

БГ БЕН



6 февруари, брой 2 (523) от 2026 г., година XXIII

www.bgben.co.uk

f БГ БЕН

БЕЗПЛАТНО ИЗДАНИЕ



на стр. 4

Внимание! UKVI призовава да актуализирате личните си данни, за да избегнете проблеми с пътувания и визи



на стр. 8-9

Мария Митрева и Kids Care Charity с благотворителна кампания за продажба на мартеници на Острова



Свети Валентин - между вярата, традицията и любовта

на стр. 18

Милиони домакинства във Великобритания с подкрепа за сметките за енергия всяка зима до 2030/2031 г.



Снимка: БГ БЕН

на стр. 2

- ✓ 96% от потребителите в Англия и Уелс ще получат помощта автоматично още този сезон
- ✓ За първи път стотици хиляди домакинства в Шотландия също ще получат отстъпката без допълнително кандидатстване
- ✓ Решението идва на фона на високите разходи за живот и засилен обществен натиск върху кабинета на Киър Стармър
- ✓ От април 2026 г. сметките за енергия ще бъдат намалени директно, като някои семейства могат да спестят над 400 паунда годишно
- ✓ Правителството обещава дългосрочна енергийна сигурност чрез рекордния план „Топли домове“ на стойност 15 милиарда паунда

ПОДКРЕПЕТЕ БГ БЕН - ЕДИНСТВЕНИЯ БЪЛГАРСКИ ВЕСТНИК НА ОСТРОВА!

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

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

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

Нашата банкова сметка е:
PA Events Ltd,

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

Счетоводство и Бизнес Консултации

SAFE ADVICE LTD

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

020 8555 5143 079 1614 3282 077 8698 8558

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

OCEANAIR
Chartered Certified Accountants

020 8530 6929

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

Конфиденциалност
Професионализъм

VAT
Payroll
Tax Returns
Penalty Appeals



Адвокатска кантора

Обадете се и говорете на български с

Елида Димитрова

07843 349 633/020 7681 8675

Osbornes | Law^o





Милиони домакинства във Великобритания с подкрепа за сметките за енергия всяка зима до 2030/2031 г.

Отстъпката „Топъл дом“ за 96% от потребителите в Англия и Уелс ще е автоматична този сезон

БГ БЕН

В средата на зимата британското правителство поднесе на потребителите на електроенергия добра новина. Отстъпката за топъл дом от 150 паунда на домакинство ще продължи до края на десетилетието, т.е. до зимата на 2030/2031 година включително.

До това решение се стигна, тъй като управляващите се опитват да компенсират високите разходи за живот и да спазят обещанията, дадени на избирателите. Вероятно това е и опит да наваксат ниския имидж през последните няколко месеца.

Част от социалните мерки на кабинета на Киър Стармър са замразяване на цените на билетите за влак за първи път от 30 години, както и на таксите за лекарства с рецепта за втора поредна година, а също и

въвеждане увеличение на националната минимална заплата.

96% от потребителите в Англия и Уелс ще получат автоматично отстъпката тази зима

Милиони семейства във Великобритания ще се възползват от подкрепата за плащане на сметките за енергия, която е в размер средно на 150 паунда за всеки отоплителен сезон. 96% от потребителите в Англия и Уелс ще получат отстъпката автоматично, без да е необходимо да предприемат допълнителни действия. От мащабната реформа сега ще се възползват и домакинствата от Шотландия, като се очаква допълнително над 350 000 потребители също да получат автоматично своята подкрепа през следващата зима.

Новината идва непосредствено преди да бъде направено приспадането от сметките за ток през април 2026 г.

От години много шотландски домакинства са задължени да се свържат със своя доставчик, за да кандидатстват за отстъпка. Тези промени ще улеснят процеса за по-голямата част от отговарящите на условията за отстъпката в Шотландия, като ще доближат схемата до тази в Англия и Уелс, където повечето получатели вече получават отстъпката автоматично.

Малък брой домакинства трябва да предоставят допълнителна информация, за да си гарантират отстъпката тази зима (2025/2026). Ако са получили писмо, в което им се препоръчва да се обалят на телефонната линия за помощ, те трябва да го направят до 27 февруари 2026 г.



Снимка: БГ БЕН

Над 6 милиона домакинства вече се възползват от помощта

През миналата година правителството разшири подкрепата, като добави още 2,7 милиона домакинства към нея, като така общият брой на отговарящите на условията достигна около 6 милиона домакинства. Това е в допълнение към средните 150 паунда разходи, които ще бъдат намалени от сметките за енергия на домакинствата от април чрез мерки, обявени в бю-

джета.

„Справянето с кризата с достъпността е приоритет номер едно на правителството. Ето защо потвърждаваме на милиони, отговарящи на условията семейства в цялата страна, че ще получават отстъпка за топъл дом от 150 паунда всяка зима до края на десетилетието. Това ще даде на семействата така необходимото спокойствие, че ще продължат да получават жизненоважна подкрепа през студените зимни месеци, докато предприемаме действия за намаляване на

сметките завинаги“, каза британският министър на енергетиката Ед Милибанд.

Министърът посочи, че от април домакинствата ще спестят средно по 150 паунда от разходи за енергия, като някои потребители ще се възползват от значително по-голяма сума. Например домакинство с високо потребление на електрическо отопление с акумулаторна батерия може да спести повече от 400 паунда от разходи годишно.

Преди дни правителството стартира плана „Топли домове“ на стойност 15 милиарда паунда, който е най-големият план за обновяване на домовете в британската история, за да помогне на милиони семейства да намалят сметките си.

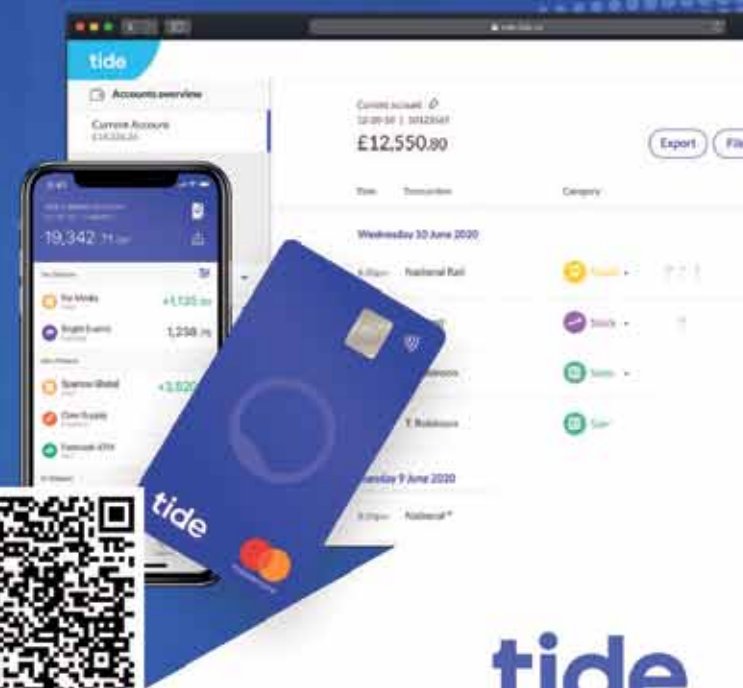
Нед Хамънд, заместник-директор на „Политика (Клиенти)“ в Energy UK, подчерта, че удължаването на отстъпката за топли домове е много добра новина и ще осигури жизненоважна подкрепа за сметките за енергия на милиони клиенти.

OPEN A BUSINESS ACCOUNT WITH TIDE

Just use the code: **4ORK7B**

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

*T&CS APPLY



tide.

WWW.TIDE.CO



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

Детска градина с целодневна грижа за вашето дете



Регистрирана в Ofsted 

Квалифицирани учители

Здравословна храна 

Безплатно ранно образование за 2 и 3 годишните

Удобна локация в района на Stratford E15 Достъпни цени

Понеделник до Петък от 07.00 до 18.00 часа

Изтеглете новия брой на вестник БГ БЕН онлайн!

www.bgben.co.uk

Д-р Мирена Василева
ПСИХОТЕРАПЕВТ

Индивидуални консултации



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

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

Тел. 07999334778 Email: mirenaavasileva@gmail.com

Osbornes Law^o

Специалисти по иски за обезщетение

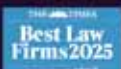
Ние от адвокатска кантора Осборнс с повече от 50 годишен юридически опит предоставяме безплатен съвет относно предявяването на иск за финансово обезщетение ако сте пострадали при трудова злополука, пътен инцидент или в резултат на медицинска небрежност.



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


Свържете се с нас и говорете на български на:

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



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

БИОЕНЕРГИЙНИЯТ НЕВРОСТИМУЛАТОР СКЕНАР СЕ ИЗПОЛЗВА ЕФЕКТИВНО ПРИ ЗДРАВΟΣЛОВНИ ПРОБЛЕМИ С:

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

За повече информация:

Тел: 07459851857; email: sctherapy23@gmail.com

www.bestscenartherapist.com

FB : Pain Relief with Scenar Therapy





Внимание! UKVI призовава да актуализирате личните си данни, за да избегнете проблеми с пътувания и визи

БГ БЕН

Службата за визи и имиграция на Обединеното кралство (UKVI) напомня на всички граждани с електронна виза, че са длъжни да поддържат личните си данни актуални в своя онлайн профил. Причината е преминаването към изцяло дигитална система за доказване на имиграционен статус, при която неточна информация може да създаде сериозни затруднения.

Актуалните данни гарантират, че информацията във вашата електронна виза е коректна при проверка на имиграционния статус, че можете да пътувате с валиден паспорт или документ за пътуване и че UKVI може да се свърже с вас при необходимост - например при изчакване на решение по виза или връщане на документи.

Добре е да направите това преди 25 февруари тази година, когато влизането в Обединеното кралство за

С въвеждането на електронното разрешение за пътуване дори малко несъответствие може да ви спре на границата



Снимка: БГ БЕН

85 държави, включително Съединените щати, Канада и Франция, няма да могат законно да пътуват до Обединеното кралство без

електронно разрешение за пътуване (ETA). Кандидатстването е онлайн през официално приложение и струва £16.

Каква информация подлежи на актуализация

Потребителите са длъжни

да обновят своя UKVI акаунт при промяна на:

- паспорт или документ за пътуване
- име
- мобилен телефон
- имейл адрес
- постоянен или пощенски адрес.

Важно е да се отбележи, че името, паспортът или документът за пътуване не могат да бъдат променяни, ако в момента се изчаква решение по визово заявление.

Освен това в профила могат да бъдат коригирани или добавени:

- дата на раждане
- националност (включително при двойно гражданство)
- допълнителен паспорт или документ за пътуване
- нова снимка, ако външният вид е значително променен.

Какво е необходимо за актуализацията

За достъп до услугата са нужни данните за вход в UKVI акаунта, които може да включват паспорт, лична

карта, биометрична карта за пребиваване (BRC), изтекло биометрично разрешение за пребиваване (BRP) или клиентски номер на UKVI. Необходим е и достъп до регистрирания имейл адрес или мобилен номер.

При промяна на име, дата на раждане или националност трябва да бъде предоставен официален документ, удостоверяващ промяната.

UKVI подчертава, че услугата служи единствено за актуализиране на лични данни в профила и не позволява промени по визи или заявления за гражданство.

Електронната виза се свързва директно с паспорта или документа за пътуване. При несъответствие между данните в профила и представения документ, пътуването може да бъде забавено или дори отказано. Освен това при разглеждане на визови заявления или административни процедури UKVI разчита на информацията в акаунта, за да се свърже с кандидата и да върне официални документи.



OCEANAIR
Chartered Certified Accountants

Перфектният баланс от квалификация и опит в счетоводните услуги

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



020 8530 6929



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

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

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

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

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

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

Ние от New Alternative Path ще ви подготвим за уни-

Снимката е предоставена
от New Alternative Path



NEW ALTERNATIVE PATH

YOUR STEPPING STONE TO SUCCESS

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

Университетските програми са разнообразни, 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 повечето навсякъде, където пожелаете в Лондон, NUS карта за множество отстъпки и намаления, както и много други предимства.

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

Започнете своето пътуване днес с New Alternative Path!

Вашето бъдеще е във вашите ръце!

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

Нека да започваме сега!

Снимката е предоставена от New Alternative Path



Снимката е предоставена
от New Alternative Path



Снимката е предоставена
от New Alternative Path



Българите във Великобритания заедно ще отбележат националния празник на България

БГ БЕН

На 3 март България отбелязва 148 години от Освобождението, честван като национален празник на страната. Макар и далеч от родината, българите във Великобритания ще отбележат този празник с богата културна програма. Тържеството е насрочено за 28 февруари и е под мотото „България в сърцето“. То ще се проведе от 18:00 часа в Selby Centre в Лондон.

Специални гости ще бъдат известната българска певица Деси Добрева, която е популярна и на Острова, както и МФГ „Кабадали“. В празничната програма ще се включат певицата Мария Георгиева, танцова група „Малките приятели - Лон-

Събитието е на 28 февруари в Selby Centre в Лондон



масабно - само детските участници са около 80.

„Българските ни деца имат нужда от стимул и поле за изява, за да бъдат показани, насърчени и оценени за старанието и труда си. Зад кулисите стоят десетки часове организация и усилия - не защото сме длъжни, а защото вярваме, че подобни моменти са безценни за общността ни. За щастие, има и много хора, които ни подкрепят по най-различни начини - понякога с помощ, понякога с идея, а друг път просто с морална подкрепа. За нас това е изключително важно и ни дава кураж да продължим, защото искаме да направим нещо наистина красиво и достойно“, отбелязват още Екатерина, Мария, Петя, Десислава и Чавдар.

Събитието се превръща в кауза за съхранение на българския дух зад граница

Всичко започва съвсем естествено - след едно предходно събитие, малко, но истинско, а именно честването на Деня на народните будители през 2025 година.

„Бяхме измислили интересни, забавни и образователни игри, свързани с будителите на България. И когато няколко седмици по-късно около нас още се споменаваха имената на Любен Каравелов, Петър Берон и други видни български личности, си казахме: „Значи е

било смислено. Значи е било забавно. Значи е оставило следа!“. А когато поставяхме българския флаг на вратата, усещането беше невероятно - не просто украса, а гордост. И си казахме тихо: „Ние сме си българи“. Точно тогава се роди мисълта: „Ами ако направим нещо и за 3 март?“, споделят петимата българи.

В началото организацията на честването на националния празник възниква само като идея за малко събиране, но неусетно започва да расте, защото много хора проявяват интерес.

„Българите в Лондон имат нужда от такива моменти - нужда да се съберат, да си припомнят, че сме общност, че сме заедно; че България може да живее и тук - в песните, в танците, в децата ни и в сърцата ни. И така се роди „3 март в Лондон“ - събитие, което започна като разговор между приятели и се превърна в голяма кауза. Каузата да съхраним българския дух зад граница и да дадем сцена на децата - нашите малки българи, които растат далеч от родината. Уверяваме ви, че всичко това правим с дълбоки чувства и чисто намерение - от българските си сърца. А когато правиш нещо със сърце, то винаги се получава красиво“, споделят още Екатерина Добрева, Мария Георгиева, Десислава Йорданова, Петя Пенева и Чавдар Александров.

Повече за събитието и как можете да се включите в него, можете да прочетете тук:

<https://www.tickettailor.com/events/4kmdpevents>

дон“, танцов ансамбъл „Мераклии Лондон“, цигулари и певци от група „Ми Минор Хармоникс“, кларнетистът Боян Иванов, китаристът Саки Сакалли и DJ Съби.

Целта на събитието е да се даде поле за изява на талантивите български деца на Острова. То е подкрепено и ще се осъществи със съдействието на Изпълнителната агенция за българите в чужбина към Министерството на външните работи на Република България.

