

# БГ БЕН



7 юни, брой 6 (503) от 2024 г., година XXI

www.bgben.co.uk

f БГ БЕН

БЕЗПЛАТНО ИЗДАНИЕ



Великобритания постави отново България в списъка с високорисковите държави

на стр. 4



Великобритания има нужда от промяна на икономическата политика

на стр. 8-9



По-ниски сметки за ток на Острова влизат в сила от юли

на стр. 10

## Привиден икономически оптимизъм в Обединеното кралство, какво стои зад него?

Снимка: bigstockphoto.com

На стр. 2

- ✓ Бизнесът още преглъща последствията от Брекзит, иска подобряване на отношенията с ЕС
- ✓ Голямото семейство е най-големият пазар за Великобритания, с цели 42 на сто от целия износ
- ✓ Британските търговци все още борят последиците от кризата, посещенията в магазините продължават низходящата си тенденция
- ✓ От Федерацията на британските търговски камари предлагат на политиките манифест „Бъдещето на икономиката“

### 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 със  
**Снежина Янкова**  
**07516 441 448 | 020 7681 9013**

Osbornes | Law<sup>o</sup>







# Привиден икономически оптимизъм в Обединеното кралство, какво стои зад него?

БГ БЕН

Инфлацията на потребителските цени във Великобритания вече се доближава до нормалните нива, като на годишна база тя достигна до 3% през април. Това е най-ниският процент на инфлация, който е отчетен от 2021 година насам. Факт, който даде повод за нов оптимизъм най-вече сред досегашните управляващи. Дали обаче има повод за такъв?

Отговор на този въпрос ще даде бъдещето, но ако детайлно бъдат разгледани данните на националната статистика, както и призивите на бизнеса и различните браншови организации, по-скоро оптимизмът трябва да бъде умерен, а не ескалиращ.

**Британският бизнес търпи още последиците от кризата, посещенията в магазините са в низходящата си тенденция**

„Търговците на дребно играят ключова роля за намаляване на инфлацията, но бъдещата правителствена политика също трябва да подкрепя това. Търговията на дребно играе ключова роля във всяка част на страната - от най-малкото село до най-големия град, като дава работа на милиони хора и обслужва още ми-

**Бизнесът още преглъща последствията от Брекзит, иска подобряване на отношенията с ЕС**

Снимка: bigstockphoto.com



лиони. С нарастването на тежестта на разходите на новите политики - от бизнес ставки до данъци върху опаковките - това засяга не само бизнеса, но и техните клиенти. С изборите след няколко седмици е жизненоважно партиите да опишат подробно подкрепата си за клиентите

и търговците на дребно в предстоящите си програми“, каза главният изпълнителен директор на Британския консорциум за търговия на дребно Хелън Дикинсън.

От организацията отчитат, че във всички части на Обединеното кралство през месец май има спад на

посещенията в търговските обекти, независимо от какъв вид са. Бизнесът смята, че политическите партии, които ще се явяват на предстоящите на 4 юли парламентарни избори, трябва също да имат роля по отношение на политиките, които да дадат възможност на търговците да инвестират в

обновяване на търговските дестинации в Обединеното кралство.

**Подобряване на отношенията с ЕС поискаха от Федерацията на британските търговски камари**

Политическата риторика по отношение на Брекзит няма нищо общо с реалната бизнес логика. Доказателство за това са данните, които показват, че ЕС е най-големият пазар за Великобритания - с цели 42 на сто от целия износ. Затова от Федерацията на британските търговски камари призоваха бъдещото правителство на страната да подобри отношенията с ЕС, за да намали тежестта върху бизнеса след излизането на страната от голямото семейство.

„Не става дума да пренапишем резултата от референдума за Брекзит, който влезе в сила от началото на 2021 година, а да премахнем бюрокрацията и да насърчим търговията“, уверява браншовата организация.

От Федерацията на британските търговски камари предлагат програма „Бъдещето на икономиката“, която включва пет точки, по които да работи бъдещото правителство - зелена иновация, инвестицията в квалификации, реформа на данъка върху търговските недвижими имоти и инвестиция в цифровата революция и изкуствения интелект.

**Какво предстои в икономически план пред Великобритания, можете да прочете в интервюто с финансовия анализатор Светозар Гледачев на стр. 8 и 9.**

**Compare MORTGAGES**

ЖИЛИЩНИ И ИНВЕСТИЦИОННИ КРЕДИТИ ЗА ПОКУПКА И РЕФИНАСИРАНЕ.

БЕЗПЛАТНИ КОСУЛТАЦИИ

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

Tel. 020 3887 3188

Mob. 079 6040 4750

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



**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

Моб. 07796445857

E-mail: [nevebareham@gmail.com](mailto:nevebareham@gmail.com)

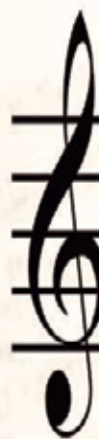


aequitas per jus





## 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

„П.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

**Работа в Нидерландия: търсят се verzorgenden IG (практични медицински сестри) за InBeweging, Transmitt, Zorgpension, De Zorggroep & Zorglandgoed Bloemfontein. Необходима е диплома за медицинска сестра и познание на холандски език. Безплатно обучение на холандски. €2324 - €3417 бруто на месец. [www.avanttalentgroup.com](http://www.avanttalentgroup.com)**



**WWW.CSKARTIBG.COM**

**ДОВЕРЕТЕ СЕ НА ОПИТА**



**CSCS ТРЕЙНИНГ ЦЕНТЪР В ЛОНДОН НА БЪЛГАРСКИ ЕЗИК**

- \* CSCS КАРТА - (ОСНОВНА, БЕЗ КОЯТО НЕ МОЖЕТЕ ДА РАБОТИТЕ НА ГОЛЕМИ ОБЕКТИ)
- \* JIB PLUMBERS CARD
- \* ECS ELECTRICAL CARD
- \* 18TH EDITION COURSE
- \* TESTING AND INSPECTION
- \* IOSH COURSES



- \* WELDING COURSES - (ЗАВАРЧИК)
- \* CONFINED SPACE SAFETY
- \* SAFETY HARNESS
- \* LADDER SAFETY
- \* CAT & GENNY
- \* FACE FIT
- \* IPAF
- \* SSSTS
- \* SMSTS

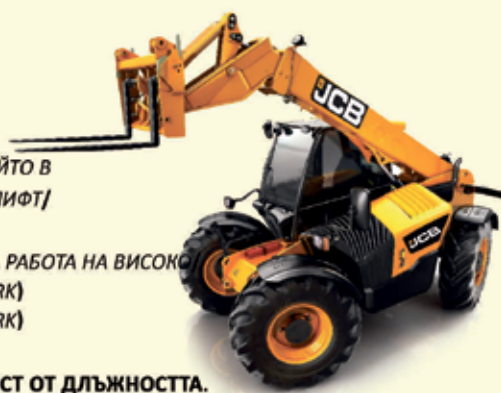


- \* NVQ LEVEL 1,2,3,4,6,7
- \* WORKING AT HEIGHT
- \* ABRASIVE WHEELS
- \* CPCS TRAFFIC MARSHALL
- \* FIRST AID AT WORK (LEVEL 3)
- \* EMERGENCY FIRST AID AT WORK
- \* MANUAL HANDLING
- \* FIRE MARSHALL
- \* CITB ТРЕЙНИНГ И ТЕСТ

- \* ASBESTOS AWARENESS
- \* CPC - (ПРОФЕСИОНАЛНА КОМПЕТЕНЦИЯ ЗА КАМИОНИ)
- \* WELLBEING - (MENTAL HEALTH)
- \* OPERATING A FORKLIFT
- \* PLANT MARSHALLING
- \* REACH LIFT TRUCK
- \* SIA SECURITY
- \* PAZMA

### \* PERIODIC TESTING & INSPECTION

- \* NPORS КАРТА ЗА
- FADROMA /ФАДРОМА/
- DUMPER /ДАМПА, А В. БГ ДЪМПЕР /
- FORK LIFT /МОТОКАР/
- TELEHANDLER /ТЕЛЕСКОПИЧЕН ТОВАРАЧ, КОЙТО В СТРОИТЕЛСТВОТО СЪЩО СЕ НАРИЧА ФОРК ЛИФТ/
- EXCAVATOR 360 /БАТЕР/
- \* IPAF КАРТИ - CHERRY PICKER /ПОВДИГАЧ ЗА РАБОТА НА ВИСОКИ
- \* LEVEL 2 HEATING & VENTILATING (DUCTWORK)
- \* LEVEL 3 HEATING & VENTILATING (DUCTWORK)
- SLINGER SIGNALLER
- \* NVQ1 2 3 6 ЗА НАПРЕДНАЛИ В ЗАВИСИМОСТ ОТ ДЛЪЖНОСТТА.



**ЗА ПОВЕЧЕ ИНФОРМАЦИЯ И ЗАПИСВАНИЯ:**

**Tel: 02088081069 WWW.CSKARTIBG.COM Mob:07552442855**

Email: [info@cskartibg.com](mailto:info@cskartibg.com)

[iliyandimitrovtraining@yahoo.com](mailto:iliyandimitrovtraining@yahoo.com)

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

Osbornes | Law<sup>o</sup>

## Специалисти по искове за обезщетение

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

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



Свържете се с нас и говорете на български на:

**Снежина Янкова**

**07516 441 448/020 7681 9013**  
[Snezhina.yankova@osborneslaw.com](mailto:Snezhina.yankova@osborneslaw.com)

**Елида Димитрова**

**07843 349 633/020 7681 8675**  
[Elida.dimitrova@osborneslaw.com](mailto:Elida.dimitrova@osborneslaw.com)



**Жилищни и инвестиционни кредити за покупка и РЕФИНАСИРАНЕ.**

**БЕЗПЛАТНИ КОСУЛТАЦИИ**

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

**Tel. 020 3887 3188**

**Mob. 079 6040 4750**

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







# Великобритания постави отново България в списъка с високорисковите държави

Ивелин Митев

Великобритания отново постави България в списъка с високорисковите държави по отношение на изпиране на пари, финансиране на тероризма и прехвърляне на средства. Страната ни се нарежда в списъка заедно с Конго, Ямайка, Камерун, Намибия, Нигерия, Виетнам, Сирия и др. Прави впечатление, че във високорисковия списък, който обхваща 24 страни, няма нито една друга европейска държава, както и съседна на България страна.

Списъкът с високорисковите държави се прави, тъй като британският финансов пазар и услуги попадат в сферата на висока държавна регулация. Има множество организации, които се занимават с финансовото регулиране на пазара с цел да се избегнат незаконни сделки, пране на пари и др.

В тази връзка Наредба 33(1)(b) изисква от предприятия да прилагат засилена надлежна проверка на клиентите и засилено текущо наблюдение във всякакви бизнес отношения с лице, установено във високорискова трета дър-

**Британският бизнес трябва стриктно да следи контактите си с 24 страни**

Снимка: bigstockphoto.com



жава. Това важи и за всяка съответна транзакция, когато някоя от страните

по сделката е установено в трета държава с висок риск. На практика британският

бизнес трябва да осъществява засилен комплексна инспекция и мониторинг

на всички клиенти, независимо дали те са нови, или вече съществуващи, когато

те са от държави, попадащи във високорисковия списък.

На 23 февруари 2024 година т.нар the Financial Action Task Force (FATF) of 'Jurisdictions Under Increased Monitoring' and 'High-Risk Jurisdictions subject to a Call for Action' публикува обновен лист на високорискови държави, които са:

Bulgaria  
Burkina Faso  
Cameroon  
Croatia  
DPRK  
Democratic Republic of the Congo  
Haiti  
Iran  
Jamaica  
Kenya  
Mali  
Mozambique  
Myanmar  
Namibia  
Nigeria  
Philippines  
Senegal  
South Africa  
South Sudan  
Syria  
Tanzania  
Turkey  
Vietnam  
Yemen

Този лист ще бъде обновен отново през този месец, а след това и през октомври.



## OCEANAIR

Chartered Certified Accountants

Перфектният баланс от квалификация и опит в счетоводните услуги

Ocean Air House  
Suite 200, Floor 1,  
750-760 High Road Leytonstone  
London E11 3AW  
[www.oceanairaccountants.co.uk](http://www.oceanairaccountants.co.uk)



020 8530 6929





# 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 [newalternativethatp.info@gmail.com](mailto:newalternativethatp.info@gmail.com) или посетете уебсайта ни - <https://newalternativethatp.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, предлагащи 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. Графиките 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







# Парламентарните избори на 4 юли ще решат бъдещето на Великобритания

БГ БЕН

По-малко от месец остава до националните избори във Великобритания, обявени за 4 юли. Основната битка ще е между Консервативната партия, която управлява страната цели 14 години, и Лейбъристка партия, която бе в опозиция.

Въпреки че социологическите прогнози засега дават преднина на лейбъристите, предизборната кампания може да преобърне нагласите на британците, смятат водещи анализатори. Със сигурност обаче каквито и да са резултатите от вота те ще повлияят на бъдещето на страната.

Самият ход за по-ранното провеждане на изборите на британския премиер Риши Сунак, който е знаково лице на консерваторите, донесе своята изненада, тъй като мнозина очакваха те да са през есента.

Дали това е рискована стратегия на консерватори-

## Икономическото развитие на страната е основна тема в предизборната риторика

те? Предстои да разберем, но според Ройтерс, британският премиер е обявил датата 4 юли за провеждане на изборите, предвид определените успехи в управлението, като ограничаването на инфлацията и най-високия икономически ръст за последните години.

### Икономиката и миграцията ще са темите на ожесточени дебати между консерватори и лейбъристи

Икономическото развитие на Обединеното кралство е водещата тема, която сблъсква различни позиции в кампанията. От една страна, Риши Сунак и консерваторите обвиняват Лейбъристка партия, че се готви да вдигне данъците, ако спечели вота, което не се приема спокойно



Снимка: bigstockphoto.com

от британците. И това е напълно разбираемо, защото не са малко недоволните от доходите и приходите си.

Повод пък за сериозни критики и обвинения от страна на лейбъристите, които атакуват консерваторите основно за това, че за 14 години са показали слабо управление, в резултат на което народът е обеднял.

Лидерът на лейбъристите Кир Стармър обаче е категоричен, че Лейбъристка партия е готова за предстоящия вота.

В деня, в който Риши Су-

нак оповести датата за вота, той направи специално изявление на „Даунинг стрийт“ и подчерта, че сега е моментът Великобритания да избере своето бъдеще.

„Икономическата стабилност е в основата на всеки бъдещ успех. Независимо дали става въпрос за повишаване на заплатите и добри работни места, инвестиции в нашите обществени услуги или отбраната на страната ни. И благодарение на нашата колективна саможертва и вашата упорита работа ние достигнахме два основни

етапа в осигуряването на тази стабилност. Показвайки, че когато работим заедно, всичко е възможно. Икономиката ни сега расте по-бързо от очакваното, изпреварвайки Германия, Франция и Съединените щати. И беше потвърдено, че инфлацията се нормализира. Това означава, че натискът върху цените ще отслабне и лихвите по ипотечните кредити ще намаляят. Това е доказателство, че планът и приоритетите, които си поставих, работят. Признавам, че невинаги е било лесно, някои от вас може просто да започнат да усещат ползите, за някои все още може да им е трудно, когато погледнат банковия си баланс. Но тази трудно спечелена икономическа стабилност е само началото. Въпросът сега е как и на кого вярвате да превърне тази основа в сигурно бъдеще за вас, вашето семейство и страната ни. Сега е моментът Великобритания да избере бъдещето

си“, подчерта Риши Сунак.

Лейбъристите в същото време твърдят, че мисиите им са изградени върху изпълнението на едно основно тяхно задължение, а именно - да защитят страната си чрез икономическа стабилност, сигурни граници и силна отбрана. Те са категорични, че стабилната финансова политика не подлежи на обсъждане. И уверяват, че ще изкоренят пражосническото и корупцията, а онези, които злоупотребяват с парите на данъкоплатците, няма да имат повече шанс. Основното мото на Лейбъристка партия през тази кампания е: „Да си върнем бъдещето на Великобритания“.

След всичко казано дотук остава един основен въпрос: На кой ще повярват избирателите? Отговора очакваме на 4 юли. А дотогава със сигурност ще станем свидетели на ожесточени дебати за бъдещето на Обединеното кралство.

## DOCTORS 4 YOU

### БЪЛГАРСКА КЛИНИКА В ЛОНДОН

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

- Педиатър
- Неонатолог
- Консултации за новородени
- Логопед
- Сертификати за работа
- Сертификати за шофьори D4
- Гинеколог - Видеозон 3D и 4D
- Диетолог
- Лекар вътрешни болести
- Кардиолог и ЕКГ
- Ехография на сърце

- Специалист кожни болести
- Алергични тестове
- Козметична дерматология
- Масажи
- Физиотерапевтични процедури
- Лечение на опорно двигателния апарат
- Лаборатория - над 300 вида изследвания
- Ядрено Магнитен Резонанс
- Рентгенови снимки, абдоминал скан
- Уши нос гърло
- Амбулаторна диагностика и лечение
- Прегледи със специализирана апаратура
- Психологични консултации
- Семейни и брачни консултации
- Страхови и панически състояния
- Уролог
- Онколог
- Заболявания и лечение на млечната жлеза

020 8881 9090  
020 3240 1028  
07425 963 909

445 Lordship Lane, London, N22 5DJ

www.doctors4you.co info@doctors4you.co doctors4you

CareQuality Commission

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





Osbornes | Law<sup>o</sup>

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

Ние специализираме в случаи на:



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



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



★ Trustpilot



Свържете се с нас за безплатен съвет на български:

**Снежина Янкова**

**07516 441 448/020 7681 9013**

**Snezhina.yankova@osborneslaw.com**



**Елида Димитрова**

**07843 349 633/020 7681 8675**

**Elida.dimitrova@osborneslaw.com**



## Стъпки по предявяването на иск за компенсация при инциденти на работното място, пътни инциденти и медицинска небрежност

Процедурата по предявяването на искове за компенсация при инциденти и медицинска небрежност следва строга последователност. С цел да ви покажем как протича едно дело за компенсация при инциденти ще ви представим всяка отделна стъпка от завеждането на делото до крайното решение на съда. В настоящата статия ще обърнем внимание на внасянето на иск в съда, т.нар. issuing court proceedings - кога то е наложително, какво включва, както и какви са сроковете за него.

**Снежина Янкова,  
юрисконсулт  
Osbornes Solicitors**

### Какво означава внасянето на иск в съда и кога се налага да го правим

Внасянето на иск в съда (issuing court proceedings) е правен термин, използван за формалния процес, който се следва, за да се стигне до дело за вашата компенсация за инцидент на работното място или инцидент, свързан с медицинска небрежност. За да внесете иск в съда, следва първо да сте изпратили предупредително писмо към ответника, с което да го уведомите за намерението си да го съдите (letter of claim).

Внасянето на иск в съда се налага, когато лицето, което смятате за отговорно за инцидента или застрахователната компания, която го представлява,  
- не са ви направили оферта за споразумение (without prejudice offer) или  
- са отрекли отговорност за инцидента (denial of liability).

Също така е възможно да внесете иск в съда, ако не сте доволни от направеното ви предложение за споразумение.

### Какво включва внасянето на иск в съда

За да внесете иск в съда, трябва да изпратите следните документи:

1. Исков формуляр (claim form) - може да бъде взет от съда или изтеглен онлайн. Той включва резюме на обвиненията, вида на компенсацията, която очаквате да получите, нейния размер, както и координатите на вашия адвокат.

2. Детайлно описание на иска (particulars of claim) - документ, излагащ хронологията на събитията, аргументацията ви защо смятате ответника за виновен,

правното основание на иска, описание на вашите наранявания (физически и психически) и описание на финансовите ви загуби.

3. Детайли относно финансовите ви загуби (schedule of special damages) - документ, отразяващ вече претърпените вследствие на инцидента загуби, които могат да включват доход от работа, пътни и медицински разходи. Ако продължавате да търпите финансови загуби, това също трябва да бъде вписано тук. Например, ако не можете да ходите на работа заради инцидента, а обичайният ви доход от работа е £1000 на месец, отбележете в документа, че загубите ви продължават да се трупат с темп £1000 на месец.

4. Медицинска експертиза (medical report) - трябва да е направена от независим експерт. Медицинската експертиза описва естеството на първоначалните ви наранявания, симптомите ви в момента, както и прогноза колко време те ще продължат.

5. Декларация за финансирането на делото ви (notice of funding) - потвърждение за това как ще бъде финансирано делото ви. При пътни инциденти, инциденти на работното място и медицинска небрежност следва да представите договора за схемата „No win, no fee“ с вашия адвокат.

6. Съдебна такса (court fee) - такса за внасянето на иск в съда, чийто размер се определя от стойността на иска. Ако делото ви е финансирано по схемата „No win, no fee“, таксата се поема от вашия адвокат, след което тя ще му бъде възстановена от ответната страна при евентуален успех на вашия иск.

### Какво се случва, след като внесете иск в съда

Съдът приема документите, като им поставя дата, печат и входящ номер (court issue number). След това до двете

страни се изпраща уведомление, че искът е бил заведен (notice of issue).

### Колко време след инцидента имате, за да внесете иск в съда

В повечето случаи срокът за внасяне на иск в съда е 3 години от датата на инцидента или 3 години от получаването на първите симптоми, ако инцидентът не е имал незабавни последствия.

Забележете, че макар и предупредителното писмо към ответника (letter of claim) да се явява формално първата част от стъпките по предявяването на иск и без него той да не може да бъде внесен в съда, 3-годишният срок се отчита спрямо датата на внасянето на иск в съда, а не спрямо датата на изпращане на предупредителното писмо.

### Да използваме ли услугите на адвокат при внасянето на иск в съда

Препоръчително е още от самото начало на процеса по предявяването на иск (фазата на предупредителното писмо) да използвате услугите на адвокат най-малкото защото при този тип искове това не ви струва нищо, тъй като те биват финансирани по схемата „No win, no fee“.

Ако тръгнете сами да си търсите правата, ще трябва на първо време да поемете разходите по медицинската експертиза и съдебната такса, като после евентуално ще трябва да си ги вземете обратно от ответника. Ако загубите делото, тези разходи ще бъдат безвъзвратно загубени.

При схемата „No win, no fee“ правните съвети на адвоката, както и тези такси ще ви бъдат поети. Ако загубите делото, от вас няма да се изисква да възстановявате тези такси на адвоката, тъй като при такъв развой на събитията загубата е изцяло за негова сметка. Освен чисто паричната причина за използването на услугите на адвокат при искове за инциденти адвокатът ще движи процедурата вместо вас, ще може да направи по-адекватна оценка на иска ви, а с напътствията от негова страна шансовете ви за спечелване на иска многократно се увеличават.

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 Снежина Янкова, която ще работи по случая ви през цялото време. Обадете се на номер 020 7681 8670 или 07516 441 448 Email: syankova@osbornes.net





# Великобритания има нужда от промяна на икономическата политика

Снимка: Личен архив на  
Светозар Гледачев



Великобритания ще гласува за своето бъдеще на 4 юли, когато ще се проведат националните парламентарни избори. Консерваторите или лейбъристите ще предпочетат британците? Това ще разберем скоро, но едно е сигурно - гласоподавателите стриктно ще следят програмите на основните политически партии в сферата на икономическото развитие на страната. По темата ви

предлагаме интервю с финансовия анализатор Светозар Гледачев, който е автор на книгите „Добър ден, нещастнико!“, „Не си отивай, щастливецо“, „Хроники на една държава на кръстопът“.

Той е завършил УНСС, специализирал е в University of Delaware и Bank of America. Добър познавач е на световните икономически процеси, и в частност тези в Обединеното кралство.

## БГ БЕН

**- Господин Гледачев, на 4 юли във Великобритания ще се проведат парламентарни избори. Задава се ожесточена предизборна битка между досегашните управляващите - Консервативната партия и техните опоненти лейбъристите. И разбира се, икономиката е една от темите, по които ще се сблъскат двете политически формации. Да започнем нашия разговор обаче с експертен анализ за икономическото състояние към момента на страната! Каква е Вашата преценка?**

- Първо, битката няма да е ожесточена, или по-точно тя ще е такава само за консерваторите. Защото за целия свят е ясно, че те ще загубят, но въпросът е с колко. Разликата е вече 21%, т.е. те са на „пързалката“ и ще се стремят със зъби и нокти да смекчат падането. То няма

да е плавно, но поне да не е най-ужасната катастрофа. Защо стигнаха дотук? Това е крахът на поредица от грешни правителства през последните 14 години. Имайте предвид, че аз съм привърженик на консерваторите, но на Тачър. Тези са други. Всички, които живеят на Острова, чувстват, че нещо не е наред, че става по-зле, а не по-добре. Но едно са чувствата, друго са фактите. Осегаемо влошаване на състоянието започна с „Голямата Рецесия“ от 2008 година, и по-точно поредицата от грешни, популистки решения. Винаги съм смятал, че Британия, Великата Британия, преживяла толкова много, важна за живота на света толкова много, дала толкова много за демокрацията, науката, световния ред и т.н., няма да падне в заблудата на популистите, чиято основна цел е те да останат в историята, да галят егото си, да се чувстват важни. Те са Херострат! На-

всякъде по света. Те се ръководят от принципа „След нас и потопа“. И той се случи. Ако ръстът на икономиката се беше запазил като този през 1955-2008 година, то той сега би бил с 39% повече. Защо се взима толкова дълга база за сравнение? Защото в първите години след 1955 г. Британия е много зле и се налага намесата от МВФ, два петролни шока - 1971-1973 и 1975-1976 г. И идва Тачър, за да спаси Англия от слизането ѝ в Третия свят. Ако се вземе по-кратък период от 30 години, то сега подобрието би било не 39%, а 100%. Но Британия е развита държава, ще си кажат някои, и те растат с по-ниски темпове. Да сравним! По оценка на Световната банка, по съпоставими цени и методика, през 2007 г., преди кризата, БВП на човек във Великобритания е \$44 000, в Германия - \$47 000, в Дания - \$53 000, в САЩ - \$56 000... в Словения - \$35 000, в Полша - \$21

**Ако това не се случи след изборите на 4 юли, тя ще бъде задмината по основни показатели дори от Словения и Полша**

000. Какво е състоянието през 2022 година - в САЩ нараства с 15%, в Германия с 14%, в Дания с 11%, в Словения с 21%, в Полша със 70%. Във Великобритания с 6%. Ако не се промени икономическата политика във Великобритания, то само след няколко години тя ще бъде задмината от Словения и Полша, а в по-дълъг период - и от други страни.

Но още цифри за сравнение. Преди 2008 г. ръстът за съпоставим период е 46%, а не 6% след това. Средните почасови надници са се увеличили реално със 7%, но преди - с 28%. Сега Великобритания изостава в доходите с 48% от Канада, с 37% от Австралия, но и с 20% от Германия, която победи през Втората световна война. За 14-годишен период Островът изостава от другите развити страни.

Защо се случи това и кой е виновен? Всички министри-председатели дотук без изключение, но най-много Борис Джонсън заради огромните харчове по COVID кризата, довели до инфлацията, която ги мори досега, и Брекзит, който ще продължава да ги мори още. Това е популизъм в действие и болшинството британци го одобряваха, поддържаха и насърчаваха, тържествуваха. Това искаха, и го получиха. Това са следствията. Защо тогава са недоволни? Каквото сам си направил и Господ не може да ти направи! Най-големият удар бе Брекзит. Всичките страни в Евросъюза преживяха абсолютно същите трудности, но Великобритания се представи най-зле. Ако беше останала в ЕС, почти е сигурно, че сега щеше да бъде най-добре. Много англичани вече разбраха предимството на голямата общност от държави, в която даже да си водещ, но го разбраха по трудния начин. Проба-грешка-обедняване. Младите хора, до 39 г., преди

подкрепяха консерваторите, като тази подкрепа беше 40%, а в предстоящите избори тя се очаква да бъде едва 10%. Те искат свободно движение, възможности за развитие, свят без граници, а не изоставане, обедняване, ограничения, т.е. Брекзит.

**- Правителството на Риши Сунаку успя да намали инфлацията през последната година, от Bank of England обаче все още са предпазливи по отношение на лихвения процент и твърдо отстояват основна цел - инфлацията да стигне 2%. Рестрикциите обаче измориха като че ли хората там. Какво може да се направи, за да се подобрят още икономическите показатели?**

- Великобритания става все „по-социалистическа“, т.е. хората разчитат все повече на преразпределението чрез държавния бюджет, на помощи, на социални придобивки, а не на инвестиции, нарастване на производителността на труда и чрез нея на увеличение на заплати и доходи. Англия изостава в конкуренцията с другите страни. Проблемите са толкова много, в толкова много сфери, от толкова дълго време, че ако се разхлаби паричната политика, положението ще стане много по-лошо, а няма да се подобри. И тази инфлация сега я направи Борис Джонсън във Великобритания и Тръмп в САЩ. И тя се прехвърли в света. Изобщо помощите са като наркотиците. Започнеш ли ги, трудно е да ги спреш, а искаш все по-високи дози. Но държавният бюджет има граници. И той е към края си не само във Великобритания. Цяло едно десетилетие е белязано от неразумни харчове. Дългът на света никога не е бил по-голям - над 300 милиона долара, или около 300% БВП. Някой все

някога трябва да плати за неразумното харчене и то ще е дълго и болезнено за много държави. За Великобритания - също. Тя е в началото на края на подобни политики.

**- Засага социологическите проучвания дават преднина на Лейбъристката партия пред консерваторите, които управляваха страната през последните години. Една от тезите на досегашните управляващи обаче е, че ако лейбъристите дойдат на власт, те ще вдигнат данъците в страната. Има ли обективни причини това да се случи и какво ще означава за работещите във Великобритания такова повишение? Няма ли такъв ход да доведе до още по-голямо обедняване на населението?**

- Когато строиш, проблемите в основите на къщата се репликират, т.е. повтарят на горните етажи и стават все по-значими, по-големи и по-видими. За да си „оправиш“ къщата, трябва не да „бойдисваш“ стените, да поправиш покрива, а да изчистиш грешките в основата, за да започнеш да отстраняваш грешките по етажите. Такова нещо няма да се случи. Ще има половинчати мерки, защото хората не са готови да изпият горчивото лекарство. А то е цялостна система от мерки за повишаване на конкуренцията. Затова вероятността да се вдигнат данъците е висока, защото манталитетът на англичаните е променен. Нивото на спестяване е отчайващо ниско - 14% от БВП. За сравнение - в България е три пъти по-високо. Проблемът на българите е, че пълнят банките с пари при нулеви лихви, а на англичаните, че нямат достатъчно пари в банките. И за да стане още по-зле, то жилищни-





те кредити в България са под 2.5%, а на Острова, са на най-висок връх от 15 години, като достигнаха 6.65% средна лихва. Затова и много българи в Англия купуват жилища в България. Т.е. мнозинството от хората на Острова смятат, че само богатите имат пари, и увеличението на данъците е нещо добро, което няма да ги засегне. Те мислят - държавата да вземе от богатите и да даде на бедните. Това е тотално погрешно, но пък е популистко. Увеличавайки дозата на финансовата зависимост и наркомания, ти ставаш по-зависим, не по-богат и по-свободен, а е и социализъм в действие. И като вземем предвид, че Кийт Стармър е лейбърист, най-вероятно е това да се случи. Но как и по какъв начин, ще разберем. Пари в хазната няма достатъчно. Увеличението на данъците нищо няма да подобри, дори в средносрочен план. Ефект ще има само за една година. После цени и пазари ще се нагодят, обаче британците няма да станат по-богати от тази мярка. Но вероятността тя да се случи е голяма, защото ще се приеме от большинството.

**- Премиерът Риши Сунак обаче казва, че планът му за икономиката работи и само той може да превърне тази стабилност във възстановяване, което да е от полза за всички. Колко още време трябва на Великобритания да се възстанови и възможно ли е това да се случи напълно след Брекзит?**

- Колкото и да е странно, Риши Сунак има по-вярна икономическа логика и по-правилна политика. Но нито може, нито има време да я приложи. Великобритания е „болна“ от тежка болест и само аспирина няма да мине. Трябва добър „хирург“, а такъв като Тачър няма. Тя ще си остане болна. Пак ще повтори, сегашният премиер наследи много тежки и нерешими за един мандат проблеми. Той не ги създаде, той ги получи. Тялото решение изисква дълъг период на промени, като добрите резултати ще дойдат след години. Популистките времена са такива, че никой не иска да чака. Хората искат джънк фууд, а не гурме и биохрана. Те искат сега и веднага, нищо че е зле, некачествено и за кратко, а не добро, хубаво и стабилно, но след време. По целия свят е така, но във Великобритания наслагването на проблеми и отлагането на техните решения се случват в този момент. И катализатор беше Брекзит. Емания на неразбиране на световните процеси, икономиката, собственото си индивидуално развитие. Има малки и големи грешки. Брекзит беше огромна грешка. Великобритания никога няма да е същата, защото замени „кон за кокошка“. И ето още един парадокс. През тези 14 години консерваторите се представиха зле, но тези, които идват, ще се представят още по-зле. Ако не искат това да се случи, те трябва да направят кризисни десни реформи, характерни за консерваторите. А те са либерали! Но дори и това

е възможно! В целия свят десни правят леви реформи, а леви - десни.

**- Риши Сунак изненада мнозина, като обяви общонационални парламентарни избори на 4 юли, тъй като се очакваше те да бъдат през есента. Защо според Вас той избра този ход?**

- Всички знаят отговора - за да не загуби катастрофално. Не да спечели, а да не загуби повече. Да минимизира загубите. Доверието в консерваторите все повече спада и с времето ще спада, затова и след анализ са решили да отидат най-скоро на избори. Но... има и нещо друго, което хората не знаят. Най-вероятно до края на годината ще има криза. Тя се очаква вече втора година да започне, а тя все не идва. Но все някога ще дойде. А когато тя удари, по-добре да не си на власт. Всички индекси на всички борси са на рекордни нива сега и всички показатели за „прегриване“ - също, т.е. светът е преди криза или вече е в криза. Но статистически не е отчетено. Тази година е годината на изборите - Европа, Русия, САЩ. Те ще определят за дълъг период съдбините на света. Затова и за Сунак, и за консерваторите във Великобритания, макар и с лош край, те са по-добри от избори в края на годината. Дори и за Великобритания е по-добре. Когато това се случи, Стармър ще казва, че е заварил бедствено положение и не е виновен, а Сунак ще казва, че Стармър

се справя зле. А англичаните ще вярват и на двамата и ще си кротуват.

**- Другата тема, която стои на дневен ред пред Великобритания, е нелегалната миграция. Доколко тя повлиява на икономическото състояние на страната, или по-скоро е удобна тема за риториката на политиките?**

- Това е огромен проблем, без ясно и добро решение. Дори и на най-либералните страни в света им писна от мигрантите, дори и явно да не го казват. Те променят етническия състав, менталитета, начина на живот, всичко. Разбъркват установения ред. Но разбиранията на хората се променят много трудно, а дори и там, където става, е много по-бавно, отколкото са си представяли и най-големите оптимисти. Създават се общности, анклавни, „държава в държавата“, с висока престъпност, която пък се използва, даже и финансира от чужди държави за дестабилизация, подклаждане на напрежение и даже изнудване. Кое му е доброто!? Това са вече огромни общности, които не се интегрират, но влияят и променят приелата ги страна. Хераклит казва: „Не можеш два пъти да се изкъпеш в една река“ - водата няма да е същата, но и човек няма да е същият. Не можеш да спреш емиграцията. Великобритания няма да е същата, но и светът няма да е същият, защото вече не може да се построи нова „железна завеса“. Тя ще

трябва да е между богати и бедни страни. Кой ще я направи? Как ще я направи и кога ще се направи? Кой ще са едните и кои другите? Не че не може и че няма някой като Хитлер да се опита да пренареди световния ред, но светът ще навлезе в „ледена епоха“, а може би и в последната ядрена война. Този проблем няма бързо и удовлетворяващо решение за всички страни или изобщо няма решение. Парadoxът е, че емигрантите дразнят емоционално, но допринасят материално за благополучието на Великобритания. Те пълнят повече държавния бюджет, за да може правителствата да дават повече на мрънкащите, социално слабите и хейтърите. Без тях икономически щеше да е много по-зле, а бедните още по-бедни.

**- Какви дни да очакваме пред Обединеното кралство след изборите на 4 юли?**

- Много неизвестни. Нищо не е ясно, а когато се изясни, ще е много по-късно. Няма единна икономическа политика, която да бъде прилагана. На теория има, но на практика няма да се случи. Пациентът не иска да приеме лечението и предпочита да си страда не силно, на обезболяващи, но дълго, без тенденция да бъде излекуван, и дори свиква с мисълта да е вечно болен. Стармър е привърженик на Евросъюза. Сега и повечето англичани - също. Това е едно от възможните решения на Великобритания

ния, защото то ще реши повечето им проблеми. За няколко години ще отклони вниманието на хората от реалните проблеми. Подготовка за референдум, агитации, спорове, кавги... Ще им спечели време. А през това време светът ще е излязъл от кризата, най-вероятно ще е приключила войната в Украйна, че и в Газа, т.е. светът ще се успокои и икономиката ще тръгне нагоре. И политиките ще побързат да си припишат заслугите за това, а то е ясно отсега и че при всеки премиер ще се случи. Затова повдигането на въпроса за връщане на Великобритания или дори само референдум, изглежда най-логично. Но то няма да е нито лесно, а и нито възможно в скоро време. Европа вече не иска Великобритания, защото тя беше глезеното й дете. Тя имаше безброй изключения и повечето се възползваше, отколкото спомагаше на Съюза. Повече взимаше, отколкото даваше. Сумарният ефект беше в нейна полза, а тя сама се отказа от него. Дори и това да се случи, то ще е при други, много по-различни условия, и на друга, много по-висока цена. Вратите са отворени, но не всички са добре дошли и не във всички случаи.

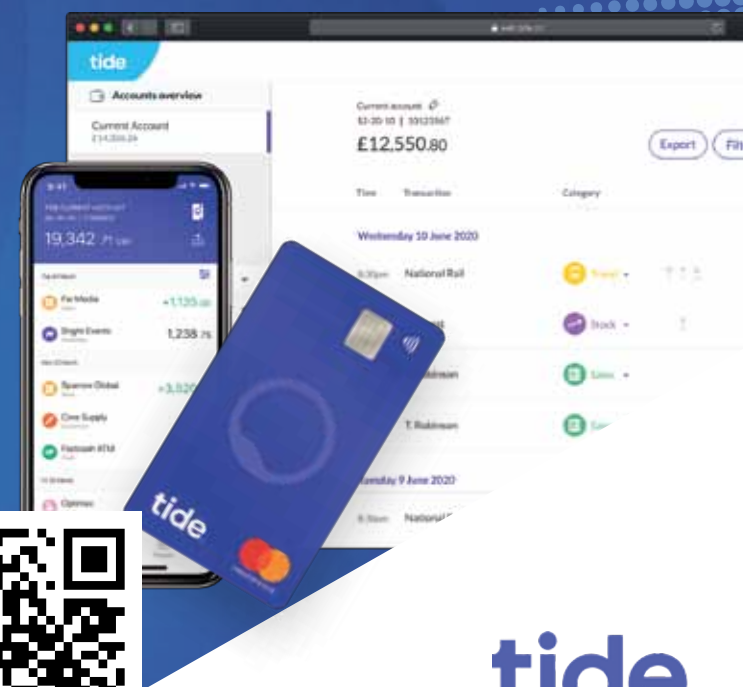
Сегашните несподи основно се дължат на Брекзит, но повторно влизане в Евросъюза не решава всичките тези проблеми. Трябва производство, производителност, конкуренция, а мерките за това са на национално ниво. Те са болезнени и затова няма да бъдат направени!

# OPEN A BUSINESS ACCOUNT WITH TIDE

## Just use the code: **DONAS**

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

\*T&CS APPLY



**tide**

WWW.TIDE.CO



# По-ниски сметки за ток във Великобритания от юли

БГ БЕН

От юли тази година домакинствата във Великобритания ще плащат по-ниски сметки за ток, става ясно от съобщението на регулатора Ofgem. Сумата ще е по-ниска със £122 на година, след като от 1 юли до 30 септември цената на енергията за типично домакинство, което използва електричество и газ и плаща чрез директен дебит, ще падне до £1568 на година.

Въпреки оптимистичната новина, цената на тока в Обединеното кралство няма да успее да достигне нивата от преди началото на войната, която Русия води в Украйна. Тогава стандартната годишна сметка беше 1084 паунда. На практика от 1 юли тя ще е значително по-скъпа от предходните нива,

**Годишната сума за домакинство ще е по-ниска със £122**



Снимка: bigstockphoto.com

а разликата е драстична и е в размер на 484 паунда.

От енергийния регулатор изчисляват, че ако използват стандартна променлива тарифа и заплащат електроенергията си чрез директен дебит, то средната цена киловатчас ще е средно 22,36 пенса. Дневната такса за постоянно е 60,12 пенса на ден. Това се основава на средната стойност за Англия, Шотландия и Уелс и включва ДДС.

Тарифата за газ, ако сте на стандартна променлива тарифа и я заплащате чрез директен дебит, киловатчас ще струва средно 5,48 пенса. Дневната стандартна такса е 31,41 пенса на ден.

От Ofgem припомнят, че нивото на горната граница на цената на енергията се състои от различни разходи, например цената на

едро на газ и електричество, разходите за доставка на енергия в мрежата и ДДС. Тези разходи се разделят в рамките на горната граница между единичната цена и постоянната такса.

Водещи анализатори обаче смятат, че понижението на сметките от юли не трябва да бъде прекален оптимизъм, тъй като не е изключено през зимните месеци цените отново да тръгнат нагоре.

“Спадането на горната граница на цената на енергията леко намалява сметките, но нашите данни ни казват, че милиони са “на червено”, или не са в състояние да покрият основните си разходи всеки месец”, каза за Би Би Си Клеър Мориарти, главен изпълнителен директор на Citizens Advice.

## Торите връщат задължителната военна служба, ако спечелят вота

БГ БЕН

**Риши Сунак заяви, че 18-годишните ще избират между задължителна служба или обществена дейност**

Осемнадесетгодишните ще избират между форма на задължителна национална служба или обществена дейност, ако торите спечелят отново изборите на 4 юли, каза британският премиер Риши Сунак, съобщи БТА, позовавайки се на ДПА.

Сунак заяви, че във Великобритания има “поколения млади хора, които не са имали възможностите, които заслужават”, отбелязвайки, че тази радикална мярка ще помогне за обединяване на обществото в един “все по-несигурен свят”.

В бъдеще 18-годишните британци ще могат да избират между задължителна редовна служба във въоръжените сили за период от 12 месеца или да работят по един уикенд месечно в продължение на една година като доброволци в сферата на обществената дейност в своите общности, уточняват торите.

В очевиден стремеж да спечелят гласовете на по-възрастните избиратели британските консерватори



Снимка: bigstockphoto.com

отбелязват, че това може да включва подпомагане на местните служби на пожарната, полицията и нацио-

налната здравна служба, както и на благотворителни организации, занимаващи се с грижи за самотните

възрастни и изолирани хора.

Сунак се опитва да очертаяе своеобразна раздели-

телна линия между консерваторите и лейбъристите по отношение на глобалната сигурност, след като

обеща до 2030 г. да увеличи разходите за отбрана до 2,5% от брутният вътрешен продукт на Великобритания, отбелязва ДПА.

Тийнейджърите, които избират да се запишат за служба във въоръжените сили, ще “учат и участват в операции по логистика, киберсигурност, снабдяване или граждански операции”, допълват торите.

Консерваторите заявиха, че ще създадат кралска комисиия, която ще привлече експерти от военните среди и гражданското общество, за да разработи това, което те определиха като “смела” програма за задължителна национална служба.

Британските тори обявиха, че ще работят за това първият пилотен проект да бъде отворен за кандидатстване през септември 2025 г., след което ще се стремят да въведат нов “закон за националната служба”, за да направят мерките задължителни до края на следващия парламент.

Лейбъристката партия на Киър Стармър разкрива тази идея като “първостепенен ангажимент без финансиране”.





# През лятото рязко се увеличават пациенти с отити

Море, високи летни температури... Кой не мечтае за това още с първите летни дни? Лятото обаче и водните удоволствия често крият рискове за здравето. Сред тях са и отитите - възпаление на ушите, което е сериозно разпространено заболяване през летните дни.

Как възникват отитите и как да се предпазим? Отговор на тези въпроси дава в рубриката на вестник БГ БЕН известната в Лондон българска лекарка доктор Валентина Михайлова Николова, известна повече сред пациентите си като доктор Вал. Тя е специалист „Уши, нос и гърло“ и е създател и директор на Val Clinic в Лондон.

Доктор Вал дава и специална консултация за читателите на вестник БГ БЕН.

## БГ БЕН

Причините за честото разпространение на отитите през летните месеци са няколко - посещение на водни басейни, а също и високите дневни температури. Естествено, има няколко вида отити. Но през летния сезон най-често се забелязват следните:

1. *Otitis external (swimmers Ear)* - това е инфекцията на плувците. Пре-

дизвиква се от задържане на вода във външния канал на ухото. Така се образува влажна среда, която е благоприятна за развитието на бактериите.

Симптомите са сърбеж, зачервяване, подуване на външния канал и силна болка. Често тези оплаквания са придружени с изтичане на жълто-зелен секрет, който понякога е примесен с кръв.

2. *Otitis Media* - това е

**Задържането на вода в ушите може да доведе до сериозен възпалителен процес**



Снимка: Личен архив на доктор Валентина Николова

инфекция на вътрешното ухо. Среща се най-често

при децата, което е свързано с остри респираторни

инфекции, алергии и други, които могат да доведат до

натрупване на течност зад тъпанчетата. Това, от своя страна, причинява бактериални и вирусни инфекции.

Симптомите са свързани с остра болка в ухото, намален слух, а понякога и висока температура.

3. *Гъбични инфекции* - топлото и влажно време провокира растежа на гъбички в ушния канал. Това води до сърбеж, болка и изтичане на бял или черен секрет от болното ухо.

Независимо какъв е отитът, едно е сигурно - той създава сериозен дискомфорт. Затова е важно да се предпазите, а това може да стане, ако добре изсушавате ушите си след плуване и къпане в басейни. Може да използвате и предпазни тапи за уши, както и да избягвате поставянето на остри предмети в ушите. А при дискомфорт задължително потърсете специализирана лекарска помощ.

# 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





## Инцидент с мотокар

# Унгарски работник в склад сключва споразумение, след като мотокар прегазва крака му по време на работа

**БГ БЕН**

Мотокарите са честа причина за злополуки на работното място поради човешка грешка от страна на водача на мотокара и вследствие на това, че работодателят не е въвел съответните системи, чрез които да сведе до абсолютния минимум риска от травми на работниците си, причинени от мотокари.

Нашият екип от юристи в областта на телесните повреди има богат опит в осигуряването на най-високото обезщетение възможно най-бързо за пострадалите при трудови злополуки с мотокари.

Последното споразумение, което постигна, беше в полза на млад фабричен работник, който беше претърпял фрактури на стъпалото,

които изискваха оперативно фиксиране вследствие на това, че негов колега беше прегазил с мотокар крака му на заден ход по време на работа.

Работодателят на ищеца се опита да претендира за намаляване на обезщетението с аргумента, че пострадалият е отчасти отговорен за злополуката, защото е стоял твърде близо до шо-

фьора на мотокара, но този аргумент беше оборен от Osbornes Law.

Osbornes Law се погрижи ищецът да се възползва от медицинските услуги, финансирани от застрахователя на работодателя му, и по съвет на кантората ищецът отхвърли предложените суми, вариращи от 25 000 до 75 000 английски лири, като в крайна сметка се спору-

мя за обезщетение в размер на 85 000 английски лири.

Класирани от вестник „Таймс“ сред най-добрите адвокатски кантори в Англия в продължение на 6 последователни години, както и в справочниците Legal 500 и Chambers UK, адвокатите от отдела ни за неимуществени вреди в Osbornes несъмнено ще Ви предоставят професи-

онални услуги, за да Ви помогнат да си стъпите на краката, ако сте претърпели сериозна телесна повреда и търсите обезщетение.

**За да говорите с наши-  
те български юристи от-  
носно нараняването ви,  
моля, обадете се на Ели-  
да Димитрова на тел.:  
07843349633/02076818675  
и Снежина Янкова на 07516  
441448/020.**

**Osbornes | Law<sup>o</sup>**

## Специалисти по искове за обезщетение



# Специалисти по искове за обезщетение

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

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



★ Trustpilot



Свържете се с нас и говорете на български на:

**Снежина Янкова**

**07516 441 448/020 7681 9013**

**[Snezhina.yankova@osborneslaw.com](mailto:Snezhina.yankova@osborneslaw.com)**

**Елида Димитрова**

**07843 349 633/020 7681 8675**

**[Elida.dimitrova@osborneslaw.com](mailto:Elida.dimitrova@osborneslaw.com)**





# Продължителността на живота расте, но остава далеч зад европейската

БГ БЕН

Сред най-видимите негативни последици от пандемията в България е резкият спад на очакваната продължителност на живота - с почти две години. Новопубликуваните данни сочат към бързо възстановяване на индикатора, въпреки че той все още остава както зад предпандемичните си равнища, така и в сравнение с по-развитите държави на ЕС.

Очакваната продължителност на живота достигна 73,5 години за периода 2021-2023 г. - на фона на 71,9 за периода 2020-2022 г. В последния период, който не включва ковид-19 обаче стойността на индикатора е с година по-висока или 74,9 години за 2017-2019 г. Бързото подобрене дава всички основания да смятаме, че когато изчислението на продължителността на живота излезе напълно извън периода на свръхсмъртност от ковид-19, стойността на индикатора ще достигне тази предишна най-висока стойност и дори ще я надхвърли.

От регионална гледна точка големите разлики между отделните области

**След ковид пандемията очакванията в България се понижават с почти две години**



Снимка: БГ БЕН

на страната остават, като ножицата между лидерите София и Кърджали (75,4 г.) и Видин (70,3) е цели пет години. Прави впечатление и голямата разлика между областите в Южна и Северна България, като на север, ако оставим настрана Габрово и Варна, продължителността

на живота е чувствително по-ниска. Интересно е и струпването на няколко области с относително висока продължителност на живота в Родопите - Смолян, Кърджали и Хасково са сред лидерите в страната, въпреки че са на опашката по икономическо развитие.

Значителни разлики остават и в продължителността на живота на мъжете и жените - цели 7,4 години, както и между градовете и селата - 3 години. Положителна динамика пък се наблюдава и при очакваната продължителност на живота на 65-годишна възраст, която е

от водещо значение за планирането на пенсионната система и социалните политики - до 13 години средно за мъжете и 17,1 години за жените. И този индикатор обаче остава средно с година зад предишните най-високи стойности от периода 2017-2019 г.

В средноевропейски контекст обаче България остава страната с най-ниска продължителност на живота, както сочат последните разпространени от Евростат данни - най-близко до стойността на Латвия, но с шест години зад средното за ЕС-27 и година зад Румъния, която е най-близко като равнище на стопанско развитие.

По-интересното сравнение обаче е на поднационално ниво. Доколкото София и с нея целият Югозападен район се приближават почти точно (към 2022 г. - на 97%) към средноевропейското равнище на БВП на човек от населението в паритет на покупателна способност, бихме имали основания да очакваме, че и при индикаторите за социално развитие и качество на живот, сред които е и продължителността на живота, ще се наблюдава сходна

конвергенция. Разликата обаче остава - в столицата отстоянието от средноевропейската стойност е шест години, а в по-слаборазвитите части на Югозапада почти девет. Възможно обяснение е забавянето на подобрението в социалното развитие в сравнение с икономическото - тоест, че водещите региони на България ще се приближат бързо към средноевропейските равнища следващите няколко години, след като догониха основния икономически индикатор.

Засега обаче разликите остават. Най-достъпният начин за стопяването им остава реформата в здравеопазването, съсредоточена върху подобряването на качеството на живота на населението и на живота в добро здраве. Докато в хода на пандемията мерките в здравната система бяха съсредоточени върху гасенето на текущи пожари, през 2024 г. тези проблеми са оставени далеч назад, а фокусът следва да се насочи отново към дългосрочните проблеми на сферата и техните трайни решения.

Автор: Адриан Николов  
Източник: ime.bg

БГ БЕН

40% от българите не са прочели нито една книга през 2023 година, показва социологическо проучване на Социологическата агенция „Алфа Рисърч“ за достъпа до култура и потреблението на културни продукти и събития.

От данните става ясно още, че 72,6% от сънародниците ни в страната не са посетили библиотека нито веднъж, а близо две трети (62,6%) не са били на театър през изминалите 12 месеца, 61% не са посетили кино, а 82,5% не са били на концерт за класическа музика, опера или балет.

Данните бяха огласени от Диана Андреева от Обсерваторията по икономика и култура и Янина Танева от “Фабрика за идеи” в “Гьоте институт” - България.

Попитани към какво съ-

## През последната година

# Над 60% от българите не са били на театър, а над 82,5% не са посетили концерт



битие биха имали интерес, ако е в населеното им място,

най-много от респондентите са отговорили: “Театър”. На

второ място е отговорът: “Кинопрожекции”. Народ-

на музика и танци също е много припознат отговор,

следват музикални представления, музеи и изложби.

Проучването показва, че 39% от българите имат желание, но нямат финансовата възможност да посещават представления, театър, концерт. 25% са отговорили: “Нямам достъп до такива събития” (в населеното им място не се провеждат такива или нямат транспорт до друго, в което се провеждат). 16% са отговорили, че нямат компания, която да ги придружава по такива места и събития, а 43% са посочили отговор “Нямам свободно време”. Едва 12-13 процента са онези, които не харесват културни събития и не биха ги посещавали, отбелязват Андреева и Танева.

На въпроса при какви условия биха посетили повече културни събития, най-много хора са отговорили: “Ако имам повече пари”.



# Напредва строителството на българския храм „Свети Йоан Рилски“ в Лондон



Българската общност в Лондон с трепет очакват момента, когато ще прекратят прага на първата българска православна църква в английската столица. Изграждането ѝ в двора на Посолството на България в Лондон продължава вече няколко месеца.

Строителството на храма се случва благодарение на средствата, които българската държава отпуска, както и на благотворителната кампания, стартирала през миналата година. Набирането на средства продължава, тъй като наличните много бързо се изразходват, а предстоят още дейности за довършването на храма.

Енорийският свещеник на църковната община „Свети Йоан Рилски“ отец Добромир Добрев даде специално интервю за вестник БГ БЕН, в което проследяваме процеса по изграждане на българския храм.

## БГ БЕН

**- Отец Добромир, докъде стигна изграждането на българската църква „Свети Йоан Рилски“ в Лондон?**

- Христос воскрес! Искам да зарадвам нашите сънародници, че строителните дейности не са прекъсвали от ноември месец миналата година и се радваме на всяка малка промяна по изграждането на новата

църква „Свети Йоан Рилски“, Лондон. Бяха извършени строителни дейности на двете покривни конструкции, изолации и хидроизолации, а в момента предстои покриването им с керемиди. Относно вътрешното пространство се изградиха стоманени структури, целящи укрепването на стените на новата църква, нивата на пода се регулираха с железобетон и се изгради рампа за хора с увреждания и за

**Приоритетно през следващите няколко месеца ще се работи по изграждане на купола на храма**



Снимките са предоставени от Българска църковна община „Свети Йоан Рилски“

детски колички.

**- Какво предстои да се направи в близките няколко месеца?**

- Като приоритет за следващите няколко месеца е изграждането на купола на църквата, който е характерен за православната архитектура, а също така и многобройните сводове в наоса (централната част) на храма. С една дума, предстои ни усилена работа по вътрешното пространство на църквата.

**- Продължава ли кампанията за набиране на средства и още от колко пари се нуждаете?**

- Дарителската кампания



продължава, тъй като след завършването на грубия строеж ни предстои изработването на вътрешните мазилки, мраморен под с декорации и мозайки, мраморен иконостас, изгра-

ботването на икони и стенописи, бронзова външна врата, с една дума, украсата на храмовото пространство, което вероятно ще струва повече от 200 000 паунда.

**- Ще успеете ли да завършите църквата до Рождество Христово?**

- С Божията помощ се на-

дяваме като цяло църквата да е завършена до Рождество с грубия строеж и мазилките, както и с мраморния под, като същевременно да имаме вече изработена част и от украсата. Дори и не напълно украсена, се надяваме да служим в нея, като пълното осветяване с Божията помощ да е в началото на 2025 година.



Желаещите да се включат в кампанията за набиране на средства за реконструкцията и разширяването на българския православен храм в Лондон в сградата на Посолството на Република България, което любезно предостави имотите си за тази цел, могат да направят дарение на банковата сметка на българската църква „Свети Йоан Рилски“ в Лондон:

THE BULGARIAN ORTHODOX COMMUNITY OF ST JOHN OF RILA IN LONDON  
Lloyds Bank  
Sort Code 30-96-26  
Account Number 80397868  
IBAN:  
GB27LOYD30962680397868  
BIC:  
LOYDGB21446





# ROCK ARENA



## На Арената днес:

# Малко известни истории за много известни рок хитове

Лято, пътуване, море или просто релакс с чаша кафе и прекрасна музика. Всяка велика песен носи вдъхновение, но си има и своята история. Доза романтика, страст и нотка вулгарност стоят зад култовите истории на някои от най-известните парчета при създаването им. Днес ви представяме четири от най-емблематичните рок банди и историите на някои от техните велики хитове, променили света и музиката за поколения напред.

### „Satisfaction“ - The Rolling Stones (1965)



В средата на 60-те години на миналия век The Rolling Stones вече са достатъчно известни и не след дълго те стават една от най-великите банди на световната рок сцена. Тази крачка по пътя към върха става песента „Satisfaction“. На 6 май 1965 г., по време на третото си турне в САЩ, The Rolling Stones са във Флорида на концерт, който е прекъснат след четвъртата песен поради сбиването на няколкостотин фенове с полицията. Същата вечер Кит Ричардс вяло импровизирал на китара в хотелската си стая, чийто мотив залага основата на бъдещата песен. Кит включва магнетофона и записва, припаявайки „I can't get no satisfaction“, и... заспива. По-късно в продължение на 40 минути магнетофонът записва как той хърка. С изключение на основната фраза, автор на останалата част от текста е Мик Джагър.

В началото Ричардс не вярва в успеха на тази песен, но опасенията му се оказват напразни. По това време на сцената доминират The Beatles с техния лек rock-and-roll, но публиката, която жадува за по-тежко звучене, приема с възторг хита на The Rolling Stones. От този момент нататък The Beatles вече имат достойни конкуренти, а любителите на рок музиката - реален избор. Провокативните думи на песента обаче предизвикват вълна от негодувание в по-възрастното поколение. Списание „Newsweek“ определя

## Някои от най-запомнящите се творения се раждат по неочакван начин

встъпителните акорди на китарата като „петте ноти, които разтърсиха света“ и това е един от най-добрите характеристики на песента. Интересен факт за песента е, че във фразата „I can't get no satisfaction“ се използва двойно отрицание - типична грешка на разговорния английски, която често се среща в песните. За този хит Мик Джагър казва: „Именно тази песен създаде The Rolling Stone, превърна ни от поредната банда в мощна група. Тя има много запомнящо се име и мелодия и отразява духа на времето, което е много важно в такива песни“.

„(I Can't Get No) Satisfaction“ често е наричана повратната точка в историята на съвременната музика. Списание „Rolling Stone“ дава второ място в списъка на 500-те най-добри песни на всички времена, а много музикални експерти я наричат „най-добрата rock-and-roll тема“.

### „Stairway to Heaven“ - Led Zeppelin (1971)



Песента е композирана от Джими Пейдж и Робърт Плант за неозаглавения четвърти студийен албум на групата - „Led Zeppelin IV“, поставена е под номер 31 на списание „Роллинг Стоун“ в списъка на „500-те най-велики песни на всички времена“ и е най-исканата песен във FM радиостанциите в САЩ през 1970-те години, въпреки че никога не е издавана като сингъл там.

От дълги години обаче авторството на този велик хит се оспорваше от наследниците на китариста на Spirit Ранди Калифорния и басиста Марк Андис и през май 2014 г. те заведоха съдебен иск срещу Led Zeppelin с обвинение в това, че музикантите са заимствали първите тактове на „Stairway To Heaven“ от песента „Taurus“ на група Spirit, която е била написана три години по-рано. Двете банди се срещат по време на първото турне на Led Zeppelin в САЩ през 1968 г., където бъдещите рок легенди тогава откри-



ват концерт за Vanilla Fudge и Spirit, като от Spirit твърдят, че точно тогава Джими Пейдж е чул тяхната песен за първи път. През 2016 г. районният съд в Лос Анджелис си каза тежката дума и определи, че Led Zeppelin не е изплагиатствала нито част от мелодията на култовото парче „Stairway To Heaven“. Днес песента е считана за най-доброто рок изпълнение на всички времена.

### „Smoke on the Water“ - Deep Purple (1972)

Една от най-известните песни в историята на рока - „Smoke on the Water“, е култов хит и разказва истинската история, която се случва през декември 1971 г., когато Deep Purple се събират в Монтрьо, Швейцария, за да запишат най-известния си албум „Machine Head“. Групата възнамерява да осъществи записите, когато комплексът, в който се намират, наречен „Казиното“, е запален по време на концерт на Франк Запа и Mothers of Invention от фен със сигнална ракета. Този неизвестен лирически герой е наречен по-късно в песента „some stupid with a flare gun“. Гледката на горящата сграда и дима, който се разстила над Женевското езеро, била особено вдъхновяваща за музикантите и няколко дни по-късно китаристът Роджър Глоувър измисля заглавието - „Smoke on the Water“. След като казиното е изгоряло, банда няма място, където да записва, но седмица по-късно наемат празния Гранд хотел на Монтрьо и превръщат фойетата му в своеобразно звукозаписно студио, където записват „Smoke on the Water“ и повечето песни от албума „Machine Head“. Днес в Монтрьо, на брега на Женевското езеро, има скулптура, посветена на тази песен. Точно до нея е статуята на Фреди Меркюри. „Дим над водата“ е и заглавието на първата книга, която разказва цялостната история на легендарните Deep Purple.

### „Hotel California“ - The Eagles (1977)



„Welcome to the hotel California... Such a lovely place... Such a lovely face...“ Тази класика в рока е емблематична за няколко поколения музиканти и фенове. Песента е била интерпретирана по много различни начини през годините. Историята за хотела, който не можеш да напуснеш, за някои е метафора на зависимостта от хероина, за други - разказ за практиките на сатанизма. Някои критици смятат, че хотелът от песента е препратка към истински хотел в Калифорния, който е бил превърнат в сатанистка църква. Историята, разказана в песента, е красива, но тъжна.

През 60-те години на миналия век някъде из калифорнийската пустош съществувал хотел на име „California“, който имал злокобна слава на хотел убиец. Място, където хората отиват, плащат си... за да ги убият. Това са толкова отчаяни и наранени от живота хора, които просто му губят смисъла и красотата. Те плащали пълен пансион и в замяна получавали невероятни преживявания в иначе уютния хотел. Пиенето никога не свършвало, персоналът бил изключително мил, момичетата били най-красивите. Хотелът бил олицетворение на всичко, в което те вървали и искали. Животът там бил прекрасен с изключение на тази подробност, че всяка вечер един от гостите на хотела бивал убит (това също влизало в цената на пансиона) и никой не знаел кой ще е следващият.

Един ден някакъв пътник случайно попаднал в този хотел и от пръв поглед се влюбил в момичето, което го посрещнало на вратата. Тези двама млади се срещнали на това зловещо място и се влюбили безумно. Дните им в хотела минавали неусетно, дори не забелязали как обръчът около тях се затягал, и в мига, в който осъзнавали, че животът има смисъл и че искат да продължат заедно напред... било вече късно. Когато се опитали да избягат от съдбата си, те умирали.





# Рок банди, които искат да забравят някои от хитовете си

Светът на творците е основан на противоположни чувства и поради тази причина повечето от най-великите в историята на музиката не биха признали, че не харесват някои от хитове си, но има и такива, които публично са споделяли, че мразят дадена своя песен до болка. Съществуват достатъчно примери, в които музикантите престават да изпълняват на концерти свой хит. Ето няколко примера за банди, които по една или друга причина демонстрират открита ненавист към свои песни.

## Led Zeppelin - „Stairway to Heaven“ (1971)

И тук отново иде реч за този голям хит, често наричан „една от най-великите рок песни на всички времена“. Изказването на Робърт Планта относно „Stairway to Heaven“ е, меко казано, странно, великият музикант нарича песента „Проклетата сватбена песен“. Дори се говори, че ненавистта му към вечната балада допълнително подсилвала нежеланието му отново да се събере с Джими Пейдж и Джон Пол Джоунс. През 1988 г., цели 18 години след написването на песента, Планта казва: „Ще се изприщя, ако трябва да пея тази песен на всеки концерт!“. А когато през 2007 г. Led Zeppelin се събраха за единичен концерт в Лондон, тогава Робърт Планта е изисквал „Stairway to Heaven“ да не бъде свирена за финал, а Джими Пейдж да се „въздържа да превърне песента в още по-епичен и пълен с китарни сола бълвоч“. Въпреки всичко песента се превръща в един вечен хит, който радва няколко поколения музиканти и фенове. „Stairway to Heaven“ е класирана на трето място през 2000 г. от VH1 в списъка на 100-те най-велики рок песни и е поставена под номер 31 на списание Rolling Stone в списъка на 500-те най-велики песни на всички времена. Това е най-исканата песен във FM радиостанциите в САЩ през 1970-те години, въпреки че никога не е издавана като сингъл там.

## Guns N' Roses - „Sweet Child O' Mine“ (1987)



Снимка: YouTube

През март 1986 г. Guns N' Roses подписват договор с Geffen Records и първото нещо, което от лейбъла правят за тях, е да им наемат нова къща в луксозния квартал Griffith Park в Los Angeles, за да могат рокаджиите да се съсредоточат върху писането по своя дебютен албум. Именно там в началото на лятото през същата година се ражда „Sweet Child O' Mine“. По време на джемсешън в къщата Slash като на шега започва да свири някаква мелодия, която самият той определя като „циркова“. Останалите музиканти се присъединяват към него и песента е написана буквално за пет минути. По-късно Slash казва: „За мен тази песен беше една глупава балада по онова време, извън рамките на всичко, което разбирах под думата рок“. За Axl Rose обаче парчето има някак личен характер заради текста в нея с негова поема, посветена на тогавашната му приятелка Erin Everly, дъщеря на Don Everly - поп икона от 60-те години на миналия век. За да получи подходящата прочувствена мелодия, Axl Rose се връща към звученето на 70-те години и черпи вдъхновение от Lynyrd Skynyrd. И докато той е виждал потенциал в песента, то колегите му са били абсолютно скептични и откровено не са харесвали парчето. Въпреки всичко това песента се изкачва успешно до чедна позиция в чарта на Billboard Hot 100 и се превръща в първия и единствен номер едно сингъл на Guns N' Roses в U.S. Billboard, класиран под номер 5 за 1988 г. „Sweet Child O' Mine“ покорява също така класациите и в Европа, а след нейното преиздаване през 1989 г. парчето достига до номер шест и в класациите на Обединеното кралство.

## Nirvana - „Smells Like Teen Spirit“ (1991)

Интересното в историята на



този хит от втория албум на Nirvana - „Nevermind“ (1991), е, че фронтменът Кърт Кобейн мразел не толкова самата песен, колкото нейната невероятна популярност. Той признава, че още при композирането на песента е имитирал Pixies, и нарича основния риф „клиширан“, а когато бандата за пръв път засвирила идеята на Кобейн, басистът Крис Новоселич я счел за нелепа. В интервю за списание „Rolling Stones“ през 1994 г. Кобейн споделя: „Всички са толкова фокусирани върху тази песен. Причината да породи такава реакция е, защото хората са я гледали милион пъти по MTV, загнездила се е в съзнанията им. Но смятам, че има толкова много други песни, които съм написал, и са също добри“. След като „Smells Like Teen Spirit“ и нейното емблематично видео правят бум по MTV, Кобейн започва да я изпълнява пародийно на живо, като умишлено свири фалшиво. На доста от по-късните си концерти Nirvana изобщо не изпълняват песента с цел да отблъснат хората, отишли единствено да чуят големия им хит. В интервю за списание „Rolling Stone“ Кърт Кобейн признава, че дори не може да си спомни как се свири солото на китара от безсмъртния му хит. „Smells Like Teen Spirit“ е най-големият хит на Nirvana и през 1991-1992 г. успя да изкачи челните класации в цял свят, достигайки номер шест в Billboard Hot 100. „Smells Like Teen Spirit“ бе обявена за най-култовата песен на всички времена.

## Oasis - „Wonderwall“ (1995)

Вокалистът на Oasis Лиам Галахър е известен с непрестанните скандали, които има с брат си Ноел. Затова за никого не беше

изненада, че той реши да унищожи песента „Wonderwall“, която е написана именно от Ноел.

„Не мога да понасям тази ш\*\*\*\* песен! Всеки път, когато я пея, ми се ще да повърна. Проблемът е, че това беше голям хит за нас!“, казва той в интервю пред MTV през 2008 г. относно най-известния хит на брит рока от 90-те години.



Снимка: YouTube

И без значение на личната война между братя Галахър „Wonderwall“ достигна върха на световните чартове през 1995 г. Историята на Oasis е по-малко трагична, но затова пък изпълнена със скандали и бой на сцената. Първият им албум „Definitely Maybe“ от 1993 г. оглавява класациите, но отношенията между братята по това време вече са сериозно разклатени. На следващата година Ноел напуска групата, след като Лиъм обижда американската публика и удря брат си с дайре по главата. Събират се в името на групата и за да издадат определящия за кариерата им албум „(What's The Story) Morning Glory“. През годините печелят десетки награди, имат 8 сингъла на първо място в британските класации, седем студийни албума. След окончателната раздяла на Oasis през 2009 г. и двамата продължават да правят музика поотделно.

## Radiohead - „Creep“ (1993)



Снимка: YouTube

Членове на групата Radiohead неведнъж открито са споделяли своето нежелание да изпълняват хита си „Creep“. Издаденият през 1992 г. дебютен сингъл „Creep“ на Radiohead е включен в техния първи албум Pablo Honey (1993). С излизането си „Creep“ не успява да достигне позиции до музикалните класации, но след преиздаването на песента през следващата година тя се превръща в световен хит. Често присъстващите по време на ранните концерти на бандата нерядко видно проявявали слаб интерес към другите им песни, освен към „Creep“, което изнервя музикантите, и те започват все по-рядко да я свирят на живо. Песента, с която Radiohead осъществи големия си пробив, е определяна като „боклук“ от фронтмена Том Йорк и той я премахва от концертите на бандата още в края на 90-те години. Оттогава „Creep“ е изпълнявана на живо само в изключително редки случаи. Китаристът Джонни Грийнууд също признава, че не харесва песента, и още при студийния ѝ запис опитал да я саботира, като удрял по китарата „много силно“. Ненавистта към този темен хит стигна дотам, че на концерт на бандата в Монреал Том Йорк отговаря с върли псувни на фен, пожелал от групата да изпълни песента. Още през 1996 г. музикантите от бандата си казват, че лятното парти на MTV през същата година ще бъде последното място, на което те ще изпълнят парчето.

Ето още няколко примера за банди, които мразят хитовете си: Queen - „Don't Stop Me Now“, Warrant - „Cherry Pie“, Dio - „Rainbow in The Dark“, Aerosmith - „Walk This Way“, The Who - „Pinball Wizard“, The Beatles - „When I'm Sixty-Four“.

Редактор: Антоанета Петрова

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





## ИНТЕРВЮ С ВАСИЛ ВАСИЛЕВ - ЗУЕКА

# Васил Василев - Зуека: Не мога да се примирия с лъжите на българските политици

*Не беше трудно с Ани да заминем в чужбина*



За таланта и креативността на Васил Василев - Зуека може да се каже много. Освен невероятен талант и прекрасна личност, той е един изключително земен човек, на когото добрната някак много му приляга.

Кариерата на този обичан от всички нас актьор преминава през един невероятен възход - от създаването на театър „КРЕДО“, през предаването „Ку-ку“ и неговия наследник „Каналето“, както и участието му във филми, театрални постановки и още няколко от най-гледаните телевизионни формата, сред които „Господари на ефира“ и „Като две капки вода“.

Представяме ви втора част от специалното интервю на вестник БГ БЕН с Васил Василев - Зуека.

## (Част втора)

**Интервю на Антоанета Петрова**

*- Кои постановки или телевизионни формати са по-специални за Вас и защо? Къде се чувствате най-добре - на сцената или пред палитрата?*

**Васил Василев - Зуека:** Не мога да направя сравнение. Онова, което правих последните десетина години, т.е. само телевизия и кино, изисква много енергия и сила. А когато човек мине 50-те, тогава тази енергия намалява и е трудно да я извадиш от себе си, което е истина. Относно предаванията, бих споменал „Като две капки вода“, един формат, който принципно ние нямаме право да променяме, но аз и Рачков успяхме да го променим от гледна точка на присъствие като цялостно излъчване на предаването. Стъпка по стъпка, без да се налага, опитвайки се да бъдем интересни и забавни, ние някак си побългарихме този формат. Гледал съм почти

всички издания на „Като две капки вода“, които се правят и излъчват по света, и мога да кажа, че като цяло това е едно доста скучно предаване, и просто си давам сметка какво успяхме да сътворим с целия екип, който е над 100 души. Когато се върви в една посока, е много лесно и приятно за работа, въпреки големия екип. Но на сърце ми е „Господари на ефира“, заради които през 2000 година се върнах в телевизията, въпреки че преди това бях си казал, че не желая повече да съм на екран поради определени разочарования, които имах преди тях. Спомням си, че когато започнахме да водим разговори с Магърдич, Джуди и Малин относно Господарите, всъщност видяхме, че тук има една поучителна и много полезна база, върху която може да се гради в интерес на зрителя. И правейки всичко това шестнадесет години в ефир и още пет години онлайн в „Господари на Уеба“, за които все още продължавам да снимам, определено мога да кажа, че това е предаването, което ми е на сърцето, защото

то го приемам много лично. Самият факт, че когато спряха „Господари на ефира“, ние вече бяхме изградили надинституционално ниво, но чак след свалянето му от ефир, в което никой не искаше да повярва, си дадох сметка, че в тази държава никога нищо няма да се оправи, и за съжаление, нещата са много по-сериозни, отколкото изглеждат. Апропо, това също свърши работата от гледна точка на решението аз и семейството ми да напуснем страната.

*- Трудно ли взехте това решение да напуснете България?*

**Васил Василев - Зуека:** Не беше трудно с Ани да заминем в чужбина. Направихме си план и следвайки този план, на четвъртата година вече бяхме в Испания. Вероятно заминаването ни щеше да отнеме по-дълго време, но ковид и икономическата криза си оказаха влияние и някак си бяхме прищипорени. И не съжаляваме за това решение. Чувстваме се много добре, тук е изключително спокойно.



*- Повече от 34 години на преход и промени в България с какво не можете да се примирите по отношение на българските държавници и системата?*

**Васил Василев - Зуека:** Това, с което не мога да се примирия, е лъжата на нашите политици! Повече от 34 години българските държавници продължават да ни лъжат. Сега на изборите отново ще вземат властта, ще направят мнозинство и ще ни управляват още доста дълго време. Нито ще престанат с техните игри и задкулисие, нито ще спрат да защитават интересите на една държава, която ни обяви за враг. Лъжат, че са евроатлантици, че желаят доброто на българина, но в същото време гледат само собствения си интерес и естествено, по този начин предават България.

*- Имаме изключителни българи, които с таланта си прославят родината по света. Какъв съвет бихте дали на по-младите си колеги, които се стремят към голямата сцена?*

**Васил Василев - Зуека:** Най-вече да следват мечтите си, това е основното, което мога да им кажа. Пътят не е лесен за никого. И ако те смятат, че е лесен, по-добре да се откажат и да отидат някъде просто да правят пари. Защото пари се правят лесно, но когато имаш мечти, особено свързани с изкуство, тогава има хиляди начини и варианти, особено в днешно време, да ги осъществиш. Има възможност да учиш в чужбина, както и страхотната възможност да видиш новия свят, да се докоснеш до него и да направиш разлика какво ни струва всичко това в България, и да го промениш.

*- Смятате ли, че хората на изкуството трябва да възпитават вкуса у публиката?*

**Васил Василев - Зуека:** Смятам, че те са задължени. В момента, в който някой е решил да се занимава с изкуство, трябва да се чувства длъжен да възпитава вкуса у публиката, защото, ако хората на изкуството не от-

правят послания към тези, които ги гледат и които ги очакват с широко отворени очи, тогава няма смисъл от това изкуство. И ако го правят само за собствено удоволствие, това наистина няма абсолютно никакъв смисъл.

*- Ако имате възможност само за 24 часа да преминете в едно друго измерение, в друг век, кое време бихте избрали или какво бихте променили?*

**Васил Василев - Зуека:** Сложно е, защото аз харесвам всички епохи, а светът се дели на епохи. Не съм убеден, че бих искал да си сменя времето, по-скоро бих си сменил местоживеенето, макар че пък тогава по всяка вероятност щях да бъда друг човек. Но ако имам не машина на времето, а вълшебна пръчка, само с едно-единствено желание на златната рибка, просто бих унищожил всички оръжия на секундата! А относно времето... Ако се замислим, човешкият живот, в крайна сметка,





не е чак толкова дълъг. Човек е пълноценен до една определена възраст, примерно докъм 70, и след това започва да мисли за други неща, като това как-

во ще остави след себе си, какво ще даде на децата си. Така че, разсъждавайки от тази гледна точка, на прага на 60-те, в които съм аз, си мисля за дъщеря ми - пре-

красен млад човек, с добро образование, и просто бих пожелал да избере онова място на света, където би се чувствала щастлива и би работила добре. А на

сина ми, който все още е малък, бих му пожелал пак същото - да се научи да обича хората, защото, обичайки хората, той ще успее в абсолютно всичко.

- **Благодаря за отделеното време, г-н Василев! Вашите пожелания към българите на Острова?**

**Васил Василев - Зуека:** И

аз благодаря, Тони! На всички българи на Острова и на вашите читатели пожелавам най-вече да се обичат и да гледат хубавото от живота. И до нови срещи!

## Д-р Мирена Василева ПСИХОТЕРАПЕВТ

- Семейни и брачни консултации
- Проблеми на детското съзряване
- Децата 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](mailto:mirenaavasileva@gmail.com)



**Български продукти  
Готвени ястия  
Поръчки Кетъринг**

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

**078 4102 9577**  
60 Main avenue  
Enfield EN1 1DH



Изтеглете новия брой  
на вестник БГ БЕН онлайн!

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

# BG ZAKUSKA

Любими български закуски  
и баници

Боза, айран и много други

Работим и по заявка  
на клиента

10 Forest Road E17 6JJ tel. 020 850 908 57

7 Wordsworth Parade N8 0SJ tel. 020 888 134 90

166 The Grove E15 1NS tel. 074 46 054 880

177 Tooting High Str. SW17 0SZ tel. 020 876 757 60

46 Longbridge Road IG11 8RT tel. 078 86 185 106



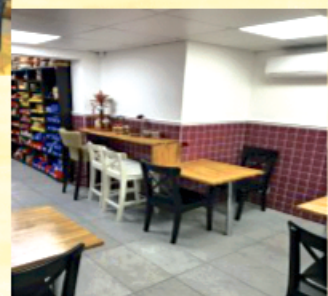
Приемаме поръчки за вити баници, погачи и питки

## 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)





# Третият братовчед на Меси

Димитър Стоилов е роден в Пловдив. Работил е като журналист в различни печатни издания и в две от най-големите издателства в България - „Хр. Г. Данов“ и „Хермес“. От 2011 година живее и твори в Белгия.

Член е на Съюза на българските писатели, Съюза на българските журналисти и на Българския П.Е.Н. ЦЕНТЪР.

Има издадени редица книги, сред които „Разписание за изпуснати влакове“, „Версия за изневяра“, „Взмутително чаровни, хищно хубави“, „Мъж, вкусен на опитване“, „Дългият бегач на любовни разстояния“, „Невинни жени в Брюксел“, „Деца на Дон Кихот /Белгийски и други разкази/“.

Негови разкази, преведени на немски език, са отличени в международните конкурси на немското издателство



„Literaturpodium“ и са включени в сборници. Има също превеждани творби на английски, френски и персийски.

## От Димитър Стоилов

Когато му бяха забранили вече да играе, футболна топка се бе вмъкнала в сърцето му и тупаше синхронно всяка неделна сутрин с другата от училищния двор, до която не можеше да достигне. Ритал беше футбол повече от четиридесет години. Не беше дори трети братовчед на Меси по отношение на техниката. Разполагаше с много въздух за тичане - преди и след мача задължително правеше по десет обиколки около училището. Притежаваше и упорството да бъде неизменно груб. Ако трябва да се родее с някого, по би му подходило да бъде братовчед на Висент Питър Джоунс. Вини! Така и му подвикваха на терена. Вини! Не беше съставил като него свой наръчник на младия грубиянин, за да дава ценни съвети на подрастващите, „секираджий“. Не бе получил и неговите дванадесет червени картона, но разполагаше с арсенал неоспорвани постижения, които се разказваха като легенди в махалата. То не беше много за хвалене, че почти всеки мач го разтърваха от сбиване, че беше чупил крак, че беше нанасял запомнящи се синини по физиономии и че беше избил по няколко зъба на най-добрите си приятели. Не беше лош човек, дори бе повече от милостлив и чувствителен, отколкото трябва, но на терена за миг се преобразяваше и някакъв дявол щедро разполагаше и с тялото му, и с жестовите му, и с репликите му, и с последствията.

Най-кошмарното се случи, когато Франция стана световен шампион. От близо година заедно с тях в училищния двор играеше едно френско момче. Бяха консервативни и трудно допускаха външни хора, но момчето нямаше как да не го приемат, тъй като си беше герой, и то не защото се беше оженил за българка.

Такива грешки правят и други хора от други страни, когато ги хване същата неделя. Три месеца преди младите да чуят за себе си музиката на Феликс Менделсон, бъдещият съпруг съвсем неслучайно присъства на стадиона „Парк де Пренс“ в Париж. Играе се мач, който няма да бъде забравен нито от българите, нито от французите. Секунди преди финалната свирка на рефера, Костадинов прави магията Господ да изглежда българин. Огромният стадион е трагично смълчан. Само един французин подскоча с плакат и го пъхна пред телевизионните камери. От едрите като капки кръв букви може да се разчете: „Обичам те, Галя! Обичам България!“.

Как не са го пребили неговите сънародници, направо си е загадка. Оцелял е някак си, та след три месеца, без да е обинтован и посинен, пристига в България с неистовото желание да слуша Менделсон. Та когато Франция стана световен шампион, защото момчето освен Галя и България, обичаше и родината си, бе донесло две каси „Каменица“, каса кока-кола и две бутилки финландска водка със сини букви на стъклото. Всички в училищния двор го прегръщаха и му честитяха титлата с добро предчувствие за финала на предстоящата игра. Предчувствията са несигурна работа. Особено добрите. Не бе минал и половин час от футболната битка, когато за една висока топка Вини се извиси над французина и главите им дръннаха, все едно че са се ударили една в друга двете бутилки финландска водка. Световният шампион се строполи на земята, хвана се за главата, а шепите му почнаха да се пълнят с кръв. Грубиянинът му беше спукал веждата. Веднага го откара до дежурната хирургия, за да му избродират набързо десетина шева. Мачът приключи по-рано, отколкото обикновено. Вини се признаваше за

по-виновен и от Бостънския удушвач, но чувствата му не бяха в състояние да променят нищо. Някои пиша по половин бира от уважение към французите, но почти с отвращение, както се казваше в един виц. До финландската водка със син надпис на стъклото никой не успя да докара. Беше си направо тъжна история...

Вини ни най-малко се хвалеше с тези си подвизи, а още по-малко желаше да ги сътворява. Те си идваха от само себе си, върхлитаха като черни гарвани, ръфаха приятелите му по терена и му изписваха мрачна слава в махленските легенди.

Сина си не успя да направи нито грубиян, нито елегантен играч. Не се интересуваше от футбол. Дошло беше време за захласване по Майкъл Джордън, Чалз Баркли, Скоти Пипън, Хорас Грант, Карл Малолун и забивките на баскетболния кош. Въздишаше често и мълчаливо си страдаше и че няма футболно продължение.

Болката му стана още по-мъчителна, когато докторите му забраниха да рита, защото ставите му съвсем отишли на кино. В неделя, когато топката почваше да тупа в училищния двор, бургия се забучваше в сърцето. Самото сърце подскочаше с топката, но какво от това - болеше. Опиташе се по същото време да ходи на плувен басейн. Не че не обичаше да плува. Сините плочки в залата и студената вода, която загребваше с шепи, успокояваха. Успокояваха, но по плувните коридори нямаше с кого да се сблъска, нямаше кого да ритне или да го изгледа строго, да му изръмжи или просто да го напсува. Друго беше. Съвсем друго...

Искрено се зарадва, когато от Брюксел дойде вестта, че му се е родил внук. Не беше маниак да придири детето да бъде непременно момче или момиче. Не беше маниак, но на душата му стана благо, благо точно от тази новина. Криеше плаха надежда, по-

плаха и от гладно врабче, която не смееше да изрече дори на глас. Щом синът му не е пожелал, защо пък неговият син да не поиска... На няколко пъти се запътваше, аха да го сподели с жената, но навреме се озапитваше. Щеше да каже сигурно, че съвсем е изглюпал. Преди време, след като е играл мач в неделя, се завръщаше вкъщи смирен и хрисим. Овчица. Нищо не можеше да го ядоса. Дори и жена му. Затова и тя тогава подбираше да му пробута нещо, с което по някакъв начин през седмицата не би се съгласил. Тогава. Когато риташе в неделя...

Детето не носеше неговото име, дори и първата му буква не бе запазена, но прие да помага при отглеждането. На познатите извинително обясняваше, че бабите са се провалили на кастинга и той от немай-къде трябвало да се съгласи. Не беше цялата истина. Това, че бабите се бъркаха там, където не им е работа, бъркаха. Че бяха прогонени като нежелано зло - бяха. Вини действително бе поканен като спасителен вариант в Брюксел, но освен че се отдалечаваше от неделната топка в училищния двор, той си въобразяваше, че е одарен със специална мисия. Решил беше от малкия да направи, ако не Меси, то поне негов трети братовчед. Можеше да има футболно продължение, макар през едно поколение...

Не донесе топки от България. Бързо успя да събере внушителна колекция в Брюксел - три бели топчета за пинг-понг и топки: три жълти за тенис, пет гумени с различна големина, цвят и шарки, хандбална, волейболна и най-накрая - футболна. Откри ги на символична цена от поредния брокант в съседна улица, където хората прочистваха безгрижно къщите си и се сбогуваха усмихнато с миналото. Де да можеше да се раздели така хуманно и той със своето!

Най-лесни бяха заниманията с белите топчета. Търкаляха ги по пода, за да се чукат едно в друго като великденски яйца, а малкият се заливаше от смях при всеки удар. Така беше и при топките за тенис, но гумените, вместо да ги рита, както показваше дядото, бъдещият трети братовчед на Меси ги хващаше с двете ръце и ги пренасяше в другия край на хола. След много упражнения пренасянето бе заменено с хвърляне и хващане на топката, което си беше истински напредък.

Само с ритането нищо не се получаваше. Колкото пъти и да поставяше топка пред краката на малкия, толкова той се навеждаше, хващаше я с ръка и я запращаше в някой ъгъл

на стаята. Специалната мисия на Вини се сгромолясваше пред очите му. От мечтите оставаха само руини като след бомбардировка над Дрезден.

Не искаше детето да рита топката, и това беше. Колкото по съвместителство да го боляха и душата, и сърцето, защото му липсваше усмивка за разделяне с миналото, редно беше да пренасочи усилията в други игри и забавления. Оказа се, че малкият, макар и да не носи нито една буква от неговото име, харесваше да пътешества също като него. Започна се едно непрекъснато качване по трамваи, рейсове и влакчета на метрото. Откриха очарователни паркове. Неизменно красотата им се измерваше с големината на детския кът с игралните конструкции, пясъка за пълнене на кофички и обширните поляни за тичане. И от цветенцата се определяше по зелените пространства, защото момчето не само им се радваше, но и не пропускаше да откъсне някое и друго за подарък на мама.

В един от парковете, там, където се намира павилионът на Луи XV, се срещна с французина, който искаше да черпи за спечеленото световно първенство по футбол. Жена му започнала работа в Комисията, та вместо в Париж, се озовали в Брюксел. Белегът му от десетте шева на веждата, макар и поизбелял, си личеше. Не му се сърдеше и дори му се зарадва, че може да си припомни как е играл футбол в България. Беше със сина си на около три-четири години, почти връстник на внука, който упорито и настървено риташе коженото кълбо по поляната. Направо му завидя как преследваше топката. Значи, франсето може, а неговият човек не може. Как му е тогава, че е разбил веждата на бащата! Тази мисъл веднага я изтри, защото беше повече от глупава и неуместна. Какво бе виновно детенцето, че настървено рита топката! Уговори се, че могат да се чуят и малките да си поиграят заедно на воля в някой парк.

Не се обади. Гризеше го за вист, колкото и да съзнаваше, че е противно чувство. Беше си направо болест и докато се чудеше как да се излекува, надеждата му наново живна.

Майката на момчето беше балтийка, в което нямаше нищо лошо, тъй като вече хора от единия край на света се женят за такива от другия край. Тук поне връзката си беше изцяло европейска. При балтийците, ако все още някой не е разбрал, има три основни кита, които ги поддържат. Първият носи „топлите чувства“ към Русия. Вторият се е фокусирал върху родовата

им принадлежност, а третият осъществява пиарски задължения, тъй като и най-малкото им постижение трябва да се знае от целия свят. Вини беше привикнал майката да мъкне малкия на балтийски прояви от всякакъв характер. То не бяха концерти, танци, пантомими, комици, куклен театър, цирк... Дори един логопед беше дошъл балтиец, най-добрият в света, разбира се, за да проверява как децата произнасят всички звуци.

Когато майката извести, че ще води детето на тренировки по футбол, Вини прие новината със смесени чувства. От една страна, се беше убедил, че третият братовчед на Меси го гони пълна апатия към великия футбол. От друга, щеше му се от все сърце да се случи чудо. Загатна деликатно пред майката за своите съмнения, но тя нервно и забързано започна да му разяснява, че треньорът, който е балтиец, разбира се, идвал от школата на Барселона. Не можело по никакъв начин да се съмняват в неговата квалификация и качества му.

- Е, щом е от школата на Барселона - прекрасно! - примиренчески смотелеви Вини и душата му се напъха в хралупа на катерица, за да чака трепетно чудото, когато двамата ще се приберат от първата тренировка.

След два часа се завърнаха. Майката нищо не каза, а почна да размества съдове в кухненския бокс. Чоглаво му стана и веднага си припомни песента: „Под Босфора шум се дига, лъскал саби...“ Асоциацията му беше от типа „да се смее ли, да плаче ли“. Малкият си тананикаше съвсем друга мелодия и слобяваше от легло някаква крепост на пода. Опитът от семейния живот го бе научил, че в сходни ситуации най-добре е да си мълчи. Лошото бе, че не можеше. Попита плахо и учтиво:

- Кога ще е следващата тренировка?

- Няма да има следваща тренировка! - бе краткият отговор.

- Как така няма да има? - повиши тон, без да го желае. - Как така?

- Така! Просто така! Треньорът не го одобри.

Опита се да успокои майката, че щом този треньор не го е одобрил, друг ще се намери. Може и да е българин, защото и българите имат добри треньори освен балтийците. Не смееше да каже истината, че те, балтийците, нямат нито футбол, нито треньори и как един журналист след гола на Костадинов на „Парк де Пренс“ в Париж бе казал, че Господ е българин.

Продължава на стр. 22



# На Възнесение Господне празнуваме спасението си

**Поради това наричаме още празника и Спасовден**

На 13 юни тази година българските православни християни ще отбележат Петдесетница, или Спасовден. Този празник е изключително таен от българите, независимо къде се намират те.

Затова в съвместната рубрика на БГ БЕН и Българска православна църква „Св. Йоан Рилски“ в Лондон ще Ви запознаем подробно с него. Защото всъщност Спасовден е път към спасението, път към вратата.

Четиридесет дни след Своето Възкресение Христос се възнесъл на небесата, където бил и преди това, като изпълнил обещанието, дадено на учениците малко преди страданията и разпъването си на кръста:

„Ами ако видите Сина Човечески да възлиза там, дето е бил по-преди?“ (Йоан 6: 62)

Иисус, като Бог, нито за миг не напускал Отца, но сега се възнася на небесата със Своята човешка плът, взета от утробата на Богородица. В това действие на възнасянето на Христос с тяло ние празнуваме прославянето на човешката природа, която Христос взе заради нас, т.е. стана човек.

С Възкресението и Възнесението на човешката природа ние едновременно

празнуваме и началото на всеобщото възкресение на всеки един от нас, и началото на възнесението на всеки вярващ.

Празнуваме спасението си, поради това наричаме още празника и Спасовден. Този празник винаги се пада в четвъртък.

**Празникът  
Петдесетница -  
рожденият ден на  
Църквата**

След Възкресението Си, преди да се възнесе на небесата, Христос заповядал на учениците Си да се върнат в града, „докато не се облекат със сила от горе“. Така Иисус им дал обещание, че когато Той отиде при Отца си, те ще приемат Светия Дух, за Който им говорил през целия Си живот. Това обещание се изпълнило над учениците в петдесетия ден след Пасха, т. е. на десетия ден след Възнесението на Христос. Във връзка с това събитие на деня Петдесетница Църквата празнува и почита Светата Троица, а на следващия ден (понеделник) възпява и славослови Светия Дух. Така Петдесетница е празник на Светата Троица, тъй като със слизането на Светия Дух ни се откри истината, че Бог е троичен, т.е. това не



Снимката е предоставена от Българска православна църква „Св. Йоан Рилски“, Лондон

са трима богове, а един Бог в три лица, три божествени личности - Отец, Син и Свети Дух, в една същност.

**Петдесетница е  
заключителният  
празник на  
изкуплението и  
спасението**

Петдесетница е заключителен празник на изкуплението и спасението от смъртта. Целта на Христовото възплъщение е победата над смъртта и идването на Светия Дух в сърцата на хората. Задачата на църковния и духовния живот е хората да станат членове на Църквата, която е разкрита като Негово Тяло, и да приемат благодатта на Пресветия

Дух. Тези две неща са неразривно свързани помежду си. Светият Дух е наречен от Христос „Утешител“. Той непрекъснато действа както в живота на Църквата, така и в живота на хората.

„Аз ще помоля Отца, и ще ви даде друг Утешител, за да пребъдва с вас векове, Духът на истината.“ (Йоан 14: 16-17)

Бидейки уверени в тези думи на Христос, ние до днес призоваваме Светия Дух с думите: „Царю Небесни, Утешителю, Душе на истината“. Светият Дух утешава човека, който се бори с греха и който се старае да спазва Христовите заповеди. Тази борба е жестока, защото се води с лукавите духове (падналите ангели,

наречени демони).

Слизането на Светия Дух над учениците във вид на огнени езици станало в неделен ден (т.е. в деня на Възкресението), като това събитие било съпроводено с чудеса като разпространяването на словото за Христос на различни езици, на които апостолите преди не говорили. Денят на Петдесетница е денят на основаването на Църквата, от гледна точка на това, че в този ден апостолите, които

преди това имали просто общение с Христос, а сега, със силата и действието на Светия Дух, те стават членове на неговото Тяло. Както ни учи и свети апостол Павел: „вие сте Тяло Христово, а поотделно - членове“. (1Кор. 12: 27)

Символично заради тези пламъци слезли над апостолите и техните ученици, в храма днес свещеникът разпръсква орехови листа (шума), които имат вид на пламъци.



Снимката е предоставена от Българска православна църква „Св. Йоан Рилски“, Лондон



Снимката е предоставена от Българска православна църква „Св. Йоан Рилски“, Лондон

THE BULGARIAN ORTHODOX COMMUNITY OF ST JOHN OF RILA IN LONDON (only capital letters)  
Lloyds Bank  
Sort Code 30-96-26  
Account Number 80397868  
IBAN: GB27LOYD30962680397868  
BIC: LOYDGB21446



## УМЕСТНА УПОТРЕБА НА ДУМИТЕ

# Твоят роднина е голям хаймана, а пък тяхната роднина - страшна хайта

От **Ванина Сумрова**,  
главен асистент в  
Института за български  
език

Със съществителни като роднина, хаймана и хайта назоваваме лица и от двата пола. В езика ни те са малка група, включваща имена като балама, маскара, мижитурка, пияница и др.

Характерен за тях е завършекът -а или -я, както и стилистичната им маркираност - обикновено те са разговорни (панта „безделник, лентяй“), простонародни (пинтия „скъперник“) или остарели (нехранимайка „нехранимайко, безделник, лентяй“). Обединява ги и фактът, че повечето изразяват неодобрителност или

пренебрежителност.

Друга особеност на тези съществителни имена е, че определението към тях (прилагателно, местоимение, числително) може да бъде и в мъжки, и в женски род: страшен хаймана и страшна хаймана, този мижитурка и тази мижитурка, един будала и една будала. При такива съществи-

телни може да се срещне съгласуване в женски род, въпреки че се назовава лице от мъжки пол, защото окончанието -а или -я най-често е признак за женски род. Откриват се примери от художествени произведения: С мене беше и едно момче, наша роднина, завеждах го да го оставя във Врачеш при вуйча му на хана. Т. Влайков;

Тоя симидчия („човек, който прави и продава симиди, вид питки“) беше голяма пияница. К. Гълъбов; както и от интернет: винаги ме е било страх, че ще се превърна в някакъв чичка - в някаква такава мижитурка; баща му беше някаква пиянка. Книжовната норма обаче определя съгласуването да

бъде в зависимост от пола на назованото лице - да се използва съгласуване в мъжки род: наш роднина, такъв балама, този шушумига, ако става въпрос за мъж, и в женски род: наша роднина, такава балама, тази шушумига, когато се говори за жена.

Източник: gramoten.bg

**Продължение от стр. 20**

Нямаше смисъл, защото балтийците бяха докачливи, а тяхното беше все най-хубаво. Може да случи и на български треньор, повтаряше Вини, защото пък българите можеха да правят чудеса.

- Трябваше да започне с този треньор - продължаваше да настоява почти до плач жената, защото бил завършил школата в Барселона. Под езика му беше да каже, че в тази школа не са обучавали само един-единствен човек. Този път замълча като заловен руски шпионин на разпит. Ясно беше, че за треньорите нямаше да се разберат. Случилото се бе по-лошо, отколкото беше очаквал.

Малкият се включил с

ентузиазъм в тренировката. Тичал, клякал, подскачал, провирал се между колчета. Даже при търчането бил пръв на колоната. След това треньорът им раздал футболни топки и разделил хлапетата по двойки, за да си подават. Момчето срещу него ритало с крак, а нашият му връщал с ръка. Треньорът му направил забележка и тогава може би за първи път също чукал къблото с крак, а после още един път. След това му доскучало. На третия път просто оставил топката да профучи покрай него и отишъл в далечния край на игрището, където подавали челца кокетни бели парички. Третият братовчед на Меси клекнал до цветята и почнал да къса букет за

## Третият братовчед на Меси

майка си, докато треньорът го изгонил от терена.

Лоша беше работата. За български треньор на този етап и дума не можеше да става, то и без това треньорите не се изписват току-така по поръчка. Всеки ден почнаха да търсят телевизионни програми, които да излъчват футболни мачове. Междувременно поднови упражненията с топка и вече на три удара с крак чак при четвъртия удар изпълнение то бе с ръка. Явно, че привикваше момчето на футбола и затова в главата му се зароди пъклен план. Изискваше се силно изпълнение, а Вини въобще не бе грубиян в жи-

вота. Грубиянстваше само на терена, но сега се почувства, че наново се е завърнал там. Първо трябваше да се вживее в ролята на Филип Марлоу, докато проследи и научи къде живее балтийският треньор. Дневният му режим не беше труден за разгадаване. Причака го привечер, когато нямаше тренировка и се беше устремил към близкия магазин на „Дилез“.

- Научих много добри неща за вас - започна запознанството си с него Вини, тъй като знаеше, че освен артистите, и спортните хора не са безчувствени към ласкателства. Помоли само за петминутен разговор, като

се извини повече от три пъти за натрапничеството. Заведението, в което го покани, се наричаше „The Coach“. Не беше го търсил специално, но не беше далеко от дома му, а се оказа съвсем тематично подходящо. Почна да му говори за своята любов към футбола, за прекрасните си преживявания, дори и за французина му разказа. Поръча без колебание финландска водка, защото знаеше, че балтийците освен „Икея“ обичат и всичко друго скандинавско. На четвъртата водка човекът беше узрял и се съгласи да вземе малкия отново на тренировки. Наложил се да помага на треньора

за покупките в „Дилез“ и да го мъкне към дома, защото имаше известни смущения във вестибуларния апарат.

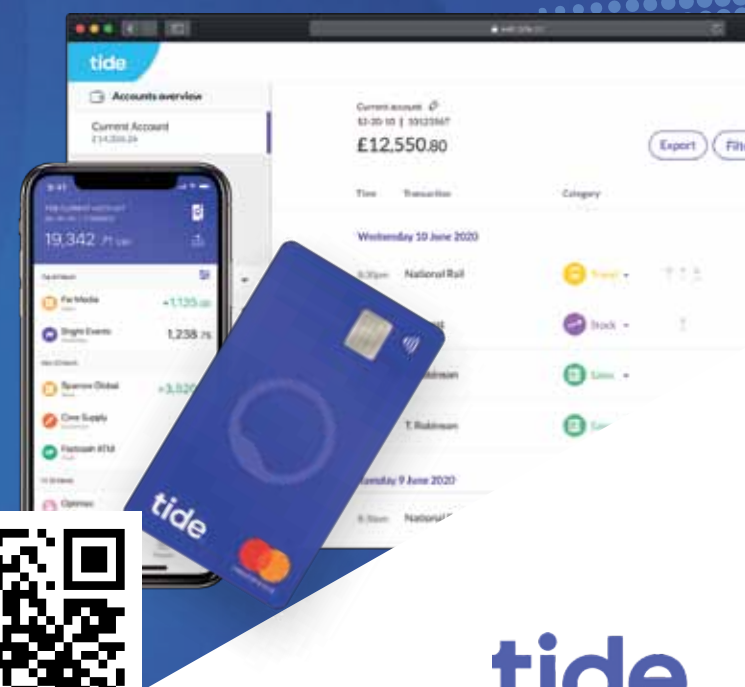
Сега на тренировките ходеше Вини. С очите си се увери, че малкият има много въздух за тичане като него. Обикновено пръв достигаше до топката, но когато наставаше калабалък от хора и почваха да се блъскат, предпочиташе мъдро да гледа отстране, като наблюдател от ООН в африканска държава. Явно грубиянщината му беше чужда. След четвъртата тренировка третият братовчед на Меси категорично отказа да ходи на игрището. Записаха го на карате и малкият много се зарадва, като се видя в бяло кимоно. Няма да е чудно, ако след време получи и черен колан.

# OPEN A BUSINESS ACCOUNT WITH TIDE

## Just use the code: **DONAS**

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

\*T&CS APPLY



tide

WWW.TIDE.CO





# Ефективни стратегии за премахване на стреса при родителите

Докторът по педагогическа и възрастна 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 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 „Взаимоотноше-



Снимка:  
Личен архив

нията във връзката „родител-дете и партньорски взаимоотношения“.

В „Училище по психология“ в този брой доктор Мирена Василева засяга важната тема за това как родителите могат да се справят със стреса.

## От д-р Мирена Василева

Да си ефективен родител, днес наистина е по-трудно. Има толкова много неща, които ни разсейват от грижите за децата ни - натоварването на работата, забързаният жизнен стил, конкуренцията за времето на децата ни (училище и домашни задачи, приятели, телевизия, социални и спортни дейности). И никак не е трудно човек да е напълно претрупан, обезсърчен и недоумяващ дали ще е в състояние да свърши всичко. Всъщност наистина не можем - поне не в ключовите периоди на детството и юношеството.

Родителите трябва да знаят, че не е задължително стресът, на който са подложени, да премине в изнемога, и че има начини за предотвратяването ѝ. Изнемогата не е принудителна, тя не е съдба. И все пак в контекста на родителските задължения тя е реалност, ако:

- вече нищо не ви носи радост;
- всички мисли и разговори се въртят около едно и също;
- чувствате се неразбрани и изоставени;
- очевидно вече нямате лични ресурси, за да се справите сами, значи ви е нужна професионална помощ.

Гореспоменатите симптоми най-често се проявяват по-късно, вероятно защото родителите отиват на лекар едва когато физическото изтощение пречи на справянето с ежедневието: настъпват умора, безсилие, раздрознителност и болки в тялото.

Започва се с лечение на симптомите, след което изследваме поводите и скритите причини, защото изцелението е възможно само ако

те се открият и осъзнаят.

Когато имаме проблем в общуването с юношата, тези нови промени в семейното общуване понякога водят до родителски стрес при единия от родителите, а от друга страна, това се отразява и на връзката му с детето, и на партньорските отношения. Добре е да се помисли и за брачни консултации. Важно за терапевтичния процес е партньорите да не се упрекват, защото това няма да им помогне. Тоест става дума за взаимно разбиране и за съвместното изграждане на алтернативни модели на поведение.

## В рамките на психотерапията родителите и юношата имат възможност да се преоткрият

От всичко казано дотук първата крачка при лечението на изнемогата е извеждане на родителя от ежедневието му. Той се дистанцира и разтоварва от всекидневните задължения в домакинството и други грижи за семейството. Лечението набляга в началото на физическото укрепване на пациента (физיותרapia) и на душевното разтоварване (психотерапия). Особено успешна е комбинацията от индивидуални и групови разговори, защото родителите така могат да обменят мисли, да дадат воля на чувствата си и да обсъдят необходимите промени в семейството. Като на първо място трябва да се възстанови нормалното общуване в семейството. Членовете на семейството се учат да говорят за своите желания, цели и разочарования и взаимно да се изслушват. С това открито общуване най-често се полага началото

на нова семейна констелация, при която всеки член от семейството се изслушва и уважава. Голяма роля играе възможността да се върнат към любимото си хоби и заниманията със спорт. Правилен избор правят родителите, които спортуват. Спортът премахва стреса, тъй като при стрес се повишава отделянето на хормони от надбъбречната жлеза, което може да доведе до трайни увреждания на здравето. Тъкмо тези хормони се освобождават при спортуване. Родителите в добра форма могат по-бързо да успокояват емоционално заредени ситуации.

Важно е пациентите да си поставят реалистични конкретни цели, които обещават успех в дългосрочен план. След тази стъпка много често наблюдаваме как децата и родителите видимо се разтоварват и възвръщат присъщата си жизненост.

Тъй като при синдрома на изнемогата значително страда връзката родител-юноша (родителят е свръхчувствителен, а юношата крещи и се държи много агресивно) - добре е да има общи терапевтични дейности за родителите и юношите. Чрез физиотерапията, лечебната педагогика и художественотворческите занимания те отново ще намерят път един към друг.

## Важни препоръки към родителите при натрупан стрес

Направете списък с темите, които са актуални за вас като родители, за да се освободите от чувството, че само вие преживявате стреса. Във втората колонка опишете моментното си състояние, в третата - желанието си, а в четвъртата -

границите на търпимостта. Когато и партньорът ви направи подобен списък, разменете ги и решете с коя от посочените и от двамата теми ще започнете разискването. Ако не сте съвсем уверени дали двамата ще съумеете да дебатирате насаме, помолете приятел/ка да влезе в ролята на арбитър. Зрели позиции и зряло поведение/отношение са най-добрият начин да се организира ролята на родителя, да се намали стресът и да не се стига до изнемога. Същевременно поведението на зрял човек е най-добрата основа за изграждане на чудесни взаимоотношения с децата в юношеска възраст. Те запазват своята индивидуалност.

Въпреки че двойките (твърде) често говорят за проблемите при възпитанието на децата и за ежедневиите грижи, тези разговори не помагат особено. Липсва дистанцията, защото двамата родители са твърде обвързани с проблема. По-полезни са разговорите със специалист, на когото могат да се доверят. Той би могъл да даде полезния „поглед отстрана“. При промяната на гледната точка спрямо проблема са възможни нови преценки и решения.

От съвсем друго естество са възможностите в груповата терапия. От една страна, е разтоварващо и освобождаващо да чуеш, че и другите родители описват същите проблеми и изпитват подобни чувства. Групата от родители в подобно положение освен това дава възможност да разберете как другите семейства противодействат на натоварването и се справят успешно (или са се справили) с изтощението. Много е полезно и общото усещане и разбиране.

Невинаги е възможно да получите помощ отвън. В такъв случай трябва да се справите сами. Важното е решението да може да се интегрира във вашето ежедневиe и да е постижимо. И преди всичко са нужни постоянство и повторяемост. Тогава един (ужасно стресиращ) многочасов маратон може да се замени от разговори всяка вечер - от 15-20 минути „дневна равностетка“.

## Разсъждения за двама или необходимостта от разговори

Тези разговори са необходими, ако си задавате следните въпроси:

- Как прекара деня?
- Какво хубаво ти се случи днес?
- Какво те затрудни днес?
- Какво ще правиш утре?
- С какво мога да ти помогна?
- За какво ти е нужна подкре-

пата ми?

- Как мога да направя деня ти по-хубав?

Въпросите трябва да са винаги едни и същи, за да създадете ритуал, който ви помага да се ориентирате. И още нещо. Особено важно е споделеното да не се обсъжда, а да се изслуша и приеме точно по начина, по който е било представено от партньора. Равностетката за деня приключва с малък ритуал (целувка, афоризъм или кратка история). Дори и в началото много въпроси и проблеми да остават открити, важно е да чуем и да „споделим“ мислите и възгледи на партньора.

След около месец ще сте в състояние да се уговорите за по-дълъг разговор - по време на разходка или на вечеря. Тогава предмет на този „месечен разговор“ трябва да бъде равностетката от последните 30 дни и впечатлението от нея и от партньора:

- През последните дни/седмичи ти постоянно говореше за... »
- «Проблемът... явно много те затруднява. »
- «Много се тревожиш, нямаше ли и добри страни?»
- «Ти си добър съпруг/а, ти си добър любовник, приятел и родител, но образът, който си изградил/а за мен, ми е съвсем чужд и не се чувствам добре... »
- «Ти си добър партньор, но ако аз те обидя или критикувам - няма да се чувстваш добре. »
- «Ти си добър човек и приятел, но в момента твоята постъпка/поведение ме наранява и прави тревожна. »
- «Ти си добър партньор, но аз не се чувствам добре, когато ме обиждаш/гневиш, защото това не е приятно за мен/ не се чувствам добре/желан/себе си. Разбирам те, но всеки един от нас желае да бъде разбран и обичан. Но колко пъти сме се попитали: Как аз разбирам и обичам? Имам нужда от твоята подкрепа и разбиране и ръка за ръка да се справим, защото те обичам и ценя като човек, партньор, родител и най-добър приятел.»

Тази примерна формула за общуване е валидна във всички междупличностни взаимоотношения, включващи връзката родител-дете и партньорски взаимоотношения. Нужно е трениране на това умение, за да се придобие опит, защото не може да се набури. Има още много други подходи, но е добре да са съобразени с ресурса на детето и родителя и партньора. Подходът, който ви допада - той е правилен.

Целта на занятието е изграждането на нова култура на разговор

между партньорите и подобряването на взаимната емпатия (съпричастност). Защото само ако успеем отново открито и без предразсъдъци да възприемаме партньора, ще може да се промени нещо.

Всекидневно наблюдавам в семейните консултации, че днес жените и мъжете в еднаква степен предпочитат да се отдадат на професията, отколкото да се грижат за отглеждането и възпитанието на деца. По този начин родителите да не се самозалъгват при създаването на семейство, а да си дават сметка за нуждата на децата от тях. Следващата стъпка е разпределението на задачите помежду им, защото, когато детето вече е факт, никой няма да има физическа и психическа енергия да понесе борбата за разпределение на отговорностите.

Можете да направите следното: Няма как всичко да се планира и фиксира. Но ако направите седмичен или дневен график, това ще ви помогне да разберете къде са капаните на времето и как се появява стресът в сблъсъка на различни чувства и интереси.

Дори и само този най-обикновен график показва кога могат да възникнат затруднения и е необходима подкрепа.

Подобен анализ на реалността дава възможност за две неща:

- от обективна гледна точка: разкриване на стресовите фактори,
- от субективна гледна точка: откриване на собствените „чувствителни места“ чрез самоанализ и самонаблюдение.

В новата за вас роля вие, естествено, сте повлияни както от собствените си преживявания в детството, така и от съвременните образци в непосредственото ви обкръжение или от рекламите. Ще е от полза да разберете това влияние.

Важно е обаче само едно: както и да си представяте вашата роля на майка или баща, Вие сте тези, които вземат решенията! Във ВАШАТА власт е дали да изберете тези, които водят до стрес и изнемога, или тези, които създават хармония в семейството и ви носят удовлетворения за един пълноценно изживян живот.

Няма трудни деца, има само деца, на които им е трудно. Кое-то още означава: стресът, който причиняват родителите на децата си, в действителност е израз на трудностите на родителите при изпълнението на тяхната роля. Тогава децата лесно се превръщат в проекция на родителското недоволство и много трудно могат да му се противопоставят, но въпреки това го правят.

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



# В Лондон отвори врати първата българска клиника за колон хидротерапия и детокс

БГ БЕН

Първата българска клиника за колон хидротерапия „UCleanse - Detox & Wellness“ отвори врати в Лондон. В нея се прилага нов, модерен, деликатен и неинвазивен метод за изчистване на дебелото черво, което е изключително важно за поддържането на оптимално здраве.

**Кои сме ние?** Основната концепция за създаването на център „UCleanse - Detox & Wellness“ е диагностика, профилактика и превенция на болести на храносмилателно-отделителната система, дебелото черво, лимфната система и черния дроб посредством най-модерната апаратура за колон хидротерапия - американската ОТВОРЕНА СИСТЕМА



LIVBE, и голям избор от други холистични методи и съоръжения, включващи биорезонанс СКАНИРАНЕ и предлагане на детоксикационни протоколи с използ-

ване на инфузии от кафе и билки. Предоставяме, обучаваме и ръководим администрирането на анти-ракови терапии по собствен метод, включващ също и

протоколите на Бъдуик и Герсон.

**Какво е хидроколон терапия?** Хидроколон терапията е един от най-ефективните методи за детайлно и качествено прочистване на цялото дебело черво, ефективно премахващ натрупването на екскременти, токсини и гнилоsten материал от чревната лигавица. Задържането на отпадъчните продукти поради различни причини (запек, дивертикули, наднормено тегло) допринася за ферментация и гниене, в резултат на което се отделя голямо количество токсини. Този процес води до състояние на самоинтоксикация, т.е. самоотравяне. Последствията от всичко изброено са загуба на енергия, умора, депресия, липса на концентрация, стресови

ХОЛИСТИЧЕН ЦЕНТЪР  
UCleanse

КОЛОН ХИДРОТЕРАПИЯ - оптималното детокс изчистване

НАЙ-НОВАТА, МОДЕРНА, УНИКАЛНА ТЕХНОЛОГИЯ В ПЪЛНО УВЕДЕНИЕ

ДИСКРЕТНА, КОМФОРТНА, ИНОВАТИВНА "ОТВОРЕНА СИСТЕМА"

YES!

СТРАДАТЕ ОТ:

- Хроничен запек, подуване на корема, синдром на раздразнени черва
- Умора, стрес, мигрена
- Онкологични заболявания
- Болки в ставите, гърба, артрит, ревматизъм
- Кожни проблеми, псориазис, акне
- Паразити, гъбички

ПРЕДЛАГАМЕ ВИ:

- ✓ Колон хидротерапия
- ✓ Тест за непоносимост към храни
- ✓ Анти-ракови протоколи и превенции
- ✓ Биорезонансна диагностика на цялото тяло
- ✓ IV Вливане на витамини
- ✓ LED Светлинна терапия
- ✓ Всички лабораторни тестове

07832 620611  
01707 707 475  
WWW.UCLEANSE.CO.UK

състояния, главоболие, често боледуване, агресивно поведение и напрегнатост, инфекции, ревматизъм, полиартрит, хипертония, проблеми с кожата, мигрена, алергии и други. За да се предотвратят тези състояния, са необходими за начало 6 процедури.

Клиентите на център „UCleanse - Detox & Wellness“ ще бъдат посрещ-

нати от Гертана Иванова - сертифициран колонохидротерапевт, холистичен практик, Nutritional Therapist/ Naturopath rCNM, която има петнайсетгодишен опит. Очакваме ви!

Можете да си запишете час на телефон 078 3262 0611 и на 01707 707 475.

Повече информация ще получите на сайта на клиниката: [www.ucleanse.co.uk](http://www.ucleanse.co.uk)

## Житейските уроци, на които ни учи спортът

Спортуването е изключително важно за развитието на личността още от ранна детска възраст. Който познава физическите тренировки, е усещал щастието след умората, невъзможно да се сравни с нищо друго, гордостта от победата, отворените очи и забързаната мисъл на освежения от кръвообращението човешки ум.

Има житейски уроци, на които може да ни научи само спортът, припомнят авторите на американския блог А+. Затова не трябва да забравяме стойността на физическите тренировки. Често при спортуването е най-трудно първоначалното решение - да станеш от дивана, да не се прибереш у дома след работа, а да отидеш в спортната зала, да отхвърлиш компютъра през уикенда. Някои казват: Много съм уморен, крайно съм изтощен в края на работния ден... ще отида да поспурувам! Защото спортът зарежда с енергия и прави съня по-дълбок.

**Ползите са много, важно е да се убедим в тях**



Снимка: bigstockphoto.com

На какво обаче ни учи спортът? Той ни учи:

Да не се отказваме. Да бъдем упорити. На постоянство в характера, заради което впоследствие другите ще ни имат доверие.

На трансформация чрез гледната точка. Да превър-

щаме провалите в почва за успехи, печалби и спечелени битки.

На усъвършенстване. Учим се да подобряваме уменията, които вече имаме. Разбираме, че да можеш нещо, не дава щастие. Удоволствието идва от това да го можеш все по-добре.

На укротяване на егото. На работа в екип. Да можем да помолим за помощ.

Да разбираме, че човек е такъв, с каквито хора се обгради.

На поемане на лична отговорност.

На увереност да се търси отговорност от другите.

На способност за изграждане на самооценка и умение да разпознаваме собствената си роля в ситуацията.

Да възприемаме инструкции.

Да имаме доверие на другите.

Да вярваме в собствените си сили.

Да изпитваме лимита на тялото си.

Да даваме втори шанс.

Винаги да имаме мотивация да постигаме цели.

Да знаем, че невинаги ще печелим, и да го приемаме.

Да знаем, че невинаги ще губим, и да го приемаме.

Да сме наясно, че няма усилен труд без резултати.

Успехът е много по-голям, ако имаме зад гърба си група от близки хора, които много се радват за него.

Да знаем, че е важно много повече в живота от просто една игра.

Източник: Мениджър Нюз



# Вечните български поговорки, които не се забравят

Дни след най-светлия български празник - 24 май, ще ви представим няколко български поговорки, които са запазили много мъдрост. Съхранени са във времето и могат да ни помогнат и днес, когато сме в трудни ситуации или на кръстопът. Затова сме подбрали десет най-важни от тях.

\*\*\*

До 25 години човек се жени сам, до 30 години го женят роднините му, а от 30 нагоре го жени цялото село.

\*\*\*

Докато ти завиждат, радвай се, започнат ли да те съжаляват - тежко ти.

\*\*\*

Когато нещо много го хвалят, не бързай да се радваш отрано. Когато нещо много го чернят - не бързай да го отричаш предварително.

\*\*\*

Желязото сече и дърво и камък, ама и него ръждата го яде.

\*\*\*

Скарали се врабчетата за чуждото просо.

\*\*\*

Законът е врата през полето: будалите минават през вратата, тарикатите цепят през полето.



Снимка: БГ БЕН

\*\*\*

Лисицата и калугерка да стане, между кокошките не

я пущай.

\*\*\*

Умният и насън си изкар-

ва хляба.

\*\*\*

Ако си богат, всякому си

свят.

\*\*\*

Езикът кости няма, ама

кости троши.

Източник: [edna.bg](http://edna.bg)

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



 07841029577  
60 Main Avenue, Enfield EN1 1DH  
[www.bakerynaslada.co.uk](http://www.bakerynaslada.co.uk)



[www.radiobg.co.uk](http://www.radiobg.co.uk)  
**RADIO BG - LONDON**  
Радиото на българите в UK

**24 часа:**  
✓ Най-добрата българска и световна музика  
✓ Предстоящи събития във Великобритания  
✓ Предавания за българите в Лондон  
✓ Ежедневен вечерен обзор

**В интернет на адрес:**  
[www.radiobg.co.uk](http://www.radiobg.co.uk)



За реклама тел: 020 358 228 40; [info@radiobg.co.uk](mailto:info@radiobg.co.uk)  
Слушайте ни на:      

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

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

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

Удобна локация в района на Stratford E15  
Достъпни цени

Понеделник до Петък от 07.00 до 18.00 часа





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

- 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

**Търси автомеханици с опит**  
**Утвърдена от дълги години компания в Източен Лондон предлага работа за автомеханици с опит.**  
**За контакти: 07714302315**

**Работа в Нидерландия: търсят се verzorgenden IG (практични медицински сестри) за InBeweging, Transmitt, Zorgpension, De Zorggroep & Zorglandgoed Bloemfontein.** Необходима е диплома за медицинска сестра и познание на холандски език. Безплатно обучение на холандски. €2324 - €3417 бруто на месец. [www.avanttalentgroup.com](http://www.avanttalentgroup.com)

**Място за вашите обяви** **БГ БЕН**  
[obiavi@bgben.co.uk](mailto:obiavi@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 обадете на телефон 07540618029 Мина.

## Квартири (търся, предлагам)

**Продава се разработен, оборотен български магазин на Woodgreen, цена £150K + Стока около 50K, моля да звънят само сериозни купувачи. 07733328613**

### КВАРТИРИ

- Давам под наем голяма двойна стая (15m2) под наем в Източен Лондон - Barking IG 11. Цена £170/week с включени сметки. За контакт 07404 26 38 40.

- Давам под наем голяма

ма 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, наблизо 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

- Отдавам под наем две двойни стаи в района на Walthamstow. Телефон за връзка: 07743929144 (на английски).

**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](mailto:info@bgcatalog.co.uk), или публикувайте директно своята обява на [www.bgcatalog.co.uk](http://www.bgcatalog.co.uk)

### ДРУГИ УСЛУГИ

- Гледайте безплатно над 90 български ТВ канала, без месечни такси и договори, за повече

информация: тел. 07756256431  
- Ремонт на бензинови машини - косачки, резачки, мотофрезни, генератори и други, тел.

**WWW.TOPSAHELLITE.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@topsahellite.co.uk](mailto:info@topsahellite.co.uk) 07899 917 634  
[www.topsahellite.co.uk](http://www.topsahellite.co.uk) 07429 043 587

07440477886  
- Безопасно и гарантирано унищожаване на дървеници и други вредители, тел. 07769218796

**NO WIN NO FEE** **Osbornes Law<sup>o</sup>**

**Обадете ни се за безплатен правен съвет!**

Снежина Янкова  
**07516 441 448**  
**020 7681 9013**  
[www.osborneslaw.com](http://www.osborneslaw.com)

♦ Изкачете уеб сайта си на 1-ва страница в GOOGLE ♦ Уеб Дизайн ♦ Лого Дизайн ♦ GOOGLE Оптимизация  
♦ Изграждане на Онлайн Магазини ♦ Мобилни Приложения ♦ Графичен & Дигитален Дизайн ♦ Реклама  
[www.twenty-o-two.co.uk](http://www.twenty-o-two.co.uk); 077 33 430 400; [mihail@twenty-o-two.co.uk](mailto:mihail@twenty-o-two.co.uk)



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

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

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

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

**Тел. 07594986328**

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

**Шивашки услуги**

**в Лондон - Нели**

**Качество и достъпни цени!**  
**Договаряне на удобно за вас време**

**Тел. 07464601852**  
**nelinka1968@abv.bg**

## ФРИЗЬОРСКИ И КОЗМЕТИЧНИ УСЛУГИ

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

**„Лорет“**  
**фризьорски салон**

**Българикият салон в Лондон!**

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

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

Тел. 07803823393  
Facebook Email: lora0205@abv.bg

Работно време:  
вторник - неделя

**БГ БЕН**

**Рекламата - най-добрата инвестиция!**

# 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

- 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 мебели с микробус, извършване на услуги в Лондон и околността, тел. 07852661908

- Трансфери до летища, 7/5 - местни автомобили, 24/7, на изненадващо ниски цени.

Вътрешни курсове в Лондон и извън Лондон, в удобно за вас време, трансфери до ферми, малки премествания, тел./viber 07907940621

- Всекидневен превоз от и до летища, училища и университети, отивания до

центъра и във всяка посока. Поръчайте своето такси на тел. 07904649039

- Денонощни таксиметрови услуги до всички летища, тел. 07584424432

- Предлагам транспортни услуги с бус до всяка точка на Англия, тел. 07599829383

## АВТОУСЛУГИ

- Водородни системи за икономия на гориво до 40%. Повече мощност и динамика на мотора. Над 80% по-малко CO<sup>2</sup> емисии. За всички двигатели с вътрешно горене. Тел.: 07866940426

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

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

Доставка на всякакъв вид пратки до/от България

Офиси в UK:  
Barking, Tottenham, Ealing, Walthamstow, Sutton, Stratford, Deeside, Harlow, Wisbech, Ipswich, Preston, Wolverhampton, Yeovil

**UK Собствен транспорт BG**

**Специални цени за големи количества.**  
**За справки: 07810460552**

**Доставка до офис или адрес**

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

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

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

**Място за**  
**вашите**  
**обяви**

[obiavi@bgben.co.uk](mailto:obiavi@bgben.co.uk)

- Отговорността за точността на информацията и съдържанието в рекламните карета 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 обаждания, 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. По-вишават 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**

3 май, брой 5 (502) от 2024 г., година XXI

www.bgben.co.uk

БГ БЕН

БЕЗПЛАТНО ИЗДАНИЕ

Българите в Лондон отбелязват 24 май с концерт на Райна Кабанбанска на стр. 6

Васил Василев - Зуека: 24 май ни дава повод да сме горди българи на стр. 8-9

131 избрани секции ще има в Обединеното кралство за изборите на 9 юни на стр. 13

**С Възкресение Христово започва поредица от светли български празници**

✓ Вие сами идате да ни докажете, че само със смелост и доброта можем да продължим пътя си напред  
✓ С надежда и българите в Лондон посрещат заедно празничните дни, независимо че все още българският храм се изгражда  
✓ Строителството на българска православна църква напредва и по Рождество Христово българите в английската столица ще празнуват в нея  
✓ Отец Добромир с празнично слово за Възкресение Христово

**ПОДКРЕПЕТЕ БГ БЕН - ЕДИНСТВЕНИЯ БЪЛГАРСКИ ВЕСТНИК НА ОСТРОВА!**

Искра помощ и знак на съпричастност или показвател на журналистически професионализъм? С подкрепата си вие ни помагате да изградим българския вестник на Острова!

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

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

**Счетоводство и Бизнес Консултации**

✓ Регистрация на Self-Employed & Ltd ✓ RTI  
✓ Accounts ✓ Payroll ✓ Tax Returns  
✓ VAT Returns ✓ VAT Refunds

020 8555 5143

**OCEANAIR**

020 8530 6825

Кофицирано от професионалисти

**Адвокатска кантора**

Обадете се и говорете на български със Снежина Янкова

07516 441 448 | 020 7681 9013

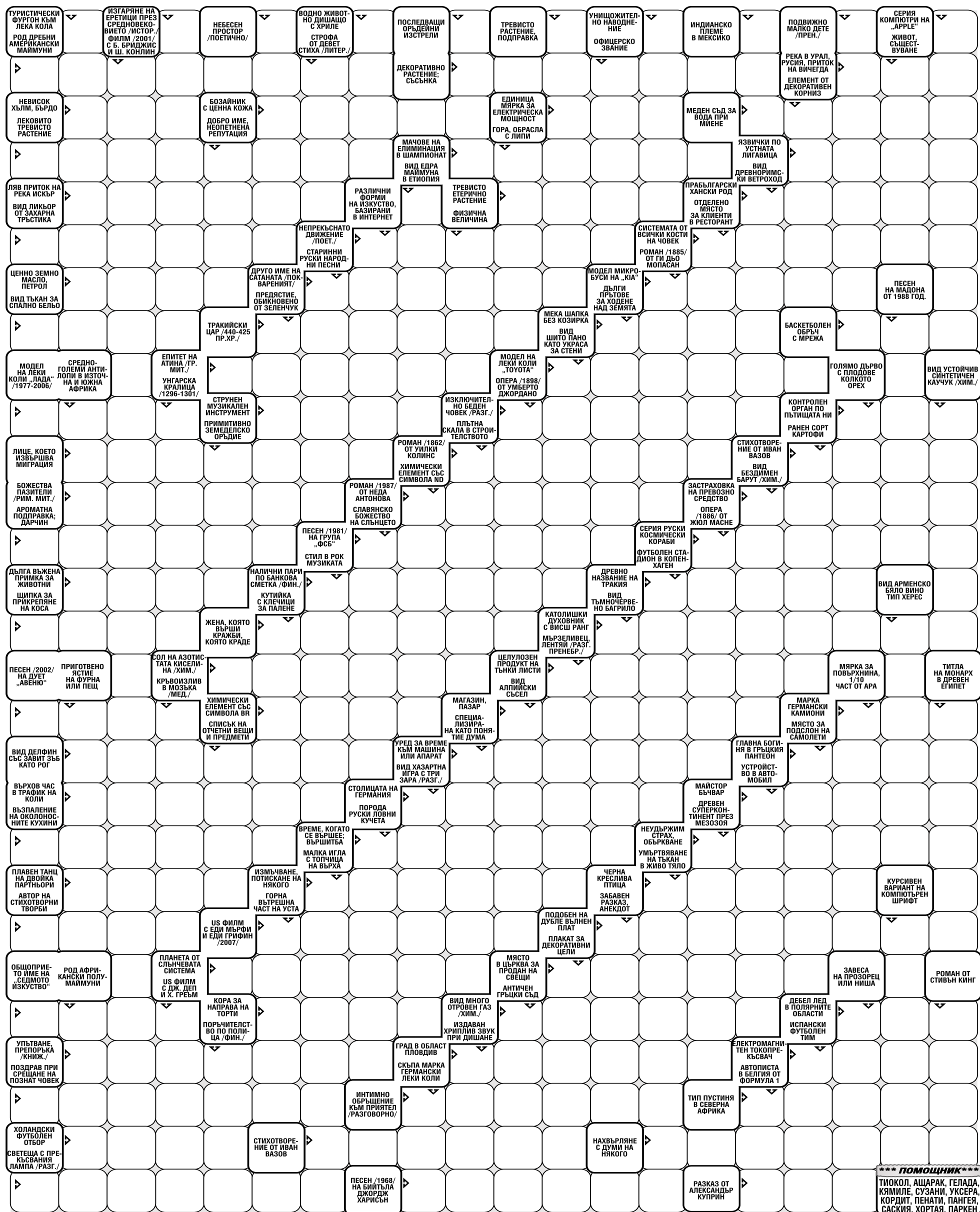
Osbornes Law





|                                                                                                |                                                             |                                                                                   |                                                                    |                                                               |                                                             |                                                                |                                                                    |                                                              |                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ВИД АПАРАТ ЗА ТЕЛЕГРАФИНИ СЪОБЩЕНИЯ<br>ПОРОДА МАЛКИ КУЧЕТА                                     | РИМСКО ИМЕ НА РЕКА ОСЪМ<br>РОМАН /2015/ ОТ МАРТИНА МАРИНОВА | ВАКСИНА ПРОТИВ ТУБЕРКУЛОЗА<br>ВИД МЕКИ ОБУВКИ ОТ КОЖА<br>ИМЕ НА 7 АНГЛИЙСКИ КРАЛЕ | ВИД АРТИЛЕРИЙСКИ СНАРЯД                                            | ГИГАНТСКО ВЕЧНОЗЕЛЕНО ДЪРВО<br>СТРОИТЕЛЕН МАТЕРИАЛ ОТ БАРОВИК | ТИТЛА В КОНКУРС ЗА КРАСОТА                                  | СМЪКВАНЕ НА ВЪТРЕШЕН ОРГАН /МЕД./                              | МАРКА КОЛИ НА „ДАЙМЛЕР КРАЙСЛЪР“<br>РУМЪНСКА МЯРКА ЗА ТЕЧНОСТИ     | СВЕТЛАТА ЧАСТ ОТ ДЕНОНОЩИЕТО                                 | СТАРА МАРКА ГЕРМАНСКИ ХЛАДИЛНИЦИ<br>СИНИЯ БОЯ ЗА ПЛАКИЕНЕ НА ДРЕХИ                                            |
| ШУМ ПРИ РЪМЕНЕ НА ДЪЖД<br>ИЗРОДЕНО СЪЩЕСТВО                                                    |                                                             |                                                                                   | РЕКА В ШВЕЙЦАРИЯ, ПРИТОК НА РЕЙН<br>ЛЯВ ПРИТОК НА ДУНАВ В СЛОВАКИЯ |                                                               | ТЪРГОВСКО ИЗДЕЛИЕ ЗА ПРОДАН<br>ПЕСЕН НА ГРУПА „ТОНИКА“      | МОДЕЛ НА ЛЕКИ КОЛИ „OLDSMOBILE“<br>ДЕН ОТ СЕДМИЦАТА            |                                                                    | ПЕСЕН НА РОК ГРУПА „МОНОЛИТ“<br>МЯСТО В ПРАВОСЛАВНА ЦЕРКВА   |                                                                                                               |
|                                                                                                | РОМАН /1891/ ОТ КАРЛ МАЙ<br>ЕЖЕГОДНИ US ФИЛМОВИ НАГРАДИ     |                                                                                   | ВПРЕГНАТИ ДВОЙКА ЖИВОТНИ<br>ДАТЕЛЕН ПАДЕЖ                          | РУСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР<br>МЕСТА С НАВЯТ СЪЯГ, ПРЕСПИ            |                                                             |                                                                | НЯКОГАШНА СЕДЯНКА /НАР./<br>ВИД КОПРИНЕН ПЛАТ                      |                                                              | ЮЖНО ДЕКОРАТИВНО РАСТЕНИЕ                                                                                     |
|                                                                                                |                                                             | БАЛНЕОЛЕЧЕБЕН КУРОРТ В ГЕРМАНИЯ<br>ВНОСКА, ПЛАЩАНА НА ПАПАТА ЗА САН               |                                                                    |                                                               | ВИД ИГРА НА КАРТИ<br>МЯРКА, МЕРИЛО                          |                                                                | ТИНЕСТА МАСА ПО РЕЧНО ДЪНО<br>US ФИЛМ С ЖАН РЕНО И Р. ДЕ НИРО      |                                                              |                                                                                                               |
| НАЧАЛО НА СПОРТНО СЪСТЕЗАНИЕ<br>ХИМИЧЕСКИ ЕЛЕМЕНТ СЪС СИМВОЛА SC                               |                                                             |                                                                                   | ПОЕМА ОТ ДЖОН КИЙТС<br>НАША ПОД ПЕВИЦА „НЕ СИ“                     | ОПЕРА ОТ АНТОНИН ДВОРЖАК<br>ВРАТА /СТАРИН./                   |                                                             | ПАЗАЧ, ОХРАНИТЕЛ<br>ГРАД В ИЗТОЧНА БЪЛГАРИЯ                    | ФРЕНСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР<br>БУРЕН С МНОГО ЕДРИ ЛИСТА                 |                                                              | НАЙ-РАННА ЕПОХА ОТ КАМЕННИЯ ВЕК                                                                               |
| ПОРОДА КЛИНОПАШАТИ ПАПАГАЛИ<br>ПОВЕСТ ОТ ВЕСЕЛИНА ГЕНОВСКА                                     |                                                             | РЪКОВОДЕЩ TV ПРЕДАВАНЕ<br>СТИХОСБИРКА ОТ ЯНА ЯЗОВА                                |                                                                    |                                                               | ПИТИЕ ОТ РАЗБИТО КИСЕЛО МЛЯКО<br>УВИВИН ТРОПИЧЕСКИ РАСТЕНИЯ |                                                                |                                                                    | БРИТАНСКИ АКТЬОР /1961/ „РОБ РОЙ“<br>ДЪРВЕНО СЕДЛО НА МАГАРЕ |                                                                                                               |
|                                                                                                |                                                             | СПЛАВ В САМОЛЕТОСТРОЕНЕТО<br>ПЕСЕН НА НОНА ИОТОВА                                 |                                                                    |                                                               | МОДЕЛ НА ЛЕКИ КОЛИ „LANCIA“<br>ГНЕТ, МЪКА, ТЕГЛО            |                                                                |                                                                    | РАЗДВОЕН В КРАЯ СИ ДЪРВЕН ПРЪТ                               | БРАДАВИЦА /АНАТ./                                                                                             |
| ПОПУЛЯРНА МАРКА ПРАХ ЗА ПРАНЕ<br>АНТИЧЕН ГРАД КРАЙ ДНЕШНИЯ КАВАРНА<br>НРАВСТВЕНОСТ             |                                                             |                                                                                   | СТИЛ В ДЖАЗ-МУЗИКАТА<br>БРАЗИЛСКИ ПИСАТЕЛ „КАКАО“                  | ХИМИЧЕСКИ ЕЛЕМЕНТ СЪС СИМВОЛА AS<br>РУСКИ ЧЕРНОМОРСКИ КУРОРТ  |                                                             | ПОХВАТ, СПОСОБ<br>РАЗМЕР НА ОБУВКИ ИЛИ ДРЕХИ                   | ВИД ПАРАГВАЙСКИ ЧАЙ С ГОРЧИВ ВКУС<br>СТИХ ОТ ДИМЧО ДЕБЕЛЯНОВ       |                                                              | РАСТИТЕЛНО МАСЛО ЗА БЛАЖНИ БОИ                                                                                |
| СТОЛИЦАТА НА КАНАДА<br>ДЕКОРАТИВНО ТРОПИЧЕСКО РАСТЕНИЕ                                         |                                                             | ИЗПАРЕНИЯ ПРИ ХУБАВО ВРЕМЕ<br>МОДЕЛ НА ЛЕКИ КОЛИ „PONTIAC“                        | ЗАРОВЕНО БОГАТСТВО<br>ПРОГРАМЕН ЕЗИК ЗА КОМПЮТРИ                   | ПЕСЕН НА ДУЕТ „АВЕНИО“<br>ХИМИЧЕСКИ ЕЛЕМЕНТ СЪС СИМВОЛА Ag    |                                                             | СОЛ НА ЙОДНАТА КИСЕЛИНА<br>ХИЩНА МОРСКА РИБА                   | РОД ПТИЦИ ОТ СЕМЕЙСТВО ЩЪРКЕЛОВИ<br>МОДЕЛ GSM АПАРАТИ НА „BENEFON“ |                                                              |                                                                                                               |
| СТАР МОДЕЛ СЪВЕТСКИ САМОЛЕТИ<br>ВИД ПРЕДПРЕДАЧНА МАШИНА                                        |                                                             | ВРЪХ /1241/ В ИЗТОЧНИТЕ РОДОПИ<br>СТИХ ОТ ХРИСТО СМИРНЕНСКИ                       | ОБЕДИНЕНИ ОТ НЕЩО<br>НЯКОЛКО ДУШИ<br>ПРИДВОРЕН СЛУГА               |                                                               | МОДЕЛ НА ЛЕКИ КОЛИ „HYUNDAI“<br>ПРЕДГРАДИЕ НА ПАРИЖ         | ОТПРАВЕН УКОР КЪМ НЯКОГО<br>ЧОВЕК СЪС ЗДРАВО ТЕЛОСЛОЖЕНИЕ      |                                                                    | СТИХОВЕ ОТ НИКОЛА РАКИТИН<br>БАРОКОВ ДВОРЕЦ В ЛИСАБОН        |                                                                                                               |
| ДЪРЖАВА В СРЕДНА АФРИКА<br>СПЕЦИАЛИСТ ПО ВЪПРОСИТЕ НА ОКОЛНАТА СРЕДА<br>ФУТБОЛЕН ТИМ ОТ ИЗРАЕЛ |                                                             | НАДУВАЕМА ДЕТСКА ИГРАЧКА<br>МОДЕЛ ДЖИП НА „TOYOTA“                                |                                                                    | ХРОНИКА, ЛЕТОПИС<br>ХИМИЧЕСКИ ЕЛЕМЕНТ                         | ОСТРОВЪТ НА ОДИСЕЙ<br>ВАРЕНО ЖИТО ЗА ПОМЕН                  | ПРЕДСКАЗАТЕЛ В ДРЕВНИЯ РИМ<br>СТОЛИЦАТА НА КАМЕРУН             | СТРАНЕН ЧОВЕК, ОСОБЕНАК /РАЗГ./<br>ТВОРЕЦ, СЪЗДАТЕЛ НА НЕЩО        | ПАРИЧНИТЕ ЗНАЦИ НА ТУРЦИЯ<br>КНИГАТА НА РЕКОРДИТЕ            | ЛЕНТА ЗА ОБШИВАНЕ<br>ДОМАКИНСКИ СЪД ЗА ПЪРЖЕНЕ                                                                |
| ТЪНЪК, ОСТЪР ВИК<br>ПРЕСЛЕДВАЧ НА НЯКОГО                                                       |                                                             |                                                                                   | МАШИНЕН ЕЛЕМЕНТ, ВТУЛКА<br>ПОВЕСТ ОТ ПЕТЪР КАРАПЕТРОВ              | СТРАНА В ИЗТОЧНА АЗИЯ<br>СРЕДСТВО ЗА ПИСАНЕ                   |                                                             | ОТСЪСТВИЕ, ЛИПСА НА ВСЯКАКЪВ ШУМ<br>ШВЕЙЦАРСКИ ЗИМЕН КУРОРТ    |                                                                    |                                                              | ЧОВЕК БЕЗ НРАВСТВЕНИ ДОБРОДЕТЕЛИ                                                                              |
| ФРЕНСКА АКТРИСА /1932/ „ЛОЛА“<br>ТЕРМИН ПРИ ИГРА НА ПОКЕР                                      |                                                             | АРАБСКА ДЪРЖАВА<br>АЛУМИНИЕВА СПЛАВ ЗА САМОЛЕТИ                                   | ПОВЕСТ ОТ АЛЕКСАНДЪР КУПРИН<br>МОДЕЛ ДЖИПОВЕ НА „DAIHATSU“         |                                                               | ВЪТРЕШНАТА МЕКА ЧАСТ НА ХЛЯБ<br>ВЗЕТО НАВЕДНЪЖ НЕЩО С РЪЦЕ  | ФРЕНСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР<br>ДРЕВНО, НИСКО ДЪРВО                  | ВДЛЪБНАТА СПИРАЛОВИДНА БРАЗДА<br>ПЕСЕН НА СЛАВИ И „КУ-КУ БЕНД“     | ЗАГАР НА КОЖАТА ОТ СЛЪНЦЕТО<br>ОСТАВЕНА ЗАРЪКА НА ПОТОМЦИ    | НАЙ-НИЗШИЯТ ЧИН ВЪВ ФЛОТА; МОРЯК<br>ПЛАНИНСКА СИСТЕМА В СИБИР                                                 |
| СПЛАВ С УПОТРЕБА В САМОЛЕТОСТРОЕНЕТО<br>ГЕРМАНСКИ ФИЗИК /1840-1905/<br>ВЪОРЪЖЕН СЪЛСЪК         |                                                             | КВАСЕН ФЕРМЕНТ<br>ТРАДИЦИОННА ЯПОНСКА ХАРТИЯ ЗА ОРИГАМИ                           |                                                                    | БОЯ ЗА ОБУВКИ /РАЗГ./<br>НЕИДЕНТИФИЦИРАН ЛЕТАЩ ОБЕКТ /УФОЛ./  | ХИЖА НА ВИТОША /1810 М./<br>ФРЕНСКИ КОСМОДРУМ В ГВИАНА      | ГРЪЦКИ ОСТРОВ В ЕГЕЙСКО МОРЕ<br>ПРЕОТСТЪПЕНО ПРАВО             | ПЛИТЪК И ТЕСЕН КАНАЛ ЗА НАПОЯВАНЕ<br>ФРЕНСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР        |                                                              |                                                                                                               |
| СПЛАВ НА ЖЕЛАЗО С НИКЕЛ<br>ЕНЗИМ НА СЛЮНКАТА У ЧОВЕКА                                          |                                                             |                                                                                   | ТРАКТОР ЗА ИЗКОРЕНЯВАНЕ НА ПЪНОВЕ                                  |                                                               |                                                             | ОДУМКИ, ЗЛОСЛОВИЯ ПРОТИВ НЯКОГО<br>ЕДНА ОТ ЗОДИИТЕ В ХОРОСКОПА | ВИТАМИН Р ПОЛУЧАВАН ОТ ЛИМОНИ                                      |                                                              |                                                                                                               |
| НЕГОЛЯМО ПЪРЧЕ ОТ НЕЩО<br>ЛАТИНОТАНЦ С БЪРЗ РИТЪМ /РАЗГ./                                      |                                                             | НАЙ-ВИСОК /5140/ ВРЪХ В АНТАРКТИДА                                                |                                                                    | ИТАЛИАНСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР                                     |                                                             |                                                                |                                                                    | МАРКА КОМПЮТЕРНА ТЕХНИКА                                     |                                                                                                               |
|                                                                                                |                                                             |                                                                                   | СТРАНЕН, СВОЕНРАВЕН ЧОВЕК                                          |                                                               |                                                             | ДУВЛИК БОГ В РИМСКАТА МИТОЛОГИЯ                                |                                                                    |                                                              | *** ПОМОЩНИК ***<br>ПТИАЛИН, ДУРЯН, АКАНТ, ЦИТРИН, КЕЛУШ, НЕВУС, БИЗОНЕ, ДУРАЛ, АЛАДА, ПРОЛАПС, БЪЛМЪР, РЕНИН |







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

<http://bulgarianembassy-london.org/consular-services/bld/>

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

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

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

**Паспорти и документи за самоличност**  
Заявления за нови лични документи се приемат единствено в Консулската служба на Посолството в Лондон. От 01.08.2010 г. бе въведена нова електронна система за запазване на час за подмяна на документи за самоличност на български граждани, постоянно живеещи във Великобритания. Електронното запазване на час може да се осъществи чрез: - Интернет - сайт [www.bgpassport.co.uk](http://www.bgpassport.co.uk)

**Консулска служба към посолството**  
(понеделник до петък от 9.00 до 13.30 за всички консулски услуги без визи) за подаване на визи: от 14.00 до 16.00)

**Васил Асенов**  
Ръководител на Службата по трудовите и социални

**Construction Industry Scheme (CIS)**  
Общи справки и регистрация: 0300 200 3210

**Общи справки за Universal Credit**  
Тел. 0345 6000 723 (понеделник до петък от 8 до 18 часа)

**Общи справки за Tax Credits**  
Тел. 0345 300 3900  
[www.gov.uk/browse/benefits/tax-credits](http://www.gov.uk/browse/benefits/tax-credits)

**Общи справки за Child Benefit**  
Тел. 0300 200 3100  
[www.online.hmrc.gov.uk/shortforms/form/CBO\\_General](http://www.online.hmrc.gov.uk/shortforms/form/CBO_General)

**Citizen Advice Bureau**  
За безплатна правна консултация на територията на Великобритания  
[www.citizensadvice.org.uk/](http://www.citizensadvice.org.uk/)

**Българска Православна църква в Лондон**  
188 Queens Gate London, SW7 5HL  
Тел. 020 7584 4607  
[www.bgchurch.org.uk/](http://www.bgchurch.org.uk/)

**Още за вашето спешно обаждане във Великобритания**

| Ситуация                                                                                                                          | Номер/Контакти                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Животозастрашаващи инциденти</b>                                                                                               | <b>999 или 112</b>                                                                                                         |
| Неспешни случаи, изискващи намесата на полицията                                                                                  | 101                                                                                                                        |
| Неспешни случаи, изискващи намесата на здравно лице                                                                               | 111                                                                                                                        |
| Теч на газ в имота или на улицата                                                                                                 | 0800 111 999                                                                                                               |
| Надвиснали или паднали електрически кабели                                                                                        | 0800 40 40 90                                                                                                              |
| Изоставени превозни средства, опасни сгради, вандализъм, нерегламентирано изхвърляне на отпадъци<br>свържете се с местната община | <a href="http://www.gov.uk/find-your-local-council">www.gov.uk/find-your-local-council</a>                                 |
| Спиране на ток<br>свържете се с вашето енергоразпределително дружество. Телефонът му можете да намерите на сайта на National Grid | <a href="http://www2.nationalgrid.com/UK/Safety/Power-cut">www2.nationalgrid.com/UK/Safety/Power-cut</a>                   |
| Теч на вода на улицата<br>свържете се с вашето местно ВиК. Телефонът му можете да намерите на сайта на Ofwat                      | <a href="http://www.ofwat.gov.uk/households/your-water-company/map">www.ofwat.gov.uk/households/your-water-company/map</a> |

**Общи справки за Tax Credits**  
Тел. 0345 300 3900  
[www.gov.uk/browse/benefits/tax-credits](http://www.gov.uk/browse/benefits/tax-credits)

**Общи справки за Child Benefit**  
Тел. 0300 200 3100  
[www.online.hmrc.gov.uk/shortforms/form/CBO\\_General](http://www.online.hmrc.gov.uk/shortforms/form/CBO_General)

**Citizen Advice Bureau**  
За безплатна правна консултация на територията на Великобритания  
[www.citizensadvice.org.uk/](http://www.citizensadvice.org.uk/)

**Българска Православна църква в Лондон**  
188 Queens Gate London, SW7 5HL  
Тел. 020 7584 4607  
[www.bgchurch.org.uk/](http://www.bgchurch.org.uk/)

Българска карта на Лондон

Къде сме ние в тукашната география, в кои райони кънти повече родна реч и в кои – по-малко, в кои райони да се търсим (или пък отбягваме)



Картата отразява гъстотата на българите в Лондон по общини. За изготвянето ѝ е използвана информация от базата данни на БГ БЕН, както и обобщени данни от регистрациите на потребители в сайта [www.bgstreet.co.uk](http://www.bgstreet.co.uk) и обявите, пуснати в сайтовете: [www.easteads.co.uk](http://www.easteads.co.uk) и [www.kvartiri.co.uk](http://www.kvartiri.co.uk).

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

**БГ БЕН**

**ЗА ВЕСТНИКА:**  
Формат: Таблоид 259 мм x 330 мм  
Брой страници: 32  
Периодичност: двуседмичник  
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:  
10% - Рекламно каре над 100 кв.см  
15% - Рекламно каре над 300 кв.см  
20% - За рекламно каре на цяла страница  
За публикации:  
10 % - за повече от 10 публикации  
20 % - за повече от 20 публикации

Издателите на БГ БЕН си запазват правото на промяна в цените на рекламните услуги, като се задължават да обявят това на страниците на вестника минимум две седмици по-рано. Промените не важат за вече сключени договори.

Small box каре - едно лесно и ефективно решение, ако искате вашата малка бизнес обява да се откроява сред останалите. Размерите на карето са 4.1x4 см. Срецу сумата от 30 лири вашата обява ще излиза в продължение на 4 броя на вестника и винаги ще бъде четена с предимство.

**За условията за слагане на реклама на уебсайта на вестника ([www.bgben.co.uk](http://www.bgben.co.uk)), повече информация на: [www.bgben.co.uk/reklama\\_bg.php](http://www.bgben.co.uk/reklama_bg.php)**

**РЕКЛАМЕН ПАКЕТ:**

**Технически изисквания:**  
Възможни основи на карето в см:  
> 4.1; 8.4; 12.8; 17.2; 21.5; 25.9  
Всички страници са пълноцветни

**Цени за реклама:**  
На 1 кв.см.  
Първа стр. £3.50  
2-ра, 3-та стр. £1.60  
Последна стр. £1.60  
4-та и 5-а стр. £1.20  
20-та и 21-а стр. £1.20  
останали стр. £0.80

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

| Последна страница                   | Вътрешна страница                   |
|-------------------------------------|-------------------------------------|
| £ 742.40                            | £ 371.20                            |
| £ 371.20                            | £ 185.60                            |
| 4-та, 5-а, 20-а, 21-а стр. £ 566.80 | 4-та, 5-а, 20-а, 21-а стр. £ 278.40 |

| Последна страница                   | Вътрешна страница                  |
|-------------------------------------|------------------------------------|
| £ 185.60                            | £ 92.80                            |
| £ 92.80                             | £ 46.40                            |
| 4-та, 5-а, 20-а, 21-а стр. £ 139.20 | 4-та, 5-а, 20-а, 21-а стр. £ 69.60 |

| Последна страница                  | Вътрешна страница                  |
|------------------------------------|------------------------------------|
| £ 92.80                            | £ 46.40                            |
| £ 46.40                            | £ 23.20                            |
| 4-та, 5-а, 20-а, 21-а стр. £ 46.40 | 4-та, 5-а, 20-а, 21-а стр. £ 23.20 |

| Последна страница                  | Вътрешна страница                  |
|------------------------------------|------------------------------------|
| £ 46.40                            | £ 23.20                            |
| £ 23.20                            | £ 11.60                            |
| 4-та, 5-а, 20-а, 21-а стр. £ 23.20 | 4-та, 5-а, 20-а, 21-а стр. £ 11.60 |

**БГ БЕН**  
Заедно на Острова

**БГ БЕН/BULGARIA**  
ISSN No. 1744-8751  
[www.bgben.co.uk](http://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  
Телефон : +44(0)20 3411 0802 [inbox@bgben.co.uk](mailto:inbox@bgben.co.uk)

**Дирекционен съвет:**  
Северино Кожухаров [skozhuharov@bgben.co.uk](mailto:skozhuharov@bgben.co.uk)  
Нежди Халил [nhalil@bgben.co.uk](mailto:nhalil@bgben.co.uk)  
Цветомир Иванов [tivanov@bgben.co.uk](mailto:tivanov@bgben.co.uk)

**Маркетинг, реклама и контакт за Великобритания:**  
Ивелин Митев  
Тел . 020 3411 0802  
Моб. 078 8867 6471  
[reklama@bgben.co.uk](mailto:reklama@bgben.co.uk)

**Главен редактор:**  
Антония Попова  
[popova@bgben.co.uk](mailto:popova@bgben.co.uk)

**Координатор:**  
Мустафа Халил  
Нежди Халил  
[nhalil@bgben.co.uk](mailto:nhalil@bgben.co.uk)

**Коректор:**  
Кичка Трендафилова

**Сигнали от читатели**  
[inbox@bgben.co.uk](mailto:inbox@bgben.co.uk)

**Редакционен екип на вестник БГ БЕН:**

|                                                                                                                  |                                                                                                 |                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Предпечатна подготовка:</b><br>Павел Иванов<br><a href="mailto:pavel2asi2@gmail.com">pavel2asi2@gmail.com</a> | <b>Вътрешна и външна политика, образование, здравеопазване и бизнес</b><br>Антония Венцеславова | <b>Култура и изкуство</b><br>Антоанета Петрова<br><a href="mailto:Rock_Arena@abv.bg">Rock_Arena@abv.bg</a> |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Печат: St Clements Press (1998) Ltd, Unit 3, Rick Roberts Way, London, E15 2NF,  
[mohammed.faqir@ft.com](mailto:mohammed.faqir@ft.com)



***Empresa Mail Ltd***

## Транспортни услуги

Англия   България Румъния   Гърция

**Доставка до всяко населено място**

## Покупки



**Багаж**



## Товари



## Машины



**07477808860**



**07477818116**

- ВЪЗМОЖНО ВЗЕМАНЕ ОТ АДРЕС
- СКЛАД И ОПАКОВКА НА ПРАТКИ ЗА ОНЛАЙН ТЪРГОВЦИ

### Адреси за изпращане/получаване



**Empresamail LTD, Unit 35A, Fairview Industrial Estate**  
**RM13 8UH, Понеделник - Петък 9:00-17:00**  
**Събота и Неделя - По предварителна уговорка!**



**Bulgarian Food Shop, Unit 5 D, HA9 7NA**  
**Сряда - Петък 11:30-20:00, Събота 10:00-20:00**



**GoGo Select, 6-6a High View Parade, IG4 5ER**  
**Понеделник до Неделя 10.00-21.00**



**Easter European Deli, 37 Orchard street, BS23 1RH**  
**Пон-Събота 9:30-20:30, Неделя 10:00-20:00**



**Bulgarian Food Sturminster Newton,  
2 The Parade, DT10 1BA. Пон - Петък 9:00-20:00,  
Събота и Неделя 10:00-20:00**



**D&F Bulgarian Food, 2 Fish Hill, PE21 6NN**  
**Понеделник-Събота: 9:00-20:00, Неделя:11:00-19:00**



**Smart Info Wisbech- 110 Norfolk Street, PE13 2LD**  
**Понеделник - Събота: 9:30-18:00**

***[www.empresamail.co.uk](http://www.empresamail.co.uk)***



## Счетоводство и Бизнес Консултации

**Регистрация на фирми  
Годишно счетоводство  
Заплати / RTI, Payroll /  
Администрация**

**CIS администриране**  
**VAT подаване**  
**Tax Returns**  
**Финансови отчети**

**SAFE ADVICE LTD**  
1st Floor  
79 West Ham Lane  
London E15 4PH

**☎ 020 8555 5143 ☎ 079 1614 3282 ☎ 077 8698 8558**

[www.safeadvice.co.uk](http://www.safeadvice.co.uk) Email: [office@safeadvice.co.uk](mailto:office@safeadvice.co.uk)



Молим да уговорите предварително час за сретта и справки

ISSN 1744-8751