

БГ БЕН

Издание на PA Events Ltd.

5 юли, брой 7 (504) от 2024 г., година XXI

www.bgben.co.uk

 БГ БЕН

БЕЗПЛАТНО ИЗДАНИЕ



Стойчо Керев: Светът е много по-сложен и многопластов, отколкото можем да видим с очите си

на стр. 8-9



Кой е новият патриарх на България Даниил

на стр. 14



Колко излиза почивката на море в България

на стр. 21

Снимка: bigstockphoto.com



Безработицата в Обединеното кралство надхвърли 4%

- ✓ Тя достигна 4,4% за периода февруари - април, което е ръст от 0,5% в сравнение със същия период на миналата година
- ✓ Наетите служители в Обединеното кралство са намалели с 36 000
- ✓ Предлагащите работни места намаляват с 12 000 за тримесечие
- ✓ Коефициентът на заетост в Обединеното кралство е малко над 74%

На стр. 2

ПОДКРЕПЕТЕ БГ БЕН - ЕДИНСТВЕНИЯ БЪЛГАРСКИ ВЕСТНИК НА ОСТРОВА!

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

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

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

Нашата банкова сметка е:
PA Events Ltd,

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



Счетоводство и Бизнес Консултации

☒ Регистрация на Self-Employed & Ltd ☒ RTI

☒ Accounts ☒ Payroll

☒ Tax Returns

☒ Годишно счетоводно приключване

☒ CIS Returns ☒ VAT Returns

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



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^o





Безработицата в Обединеното кралство надхвърли 4%

БГ БЕН

Безработицата в Обединеното кралство достигна 4,4% в периода февруари - април, което е ръст от 0,5% в сравнение със същия период на миналата година. Всичко това води до нови държавни разходи, тъй като нарастват хората на социални помощи.

Предлаганите работни места намаляват с 12 000 за тримесечие

Броят на свободните работни места все още намалява за сметка на увеличаващата се безработица. Интересното от данните на Националната статистика е, че на този фон растежът на доходите остава относително силен.

От март до май прогнозният брой на свободните работни места в Обединеното кралство е намалял с 12 000 за тримесечието, достигайки 904 000. Това понижение се случва за 23-ти пореден период, но все още свободните работни места са над нивата отпреди пандемията на коронавируса.

Данните все още не показват никакви категорични тенденции, тъй като са доста динамични. Наетите служители в Обединеното кралство са намалели с 36 000 (0,1%) между март и април тази година, но са се увеличили с 201 000 (0,7%) между април 2023 г. и същия месец на 2024 г.

Коефициентът на заетост в Обединеното кралство е малко над 74%

Пазарът на труда продължава да се затяга



Коефициентът на заетост в Обединеното кралство за възрастовата група от 16 до 64 години се оценява на 74,3% за периода от февруари до април, което е под прогнозите отпреди година, и е намалял през последното тримесечие. През март общата работна сила в Обединеното кралство възлиза на малко над 37 милиона души. Годишният ръст на средните редовни доходи на служителите (без бонусите) във Великобритания е 6,0% за периода от февруари до април. Расте обаче и броят на хората, които получават обезщетения предимно за безработица и през май те достигнаха 1,629 милиона.

Коефициентът на икономическа неактивност в Обединеното кралство за хората на възраст от 16 до 64 години се оценява на 22,3% през периода от февруари до април, което също е над прогнозните нива, отбелязвайки увеличение през последното тримесечие.

Приблизително 17 000 работни дни са загубени поради трудови спорове в Обединеното кралство през април т. г. показват още данните на националната статистика.

Всички тези данни на британската статистика са обезпокоителни не само за англичаните, но и за българите, които работят и живеят на Острова. А техният брой през последните години, особено след Брекзит, продължава да намалява и те са с близо 47 000 по-малко, показва последната официална справка.



ЖИЛИЩНИ И ИНВЕСТИЦИОННИ КРЕДИТИ ЗА ПОКУПКА И РЕФИНАСИРАНЕ.

БЕЗПЛАТНИ КОСУЛТАЦИИ

www.comparingmortgages.co.uk

Tel. 020 3887 3188

Mob. 079 6040 4750

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



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





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

Sunny Day Care

Детска градина с целодневна грижа за вашето дете

Регистрирана в Ofsted

Квалифицирани учители

Здравословна храна

Безплатно ранно образование за 2 и 3 годишните

Удобна локация в района на Stratford E15

Достъпни цени

Понеделник до Петък от 07.00 до 18.00 часа

Тел. 0208 5030 457
Mo6.0778 8766 457
yanachildcare@hotmail.co.uk

Ofsted Outstanding Provider

БГ БЕН

Рекламата - най-добрата инвестиция!

Osbornes | Law^o

Специалисти по искове за обезщетение

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

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

★★★★★
★ Trustpilot

Свържете се с нас и говорете на български на:

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

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

THE **Best Law Firms 2020**

Chambers UK 2020

LEGAL 500

Compare MORTGAGES

Жилищни и инвестиционни КРЕДИТИ ЗА ПОКУПКА И РЕФИНАСИРАНЕ.

БЕЗПЛАТНИ КОСУЛТАЦИИ

www.comparingmortgages.co.uk

Tel. 020 3887 3188
Mob. 079 6040 4750

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



Великобритания с най-високия държавен дълг от 63 години насам

БГ БЕН

Най-високия държавен дълг от 1961 година насам отчита Великобритания. Данните за месец май на националната статистика показва, че публичните заеми са на стойност 15 милиарда британски лири, което е с 0,8 милиарда повече от същия месец на миналата година. На практика това означава, че страната е харчила повече, отколкото е получавала.

Оповестената информация ясно показва, че следващото британско правителство ще трябва да се справя със сериозни икономически предизвикателство, включително и да реши дали ще се пристъпи към повишаване на налозите.

Нетният дълг на публичния сектор беше временно оценен на 99,8% от brutния вътрешен продукт (БВП) в края на май 2024 г., което е с 3,7 процентни пункта повече в сравнение със същия период на миналата година. На практика това означава, че са достигнати нива, наблюдавани за последно

Разликата между разходите в публичния сектор и приходите през май възлиза на 15 милиарда британски лири



през март 1961 година.

Заемите през финансовата година до май 2024 г. бяха на стойност £33,5 милиарда, с £0,4 милиарда повече в сравнение със същия двумесечен период година по-рано.

Държавните разходи се увеличават най-много заради социалните помощи

Нетните социални помощи, изплащани от централното правителство, са се увеличили с 2,2 милиарда британски лири, като са достигнали 25,1 милиарда британски лири. Повишението до голяма степен се дължи на свързаните с инфлацията обезщетения.

С 0,7 милиарда британски лири са увеличени и отделните разходи на централното правителство за стоки и услуги, достигайки £35,2 милиарда. И тук инфлацията дава отражение върху повишението на разходите.

Отделно от това се от-

чита и увеличение с £0,7 милиарда на плащанията за подпомагане на ежедневното управление на местните власти, като общо те достигнаха £11,5 милиарда. От националната статистика обаче отчитат, че тези разходи нямат влияние върху общите заеми в публичния сектор.

Данните показват още, че дължимите лихви по дълга на централното правителство са повишени с £0,2 милиарда, достигайки £8,0 милиарда.

Статистиката отчита още, че има ръст на данъчните постъпления с £3,2 милиарда, достигайки £117,0 милиарда. Паралелно с това обаче има намаление на приходите от задължителните социални вноски, които са по-малко с £2,3 милиарда. В голямата си част това се дължи на намаленията на основните ставки на националното осигуряване през 2024 г.

След всичко казано дотук повече от ясно е, че новото правителство на Великобритания след вота ще има да решава нелеки задачи. А как ще се справи, това предстои да разберем.

≈ VAT

≈ TAX RETURNS

≈ PAYROLL



OCEANAIR

Chartered Certified Accountants

Нашето счетоводство - решение за Вашия бизнес

020 8530 6929

Ocean Air House
Suite 200, Floor 1,
750-760 High Road Leytonstone
London E11 3AW

www.oceanairaccountants.co.uk



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

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

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

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

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

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

Ние от New Alternative Path ще ви подготвим за уни-

Снимката е предоставена
от New Alternative Path



NEW ALTERNATIVE PATH

YOUR STEPPING STONE TO SUCCESS

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

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

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

Като отличен бонус е това, че университетите имат гъвкави графици, с възможност за вечерни занятия, занятия през почивните дни, възможност за един ден онлайн обучение и един ден в кампуса на университета и възможност за два дни през седмицата. 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 поевтино 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



Надеждата за намаляване на лихвата в Обединеното кралство остава за август

БГ БЕН

Независимо от очакванията на бизнеса, както и призивите от различни браншови организации на Острова, основната лихва в Обединеното кралство ще остане до август непроменена. Решението е на Комитета за парична политика на Bank of England, който за пореден път остави основния лихвен процент на ниво от 5,25%.

Основната теза на Английската централна банка е, че следва парична политика, която да доведе до основната цел, а именно - трайно ниво на инфлацията от 2%.

Андрю Бейли: Трябва да сме сигурни, че инфлацията ще остане ниска

Банката отчита, че дванадесетмесечната инфлация на индекса на потребителските цени спадна до 2.0% през май в сравнение с март, когато тя е била 3.2%. На практика това е много близо до прогнозата от Доклада за паричната политика. Предпазливостта на банкери обаче е обяснима, след като прогнозите са, че инфлацията на индекса на потребителските цени

Bank of England отново запази лихвения процент на 5,25%



Британците продължават да очакват намаляване на лихвите в Обединеното кралство

ще се повиши леко през втората половина на тази година, тъй като спадометите на цените на енергията през миналата година отпадат от годишното сравнение.

Андрю Бейли, който е управител на финансовата институция, определи информацията за инфлацията като добра новина, защото тя се е върнала към целта от 2%. В същото време обаче

той беше категоричен, че е рано да се говори за намаляване на лихвите.

“Трябва да сме сигурни, че инфлацията ще остане ниска, и затова решихме засега да задържим лихвата на 5.25 на сто”, заяви Андрю Бейли.

От финансовата институция отчитат, че показателите за устойчивост на инфлацията, а именно

нивото на възнагражденията и инфлацията при услугите, отбелязват през май понижение, но все още остават на високи нива. Експертите не очакват повишението на минималната работна заплата да се отрази върху инфлацията. Те обаче имат притеснения относно по-бързия ръст на възнагражденията като цяло, което прави техните действия

предпазливи по отношение на лихвения процент.

В доклада се посочва, че инфлацията на потребителските цени на услугите през май е била 5.7%, което означава спад в сравнение с март, когато тя е била 6.0%, но се запазва малко по-висока от прогнозираната в майския доклад.

Някои инвеститори очакват понижение на нивата чак през септември, банката ще заседава отново на 1 август

Комитетът за парична политика на Bank of England ще продължи да следи отблизо индикациите за постоянен инфлационен натиск и устойчивост на икономиката като цяло, включително набор от мерки за основните стегнати условия на пазара на труда, растежа на заплатите и инфлация на цените на услугите. Следващото заседание на комитета е на 1 август, когато се очаква членовете да разгледат цялата налична информация. Ще се прецени и дали намаляват рисковете за устойчивостта на инфлацията.

Не са малко инвеститорите, които запазват реалистичния си поглед върху

икономическите показатели във Великобритания, заради което те очакват понижението на основния лихвен процент не по-рано от месец септември.

Има обаче и икономисти, които очакват на следващото заседание на Английската централна банка да има добри новини, свързани с понижението на основния лихвен процент.

Дейвид Бхарие, ръководител на отдела за изследвания в Британската търговска камара, заяви, че когато се стигне до намаляването на лихвените проценти, това ще осигури за британските компании глътка въздух.

„Нашето проучване показва, че макар безпокойството на бизнеса относно цената на заемите да намалява, то остава на исторически високи нива. Много фирми ни казаха, че са отложили инвестиции поради високите разходи по заемите и това без съмнение е пречка за общия икономически растеж“, подчерта Дейвид Бхарие, ръководител на отдела за изследвания в Британската търговска камара.

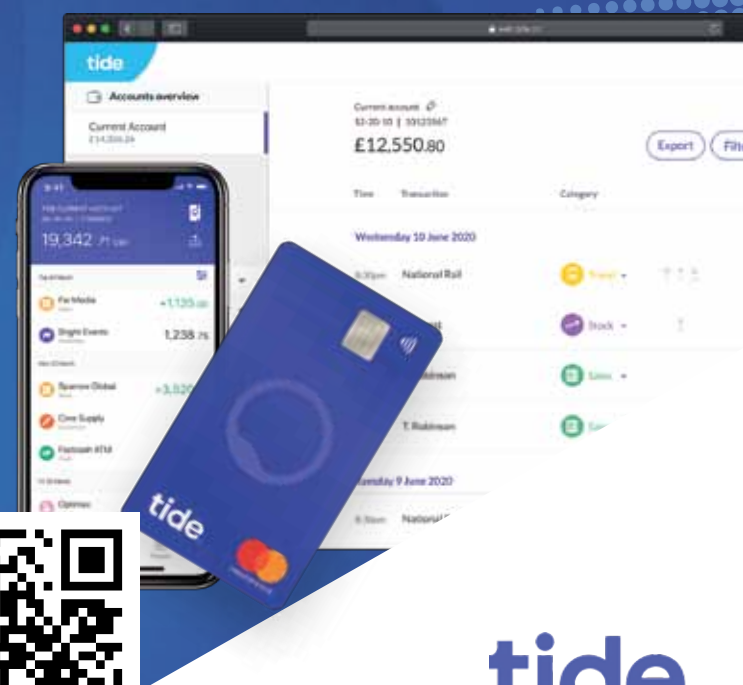
Последното решение е на Bank of England и то ще бъде взето на 1 август тази година.

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



Osbornes | Law^o

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



Самонаетите лица и исковите за обезщетение при инцидент на работното място

За разлика от наетите, самонаетите лица сами са отговорни за опазване на живота и здравето си на работното място. Поради тази причина съществува и схващането, че самонаетите лица не могат да завеждат иски за обезщетение при злополука на работното място. Това не е така, защото, въпреки че самонаетите лица се водят за такива пред HMRC, за целите на законодателството за безопасност на труда те често се считат за наети лица.

Снежина Янкова,
юрисконсулт
Osbornes Solicitors

Какъв е масовият случай на инциденти на работното място при самонаети лица

- ♦ Няма право на платен отпуск по болест.
- ♦ В по-голямата си част не са застраховани за инциденти на работното място, така че, ако такова обстоятелство настъпи, няма кой да покрие финансово отсъствието им от работа.
- ♦ В по-голямата част от случаите, въпреки че са отговорни за своята безопасност на работното място, те нямат контрол върху условията на труд.
- ♦ Не се обръщат своевременно към адвокат при настъпване на инцидент на работното място, тъй като смятат, че нямат основание за предявяване на иск.

Обстоятелства, при които самонаетите лица се считат за наети според законите за безопасност на труда

Като цяло самонаетите лица се смятат за наети, когато нямат възможност да контролират условията на труд. Това е налице в следните ситуации:

- ♦ Ако сте пострадали по време на работа не по ваша вина.
- ♦ Ако компанията, която ви е наела, ви е осигурила повредена екипировка или инструменти за работа, създаващи предпоставка за инциденти.
- ♦ Ако работник на компанията е отговорен за инцидент, в който вие сте пострадали.
- ♦ Ако компанията, за която работите, определя кога и къде да работите и отношенията ви са като работник-работодател.
- ♦ Ако използвате екипировка и инструменти, осигурени ви от компанията.
- ♦ Ако използвате техни помещения за работа.
- ♦ Ако работите на техен строителен обект.

Какво да направите, ако сте самонаети и

сте пострадали при инцидент на работното място, за да предявите иск

Исковите при самонаетите лица са една идея по-трудни от тези при наетите лица, затова е важно да имате колкото се може повече доказателства, че инцидентът е настъпил не по ваша вина:

- ♦ След какъвто и да е било инцидент на работното място (дори и такъв с леки последици) отидете на преглед при специалист колкото се може по-скоро, защото инцидентът трябва да бъде отбелязан в медицинския журнал.
- ♦ Направете си хронологични записки какво точно се е случило.
- ♦ Набележете свидетели, които биха могли да потвърдят вашите наблюдения.
- ♦ Снимките също са приемливо доказателство в съда. Снимайте както нередностите на обекта, които компаниите често заличават, така и вашите наранявания - особено ако те са бързо нарастващи и няма как да послужат, ако се стигне до експертиза от съдебномедицинските специалисти.

♦ Излагайте в писмен вид, спокойно и разумно вашите опасения относно проблемите за безопасността на труда пред лицето, носещо отговорността за това на обекта. Ако то не предприеме никакви мерки, а вие имате документ, че сте поставили въпроса, това е допълнително утвърждаващо обстоятелство за компанията, за която работите.

Обезщетение при инцидент на работното място - особености при самонаетите лица

Обезщетението при инцидент на работното място се разделя на две части - основно обезщетение (за самия инцидент - физическата и психическата травма) и специално обезщетение (за разходите, които сте направили заради инцидента - разходите за лечение, пътуване и пропуснати ползи).

Тъй като самонаетите лица

не получават разписки за надниците си от компанията, за която работят, за тях е по-трудно да докажат пропуснати ползи (пропуснати плащания поради физическа невъзможност за работа заради злополуката).

Важни стъпки, които биха подпомогнали вашия иск в тази му част, са:

♦ Точното отбелязване на датата на настъпване на инцидента. Ако имате личен счетоводител, уверете се, че той също е наясно с тази дата, тъй като пропуснатите ползи се отчитат от датата на настъпване на инцидента, а давността на исковите за инциденти на работното място е 3 години от датата на настъпване на инцидента.

♦ Официални декларации от потенциални ваши клиенти, че те биха ви наели и платили определена сума за определена работа, ако вие сте имали физическата възможност да я извършите. Създайте си навика да изисквате такива от всички онези, които се свързват с вас и ви предлагат да поемете дадена работа. Пазете кореспонденцията с тях.

♦ Водете изряден отчет. Съдилищата обикновено изискват информация от последните три години, за да бъде доказана загуба на печалби.

Преждевременно плащане преди присъждане на обезщетение при самонаети лица

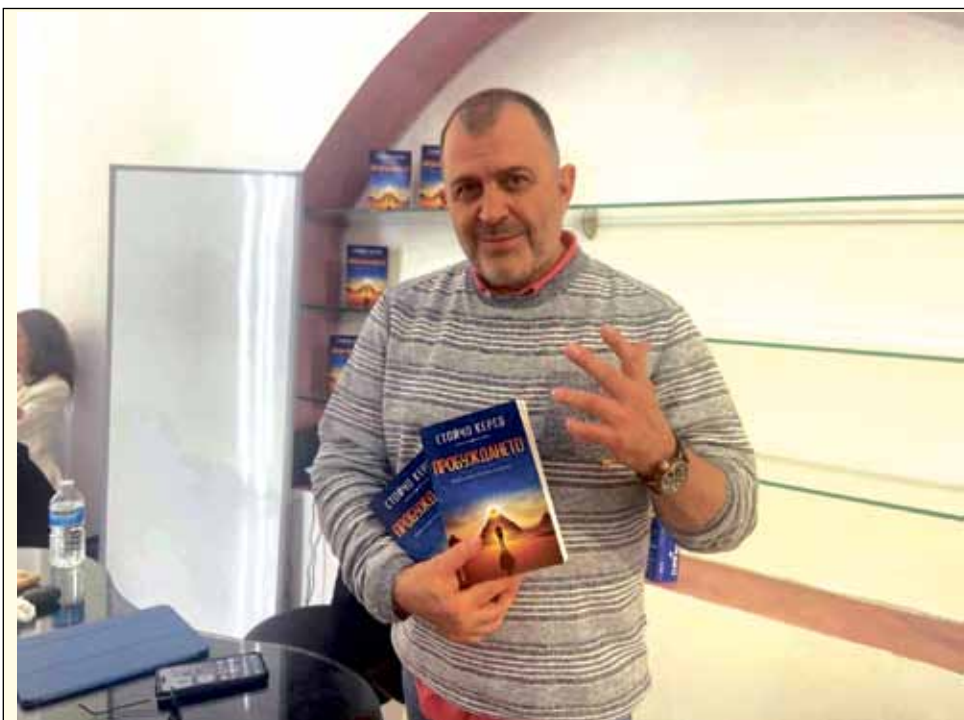
При самонаетите лица в хода на делото за злополука на работното място вашият адвокат може да поиска преждевременно плащане (т.нар. interim payment) - пропорция от исканата компенсация за инцидента, която да бъде платена, преди да е излязло финалното решение от съда, с цел да се покрият част от пропуснатите ползи.

Първо, искането се отправя директно към ответника и той често е склонен да плати част от компенсацията предварително, тъй като върху пропуснатите ползи се трупа лихва. Ако ответникът откаже да плати част от компенсацията предварително, съдът също може да определи преждевременно плащане на базата на представените от вас доказателства. Важното и в двата случая е да се пазят всякакви документи, доказващи вашия доход, за да може да се калкулира сумата на пропуснатите ползи и кореспондиращото на нея преждевременно плащане.

Обадете се и говорете на български със Снежина Янкова и Елида Димитрова, които ще Ви посъветват дали може да предявите иск за обезщетение на принципа, че не плащате за адвокатските услуги, ако делото Ви не бъде спечелено (No Win No Fee). Позвънете ни на 07843349633 и 07516 441448.



Стойчо Керев: Светът е много по-сложен и многопластов, отколкото можем да видим с очите си



Известният български журналист и продуцент Стойчо Керев за първи път проведе среща с българите в Лондон. Той е автор и водещ предаването „Новото познание“, излъчвано по БНТ 2, като част от програмата на националната телевизия.

Роден е на 10 септември 1965 г. в Карлово. Завършил е Стопанския факултет на Великотърновския университет. В БНТ започва работа като телевизионен водещ в предаването „Събота късен следобед“ с Емил Розов и Алис Крайчева. Под продуцентството на Кеворк Кеворкян в периода 1996-1998 г. работи като водещ програма „Всяка неделя“ в БНТ. Последното телевизионно интервю на Тодор Живков е негово в програмата „Всяка неделя“ през 1997 г.

Стойчо Керев е специализирал продуцентство и оперативен мениджмънт

във Великобритания с подкрепата на британското посолство. В „Sky News“ негов ръководител е Джон Райли. В „Channel 4“ се обучава при Ед Брамън, отговорен редактор на предаването „Right To Reply“. Бил е на стаж и в Би Би Си.

В биографията си той записва и позициите на главен продуцент на ТВ2 и PRO.BG, както и участие в изграждането на първите частни радиостанции в България. През март 2016 г. прави онлайн предаването „Новото познание“. След това то се излъчва по TV+, а впоследствие предаването става част от ефира на БНТ 2.

Срещата на Стойчо Керев с българите в Лондон премина при изключително голям интерес, а скоро те го очакват отново в английската столица, за да представи своя последен документален филм „Пробуждане“.

Разширяването на нашето разбиране за мистичното и непознатото може да ни даде нови перспективи и подходи към проблемите, казва известният телевизионен водещ и продуцент

процеси, да поддържа връзка с родината и да изисква постоянно внимание и подкрепа от страна на държавата не само по време на избори. Това е пътят към истинско представителство и промяна.

- Автор и водещ сте на предаването „Новото познание“. Предаване за мистика, наука и конспиративни теории, но имаме ли сетива да усетим новото познание?

- Да, имаме сетива да усетим новото познание. Чрез предаването „Новото познание“ се опитваме да разширим хоризонтите си, като изследваме мистиката, науката и конспиративните теории. С отворен ум и критично мислене можем да възприемем новите идеи и да разберем по-дълбоко света около нас. Такива са и участниците, които каним в предаването - с отворени сетива и дълбоко познание за света.

- Телевизионен водещ, продуцент, писател, правите документални филми, имате бизнес. Как обаче определяте сам себе си?

- Определям себе си като изследовател и разказвач на истории. Всяка роля, която поемам като телевизионен водещ, продуцент, писател или бизнесмен, ми дава възможността да откривам и споделям нови знания и перспективи с хората. Тази комбинация от дейности ми позволява да обединявам различни гледни точки и да вдъхновявам другите чрез моето творчество.

- Как се появи интересът към невидимото, към мистичното? Много хора вярват само на очите си...

- Интересът ми към невидимото и мистичното се появи още в детството, когато бях пленен от истории за непознатото и необяснимото. Търсенето на отговори на въпроси отвъд видимото

ме водеше към книгите, документалните филми и научните изследвания. Разбрах, че светът е много по-сложен и многопластов, отколкото можем да видим с очите си. И че истинското разбиране изисква отворен ум и желание да изследваме неизвестното. Този интерес ме вдъхновява да продължавам да търся и да споделям откритията си с другите.

- Ако опознаем този невидим свят, който ни заобикаля, може ли да променим реалността?

- Да, опознавайки невидимия свят около нас, можем да променим нашата реалност. Разширяването на нашето разбиране за мистичното и непознатото може да ни даде нови перспективи и подходи към проблемите, които срещаме. Това познание може да обогати нашия вътрешен свят, да ни направи по-съзнателни и интуитивни и в крайна сметка, да ни помогне да

БГ БЕН

- Господин Керев, през юни проведохте първа среща с българите в Лондон. Голям беше интересът им към Вашето творчество, видяхме много развълнувани хора... Затова ми се иска да започнем това интервю от усещането, емоцията на тази среща. Какво Ви даде тя?

- Първата ми среща с българите в Лондон беше наистина специална и незабравима. Това, което най-силно ме впечатли, беше ентузиазмът и топлотата на хората. Виждах как светят очите им, когато говорихме

за литература и култура, и как жаждата за българско изкуство и творчество не намалява дори и когато са далеч от родината. Емоционалната връзка, която се създаде между мен и публиката, беше невероятна. Усещането да виждам толкова много развълнувани хора, които са дошли, за да чуят и да споделят мисли и идеи, беше нещо, което ми даде много енергия и вдъхновение. Тази среща ми напомни колко силна е връзката ни с българската общност по света и колко е важно да поддържаме и развиваме тази връзка.

- Знаете, че да си бълга-

рин и да живееш далеч от родината си, не е никак лесно. Днес обаче политиците се сецят за сънародниците ни зад граница обикновено по изборно време. Изборите в България приключиха, поне засега, но останаха уроците. Успяхме ли да ги научим?

- Да, определено е трудно да си българин далеч от родината. Политиците често се сецят за сънародниците ни в чужбина само по изборно време, но важното е, че уроците остават. След последните избори трябва да сме научили, че е необходимо да се ангажираме активно с гражданските



създадем по-хармонична и смислена реалност.

- Кои хора биват допускани до този невидим свят според Вас? Дали ключовата дума тук не е точно развитие?

- Да, развитие е ключова дума. До невидимия свят се допускат хора, които са отворени към личностно и духовно развитие. Това включва тези, които проявяват любопитство, стремеж към знания и готовност да поставят под въпрос общоприетите вярвания. Само чрез постоянна работа върху себе си, осъзнатост и желание за разбиране на по-дълбоки истини можем да се докоснем до невидимото и мистичното.

- Имате ли обяснение защо този XXI век се оказва с толкова много предизвикателства в световен мащаб? Има ли нужда от пречистване човечеството, от нови ценности и кои са те?

- XXI век се оказва изпълнен с предизвикателства заради бързото технологично развитие, глобализацията и изменението на околната среда. Тези фактори доведоха до нови социални, икономически и екологични проблеми. Човечеството действително има нужда от пречистване и преоценка на своите ценности. Сред новите ценности, които трябва да приемем, са: устойчивост, съпричастност и солидарност, етично лидерство, технологична отговорност, личностно развитие и образование. Да инвестираме в непрекъснато самоусъвършенстване и да насърчаваме образованието като средство за постигане на по-добър свят. Тези ценности могат да ни помогнат да се справим с предизвикателствата на настоящето и да изградим по-устойчиво и хармонично бъдеще.

- Работили сте с Кеворк Кеворкян, на какво Ви научи той?

- Работата с Кеворк Кеворкян беше изключително ценно преживяване за мен. Той ме научи на няколко ключови неща - професионализъм и етика. Кеворкян винаги подхождаше с изключителна сериозност към работата си. От него научих колко е важно да бъдеш етичен и последователен в журналистиката. Кеворкян ме научи да задавам правилните въпроси и да търся дълбочината на всяка история. Това ме направи по-добър в анализа

и разбирането на сложни теми. От него научих как да създавам завладяващи и смислени разкази, които да ангажират и вдъхновяват публиката. Стремеж към истината е най-ценният урок. Кеворкян винаги поставяше истината на първо място. Той ме научи, че като журналист е важно да бъдеш честен и да се стремиш към обективност, независимо от натиска и обстоятелствата. Тези уроци остават с мен и до днес, като ме ръководят в професионалния ми живот и ми помагат да бъда по-добър журналист и разказвач на истории.

- Повечето хора си мислят, че е лесно да си журналист, а и много обичат „да ги показват по телевизора“. Какво обаче Ви коства посвещаването в тази професия и какво остава скрито от зрителите и читателите?

- Журналистиката не е лесна професия и изисква много повече от това просто да бъдеш показван по телевизора. Тя включва дълги часове работа, висок стрес, етични предизвикателства и чести лични жертви. Зад кадър остава изследователската работа, монтажът и екипната работа, които са ключови за качественото отразяване на новините.

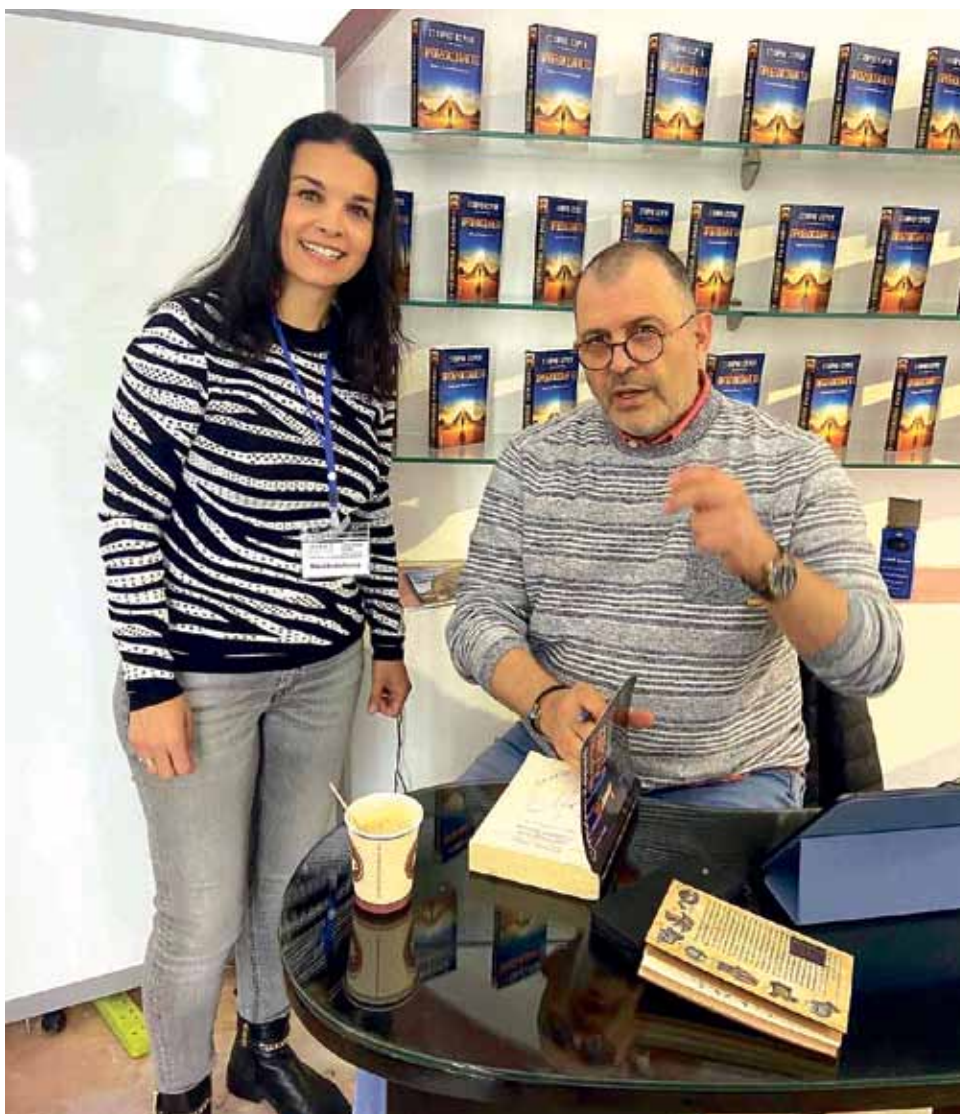
- Кои хора Ви вдъхновяват? И кои са Вашите идоли?

- Мен ме вдъхновяват хора, които показват смелост, интелект и страст в своята работа и живот. Сред моите идоли са: Никола Тесла, Мария Кюри, Леонардо да Винчи. И да не забравяме българските безмерни величини - Левски, Ботев... Тези личности ме мотивират да се стремя към знание, справедливост и човечност във всичко, което правя.

- Сънувате ли? И вярвате ли на сънищата?

- Да, сънувам и вярвам, че сънищата имат значение. Те често отразяват нашите подсъзнателни мисли, емоции и тревоги. Сънищата могат да бъдат източник на вдъхновение и самопознание, помагайки ни да разберем по-добре себе си и нашите вътрешни конфликти. Вярвам, че понякога сънищата могат да носят символични послания, които ни насочват към решения или нови перспективи в живота.

- Автор сте на книгата „Измамната реалност“. Коя реалност е измамна и имате ли рецепта как да се



предпазим от нея?

- „Измамната реалност“ се отнася до манипулираната информация и фалшивите новини, които изкривяват представата ни за света. За да се предпазим, трябва да развиваме критично мислене, да проверяваме фактите, да се информираме от разнообразни източници и да разпознаваме емоционалните манипулации.

- Защо хората са Ви толкова интересни? В този забързан свят стана почти норма всеки да тегли чергата към себе си, образно казано.

- Хората са ми интересни, защото всеки носи уникална история, опит и перспектива. Въпреки забързания свят и тенденцията всеки да тегли чергата към себе си вярвам, че разбирането и свързването с другите обогатява нашето собствено съществуване. Изследването на човешките взаимоотношения, мотиви и емоции ми помага да откривам дълбочината на човешката природа и да намирам смисъл и вдъхновение в ежедневието.

- Помните ли ковид пандемията и голямата изолация? Днес усещаме ли на гърба си последиците от този стрес?

- Да, помня ковид панде-

мията и голямата изолация. Последиците от този стрес все още се усещат. Много хора изпитват повишена тревожност, депресия и социална изолация. Пандемията промени начина ни на работа, учене и общуване, оставяйки трайни психологически и социални ефекти. Трябва да продължим да се подкрепяме един друг и да търсим начини за справяне с тези предизвикателства.

Много хора очакваха, че след пандемията ще станем по-добри и солидарни, но вместо това егоизмът, изглежда, се увеличи. На международната и родната политическа сцена, както и в ежедневието взаимоотношения често се забелязват засилена поляризация и конфликти. Пандемията изостри съществуващите проблеми и разделения, подчертавайки нуждата от по-голямо разбиране, съпричастност и сътрудничество.

- Можем ли да променим реалността, ако сменим гледната си точка?

- Да, можем да променим реалността, ако сменим гледната си точка. Промяната на перспективата ни позволява да видим нови възможности, да разберем по-добре другите и да намерим решения на проблемите. Това ни прави по-

адаптивни и отворени към позитивни промени както в личен, така и в социален план.

- Ако трябва сега да направим прогноза за развитието на човечеството през следващото десетилетие, каква ще бъде тя?

- Следващото десетилетие ще бъде време на значителни промени и предизвикателства. За да се справим успешно, ще трябва да бъдем адаптивни, иновативни и готови за сътрудничество. През следващото десетилетие очакваме значителен технологичен напредък в ИИ и здравеопазването, продължаваща дистанционна работа и онлайн образование, както и задълбочаващи се климатични предизвикателства. Геополитическите напрежения ще останат, но ще се търсят нови форми на сътрудничество. Социалната справедливост и приобщаването ще се засилят, както и интересът към личностното развитие и менталното здраве.

- Зад гърба на човечеството надничат изкуственият интелект... Ще успее ли той да се „сприятелски“ с хората, или ще се окаже новата заплаха за тях?

- Изкуственият интелект има потенциала както да се „сприятелски“ с хората, така

и да представлява заплаха. Ако бъде разработен и използван етично, изкуственият интелект може значително да подобри живота ни, улеснявайки работата, здравеопазването и образованието. Въпреки това без подходящи регулации и контрол изкуственият интелект може да доведе до загуба на работни места, засилване на неравенството и дори етични дилеми. Ключът е в балансираното и отговорно използване на изкуственият интелект.

- Защо решихте да направите документалния филм „Пробуждането“? И доколко той е провокация към хората? От какво трябва да се пробудим днес?

- Реших да направя документалния филм „Пробуждането“, за да подтикна хората към размисъл и осъзнаване. Филмът е провокация към зрителите да се замислят за състоянието на света, в който живеем, и за нашата роля в него. Трябва да се пробудим от апатията и безразличието, да осъзнаем влиянието на нашите действия върху околната среда, обществото и бъдещите поколения. „Пробуждането“ призовава към по-голяма осъзнатост, активност и отговорност във всички аспекти на живота ни.

- Тръгнахте на турне с филма „Пробуждането“. Представихте го вече не само в България, но и в много европейски градове. Да очакваме ли премиера и в Лондон?

- Да, планираме премиера на „Пробуждането“ и в Лондон. Радвам се, че филмът предизвика интерес и в други европейски градове, и очаквам с нетърпение да го представя и пред българската общност в Лондон. Вярвам, че посланията на филма ще резонират и ще вдъхновят зрителите и там. Търсим дата в края на октомври и място за провеждането на прожекцията.

- Какво ще пожелаете на българите във Великобритания?

- Пожелавам на българите във Великобритания здраве, щастие и много успехи. Нека запазят своята културна идентичност и връзка с България, докато се адаптират и просперират в новата си среда. Вярвам, че със силен дух и единство могат да преодолеят всички предизвикателства и да реализират мечтите си.

Над 7 милиона и 570 хиляди са в списъците на чакащи на NHS в Англия

БГ БЕН

Броят на чакащите в списъците за медицински процедури или преглед на NHS се увеличават за първи път от октомври миналата година. Данните за месец април показват, че в тях са записани общо 7 милиона и 570 хиляди души, докато през предходния месец те са били 7 милиона и 540 хиляди. И това се случва на фона на рекорден брой извършени процедури, назначения и тестове, които за април надхвърлят 1 милион и 481 хиляди.

От данните на NHS става ясно, че месец май тази година е бил вторият най-натоварен в историята - с отчетени близо 570 000 спешни приема. Средното време за реакция на линейка от категория II обаче се е увеличило на 32 минути и 44 секунди, за разлика от това през април, когато е било 30 минути и 22 секунди. Леко забавяне има и при линейките от категория I, като те са се отзовавали за 8 минути и 10 секунди, спрямо 8 минути и 16 секунди в предходния месец.

Директорът на AcuteNetwork на NHS Confederation Рори Дейтън подчерта, че цифрите са

Броят им се увеличава за първи път от октомври миналата година

Снимка: bigstockphoto.com



ярко напомняне за огромния натиск, на който е подложена здравната система на страната, а ръководителите и техните екипи работят невероятно усилено, за да се грижат за пациентите и да се

справят с безпрецедентното търсене на медицинска помощ.

„Разочароващо е да видим, че списъците с чакащи се увеличили за първи път от октомври, въпреки че здрав-

ната служба успя да повиши производителността до нивата отпреди пандемията. Но повишаването на производителността е доказателство за упоритата работа и планиране

на ръководителите на NHS и техните екипи, които трябва да се справят с натиска от нарастващото търсене и продължаващите индустриални действия“, каза Рори Дейтън.

Според него не само търсенето на медицинска помощ се увеличава след пандемията от ковид-19, когато хората вече преодоляват страховете си от посещение в здравни заведения. Повишеният брой се дължи и на факта, че хората са болни. Сега здравните заведения са в изключително тежка ситуация, тъй като в момента те обмислят съкращаване на клиничен и административен персонал, за да балансират своите отчети.

„Съществува много реален риск финансовият натиск, който произтича от десетилетие на недостатъчно инвестиране, недостатъчни бюджети и липса на капиталово финансиране на NHS, да застраши справянето с изоставането и подобряването на представянето“, каза още той.

За да може NHS да се справи със списъците с чакащи и да подобри ефективността си, здравната система в Англия се нуждае от правилната подкрепа и ресурси. Затова следващото правителство трябва да инвестира допълнителни £6,4 милиарда годишно в капиталови бюджети, което е ключов фактор за постигане на по-голяма производителност, предупреждават от NHS.

Мемоарите на бившия британски премиер Борис Джонсън излизат на 10 октомври

Книгата, озаглавена „Без задръжки“, ще бъде пряма и разголваща, твърди издателят

БГ БЕН

Мемоарите на бившия британски министър-председател Борис Джонсън ще бъдат публикувани на 10 октомври, съобщи издателство „Харпър Колинс“, цитирано от ДПА, съобщи БТА.

Издателството обяви, че книгата, озаглавена „Без задръжки“ (Unleashed), ще бъде „пряма, необузdana и разголваща“ и ще обхваща времената, през които Борис Джонсън е бил кмет на Лондон и премиер.

Бившият министър-председател каза: „За мен

е чест, че „Харпър Колинс“ публикува личния ми разказ за огромното пренапреждане, което се случи в политиката на Великобритания през последните 15 години, и за това, което може би предстои. Така че очаквайте моите мисли за бъдещето на страната да

Снимка: bigstockphoto.com



гърмнат в света на публикации като силно разкладена бутилка шампанско“. През януари 2023 г. данъчната декларация на

Борис Джонсън разкри, че той е получил аванс от 510 000 британски лири за мемоарите си, което е доста над аванса от 7674

британски лири, получен от неговата наследница Лиз Тръс за книгата ѝ „10 години за спасяване на Запада“.



Седем причини за кървене от ушите

Все повече стават пациентите, които търсят специализирана помощ заради кървене от ушите. Оплакванията се увеличават през летните месеци.

А какви могат да бъдат причините за това неразположение? Отговорите на този въпрос дава известната в Лондон българска лекарка доктор Валентина Михайлова Николова в рубриката на вестник БГ БЕН „Първа помощ“.

Доктор Вал, както е известна сред пациентите си, е специалист „Уши, нос и гърло“ и е създател и директор на Val Clinic в Лондон.

Тя дава специална консултация за читателите на вестник БГ БЕН.

БГ БЕН

Кървенето от ушите може да се дължи на различни причини - от съвсем безобидни, касаещи локални травми, до истински застрашаващи живота, включително и тумори. Можем обаче да открием седем най-често срещани причини, които заслужават вниманието и са „сигнална лампа“, че е време да направите консултация с лекар.

Най-често изтичането на кръв от ушите се дължи на:

Ушна инфекция - това е

състояние, провокирано от остро и хронично възпаление. Тук обаче трябва да подчертаем, че в по-напреднали фази на болестта може да се стигне до загуба и на слух. Лекувани навреме и правилно, инфекциозните заболявания не предизвикват допълнителни усложнения. Затова навременната лекарска консултация е от решаващо значение.

Хронични инфекции с грануляции - това са тези инфекции, които не изчезват дълго време или се появяват отново и отново. Можем да разграничим няколко вида, но най-честата е тази, която

Те варират от съвсем безобидни до значително сериозни, затова не се колебайте да потърсите лекарска помощ

засяга средното ухо. Именно хроничните инфекции могат да доведат до кръвотечение от ушите.

Травма на ушния канал - можем да кажем, че това е сред най-срещаните причини за кървенето от ушите. Тя може да бъде причинена от почистване на ушите, вследствие на което се е стигнало до разкъсване на канала. Травмата често се предизвиква от неправомерно използване на остри предмети, като клечки за уши, ключове и други.

Затова трябва да бъдете много внимателни при използване на средства за почистване на ушния канал, тъй като неправилното им прилагане може да доведе и до сериозно нараняване на тъпанчето.

Спукано тъпанче - тук причините за това състояние са инфекции, травма и подлагане на силен шум. Важно



Снимка: Личен архив на доктор Валентина Николова

е да уточним, че тъпанчето на ухото представлява много фина мембрана, която лесно може да бъде разкъсана. По тази причина бъдете много внимателни и щадете вашите уши!

Баротравма (scuba diving)

- тя се провокира от внезапна смяна на налягането под вода при гмуркане надълбоко. Най-честите симптоми

на това състояние са: усещане, че ушите ви са запушени, болка, загуба на слух, виене на свят. От баротравма можете да се избавите със сравнително прости методи, а именно - чрез дъвчане на дъвка, а също и чрез прозяване, което облекчава натиска. Някои медикаменти също могат да помогнат в този случай, но те трябва да

бъдат предписани от лекар.

Чуждо тяло - всъщност тази причина не е никак рядък сценарий. Често чужди тела попадат в ушите, най-вече на децата. Много са случаите, когато те си вкарват различни предмети - като дребни мъниста, части от микроскопични играчки, батерии и обичи.

Различни видове тумори - те също могат да доведат до изтичане на кръв от ушите, независимо дали става въпрос за доброкачествени и злокачествени образувания, кисти, полипи.

Изключително важно е да потърсите лекар специалист, който най-точно ще дефинира причините, довели до изтичане на кръв от ушите. И нека не забравяме, че колкото по-бързо се реагира, толкова по-голяма е гаранцията, че проблемът ще бъде бързо локализиран и отстранен.

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



Пешеходец, блъснат от пресичащ пътното платно автомобил, получава високо обезщетение

В Osbornes Law знаем, че най-добрият начин да осигурим високо обезщетение за нашите клиенти при уреждане на спор е да изследваме задълбочено иска и да се уверим, че са събрани всички доказателства, необходими за максимално увеличаване на сумата на обезщетението (включително експертни съдебномедицински ек-

спертизи, които потвърждават получените травми, и документални доказателства, които доказват финансовите загуби). Този процес отнема време и не всеки ищец е склонен да изчака приключването му.

Шивон МакАйвър, партньор в Osbornes Law, урежда иска на пешеходец, блъснат от пресичащ пътен автомобил, който е претър-

пял различни ортопедични травми. В рамките на 6 месеца от завеждането на иска, веднага след като е публикуван полицейският доклад за произшествието, който подкрепя твърдението на ищеца, че водачът, който го е блъснал, е карал твърде бързо, ищецът сметна, че процесът на предявяване на съдебен иск за обезщетение ще бъде

стресиращ, и с облекчение прие да уреди иска си и да продължи живота си.

„Клиентът ни заслужава ваше пълно обезщетение и се радвам, че успях да помогна да го получи, което му позволи да продължи благополучно живота си“, каза Шивон МакАйвър, партньор в Osbornes Law

При нас в Osbornes Law адвокатите ни, българи, ще

направят процеса на предявяване на иск за обезщетение безпроблемен за Вас. Комуникацията с Вашия адвокат ще се осъществява само на български език, а цялата предоставена документация ще бъде на Вашия език.

Ето защо, ако сте пострадали при пътнотранспортно произшествие и искате да се обърнете към опитен

и състрадателен адвокат, който говори български език и съобразява начина, по който предявява всеки иск за обезщетение с желанията и потребностите на всеки отделен клиент, можете да се свържете на посочените телефони:

Елида Димитрова на тел.: 07843349633/02076818675, и Снежина Янкова на 07516 441448/020.



Osbornes | Law^o

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

Елида Димитрова

07843 349 633/020 7681 8675

Elida.dimitrova@osborneslaw.com



Кой е новият патриарх на България Даниил

БГ БЕН

Новият духовен водач на България е патриарх Даниил. Той беше избран от делегатите на Патриаршеския избирателен църковен събор на 30 юни, но този избор не се прие еднозначно от българите, включително и сред духовните лица.

Кой е новият патриарх на България? БГ БЕН дава отговор на този въпрос и припомня какви са първите заявки на духовния водач на българите, както и реакциите след неговия избор.

Житетският път на новия патриарх започва от Смолян

Новият патриарх на България и Софийски митрополит Даниил е истински монах и духовник. Роден е в Смолян на 2 март 1972 г. Завършил е средното си образование в родния си град, а през 2002-ра. завършва Богословския университет на Софийския университет „Св. Климент Охридски“. Една година преди това учи английска филология в същия университет, но бързо се пренасочва към богословието.

През 1997 г. е приет като послушник в Хаджидимовския манастир „Св. великомъченик Георги“ под духовното ръководство на приснопамятния Неврокопски митрополит Натанаил. На 7 август 1999 г. е подстриган от него в монашество, а на следващия ден е ръкоположен за йеродякон.

На 21 юли 2004 г. е изпра-

Духовният водач на българите иска религията да стане задължителен предмет в училище



Снимка: bg-patriarshia.bg

тен на послушание в Роженския манастир „Рождество Богородично“. На 27 ноември същата година е ръкоположен от епархийския му архиерей за йеромонах. На 1 юни 2006 г. е възведен в архимандритско достойнство.

По решение на Светия синод на 20 януари 2008 г. е хиротонисан за епископ с титлата Драговитийски в патриаршеската катедрала „Св. Александър Невски“ и е назначен за викарий на Неврокопския митрополит. През 2010 г. е назначен за

викарий на митрополита на САЩ, Канада и Австралия Йосиф. Тази длъжност той изпълнява до 2018 г., когато е избран за Видински митрополит.

Патриарх Даниил иска в училищата да се въведе предметът религия

Още в първата изява пред българските медии новият патриарх декларира един от приоритетите си като духовен водач на българите, а

именно - въвеждане на предмета религия и православие в училищата в задължителната програма на учениците. Сега този предмет се изучава като свободноизбираем, но според патриарх Даниил резултатите са съвсем други, когато е в задължителната програма.

Негово Светейшество обясни, че учениците, които не са православни християни, ще могат да изучават католицизъм, ислям, протестанство, етика или философия. Според него

всички се нуждаем от вяра - и млади, и стари.

„Нима старите, които живеят в отчаяние и в самота, не се нуждаят от подкрепа“, заяви още патриарх Даниил.

Изборът на Даниил не се приема еднозначно в България

„Вярвам, че Господ, който гледа на сърце и знае, че не съм се стремил към тази длъжност, като ме избра за това служение, той ще ми бъде и помощник, защото Господ възлага време, но и спасява. Защото сам ни е казал, че без него не можем да вършим нищо, но и че е с нас - през всички дни до свършека на света“, заяви патриарх Даниил в първото си слово след избирането му.

Той отбеляза, че в днешното объркано от умножаване на греховете ни време всички ние имаме нужда от живо и ясно свидетелство за Божието присъствие, милосърдие и любов към нас.

„Това ме задължава в предстоящото ми служение да бъда в подкрепа във вярата и живота по Бога - на повереното ми духовно паство, в отстояване на чистотата на Христовата вяра и благочестие и насърчение по пътя към спасение на духовното ни паство“, каза новоизбраният български патриарх.

Изборът му обаче не се приема еднозначно в България, включително и в Българската православна църква. Игуменът на Гигинския манастир архимандрит Никанор обяви, че напуска

Българската православна църква.

„Патриарх Даниил Български, да ви е честит! Моят патриарх от днес се казва Вартоломей I“, написа в социалните мрежи архимандрит Никанор.

Богословите също видяха знаци на недоволство от избора на Даниил за патриарх, като тълкуваха и факта, че липсата на официално обявяване на името на новия български патриарх е демонстрация от несъгласните с него.

Емоциите от избора на нов български патриарх сред миряните също са разнопосочни - от радостни до отрицателни. Най-оптимистични бяха хората от Видинската митрополия, които ликуваха, след като чуха новината. Други обаче категорично заявяват, че не са съгласни с този избор заради съмненията, че новият патриарх стои близо до Руската православна църква.

„Отправляме поглед към новоизбрания Български патриарх Даниил с надежда да въздига вярата, че Православната ни църква остава пазител на живота, крепител на мира и стожер на историческата си мисия да бъде нравствена опора на българския народ“, каза българският президент Румен Радев.

Дали монашеският път дотук на новия патриарх на България Даниил ще бъде достатъчен, за да се обедини църквата, както и българският народ, предстои да разберем в следващите месеци.

България ще бъде приета в еврозоната най-рано през 2026 година

БГ БЕН

България се прости с идеята да бъде приета в еврозоната през 2025 година. Това стана ясно, след като излязоха редовните конвергентни доклади на Европейската комисия и на Европейската централна банка за 2024 година. От тях е видно, че България не покрива всички критерии за влизане в еврозоната, тъй като не отговоря

на критерия за инфлацията. Изпълнени са обаче другите три критерия за членство, а именно - този за стабилност на публичните финанси (бюджетно салдо и държавен дълг), за валутния курс и за дългосрочния лихвен процент. България не изпълнява единствено критерия за ценова стабилност, като очакванията са инфлацията да се понижи през следващите месеци, което би позволило

на страната да изпълни и последното предизвикателство пред членството ѝ в еврозоната. Очаква се до края на годината и този критерий да бъде изпълнен.

Финансовият министър Людмила Петкова заяви, че технически най-възможно е България да приеме еврото през 2026 година. Тя подчерта, че след като бъде изпълнен критерият за инфлацията, България ще

подаде искане за изготвяне на извънредни доклади от ЕЦБ и ЕК, а ако всички критерии са изпълнени, може да се премине към определяне на дата за присъединяването на България в еврозоната. Бившият финансов министър на България Симеон Дянков обаче прогнозира, че страната може да стане член на еврозоната едва през 2027 година. Той се мотивира с факта, че в България няма



Снимка: БГ БЕН

политическо съгласие по темата, което може да се окаже проблем.

Едно обаче е сигурно - членството на България в

еврозоната ще зависи от развитието на политическата ситуация в страната, която през последните години се оказва доста несигурна.

Българската Агенция „Митници“ с принос за предотвратяване преминаването на „малки лодки“ през Ламанша

БГ БЕН

Усилията на британските власти за предотвратяване на нелегалната миграция продължават, като за целта те активно си сътрудничат с други институции, сред които и българската Агенция „Митници“. В края на юни Национална агенция по борба с престъпността на Обединеното кралство връчи седем индивидуални отличия на служители от българските „Митници“. Наградите бяха присъдени заради ефективната работа на митническата администрация по предотвратяване на контрабандата на така наречени „малки лодки“ и оборудване за тях, както и за ефективно противодействие на трафика на недекларирана валута.

Отличията на българския екип бяха връчени на тържествена церемония в Лондон от генералния директор на NCA Грѐм Бигар. С индивидуални награди бяха удостоени директорът на Агенция „Митници“ Георги Димов, заместник-директорът Пламен Павлов, началникът на отдел „Борба с наркотрафика“ Стефан Бакалов, както и още четирима експерти от Дирекция „Митническо разузнаване и разследване“, които активно работят по темата за така наречените „малки лодки“.

Българските власти със засилен контрол, работят активно за залавяне на „малки лодки“

Британските власти отчитат, че предпочитан начин за нелегален превоз на мигранти от Европейския съюз към Великобритания през Ламанша е именно чрез използването на такъв тип „малки“ надуваеми лодки, които са предвидени за десетина пасажери, но с тях действително се превозват десетки мигранти наведнъж. Престъпните групи,

Усилията бяха забелязани от британската Агенция по борба с престъпността



организиращи трафика, купуват евтини, но и некачествени лодки, произведени извън Европейския съюз, които често не отговарят на стандартите за безопасност. По тази причина, а и фактът, че плавателните съдове се претоварват, са сред причините за множество инциденти със смъртни случаи на онези, които предприемат опасното прекосяване на Ламанша.

В отговор на проблема българските митнически и гранични власти предприеха засилен контрол, както и чрез правомощията на директора на Агенция „Митници“ беше издадена заповед за ограничаване на входните точки, през които е разрешено да се извършва вносът на такива лодки. По този начин бяха прекъснати най-честите маршрути за легални доставки, като при опит за легален внос през някои от забранените пунктове стоките не се допускат в ЕС и се връщат към изпращащата държава, а при опит за контрабанден внос лодките, двигателите и оборудването за тях се задържат.

„Приносът на Агенция „Митници“ и на МВР в лицето на ГД „Гранична полиция“ е в това да предотвратим преноса на надуваеми „малки лодки“, които се използват за трафик на мигранти през Ламанша“, обясни пред журналисти след церемонията по награждаването Георги Димов, директор на Агенция „Митници“, и допълни, че Агенция „Митници“ има дългогодишни отношения на изключително високо ниво с NCA.

България е била един от основните коридори за тези малки лодки, но след активните действия от страна на Агенция „Митници“ този път не се използва с такъв интензитет, уточни още Димов и допълни, че бдителността на всички граници остава.

„В митниците работят невероятни служители с дългогодишен опит, които знаят, могат и искат да работят за постигане на резултатите, формулирани от Министерството на финансите“, заключи директорът на Агенция „Митници“.

През миналата година Агенция „Митници“ е установила валута с левова равностойност около 42 млн. лв., за които е направен опит да се пренесат, без да бъдат декларирани, в посока от Западна Европа към трети държави и за които се подозира, че са от незаконна дейност, обясни заместник-директорът на Агенция „Митници“ Пламен Павлов, който също отбеляза активното взаимодействие и изказа благодарност към партньорите. NCA подпомага българските митници с обучение и техническа помощ, допълни той.

Стефан Бакалов, началник-отдел „Борба с наркотрафика“, коментира, че отличието е признание и мотиватор за всички служители, които са работили по казусите с „малките лодки“ и недекларираната валута.

От август 2023 г. служители на Агенция „Митници“ са задържали 92 надуваеми лодки

При опити за контрабанда служителите на Агенция

за деклариране. Според изчисления на британските партньори задържаното от българските митници до този момент оборудване е нанесло щета на престъпните групи за над 5 млн. евро.

Само за двайсет дни през юни на ГКПП „Капитан Андреево“ са задържани две пратки с общо 20 надуваеми лодки. 16 от лодките са открити в резултат на предотвратен опит за контрабанда. 4 от лодките са задържани при опит за митническа измама, като е направен опит да бъдат декларирани под неправилен тарифен код.

Наред с това чрез обмен на информация, започващ от България, до различни места в ЕС се проследяват вериги на доставки на лодки и оборудване.

Отличието на генералния директор на NCA е една от най-високите награди на Агенцията, която се връчва както на служители, така и на външни лица за изключителни заслуги по конкретен случай или в дадена област. Наградата, придружена от грамота, е във вид на плакет-монета с изображения, символизиращи добродетели като храброст, бдителност, истина, лоялност и способност за преодоляване на предизвикателствата.





На Арената днес:

Удивителни истории за известни рок хитове

Няколко велики хита, направени като на шега. Доза романтика, страст и нотка вулгарност стоят зад култовите истории на някои от най-известните парчета при създаването им. Едва ли някои от хората, които са ги писали, са предполагали до какви величини ще стигнат тези песни, но няма значение, защото това е вече факт. Има безброй виртуози, но най-големите музиканти са тези, които умеят да направят хит за вечни времена. Случайност, гафове, късмет, импровизации, технически неуредици и прочие фактори стоят зад хитове като „Yesterday“, „Nothing Else Matters“ и много други. Ето една малка част от тях.

Jimi Hendrix - „Purple Haze“

Снимка: YouTube



Историята на песента разказва историята за вмяна на сервитьорка, на която е посветена цяла статия във вестник. Жената била обсебена от един от редовните си клиенти. И как му го показала? Един ден сложила в кафето му LSD и го отвела в апартамента си. Човекът не могъл да излезе от там дни наред, но вдъхновил Джими да разкаже историята му. Песента е записана през 1967 от The Jimi Hendrix Experience и издадена като сингъл във Великобритания и САЩ. „Purple Haze“ е смятана за една от най-великите песни на Джими Хендрикс и е първият му международен хит. През март 2005 г. списание Q нарежда „Purple Haze“ на първо място в класацията на „100 Най-велики китарни парчета“. Списание Rolling Stone нарежда песента на 17-а позиция в класацията „500 Най-велики песни на всички времена“.

Красивата мелодия на най-великата песен „Yesterday“ е хрумнала на Пол Маккартни в къщата на гаджето му



Metallica - „Nothing Else Matters“

Джеймс Хетфийлд се срамувал от „Nothing Else Matters“. Една от най-известните балади за всички времена само по случайност става обществено достояние. Годишната е 1990-а, а Джеймс Хетфийлд е в хотелска стая на поредното турне и ужасно много му липсва гаджето. Звъни й по телефона да се чуят, като през това време държи китарата в едната си ръка и си подрънква. Именно заради това първите тонове на „Nothing Else Matters“ са толкова елементарни и всеки новак в свиренето изсвирва първото. След като приключил разговорът, Хетфийлд се хванал и донесъл парчето. Като го завършил обаче, тотално се ужасил от себе си - смятал, че тя е абсолютна неподходяща за „Металика“. Другите от бандата обаче я чули и още тогава Ларс Улрих прогнозировал, че именно това парче може да стане тотален хит, и успял да убеди Хетфийлд да я запишат. В последния

момент все пак решават да я включат в албума „Metallica“, познат още като „The Black Album“ албум, 1991.

Dire Straits - „Money for Nothing“

Един от най-великите хитове на „Дайър Стрейтс“ е създаден по истински случай. Текстът представлява монолога на депресиран и отчаян работник, който не може да укроти завистта си към MTV, където звездите печелят милиони и спят с красиви момичета, а той е затворен в магазина да бачка по цял ден за мижави суми. Именно на него попаднал Марк Нопфлър, докато пазарувал. Изнервеният продавач постоянно псувал и ругаел ежедневието си, а през това време в магазина имало телевизор, на който се въртяла MTV - мъжът поглеждал към екрана и съвсем изпаднал в ярост, редял: „We got to move these color TVs“ („Трябва да преместим тези цветни телевизори“), „I should've learned how to play the guitar“ („Трябваше да се науча да свиря на китара“), „That's the way you

do it“ („Това е начинът, по който се прави“)... Нопфлър толкова се впечатлил, че веднага се оттеглил в един тъгъл на магазина, извадил тефтерче и подслушвайки продавача, записвал думи по думи монолога му. Останало само да измисли мелодията. Парчето е включено в албума „Brothers in Arms“, издаден през 1985-а.

Deep Purple - „Smoke On The Water“



„Пърпгъл“ наистина виждат дим над водата! През декември 1971 г. бандата се събира в Монтерьо, Швейцария, за да запишат най-известния си албум „Machine Head“, използвайки мобилното студио на „Ролинг Стоунс“, отново с Мартин Бърч зад „волана“. Групата възнамерява да осъществи

записите в „The Casino“, но се оказва, че трябва да намерят друго място, тъй като „Казиното“ е запалено по време на концерт на Франк Запа от фен със сигнална ракета. Случката вдъхновява „Пърпгъл“ за тоталния им хит „Smoke on the Water“, изграден върху риф, който отдавна е в главата на Блекмор, саморазкриващ текст на Гилън и заглавие, хрумнало на Глоувър. През март 2005 г. списание Q поставя „Smoke on the Water“ на номер 12 в списъка на 100-те най-великите китарни парчета.

Guns N' Roses - „Sweet Child O' Mine“



Основата на една от най-великите песни в историята на рок музиката е написана буквално за 5 мин. Една сутрин, докато бандата се подготвяла за репетиция, Славш започнал на шега да свири на китарата си някаква импровизирана от него мелодия, при което към него се включил и барабанистът Стивън Адлар. Аксел Роуз пък вече имал написана „любовна поема“, която била посветена на тогавашната му приятелка Ерин Евърли. Музикантите обаче нямат добра идея за финалната част на парчето, а в този момент Аксел е на звукозаписния пулт и се чува на глас „Where do we go?“, „Where do we go now?“... В крайна сметка, продуцентът му предлага да опита с тези думи и всичко си идва на мястото.

Van Halen - „Jump“

Вокалистът Дейвид Лий Рот получава вдъхновение за големия хит след един репортаж по новините, в който излъчвали видео на мъж, качен на покрива на Арко Тауърс в Лос Анджелис, решен да скача... Гледайки това, Рот неколкратно призовава: „Скачай! Скачай, бе!“ В крайна сметка, клетникът се отказал от решението си, а няколко месеца по-късно песента „Jump“ става хит и достига номер 1 в класацията на U.S. Billboard Hot 100. Парчето е от албума „1984“, издаден през същата година.

The Guess Who - „American Woman“

„American Woman“ станала с импровизация. Лени Кравиц определено удари десетката с това страхотно рокаджийско парче. То обаче не е негово, а на канадската рок група „The Guess Who“. В този период бандата е на ръба на оцеляването, свирят по евтими барове за по 10 долара на човек... Но на един концерт китаристът Ранди Бахман къса струна и понеже нямал пари да си купи дори тюнер - устройството, което ти показва верния тон, по който да си настроиш китарата, Ранди започнал да се настройва по пианото. Бахман приканил останалите музиканти да импровизират нещо върху този мотив. Парчето тръгнало добре, а Ранди вкарал и текст - пеел каквото му хрумне, станал страхотен джем сешън. Но после дошъл проблем - никой от групата на помнел какво точно е свирил. За техен късмет фен бил записал шоуто. Помогли го да им даде касетката, за да чуят собствената си песен. Възстановили я и така създали парчето.

Продължава на стр. 17



Първата в света рок опера се завръща на Бродуей



Снимка: YouTube

През 1969 г. The Who създават рок операта „Tommy“, която за броени дни стига до върховете на всички класации и променя хода на музикалната история.

Днес този музикален шедевър се завръща на Бродуей с потвърдени 17 дати през юли месец в слепителна изцяло нова продукция, номинирана за награда Tony Award® за най-добро музикално възрождение, която се чувства по-актуална от всякога.

Всичко в тази вълнуваща продукция ви разтърсва и ви кара да настръхнете: уникалното пеене, превзходното сценично майсторство и изумително изпълнение на 24-годишния

Създават я музикантите от The Who в далечната 1969 година



Али Луис Бурзгуи в ролята на магьосника на флипера, което е най-вълнуващият сценичен дебют в Ню Йорк от години. Визуално и звуково това е един уникален шедевър на рок опера.

Създадена през 1964 г. в Лондон, The Who се смята за една от най-добрите и най-влиятелни групи в света,

а музиканти в нея са китаристът Питър Тауншънд, вокалистът Роджър Долтри, басистът Джон Ентуисъл и барабанистът Кит Мун. Те стават известни с динамичните си изпълнения на живо, включващи едни от първите демонстративни унищожавания на инструменти. В хода на продъл-

жителната си кариера групата продават около 100 милиона записа, 27 техни сингъла достигат първите 40 места, а 17 техни албума - първите 10 места в британските и американските класации.

Придобиват популярност във Великобритания с поредица от хитови сингли, преди авторът ѝ да навърши 23... През 1999 г. „Yesterday“ е определена за песен на века според допитване на Би Би Си, а според сп. „Ролинг Стоун“ е най-добрата песен на всички времена и е с най-много кавъри в музикалната история.

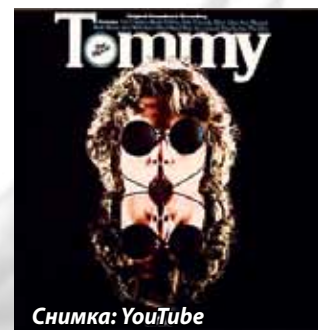
„Ролинг Стоунс“ и легендарното парче „Satisfaction“

Първото парче, в което електрическата китара е изкривена до неузнаваемост и става световен хит, е „Satisfaction“ на „Ролинг Стоунс“. Разпознаваема още от първите тонове и скандална за времето си именно защото използва т.нар. дисторжън ефект, който променя чистите звуци на китарата в неистово ръмжене.

„Ролинг Стоунс“ обаче не измислят дисторжъна. Той

започнала с „I Can't Explain“ през януари 1965 г. Следват албумите „My Generation“ (1965), „A Quick One“ (1966) и „The Who Sell Out“ (1967), първите два от които достигат челните пет места в британската класация. Първият им хит, достигнал първите 40 места в Съединените щати, е „Happy Jack“ през 1967 г., а по-късно през същата година влизат в първата десетка с „I Can See for Miles“.

Славата им нараства със запомнящи се изпълнения на фестивалите „Монтерей Поп“ и „Уудсток“. След смъртта на Кит Мун, починал на 32-годишна възраст през 1978 г., The Who издават два студийни албума – „Face Dances“ (1981) и „It's Hard“ (1982), с барабаниста Кени Джоунс, преди групата да се раздели през 1983 г. През следващите години музикантите се събират неколкратно и правят концертни турнета по повод 25-годишнината



Снимка: YouTube

на групата през 1989, 1996 и 1997 година.

Питър Тауншънд и Роджър Долтри продължават да участват в концерти под името The Who, а през 2006-а издават и студийния албум „Endless Wire“, който достига челните десет места във Великобритания и Съединените щати.

През 1990 г. са включени в Залата на славата на рокендрола. През 1988 г. са удостоени с наградата на Британската звукозаписна индустрия за цялостен принос, а през 2001-ва получават и Грами за цялостен принос.

Продължение от стр. 16

The Beatles и три от големите им хитове

Доста от близките на Пол Маккартни са убедени, че песента „Hey Jude“ е написана именно за тях, но се оказва всъщност, че хитът е сътворен за сина на Джон Ленън - Джулиан, за да бъде утешен след развода на родителите си - Джон Ленън и майка му Синтия, тъй като го преживявал изключително тежко. Оригиналното име на песента било „Hey Jules“, но Пол Маккартни го променя, за да може да се пее по-лесно. Джулиан Ленън разбира, че тази песен е написана за него едва 20 години по-късно. Британската обществена медия BBC прави допитване чрез анкета на Острова кое е любимото им парче на „Бийтълс“ и получи отго-

вора: „Hey Jude“! Песента е включена в албума „The White Album“ на бандата, издаден през 1968-а.

„Ticket to Ride“ - добре познатата песен „Ticket to Ride“ не разказва за вълшебните светове на един билет разстояние, а според Джон Ленън възпетият билет е нещо като „здравен талон“, който проститутките в Хамбург носели със себе си! Въпросният талон гарантирал, че са здрави и не пренасят венерически болести. Сингълът „Ticket to Ride“ е от албума „Help!“ от 1965 г. и е включена в саундтрака на втория филм на „Бийтълс“ „Помощ!“, режисиран от Ричард Лестър и описван като „преди всичко една безмилостна пародия на Бонд“.

„Yesterday“ - избрана официално за най-великата песен на всички време-

на, красивата мелодия на „Yesterday“ хрумнала на Пол Маккартни, докато бил заспал в къщата на гаджето си. Изведнъж просто се изстрелял сънен до пианото и успял да я извади на нотния лист. За разлика от музиката обаче, никак не му се удало да измисли текст. Месеци наред я пял със следните първи редове: „Scrambled eggs, oh my baby, how I love your legs“. („Бъркани яйца, о, бейби, как обичам твоите крака“). Шеговитото ѝ работно заглавие е „Бъркани яйца“ („Scrambled Eggs“) и останалите членове от „Бийтълс“ непрекъснато се подиграват с Пол, който използва всяка пауза при записите на албума „Help!“. След време обаче се оформили далеч по-романтични лирики. Записана е на 14 юни 1965 г. в легендарните студия на „Аби Роуд“ - 4 дни

пред авторът ѝ да навърши 23... През 1999 г. „Yesterday“ е определена за песен на века според допитване на Би Би Си, а според сп. „Ролинг Стоун“ е най-добрата песен на всички времена и е с най-много кавъри в музикалната история.

„Ролинг Стоунс“ и легендарното парче „Satisfaction“

Първото парче, в което електрическата китара е изкривена до неузнаваемост и става световен хит, е „Satisfaction“ на „Ролинг Стоунс“. Разпознаваема още от първите тонове и скандална за времето си именно защото използва т.нар. дисторжън ефект, който променя чистите звуци на китарата в неистово ръмжене.

„Ролинг Стоунс“ обаче не измислят дисторжъна. Той

е открит по случайност и след инцидент от неизвестната банда „Марти Робинс“ през 50-те години на миналия век. Тогава те записват парчето „Don't worry“, а китаристът Грейди Мартин искал да премине от соло към бас китара. Аудиоинженерът Глен Сноди обаче нещо объркал жаковете и соло китарата отишла в усилвателя за бас. Звукът се изкривил сериозно, но тъй като записвали в момента, Мартин довършил с кривия саунд парчето. После на всичкото отгоре усилвателят нещо се задал и изгорял. Бандата принципно искала солото да се презапише, защото за пръв път чували китарата да звучи с толкова „мръсен“ звук. Но в крайна сметка се отказали и така бил създа-

ден така нареченият „фъз тон“, използван и до днес. „Марти Робинс“ си останали безизвестни въпреки това тяхно откритие и звученето на странната китара, без която вече не можем да си представим нито рока, нито метъла.

Black Sabbath - „Disturbing the Priest“

Историята се развива по време на репетиция. Докато момчетата от Black Sabbath забиват супер здраво, свещеник от близката църква отива при тях и се оплаква от шума, който вдигат. Ако мислите, че са се притеснили, то чувайте „Disturbing the Priest“ и Йън Гилън веднага ще затвърди съмненията ви. Песента е включена в албума „Born Again“, 1983.

Редактор: Антоанета Петрова

На 20 юли посрещаме големия български празник Илинден

Той е посветен на свети Илия - най-големия библейски пророк

БГ БЕН

На 20 юли българските православни християни посрещат един от най-големите български празници, а именно Илинден. Той е свързан не само с православната вяра, но и с множество народни поверия, които се предават от векове.

В съвместната рубрика на БГ БЕН и Българска православна църква „Свети Йоан Рилски“ в Лондон ще Ви запознаем подробно с житието на свети Илия, както и с народните традиции и обичаи, свързани с Илинден.

Свети Илия, или пророкът и предсказател на великите Божии дела

„Пророче и прозрителю на великите Божии дела на

нашия Бог, Илие великоименити, с твоего предсказание си задържал водоточните облаци, моли за нас Единствения Човеколюбец.“

Наричат свети Илия пророк и предсказател на великите Божии дела, и още - предтеча на Второто Христово пиршество, както и ангел в плът.

Свети пророк Илия произлиза от потомството на Аарон, от гр. Тесвия, Галатия. Живял е през IX век преди Христа по време на цар Ахав. Илия значи крепост и той се показал крепост, твърдина на вярата.

Цар Ахав и царица Иезавел поставили в Самария идола на езическото божество Ваал, заповядали на еврейския народ да му се покланят и принасят жертвоприношения. Съ-



Снимка: pravoslavie.bg

щевременно преследвали свещениците и служителите на истинския Бог. Затова пророк Илия с молитва към Бога измолил от небото да не пада дъжд за три години и половина. Настанал голям глад и суша, а Ахав преследвал св. Илия.

Пророкът предложил на Ахав да принесат жертва на планината Кармил и на

когото жертвата се запали с огън от небото неговата вяра да се счита за истинска. Царят се съгласил. Заклали жертви. Жреците на Ваал напразно се молили, но нищо не станало. А върху жертвата на пророка паднал огън от небото и я изгорил.

Народът видял това, поклонил се на Истинския Бог. Жреците били избити, а

статуята на Ваал разрушена. Обилен дъжд напоил земята. Бог помилвал еврейския народ.

Илия пророкувал 25 години. Но край р. Йордан бил грабнат на огнена колесница и жив отнесен на небото.

Свети пророк Илия отново ще дойде да проповядва за Христос преди Неговото славно Второ Пришествие и всеобщото възкресение.

Желаещите да се включат в кампанията за набиране на средства за реконструкция и разширяването на българския православен храм 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

Интересни факти за свети пророк Илия

Свети пророк Илия е не само един от най-почитаните светци както в Православната, така и в Католическата църква. Той е един от най-известните хора в историята на човечеството. Почитан е не само в християнството и юдаизма, но и в исляма... Постарахме се да съберем най-интересните факти за свети пророк Илия.

Всъщност името на пророк Илия е неизвестно

Възможно е името Илия да не е неговото собствено име. „Елийаху“ на библейски еврейски език означава „Яхве е мой Бог“. Съществува мнение, че пророкът приема това име по време на противопоставянето с жреците на идола Ваал.

Пророк Илия е проповедник на Единия Бог

По времето на пророк Илия над Израил царува Ахав и жена му Иезавел. Те са идолопоклонници - при-

насят жертви на езическото божество Ваал. Иезавел по произход е финикийка. Финикийците се покланят на Ваал и самата Иезавел е негова жрица. Царят и царицата явно склоняват народа към идолопоклонство. Пророк Илия открито ги изобличава и с това си спечелва ненавистта на царицата.

Като наказание за упорството на царя в идолопоклонството Господ изпраща зной в Израил. Три години от небото няма нито дъжд, нито роса. Сушата се прекратява само по молитвата на пророк Илия, което посрамва жреците на Ваал.

Това се случва при следните обстоятелства: Илия събира на планината Кармил народа на Израил и жреците на Ваал и предлага да съградят два жертвеника - един на Бога и един на Ваал, и да принесат жертви върху тях, но да не подклаждат огън. Ако Ваал изгори своята жертва с огън от небото, то той е истинният Бог. Ако Господ изгори своята жертва, то Той е истин-

ният Бог. Разбира се, Ваал не „приема“ своята жертва. А огън от Бога пояжда не само жертвата, но и дървата, и каменният жертвеник, и дори окопът с водата, който Илия е заповядал да направят около жертвеника.

Народът на Израил се покаява и прославя Бога, а Илия собственоръчно избива всички жреци на Ваал, защото те подвеждат хората към идолопоклонство. След това той се моли на Господа за дъжд и Господ чува молитвата му.

Sveti Iliia3. Той е взет жив на небото

За пророк Илия пише конкретно в Библията: „... изведнъж се яви огнена колесница, и огнени коне, и ги раздвоиха един от други (пророк Елисей от пророк Илия), и Илия се понесе във вихрушка към небото“ (4 Цар. 2:11).

Пророк Илия е предтеча на Христос

Съгласно църковното предание, което се основава на пророчеството на Малахия: „Ето, Аз ще пратя при

вас пророка Илия, преди да настъпи денят Господен - велик и страшен“ (Мал. 4:5), пророк Илия ще бъде предтеча на Второто пришествие на Христос на земята и ще бъде убит за проповядване на Христа. С това той ще повтори съдбата на свети Йоан Кръстител, който идва „в духа и силата на Илия“ (Лк. 1:17) като Предтеча на Спасителя. (Христос казва: „Илия първом ще дойде и ще уреди всичко; но казвам ви, че Илия вече дойде и го не познаха, а сториха му, каквото си искаха; тъй и Син Човеческий ще пострада от тях“ (Мат. 17:11-12).

За това, че пророк Илия е възвестител на Христос, свидетелстват неговите чудеса. По време на сушата, изпратена заради греховете на цар Ахав и израилевия народ, той живее в дома на вдовицата от Сарепта Сидонска, която е езичница по произход. Това е предобраз на идването на Христос при погиващия народ на Израил - Той е отхвърлен от израилтяните, но приет от езичниците.

В дома на вдовицата Илия възкресява единствения й син, който умира от тежка болест. Така и Христос възкресява мъртви в Своя земен живот.

Свещеното Писание разказва за още едно чудо, станало в дома на вдовицата - докато там живее пророкът, дървеното масло в гърнето не намалява и брашното в делвата не се свършва (виж 3 Цар. 17:14, 16). Това е предобраз на чудото с премножаването на хлябовете и рибите, с които Господ нахранва народа, дошъл да Го чуе (виж Мат. 14:15-21; Мат. 15:32-38).

Илия е събеседник на Христос

Евангелието свидетелства за това, че Илия е най-велик сред пророците, чрез факта, че само той и Моисей са удостоени да беседват с Христос по време на Неговото Преображение на планината Тавор.

Съществуват различни обяснения - защо точно тези двама пророци са избрани за беседата с Христос.



Снимка: pravoslavie.bg

Едното от тях е, че пророк Илия, както и Моисей, има опита на непосредственото богообщение: Моисей получава от Бога закона и освен това общува с Бога толкова близко, колкото е възможно за човек - той вижда Бога изотзад (Изход, 33 гл.; Изх. 33:23). Илия стои на планината Хорив пред лицето Господне по Неговия призив, като закрива лицето си със своя кожух (3 Цар. 19 гл.; 3 Цар. 19:13).

Свети Йоан Златоуст излага още едно мнение: Моисей е починал, а Илия още не е изпитал смърт - те стоят пред Христос, като с това показват, че Той има власт над живота и смъртта, над небото и земята.

Източник: pravoslavie.bg

Деца на свети Йоан Рилски

На 15 август православните християни почитат Успение Богородично



Икона на Успение Богородично

БГ БЕН

Българската православна църква почита Успение Богородично на 15 август. В съвместната рубрика на вестник БГ БЕН и църквата „Свети Йоан Рилски“ в Лондон - „Традиции и дух“ разказваме за тази знакова дата в църковния календар.

Хора, с любов се съберете днес! Радвайте се, възкликвайте и ликувайте с веселие! Защото Божията Майка преминава славно от земните жители към небесните!

Чудесното възнасяне на Божията Майка в плът

15 август е денят, в който Божията майка, на 64-годишна възраст, напуска земния живот и отива при Своя Син. Три дни преди нейното възнасяне Архангел Гавраил със сияещо от радост лице ѝ съобщава, че Бог е пожелал да я вземе в Своето Царство,

за да царува вечно с Него.

Последното ѝ желание е да види Светите апостоли заедно. По чуден начин те се пренасят пред вратите на дома ѝ в Йерусалим. Три дни след това Самият Цар на славата Христос, обкръжен от Ангели, Архангели и други безплътни сили, и с праведните души на пратците и пророците, слиза от небесата за Пречистата Своя Майка.

Снежната любов на майка на целия християнски свят Пресветата Дева от своята небесна висота гледа към вярващите и увещава Родения от Нея: „които си Ми дал, во веки съхрани“.

Светата Църква нарича кончината на Божията майка „успение“, а не смърт, защото смъртта, като възвръщане на пръстта на земята, а духът - на Бога, който ни го е дал, не е докоснала Благодатната.

В памет на това нейно явяване пред апостолите

светата Църква наредила да се прави възношение (въздигане хляб) в чест на Пресвета Богородица. Това възношение се нарича „панация“ („пресвета“).

Пресвета Богородица Троеручица от Троянския манастир

И тази година на 15 август в Троянския манастир ще бъде спазена вековната

традиция и Чудотворната икона на Света Богородица Троеручица ще бъде пренесена с литийно шествие от храма на светата обител до параклиса на мястото, където е извършила първото си чудо през XVI век. Ето какво знаем за Чудотворната икона:

Йеромонах от Света гора на път за Влашко минал през Троянско. Той носел със себе си и Чудотворната Богородична икона. Като дошло време да продължи пътя си, той оседнал коня, прекръстил се и потеглил, но конят се препъвал и падал няколко пъти. В това духовникът вижда Божи знак, че иконата не желае да напусне това място. С умилни сълзи той се простил с иконата, подарил я на отшелника, който се подвизавал на това място, и отпътувал. Троянският отшелник скоро привлякъл още братя, построили за Чудотворната Богородична икона малка църквица и започнали да служат в нея. Така възникнал Троянският манастир.

Славата на Троеручицата

се разнесла надлъж и шир, защото непрекъснато дарявала изцеление на идващите с вяра при нея: болни се излекували, прокажени се очисти, неми проговаряли, разслабени проходили. На всеки за всичко помагала. И не само на верните, а и самите турци не изоставяла, когато прибегвали към нея с вяра в помощта ѝ. Тя спасила местното население от земетресение и от чумата през 1837 г.

Чудотворната икона изцелява и жените от безплодие. За това свидетелства йеромонах Никифор, който лично е кръстил дете, родено след като майка му многократно се молила пред Света Богородица Троеручица. И друг случай разказва отецът. Преди години момиче от Троян катастрофирало тежко с мотор и изпаднало в кома повече от 4 месеца. Майката на момичето посетила иконата многократно. Свещеник от манастира отправял молитви за спасението на девойката. И чудото се случило - момичето отворило очи и се вдигнало. Кръстило се със сестра си в

манастира.

Народното предание за един от най-важните християнски празници

Голяма Богородица е един от най-важните християнски празници, честван еднакво както от нас, православните, така и от католиците и други християнски деноминации.

На Голяма Богородица, след тържествена литургия в църквата, се освещават обредни хлябове, които жените след това раздават за здраве и за починалите близки. На този ден се правят родови срещи, прави се курбан за живот, за здраве, за плодородна година, против премеждия и болести. Традиционни ястия на трапезата са прясна питка, украсена с орнамент, пиле каша, варено жито, царевича и тиква. Непременно се ядат диня и грозде.

По молитвите на Св. Богородица, бъдете здрави и в силна вяра!

ИЗ ПЕСНОПЕНИЯТА НА ПРАЗНИКА

Днес небето простира обаятията си, за да приеме тази, която роди Невместимия от целия свят, и земята, като отдава нея, извора на живота, се украсява с благословение и благолепие;

ангелите стоят от страни с апостолите и трепетно съзерцават преселващата се от живота към живота, родилата Началника на живота;

нека всички ѝ се поклоним и да се помолим: не забравяй, Владичице, близкото си родство с нас, които с вяра празнуваме всесвято то успение!

Елате да възпеем, хора, пресветата чиста Дева, от която неизказано се роди възплътлото се Слово на Отец, като викаме и казваме: благословена си ти между жените, блажена е утробата, вместила Христос! Предавайки душата си в Неговите свети ръце, моли се, Пречиста, да се спасят душите ни.

Страницата подготвиха отец Добромир Димитров от българския православен храм „Свети Йоан Рилски“ в Лондон, Надя Йончева и Ива Димитрова. Пишете ни: f_dobromir@abv.bg; bulgarianchurchlondon.co.uk

Д-р Мирена Василева ПСИХОТЕРАПЕВТ

- Семейни и брачни консултации
- Проблеми на детското съзряване
- Деца със специални нужди
- Страхови 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



Български продукти
Готвени ястия
Поръчки Кетъринг

www.bakerynaslada.co.uk

078 4102 9577
60 Main avenue
Enfield EN1 1DH



Изгледете новия брой
на вестник БГ БЕН онлайн!

www.bgben.co.uk



Евгения Йорданова е завършила Софийския университет „Св. Климент Охридски“. Била е учител и директор на Дом за деца, лишени от родителска грижа. Като общественичка и писателка ратува за правата на децата и жените, за помощ на хората в неравностойно положение. Тя е белегист с подчертан усет за

съвременност и хуманност. Книгите ѝ са със сюжети от конфликтите и тревогите в нашата действителност, с подчертано документално и автобиографично начало. Носителка е на литературни награди и награди за благородната си обществена дейност. Член е на Съюза на българските писатели.

Лошият късмет е нещо, което няма логическо обяснение.

Той се роди в един петък, на дата тринадесети, в едно малко красиво провинциално кътче като седмо дете. На петия ден от неговото раждане парче от тавана затрупа бебешкото му креватче. Оцеля.

В края на първата година от деня на раждането му баща му го забрави в бебешката количка. Цяла нощ никой не забеляза неговата липса. Върна го кръчмарят, който забеляза детската количка и спящото дете чак когато на другия ден отвори

кръчмата.

Порасна. Стана юноша, никога не подозираше, че особени сили движат живота му. В ръцете му или нещо се чупеше, или той попадеше в странни ситуации. Един ден, когато отиваше в университета, се случи случката. Бавно изкачваше стъпалата към сградата на факултета в слънчев ден, на който пролетта се радваше. Зимният студ и кишата бяха забравени. Срещу него се движеха три весели, красиви и лъчезарни девойки, които се заливаха от смях и се радваха на лъчезарния ден. Погледът му ги фиксира,

след като смехът им завладя слуха му. Точно тогава едното момиче се спъна в нещо и полетя към него стремително. Разстоянието беше около три метра. Без да се замисля, той разпери ръце, хвана момичето и заедно се изтъркаляха по циментовите стълби. Лаптопът му, който баща му купи на изплащане, излетя от ръцете му. Той не чувстваше болка, а момичето беше върху него.

- Спасих те. Нищо ти няма.

- Благодаря ти! Щях да се пребия... Аз съм Ева.

- Иван се казвам. Какво запознанство!

Картък

Тя стана. Подаде му ръка. Усети аромата ѝ. Тя ухаеше на цветята в градината на баба му. За първи път се докосваше до момиче и ръката ѝ беше в неговата.

- Лаптопът ти е станал на нищо. Имаш ли лекции?

- Отивам на лекции, ама нещо ме боли кракът.

Двете ѝ приятелки се присъединиха към тях. Помогнаха му да събере изсипаните си и разпилени вещи. Взеха такси и заедно отидоха до поликлиниката.

До него, от дясната страна, беше ароматната девойка и сърдечният му ритъм чувствително се забърза. Тя го държеше с малката си нежна ръка зад кръста. Усещаше пръстите ѝ.

- Натъртено. Няма проблем. Ще Ви мине.

- Благодаря ти още веднъж, че съм цяла - каза Ева.

Той взе счупения си лаптоп и си тръгна за вкъщи. Замисли се колко е хубав животът, когато можеш да спасиш паднало момиче, което мирише толкова хубаво.

Ще я покана да пием кафе. Размечта се и така стигна до блока, в който живееше. Разказа какво се е случило и за първи път никой не му се кара за счупеното. Никой не му викаше, че е неудачник.

Баща му гледаше странно и после каза:

- Иване, така срещнах майка ти. Преди тридесет години паднах в една дупка и тя ме извади.

- Ако не те бях извадила, още щеше да си там, а

ти излезе от дупката и ми викаш: „Заведи ме у Вас, че миришеш на вкусно“.

- Миришеше на печен лук. Помниш ли?

- Помня, че беше гладен и изяде две чинии от яхнията на мама.

- Да, ама после ѝ подарих седем внуци и трима кръстни на нейно име - Иван, Иванка, Иво. Защото така ме нахрани, че никога няма да забравя това. Два дни не бях ял нищо. Още ми е вкусно, като се сетя. А и ти все миришеш на лук. Обичам миризмата ти тридесет години.

- Татко, тя миришеше на пролет, на цветя!

- Кой мирише на цветя?

- Момичето, което спасих да не падне.

- Цветята са си цветя. Другия път, като спасяваш някого, гледай да мирише на манджа. Това значи, че може да готви. Ще те нахрани. Станахте хора, защото тридесет години майка ти готви хубаво. От камък супа ще направи и ще си изядете пръстите.

Иван погледна майка си. Спомни си изведнъж, че никога не я беше виждал обременена с нещо друго, освен с вехтата престилка, и вечно до печката, до мивката, някъде в кухнята. На колко ли години беше всъщност тя? Как се губят спомените му. Сега има само един - уханието на Ева.

- Утре да я заведаш на кафе, на разходка - каза баща му.

- Не знам как да я намеря -

тихо каза Иван. Забравах да ѝ взема телефонния номер.

- Как може да не се сещаш за такива работи. Искай веднага среща - наставнически каза баща му.

- Като те извадих от дупката, аз те заведох у нас. Ти не се сети да ме питаш как се казвам. Ако не бях те харесала, още щеше да си в ямата - изсмя се весело майка му.

- Иване, каквото е писано, ще стане! Не се ядосвай, сине! Хайде хапни си сега, а вятърът няма да прогонни мириса на цветя, ако е писано.

Иван излезе на терасата. Погледна в градинката пред блока и тогава светът му се завъртя. Кръвта нахлу в главата му и слънцето заблестя още по-красиво. От втория етаж се виждаше добре двортът и на пейката седеше тя с една от приятелките си. Не беше ли това чудо!? На него чудеса не му се случваха. Тя беше!

- Ева! - извика той. - Ева!

Тя се обърна, погледна го с големите си очи, помахна му с ръка и косата ѝ заблестя на слънцето. Ароматът на цветя се сля с миризмата на тяхната кухня и той каза простичко:

- Ела да обядваш у нас!

Тогава той видя едно момче, което се спря пред нея. Тя стана. Прегърнаха се и целувката му удари с камшик Иван по лицето. Той не дочака отговора. Влезе вътре и отново си помисли, че няма късмет.

Седна на масата, започна да се храни и тогава на звънеца се звънна. Баща му отвори вратата и Иван чу:

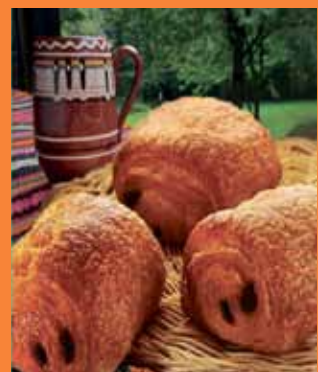
- Добър ден! Казвам се Ева. Иван ме покани на обяд. Може ли да дойде и моят приятел?

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

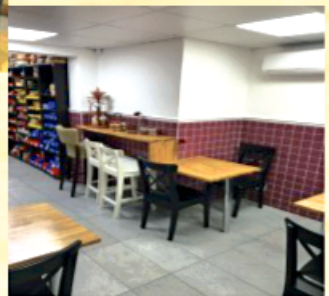
Приемаме поръчки за вити баници, погачи и питки

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)



Колко излиза почивката на море в България



БГ БЕН

Лятото е време за ваканция, релакс и зареждане. Голяма част от българите, които живеят и работят в Обединеното кралство, използват летните месеци за да се върнат и да отпочинат в България, близо до любими хора и роднини. Това важи и за нашите сънародници, които работят и в други части по света.

Добре е да знаете, че тази година цените по родното море са повишени, като увеличението варира от 10 до 25 процента. Има обаче и непретенциозни места, където може да ви излезе и по-евтино. Всичко зависи от това с какъв бюджет разполагате, както и дали според вас си струва да похарчите големи суми за лятна морска ваканция. Не трябва да забравяте и факта, че цените през юли и август са допълнително завишени.

Достъпен лукс или мисия не/възможна се оказва морската

почивка в България

Цените по родното Черноморие са повишени в сравнение с миналата година средно с 10%. Това показва проверка на вестник БГ БЕН. Цените по Южното Черноморие варират в зависимост от екстрите, които се предлагат на местата за настаняване. Непретенциозен апартамент в Бургас за четирима души може да се намери на цена от 160 до 270 лв. на вечер, като локациите са на километър-два от централната част на града. Много повече пари обаче ще трябва да платите, ако сте любители на луксозната ваканция и изберете голям и известен хотел, като за такъв стаята за двама души започва от 180 лв. на вечер с включена закуска. Офертите за четирима са средно 430 лв. за нощувка, а в центъра те достигат и до над 800 лв. с включена закуска.

Има и по-малки семейни хотелчета, които предлагат по 80 лв. на вечер за двойна стая, които обаче често нямат основни екстри, като

басейни и ресторанти. Но и това е опция, ако не разполагате или смятате, че не си струва да харчите прекалено голяма сума за лятната си почивка.

Другият предпочитан курортен град по Южното Черноморие е Созопол, където цените също са в широк диапазон - в зависимост от качеството и категоризацията на обектите. През юли четири нощувки за двама възрастни в реномирани хотели излизат между 800 и 1300 лв., но могат и да достигнат до 2000 лв. Двойната стая в луксозно място за настаняване, с четири



звезди и на морския бряг в Стария град, излиза 790 лв., тоест по близо 200 лв. на вечер. Малките хотели предлагат нощувка за двама средно по 115 лв. на вечер през юли и 125 лв. през август. Не са редки случаите обаче, когато от своите сайтове собствениците предупреждават, че цените могат да се увеличат с 30%, ако има голям наплив.

Драстично по-високи са цените в затворените луксозни комплекси, като там цената за четири нощувки може да стигне 1400-2000 лв., но с включени закуски и вечери.



Снимки: БГ БЕН

Вечеря в ресторант минимум 80 лева за двама, ако са особено икономични

Към сметката трябва да добавим и изхранването, в случай че не сте избрали хотел с all inclusive. Най-евтино излиза, ако решите да купувате храна от супермаркетите и да се храните в хотелската стая. Много хора обаче не желаят да се занимават с битовизми, когато са на почивка. Затова предпочитат да се хранят по ресторанти. Вечерята обаче там за двама е минимум по 80 лв., но ако има реномирани питиета и морски дарове или изберете луксозен ресторант по морското крайбрежие, със сигурност тази сума няма да ви стигне и ще трябва да пригответе поне 200 лв.

Друг разход, който не трябва да подценявате, е таксата за паркиране на личния ви автомобил. И тук цените са в широки граници. Някои места за настаняване предлагат нощувка с безплатно

паркомясто, но като цяло тази опция се среща рядко и касае предимно големите ваканционни вериги. Има и малки хотелчета, например в Созопол, където искат по 12 лева на ден за ползване на място за колата, но и затова е необходима предварителна резервация.

Така най-непретенциозната сметка показва, че за четиричленно семейство е добре да предвидите поне 3000 лева, без значителни екстри, ако искате да не се притеснявате и да си изкарате спокойна почивка.

На този фон обаче идват офертите от туроператорите за организирани екскурзии. Например осемдневна екскурзия на Амалфийското крайбрежие може да се намери и за 1100 лв. на човек с включени самолетни билети, нощувки и закуски.

Всеки обаче има различно виждане за лятна почивка. Затова организирайте и планивайте своята ваканция, съобразявайки се с бюджета и предпочитанията си! Весело лято!

Сянката по морето варира от 10 до 30 лева на ден в зависимост от курорта

БГ БЕН

Ако решите да почивате на българското море, трябва да предвидите и сериозен бюджет за сянка. Цените на чадърите и шезлонгите варират от 10 до 30 лева. Колко точно ще платите, зависи от дестинацията, която сте си избрали, както и дали желаете само чадър или комплект с два шезлонга. Най-високи са цените по известните курорти Слънчев бряг, Созопол, Лозенец, Свети Влас, Несебър. Там за комплект чадър и два шезлонга ще трябва да пригответе да платите по 30 лева на ден, което означава, че ако сте



четиричленно семейство, ще са ви необходими по 60 лева дневно.

По-ниски са цените в Ки-

тен, Поморие и Каваците, където можете да платите и по 7 лева за чадър, но ако искате и комплект с два

шезлонга, ще трябва да доплатите още толкова.

Тук е важно да уточним, че всеки плаж има и така наречената свободна зона, в която плажуващите могат да поставят свой чадър. Ако нямате собствен чадър, цените им варират по морските курорти около 20 лева за брой в зависимост от качеството. Имайте предвид обаче, че свободните зони по плажовете на Южното Черноморие през месеците юли и август са силно пренаселени. В някои от тях дори се разхождат кучета, които не се съобразяват точно откъде минават и дали ви засипват с роден пясък.

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



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



www.radiobg.co.uk
RADIO BG - LONDON
Радиото на българите в UK

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

В интернет на адрес:
www.radiobg.co.uk



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



10 български думи, които може и да липсват в речниците, но чуваме често

БГ БЕН

Почти всеки от нас поне един път в живота си си е измислял дума - дали защото не се сещаме за подходяща и измисляме нейно полусъчетание, дали за да изглеждаме остроумни, или просто за забавление. Не се замисляме обаче колко много неологизми попадат в речта ни и ги използваме несъзнателно.

Затова обръщаме внимание на няколко български думи, които не са включени в речниците, но са се вкоренили дълбоко в разговорната реч на българите. Замислете се колко от тях използвате и дали означават това, което си мислите.

Разкелифенчен

Думата сама по себе си е трудна за произнасяне, но бързо може да се привикне към нея. Става въпрос за нещо, което е разглобено, изкривено или има странна форма. Може да носи значение и на безформен, разплут, несиметричен и пр.

Чучуварка

В Западна България тази дума означава онази вадичка пот, която се стича при



Снимка: БГ БЕН

процеса на изпотяване. Да, има си дума и за това!

Сиктирдосвам

Тази дума има турски корен - сиктир. Всеки знае израза „ай сиктир“, т.е. „махай се отгук“. Е, глаголът сиктирдосвам означава нещо подобно - навиквам, карам се на някого.

Сколасам

Тази дума носи значение на „успявам да направя нещо в последната минута“. Например, когато сме натоварени с много задачи, а

времето е оскъдно, ние сме „сколасали“ или съответно „не сме сколасали“ да свършим всичко.

Кукундрел

Тази дума трудно може да се определи, но ако трябва да си я визуализираме, по-скоро ще изглежда така: силно гримирана жена на средна възраст, носеща къса пола. Паралелно с еднорозите и русалките, митичното създание „кукундрел“ има характерен външен вид и се разпознава отдалече.

На други места пък с ду-

мата „кукундрел“ се означава досадна жена, винаги много знаеща и с висока самооценка.

Разпарчатосвам

Когато направо разкъсваме нещо, разрушаваме, събаряме, унищожаваме. Тази дума може да се използва и за човек - например, ако сме много ядосани на някого, ние го „разпарчатосваме“, т.е. теглим му велик скандал.

Офлянквам се

Всеки поне една сутрин се е „офлянквал“, преди

да отиде на работа. В този смисъл глаголът означава „мотам се“, „бавя се“, дори „мързелувам“.

Метлосвам

Този неологизъм произлиза от думата „метла“ и съответното логично обяснение е „скитам“. Неин подобен синоним е „джиткам“ и „шматкам се“, а употребен със сравнението „като цветарка“ има значение на „мотая се като муха без глава“. Брей, ама то това ще се окаже цяла наука! При това любима на мнозина!

Дудна

Предполагам всеки се е натъквал на този глагол, дори и да не знае значението му. Използва се в смисъл на „буча“, „шумя“, „преча“, „натяквам“, „досаждам“, но с доста негативен нюанс. Например всеки като малък е правил беля, за която родителите са „дуднели“ много. Ех, детски спомени!

Айляча

Почти не съществува човек, който да не знае значението на думата „айляк“, но тя се използва изключително много от пловдивчани. Дори мислителите на Фейсбук твърдят, че айлякът не се описва, айлякът се „бичи“. Но все пак нека да се опитаме да вкараме думата в съответната смислова рамка: айляча означава да бездействам, да почивам, да се рея в облаците, да освободя съзнанието си, да релаксирам, да обърна гръб на работата, да нарежа отговорностите, да гледам в нищото, да гледам в нещо, но да не знам какво гледам, да се излеждавам на плажа с коктейл в ръка... всичко в този смисъл може да бъде наречено „айляк“.

Източник: 10te.bg

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

Докторът по педагогическа и възрастова психология Мирена Колева Василева живее от 2016 година в Лондон, където работи като консултант-психотерапевт. Тя е член на Асоциацията



Снимка:
Личен архив

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

В „Училище по психология“ в този брой доктор Мирена Василева засяга важната тема, до която всеки се е докосвал, а именно – самотата.

От д-р Мирена Василева

Днес ще се потопим дълбоко в изкуството на обръщането на играта срещу отхвърлянето. Представете си свят, в който всяко „Не“ не ви сбърба, а ви тласка напред. Отхвърлянето, обикновено болезнено, може да се превърне в основа за вашето величие. Не става въпрос за бягство от съдбата, а за разбиране, че понякога „Не“-то на вселената е прикрито „Да“ за нещо грандиозно. Чувствате се пренебрегнати, игнорирани или подценени. Време е да промените сюжета на собствения си живот.

Да се отправим към това трансформиращо пътешествие заедно. Когато животът ви обърне гръб с безразличие, продължете напред без колебание. Правенето на това не е декларация на слабост, а на вашата мощна стойност. Запомнете, че когато една врата се затваря, друга се отваря. Това не са просто празни думи, а призив за действие. Защото отхвърлянето не определя вашата стойност, то е знак, че мястото ви е не е там, а другаде. Ако пропуснете една възможност, може би това е знак, че има нещо по-добро, което по-добре отговаря на вашите таланти, аура и страсти. Използвайте това положение като стимул да пренастроите и преоцените кои са вашите основни умения и как можете да ги използвате максимално. Фокусирайте се върху това, ко-

ето можете да контролирате с изборите, които правите – мисли и думи, реакции и действия, собствените граници, поуките от грешките. Във вашите възможности е да се погрижите за чувствата си, да контролирате отношенията, нагласите, вярванията и мненията си. Можете дори да помолите за помощ. Това, което не можете да контролирате, са действията на другите хора, техните думи, мисли, чувства, грешки.

Практикувайте емпатия към себе си и другите. Може би човекът, който ви пренебрегва, се справя със своята собствена несигурност. Предложете разбиране не като слабост, а като проява да растете с тези преживявания, размишлявайте над тях. Учете се и като феникс можете да възкръснете от пепелта на отхвърлянето, ставайки по-силни и по-мъдри. Отхвърлянето не е край на вашата история, то е повратна точка, която ви подтиква да заявите най-автентичната, устойчива и истинска версия на себе си.

Много хора изпитват трудност да приемат това, което другите искат да бъдат, да правят или да имат

Нашето его е толкова убедено, че имаме право и че знае истината за това кое е идеално поведение, за да бъдем щастливи, че непрекъснато искаме да налагаме вярванията си на всички

Танцът на отхвърлянето

наши близки. Интересно е, че се опитваме да убедим другите да бъдат това, което ние самите не успяваме да станем. Толкова искаме да се променим, че се стремим да променим другите. Но всеки си има своята истина.

Ежедневно се наблюдава в нашите междуличностни взаимоотношения ясно или замаскирано наличие на много осъзнати и неосъзнати форми на отхвърляне към другите хора и към нас самите. Тези маскирани отхвърлящи модели на поведение включват нашите душевни рани от отхвърляне, изоставяне, несправедливост, предателство, унижение и егото, което е най-голямата пречка да разтворим своите личностни травми.

Понякога боли, когато сме пренебрегнати, но вместо да се загубите в тази болка, използвайте я като гориво за растеж. Изградете крепост от самоуважение и оставете другите да се ударят в нея. Защото вие не просто преживявате тяхното отхвърляне, а процъфтявате въпреки него. Този подход не само показва емоционална зрялост, но и е свидетелство за вашата вътрешна сила.

Да размислим и направим проверка сами за себе си

На първо място, замислете се! Вие всеки един човек ли харесвате, разбирате и одобрявате? Ако е „Не“, помислете какви са причините да не харесвате този човек! А имате ли достатъчно доказателства във времето, за да не го харесвате този човек? Или не го харесвате заради породила се в даден момент ситуация? Сега помислете и обърнете същата ситуация на отхвърляне към вас: Вас всички ли ви харесват, разбират, одобряват? Ако е отговорът „Не“, помислете какви са причините, за да ви отхвърлят или пренебрегват, имат ли достатъчно доказателства за това коя е вашата личност? Проверени ли сте във времето като човек, или ви оценяват чрез отхвърляне в дадена моментна ситуация?

Много често погрешно разчитаме истинското отхвърляне, пренебрегване, несправедливост, предателство и унижение. Единствено отхвърлянето е в нашия ум, който прави пазар с нашите „изкривени“ мисли за себе си.

Това погрешно разчитане поражда много дълбоко вко-

ренени и възпалени емоции, които „заживяват в душата“ като поканени или неканени гости, и понякога се отдалечаваме от любимите хора (родители и деца), приятели, роднини и колеги, които са били „истински човеци“, и дълги години робуваме на една моментна ситуация, която е неправилно „разчетена“. И във времето тя се превръща в дълбока емоционална травма, която заживява в нас като заседнала буца в гърлото, главата или сърцето ни, и ежедневно я подхранваме с „изкривени мисли“. Нямаме смелостта да видим истината.

Отхвърлянето може да боли, събуждайки импулс за емоциите, но има една тайна и тя е спокойствието. Когато някой ви игнорира, е изкушаващо да позволите на гнева или тъгата да доминират. Приемете обмислена и балансирана реакция. Всеки може да се разгневи, това е най-лесният път, но трудно е да го направим в подходящия момент с правилния човек и по правилния начин, това е изкуство. Горивото на отхвърлянето в много ситуации е „силно и опасно запалимо“ и растем в нездравословни взаимоотношения с другите, и най-вече със себе си. Не става въпрос за потискане на чувствата ви, а за това да не позволите те да ви контролират. Когато настъпи отхвърляне, вместо да се разтревожите или да търсите валидиране, отдръпнете се и се попитайте защо това ви засяга и какво имате още да научите. Важно е да го направите, тъй като често не самото отхвърлянето ни наранява най-дълбоко, а нашата несигурност. Тук трябва да бъдем практични. Ако сте пренебрегнати, поемете дълбоко дъх и осъзнайте, че този момент не ви определя. Концентрирайте се върху действията и реакциите, а не върху поведението на другите.

Важните въпроси, на които всеки трябва да даде отговор

Ще ви задам няколко въпроса, но не за да ми отговорите веднага, а за да се опитате да откриете отговорите вътре във вас самите. Опитайте да размислите за кратко след всеки въпрос. Когато откриете отговора, той може и да не е под формата на думи. А ето и самите въпроси:

- Съзнавате ли, че отхвърлянето и пренебрежението в

тази болезнена ситуация ще ви лиши от вашите умения и знания?

- От колко време се нуждаете, за да станете готови да се освободите от вашите съмнения, че не сте достатъчно специална и харесвана личност?

- Отхвърлянето прави ли те малко повече? Това, което си ти, променило ли се е в резултат от отхвърлянето?

Отговорът е в последния въпрос, който ще ви помогне да осъзнаете нещо много важно, а именно вашето „Аз съм“. Може би много от вас никога преди не са го чувствали. Ако можете да почувствате своето „Аз съм“ толкова силно, то това, което сте, изобщо не е намаляло. Отхвърлянето или унижението не ви правят „малки личности“, защото никой не може да вземе вашата вътрешна сила, умения, знания, индивидуалния и неповторим преживян опит. Това трябва да се почувства, не да се мисли, защото егото не знае за него, тъй като се състои от мисли. Отхвърлянето присъстваше в главата ви като мисъл, която ви смеси с усещането за „Аз съм“. Освободете се от съмнението, развийте състрадание към себе си и се приемете такива, каквито сте. Отбелязвам, че една от първопричините в недоразуменията в „нездравословните“ човешки взаимоотношения се корени в нашите очаквания. Именно защото всеки човек има очаквания, според неговия личен преживян опит. Всеки един от нас влиза в дадена комуникация и разчита думите, мислите и действията на другите през своя житейски преживян опит. Всеки има различни представи какво е любов, тревожност, страх, обида, прошка, вина, споделяне на имоциите, отговорности и много други. Хората се борят, за да запазят съответствието между своите убеждения, очаквания и желания. Както и съответствието между своите очаквания и поведението на обществото като цяло. Именно запазването на това съответствие прави съжителството между хората мирно предсказуемо и продуктивно. То намалява несигурността и внася известен порядък в хаоса от неприемливи емоции, които несигурността неизбежно поражда.

Затова поддържайте вежливостта, бъдете мили и ако решите да комуникирате, направете го с истинска загриженост, но без очаквания. Този подход ще ви помогне да контролирате емоциите си и е признание, че вашето самочувствие не е свързано с външното одобрение. Това е ключов ход да възприемете тази нагласа, защото е трансформиращо, но на практика не е лесно. Когато овладеете спокойствието пред отхвърлянето, не просто се изправяте пред трудна ситуация, а израствате. Тази тиха революция на саморазвитие не е битка срещу възприятията на другите, а търсене на вашата изключителна автентична личност, като преоформяте собственото си разбиране за способностите си. Изправете се пред отхвърлянето, почувствайте неговото въздействие, но не му позволявайте да ви върже мислите като майстор, навигиращ в бурни морета. Ползвайте вълните за напредък, а не за преобръщане на лодката си. Проучвайте дейности, които подхранват душата ви и разширяват хоризонтите ви, потопете се в книги, изпробвайте границите си със спорт или участвайте във вдъхновяващи обществени проекти, те не са просто за разсейване, а са основни дългове за откриване на себе си и преминаване към ново ниво.

Освен това изградете кръг от позитивизъм около себе си. Обградете се с хора, които ви вдъхновяват, гледайте техните амбиции и се вслушайте във вашите, за да създадете среда, в която взаимният растеж процъфтява. Отхвърлянето може да изглежда като затръшната врата, но всъщност отваря много други.

Дори пред лицето на безразличието изберете да отговорите с доброта. Защото вашата доброта е подарък, а не размяна. Това не е игра за другите, а свидетелство за вашата собствена сила.

Всяко предизвикателство е скрита възможност. И всяко „Не“ е покана за още по-велико „Да“. Така намираме истинската сила на трансформацията. Напредвайте с увереност, защото светът очаква да бъде свидетел на вашето пътешествие към самооткритие и майсторство на вашата устойчивост. Превърнете всяко предизвикателство във възможност, вярвайте в себе си и оставете вашата светлина да блести ярко!

С ОБИЧ,
МИРЕНА

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



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 УВЕЛИЧЕНИЕ

ДИСКРЕТНА, КОМФОРТНА, ИНОВАТИВНА ОТВОРЕНА СИСТЕМА

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 храна
- ✓ 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

Диетите за отслабване в социалните мрежи са обезпокоителна тенденция за специалистите

БГ БЕН

В социалните мрежи инфлуенсърите в търсене на популярност се превръщат в опитни зайчета за най-популярните в момента диети за отслабване с цел да свалят 5, 10 или 30 килограма. Според специалисти тенденцията е „ужасяваща“ и „рискована“, предаде АФП, цитирана от БТА.

„Събуждаш се и не ядеш абсолютно нищо, после най-накрая идва обяд, а вече можеш да забравиш и да ядеш каквото си поискаш!“, казва млада жена във видеоклип в TikTok на английски език, харесан над 45 000 пъти, като се тъпче със студени меса, картофи и сандвичи, след като цяла сутрин не е хапнала нищо.

Френска инфлуенсърка препоръчва същия метод, придружен от хапче за потискане на апетита, за което дава промоционален код.

Няколко месеца по-рано тя твърди, че е свалила три килограма за три дни, като е яла само ябълки.

Често това са екстремни диети, предназначени да привлекат внимание, казва френският диетолог Пиер Азам, основател на Observatoire de l'obésité (Наблюдателница на затлъстяването). Алгоритми допълват тази и без това порочна система, като водят интернет потребителите „от диета X към диета Y“, посочва той.

„Хората, особено младите хора, които искат да отслабнат, се оказват хванати в менгеме с информация, която понякога е противоречива или кумулативна“, казва лекарят.

Практиката на нощно-то периодично гладуване, която включва 16-часова почивка между вечерята и първото хранене на следващия ден, „може да бъде



Снимка: bigstockphoto.com

интересна“ според диетолога Арно Кокол, „но не е за всеки“.

„Не можете да копирате и да поставите на една и съща стереотипна диета хора с наднормено тегло поради стрес и такива, които приемат лекарства“, казва той.

Всеки ден д-р Кокол вижда пациенти, които „трупат килограми и диети“, и посочва, че „95% от диетите

са обречени на неуспех до пет години“ според проучване на френските здравни власти: „Хората си възвръщат цялото тегло, което са свалили“.

Повечето диети се основават на забрани и неудовлетвореност, а тялото мрази да бъде насилвано“, обяснява той. Базираният в Париж диетолог предпочита американската програма Weight Watchers, която се

основава на балансирано хранене, а не на забрани.

Д-р Азам предупреждава за „убийствените“ съвети на някои потребители на интернет, които се фокусират единствено върху „бързото и лесно отслабване без усилия, удобна за консуматорското общество, без да се интересуват от здравето“.

„Нашите тела са живи и пълни с протеини. Ако прекалим с ограниченията,

рисуваме да загубим чиста телесна маса и да атакуваме това, от което са изградени нашите органи, и да развием хормонални нарушения, храносмилателни проблеми и дългосрочни заболявания“, предупреждава той.

Лекарят е загрижен и за ефекта на този вид идеи върху уязвимите хора, които могат да изпаднат в „анорексични или булимични наклонности, със склонност към хранителни разстройства“.

Той посочва, че в случаите на наднормено тегло първата точка за контакт е личният лекар или дори специалист, ако е необходимо. Но преди всичко лекарите призовават за „по-добро обучение по отношение на храненето, което се провежда от първите 1000 дни от живота, и дори започва още в утробата“.

Източник: БТА

11 признака, че притежавате изключително силна енергия

БГ БЕН

Всички са чували, че енергията на човек трябва да бъде силна и неразрушима, но мнозина се интересуват от въпроса как да разберат, че биополето им е наистина мощно. Експертите разкриха няколко ясни признака, че аурата ви е много силна.

Как да разберем дали притежаваме изключително силна енергия

Признаците за силна енергия са много, но днес представяме единият от тях, които могат лесно да ви ориентират.

Не боледувате

Може да ви спохожда лека настинка веднъж на шест месеца, но важното е, че нямате силна и постоянна болка, която ви мъчи всеки ден. Хората със силно биополе не изпитват проблеми с главоболие и други заболявания. Такъв човек е защитен от подобни проблеми.

Не се уморявате

Човекът със силна аура не се притеснява от ежедневната работа и тревоги. Той лесно се справя с това, което трябва и което обича. Можете да ходите дълго време, да се занимавате с

Съществуват хора, които се справят с предизвикателствата с лекота и запазват своя позитивизъм



интелектуална или физическа работа, защото вашето биополе е силно и вашите чакри са отворени.

Веселост и оптимизъм

Ако винаги сте позитивни и лошите събития не могат да ви разстроят за дълго време, тогава вашето биополе работи нормално. Не можете да бъдете засегнати от негативизма, който идва от хората около вас.

Животните ви обичат

Отивате на гости на някого, а техният домашен любимец ви обожава и идва при вас, въпреки че това не е обичайно за животното. Ако собствениците на домашни животни ви кажат, че техните любимци ви харесват, значи имате ярка и силна аура.

Децата ви обичат

По поведението на деца под 3-4 години можете много лесно да разберете колко позитивен е човекът, който говори с тях, и колко силна е неговата енергия. Ако бебето иска да общува с вас и ви обръща внимание, значи аурата ви е чиста и много силна. Понякога се случва бебето да е много срамежливо, но все пак да

ви обръща внимание. Това също е добър знак за силна аура.

Хората ви слушат

Ако кажете нещо, хората около вас определено ще обърнат внимание на думите ви. В много случаи силната енергия позволява на хората да станат лидери и да насочват другите по правилния път. Ако думите ви се приемат на сериозно, тогава вашата аура влияе на чуждата.

Развили сте съпричастност

Това е способността да усещаш хората, по-точно да усещате емоциите и настроението им. Емпатията може също да помогне да се определи дали някой ви лъже, или не. Ако усещате страданието на другите или от сърце се радвате за успеха на друг човек, то имате силна аура.

Нямате зависимости

Хората с мощно биополе не пият, не пушат и не залагат. Те са чисти и свободни от всичко, което може да ги вкара в рамки и да ги превърне в роби на своята

страст и слабост.

Силна интуиция

Хората, чиято енергия е много силна, често имат мощна интуиция. Ако често се случва да предсказвате нещо правилно или да вземате правилните решения въз основа на вътрешни чувства, тогава аурата ви е достатъчно силна.

Склонност към уединение

Хората, които имат изключително биополе, често са интроверти. Факт е, че те много добре усещат промени във вибрациите, така че тълпата от хора понякога може да ги умори.

Миналото няма власт над вас

Ако миналото не ви засяга, това е знак за силна енергия. Когато човек се справя добре в това отношение, той не се фокусира върху лошото. Той просто не желае да мисли за това, което не се е получило, и не иска да съжалява. Неговите мисли са насочени към нещо ново и непознато.

Източник:
Edna.bg

ВРЕМЕ ЗА УСМИВКИ

- Имам вила на морето...
- Голяма работа, аз имам три в плевнята.

Стои си един студент на плажа в горещ юлски ден, но става и тръгва към морето, спира, залита и припада. Околните веднага го поливат с вода и един се привиква:

- Донесете още вода, бързо!
Студентът идва на себе си и с последни сили:
- И нещо за ядене... нещо за ядене...

На плажа. Женски глас крещи от морето:
- Потъваам! Помоощ! Спасете мее!
Един мъж хуква да я спасява и се чува:
- Не, не Вие, онзи русият господин!

- Изглеждаш много уморен, приятелю?!

- Така е на морето! Всеки ден ходех пеша до плажа!
- Къде беше?
- В Търговище!

- Пешо, вярно ли е, че сте ходили на море и жена ти плащала всичко?
- Вярно е, още като тръгнахме, ми взе портмонето!

Учителката:
- Иванчо, можеш ли да ми кажеш един нос на Черно море?
- Еми не!
- Браво! Шестица!

- Скъпи, сетих се как ще икономисаме пари за морето.
- Как?
- Ти няма да идваш...

- Баща ти у вас ли е?
- Не, отиде на море.
- Ама на почивка ли?
- Не, с мама.



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

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

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

Място за вашите обяви
obiavi@bgben.co.uk

БГ БЕН

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

- Давам под наем голяма

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, или публикувайте директно своята обява на 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.

07440477886

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

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 07899 917 634
www.topsahellite.co.uk 07429 043 587

NO WIN NO FEE Osbornes Law^o

Обадете ни се за безплатен правен съвет!

Снежина Янкова
07516 441 448
020 7681 9013
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; 077 33 430 400; 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

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 CO² 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

Доставка на всякакъв вид пратки до/от България

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

UK Собствен транспорт BG

Специални цени за големи количества.

За справки: 07810460552

Доставка до офис или адрес

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

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

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

Място за
вашите
обяви

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 багери, фадромисти и мотокаристи, тел. 07552442855, Илиян

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

(414) Курсове за багери, 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 е 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 обаяния, в които ни споделяте, че нямате търпение да получите всеки нов брой на вестник БГ БЕН. Затова искрено Ви благодарим!

Защо е важно да подкрепите вестник БГ БЕН

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

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

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

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

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

БГ БЕН

7 юни, брой 6 (503) от 2024 г., година XXI www.bgben.co.uk **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. 6-8**

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?

✓ Бизнесът още претърпява последиците от Брекзит, иска подобрение на отношенията с ЕС
✓ Големото 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 инхибиращата си тенденция
✓ От Федерацията на британските търговски камари предлагат на политиките манифест „Бъдещето на икономиката“

ПОДКРЕПЕТЕ БГ БЕН - ЕДИНСТВЕНИЯ БЪЛГАРСКИ ВЕСТНИК НА ОСТРОВА!

Искате ли да подкрепите БГ БЕН? **Счетоводство и Бизнес Консултации**

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

020 8555 5143 **079 1014 2292** **077 3058 5558**

ОCEANAIR **020 8530 6029**

Конфиденциалност
Професионализъм

Адвокатска кантора **Osbornes Law**

Обадете се и говорете на български със **Снежина Янкова**
07516 441 448 | 020 7681 9013



ПРИРОДНА ЗОНА В СЕВЕРНОТО ПОЛУКЪЛБО ПЛОДОРОДНА ПОЧВА С ТЪМЕН ЦВЯТ	ХРОНИКА, ЛЕТОПИС РОМАН /1901/ ОТ ЖЮЛ ВЕРН	ОПЕРА ОТ ЖАН БАТИСТ ЛЮЛИ РОМАН ОТ ВИКТОР ПЕЛЕВИН /1991/	ЧУДОВИЩЕ ОТ НАРОДНИТЕ НИ ПРИКАЗКИ	МИНЕРАЛ, СУРОВИНА ЗА СТОМАНА	НАЧИН НА ИЗГОВАРЯНЕ НА ЗВУКОВЕТЕ И ДУМИТЕ	ПЕСЕН /2001/ НА КАРЛА РАХАЛ ВИРЕЕЩО ВЪВ ВОДА ЖИТНО РАСТЕНИЕ	СМАЗКА ЗА МАШИНИНИ ЧАСТИ	ДОМАКИНСКИ УРЕД ЗА ВАРЕНЕ НА НЕЩО РОМАН /1842/ ОТ ЖОРЖ САНД	ТОВА, КОЕТО СТРУВА ДАДЕНА ВЕЩ, СТОКА
ДРУГО ИМЕ НА ЛАПЛАНДЦИТЕ НАША АЕЦ И ДУНАВСКИ ГРАД			ЕДИНИЦА ЗА ИЗМЕРВАНЕ НА РАБОТА БОЕН ВЪЗГЛАС НА ВОЙСКА	ОТРИЦАТЕЛЕН ЙОН, НАТРУПВАЩ СЕ НА АНОДА	ХРУПКАВИ СОЛЕНИ БИСКВИТКИ ВЪЗГЛАС В КРАЯ НА МОЛИТВА		НЕГОДУВАНЕ, РОПТАЕНЕ		ФУТБОЛЕН ОТБОР ОТ КИПЪР
НАЗВАНИЕ НА „БРЪСНАТА ГЛАВА“ /РАЗГОВОРНО/ ЕДИН ОТ САЩ				НАРОД, НАРОДНОСТ ЕЛЕКТРОННА МАСМЕДИЯ /МН. Ч./		ЕСТРЕМЕН СПОРТ С ЛОДКИ ПО ПЛАНИНСКИ БЪРЗЕИ	МЮСЮЛМАНСКИ ДВОРЕЦ ВИД СПОРТ С МАЛКИ АВТОМОБИЛИ	ЕДИНИЦА МЯРКА ЗА СИЛА /ФИЗ./ РАЗВАЛИНИ, ОСТАНИКИ	
ЛИЦЕ, ЯЗДЕЩО ЖИВОТНО ИСТОРИЧЕСКА ОБЛАСТ В ГЪРЦИЯ		ДРЯМКА /ПОЕТ./	ОТСЪСТВИЕ НА ИНТЕРЕС ЗА НЕЩО ПЕСЕН /1965/ НА ЕМИЛ ДИМИТРОВ	ПОВТОРЕН УДАР ВЪВ ФЕХТОВКАТА ФУТБОЛЕН ОТБОР ОТ ПОРТУГАЛИЯ	СОФТУЕР ЗА АРХИВИРАНЕ НА ФАЙЛОВЕ МАСЛОДАЙНО ДЪРВО: ОЛИВА		НЕИДЕНТИФИЦИРАН ЛЕТАЩ ОБЕКТ /УФОЛ./		НЕВЪЗПАЛИТЕЛНО СТАВНО ЗАБОЛЯВАНЕ
ВМЕСТИМОСТ, ОПРЕДЕЛЕНО КОЛИЧЕСТВО	ЛИПСА НА ШИРОК ОБХВАТ, ОГРАНИЧЕНОСТ ГОРЕН ПОД НА КОРАБ, ПАЛУБА		БОЙНО ОТРОВНО ВЕЩЕСТВО	ВЪРХОВЕН СКАНДИНАВСКИ БОГ ФРЕНСКО СЕДМИЧНО СПИСАНИЕ	МОДЕЛ НА ЛЕКИ КОЛИ „SUZUKI“ НАУКА ЗА ПОЕТИЧЕСКОТО ТВОРЧЕСТВО	УКРАСЕНИ ТОКИ НА КОЛАН	КОНТРОЛЕН ОРГАН ПО ПЪТИЩАТА НИ	ИЗКЛЮЧИТЕЛНО ПРАВО ВЪРХУ ДЕЙНОСТ	ВИД ИГРА НА КАРТИ С ДВЕ КОЛОДИ
РОМАН ОТ ОНОРЕ ДЪО БАЛЗАК /1843/	ВИД ЧЕРНОКОРСКО ПОПЧЕ ДОМАШНО ОГНИЩЕ /НАР./	ВЪЗКЛИК ПРИ СЪОГУВАНЕ /РАЗГОВОРНО/ ЕДНА ОТ ЗОДИИТЕ В ХОРОСКОПА		ПОДБОР НА УЧАСТНИЦИ В ШОУ ПРИГОДЕНА КЪМ НОВ ТЕКСТ ОПЕРА	ОТДЕЛНО СЪОБЩЕНИЕ В БЛОГ, ФОРУМ И ПОД. /ИНФОРМ./ ЧАСТ ОТ ГЪРЛОТО; ГЛЪТКА	НАЗВАНИЕ НА ДРЕВНИТЕ ГЪРЦИ ВОДОПАД /80/ В ТРОЯНСКА ПЛАНИНА		УНГАРСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР ДВИЖЕНИЕ НА ОРЪДИЕ ПРИ ИЗСТРЕЛ	
				МЯСТО ЗА ПРЕСТОЙ НА АВТОМОБИЛИ US ROCK ГРУПА „ANIMALIZE“	ФОРМА НА ЗАБАВА С ПЕЕНЕ ОТ ЛЮБИТЕЛИ		ПОВЕСТ /1907/ ОТ ИВАН ВАЗОВ СПЕЦИАЛИСТ В ГОТВАРСКОТО ИЗКУСТВО		
КРЕДИТНО-ФИНАНСОВА ИНСТИТУЦИЯ	ВИД ГЛИСТИ, ПАЗАРИТИ В ЧЕРВАТА	БЛАЖЕНСТВО, РАХАТ /РАЗГОВОРНО/	УЧЕБНИК ПО ПИСАНЕ ЗА НАЧ. КЛАСОВЕ ДЕКОРАТИВНО РАСТЕНИЕ; СЪСЪНКА	ПАНДЕЛКА ЗА ПРИВЪРЗВАНЕ НА КОСА /РАЗГ./		ЛИГАВИЩА НА ВЪТРЕШЕН ОРГАН /АНАТ./ ЧОВЕК, КОИТО ПАСЕ ГОВЕДА	ЦЪРКОВНО ПРАВИЛО		
МАРКА РУСКИ ФОТОАПАРАТИ	СЪД ЗА ВАРЕНЕ НА ТУРСКО КАФЕ НАЙ-ВАЖНАТА ФИГУРА В ШАХМАТА	ФРЕНСКИ ПИСАТЕЛ „БЕЗ ДОМ“ ЕДИН ОТ 4-ТЕ ГОДИШНИ СЕЗОНИ	ТЪРГОВСКО ИЗДЕЛИЕ ЗА ПРОДАН ВНОСКА, ПЛАЩАНА НА ПАПАТА ЗА САН	БЕЛГИЙСКИ ПИЛОТ ОТ Ф1 /1967-1979/ ГЕРОЙ НА ЕДИН ПЕЛИН В „ГЕРАЦИТЕ“	БЯЛО ПЛАТНО, ПОКРОВ ВИД ПШЕНИЦА С МНОГО ДОБРИ КАЧЕСТВА	БОЙНА ЕДИНИЦА ОТ АРТИЛЕРИЯТА	ЮЖНОАМЕРИКАНСКА СТОЛИЦА ВРОДЕН ИНСТИНКТ		ХИМИЧЕСКИ ЕЛЕМЕНТ СЪС СИМВОЛА EU
ТРАДИЦИОННО ИТАЛИАНСКО ЯСТЕ С ОРИЗ ВИД ДАМСКО БЕЛЪО /РАЗГОВОРНО/	КАРТА ЗА ИГРА С ЛИК НА ЖЕНА ЩИПКА ЗА ПРИКРЕПЯНЕ НА КОСА	ИЗМ. ЕДИНИЦА ЗА ТОПЛИННА ЕНЕРГИЯ ПОДКВАСА ЗА ТЕСТЕНИ ПРОДУКТИ	ПРИДРУЖИТЕЛ ИЛИ ПАРТНЬОР НА ДАМА ВИД ДРЕБНА СТЕПНА ЛИСИЦА	ГЛАВЕН БОРЕЦ ПРИ ТОРЕАДОРИ В КОРИДА СЪСТАВЕН РЕГИОН НА БЕЛГИЯ	УСТРОЙСТВО, КОЕТО ПРИТЯГА НЕЩО	ДЪЛБОК КЛАДЕНЕЦ СЛАВЯНСКО БОЖЕСТВО	ВИД БЕЗАЛКОХОЛНО ПИТИЕ МУЗЕЙ ЗА ИЗТОЧНИ ИЗКУСТВА В ПАРИЖ	НОРВЕЖКА ХЕВИ МЕТЪЛ РОК ГРУПА ДРЕВНО ПЛЕМЕ НА БАЛКАНИТЕ	ПЪРВАТА БУКВА ОТ ЕВРЕЙСКАТА АЗБУКА ДОБРО ИМЕ, НЕОПЕТЕНА РЕПУТАЦИЯ
ВОЛНО БЕЗГРЪБНАЧНО ЖИВОТНО РАЗКАЗ ОТ ИВАН ВАЗОВ	ПСИХИЧНО ЗАБОЛЯВАНЕ /МЕД./ ПЕСЕН НА ЖИЛБЕР БЕКО	ДЕКОРАТИВЕН КАМЪК ДРЪЖКА НА САБЯ, МЕЧ ИЛИ ШПАГА	БЕТОННА КОНСТРУКЦИЯ КАТО ЕДИННО ЦЯЛО	ДЕБЕЛА КОНОПЕНА ВРЪВ	ВЪРЗКИ С ОБЩЕСТВЕНОСТА /РАЗГ./ ХИДРОИЗОЛАЦИОНЕН МАТЕРИАЛ	НОШЕН ДУХ ПИЕЩ КРЪВ; ГРОБНИК ДЯЛ ОТ ЗАПАДНА СТАРА ПЛАНИНА	СТАДИОНЪТ НА ИСПАНСКИЯ „ЛА КОРУНЯ“	РАЗКОШНО ЖИЛИЩЕ	УДОБСТВА, РАЗКОШ, СЪЩА ОБСТАНОВКА
ПРИ ИГРА НА ТАБЛА - 3 И 3 АПАРАТ ЗА ПРЕДАВАНЕ НА СЪОБЩЕНИЯ		СТАР МОДЕЛ СЪВЕТСКИ САМОЛЕТИ	РАЗСТОЯНИЕ, АВАНС НА НЕЩО ПРЕД ДРУГО	ПЕСЕН НА ВАСКО КРЪПКАТА ОТ 2003 ГОДИНА	МНОГОГОДИШНО ТРЕВИСТО РАСТЕНИЕ ПРЕДЦИ, ПРАДЕДИ, РОДОНАЧАЛНИЦИ	СТЪКЛО, ПРОЗОРЕЦ /РАЗГОВОРНО/ МИТИЧЕН ОСНОВАТЕЛ НА РИМ	КАЗАШКИ КАПИТАН /ИСТ./	ПОЕМА ОТ КАЗИМЕЖ ТЕТМАЙЕР ТИП ПО-МАЛКИ НАСЕЛЕНИ МЕСТА	
ДОМАШЕН СЪД ЗА ПРАНЕ И МИЕНЕ УПРАВЛЯВАЩИ МОНАРСИ ОТ ЕДИН РОД				СТАРИ ИСПАНСКИ МОНЕТИ			ПЛАНИНСКИ ХРАСТ	ДЕБЕЛ ЖЕЛЕЗЕН ПРЪТ ЗА ПОВДИГАНЕ	
				МОДЕЛ НА ЛЕКИ КОЛИ „MAZDA“			ПЕВЧЕСКИ МУЗИКАЛЕН АНСАМБЪЛ		

*** ПОМОЩНИК ***
БОНИТО, КОРСАК, РЕМИЗ, МУКОЗА, ОМОН РА, ЕСАУЛ, ПАСТИЧО, ОНОРИН, РЖАНА, ВОАЛИТ, ИЗИДА, АЛЕФ, ЛЕА

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

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

Общи справки за наети лица (employed)
Тел. 0300 200 3310

Подаване и попълване на форми за Self Assessment
Тел. 0300 200 3310

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

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

Васил Асенов
Ръководител на Службата по трудовите и социални

Още за вашето спешно обаждане във Великобритания

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

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

Общи справки за Tax Credits
Тел. 0345 300 3900
www.gov.uk/browse/benefits/tax-credits

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

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

Българска Православна църква в Лондон
188 Queens Gate London, SW7 5HL
Тел. 020 7584 4607
www.bgchurch.org.uk/

Българска карта на Лондон

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



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

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

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. Срещу сумата от 30 лири вашата обява ще излиза в продължение на 4 броя на вестника и винаги ще бъде четена с предимство.

РЕКЛАМЕН ПАКЕТ:

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

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

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

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

Транспортни услуги

Доставка до всяко населено място

Покупки



Багаж



Товари



Машины



07477818116

Адреси за изпращане/получаване

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 Недела 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



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

CIS администриране
VAT подаване
Tax Returns
Финансови отчети

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

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

www.safeadvice.co.uk Email: office@safeadvice.co.uk

STRATFORD

Молим да уговорите предварително час за сретна и справки