Идеята за честването на 3 март е на петима българи, които носят България в сърцата си

Инициативата „3 март в Лондон“ е на петима българи, които милеят за България и я носят в сърцата си. Това са Екатерина Добрева,

Мария Георгиева, Десислава Йорданова, Петя Пенева и Чавдар Александров.

„Ние сме българи - хора като всички останали, които живеят в Лондон, работят, грижат се за семействата си и в ежедневието си тихо носят България в сърцата си. Това, което ни обединява, е една обща цел и еднакво виждане - да създадем истински празник за българската общност, да се съберем заедно и да покажем, че българският дух не се губи дори когато сме далеч от родината“, споделят организаторите на събитието.

Те се захващат с реализацията на инициативата напълно доброволно. След тежките работни дни и с лични средства, с много труд, енергия и време организират събитието, което се оказва изключително

50% CHEAP BUSINESS ELECTRICITY & GAS

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

Want to reduce your energy bill?

DON'T Delay, Call Us Today

07951 234 054

Email: contactus@commercialge.co.uk

Web: commercialge.co.uk

CGE

e-on British Gas yu ENERGY SCOTTISHPOWER

3 МАРТ В ЛОНДОН

ИЗПЪЛНИТЕЛНА АГЕНЦИЯ ЗА БЪЛГАРИТЕ В ЧУЖДИНА
EXECUTIVE AGENCY FOR BULGARIANS ABROAD

МАРИЯ ГЕОРГИЕВА

ДЕСИ ДОБРЕВА

КАБАДАЛИИ

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



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

Hristro D



Свържете се с нас и говорете
на български на:

Елида Димитрова

07843 349 633/020 7681 8675

Elida.dimitrova@osborneslaw.com



Обезщетение от 11 хиляди лири стерлинги за колоездач, ударен от товарен автомобил

Меган Ламбърт наскоро е уредила обезщетение за член на Лондонската колоездачна кампания (London Cycling Campaign), наранен при пътно колоездачно произшествие. Колоездачът е имал предимство на тиха улица, когато товарният автомобил се появил право на пътя му и се сблъскал с него, като изхвърлил колоездача от велосипеда му на пътното платно. Свидетелите повикали линейка, която пристигнала на местопроизшествието и откарала колоездача за преглед в болницата.

Наранявания и процес на възстановяване

Колоездачът е претърпял нараняване на меките тъкани на гърба, закрыта фрактура на десния глезен и ожулвания и натъртвания по тялото. Той е носил ботуш повече от месец и е започнал физиотерапия, която да подпомогне възстановяването му. В допълнение той е страдал от тревожност в резултат от произшествието, като се е затруднил да се върне към колоезденето както преди, което по-рано е било хоби, на което той се е наслаждал след пенсионирането си.

Меган е издействала ранно признаване на отговорността и е бил поискан медицински доклад от консултант-ортопед. За щастие, се е очаквало колоездачът да се възстанови напълно

от нараняванията си в рамките на година след датата на произшествието, макар че са били препоръчани по-нататъшна физиотерапия и остеопатия след получаването на медицинския доклад.

Преговори за обезщетение и съдебно изслушване

По време на преговорите за обезщетение със застрахователите на водача на товарния автомобил някои от аспектите по иска са били договорени, но офертите, предложени за нараняванията на колоездача и за предоставените от съпругата му грижи, са били значително по-ниски от оценката на Меган. Поради надлежните усилия на Меган обаче делото е стигнало до съдебно изслушване и съдията присъдил на клиентка ѝ 11 100 лири стерлинги, почти два пъти повече от офертата, предложена от застрахователите на водача на товарния автомобил и в съответствие с оценката на Меган за иска на колоездача. Обезщетението, което Меган е успяла да осигури, е дало възможност на колоездача да получи физиотерапията, от която се е нуждаел, за да постигне пълно възстановяване.

След представителството на колоездача по това дело Меган каза:

„Много се радвам, че осигурих на клиента си обезще-

тението, което заслужава след такова травматично произшествие. Нехайството на водача на товарния автомобил е причинило не само физически наранявания, но и е оказало отрицателно въздействие върху начина на живот на моя клиент. Колоезденето е било любимото му хоби по време на пенсионирането, но сега поради случилото се на него му е трудно да започне отново това, което винаги е обичал да прави. Обезщетението ще подпомогне възстановяването на моя клиент, и да се надяваме, че ще му помогне да си възвърне увереността при колоездене. Още веднъж този случай подчертава важността на безопасността по пътя и необходимостта от внимателно шофиране, особено в близост до колоездачи.“

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

Имаме офиси в Камдън и Хампстед с над 190 служители.

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

Ако сте пострадали при пътен инцидент, инцидент на работното място или инцидент поради медицинска небрежност, свържете се с Osbornes Solicitors за безплатна и конфиденциална консултация. Ние работим по схемата „No Win, No Fee“. Ще можете да разговаряте на български директно с нашия консултант Елида Димитрова, която ще работи по случая ви през цялото време. Обадете се на номер 07843349633 / 020 76818675. E-mail: Elida.dimitrova@osborneslaw.com

Получете обезщетение при:

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



Безплатна
консултация.



Мария Митрева и Kids Care Charity с благотворителна кампания за продажба на мартеници на Острова

Мария Митрева е от красивия Благоевград. Там е преминало детството ѝ. В родния си град завършва икономическо образование, което по-късно се превръща в нейна професия.

В Лондон е вече 23 години. Английската столица вече е неин втори дом, където живее със семейството си. Професионалният ѝ път тук е свързан със счетоводството. Признава обаче, че най-голямата ѝ гордост

са двете ѝ деца - син на 21 години и дъщеря на 15. Въпреки дългите години в чужбина връзката ѝ с България остава неразривна, а желанието да помага на корените си се е превърнало в нейна мисия.

За пореден път тя организира благотворителна кампания за продажба на мартеници, със средствата от които ще подпомогне нуждаещи се свои сънародници.

Снимки: Личен архив на Мария Митрева



- За поредна година стартирате благотворителна кампания за продажба на мартеници в Англия. За какво ще бъдат използвани събраните средства и как желаещите могат да си закупят?

- Основният фокус на средствата винаги са били децата в неравностойно положение в България. Чрез партньорството ни с фондация Kids Care Charity

осигуряваме хранителни пакети за Великден и Коледа, но помощта ни далеч не спира само до храната. През изминалата година успяхме да закупим дърва за огрев за семействата на тези деца още преди първите студове. Често поемаме разходите за ток, вода и основни битови нужди. Нашата цел е не просто да дадем пакет храна, а да внесем сигурност и топлина в домовете им.

Баба Марта е код, който всеки българин носи в сърцето си, казва българката, която от 23 години живее в Лондон



Връзката с мен за желанието да помогнат е максимално улеснена. Всичко става през личен контакт във Фейсбук. Хората ми пишат, аз им изпращам снимки на наличните модели, те избират, а аз изпращам мартениците по пощата, като поемам разходите за доставка за моя сметка. Държа на един много важен принцип: моите мартеници нямат фиксирана цена. Всеки преценява според възможностите и сърцето си колко иска да даде. Вярвам, че добротворството не трябва да бъде задължение, а вътрешен импулс. По този начин всяко дарено паундче отива директно за децата.

- Ръчно изработени от Вас ли са мартеничките, които предлагате?

- Да, почти всяка мартеничка е минала през моите и на приятелки ръце. Но трябва да призная - тази кампания вече е толкова голяма, че не бих могла да се справя сама. Имам прекрасни приятелки, които се включват

с огромно желание и ми помагат в изработката. Самият процес започва много рано - още през септември, и продължава интензивно до януари. Необходими са десетки хиляди бройки, тъй като интересът расте лавинообразно всяка година. Този труд е моята терапия - докато преплитам белия и червения конец, мисля за децата, на които ще помогнем.

- Инициатор на кампанията е Kids Care Charity. Разкажете малко повече за тази организация!

- Всичко започна преди пет години от идеята на моя близка приятелка. Тя ме предизвика: „Хайде да правим мартенички с децата и да ги продаваме благотворително!“. Сякаш само това чаках. Първата година събрахме около £500-£600 и търсех организация, която реално помага на деца в България, но има прозрачна платформа за набиране на средства тук, в Англия. Така открихме Kids Care Charity. Фондацията съществу-



ва от 14 години. Нейната основателка Деси Ламбин е създавала организацията, след като е гледала разтърсващия филм „Забравените деца на България“. Нейната първоначална мисия е била изключително трудна - да извади децата от институциите и да ги настани в семейна среда (при роднини или приемни семейства). Днес те продължават тази грижа, следейки на децата да не им липсва нищо от първа необходимост - от тетрадки за училище до топъл обяд.

- За коя поредна година правите кампанията на Острова и как се разви тя във времето?

- Тази година празнуваме малка 5-годишнина. Пътят, който извървяхме, е изумителен и показва силата на общността ни. Започнахме скромно с £600 през първата година. През втората сумата скочи на £6000, третата надхвърли £11 000, а миналата година достигнахме рекордните £12 735.00 и 1352 лв. Половината от миналого-

дишната сума (£6000) беше целево дарена за изграждане на площадка за деца със специални нужди в моя роден Благоевград. Това е кауза, която ме докосна лично, защото искам децата в България да имат достъп до игри и социализация, независимо от техните физически предизвикателства. Останалите средства бяха разпределени за ежедневните нужди на децата към фондацията.

- Колко средства бяха събрани миналата година и за какво точно бяха използвани?

- Изключително много държа на прозрачността, защото хората ни се доверяват. Ето и конкретния отчет за „Мартенички 2025“ и как Kids Care Charity разпределиха дарените средства:

■ **ТОПЛИНА & УЮТ**

• 7980 лв. за дърва: 19 семейства и 33 деца посрещнаха празниците на топло

• 685 лв. за ток: Спасихме светлината в домовете на 3 семейства



**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: nevenbareham@gmail.com



aequitas per jus

BUSINESS LOAN

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

☎ 07951 234 054

📍 46 Ramsgill Drive, Ilford, IG2 7TP

✉ info@commercialge.co.uk

🌐 www.commercialge.co.uk





✿ ХРАНА НА ТРАПЕЗАТА

- 3955 лв.: коледна радост за 60 деца (36 пакета)
- 3091 лв.: празнична храна за Великден
- 1199 лв.: хранителни пакети за най-трудния период в края на февруари

✿ ПОДКРЕПА & ВРЪЗКА

- 512 лв.: за нотариални такси и телефонни разходи, за да продължим да помагаме оперативно

Общо: хиляди жестове на доброта, събрани в един отчет!

Относно детската площадка в Благоевград - в момента сме в процедура на одобрение на документацията. Веднага щом проектът стартира, ще обявя публично всеки похарчен цент от останалите £6000.

- Баба Марта е символ на здраве - чист български празник. Успява ли тази кампания да обедини българите на Острова?

- Категорично да! Баба Марта е код, който всеки българин носи в сърцето си, независимо колко далеч е от родината. Миналата година

за нашата традиция на своите международни приятели. Това е истинско обединение.

- Лично Вие защо решихте да се занимавате с благотворителност?

- Възможност благотворителността е част от живота ми от 13 години. Всичко започна от един много личен и труден момент. Когато дъщеря ми беше едва на 7 седмици, тя беше приета в болница Great Ormond Street. Тези лекари спасиха живота ѝ. Когато тя стана на 2 годинки, почувствах неистова нужда да се отблагодаря. Започнах да участвам в благотворителни надбягвания в подкрепа на болницата, за да имат и други деца този шанс за живот.

За мен децата са най-чистите и крехки същества. Не е справедливо и не е редно в днешно време да има дете, което да заспива гладно или на студено. Моята мотивация е проста: искам да превърна благодарността си за здравето на моите деца в реална помощ за тези, които нямат същия късмет.

- Какво ще пожелаете на нашите читатели за 1 март?

- Пожелавам им на първо място здраве - нека то бъде бялото в техните мартеници! Пожелавам им енергия и силен дух - като червения цвят! Носете мартеничките с кауза с гордост и знайте, че зад всеки конец стои една усмивка на дете в България. Нека доброто, което давате, се върне при вас многократно!



Снимки: Личен архив на Мария Митрева

Част от децата, които получиха дърва за отопление в България със средства от кампанията през 2025 година.



DAYANA TRAINING 2021 LTD

ДОВЕРЕТЕ СЕ НА ОПИТА

CSCS ТРЕНИНГ ЦЕНТЪР В ЛОНДОН НА БЪЛГАРСКИ ЕЗИК

- * CSCS КАРТА - (ОСНОВНА, БЕЗ КОЯТО НЕ МОЖЕТЕ ДА РАБОТИТЕ НА ГОЛЕМИ ОБЕКТИ)
- * PERIODIC TESTING & INSPECTION
- * FIRST AID AT WORK (LEVEL 3)
- * EMERGENCY FIRST AID AT WORK
- * CITB ТРЕНИНГ И ТЕСТ
- * NVQ LEVEL 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7.
- * S.P.A SAFETY PASSPORT
- * ELECTRICAL GOLD ECS CARD
- * PLUMBER JIB GOLD CARD
- * WORKING AT HEIGHT
- * TRAFFIC MARSHALL A73 CPCs
- * LEVEL 2 HEATING & VENTILATING (DUCTWORK)
- * LEVEL 3 HEATING & VENTILATING (DUCTWORK)
- * NPORS КАРТА ЗА:
 - TELEHANDLER /ТЕЛЕСКОПИЧЕН ТОВАРАЧ, КОЙТО В СТРОИТЕЛСТВОТО СЪЩО СЕ НАРИЧА ФОРК ЛИФТ/
 - DUMPER /ДАМПА, А В БГ ДЪМПЕР /
 - FADROMA /ФАДРОМА/
 - FORK LIFT /МОТОКАР/
 - EXCAVATOR 360 /БАТЕР/
 - SLINGER SIGNALLER
 - * ABRASIVE WHEELS
 - * FIRE MARSHALL
 - * MANUAL HANDLING
 - * IPAF КАРТИ - CHERRY PICKER /ПОВДИГАЧ ЗА РАБОТА НА ВИСОКО/
 - * NVQ1 2 3 6 ЗА НАПРЕДНАЛИ В ЗАВИСИМОСТ ОТ ДЛЪЖНОСТТА.

- * SAFETY HARNESS
- * FACE FIT
- * ASBESTOS AWARENESS
- * ECS ЕЛЕКТРИЧАР
- * IOSH COURSES
- * SSSTS
- * SMSTS
- * IPAF
- * PAZMA
- * SIA SECURITY
- * CAT & GENNY
- * PLANT MARSHALLING
- * CONFINED SPACE SAFETY
- * CPC - (ПРОФЕСИОНАЛНА КОМПЕТЕНЦИЯ ЗА КАМИОНИ)
- * WELLBEING - (MENTAL HEALTH)
- * OPERATING A FORKLIFT
- * 18TH EDITION COURSE
- * REACH LIFT TRUCK
- * LADDER SAFETY



CSCS
CONSTRUCTION SKILLS
CERTIFICATION SCHEME
APPROVED



citb
Cskills Awards
Approved Centre

ЗА ПОВЕЧЕ ИНФОРМАЦИЯ И ЗАПИСВАНИЯ:

WWW.CSKARTIBG.COM

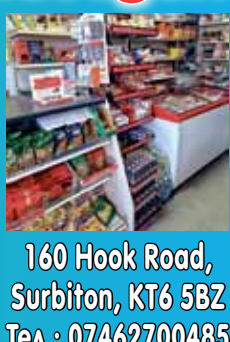
Tel: 02088081069 Email: info@cskartibg.com Mob: 07552442855

iliyandimitrovtraining@yahoo.com

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

Български магазин

UPERMARKET FAVOURITE



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

Изтеглете новия брой
на вестник БГ БЕН онлайн!

www.bgben.co.uk



Стартира записването за Шестия пролетен фестивал „Над дъгата“



Снимки: Petya Nikolova Photography

Целта на фестивала е да се подкрепят младите таланти

БГ БЕН

Започна записването за Шестия пролетен фестивал за млади музиканти „Над дъгата“, като за участие в него са поканени талантили деца и младежи по света. Той ще се проведе на 22 март и се организира от Роси Китанова - ръководител на Школа по пиано и пеене в Лондон (Rosi Piano & Vocal School, London), Великобритания, с частично финансиране от Art Council England. Фестивалът „Над дъгата“ е член на Британската и интернационална федерация на фестивалите BIFE, с

медийни партньори вестник БГ БЕН и Изпълнителната агенция на българите в чужбина (ИАБЧ).

Събитието е с неконкурсен характер и има за мисия да подкрепя, вдъхновява и обединява млади таланти на възраст от 4 до 24 години. Фестивалът ще се проведе с хибриден формат, като участието е възможно онлайн от всяка точка на света или на живо в Лондон.

В „Над дъгата“ може да участват солови изпълнители, дуети, групи и ансамбли

Три са категориите в тазгодишното издание на фестивала:

- Инструментална музика - всички музикални инструменти (пиано, китара, цигулка, духови и ударни инструменти);
- Вокална категория - пеене във всички стилове и жанрове (поп, джаз, рок, музикален театър, оперно пеене);
- Традиционна/фолклорна музика - деца и младежи, изпълняващи традиционна музика от своята държава.

Срокът за кандидатстване е до 20 февруари. На 8 март е онлайн концертът

Мисията на събитието е да подкрепя, вдъхновява и обединява млади таланти

с предварително записано видео, а на 22 март ще бъде концертът на живо в Лондон. Организаторите уточняват още, че записванията за участие са отворени и всички желаещи могат да кандидатстват и да станат част от музикалната магия на фестивала.

За първи път ще има Mini Workshops & Inspiration Sessions за младите музиканти

В тазгодишното издание на Пролетния фестивал „Над дъгата“ за първи път ще се проведат и Mini Workshops & Inspiration Sessions за младите музиканти, които ще се проведат на 22 март в Redbridge Town Hall, London.

„Поканили сме гост-музиканти, които ще спо-

делят своя личен и професионален опит, ще дадат ценни съвети и ще изживят специални музикални моменти на живо. Всички участници в присъствената част на фестивала ще имат възможност да бъдат част от тези вдъхновяващи срещи - да зада-

ват въпроси, да обменят идеи и да се почувстват част от едно истинско музикално семейство. Съсем скоро ще представим музикантите, които ще бъдат част от тези специални workshops“, каза пред вестник БГ БЕН Роси Китанова.



Роси Китанова – създател на фестивала „Над дъгата“

Излезе от печат книгата „26 - кратка антология на съвременни български автори във Великобритания“

БГ БЕН

Книгата „26 - кратка антология на съвременни български автори във Великобритания“ излезе от печат. Тя е тематичен продължител на излезлите по-рано книги „Българското слово на литературния глобус“ (под егидата на Националния литературен музей с директор Атанас Капралов), „55+български автори в САЩ и Канада“ и „Енциклопедичен справочник на българската литература, създавана в европейската, американската и австралийската диаспора в периода XIX-XXI век“. Съставител и редактор отново е Георги Н. Николов, а издателство - „Мултипринт“ - София, и е реализирана с финансовата подкрепа на Министерството на културата.

Началото на книгата



гласи: „На безсмъртния български език и неговите радители у нас и по света - с признателност посвещавам!“

Трудно е да се каже колко на брой са поетите, белетристите, есеистите с нашески корени, пръснати по света по волята на съдбата. Но създаваната от тях литература е вълнуваща, впечатляваща и запомняща се. По страниците им

среща си дават славното ни историческо минало, цивилизационното настояще на столетието, дълбоки философски прозрения, полет на мисълта и ярки емоционални внушения.

„Тази литература трябва да се познава и изучава и в училищата у нас като неделима част от културния силует на старата родина. За жалост, книгите им, някои писани вече и на други езици, присъстват някак мимоходом в духовния пулс на страната ни. Отдавна липсва изграждането на център за изучаването на българската книга по света... Но българското слово живее и ще живее в превратностите на времето, както впрочем и досега. Доказва го и раждането на тази кратка антология с любопитното заглавие „26...“, казва съзателят Георги Николов пред БГ БЕН.

CONFEDERATION OF BULGARIAN CULTURAL ORGANIZATIONS AND ACTIVISTS ABROAD (BCOAA)

Salon for Bulgarian Culture and Spirit - Chicago

Изящното перо-2026

Тема: „Ако си дал...“

Международният литературен конкурс се организира от Конфедерация на българските културни организации и дейци в чужбина

Салон за българска култура и духовност – Чикаго

в партньорство с

Изпълнителната Агенция за българите в чужбина

Условия за участие:

- * в раздел „Поезия“ – 1 стихотворение;
- * в раздел „Проза“ – 1 творба (до 3 стандартни страници);
- * творбите да са написани на български език и да се изпращат в прикачени файлове във формат Word;
- * адрес за изпращане - имейл: salonbgculture@yahoo.com;
- * краен срок за получаване – 30 април 2026 г.;

Резултатите от конкурса ще бъдат обявени през м. юни 2026

Пожелаваме успех на участниците!



Асиметрични сливици - кога е нормално и кога е сигнал

Може би много от вас са се питали защо едната сливица ми е по-голяма от другата. Тук не става въпрос само за козметичен дефект, а асиметрията може и да подсказва за реален медицински проблем. Затова в рубриката „Първа помощ“ известната българска лекарка на Острова доктор Вал предоставя за читателите на вестник БГ БЕН най-важната информация, която ясно може да ви ориентира.

Доктор Валентина Михайлова Николова, известна повече като доктор Вал, е създател и директор на Val Clinic - най-популярната българска клиника в Лондон.

Снимка: Личен архив на доктор Вал



От доктор Вал

Много хора забелязват, че едната сливица е по-голяма от другата. В повечето случаи това не е опасно и се дължи на:

- ✓ чести ангини в миналото
- ✓ хронично възпаление
- ✓ индивидуални анатомични особености.

Има обаче случаи, когато асиметрията на сливиците може да подсказва за реален медицински проблем.

Важно е да се потърси УНГ лекар, ако асиметрията:

- ! се появи внезапно
- ! нараства с времето
- ! е съпроводена с болка, трудно преглъщане или кървене
- ! има подути лимфни възли на шията.

Асиметрията на небните

сливици е честа находка в клиничната практика. В много случаи тя е резултат от прекарани възпалителни процеси, хроничен тонзилит или анатомична вариация и няма патологично значение.

Въпреки това, едностранното увеличаване на сливица, особено при възрастни пациенти, изисква внимание.

Алармиращи симптоми са болка, дисфагия, кървене, персистираща лоша миризма, увеличени шийни лимфни възли и общи симптоми като загуба на тегло. В тези случаи прегледът е задължителен за преценка на състоянието и определяне на нуждата от допълнителни изследвания или проследяване. Навременната диагностика остава най-добрият подход за предотвратяване на усложнения и за ранно откриване на сериозни заболявания.

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



Иск за обезщетение при нараняване в автобус: присъдени са 7800 лири стерлинги на наранен пътник

Наша клиентка получава обезщетение за нараняване поради нехайство на водач на автобус. Обезщетението е било осигурено наскоро за пътник на рейс от Меган Ламбърт от Осбърнс Лоу за обща сума от 7800 лири стерлинги.

Какво се е случило

Нашата клиентка е била седящ пътник в автобус, когато водачът на автобуса грубо ударил спирачки, след като тръгнал от автобусната спирка, и това станало причина всички пътници да полетят напред, да крещят и пищят.

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

ла на местопроизшествието.

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

Съдебно производство и обезщетение

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

Ние често приемаме без-

опасността си на обществени места или в транспорта за даденост, а произшествието на тези места са по-чести, отколкото си мислим. При зловещ случай, при който сте станали жертва на хлъзгав под, предмети не на мястото си, които се превръщат в препятствия, или както е в този случай, нехайство на водача на автобуса, можете да се окажете наранени или **тежко наранени**. В подобни случаи може да е възможно да претендирате за обезщетение.

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

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

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

Можете ли да претендирате за обезщетение за нараняване в автобус

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

Бихте могли да предявите претенции, ако:

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

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

- Регистрационен номер на автобуса
- Номер на маршрута и място на инцидента
- Описание на водача

• Доказателства за пътуване (например автобусен билет, запис на карта Oyster)

• Имена и данни за контакт на свидетелите.

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

Имаме офиси в Камдън и Хампстед с над 190 служители.

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

Свържете се с български адвокат:

Елида
Tel.: 07843349633 / 020 76818675
E-mail: Elida.dimitrova@osborneslaw.com



Osbornes | Law

Български Адвокати в Англия

Получете обезщетение при:

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

0784 334 9633

Безплатна консултация.
Потърсете правата си без риск!

solicitors

Специалисти по искове за обезщетение

Ние от адвокатска кантора Осборнс с повече от 50 годишен юридически опит предоставяме безплатен съвет относно предявяването на иск за финансово обезщетение ако сте пострадали при трудова злополука, пътен инцидент или в резултат на медицинска небрежност.

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

Hristo D



★ Trustpilot



Свържете се с нас и говорете на български на:

Елида Димитрова

07843 349 633/020 7681 8675

Elida.dimitrova@osborneslaw.com



Защо българите все вярват на политически спасители

БГ БЕН

Решението на Румен Радев да не изкара втория си президентски мандат и да се появи на парламентарната политическа сцена завъртя истинска буря от коментари, очаквания, опасения и скрити цели. За едни новината беше очаквана, за други - суперизненада. Не са малко българите, които виждат именно в лицето на Радев промяната - така жадувана от всички, особено в последните години, когато България попадна в цикъл от извънредни парламентарни избори и сериозен политически цинизъм.

Румен Радев - промяна или още от същото

Със сигурност президентът на България Румен Радев цели да влезе в ролята на промяната за всички българи. Ако обаче съдим по първото му интервю, което той даде за предаването „Панорама“ на БНТ, тази промяна изглежда повече като „още от същото“.

Самият той заяви, че партия ще прави след извънредните парламентарни избори през пролетта. Факт, който разочарова част от привържениците му. Не каза и с чия регистрация ще се яви на вота, нито къде точно се позиционира - вляво, дясно или център. Все въ-

Появата на Румен Радев на предстоящите избори ще раздвижи картината, но няма да я направи нова

Снимка: facebook.com/PresidentRumenRadev



проси, чиито отговори са задължителни, за да могат избирателите да направят своя информиран избор. Въпреки липсата им обаче, привържениците на Радев, поне на пръв поглед, вярват безрезервно на него. Защото е натовски генерал и може да действа, според тях, твърдо, а и защото вече прекалено много са им омръзнали приказките на досегашните управляващи.

„Браво, голям човек!“, казват на повърхността почитателите му. Други

обаче отсичат: „Месията си направи брутално харакири. Този човек не знае какво прави, някой му диктува“. Крайните коментари и разделенията на българите относно участието на генерала в предизборната кампания обаче не може да заглуши слепото доверие, което по традиция българите изпитват към всеки нов политически проект. Ако се върнем в годините назад, българите мислиха, че Симеон Сакскобургготски ще ги спаси. След това

те гласуваха доверие на Бойко Борисов и ГЕРБ. По-късно дойдоха ИТН на Слави Трифонов и „Продължаваме промяната“. Не е като да не сме виждали „спасители“, които, в крайна сметка, се оказва, че не спасяват никого, освен себе си. Ще ги познаете по щедрите обещания за висок стандарт на живот и винаги за борба с корупцията. Сега Радев говори за бедните милион и половина българи, но също така и за борба с олигархията, без да

посочва точно кого визира. Ще се съгласите, че така е по-удобно. Хем добре звучи за пред избирателите, хем не си навличаш беля с конкретни имена.

Едно обаче е ясно. След дълги години на обещания вече е време да не хвърляме доверие на слъпо, а след щателно проучване. В противен случай ще продължим още поне едно десетилетие да слушаме лъжи, докато всеки ден потъваме в корупцията от първо лице.

И нека на финал се запитае: Защо, след като сме изморени от всякакви неоправдани очаквания, сега отново сме готови да „скочим“ сговорчиво с подкрепа към пореден нов политически проект?

Има ли капацитет Радев да промени политическата картина

Със сигурност, колкото и дисциплинирано да мълчи Румен Радев по важните въпроси за избирателите, голяма част от българите ще го припознаят. Политолозите са категорични, че ако не първо място, той има капацитет да „заличи“ част от малките партии, които прескачаха 4-процентовата бариера за влизане в НС. Очакванията са, че новият политически процес ще окрупни вота на избирателите, а това означава, че сериозно

заплашени да останат извън парламента са ИТН, МЕЧ, „Величие“, а дори и БСП.

Всъщност на столетницата ще е най-трудно на предстоящите избори. Електоратът на социалистите се сви сериозно, а това беше признато дори и от председателя на БСП и вицепремиер в последния редовен кабинет Атанас Зафиров. По думите му, партията излиза отслабена от участието си в управлението на страната. Нещо повече, самият той каза, че няма да участва в листи.

Вероятно част от партийните членове за удобство ще „прескочат“ в новия политически проект на Румен Радев, който все пак има значително по-свежа енергия и шанс да попадне в 52-рото НС.

В заключение, със сигурност предстоящата предизборна кампания ще е по-интересна от предходната. Но и с много повече „кукички“, които ще се стремят да „уловят“ гласове. Гласовете на българите, които вярват, че със стари игрици са възможни нови резултати. Да, ама не, както казваше журналистът Петко Бочаров, светла му памет!

И ако все пак искаме промяна за България, добре е да не вярваме на светли и добре звучащи фрази, а да направим информиран избор. Ще се случи ли? Предстои да разберем!

БГ БЕН

С гласовете на ГЕРБ-СДС, „Възраждане“, „БСП-Обединена левица“ и „Има такъв народ“ Народното събрание на България прие законопроекта на „Възраждане“ за промени в Изборния кодекс (ИК), с който се предвижда редуциране до 20 на секциите извън дипломатически и консулски представителства в държави, които не са членове на Европейския съюз. Против бяха 81 депутати - „Продължаваме промяната-Демократична България“, „ДПС-Ново начало“, двама от „БСП-Обединена левица“, „Алианс за права и свободи“, „Величие“ и двама нечленувачи в група депутати. Въздържаха се 12 народни представители.

Целта на внесените текстове от „Възраждане“ е в държави, които не са член-

До 20 секции извън дипломатически представителства в страни извън ЕС

Изборните експерти предупреждават, че промените в ИК крият рискове

ки на Европейския съюз, да бъдат образувани до 20 броя секции извън дипломатическите и консулските представителства на Република България в съответната държава. Според вносителите не е правилно режимът за откриване на секции в държави - членки на ЕС, да е еднакъв с режима за откриване на секции в държави извън него.

По време на дебатите Цончо Ганев от „Възраждане“ отбеляза, че на последните парламентарни избори „за двете ДПС-та“ в Турция има 47 хиляди гласа, а секциите са били 168. Това са повече от 50% от всички гласували в чуж-

бина българи, подчерта депутатът.

Най-много са гласували в Бурса - над 14 хил. души, в Истанбул - над 13 300, посочи колегата му Петър Петров, като отбеляза, че в района на Анкара се наблюдава по-малък брой гласували в сравнение с предходния вот - малко над 9000 души. Считаме, че такъв вот е етнически, зависим и гласовете са за ДПС, посочи Петров.

Законопроектът на „Продължаваме промяната-Демократична България“ (ПП-ДБ), с който се предлагаше възстановяване на машинния изборен протокол, беше отхвърлен.

Експертите по изборно законодателство предупреждават, че промените в Изборния кодекс, които се правят в „двайсет без пет“, крият сериозни рискове за честността на вота.



Снимка: БГ БЕН

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

Заповядайте в трите
най-добри български
ресторанта във
Великобритания!

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

Бъдете наши приятели
и споделете празниците си
с нас!

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

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



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

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



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

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





ROCK ARENA



На Арената днес...

Някои от най-великите рок балади

Музиката е езикът на любовта и един от най-красивите начини за изразяване на чувства, които са достъпни за човек. Рок баладите са само част от тях, а най-завладяващите са тези за Нейно Величество Любовта! И това е така, защото няма по-силно чувство от това да обичаш. Настанете се удобно с чаша вино и се отдайте на красивата музика!



„I Don't Wanna Miss a Thing” - Aerosmith

Тази прекрасна балада на Aerosmith ни оставя без дъх всеки път, когато я чуем. Хитът от саундтрака на филма „Armageddon” (1998), в който участва и дъщерята на вокалиста Стивън Тайлър - Лив Тайлър, се превръща в една от най-големите им търговски успехи. Впоследствие песента дебютира на първо място в Billboard Hot 100, заемайки челна позиция на върха в продължение на четири седмици. В Обединеното кралство „I Don't Wanna Miss a Thing” продава над два милиона копия и достига номер четири в класацията за сингли на Острова. Въпреки че са преминали през множество възходи и падения през десетилетията, Aerosmith продължават да бъдат значима част от музикалната индустрия и вдъхновяват нови поколения фенове и музиканти.

„Love Of My Life” - Queen

Песента е написана от Фреди Меркюри за Мери Остин, с която има дългосрочни отношения в началото на 1970 година. В нея

брега на Женевското езеро е поставена на 25 ноември 1996 г. на три метра височина в Монтрьо.

„I Wanna Know What Love Is” - Foreigner

През 1984 година Foreigner издават най-успешния си сингъл, баладата „I Want to Know What Love Is”, която изследва копнежа за любов и разбирателство и се превръща във вечна класика. Песента оглавява класациите на САЩ, Великобритания, Канада и Австралия и достига топ 10 в много други страни. Списанието Rolling Stone пък я определя за една от най-великите песни, създавани някога. Тази година Foreigner ще отпразнуват 50-годишнината си с нови дати за специалното турне. Групата се нарежда в световната класация на една от най-успешите рок банди с над 70 милиона продадени копия на своите албуми.

„Still Loving You” - Scorpions

„Still Loving You” е сред най-добрите балади на Scorpions, считана за класика в жанра и описана като „истински химн на любовта”. По думите на китариста Рудолф Шенкер, текстът се отнася за любовна афера между двама души, в която те са разбрали, че тя може да е приключила, но ще опитат



отново. Песента е включена в албума „Love at First Sting” (1984), а през 2003 г. музикалният телевизионен канал „Ви Ейч Уан” я поставя на 22-ро място в списъка на най-великите рок балади. Няма друга немска банда като Scorpions, която да е постигнала такъв международен успех и продължителност на популярност в рамките на няколко десетилетия. Миналата година групата отбеляза своята 60-годишнина.

„Is This Love” - Whitesnake

„Is This Love” е издадена като втори сингъл от техния едноименен албум от 1987 г., който е най-голям търговски успех в световен мащаб за групата. Песента е творение на Дейвид Ковърдейл и китариста Джон Сайкс и първоначално се твърди, че е написана за Тина Търнър, но собственикът на звукозаписната компания Дейвид Гефен лично посвещавал

Ковърдейл да я запази и да я запише сам. И успехът не закъснява. „Is This Love” достига до челните позиции в музикалните класации, а в САЩ се представя отлично, достигайки номер две, което го прави втория най-голям хит на Whitesnake там след „Here I Go Again”. През 2015 г. списание „Класик Рок” класира песента на 7-о място в списъка си с топ 40 на най-великите балади.

„Wild Horses” - The Rolling Stones

„Wild Horses” беше всичко друго, но не и типична песен на Rolling Stones. Написана от Мик Джагър, Кийт Ричардс и Грам Парсънс (Flying Burrito Brothers, The Byrds), парчето е издадено като втори сингъл от албума „Sticky Fingers” (1971), който достига 28-о място в класацията Billboard Hot 100. Бившата съпруга на Джагър - Джери Хол, нареже „Wild Horses” любимата си песен на Rolling Stones. През 1989 година групата е включена в Залата на славата на рокендрола, а през 2021 година списание „Rolling Stone” класира парчето „Wild Horses” на 193-то място в списъка си „500-те най-велики песни на всички времена”.

„Bed of Roses” - Bon Jovi

Когато става въпрос за нежни песни, „Bed of Roses” е една от най-докосващите балади на Bon Jovi, включена в албума „Keep the Faith” (1992). Вокалистът

Джон Бон Джоуви написва парчето в хотелска стая, докато страда от махмурлук, а текстът отразява чувствата му по това време. Мощният баладичен стил на песента я прави световен хит и сингълът достига №10 в американската класация „Billboard Hot 100”. През 2018-а групата влиза в Залата на славата на рокендрола. Паралелно с музиката и отчасти киното, Джон Бон Джоуви се занимава активно и с благотворителност, има дори собствена фондация - „The Jon Bon Jovi Soul Foundation”, която подпомага социално слаби хора.

„Yesterday” - The Beatles

Тази прекрасна балада е избрана официално за най-великата песен на всички времена. Според биографите на „Бийтълс” красивата мелодия на „Yesterday” хрумнала на Пол Маккартни насън една нощ, докато спял в дома на тогавашната му приятелка Джейн Ашър. Изведнъж той се събудил и се изстрелял сънен до пианото, за да запише мелодията на нотния лист, преди да я забрави. Песента е записана на 14 юни 1965 г. в легендарните Abbey Road Studios само четири дни 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, която е и с най-много кавъри в музикалната история.

Снимка: bigstockphoto.com





Oldies-Goldies: Нейно Величество Vinyl-a!

Във времена, в които CD-тата са отживелица, а цифровите файлове са недостижими по популярност, виниловата плоча все още има своята физическа ценност. Хората, които са израснали с тях, с радост отупват своите колекции от праха и им се наслаждават отново. Днес плочите са най-вече част от нечий колекции, а редките издания струват десетки хиляди. Представяме ви някои от най-скъпите музикални плочи, редки издания, които може би и вие имате. Защо не потършувате на тавана?

Алекс Щайнвайс (1917-2011) е съзателят на първата художествено оформена обложка за грамофонна плоча, която той направил през 1940 г. за компанията "Колумбия Рекърдс". Работата му предизвиква истинска революция в производството и предлагането на грамофонни плочи на пазара. Този истински пионер на дизайна прави не само първите обложки, но оказва влияние и върху бъдещите си колеги. Пликът на петия концерт за пиано от Лудвиг ван Бетовен, направен от Щайнвайс, силно е повлиял на обложката на плочата на "Пинк фloyd" Dark Side Of The Moon!

Една от най-скъпите грамофонни плочи в света е сингълът "That'll be the Day" на Джон Ленън, Маккартни и Харисън отпреди "Бийтълс". Винилът от 1958 г. е единственият запис на групата The Quarrymen, която 2 години по-късно се прекръства на "Бийтълс". Според каталожните оценки оригиналът на сингъла струва 100 000 паунда, но според специалистите при продажба на тържестната на плочата би достигнала 200 000 паунда! Собственик на единственото автентично издание на "That'll be the Day" е сър Пол Маккартни. Впоследствие той прави 50 копия на записа за свои близки и приятели.

Bob Dylan - „The Freewheelin’” (1963)

Вторият албум на Боб Дилън бил коригиран малко преди да бъде пуснат на пазара през 1963 г. и променените песни в него могат да означават хиляди долари. Според Record Mecca 4 от песните били заменени с

нови записи, но по някакъв начин в завода за плочи някой е използвал старите версии при отпечатването на неизвестен брой от албума. Досега са открити само няколко от тези копия, като се твърди, че са малко на брой. Смята се, че това е един от най-скъпите записи в света, като една от плочите е продадена за 35 000 долара. Музикалният критик Джанет Мейслин казва, че тази обложка „е вдъхновила безброй млади мъже да се свият, да изглеждат резервиран и да чакат момичето да се прилепи". Снимката на Дилън и тогавашната му приятелка Сузи Ротоло е една от малкото обложки от онова време, в които естествено държане е предпочетено пред тежкото позиране. Дилън живее на Западна 4-та улица 161 от 1962 до 1964 година - място, по което можете да минете и днес.

David Bowie - „Diamond Dogs” (1974)

Първоначалната версия на този албум била изтеглена от пазара, тъй като на обложката на плочата имало куче, чиито гениталии били видими. Разбира се, някои от служителите на звукозаписната компания RCA били достатъчно умни, за да си запазят копие от първоначалната плоча. През 2003 г. такава плоча била продадена в eBay за 3550 долара. След смъртта на Дейвид Бауи можете да си представите колко се е повишила цената на тези копия. Този доста амбициозен албум на Боуи е продукт на основната идея за музика, която да представи едно диво бъдеще в град, пре-



живял унищожителен апокалипсис... Два от синглите от този албум Rebel Rebel и Diamond Dogs - достигнали съответно пето и двадесет и първо място в британската класация - стават особено популярни хитове, а самият албум достига номер едно. Diamond Dogs отбелязва и първия по-сериозен комерсиален успех за Боуи в САЩ, след като там албумът се изкачва до пето място.

Sex Pistols - „God Save the Queen” (1977)

Sex Pistols и техният сингъл "God Save The Queen" от 1977 г. се нарежда по-нататък в класацията за най-скъпи плочи в света. В началото на март 1977 г. британската пънк рок банда подписала договор с A&M Records и само 6 дни след това той е разтрогнат заради поведението на членовете на групата. Но компанията била записала вече 25 000 копия рядък запис на техния култов хит "God Save the Queen". Била издадена заповед записите да бъдат унищожени, но през изминалите 39 години оттогава вече 39 плочи са се появили на бял свят и се продават за минимум 8600 долара бройката. Цената ѝ е такава, защото музикантите издават парчето за звукозаписната компания A&M Records, но преди плочата да се появи на пазара, те разтрогват договора. На Острова каталожната стойност на плочата е около 7 хиляди лири, но на търг, проведен

наскоро от интернет аукциона eBay, цената достигна 12 хиляди паунда.

The Beatles - „Please Please Me” (1963)

Албумът излиза на пазара на 22 март 1963 г. във Великобритания. Първата година са направени много копия, но колекционерите обръщат специално внимание на обложката. При първите копия надписът е със златни букви на черен фон. Моноверсията струва само няколко стотин долара, докато стереоверсията се върти около 4200 долара. Албумът „Please Please Me” достига първо място в британската класация, запазвайки челната позиция в продължение на 30 седмици, и с това поставя началото на поредица, включваща единадесет от дванадесетте студийни албума на „Бийтълс”, които стават първи във Великобритания. През 2012г. на търг в Съсекс Крис Колинс и сестра му Лиз Чембърс продадоха за 12 000 паунда рядко копие на албума „Please Please Me”, подписан от четиримата членове на групата. Страхотния винил те получили от покойния си баща, който се сдобил с албума на Ливърпулската четворка по време на игра на карти през 1963 г. „Бийтълс” имат продадени над 1.3 милиарда плочи, и през 2004-та списанието „Rolling Stone” поставя групата на първо място в списъка си на „100-те най-добри изпълнители на всички времена”.



Bruce Springsteen - „Spirit In The Night” (1973)

Последовател на Ван Морисън - Брус Спрингстийн, отразява с меланхолична неподправена романтика в песните си копнежа по любовта и красотата в човешките отношения, както и духовните ценности на живота. Такова усещане създава и „Spirit In The Night”, а почитателите на рока го възприемат вече като един нов Боб Дилън. Колекционерът Джон Маршал веднъж казал в едно радиопредаване, че първото копие на песента „Spirit In The Night” струва поне 5000 долара. Най-успешните албуми на Брус Спрингстийн - „Born to Run” и „Born in the U.S.A.”, го превръщат в един от най-популярните изпълнители в Америка през 80-те години на XX век. Брус Спрингстийн е носител на множество награди, сред които двадесет „Грами”, две „Златен глобус” и една „Оскар”. В хода на кариерата си е продал над 65 милиона албума в Съединените щати и около 120 милиона по целия свят.



The Rolling Stones - „Street Fighting Man”/„No Expectation” (1968)

Първият вариант на обложката, предназначен за американския пазар, представя черно-бяла фотография на полицейско насилие от бунтовете и протестите на Националната демократична конвенция в Чикаго, включително и снимката за „No Expectation side”, с тематика от полицейско насилие в Лос Анджелис. Записът е издаден на 31 август 1968 г., само три дни след бунтовете и протестите в Чикаго, но звукозаписното студио решило, че обложката е прекалено противоречива, и веднага изтеглило копията. Според сведенията, в света са продадени между 10 и 12 от оригиналните плочи, във варианта с обложката, чиято снимка е направена в САЩ, като една от тях била продадена за сумата от 17 000 долара. Не е известно колко от тези обложки са отпечатани, но почти всички са били унищожени, преди да бъдат доставени на дистрибуторите за продажба. Няколко копия обаче „изчезнали” от склада на London Records и е много вероятно отдавна да са част от нечия частна колекция. През 1989 година The Rolling Stones са включени в Залата на славата на рокендрола, а през 2004 година са поставени на четвърто място в класация на списание „Ролинг Стоун” на „100-те най-велики изпълнители на всички времена”. Песента им „Street Fighting Man” заема 301-во място в листата им за 500-те най-велики песни.

Редактор: Антоанета Петрова



Свети Валентин - между вярата, традицията и любовта



Снимка: bigstockphoto.com

БГ БЕН

Много може да се пише за празника Свети Валентин. За едни ден като ден, а за други повод да кажат „Обичам те!“. Естествено, има и такива, които с досада гледат на любовта, но пък едно е сигурно - всеки има нужда от нея.

Вероятно имаме нужда да наречем февруари месец на любовта

Всяка година около 14 февруари темата отново поражда спорове - че празникът не е български, че няма място в православния календар, че е поредният търговски трик. Тези аргу-

менти са добре познати и да - до голяма степен верни. Но зад сухите факти се крие нещо далеч по-силно - човешкото чувство, което не признава граници, канони и календари.

Любовта е универсална. Тя не принадлежи на религия или народ, а на сърцето. Именно затова 14 февруари намира място и сред православните християни, макар да няма нищо общо с църковния календар, тоест не като догма, а като символ. Защото няма човек, който поне веднъж дори тайно да не си е пожелал тя да го сподоби.

Февруари с право може да бъде наречен най-романтичният месец в годината. Не са малко и двойките по

света, включително и у нас, които избират именно тази дата, за да си кажат „да“ или да се врекат във вярност.

Как 14 февруари се превръща в символ на влюбените

На този ден католическият свят почита паметта на епископ Валентин, живял през III век. Според историческите сведения римският император Клавдий II забранява браковете и годежите, смятайки, че необвързаните мъже са по-добри войници. Валентин обаче не се подчинява на заповедта и тайно венчава влюбени двойки. Заради своята дързост и защита на любовта той е подложен на жестоки мъчения и в крайна сметка обезглавен. По-късно е канонизиран за светец.

Интересното е, че връзката между 14 февруари и романтиката се появява векове по-късно - едва през XIV век. В Англия и Франция се

е вярвало, че именно на този ден птиците започват да се чифтосват, което превръща датата в символ на любовта и избора на партньор.

Романтиката като индустрия, но не само

С времето Свети Валентин неизбежно се превръща и в мащабно търговско събитие. Празникът носи сериозни приходи за магазини, ресторанти, хотели и туристически агенции. Дори най-скептичните рядко устояват на изкушението да поднесат поне малък знак

на внимание или просто жест.

От балони и картички със сърца до луксозни бижута, парфюми и екзотични пътешествия - изборът е богат и със сигурност в различни ценови категории. Все по-популярни стават и романтичните вечери, уикендите за двама и стремежът поне за миг влюбените да останат насаме със себе си. Защото именно това е най-важното - не само да имат любов, но и да успеят да я съхранят във времето.

Търговците добре знаят как да събудят емоциите -

още в началото на февруари витрините се обагрят в червено и розово, а атмосферата трудно оставя някое безразличен. Защото най-сладкото чувство усмихва, дори и да не е на „твоята улица“.

И все пак не е тайна, че именно на 14 февруари много мъже събират смелост да изразят чувствата си открито - с цвете, пръстен или романтично пътуване.

И накрая - няма как да не пожелаем неспирно честване на любовта, защото има ли по-красиво усещане от нея?

Какво е за децата любовта?

Задали този въпрос на деца от 4 до 8 години. Отговорите са повече от истински:

...
Любов е това, което те кара да се усмихваш, когато си тъжен. Тери, на 4 години.

...
Когато обичаш някого, клепачите ти подскачат нагоре и надолу. И очите ти излъчват звездички. Карен, на 7 години.

...
Ако искаш да се научиш да обичаш по-добре, трябва да започнеш с хората, които мразиш. Ника, на 6 години.

...
Когато някой те обича, той произнася името ти различно. Ти просто знаеш, че името ти е чисто, произнесено от него. Били, на 4 години.

...
Любов е, когато ти отиваш да си купиш нещо за ядене и даваши на някого повече от твоя чипс, без да искаш той да ти дава изобило от своя. Криси, на 6 години.

...
Любов е това, което е в стаята с теб на Коледа, ако ти спреш да отваряш подаръците си и се заслушаши. Боби, на 7 години.

...
Любов е, когато се целуваш с някого през



цялото време и когато се уморите да се целувате, ти искаш още да бъдеш с него и да си говорите още. Емили, на 8 години.

...
Когато баба получи артрит, тя не можеше повече да се навежда и да си лакира ноктите на краката. Оттогава дядо прави това вместо нея винаги, дори след като и той получи артрит на ръцете. Това е любов. Ребека, на 8 години.

...
Любов е, когато казваши на едно момче, че харесваш ризата му, с която го виждаш всеки ден. Ноил, на 7 години.

...
Любов е, когато една стара жена и един стар мъж са още приятели, макар че се познават много добре. Томи, на 6 години.

Източник: Data.bg

UNIKAT-2 BG RESTAURANT UNIKAT-2 PRESENTS

UPCOMING LIVE EVENTS | 2026

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

RESERVATIONS: 077 6637 3447

LONDON, 248 GREEN LANES · N13 5TU

ASEN TRIFONOV
SCENAR THERAPIST

Pain Relief with Scenar Therapy

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

SCAN FOR WEBSITE



Гладни за любов: умението да ценим най-важното



Снимка: Личен архив на доктор Мирена Василева

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

Тя е член на Асоциацията на психолозите във Великобритания. Завършила е ВСУ „Черноризец Храбър“ във Варна. Защитила е докторска титла на тема „Се-

мейна среда и преживяване на стрес в юношеска възраст“ с 6 научноприложни приноса към Българската академия на науките.

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

В рубриката „Училище по психология“ доктор Мирена Василева засяга темата, свързана с любовта. Всеки иска да я има, но готови ли сме да я получим и дадем?

От доктор Мирена Василева

Според мен като дългогодишен психотерапевт мога уверено да кажа: **в основата на почти всеки душевен проблем стои липсата на любов** - преживяна, дадена или получена - в една или повече от нейните форми. Не говоря за клинична диагноза в тесния медицински смисъл, а за дълбок вътрешен недостиг на свързаност, приемане и емоционална сигурност. Този дефицит често не се разпознава директно. Той се проявява чрез тревожност, самота, гняв, контрол, зависимости или усещане за празнота. В основата им обаче стои една и съща човешка нужда - нуждата да бъдем видени, приети и обичани.

Хората са гладни за любов. Не повърхностна, не егоцентрична, а истинска - онази, която създава чувство за смисъл, принадлежност и вътрешна сигурност.

Любовта има много проявления - майчина, бащинска (родителска), сестрин-

ска, братска, партньорска, приятелска. Всяка от тях докосва различен пласт от нашата психика. Когато някоя от тези форми липсва или е била преживяна като студена, условна или нараняваща, у човека остава вътрешна празнина. И често именно тази празнина се опитваме да запълним чрез контрол, надмощие, гордост или емоционално отдръпване.

Истинската любов се проявява тогава, когато човек е напълно присъстващ в момента

Любовта не е просто емоция или чувство, което идва и си отива, а **състояние на съзнанието**, което се проявява чрез приемане, внимание и благодарност към другия човек. Способността да ценим любовта се ражда в мига, в който спираме да я обвързваме с лични очаквания и егоистични нужди и започнем да я виждаме като израз на дълбоко присъствие тук и сега. Когато човек осъзнава настоящ-

ия момент, той открива „вечното пространство на любовта“ вътре в себе си и в отношенията си с другите. Това означава, че умението да ценим любовта не е толкова външен акт, колкото **вътрешно състояние на внимание и благодарност**.

Не можем да забраним на сърцето да обича. Но можем да се научим да **чуваме** сърцето. Много хора живеят през егото си - чуват само собствения си вътрешен глас и остават глухи за другия. Гледат, но не виждат. Слушат, но не чуват. Сърцето обаче не може да бъде излъгано. То винаги знае кога любовта отсъства и кога не е ценена.

Любовта не е просто чувство, а активна грижа и отговорност

Тук стигаме до една съществена истина: **любовта не е просто чувство**. Любовта е **умение** - активна грижа, отговорност, уважение и познание за другия. Това означава, че любовта не е нещо, което просто ни се случва. Тя е осъзнат избор и вътрешна практика.

Да ценим любовта, означава да й придаваме стойност. А стойността не се измерва с удобство, полза или лична изгода. Тя се измерва със **смисъл**.

Когато ценим, ние спираме за миг. Забавяме темпото. Поглеждаме човека срещу себе си не като функция в живота си, а като живо присъствие със собствен вътрешен свят.

Да цениш, означава: да уважаваш; да разбираш и чуваш думите и виждаш действията на другия; да бъдеш благодарен; да поемаш отговорност за думите и действията си; да не обезценяваш, когато стане трудно.

Философски погледнато, да цениш, означава да **признаваш стойността на другия**. Да казваш с отношението си: „*Ти имаш значение!*“.

Често хората започват истински да ценят любовта едва когато я загубят. Но цененето е форма на мъдрост - способността да видиш стойността **преди загубата**, а не след нея. Това изисква смирение и вътрешна зрялост - разбирането, че нищо и никой не ни е даден завинаги.

Любовта се цени истински, когато има хармония между ума, сърцето и действията

С ума - когато осъзнаваме стойността ѝ и не я приемаме за даденост. Със сърцето - когато сме искрени, съпричастни и способни да прощаваме. С действията - когато превръщаме чувствата си в грижа, внимание и присъствие.

Любов без действия остава обещание. Любов без сърце става празна. Любов

без осъзнатост се превръща в навик.

Може би затова толкова хора страдат не защото не са обичани, а защото **не са били видени**. Вниманието е форма на любов. Когато липсва, душата остава оголена и студена. Гладът за внимание рядко е суета - по-често е глад за свързване, за потвърждение, че съществуването ни има значение за някого. В крайна сметка, умението да ценим любовта започва отвътре. От способността да бъдем присъстващи, честни и отговорни - първо към себе си, а после и към другия.

Любовта не е свършена. Но е дълбоко човешка и базова храна за човешките взаимоотношения и най-божественото парченце. И точно затова заслужава да бъде пазена.

Изкуството да обичаме и ценим любовта

За да овладеем това умение, са необходими знания, присъствие и активност. Далеч сме от мисълта, че хората не отдават необходимото значение на любовта - напротив, всеки от нас жадува за нея и често се превръща в **просяк за любов**. Това се отнася за всички форми на любов - майчина, бащинска, сестринска, братска, приятелска, партньорска - и всяка от тях има своя дълбочина и значение за нашия вътрешен свят.

Гледаме безброй филми за щастлива и нещастна любов, слушаме стотици песни, но въпреки това рядко осъзнаваме, че трябва да се научим на умението да обичаме и да ценим любовта в пълнотата ѝ. Това странно

отношение към любовта се гради на няколко основания - поотделно или взети заедно. Повечето хора гледат на любовта предимно през позицията „*да бъдеш обичан*“, а не „*да обичаш*“ - да владееш умението да обичаш и да цениш любовта. *Пред тях стои проблемът как да бъдат обичани, но често забравят, че ние обичаме по начина, по който сме били обичани.*

Живеем в свят, препълнен с нереални образи. В този материален свят, който често живеем на принципа на удоволствието и където всичко изглежда видимо сладко и красиво, човек губи ясната представа за умението да ценим любовта във всички свои форми и взаимоотношения. Прекомерната информация, шумът и обръкването, които медиите и технологиите ни предоставят, често ни карат да се затваряме в „ореховата си черупка“, далеч от истинската връзка със себе си и с другите. Наблюдавам, че дори човешките взаимоотношения понякога се превръщат в бизнес или в така наречената „бизнес любов“, където ценността на истинската обич се измерва с полза, видимост или изгоди, а не с грижа, внимание и присъствие.

Нека си направим равностетка: спираме ли, за да видим любовта около нас и в себе си, или се губим в очаквания, сравнения и илюзии? Истинската радост, която **осмисля живота**, идва от това **да обичаш и да бъдеш обичан** във всички форми: майчина, бащинска (родителска), сестринска, братска, приятелска и партньорска.

С ОБИЧ, МИРЕНА

Д-р Мирена Василева

ПСИХОТЕРАПЕВТ

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

Индивидуални консултации

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

Тел. 07999334778

Email: mirenaavasileva@gmail.com

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



Светозар Казанджиев е роден в с. Гълъбово, Смолянско. Средно образование получава в Райковската гимназия - Смолян, а висше - българска филология, в ПУ „Паисий Хилендарски“.

Първите си творби печата във вестниците „Родопски устрем“, „Народна армия“, „Народна младеж“, „Пулс“, „Работническо дело“, списание „Родопи“, „Жената днес“.

От началото на 90-те години на миналия век е член на Съюза на българските писатели и дългогодишен председател на Дружеството на СБП в Смолян. Редовен член е на Съюза на българските журналисти. Негови разкази, есета, очерци, пътеписи и др. са публикувани в почти всички вестници и списания, които излизат в страната. Автор е на много книги. По негови сценарии са снимани документални филми, а „Последната изповед на Апостола“ е спектакъл на трупата на РДТ „Николай Хайтов“.

Пет от неговите книги: „Земя, погалена от Бог“,



„Последната изповед на Апостола“, „Незабравимите забравени“, „Най-съкровено“ и „Съдба“, са удостоени с национални награди. Романът му „Съдба“ е роман на годината за 2022-ра. Почетен гражданин на Смолян. Носител на отличието „Златен век“ на Министерството на културата.

Светозар Казанджиев е председател на Дружеството на СБП в Смолян, председател на Клуба на дейците на културата и главен редактор на литературното списание „Проглед“.

Разказ от Светозар Казанджиев

С времето все по-ясно ми става, че между влюбения и лудия няма особена разлика. Ако я има, тя е в нюансите. Иначе как да приема историята, в която се натопих, докато разхождах кучето си в Морската градина на Бургас!

На пейка, с гръб към морето - стенещо зад брега, седеше непознат мъж, слушаше хита „Кой ще каже какво е любов“ и... плачеше. Поне така ми се стори. Не харесвам сантименталните изпълнения, затова хвърлих бегъл поглед към него и отминах. На първо четене изглеждаше набор - над петдесетте. Мъжът питаше, може би гларусите, знае ли някой какво е любов, защото бе съвсем сам. В ръцете му увехнала роза, в очите - тъга. Човек в безпаметна скръб. Песента на Драго от „Тоника“, в началото на юни, когато цъфтят липите в Бургас, а косачите откосяват първата трева от зелените площи в компанията на разголеното море, звучеше романтично.

- Приятелю - повика ме, без да му пука от сълзите, - забравих си очилата в хотела, а имам SMS, може ли да ми го прочетете? - и подаде телефончето, някакъв „Самсунг“, изхвърлен отдавна от употреба.

- Нямаме грижа, само затворете устата на Драго - помолх го на свой ред.

- Да, да. Съвсем ще го спра.

- Имате две съобщения.
- Четете първото. След преживяното току-що не е нужно много, за да угасне

свещта в душата ми.

„Не звъни. Неудобно е. Твоя съм!“

- Господи, пак се издъних! - прошепна мъжът и ми предложи тъжната си компания. - Най-малко десет пъти звънях, но тя не ми вдигаше. Тишината ме върна към началото на нашата връзка. Тогава, когато я целувах пред Художествената галерия в Смолян, тя ми прошепна: „Спасе, ние сме тук да помечтаем за нещо, което няма да се сбъдне никога“. Сега разбирам какво е искала да ми каже...

Кучето го хареса и аз седнах на пейката, настъпвайки с крак първоначалното си виждание. Отблизо непознатият съвсем не изглеждаше какъвто ми се видя. С бяла памучна риза на светлосини квадрати, с тъмни джинси и пепелносива коса, той си бе откровен денди. Любезен и романтичен, мъжът ме въведе направо с обувките в „гостната“ на ранената си душа.

- Казвам се Спас, тя - Лили (Лилияна) - нищо специално. Но кой е казал, че любовта се влияе от имената! Работим заедно. Тя е архитект, аз съм дизайнер. След толкова време обща работа и различни грижи забелязахме другия в себе си. Трудно ми е да кажа как се получи. Пък и никой не ме пита.

Влюбването беше внезапно, като заболяване от пневмония - силно, дълбоко, изпепеляващо... Една сутрин, докато бършех „калта“ от лицето й, както често се случваше, сърцето ми изтича на прага на устните и про-

Очила, предателство, любов

шепна: „Любов, добре дошла в живота ми!“. Изненадана, Лили не смееше да ме погледне. Веднъж заради моята притеснителност, втори път заради собствения си страх. И все пак трябваше нещо да каже. Вдигна глава да спре сълзите и отрони: „Любовта ми прилича на теб. Прегърни я!“.

Много бях лъган, затова съм недоверчив. През годините, улисан да дам всичко от себе си на семейството, пропуснах възможността да запазя сърцето си. Похабих го и то престана да ми свети в тъмното... Тя е ограбена, с разбит катинар на душата. Познавам най-трудните мигове от живота й. Винаги, когато идваше наранена, аз бях близо до нея. Опитвах се, колкото и да не им вярвам на тези проклети жени, да я успокоя, да кажа нещо хубаво, за да върна блясъка в очите й. Не всякога се получаваше...

- Чак пък толкова! - присмях се на искреността му.

- Лили беше чаровница. Тъмните къдрици коса под чертаваха извивките на лицето й. Очите - меки и синьо-зелени, приличаха на море. На устните й играеше закачлива усмивка, а под оскъдната блузка с тънки презрамки се надигаше пламенна гръд... Страхотна жена! Дори когато бе в синини, продължаваше да ме вълнува. Аз я гледах мечтателно и мислех - какво ли не бих дал да събудя отново любовта в нея. Тя - засрамена, натъжена, молеше да й простя, че ме товари със своите грижи.

Сварвал съм я да ридае в офиса. Не от болка, беше свикнала с нея, от срам, че разкрива походженията си в Ада. Плачът, който я задушаваше, започна да души и мен. Лили не е получила и една десета от онова, което имат останалите жени в брака. Кораворукостта ни сближи. Въпреки това ние криехме любовта си. Чувствахме се виновни, защото бяхме открили спасение.

През май тя загуби своята работа. Като единствената жена в службата, останалите постъпихме „мъжки“, залагайки я на „дузпата“. Не я защитих, въпреки откровената несправедливост. Пък и тя едва ли е чакала. Като борец беше научена да не разчита на друг. Животът бе несправедлив към нея, затова винаги си имаше едно наум. Докато ние, „оправните“ й колеги, хленчехме като вдоци, неспособни да променим атмосферата, тя си взе шапката и дойде в Созопол. Продавач за едно лято. Има студентка и син ученик...

Изложих се, а бях потънал до уши в любовта. За пореден

път показах, че не й вярвам. Предадох я от страх да не ме предаде тя. Но чувството не е зло, да го притиснеш под камък. Още със събуждането си започвах със SMS-те, в десет преди обед разговаряме по телефона, следобед към три - пак, а вечер, понеже беше на смяна - поредното съобщение. Сигурно ще ме попитате какво толкова си казвахме. Онова, което си казвах шестнайсетгодишните влюбени. Всяка втора дума беше „обичам те“, всяка трета - „не мога без теб“, четвъртата - „твоя съм“, петата - „чакам те“... Разголвайки един друг душата си, ставахме близки, превръщахме се в едно цяло.

Любовта обича неочакваното. В началото на юни, когато „изпуших“ съвсем, обещах да дойда в Бургас. Това я направи щастлива. Господи, тя полудя от щастие! Промени се гласът й, начинът, по който ме милваше по телефона, думите, които ми пишеше в SMS-те - всичко. Промени се душата й. За първи път в живота някой тръгваше отнякъде, за да се срещне с нея. Същият този някой й говореше нежно, казваше й на висок глас, че я обича, че не може без любовта й...

- Значи, Вие сте тук за среща с нея? - попитах уж деликатно, но по-скоро от любопитство. Непознатият започна да ми харесва. Подкупваше ме с откровеността и чистотата на чувствата, които жените не заслужават.

- Вчера тръгнах от Смолян, изпълнен с щастливи спомени и радостни очаквания. Скъсявах дългия път и усещах през цялото време как любовта ме крепи. Касетофонът не спираше да чурулика, разпяваше света около мен. Слушах музиката и тръпнех от щастие. Имах много повече сила, отколкото някога съм си представял. Не на петдесет и пет, чувствах се на двайсет и две. Денят се моткаше в краката ми, а аз бързах. Сърцето ми тичаше на сто метра пред автобуса. Бързах за среща с жената, по която бях луд. Идвах да й подаря себе си...

Пристигнах в единадесет часа на автогара „Запад“. Оттам на такси и директно в хотел „Централ“. Предварително бях уредил стаята, шампанското, сладолед, ягодите, цветята... Планирах всичко по мой вкус. Копнеех за нощта, когато щяхме да се прегърнем за първи път като мъж и жена. За мигоните, разкъсвани от нежни викове и любовни стенания. За признанията, клетвите, сълзите... Подредих стаята, както на мен ми харесва, измих плодовете, оставих

шампанското в хладилника, преоблякох се и излетях. Тогава забравих проклетите очила.

Пред паметника „Альоша“, в центъра на града, купих вестник и свърнах по главната към морето. Любовта ми пристигаше в дванадесет и половина. Пътном запазих места в ресторант „Златна котва“ и взех една роза. Лили обожава цветята. Особено белите. Сърцето ми биеше в ускорен ритъм. Никога не бях изживявал подобни трепети. Представях си я как слиза от автобуса, как тича към мен, как се гушва в обятията ми, как пламенно я целувам, преди да й дам цветето... Ех, свирках си с уста, както си свиркат младите влюбени, готов да скоча в морето, за да угася изпепеляващата ме страст.

Нямам представа защо, но в този миг у мен се пробуди отново съмнение. Някакъв вътрешен глас ме предупреждаваше да стъпвам здраво върху земята. Винаги е така. Съдбата е скръндза. От всяка радост си взема своето. За да изтрия съмнение, реших да й звънна по телефона. Не отговори. Има дни, когато е непредвидима, но има и друго - прекалено добре познавам живота й. Въпреки това, отивах да я посрещна.

Градинката пред трите гари е кокетна, винаги пълна с хора. Вървах между пейките и се оглеждах за спирката на автобуса. Усещах дъха на морето, а часовниковата кула на железопътната гара перидично отмерваше времето и ми напомняше, че животът е кратък. Спрях в сянката на един кестен, тръпнех от радост, възление, страх. Всичко бе толкова хубаво, че можеше лесно да се обърка. Автобусът от Созопол не закъсня. Изчаках пътниците да слезат, за да бъда сам с Лили, да не я нараня с обичта си. Ето я, моята прекрасна любов, съвсем същата - дребничка, хубава, с черни къдрици и сини очи, с къса пола и гол гръб - малко бижу, изковано от злато. В душата ми огря слънце. Тя слезе с ръце хванати за ръцете на млад здравеняк, той я прегърна, след това я целуна, както се целуват близки. И?... и ме уби.

Помръкнах като угаснала свещ. Съсетни сили избягах от очите на хората и тръгнах насам, подмамен от упойващия дъх на липите. Какво стана? Бях толкова щастлив! Къде отлетя радостта ми? Защо съм я молил на сън: „Не напускай живота ми!“, когато е имала друг? Приличах на разбит кораб. С наведена глава и ранено сърце тръгнах по улица „Булаир“, за да се

скрия в Морската градина. Седя в алеята на самотата и се питам какво съм направил, за да стигна дотук? Защо загубих пътя или пътят ме загуби? Питам и вас, непознати приятелю, какво може да успокои болката?

- Чакайте, чакайте! Онзи, който се повдига на пръсти, не може да стои прав непрекъснато. Помислете за себе си! Моят най-верен приятел е кучето, не жената. Затова съм с него.

- Нямам куче, нямам шапка, нямам любов...

- Но имате още един SMS.

- Четете, приятелю!

- Малко е по-дълъг: „Защо не ме чакаш? Дойдох с бъдещия ми зет. С Мимето са при мен. Той замина по свои си работи, аз бродя из улиците сама...“. Жената ви търси, а вие говорите за нея в минало време. Тръгвайте! Тя е някъде там - посочих града, - сама сред вълните. Човекът мигом се преобрази, розата разцъфтя в ръката му, а очите, господи, да бяхте видели очите му! В тях гореше цялата любов на света. Той хукна, оставяйки джипсемеа в ръцете ми, касетофона на пейката, морето зад брега...

- Телефонът! - извиках.

- Задръжте го! Щастие то се върна отново при мен! Какво значение има тук някакъв телефон! - каза, без да се обръща назад, и потъна сред хората и дърветата. Влюбеният наистина не знаеше какво означава в този момент телефонът му - всичко.

Когато се скри в дебрите на Бургас, а аз тръгнах след кучето, самсунгът изчурулика. „Лили“ изписа дисплей, натиснах бутона и приех разговора: „Спасе, защо се изгубихме? Защо не остави сама в морето, когато нито мога да плувам, нито зная посоката? В момента съм на автогарата с билет за Созопол. Съжалявам...“

Госпожо, не си тръгвайте. Не се разстройвайте повече. Телефонът му е у мен, защото нямаше очила и търсеше някой да му прочете SMS-ите.

Когато го сторих, той хукна през глава да Ви търси. Ще Ви изчакам в Морската градина, където се срещнахме с него. Спас ще се върне. Тук е телефонът му, радиото, багажът, мъката му по голямата Ви любов, която разказваше на морето. Допреди миг Вашият фар беше угаснал, затова не Ви е видал. Елате, пейката е точно пред естрада, край стълбите за плажа...

По-нататък е ясно. Едно обаче няма да разбере никога - какво би станало с нас хората, с мечтите ни, със света въобще, ако я нямаше тази човешка лудост - любов!



На 23 февруари започва Великият пост

Той е най-строг и важен, продължава седем седмици

На 23 февруари започва Великият пост - най-строгият, най-древният и най-важен от всички пост. В съвместната рубрика на вестник БГ БЕН и Българска православна църква „Свети Йоан Рилски“ в Лондон ще обясним подробно неговия смисъл.

От отец
Добромир Димитров

Великият пост е най-важният и най-древният от всички пости и предшества празника Великден (Пасха). Той продължава седем седмици и тази година започва от 23 февруари до 11 април.

Това е период, свързан с обръщане към себе си. Време, когато човек ре-визира живота, изследва слабостите си и иска да ги промени. Постът започва с прошката към онези, които са ни наранили и към които таим ненавист и гняв. На този ден в храма се четат думите на Христос: „Ако ли не простите на хората съгрешенията им, и вашият Отец няма да прости съгрешенията ви“, за да въстпим в поста, в периода на очистване, задълбочаване и освещаване на живота ни примирени един с друг. Поради това св. Отци на Църквата ни съветват:

„Ако ти, човече, не простиши на всеки съгрешил пред теб, не си прави труда да постиши и да се молиши. Ако не простиши на своя брат, че в нещо те е разгневил, напразно постиши и се молиши - Бог не ще те приеме.“

(Преп. Ефрем Сириец)

„Нищо друго не ни уподобява на Бога така, както, когато прощаваме на злите

хора, които ни обиждат.“
(Св. Йоан Златоуст)

„Във всяко време и на всяко място трябва при различни обиди от хора да можем да се радваме и да не скърбим; и да се радваме именно, че имаме случай да простим на съгрешилия срещу нас и да получим прошка на собствените си грехове. Защото в това се заключава истинското богопознание, което е много по-необятно от всяко познание и с чиято помощ можем да молим Бога и да бъдем чути. Това е плодотворна вяра; така именно вярата ни се оказва в Христа; по този начин можем да вземем своя кръст и да последваме Христос. Това е майката на всички големи заповеди, защото само така можем да възлюбим Бога от цялото си сърце и ближния като себе си.“

(Преп. Марк Подвижник)



Сам Господ Иисус Христос ни дава пример

Периодът на поста е време на въздържание. Поради това и спираме да ядем вкусна и скъпа храна като месо, яйца и млечни продукти, риба, а със спестените пари помагаме на нуждаещите се. Безгръбначни животни (охлюви, миди, октоподи и др.), както и зехтин се считат за постни храни.

Сам Господ Иисус Христос ни дава пример, като е постил четирийсет дни в пустинята, откъдето се е завърнал в пълна сила на духа и е надвил всички изкушения на Дявола. (Лука 4: 14)

Постът не е хранителна диета, а ограничаване на удоволствията и подвиг и борба със себе си. „Постът е оръжие, дадено от Бога - пише преп. Исаак Сириец за преодоляване на егоизма.

През периода на поста се

правят дълбоки поклони, като същевременно се казва и молитвата на св. Ефрем Сириец:

„Господи и Владико на моя живот, не ми давай дух на безделие, унии, властолюбие и празнословие. Но дух на целомъдрие, смиреномъдрие, търпение и любов дарувай на мене, Твоя раб. Да, Господи Царю! дарувай ми да виждам моите прегрешения и да не осъждам моя брат, защото си благословен во веки веков. Амин!“

Тези думи на св. Ефрем са есенцията на нашето поведение през периода на пост. Св. Йоан Златоуст ни съветва: „Който ограничава поста само с въздържане от храна, той твърде много греши. Не само устата трябва да пости - и окото, и слухът, и ръцете, и цялото ни тяло трябва да постят... Постът е отдалечаване от злото, обуздаване на езика, отхвърляне на гнева, укротяване на похотите, прекратяване на клеветата, лъжата и клетвопрестъплението...

Ти постиш? Нахрани гладните, напои жадните, посети болните, не забравяй затворените в тъмница, смили се над измъчените, утешавай скърбящите и плачещите; бъди милосърден, кротък, добър, тих, дълготърпелив,

състрадателен, незлопамятен, благоговееен и благочестив, та Бог да приеме твоя пост и да ти дари в изобилие плодотворите на покаянието“.

Постът е установен за всички християни. Той не е принуда или наказание. Трябва да го разбираме като спасително средство, като вид лечение и лекарство за всяка човешка душа. „Постът не отблъсква нито жените, нито старците, нито младежите - казва св. Йоан Златоуст. - Той открива дверите си пред всички, приема всекиго, за да го спаси.“

„Виждаш ли какво прави постът? - пише св. Атанасий Велики. - Болестите лекува, бесовите изгонва, лукавите помисли изличава и прави сърцето чисто.“

Изключително важно е да посещаваме утринните и вечерните богослужения, които са съкровищница на цялото християнско учение. В този период изповядваме греховете си пред свещеник и получаваме опрощение от Господа за нашите слабости и приемаме св. Причастие на литургиите. Опитваме се да живеем вече според заповедите в Евангелието. Така очистени посрещаме най-важния празник Възкресение Христово (Пасха).

Дарения за довършителните дейности в Българската църква „Свети Йоан Рилски“ в Лондон можете да направите на следната банкова сметка:

THE BULGARIAN ORTHODOX COMMUNITY OF ST JOHN OF RILA IN LONDON (only capital letters) Lloyds Bank

Sort Code 30-96-26

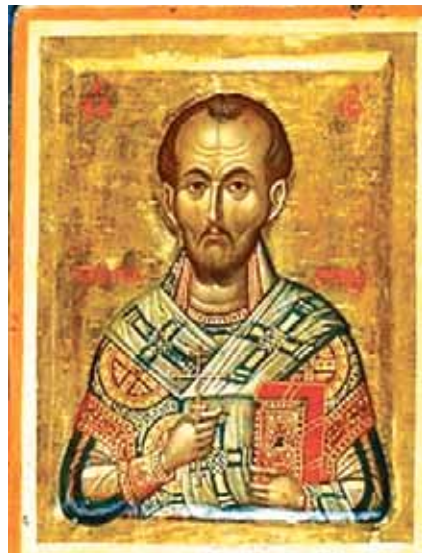
Account Number 80397868

IBAN: GB27LOYD30962680397868

BIC: LOYDGB21446



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



153 години от обесването на Левски

На 18 февруари България се прекланя пред паметта на Апостола

БГ БЕН

18 февруари 1873 година - черна дата в българската история и ден, изпълнен с много тъга и преклонение. Точно на тази дата преди 153 години е обесен Апостола на българската свобода Васил Левски. Смъртта му не просто бележи края на една човешка съдба, защото Апостола винаги ще остане в сърцата на българите, независимо колко сме разделени днес и какви ценности изповядваме.

От Къринското ханче до бесилото

Васил Левски е заловен в Къринското ханче на 27 декември 1872 г. Следват разпити в Търново и София, водени от специална османска комисия. Процесът срещу Левски не е обикновено съдебно дело, той е политически акт срещу идеята за българска свобода.

Дори в окови Левски отказва да се спаси за сметка



Снимки: БГ БЕН

на други. Поема цялата отговорност върху себе си, за да запази комитетската мрежа, която работи за извоюване

на българската свобода. Османските власти не успяват напълно да разкрият мащаба на Вътрешната

революционна организация. Въпреки това самопризнанията на заловени съратници и попадналите в турски ръце документи водят до неизбежната присъда - смърт чрез обесване.

Бесилото, издигнато край тогавашна София, е замислено като предупреждение. Но вместо това се превръща в символ, защото въжето не прекъсва идеята - то я прави вечна!

Последният завет

На 6 февруари по стар стил в студено софийско утро йеродякон Игнатий изрича последните си думи пред поп Тодор:

„Моли се, отче, не за мен, а за православна България!“.

С тези думи Левски прекраща прага между историята и вечността.

153 години по-късно идеалът за „чиста и свята република“ остава най-ви-

сокият морален стандарт за българското общество. Левски няма гроб - сякаш за да напомня, че той е навсякъде, където има стремеж към свобода, законност и равенство.

Спорът дали да го почитаме на 18 или 19 февруари е важен за хронологията, но

не и за паметта. По-важното е, че българите продължават да се връщат към неговия образ като към огледало.

Защото Левски не е минало. Той и днес ни напомня за основни въпроси, на които ние, всички българи, трябва ежедневно да си даваме отговори. И да ги помним!



Паметникът на майката на Левски Гина Кунчева, който се намира в двора на семейния им дом в Карлово

НЕПРЕХОДНИТЕ ЗАВЕТИ НА ЛЕВСКИ

Тефтерчето на Апостола не е просто личен бележник. То е морален кодекс. В няколко реда Васил Левски казва повече за държавата, свободата и човешкото достойнство, отколкото цели учебници. Ето и част от неговите завети:

„Дела трябват, а не думи.“
„Ако спечеля, печеля за цял народ - ако загубя, губя само мене си.“
„Времето е в нас и ние сме във времето.“
„Народната работа стои над всичко.“
„Чисто народно управление.“
„Всички народи под едни чисти и светии закони.“
„Ние сме жертва за отечеството си.“
„Без революция сме загубени навеки.“
„Трябва да се жертва всичко, па и себе си.“
„Аз съм посветил себе си на отечеството си още от 1861 лето.“
„Нашето драгоценно отечество ще има нужда от достойни хора.“
„Работим тайно, защото времето не позволява друго.“
„Страхливият не е за свобода.“
„Който ни освободи, той ще ни пороби.“



Снимка: БГ БЕН

„Трябва да бъдем равни с другите европейски народи.“

„Ако не сме единни, ще бъдем роби и занаяред.“

В тефтерчето на Левски няма омраза. Няма и отчаяние. Има дисциплина, яснота и вяра, че свободата не се подарява - тя се извоюва. Тези думи не принадлежат на миналото. Те принадлежат на всяко настояще, което търси морална посока.

Защо почитаме паметта на Апостола на 18 февруари, а не на 19-и

Исторически точната дата на обесването на Васил Левски е 6 февруари 1873 г. по Юлианския календар. След преминаването към Григорианския календар тази дата съответства на 18 февруари. През 1916 г. България официално въвежда новия стил, като добавя 13 дни към старите дати.

При това преминаване обаче е допусната техническа грешка в част от официалните документи. В резултат на нея в общественото пространство се налага датата 19

февруари.

Историците са единодушни, че коректната дата е 18 февруари. Въпреки това 19-и остава утвърден дълго време като ден за възпоменание.

Днес все повече институции и изследователи отбелязват годишнината на 18 февруари. Това е знак за стремеж към историческа точност и уважение към фактите.

Но независимо от датата, паметта за Левски остава непроменима.

Пекарна "Наслада"
Собсвено 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 WIMP tunstun onosao Apple





Български продукти
Готвени ястия
Поръчки Кетъринг

www.bakerynaslada.co.uk

078 4102 9577
60 Main avenue
Enfield EN1 1DH





Стартираха номинациите за конкурса „Българка на годината - Света Злата Мъгленска“ на ИАБЧ

Предложения за една от най-стойностните награди се приемат до 6 март тази година



Снимки: ИАБЧ

БГ БЕН

Директорът на Изпълнителната агенция за българите в чужбина г-жа Райна Манджукова даде старт на номинациите за конкурса на името на света Злата Мъгленска - „Българка на годината“ 2025. Крайният срок за набиране на предложения изтича на 6 март тази година, включително.

За конкурса могат да бъдат предлагани българки, живеещи извън родината, които със своята активност са допринесли за опазването на националното самосъзнание и културната идентичност на сънародниците ни по света. Също така номинации могат да получат и жени, които защитават българското национално достойнство; подкрепят развитието на българ-

ските сдружения в чужбина; участват в организирането на благотворителни акции и хуманитарни проекти, посветени на България; подкрепят популяризирането на българската култура, историческото наследство и традиции в съответните държави.

По предложение на известния историк и бивш директор на Агенцията проф.

Пламен Павлов през 2009 г. св. Злата Мъгленска е избрана за небесна застъпница на българите в чужбина. Тогава в Държавна агенция за българите в чужбина при председателството на Райна Манджукова учредява и наградата „Българка на годината“ на името на светицата, която е връчена за първи път през 2010 година.

Номинаращи могат да бъдат български сдружения от чужбина и техни партньори от България; български медии от страната и чужбина; инициативни групи от българи, организирали се за конкретната номинация от страната и извън граница.

Желаещите да номинират трябва да попълнят специален формуляр, който се намира на интернет страницата на ИАБЧ, а именно: aba.government.bg.

Номинациите се изпращат по електронна поща на e-mail: kostandina.belo@aba.government.bg. Важно е да се уточни, че дадено предложение се счита за прието, след изрично потвърждение за това от ИАБЧ.

Учредяват клуб на носителките на отличието

БГ БЕН

Съвсем скоро ще бъде учреден клуб на носителките на „Българка на годината“ на името на света Злата Мъгленска. Това обяви изпълнителният директор на ИАБЧ г-жа Райна Манджукова.

Предложението е на носителката на отличието за 2024 година Ани Екенова от Лион, Франция.

„Това ще бъде клуб, в който да се обединят всички вие - българките, и всяка година този клуб да си избира една кауза, за която заедно с Изпълнителната агенция за българите в чужбина да се борим, да събираме хора, средства, каквото е необходимо“, заяви Райна Манджукова.

През годините носителки на наградата са: Спаска Митрова от Северна Македония, Костадинка Кунева от Гърция, Калинка Кюпер от Германия, Петя Цанева от Испания, Боянка Иванова от САЩ, Снежана Мечева от Великобритания, Сирма Зидаро от Чехия, Ирина Ботева-Владинова от Австрия, Ружка Николова от Аржентина, Вана Велкова от Германия, Десислава Стефанова от Вели-

кобритания, Ирина Гочева от САЩ, Жана Суслина от Украйна, Радослава Недялкова от Италия и Ани Екенова от Лион.

„Да бъдеш Българка на годината, не е отличие за една година, а за всички времена. Защото това е отговорност и задължение да предаваме това свое усещане, че трябва да пазим корените и да ги предаваме на следващите поколения. Пожелавам успех на следващите наши сънародници, които ще бъдат номинирани, да бъдат отдадени на каузата на нашата родина и отстояване на националните ценности“, каза Боянка Иванова, носител на отличието за 2012.

Радослава Недялкова, която е носител на отличието за 2023 година подчерта, че наградата е изключително мотивиращ фактор за всяка дама: „Има много българки по света, които правят невероятни неща. Надявам се да има много интересни номинации тази година. Пожелавам им успех!“, каза Радослава Недялкова.

Отличените дами са убедени, че със своя опит могат да бъдат полезни на родната си и своите сънародници, които живеят там.





Sunny Day Care

Детска градина с целодневна грижа за вашето дете

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

Регистрирана в Ofsted



Квалифицирани учители

Здравословна храна

Безплатно ранно образование за 2 и 3 годишните

Удобна локация в района на Stratford E15

Достъпни цени

Понеделник до Петък от 07.00 до 18.00 часа

Нова карта разкрива подледниковия релеф на Антарктида



Снимка: bigstockphoto.com

БГ БЕН

Учени изготвиха най-подробната до момента карта на терена, скрит под обширната ледникова покривка на Антарктида, разкривайки пейзаж с планини, каньони, долини и равнини и идентифицирайки за първи път десетки хиляди хълмове и други по-малки релефни форми, предаде Ройтерс, като цитира научното списание Science, съобщи БТА.

Изследователите са използвали най-новите високорезолуционни спътникови наблюдения и метод, наречен анализ на отклоненията на ледовия поток (ice-flow perturbation analysis), който оценява подледниковия релеф и условията на терена въз основа на наблюденията на повърхността на леда. Така е картографиран целият континент, включително досега неизследвани райони.

Подобрено познаване на подледниковия релеф може

да подпомогне прогнозите за климатично обусловеното отдръпване на антарктическата ледникова покривка. Предишни изследвания показват, че неравният терен, като остри хълмове и планински върхове, може да забави този процес.

„Наличието на най-точната карта на формата на подледниковото дъно е от ключово значение, защото релефът контролира триенето, което забавя движението на леда. Това е необходимо за математическите модели, с които се прогнозира скоростта, с която антарктическият лед ще се придвижва към океана, ще се топи и ще допринася за глобалното повишаване на морското равнище“, посочи гласиологът Робърт Бингам от Университета в Единбург, Шотландия, съавтор на проучването, публикувано тази седмица в списание Science.

Изследователите са успели да картографират подледниковия релеф с невиджана

прецизност. Например са идентифицирани над 30 000 досега неоткрити хълма с височина над 50 метра.

Антарктида е с около 40 процента по-голяма от Европа, с 50 процента по-голяма от САЩ и приблизително наполовина по-малка от Африка. „Както при другите континенти, релефът ѝ включва различни типове пейзажи - от величествени

планински вериги до обширни равнини. Скрытият релеф на Антарктида съдържа същите крайности“, отбеляза Бингам.

Антарктическата ледникова покривка е най-голямата ледена маса на Земята и съдържа около 70 процента от сладката вода на планетата. Средната ѝ дебелина е около 2,1 км, като на отделни места достига до 4,8 км.

Подледниковите форми на континента са се оформили преди повече от 34 милиона години, преди Антарктида да се покрие с лед, и по-късно са били модифицирани от динамиката на ледниковата покривка. Континентът е бил свързан с Южна Америка, но се отделя поради движение на тектонски плочи.

Сред релефните особено-

сти на Антарктида изследователите откриват плато, прорязано от дълбоки ледникови долини - тип пейзаж, познат в Шотландия, Скандинавия, Северна Канада и Гренландия. „Това съвпадение ни дава голяма увереност в новата карта“, допълни Бингам.

До момента повърхността на Марс е била картографирана по-добре от подледниковия релеф на Антарктида. Традиционно учените използват радарно оборудване, монтирано на самолети или теглено от снегоходи, но тези проучвания често имат празнини от три до десет километра, а понякога и до сто и петдесет километра, обясни Хелън Окендън от Института по геонауки на Франция, научен ръководи-

тел на изследването.

Новият метод позволява комбиниране на математическите модели за движение на леда с високорезолуционни спътникови наблюдения на повърхността, като така се реконструира релефът под леда на целия континент, включително в досега неизследвани райони.

Изследователите се надяват картата да подпомогне моделирането на бъдещото повишаване на морското равнище и прогнозите на Междуправителствения панел по изменение на климата (IPCC), които подпомагат правителствата при изготвяне на климатични политики.

„Сега можем да определим къде са необходими по-подробни теренни проучвания и къде не“, добави Бингам.

Учени изследват зъби на хора от желязната епоха, за да разберат подробности за начина им на живот

Учени изследват зъби на хора от желязната епоха, за да разберат какво е било здравословното им състояние и начинът им на живот, съобщи електронното издание Юрикалърт.

Специалисти от университета „Сапиенца“ в Рим комбинират множество зъбни анализи, за да интерпретират подробности за здравето и хранителния режим на обитателите на италианския обект Понтеканияно от желязната епоха, датираща от VII и VI век пр.н.е.

Човешките зъби са отличен източник на данни за това, тъй като са много устойчиви структури и са като архиви на информация за историята на живота, казва Роберто Джермано, който ръководи проучването. Заклученията са публикувани в научното издание с отворен достъп PLOS One.

Научният екип анализира моделите на растеж в зъбната тъкан на 30 зъба от 10 индивиди. Сравнявайки данните за кучешките и кътните зъби, експертите успяват да възстановят историята на растежа през първите шест години от живота на индивидите. Те констатира незначителни

стресови събития, които са настъпили на възраст около една и четири години, най-вероятно свързани с ключови периоди от ранното детство, когато променящото се поведение и диета излагат децата на заболявания, се казва в публикацията.

Анализ на зъбната плака дава информация за хранителните навици на възрастните, разкривайки наличието на продукти, като зърнени култури, бобови растения, доста въглехидрати и ферментирани храни. Тези резултати са в съответствие с данни от предишни проучвания, които също предполагат по-голямо разнообразие на хранителните ресурси през този период благодарение на заселения контакт със средиземноморските култури, отбелязва Юрикалърт.

Проучването на италианските изследователи дава първите хистологични данни от желязната епоха в Понтеканияно и доказва, че комбинираните зъбни анализи могат да предоставят подробна информация за древния начин на живот, се казва в публикацията.

Изследователите отбелязват, че заради малкия



Снимка: bigstockphoto.com

брой анализирани индивиди резултатите не трябва да се тълкуват като представителни за по-широката популация, а по-скоро като подробна информация за индивидуалния начин на живот. Авторите казват, че бъдещи проучвания с по-големи извадки и допълнителни техники, сред които изотопен анализ, ще подобрят значително разбирането за начина на живот на древните общности.

„Зъбите на жителите на Понтеканияно от желязната епоха отвориха уникален прозорец към техния живот, като можем да проследим растежа и здравето им в детството с изключителна точност и да идентифицираме следи от зърнени култури, бобови растения и ферментирани храни в

зряла възраст. Това разкрива как тази общност се е адаптирала към екологичните и социалните предизвикателства“, казва водещият учен Роберто Джермано.

Емануела Кристиани, която е част от научния екип, отбелязва, че анализът на зъбния камък показва наличието на нишесте от зърнени култури и бобови растения, спори от мая и растителни влакна. Това „дава много конкретна представа за хранителния режим и някои ежедневни дейности на тези общности от желязната епоха“, добавя тя. Според Кристиани констатациите са силни доказателства за редовната консумация на ферментирани храни и напитки от хората по време на този период.

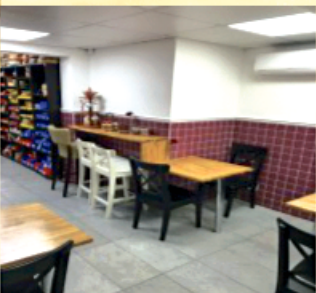
Източник: БТА

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)



Инструменти и ръкописи на „Бийтълс“ заемат централно място в нов търг на аукционна къща „Кристис“

Сред атракциите е китарата Fender Mustang, принадлежала на фронтмена на „Нирвана“ Кърт Кобейн

Легендарни музикални инструменти, ръкописи и исторически спортни сувенири ще бъдат предложени през март на голям търг в аукционна къща „Кристис“ в Ню Йорк, съобщи ДПА.

На търга ще бъдат предложени няколкостотин предмета от колекцията на Джим Ърсей, считана за една от най-значимите частни колекции от този вид в света. Джим Ърсей, американски милиардер, бизнесмен, филантроп и дългогодишен собственик на отбора Indianapolis Colts от Националната футболна лига на САЩ (NFL), почина миналата година.

В центъра на продажбата са емблематични инструменти от историята на рока. Може би най-голямата атракция е китарата Fender Mustang от 1966 г., която някога е принадлежала на фронтмена на „Нирвана“

Кърт Кобейн. Кобейн свири на китарата в албумите Nevermind и In Utero, като тя се появява и в музикалния клип към Smells Like Teen Spirit, който се превърна в химн на младежката култура от началото на 90-те години. „Кристис“ очаква оферти до 5 милиона щатски долара.

Черната Fender Stratocaster, използвана от китариста на „Пинк Флойд“ Дейвид Гилмор, която помогна за формирането на характерния звук на групата, се очаква да достигне цена до 4 милиона долара.

Други акценти включват тромпет, принадлежал на Майлс Дейвис, саксофон, принадлежал на Джон Колтрейн, и наметало, носено от „кръстника на соула“ Джеймс Браун.

Ръкописът на песента на Боб Дилън The Times They Are A-Changin' може да бъде продаден за няколкостотин

хиляди долара. Бас барабанът, използван от Ринго Стар по време на историческото участие на „Бийтълс“ в The Ed Sullivan Show в САЩ през 1964 г., може да достигне цена от около 2 милиона долара.

В аукциона са включени и първият барабан Ludwig на Ринго Стар, китари, на които са свирили Джон Ленън и Джордж Харисън, ръчно написана чернова на Hey Jude на Пол Маккартни и клетвена декларация, документираща разпадането на „Бийтълс“.

Аукционът ще се проведе на четири етапа от 3 до 17 март както на място в Ню Йорк, така и онлайн.

Според „Кристис“ част от приходите ще бъдат дарени за благотворителни цели. Избрани предмети от продажбата ще бъдат изложени публично в централата на аукционната къща в Лондон



Снимка: БГ БЕН

до четвъртък.

Продажбата обхваща също литература, спорт и история на киното. Най-ценният литературен предмет е оригиналният машинописен текст на романа „По пътя“ на Джек Керуак. „Кристис“ очаква оферти до

5 милиона долара. Изключителен спортен предмет е шампионският пояс в тежка категория на WBC, спечелен от Мохамед Али през 1974 г. след победата му над Джордж Форман в Rumble in the Jungle, с приблизителна стойност до 4 милиона

долара.

Сред филмовите предмети са ръчно написаният сценарий на Силвестър Сталоун за „Роки“ и чифт очила, носени от Майк Майърс в първия филм за Остин Пауърс.

Източник: БТА

Блокбастъри, биографични филми и големи режисьори - 2026 година се очертава богата на кинопремиери

БГ БЕН

Завръщането на Стивън Спилбърг, биографичен филм за Майкъл Джексън, ново продължение на „Играта на играчките“ - 2026 година се очертава богата на кинопремиери, като се очаква секторът да привлече зрителите обратно в салоните след спада през 2025 г., предаде АФП, цитирана от БТА.

„Миналата година липсваха блокбастъри, които да привлекат публиката в киносалоните - казва Ерик Марти, директор на компанията Comscore Movies France, специализирана в пазарни анализи. - Тази година програмата е много по-плътна“, допълва той.

Стачките на сценаристите

и пожарите, които сполетяха Лос Анджелис, значително дезорганизираха американската развлекателна индустрия, която постепенно се възстановява.

Американското кино се надява да продължи по пътя на възстановяването с излизането на няколко големи продукции през 2026 г.

На 1 април по кината ще тръгне „Супер Марио Галактика: Филмът“ - анимационна адаптация на популярната видеоигра. Предишният филм предизвика огромен ентузиазъм и беше един от най-големите кинохитове на 2023 г.

През същия месец ще излезе още една дългоочаквана продукция - „Майкъл“, биографичен филм за Кра-



Снимка: bigstockphoto.com

ля на поп музиката, в който ролята му се изпълнява от неговия племенник Джафар Джексън.

Двадесет години след успеха на първия филм, на 1 май излиза продължението на „Дяволът носи Прада“

с Мерил Стрийп и Ан Хатауей.

През юни по кината ще тръгне петият филм от хитовата анимационна поредица „Играта на играчките“ на студио „Пиксар“.

В надпреварата на фран-

чайзите „Междувъздушни войни“ се завръщат на големия екран на 20 май - за първи път от 2019 г., с „Мандалорецът и Грогу“ с Педро Паскал в главната роля.

На 29 юли трябва да излезе поредният филм от един от най-популярните франчайзи - „Спайдър-Мен: Нов ден“ с Том Холанд в образа на супергероя.

В края на годината се очакват премиерите на най-новия филм от киновселената на „Марвел“ - „Отмъстителите: Денят на страшния съд“, както и третата част на „Дюн“ на Дени Вилньов.

През 2026 г. се очаква и завръщането на големи режисьори, като Кристофър Нолан, Стивън Спилбърг, Ридли Скот, Алехандро

Гонсалес Иняриту.

Нолан ще се завърне с „Одисея“ - грандиозна и амбициозна адаптация по епичната поема на Омир. Филмът излиза на екран на 15 юли с много силен актьорски състав.

Малко се знае за „Денят на истината“ на Стивън Спилбърг, освен че това е научнофантастичен филм за последствията от срещата между човечеството и извънземна цивилизация.

В края на август ще излезе The Dog Stars на ветерана Ридли Скот. Действието на филма се развива в свят, опустошен от пандемия.

На 30 септември по кината ще тръгне „Дигър“ на Алехандро Гонсалес Иняриту с Том Круз в главната роля.

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

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

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

Обяви за работа (търся, предлагам)

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

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

За контакти:
07880611250

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

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

Изтеглете новия брой на вестник БГ БЕН онлайн!

www.bgben.co.uk

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

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

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

връзка: 075 3911 2096 - Златина

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

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

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

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

Квартири (търся, предлагам)

КВАРТИРИ

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

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

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

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

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

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

и сметки. Тел. 07814541700.

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

СТАИ ПОД НАЕМ

МНОГО ДОБРИ ЛОКАЦИИ
STRATFORD, PLAISTOW,
EAST HAM,
LEYTON, LEYTONSTONE.

07554557626

Други услуги

РЕКЛАМАТА В В БГ КАТАЛОГ - ПЪТ КЪМ УСПЕХА

КАЖЕТЕ НА ДРУГИТЕ ЗА ВАШИЯ БИЗНЕС

Включете се в следващото издание на тел. 020 358 228 40 email: info@bgcatalog.co.uk, или публикувайте директно своята обява на www.bgcatalog.co.uk

ДРУГИ УСЛУГИ

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

вори, за повече информация: тел. 07756256431

- Ремонт на бензинови машини - косачки, резач-

WWW.TOPSAATELLITE.CO.UK

TOP Satellite Services *****

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

GEORGI GEORGIEV

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

ки, мотофрези, генератори и други, тел. 07440477886

- Безопасно и гарантирано унищожаване на дърве-

ници и други вредители, тел. 07769218796

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

NO WIN NO FEE Osbornes | Law^o

Български адвокат при злополуки и инциденти

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

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

Йордана
- Електрически услуги, инсталации и ремонт на аvarии, тел. 07578617184

Здраве Мода Красота

СПРИ БОЛКАТА!

Нашият екип:

Иван Иванов – дипломиран кинезитерапевт с богат опит:

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

Тел. 07594231782

www.physiotherapyseviceelondon.co.uk

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

Петък и събота: от 10.00 до 17.00 часа

Д-р Ганчев:

- общопрактикуващ лекар

Тел. 07594986328

20 Oakdale Road, Southgate, London, N14 5RE

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

БИОЕНЕРГИЙНИЯТ НЕВРОСТИМУЛАТОР СКЕНАР СЕ ИЗПОЛЗВА ЕФЕКТИВНО ПРИ ЗДРАВООСЛОВНИ ПРОБЛЕМИ С:

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

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



Шивашки услуги

в Лондон - Нели

Качество и достъпни цени!

Договаряне на удобно за вас време

Тел. 07464601852
nelinka1968@abv.bg

ASEN TRIFONOV
SCENAR THERAPIST

Pain Relief with Scenar Therapy

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

Транспортни услуги

ТРАНСПОРТНИ УСЛУГИ

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

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

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

Фирма TSDI LTD

ТРАНСПОРТ КУРИЕРСКИ УСЛУГИ

www.tsdi.co.uk Тел. 07880611250

Денонощни транспортни услуги на атрактивни цени!

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

ДОБРИ ЦЕНИ!

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

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

- Преместване на багаж и

АВТОУСЛУГИ

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

www.portokal.co.uk

Доставка на всякакъв вид пратки до/от България

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

UK Собствен транспорт BG

Специални цени за големи количества.

За справки: 07810460552

Доставка до офис или адрес

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

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

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

Място за
ваши
обяви

obiavi@bgben.co.uk

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



Училища Курсове Детски градини

Подготвям деца по МАТЕМАТИКА

СПЕЦИАЛНА
ПОДГОТОВКА за
GCSE и
11+ EXAMS

Тел. 02085270212
МоБ. 07796692522
ИЛИЯН РУСЕВ

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

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

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

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

Sunny Day Care

Детска градина с целодневна грижа за вашето дете

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

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

УРОЦИ, КУРСОВЕ,
ПРЕВОДИ,
КОНСУЛТАЦИЯ

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

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

ци на тел.: +359899 126 106.

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

УРОЦИ ПО КЛАРИНЕТ И САКСОФОН

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

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

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

07712272861 Сергей Иванов

Място за
вашиите
обяви

obiavi@bgben.co.uk

БГ БЕН

БГ БЕН

Рекламата -
най-добрата инвестиция!

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

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

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

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

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

заставаме зад тях.

Оценка за нашия труд са и вашите ежедневни 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

9 януари, брой 1 (522) от 2026 г., година XXIII www.bgben.co.uk БГ БЕН БЕЗПЛАТНО ИЗДАНИЕ

Законът за трудовите права ще бъде в XXI век законодателството на Великобритания

Международно признатият учен д-р Петър К. Петров: Постигнал съм всичко с много труд и усърдие

Успехът на БФК „Меракли“ в Лондон е в резултат на усилен труд и огромна любов към българския фолклор

Внимание! На 31 януари 2026 г. изтича крайният срок за онлайн подаване на данъчни декларации в Англия

До края на този месец трябва да бъдат платени дължимите налози

Декларацията трябва да подадат самоанети лица, директори на фирми, хора с доходи от наем, доходи от чужбина и смесени доходи

Данъчната служба призовава да не се чака последният момент

Възможно е разсрочено плащане, но само след подадена декларация

37 435 души са подали декларации по време на коледните празници

Бъдете бдителни, докладвани са повече от 4800 измами

ПОДКРЕПЕТЕ БГ БЕН - ЕДИНСТВЕНИЯ БЪЛГАРСКИ ВЕСТНИК НА ОСТРОВА!

Исква помощ и има на съ- че българската общност не- Подкрепата донесла сигурни- Навишната банкова- Lloyds Bank-
причастност към икономиче- ните свои български вест- ни добри стандарти на живот- сметка е: sort code 30-92-90
ник си във Великобритания, ните, който е ситуиран във- тва - за вас и нашите деца! благодарим за доверието! PA Events Ltd, acc.02271697

Счетоводство и Бизнес Консултации

Регистрация на Self-Employed & Ltd RTI

Accounts Payroll Tax Returns

SAFE ADVICE LTD

020 8555 5143 079 1814 2182 077 8088 5555

OCEANAIR

020 8530 6829

Конфиденциалност
Професионализъм

Адвокатска кантора

Обадете се и говорете
на български с
Елида Димитрова
07843 349 633/020 7681 8675

Osbornes Law

Best Law Firms 2025

ПРАЗНИЧАРСКА ТИТЛА НА ПЪЛКОВОДЕЦ В ПРИБАЛТИКА		ПЪЛНО БЕЗ- ВОЛИЕ КАТО БОЛЕСТНО СЪСТОЯНИЕ РОМАН /2004/ ОТ ТАНИЯ ШЕЛХОРН		ВЪЗПАЛЕНИЕ НА УХОТО НА ЧОВЕК /МЕД./ ТЪРЖЕСТВЕНО ОБЕЩАНИЕ; ВРИЧАНЕ		КОМПЛЕКС ОТ АТРАКЦИОНИ ЗА ЗАБАВЛЕНИЕ		НАЦИОНАЛЕН СПОРТ С ТОПКИ ВЪВ ФРАНЦИЯ		ВИД ПЛАТ ЗА ПОДПЛАТА		АРХИТЕКТУРЕН АНСАМБЪЛ В НЕЧИЯ ПАМЕТ		ЦИТРУСОВО РАСТЕНИЕ /РАЗГ./		МЯСТО, КЪДЕТО НЕЩО СВЪРШАВА		ВАРИВО ОТ СУШЕНИ ТЕСТЕНИ КОРИ		
▶		▶		▶		ОБЛЕКЧАВАНЕ НА МЪКА	▶			▶		КРАТЪК ТЕКСТ В НАЧАЛО НА КНИГА; МОТО	▶			▶		▶		
ЧОВЕК, КОЙТО Е ГРУБ В ОБ- НУСИТЕ СИ ШВЕЙЦАРСКО НАЦИОНАЛНО ЯСТИЕ	▶							КУЛТОВ СИМВОЛ НА ПЛЕМЕ	▶					КОЛА С ТРИ КОЛЕЛА /ТЕХ./ ПРОМЕНЯЩА СЕ ВАЛУТНА ЦЕНА	▶					
▶						ДРЕВНО ПЛЕМЕ НА БАЛКАНИТЕ	▶		▶			ИВИЦА ЗА ОБШИВАНЕ НА ДРЕХА	▶							
ВЪЗПАЛЕНИЕ НА ИРИСА НА ОКОТО /МЕД./ СЪЮЗ МЕЖДУ ДЪРЖАВИ ИЛИ ОРГАНИЗАЦИИ	▶				ИМУННО ЗАБОЛЯВАНЕ ОТ ВИРУСА HIV	▶				КВАРТАЛ НА БРОНКС, НЮ ЙОРК	▶						МИНЕРАЛ ЗА ПОЛУЧАВАНЕ НА СТИПЦА		ТАЕН ЗНАК, НАПРАВЕН С ОЧИ /РАЗГ./	
▶					ВИНЕН СОРТ БЯЛО ГРОЗДЕ					▶	УКРАСЕНАТА ПРЪЧКА-ЖЕЗЪЛ НА БАКХ /МИТ./ ЕДИН ОТ 4-ТЕ ГОДИШНИ СЕЗОНИ	▶					БРИТАНСКИ АКТЬОР /1964/ ВИД СТЕСНЕН НАДОЛУ ПАНТАЛОН	▶	▶	
ВИД ПЕЧЕНО ТЕСТЕНО ИЗДЕЛИЕ	УТРО, СУТРИН		ТРАГEDIA ОТ ФРИДРИХ ШИЛЕР	▶				ПРЕЛЕТНА БЛАТНА ПТИЦА	▶							ВИД КРОЙКА НА ДРЕХА	▶			
▶			▶		АЛГЕБРИЧЕН ЕДНОЧЛЕН					US ФИЛМ С У. СНАЙПС, Р. ДЕ НИРО						ГРАД В ОБЛАСТ ВЕЛИКО ТЪРНОВО	▶			
								БОБОВО РАСТЕНИЕ	▶						СЛУЧАЙ, СГОДА					
ВИД УСТОЙЧИВ СИΝΤΕΤΙCΗEN КАУЧУК /ΧΙΜ./ ΚΛΑCΗNA ΜΑΡΚΑ SCOTCH WHISKY	▶						ΚΟCΤΙΤΕ NA ΓΛΑΦΑΤΑ ΜΑΡCΗΡΥΤ, ΝΑΠΡΑΒ- ΛΕΙΝΕ	▶					ЧОВЕК, КОЙТО ОТГЛЕЖДА ПРАСЕТА	▶						
▶						ΔΕΒΙΛΙΝΟ ΒΕCΤΕCΤΒΟ УCΤΡΟΙCΤΒΟ, ΠΡΕΔΑΒΑCΤΒΟ ΟΒΡΑΖИ	▶					НАЗВАНИЕ НА ДРЕВНИТЕ ΓΥΡCΙ	▶					ПРИРОДНО ΒΑΓΡΙΛΟ C ