридон, еп. Тримитунтски Чудотворец
13 н † 11 Неделя след Неделя подир Въздвижение на св. Праотци.
14 п Св. мчци Тирс, Левкий, Филимон, Ариан и Калиник
15 в Св. свщмчк Елевтерий. Преп. Павел Латрийски
16 с Св. прор. Агей. Св. мчк Марин
17 ч Св. прор. Даниил и св. 3-ма отроци Ананий, Азарий и Мисаил
18 п Св. Модест, патр. Йерусалимски. Св. мчк Севастиан и дружината му
19 с Св. мчк Бонифаций. Св. Григорий, еп. Омиритски
20 н † Неделя преди Рождество Христово. Св. свщмчк Игнатий Богоносец.
21 п Св. мчца Юлиания и мъченици с нея 500 мъже и 130 жени в Никомидия
22 в Св. вмчца Анастасия
23 с * Преп. Наум Охридски. Св. 10 мчци в Крит. Св. мчк Геласий
24 ч Св. прпмчца Евгения. Преп. Николай воин (Бъдни вечер)
25 п † Рождество Христово (Утрения и св. Злат. лит.) (Всичко на празника) (Блажи се)
26 с † Събор на Пресвета Богородица. Св. Йосиф Обручник.
27 н † Неделя след Рождество Христово. Св. първомъченик и архидякон Стефан. (Стефановден)
28 п Св. 20 хиляди мчци, изгорени в Никомидия
29 в Св. 14 хиляди младенци-мъченици, избити от Ирод във Витлеем. Преп. Маркел
30 с Св. мчца Анисия. Св. свщмчк Зотик Сиропитател. (Блажи се)
31 ч Преп. Мелания Римлянка (Отдание на Рождество Христово)

Най-известните коледни традиции по света

БГ БЕН

Коледните традиции са различни в отделните държави по света, но символът на Рождество Христово е любовта към семейството, приятели и роднини. Затова и толкова хора дни наред се готвят за най-светлия християнски празник. БГ БЕН разказва за най-интересните традиции по света.

В България Коледа събира цялото семейство

Това се случва още на 24 декември - последния ден от коледния пост, наречен още Бъдни вечер или Малката Коледа. Трапезата е от постни ястия, като задължително те трябва да са нечетен брой - 7, 9 или 12. Домакинята на дома задължително приготвя постна питка с паричка, а народните вярвания разказват, че именно тя е поглед в бъдещето.

Общото е любовта между хората и споделените празнични дни

Снимка: bigstockphoto.com



Смята се, че който намери паричката, той ще е богат и успешен през цялата година.

На постната трапеза се поставя още мед, тиквеник, плодове, зеленчуци, варива и други. Българският риту-

ал повелява най-възрастният мъж да прекади къщата, а празничната трапеза не се вдига. Задължителна част от народната традиция заема и бъдникът, който трябва да гори цяла нощ.

поставят над всяко легло. Англичаните пекаат коледна пуйка, която е задължително меню за тяхната трапеза. Коледният пудинг пък се е превърнал в ценна семейна традиция. Приготвя се чрез разбъркване на смес от плодове и подправки, често сервирана с крем или масло от бренди. В него домакинята поставя монетка от 6 пенса. Вместо пудинга някои семейства приготвят маслени сладкиши от бадемово тесто с най-различни захаросани плодове. В менюто преди десерта е включена и знаменитата супа от костенурки.

В Ирландия осветяват прозорците си

Католиците в Ирландия имат обичай да осветяват изцяло прозорците си. Цялото семейство със свещичка в ръка коленичи и се моли. След това свещичката на най-малкото дете или на най-младия от компанията се поставя в центъра на масата, а всички останали свещи се поставят на ръба на прозорците, за да сочат пътя на Мария и Йосиф в нощта. Традицията на Острова гласи, че на 25 декември англичаните трябва да преплуват река, а на следващия ден да ходят на лов.

Празничният обяд обаче вече включва местни ястия. Тя е богато отрупана и включва задължителната капама. През този ден също има стари традиции, които все още се изпълняват в някои краища. Децата обикалят по къщите и пеят коледни песни. Българската традиция повелява на Коледа да се коли прасе.

В Англия подаръците се поставят в дълги чорапи

В Англия във всеки дом има добре украсена елха, а чорапите с подаръците се

В Норвегия изразът „Яхвам метлата“ има друго значение

Интересното е, че в Нор-

вегия по празниците не се чисти. Изразът „Яхвам метлата“ придобива съвсем ново значение. Според норвежкия фолклор в навечерието на Коледа вещици се показват и летят в небето, а тяхно основно „транспортно“ средство са метлите. Затова норвежците крият всички метли и уреди за почистване... И вещиците са поставени в патова ситуация.

В Швеция на почит е сламена коза

През 1966 г. в Швеция правят 13-метрова фигура на коза от слама, която е издигната в Стокхолм. В полунощ на Бъдни вечер козата е запалена, което не било по първоначален план. Оттогава градските власти всяка година правят сламената коза, хората се дегизират като Дядо Коледа и елфи, за да преминат незабелязано покрай пазачите и да подпалят статуята. През тези 60 години сламената коза е оцеляла до Коледа само 10 пъти.

В Канада задължително пишат на Дядо Коледа

Всички пощенски станции в Канада изпращат писма на адрес: Дядо Коледа, Северният полюс, H0H 0H0. Собствен пощенски код с нули вместо с буквата „О“. През 1983г. канадската поща създаде официална програма за отговор на писмата до Дядо Коледа. Така всяка година децата от цял свят получават отговор на писмата си на техния език.

UNIKAT-2 BG RESTAURANT UNIKAT-2 PRESENTS
UPCOMING LIVE EVENTS | 2026

 02.01 GIORGOS VALTINOS FRIDAY	 09.01 KONDIO FRIDAY	 16.01 LIDIA FRIDAY	 23.01 VANESSA FRIDAY
 30/31.01 DICHKO D2 FRIDAY	 20.02 KRISSEY FRIDAY	 20.03 LIDIA FRIDAY	 18.09 LIDIA FRIDAY

RESERVATIONS: 077 6637 3447
LONDON, 248 GREEN LANES · N13 5TU

ASEN TRIFONOV
SCENAR THERAPIST

Pain Relief with Scenar Therapy

07459 851857
sctherapy23@gmail.com
www.bestscenarthapist.com

SCAN FOR WEBSITE

Хороскоп за 2026-а: Годишната на бавния лукс

БГ БЕН

2026-а се оформя като година, в която Вселената ни връща към най-ценните истини - че щастието е тихо, здравето е богатство, а благополучието започва отвътре.

Вселената през 2026 година учи всяка зодия да забави темпото, да обръща внимание на вътрешния си свят и да поставя качеството на живота над всичко останало. Тази година на бавния лукс носи енергия на осъзнатост, здравословни навици и стабилни решения, които изграждат здрави основи.

ОВЕН: Година на здравословния баланс

Овните ще научат да заменят импулсивността с осъзнати действия. Фокусът върху здравето и баланса ще донесе стабилност във финансите и възможности за дългосрочни инвестиции.

ТЕЛЕЦ: Връх на стабилността и хармонията

Телците ще прегърнат философията на бавния лукс. Очаквайте дълбочина в лю-



бовта, признание в работата и изобилие, което идва чрез внимателно отношение към здравето.

БЛИЗНАЦИ: Пренареждане на приоритетите

Годишната кани Близнаците да намалят менталния шум и да се съсредоточат върху вътрешния покой. В любовта искрените разговори ще

носят изцеление.

РАК: Изцеление и тихо щастие

Рациите ще намерят щастие в грижата за душата си. Домът ще стане светилище, а кариерните възможности ще ги водят стабилно и сигурно напред.

ЛЪВ: Луксът, който идва отвътре

Лъвовете ще станат поинтуитивни и мъдри. Годишната носи топлина в отношенията и финансови успехи чрез разумни решения.

ДЕВА: Отпускане на контрола

Девите ще научат да се почиват без чувство за вина. Фокусът върху психическото здраве и качествения сън ще донесе стабилност във

всички сфери на живота.

ВЕЗНИ: Истински баланс и хармония

Везните ще постигнат баланс в отношенията и емоционалната среда. Лекотата в ежедневието и вдъхновението в работата ще подобрят общото благосъстояние.

СКОРПИОН: Вътрешно освобождение

Скорпионите ще преживеят трансформираща година на освобождение от миналото. Стратегическите решения в работата ще донесат устойчиви успехи.

СТРЕЛЕЦ: Намиране на вътрешен мир

Стрелците ще намерят духовна мъдрост и ще забавят темпото. Годишната носи комфорт в любовта и стабилност във финансите.

КОЗИРОГ: Здрава основа за щастие

Козирозите ще намерят спокойствие чрез намаляване на работната тежест. Стабилността в любовта и финансите ще позволи истинско удоволствие от живота.

ВОДОЛЕЙ: Завръщане към себе си

Водолеите ще достигнат ново ниво на осъзнатост. Иновативните финансови възможности и искрените отношения ще определят годината.

РИБИ: Баланс между духовност и реалност

Рибите ще постигнат хармония чрез творчество и емоционална хигиена. Годишната носи дълбока, чувствена любов и финансова стабилност.

Източник: elle.bg



Sunny Day Care

Детска градина с целодневна грижа за вашето дете



Регистрирана в Ofsted



Квалифицирани учители

Здравословна храна

Безплатно ранно образование за 2 и 3 годишните

Удобна локация в района на Stratford E15

Достъпни цени

Понеделник до Петък от 07.00 до 18.00 часа

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

50% CHEAP BUSINESS ELECTRICITY & GAS

- Cheapest price and a good supplier
- New contract & change suppliers
- Sort out Change of Tenancy and
- Opening meter readings
- Metering & New Connections
- 24 years experience

Want to reduce your energy bill?
DON'T Delay, Call Us Today

07951 234 054

Email: contactus@commercialge.co.uk

Web: commercialge.co.uk





Вие можете да защитите съпричастност към независимата журналистика и високи професионални стандарти. БГ БЕН не е бизнес, създаден за печалба, а само и единствено да е в полза на българите на Острова.

Всяка подкрепа е важна, защото тя показва, че все още има хора, които държат на качеството и истинските новини!

Нашата банкова сметка е:
PA Events Ltd,
Lloyds Bank
sort code 30-92-90
acc.02271697
Благодарим за доверието!

Обяви за работа (търся, предлагам)

Предлагаме работа за куриери на ванове **Агенция TSDI**

Възможност за подписване на дългосрочен 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

Работа в Нидерландия: търсят се Verzorgenden IG (практически медицински сестри) за WelThuis, ZorgSpectrum, De Wever. Изисква се диплома за медицинска сестра и знание на нидерландски език. **Безплатно обучение по нидерландски език. €2474 - €3590 бруто на месец.** www.avanttalentgroup.com

Изтеглете новия брой на вестник БГ БЕН онлайн!

www.bgben.co.uk

Ресторант La Fiaba търси да назначи сервитьори и готвачи. **Ресторантът се намира на адрес 22a High street, Caterham CR3 5UA.** **За повече информация** обаждате на телефон 07540618029 Мина.

- Детска градина Sunny Day Care в Stratford търси да назначи квалифицирана детска учителка (минимална квалификация Childcare Level 3). Много добри условия, за контакт - 07788766457 - Яна.

- Търсим помощник готвачи с английски, момичета за почистване на стаи в хотели в централен Лондон. Телефон за

връзка: 075 3911 2096 - Златина

GM TEAM WORKS LTD looking to hire a owner van drivers for collection and delivery a E bikes in and out central London potential earnings up to £300-£350 per day. for more info call on 07553648220

Job in a domestic household as a part time cleaner (£10ph - 20 hours per week at £200 per

week) with free accommodation, in London. isabellalafferty@yahoo.co.uk

We are looking for HGV drivers full time and permanent who will drive 18 ton and 7.5 ton vehicles . It is multiple drop to commercial shops . email address: esonmez@ozdiller.com and phone number :07483 121203

Квартири (търся, предлагам)

КВАРТИРИ

- Дава се под наем просторна, двойна стая, която е добре поддържана. Стаята се намира в спокойна къща в района на Wembley (zone 3 North West London) и е свободна от 1-ви август 2025 година. Къщата е в близост до метро (Stonebridge Park station), денонощни автобуси и магазини. Разполага и с паркинг места, а също

и с голяма градина. Стаята е подходяща за двойка. £ 810 на месец (сметките отделно). За повече информация 07466 397396.

- Давам под наем голяма двойна стая (15м2) под наем в Източен Лондон - Barking IG 11. Цена £170/week с включени сметки. За контакт 07404 26 38 40.

- Давам под наем голяма двойна стая недалеч от Стратфорд. Може и за сам

човек. Стаята е чиста и топла. Собствен хладилник. Две тоалетни и баня, градина, барбекю, пушалня, силен интернет. Трета зона, идеален транспорт, наблизно 2 станции на метро, рейсове. Много магазини до нас. 07960402029 или 07568501117

- Отдавам под наем двойна стая в Баркинг, за единично ползване. Цена - £110 на седмица, като в нея са включени

и сметки. Тел. 07814541700.

- Просторен напълно обзаведен самостоятелен апартамент от 40 кв.м, с градина и навес в N9 - за работещ професионалист или двойка без деца и животни. След ремонт, свободно паркиране, отлична инфраструктура и транспорт. Цената е 890 лири месечно, без сметки. Телефон за контакт 07448421600 - Маргарита

СТАИ ПОД НАЕМ
МНОГО ДОБРИ ЛОКАЦИИ
STRATFORD, PLAISTOW,
EAST HAM,
LEYTON, LEYTONSTONE.

☎ 07554557626

Други услуги

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, или публикувайте директно своята обява на www.bgcatalog.co.uk

ДРУГИ УСЛУГИ

- Гледайте безплатно над 90 български ТВ канала, без месечни такси и дого-

вори, за повече информация: тел. 07756256431

- Ремонт на бензинови машини - косачки, резач-

WWW.TOPSAATELLITE.CO.UK

TOP Satellite Services *****

- 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](mailto:info@topsateellite.co.uk)
www.topsateellite.co.uk [07429 043 587](http://www.topsateellite.co.uk)

ки, мотофрези, генератори и други, тел. 07440477886

- Безопасно и гарантирано унищожаване на дърве-

ници и други вредители, тел. 07769218796

- Гледам на кафе и на карти Таро, развалям ма-

NO WIN NO FEE Osbornes | Law^o

Български адвокат при злополуки и инциденти

Елида Димитрова
07843 349 633/020 7681 8675
Elida.dimitrova@osborneslaw.com
www.bgadvokat.co.uk

гии, правя бяла магия за любов, лея куршум и въськ против страх, тел. 07471570880, 02084060439,

Йордана

- Електрически услуги, инсталации и ремонт на аварии, тел. 07578617184

Здраве Мода Красота

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

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

СКЕНАР терапия с Асен – един модерен и ефикасен метод за борба с Вашата болка.

БИОЕНЕРГИЙНИЯТ НЕВРОСТИМУЛАТОР СКЕНАР СЕ ИЗПОЛЗВА ЕФЕКТИВНО ПРИ ЗДРАВООСЛОВНИ ПРОБЛЕМИ С:

- Нервна система
- Опорно-двигателен апарат
- Гинекологични заболявания
- Дихателна система
- Отделителна система
- Храносмилателна система и др.

За повече информация:
Тел: 07459851857; email: sctherapy23@gmail.com
www.bestscenartherapist.com
FB : Pain Relief with Scenar Therapy



Шивашки услуги

в Лондон - Нели

Качество и достъпни цени!

Договаряне на удобно за вас време

Тел. 07464601852
nelinka1968@abv.bg

ASEN TRIFONOV
SCENAR THERAPIST

Pain Relief with Scenar Therapy

07459 851857
sctherapy23@gmail.com
www.bestscenartherapist.com

SCAN FOR WEBSITE

Транспортни услуги

ТРАНСПОРТНИ УСЛУГИ

- Предлагаме транспортни услуги от всички летища и дестинации. Седем местен МИНИ ВАН - точно и сигурно. Телефон: 07474268324.

- Транспортни услуги с комби до летищата в Англия на тел.: 07404 909 309.

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

Фирма TSDI LTD

ТРАНСПОРТ КУРИЕРСКИ УСЛУГИ

www.tsdi.co.uk Тел. 07880611250

Денонощни транспортни услуги на атрактивни цени!

Предлагам денонощни транспортни услуги седем дни в седмицата - от и за летищата около Лондон, а също от и за ферми.

ДОБРИ ЦЕНИ!

Телефон за връзка: 07553 512214
Mail: manuelohanesyan@abv.bg

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

- Преместване на багаж и

АВТОУСЛУГИ

- Автосервиз в Чатъм, Кент. Ремонт на автомобили, гуми, климатици, МОТ. Телефон: 07428250921

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

	9		1	4			3	2
6			9			8		
	7	4	2			6		
		3		7			6	
8	1			6			5	9
	2		8	9		1		
		9			8	5	1	
		5			4			7
7	6			2	9		8	

		7	6				8	3
		8	5				6	
2				1			7	
7				5	6	4		
		1	4			6		
		6			2			8
	9			3				2
	1				8	9		
8	7				5	3		

	3		8			5	9	
	2				7		1	
6				1				3
		1			8		2	
9			7					6
	7			6	9	3		
5				9				2
	4		6				5	
	9	6			5		3	

**Място за
вашиите
обяви**

obiavi@bgben.co.uk

Отговорността за
точността на информацията и съдържанието в рекламните карети и обявите, е на рекламодателите.

Училища Курсове Детски градини

Подготвям деца по МАТЕМАТИКА

СПЕЦИАЛНА
подготовка за
GCSE и
11+ EXAMS

Тел. 02085270212
МоБ. 07796692522
ИЛИЯН РУСЕВ

- Курсове за багеристи, фадромисти и мотокаристи, тел. 07552442855, Илиян

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

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

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

Sunny Day Care

Детска градина с целодневна грижа за вашето дете

Регистрирана в Ofsted

Ofsted
Outstanding
Provider

Квалифицирани учители

Здравословна храна

Безплатно ранно образование за 2 и 3 годишните

Удобна локация в района на Stratford E15

Достъпни цени

Понеделник до Петък от 07.00 до 18.00 часа

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

**УРОЦИ, КУРСОВЕ,
ПРЕВОДИ,
КОНСУЛТАЦИЯ**

- Предлагат се уроци по английски от университетски преподавател. Моля, изпратете съобщение/WhatsApp 0774 3929 144.

- Уроци по математика и информатика на всички нива за българи, живеещи във Великобритания - онлайн уро-

ци на тел.: +359899 126 106.

- Индивидуални уроци по английски език в реално време на тел.: 07459 702 621.

УРОЦИ ПО КЛАРИНЕТ И САКСОФОН

Уроци на всички нива и музикални жанрове съобразени с изискванията на ABRSM и University of West London.

Магистър от Национална Музикална Академия „Л.Владигеров“ София с 30 годишен опит като оркестрант.

Преподавател по кларинет и саксофон в Английската образователна система и като изпитващ в UWL.

07712272861 Сергей Иванов

Място за
вашиите
обяви

obiavi@bgben.co.uk

БГ БЕН

БГ БЕН

Рекламата -
най-добрата инвестиция!

Подкрепете БГ БЕН - единствения български вестник, който е винаги до Вас!

Вие можете да защитите и подкрепите БГ БЕН - единствения български вестник във Великобритания. Това ще бъде знак за съпричастност за независимата журналистика и професионални стандарти.

БГ БЕН не е бизнес, създаден за печалба, а само и единствено да е в полза на българите на Острова. Затова той се разпространява безплатно.

Всяка помощ е важна, защото тя показва, че все още има хора, които държат на качеството и истинските новини!

Доказали сме, вече почти 20 години, че работата ни е насочена изцяло в подкрепа на българите, които са избрали да живеят, работят и учат в Обединеното кралство, а така ние неотменно

заставаме зад тях.

Оценка за нашия труд са и вашите ежедневни обождавания, в които ни споделяте, че нямате търпение да получите всеки нов брой на вестник БГ БЕН. Затова искрено Ви благодарим!

Защо е важно да подкрепите вестник БГ БЕН

Всеки брой на вестник БГ БЕН достига до читателите абсолютно безплатно, но това е свързано с големи разходи за създаване на новини и репортажи, за предпечатна подготовка, за печат и за разпространение. БГ БЕН е независима медия, която се самоиздържа от реклами и безвъзмездна финансова подкрепа. Във време на икономическа криза това е сериозно предизви-

кателство. Само от началото на годината цената за печат е увеличена два пъти. Повишават се и разходите за създаването на най-важните и безпристрастни новини, които публикуваме на сайта на БГ БЕН ежедневно.

Затова вашата подкрепа е изключително важна за нас. Тя ще ни помогне да продължим да издаваме безпристрастния и любим вестник на Острова за вас.

Имате възможност да станете редовен спомоществовател, но можете да ни подкрепите и еднократно със суми, които са по вашите възможности.

Нашата банкова сметка е: PA Events Ltd, Lloyds Bank sort code 30-92-90 acc.02271697

Благодарим за доверието!

БГ БЕН

14 ноември, брой 11 (520) от 2025 г., година XXII www.bgben.co.uk БГ БЕН БЕЗПЛАТНО ИЗДАНИЕ

Пред новия бюджет Bank of England заваля основната лихва на 4% на стр. 4

Бившият кмет на област Медуей Марин Несторов постига всичко с постоянство и труд на стр. 8-9

Доин: България свързва всички българи навсякъде по света на стр. 16-19

Мерки срещу инфлацията ще залегнат в новия бюджет на Великобритания

- ✓ Финансовият министър Рийчъл Риймс ще представи финансовата рамка на 26 ноември
- ✓ Държавният дълг на страната е достигнал 2,9 трилиона паунда, или 95% от БВП
- ✓ Разходите за обслужването му са най-високи сред страните от G7
- ✓ Днес 1 паунд от всеки 10, платени от данъкоплатците, отива за лихви върху дълга
- ✓ Очаква се дупката в бюджета, възлизаща на между 20 и 50 милиарда британски паунда, да се покрие от по-високи данъци

ПОДКРЕПЕТЕ БГ БЕН - ЕДИНСТВЕНИЯ БЪЛГАРСКИ ВЕСТНИК НА ОСТРОВА!

Исква помощ и знак на съпричастност към независимата журналистика? С подкрепата си вие ни помагате да защитим и подкрепим БГ БЕН!

Подкрепата ви ще ни помогне да продължим да издаваме безпристрастния и любим вестник на Острова за вас.

Имате възможност да станете редовен спомоществовател, но можете да ни подкрепите и еднократно със суми, които са по вашите възможности.

Нашата банкова сметка е: PA Events Ltd, Lloyds Bank sort code 30-92-90 acc.02271697

Благодарим за доверието!

Счетоводство и Бизнес Консултации

SAFE ADVICE LTD

020 8555 5143

OCEANAIR

020 8530 6829

Адвокатска кантора

Обадете се и говорете на български с Елида Димитрова

07843 349 633/020 7681 8675

Osbornes Law

Best Law Firms 2025



СТАРИНЕН САЛОНЕН ТАНЦ НА ДВОЙКИ ГРАД В ОБЛАСТ ПЛОВДИВ	ИЗВЕСТНО С МИТИЧНОТО СИ ЧУДОВИЩЕ ЕЗЕРО В ШОТЛАНДИЯ НОВЕЛА ОТ Ф. С. ФИЦДЖЕРЪЛД	ВИД ХИЩНА РЕЧНА РИБА ЕДИНИЦА МЯРКА ЗА ЕЛЕКТРИЧЕСКА МОЩНОСТ	ШИРОКА ГРАДСКА УЛИЦА С ДЪРВЕТА	МОДЕЛ US ДЖИПОВЕ	US ФИЛМ /1976/ С КАРЛ УЕДЪРС И СЛАЙ СТАЛОУН	ГЕРОИНЯ НА ЛЕВ ТОЛСТОЙ В ЕДН. РОМАН ТЕРОРИСТИЧНА ОРГАНИЗАЦИЯ НА БАСКИТЕ	ХУДОЖЕСТВЕ- НА ГАЛЕРИЯ В СОФИЯ	ВОКАЛНА ТВОРБА	ПРЕДЦИ, ПРА- ДЕДИ, РОДОНА- ЧАЛНИЦИ ТИП ФОЛИО ЗА ЗАЛЕПВАНЕ	ВИД ЧЕРНОМОРСКО ПОПЧЕ
ЧАСТ ОТ ПРОТИВОГАЗ ЕДЪР НО МЪРШАВ, ДРЪГЛИВ КОН РАЗГОВОРНО/			УВЕЩАВАНЕ, УБЕЖДАВАНЕ В НЕЩО	ОСНОВНА ВОЙСКОВА ЕДИНИЦА ВАЖЕН МЕЖДУНАРО- ДЕН ДОГОВОР			ЗАСВОДЕНА НИША В СТЕНА /АРХИТ./	УПОЙВАЩА ТЕЧНОСТ В МЕДИЦИНАТА ОПЕРА-БАЛЕТ /1745/ ОТ ЖАН ФИЛИП РАМО		
ОБЩЕСТВЕНО МНЕНИЕ ЗА ЧОВЕК ПЛЪТЕН ПЛОСЪК СЛОЙ ОТ НЕЩО		СЛОВАШКИ ФУТБОЛЕН ТИМ ХИПОТЕТИЧНА ЕЛЕМЕНТАРНА ЧАСТИЦА /ФИЗ./	ИТАЛИАНСКО ИЛИУСТРИРАНО СПИСАНИЕ ИЗПАРЕНИЯ ПРИ ХУБАВО ВРЕМЕ			ГОРИВО ЗА САМОЛЕТНИ ДВИГАТЕЛИ	АНТИЧЕН СЪД ЗА БЛАГОВОНИЯ СТАТУЯ ОТ ДОНАТЕЛО			ОТПАДЪЦИ ПРИ ПИЛЕНЕ НА МЕТАЛ
МУЗИКАЛЕН ИНСТРУМЕНТ С ОСЕМ СТРУНИ	ПОМОШНО ЖИЛИЩНО ПОМЕЩЕНИЕ	МОДЕЛ НА ЛЕКИ КОЛИ „FIAT“ ВИД ЛАСО НА ПРАБЪЛГАРИТЕ	ФРЕНСКИТЕ ПАРТИЗАНИ ПРЕЗ II СВ МЕТАЛНА СВРЪЗКА С НАРЕЗ		ИГРА С РАЗИГ- РАВАНЕ НА ПЕЧАЛБИ	АВТОРЪТ НА „БОЛЕРО“ СТЯЯ НА ЗАТВОРНИК			ВИД ВОДЕН СПОРТ СЪС СКИ	ПРЕСТИЖЕН АМЕРИКАНСКИ УНИВЕРСИТЕТ
ПЬЕСА /1998/ ОТ ТЕОДОРА ДИМОВА ЕДИНОБРАЗЕН, ПРИГЛУШЕН ШУМ НА РЕКА			СТОЛИЦАТА НА ВОЙВОДИНА, СЪРБИЯ	НЕНАСИТНОСТ НА ЯДЕНЕ /РАЗГ./ ОТСЪСТВИЕ НА ВЯРА В БОГА				ГИМНАСТИЧЕС- КИ ЕЛЕМЕНТ МАРКА ФРЕНСКИ СЛЪН- ЧЕВИ ОЧИЛА ЗА СКИСПОРТ		
МАРКА СКИ ОТ РЕПУБЛИКА СЛОВЕНИЯ ВИД МНОГО ЛЮТИВА ПОДПРАВКА			ЦВЯТ С МЕТАЛЕН ОТБЛЯСЪК СЪСТАВЕН РЕГИОН НА БЕЛГИЯ	ВАЖНА АМИНО- КИСЕЛИНА			МАЛЪК ПАВИЛИОН ЗА ПРОДАЖБИ ВЪЛНЕН ПЛАТ ОТ МЕРИНОСО- ВА ПРЕЖДА	ЕДИНИЦА ЗА ЕЛНАПРЕЖЕ- НИЕ ЗАП. ЧАСТ НА УНГАРСКАТА СТОЛИЦА		
		ТОВА, ОТ КОЕТО СЕ СЪСТОЯТ ТЕЛАТА СЛАДКОВОДНА ШАРАНОВА РИБА; ЛИН	ПОМЕЩЕНИЕ ЗА СТОКИ КЪМ ЖП ГАРА				ПУРИНОВА СЪСТАВКА НА ЧАЯ /ХИМ./			ПОЛУЧОВЕК- ПОЛУКОК /ГР. МИТ./
ГОЛЯМ ПЕРИОД ОТ ВРЕМЕ; СТОЛЕТИЕ	САН НА ВИСШЕ ДУХОВНО ЛИЦЕ	ИЗМ. ЕДИНИЦА ЗА ТОПЛИННА ЕНЕРГИЯ			ОСНОВНО КАЧЕСТВО НА ЛИЧНОСТТА	КУРОРТЕН ГРАД В ЮЗ БЪЛГАРИЯ СТОЛИЦА И НАЙ-ГОЛЯМ ГРАД НА НИГЕР		ГЕОДЕЗИЧЕН ИНСТРУМЕНТ ЗА ИЗМЕРВАНЕ		
		ПРЕДСМЪРТНО СЪСТОЯНИЕ НА ОРГАНИЗМА; МЪКИ			ХЪРВАТСКА ТЕЛЕГРАФНА АГЕНЦИЯ РАЗТОЧЕНИ ТЕСТЕНИ ЛИСТА ЗА БАНИЦА			ГРЪЦКИ ОСТРОВ В ЕГЕЯ		
ОФИЦИАЛНО ОБРЪЩЕНИЕ КЪМ НЯКОГО ЗАДНА ЧАСТ НА ГЛАВАТА НА ЧОВЕК		НАЧИН НА ИЗРАЗЯВАНЕ НА ЧОВЕК РОБ В ДРЕВНА СПАРТА		УЧАСТНИК В КОРИДА ИРЛАНДСКА РОК ЗВЕЗДА /1960./, ЧЛЕН НА „U2“	ТРАГЕДИЯ ОТ ЕСХИЛ МАГИЧЕСКИ ПРЕДМЕТ, НОСЕЩ ЩАСТИЕ			ГОЛЯМА РЕКА В ИНДОКИТАЙ		
ПАЛАТКА, ШАТРА /КНИЖОВНО/ ТЕРИТОРИАЛНА ЕДИНИЦА У НАС /ОСТ./			МИНЕРАЛ, ПЛАТИНОВА РУДА ЕЛЕКТРОННА ЛАМПА С ПЕТ ЕЛЕКТРОДА	МАЛКА РЕКИЧКА, ВАДА /РАЗГОВОРНО/ ПОСТАМЕНТ ЗА ЗАКРЕПВАНЕ НА НЕЩО		ТИТЛА В КОНКУРС ЗА КРАСОТА ДЪРВЕНА ДРЪЖКА НА МОТИКА		ОБУЩАРСКО ЛЕПИЛО ИЗПЪКНАЛА ЧАСТ ОТ КУПОЛ НА ЦЕРКВА	МАРКА ИТАЛИАНСКИ МОТО- ЦИКЛЕТИ	КОЗМЕТИЧНО СРЕДСТВО
ПОДУТИНА ПО ТЯЛОТО НА ЧОВЕК КРАТКА ТВ- ИЛИ РАДИО- РЕКЛАМА			ПОРОДА ДРЕВНИ КОНЕ СТИХОВЕ ОТ НИКОЛА РАКИТИН		US АКТЬОР /1944/ „МЪМФОРД“ ЗАГАР НА КОЖАТА ОТ СЛЪНЦЕТО		АНГЛИЙСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР СЪЕДИНЕНИЕ НА ЖП РЕЛСИ, ДЖОНТ	СТАРА МАРКА НАША БОЯ ЗА ОБУВКИ ПЛОСКА ЧАСТ НА ХЛАДНО ОРЪЖИЕ		
ЧАСТ ОТ УЧЕБНАТА ГОДИНА	ТЕСТЕНО ЯСТИЕ С ПЛЪНКА ОТ МЕСО ИЛИ ЗЕЛЕНЧУЦИ	СТОТНА ЧАСТ ОТ US ДОЛАР НАЙ-ДРЕВНИТЕ ЕКЗОТИЧНИ ПТИЦИ В СВЕТА		КМЕТСКА ДЛЪЖНОСТ ВЪВ ФРАНЦИЯ ВИД СПОРТНА ОБУВКА ОТ ПЛАТ		БАЛНЕОЛЕЧЕ- БЕН КУРОРТ В ГЕРМАНИЯ ПРЕЛЕТНА БЛАТНА ПТИЦА	МОДЕЛ НА „DAEWOO“ /2003-2005/ ПЬЕСА /1897/ ОТ РОМЕН РОЛАН		НАЙ- НИСКО ЗВАНИЕ В АРМИЯТА	
		СТЪКЛЕНА ЧАША /КНИЖ./ ДЪРВЕНИ ЛЕГЛА В ХИЖА /ОСТАР./			ВЕЛИКОДУШНА ИЛИ КРАСИВА ПОСТЪПКА КНЯЖЕСТВО В ЗАПАДНА ЕВРОПА			ИРЛАНДСКА ТЕРОРИСТИЧНА ГРУПИРОВКА		
ДРУГО ИМЕ НА „СВЕТА ГОРА“ В ГЪРЦИЯ МОДЕЛ НА ЛЕКИ КОЛИ „kia“		ЕДНА ОТ ЗОДИИТЕ В ХОРОСКОПА	ЗАВЕДЕНИЕ ЗА ДОБОЛНИЧНА ПОМОЩ ИНДИАНСКО ПЛЕМЕ В Ю. АМЕРИКА	ГЛАВНА БОГИНЯ В ГРЪЦКИЯ ПАНТЕОН	ФИЛМ /1991/ С Т. КОЛЕВ И К. ПАСКАЛЕВА СКРЪБ, МЪКА, СЪЖАЛЕНИЕ ЗА НЯКОГО	СТРОИТЕЛНА СМЕС ХОРОСАН РАЗПРОСТ- РАНЕН МИНЕРАЛ		ГЪНКА НА ПЛАТ	СТОЛИЦАТА НА РЕПУБЛИКА ИЕМЕН	
ДРЕВНО ПЛЕМЕ НА БАЛКАНИТЕ ТЪРКАЛЯНЕ ПО НАКЛОН В СПЕ- ЦИАЛНА СФЕ- РА КАТО СПОРТ					РАЗГОРЕНИ ВЪГЛЕНИ БЕЗ ПЛАМЪК	ГЛАВЕН ВХОД НА МОНУМЕН- ТАЛНА СТРАДА ЗЕЛЕНЧУК С МЪХЕСТИ ШУШУЛКИ	ПЪРВАТА МАРКА РУСКИ КАМИОНИ	ВАЖЕН ДАНЪК ЗА ДЪРЖАВНА- ТА ХАЗНА ВЗРИВНИЯТ ЗАРЯД НА ЕДНА РАКЕТА		
ШЕКСПИРОВ ГЕРОЙ В ЕДНА ТРАГЕДИЯ АВТОНОМЕН РЕГИОН В ИТАЛИЯ		ХУДОЖНИК, УКРАСЯВАЩ КЕРАМИКА				МАШИНА ЗА РАЗМЕСВАНЕ НА НЕЩО	ПОЧЕТНО ТУРСКО ЗВАНИЕ В МИНАЛОТО		*** ПОМОЩНИК *** ПОЛИНИ, ГУАНИН, РОТАН, ВУАРНЕ, ФУХТЕЛ, ЕПОКА, АПСИДА, ТАХИОН, МЕРТЕЛ, КАБИРИ, СКИНИЯ, ПЛАТЕЖ	

ПОЛОЖЕНИЕ ВЪВ ФУТБОЛА; ОФСАЙД ИСТОР.-АРХИТ. РЕЗЕРВАТ В ШУМЕНСКО	ПОЕМА ОТ ЛЕНЧО СЛАВЕЙКОВ ФИЛМ /1972/ НА Л. БУНЮЕЛ С М. ПИКОЛИ	ПЛАНИНА В ЮГОИЗТОЧНА БЪЛГАРИЯ ХЪЛМ, БАИР, ВЪЗВИШЕНИЕ	СВЕТЛАТА ЧАСТ ОТ ДЕНОНОЩИЕТО	ШУМ, ОЛЕЛИЯ, ГЮРУЛТИЯ /РАЗГ./	АЛКАЛОИД В РАСТЕНИЕТО БУЧИНИШ ГЕРОЙ В СЕРИА- ЛА „ДЪРЗОСТ И КРАСОТА“	ВЪНШНАТА ОБВИВКА НА ЧОВЕК	ВТОРИ БАЩА ПО ОТНОШЕНИЕ НА ДЕТЕТО	ВИД ДИВО МАГАРЕ ВЕЩЕСТВО ОТ ОВЧИ СЕКРЕТ	ПРОЧУТ ДИАМАНТ, 60,4 КАРАТА МАРКА ЯПОНСКИ ДЖИЕСЕМИ
▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶
МАТЕРИАЛ В ПЛАСТИЧНА- ТА ХИРУРГИЯ ВИД СТИХ В АРАБСКАТА ЛИТЕРАТУРА				ВМЕСТИМОСТ НА ПРЕВОЗНО СРЕДСТВО ФРЕНСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР			ХИМИЧЕСКИ ЕЛЕМЕНТ ПРОЧУТ ДИАМАНТ /277 КАР./		
▶				▶		ЗАРАЗНА БОЛЕСТ; СИНЯ ПЪПКА ВИД ЯРЕБИЦА СЪС СИВА ПЕРУШИНА	▶		
ЗДРАВНО ЗАВЕДЕНИЕ ЗА ДОБОЛНИЧНА ПОМОЩ /МЕД./ ЗЪРНО- ЧИСТАЧКА		СЪОРЪЖЕНИЕ ЗА РАЗВЪЖДАНЕ НА РИБА ДЪЛГА ТРЪБА НА ГАЙДА	▶	ДЪРВЕНИ ЛЕГЛА В ХИЖА /ОСТАР./ УКРАИНСКИ МУЗИКАЛЕН ИНСТРУМЕНТ			СТИХ ОТ ЕМАНУИЛ ПОПДИМИТРОВ СЪДБА, ПРЕДОПРЕДЕ- ЛЕНИЕ /ПОЕТ./		ЧОВЕК С НАЛУДНИ- ЧАВИ ИДЕИ
▶		▶			ЕРА ОТ ИСТОРИЯТА НА ЗЕМЯТА БОГИНИ НА ОТМЪЩЕНИЕТО /ГР. МИТ./				СИНТЕТИЧНО ВЛАКНО; ПЕРЛОН
ИМЕ НА БУКВАТА „Е“ В КИРИ- ЛИЦАТА	СЧЕТОВОДЕН ТЕРМИН	ДЯЛ, НАМЕСА В ОБЩА РАБОТА С ДРУГИ	▶		ДОЛЕН ЧОВЕШ- КИ КРАЙНИК ИЗВЪРШЕН КРУПЕН ГРАБЕЖ НА НЕЩО			СТАРА ЕВРЕЙС- КА МЯРКА ЗА ТЕГЛО МОДЕЛ НА „ROLLS-ROYCE“ /1975-1986/	ЧОВЕК НА ИЗКУСТВОТО; СКУЛПТОР
▶		ДЕТЕ, РОЖБА /РАЗГОВОРНО/ СТОЛИЦАТА НА ЯПОНИЯ	▶	ЧЕШКИ ФУТБО- ЛИСТ /1979/ СИСТЕМА НА ПИСМЕНА КОМУНИКАЦИЯ В ИНТЕРНЕТ				МАЛЪК СЪД ЗА ВОДА, ВИНО И ДР. МИНЕРАЛ С ГОЛЯМА ТВЪРДОСТ	
ПРОТИВОТЕЛА В ОРГАНИЗМА /МЕД./ ВИД СОС С ЧЕСЪН В ИСПАНИЯ				▶	ПТИЦА ОТ РОДА НА ЩЪРКЕЛИТЕ МОДЕЛ НА КОЛИ „NISSAN“ /1970-1986/		СОРТ ПИПЕРКИ ПОВЛИЯНИ ОТ БОГОМИЛИТЕ ЕРЕТИЦИ ОТ 11-13 ВЕК		
▶				ПОЛОВА ЖЛЕЗА В ЖЕНСКИ ОРГАНИЗЪМ ИТАЛИАНСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР			СТОЛИЦА НА ГАГАУЗИЯ ПРЕДПЛА- ТА КЪМ УГО- ВОРЕНА ЦЕНА НА СТОКА		
ЕДНО ОТ ПРОЗ- ВИЩАТА НА ЗАСИЛ ЛЕВСКИ ВИД ОБУВКИ, ВИСОКИ ДО ГЛЕЗЕНА				▶	ЗРЕЛИЩНО СЪБИТИЕ /РАЗГОВОРНО/ ВИД ТЕЖКА БОЙНА МАШИ- НА С ВЕРИГИ		ФОРМА НА ЗАБАВА С ПЕЕНЕ ОТ ЛЮБИТЕЛИ ВОК, СЪСТАВ ОТ 7 ДУШИ		
▶		ВИНЕН СОРТ ГРЪЦКО БЯЛО ГРОЗДЕ МЯСТО ЗА ПЧЕЛНИ КОШЕРИ	▶			ПЛАНЕТА ОТ СЛЪНЧЕВАТА СИСТЕМА ЗАСЛОН ЗА ПРАВЕНЕ НА СЯНКА			ВИД ЦВЕТНИ КОНЦИ ЗА БРОДЕРИЯ
ЧАСТ ОТ ДРЕХА ОКОЛО ВРАТНАТА ИЗВИВКА	ЖРЕБИЙ /РАЗГОВОРНО/ ПЛАНИНСКА СИСТЕМА В ИЗТОЧНА ЕВРОПА			ДРЕВНИ ТРАКИЙСКИ ПЛЕМЕНА В РУМЪНИЯ НАШ ПИСАТЕЛ „ЕЗИ-ТУРА“		МОТОПИСТА В МАЛАЙЗИЯ ЗА ФОРМУЛА 1 ВИД МРЕЖА ЗА ЛОВЕНЕ НА РИБА		ПРОТИ- ВОРЕЧАЩО НА ЗДРАВЯ СМИ- СЪЛ МНЕНИЕ	АТЕИСТ, БЕЗБОЖНИК
▶		РАЗКАЗ ОТ АНТОН СТРАШИМИРОВ			ПОДОБЕН НА ЛЕОПАРД БЪРЗ ХИЩНИК ВЪНШНИТЕ ОЧЕРТАНИЯ НА ФИГУРА			КОРЕЙСКА МЯРКА ЗА ДЪЛЖИНА СИМВОЛ НА МОНАРХИ- ЧЕСКА ВЛАСТ	
ОТРОВНО ВЕЩЕСТВО; МИШЕМОРКА				ЛЕК СТИЛ В ПОПУЛЯРНА- ТА МУЗИКА ГЛАВЕН ГРАД НА БАСКИТЕ В ИСПАНИЯ			КРЕПОСТ, ТВЪРДИНА /НАРОДНО/ ВИД КРИВА ЛИНИЯ В ГЕО- МЕТРИЯТА		
▶		РОМАН /1985/ ОТ ДЖУД ДЕВЕРО ПЕСЕН НА ГРУПА „СТЕЙН“ ОТ 2000 ГОД.	▶		ТРЕТИЯТ ПО ПЛОЩ ОСТРОВ В СВЕТА ПОПРАВКА НА ПОВРЕДЕНО УСТРОЙСТВО		СТРЕМЕЖ, УСТРЕМ ШАХМАТЕН ТЕРМИН; ПОРАЖЕНИЕ		
СЪВКУПНОСТ УТ ДЪЛГОВЕ НА ФИРМА СТЪПАЛО НА ОБУВКА				ВАЛУТАТА НА МАЛАЙЗИЯ ВРЪХНА МЪЖКА ДЪЛГА ЗИМНА ДРЕХА; ПАЛТО			ЗАДУШНА ЛЪТНА ГОРЕЩИНА В СУХ ДЕН		
▶				▶		ЛИЦЕ, КОЕТО ОГРАБВА ПРИ БЕДСТВИЯ ИСПАНСКИ ФУТБОЛЕН ТИМ			
ШВЕДСКА МЯРКА ЗА ДЪЛЖИНА ДЪЛБОКО МЯСТО В РЕКА		ПЛАТФОРМА ОТ ЖП ВАГОН /ТЕХН./ „ФРЕНСКАТА“ ПРОВИНЦИЯ НА КАНАДА	▶			СРЪБСКА МОНЕТНА ЕДИНИЦА	ГЕРОЙ ОТ TV СЕРИАЛА „ОКТОПОД“ ЕДНО ОТ ГЕР- МАНСКИТЕ ПЛЕ- МЕНА /ИСТ./		ЧОВЕК, КОЙТО МНОГО ГОВОРИ /РАЗГ./
▶		ФРЕНСКА МЯРКА ЗА ПОВЪРХНИНА, 100 АРА	▶		НАРОДЕН ТИП КРЪМНИ В АНГЛИЯ УЕДИНЕНА ЦЪРКОВНА ОБИТЕЛ		РАСТЕНИЕ ОТ ВИДА НА БОБА ИЗКУСТВЕНА ПРЕГРАДА НА РЕКА		
СИЛНА КАРТА ЗА ИГРА; БИРЛИК, ТУЗ	ЖИВО СЪЩЕСТВО ЗА РАЗЛИКА ОТ ЧОВЕКА УСТРОЙСТВО В КОЛА				СТОЛИЦА НА ЕКВАТОРИАЛНА ГВИНЕЯ			ДЪРЖАВА В СЕВЕРНА АМЕРИКА	
▶		СИЛЕН ЗВУК; ЕХТЕНЕ МОДЕЛ РУСКИ ТОВАРЕН САМОЛЕТ НА БЮРО АНТОНОВ	▶	ЛЕК И БЪРЗОХО- ДЕН КОРАБ С ПЛАТНА МЪЖКА ГОРНА ДРЕХА С РЪКАВИ	ПРЕНАСЯНА ОТ МУХАТА ЦЕЦЕ БОЛЕСТ ОПЕРА ОТ ДЖАКОМО ПУЧИНИ				ТРАДИЦИОННО ИТАЛИАНСКО ЯСТИЕ С ОРИЗ
ПЕРИОД ОТ ТАЛЕОЗОИСКА- ТА ЕРА /ГЕОЛ./ US ФИЛМ С М. ШИЙН И БОБ ГЪНТЪН				ФУТБОЛЕН ОТБОР ОТ БЛАГОВЕГГРАД				МОДЕЛ ПИКАП НА „DODGE“ /1990-2001/ ТОНАЛНА СИСТЕМА В МУЗИКАТА	ВИД МАЛКА ДЖАМИЯ
▶				КРЪГЪЛ ПЛО- СЪК ДОМАШЕН ХЛЯБ; ПОГАЧА РОМАН /1880/ ЕМИЛ ЗОЛА		ПЬЕСА ОТ ЯСМИНА РЕЗА НЕОФИЦИАЛНО ПРОЗВИЩЕ НА ТОДОР ЖИВКОВ	ПРЕДНА ЧАСТ ОТ ГЛАВА НА ЧОВЕК ФРЕНСКИТЕ ПАРТИЗАНИ ПРЕЗ II СВ		
ВЪЗМОЖНА ОПАСНОСТ В НАЧИНАНИЕ ВИД КОНЦЕРТ- НО ПИАНО НА ТРИ КРАКА			ПРОЯВА НА ПОДЛОСТ, БЕЗЧЕСТИЕ НАША ПОП ГРУПА „ПРИКАЗКА“	▶		ЯПОНСКА МОНЕТНА ЕДИНИЦА	СТРОИТЕЛЕН РАБОТНИК ЛИЦЕ, ОБРАЗ НА ЧОВЕК /ПОЕТИЧНО/		
▶			ЦЪРКОВНА СЛУЖБА, ПОМЕН						
СТАРОСТ, СТАРИ ГОДИНИ НА ЧОВЕК МАШИНА ЗА ТЪКАНЕ НА ПЛАТОВЕ				ВИД ТЪКАНО ИЗДЕЛИЕ ЗА ЗАВИВКА			ПЕСЕН НА ГРУПА „ТОНИКА“ ОТ 1994 ГОД.		ЕГИПЕТСКО БОЖЕСТВО НА ЗАНАЯТИЕ
▶		НАДУТ САМОХВАЛКО /КНИЖ. ПРЕНЕБР./	▶				ОБЩОПРИЕТО ИМЕ НА „СЕДМОТО ИЗКУСТВО“		*** ПОМОЩНИК *** РОЗУЕЛ, КАСИДА, БАСОЛЯ, КОНИИН, ТЮКОЛ, ЧЕРНО, АЛИОЛИ, НЕОЗОЙ, ТАРАР, АНТИРИ ТАМГВР НАГАНА

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

Регистрация като самонаето лице (self-employed)
Тел. 0300 200 3504
www.gov.uk/new-business-register-for-tax

Общи справки за наети лица (employed)
Тел. 0300 200 3300

Общи справки за наети лица (employed)
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
Животозастрашаващи инциденти	999 или 112
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 свържете се с местната община	www.gov.uk/find-your-local-council
Спиране на ток свържете се с вашето енергоразпределително дружество. Телефонът му можете да намерите на сайта на National Grid	www2.nationalgrid.com/UK/Safety/Power-cut
Теч на вода на улицата свържете се с вашето местно ВиК. Телефонът му можете да намерите на сайта на Ofwat	www.ofwat.gov.uk/households/your-water-company/map

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

Общи справки за Child Benefit
Тел. 0300 200 3100
www.online.hmrc.gov.uk/shortforms/form/CBO_General

Citizen Advice Bureau
За безплатна правна консултация на територията на Великобритания
www.citizensadvice.org.uk/

Българска Православна църква в Лондон
188 Queens Gate London, SW7 5HL
Тел. 020 7584 4607
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 и обявите, пуснати в сайтовете: www.easteads.co.uk и www.kvartiri.co.uk.

направо сме си в махалата
български уют
ставаме все повече
срещаме се тук-там
екзотика



ЗА ВЕСТНИКА:
Формат: Таблоид 259 мм x 330 мм
Брой страници: 32
Периодичност: месечник
Рекламен обем на страница: 854.70 кв. см
Брой колони на страница: 6
Ширина на колоната: 4.1 см
Разстояние между колоните: 0.3 см

ОТСТЪПКИ:
За площ:
15% - Рекламно каре над 100 кв.см
20% - Рекламно каре над 300 кв.см
25% - За рекламno каре на цяла страница
За публикации:
10 % - за повече от 6 публикации
20 % - за повече от 12 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 месец 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 8.4x5 см. Срещу сумата от 50 лири вашата обява ще излиза в продължение на 2 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

Искане за определено място на каре се заплаща 25% върху цената



1/2 страница = 428 кв. см
1/4 страница = 214 кв. см
1/8 страница = 107 кв. см
1/16 стр. = 53.5 кв. см

За условията за слагане на реклама на уебсайта на вестника (www.bgben.co.uk), повече информация на: www.bgben.co.uk/reklama_bg.php

Отговорността за точността на информацията и съдържанието в рекламните карета и обявите, е на рекламоделите.



БГ БЕН/BULGARIA
ISSN No. 1744-8751
www.bgben.co.uk



Издава: PA EVENTS LTD. Компанията е регистрирана в Англия и Уелс под No.05116452
Редакционен адрес: BG BEN Newspaper, 1st Floor, 79 West Ham Lane, Stratford, London E15 4PH
inbox@bgben.co.uk

Дирекционен съвет:	Маркетинг, реклама и контакт за Великобритания:	Главен редактор:
Северино Кожухаров	Ивелин Митев	Антония Попова
Нежди Халил	Моб. 078 8867 6471 reklama@bgben.co.uk	
Цветомир Иванов		
Координатор:	Коректор:	Сигнали от читатели
Мустафа Халил Нежди Халил	Кичка Трендафилова	inbox@bgben.co.uk
Редакционен екип на вестник БГ БЕН:		
Предпечатна подготовка:	Вътрешна и външна политика, образование, здравеопазване и бизнес	Култура и изкуство
Павел Иванов pavel2asi2@gmail.com	Антония Венцеславова	Антоанета Петрова Rock_Arena@abv.bg



Транспортни услуги



Изпратете пратка до любим човек

Великобритания - България - Великобритания

+447500500290

+359876123488

+447477818116

Пазарувай

ОНЛАЙН!

Изпрати

Багаж

Товари

Машины



kolet.co.uk

БЪЛГАРИЯ, РУСЕ
KOLET & EMPRESA

гр. Русе, ул. Драва 1, 7000

LONDON
KOLET & EMPRESA

10 Marsh way,
Unit 35A, RM13 8UH

LONDON
BG FOOD STOP

247 Plaistow road E15 3EU

LONDON
МАГАЗИН У ДОМА
228 Gypsy Road SE27 9RB

LONDON
BULGARIAN FOOD - CROYDON
02-103 Tamworth Road, CR0 1XX

LONDON
THE VILLAGE - JNE GRILL
31 The Village, SE7 8UG

BIRMINGHAM
NEDBUY FOODS LTD
Unit 1B Baltimore Trading Estate
Baltimore Road, B42 1DR

LINCOLN
BG SHOP
76 High Street, LN5 8AA

BOSTON
D&F BULGARIAN FOOD
2 Fish Hill, Market Place, PE21 6NN

BOSTON
BULGARIAN SPRING SHOP
2 Emery Lane, PE21 8QA

NEWCASTLE UPON TYNE
EEF GATESHED
7-9 High West Street, NE8 1EH

HAVANT (PORTSMOUTH)
VIKTORIA
South moor Lane Workspace, PO9 1JW

IPSWICH
FOOD DELIGHT
51 Upper Orwell street, IP4 1HP

LIVERPOOL
BG SHOP
101 BRECK ROAD, L4 2QX

MANCHESTER
BG SHOP
513 LIVERPOOL ROAD, M30 7BT

PRESTON
BG SHOP
63 BOW LANE, PR1 8ND

STURMINSTER NEWTON
BG SHOP
2 The Parade, Station Road, DT10 1BA

WISBECH
SMART TRANS
9 - 10 Little Church Street, PE13 1BG

WISBECH
BALKAN BAZAAR LTD
54 Hill Street, PE13 1BD



Опция за взимане от адрес!



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 Email: office@safeadvice.co.uk



Молим да уговорите предварително час за среща и справки

ISSN 1744-8751

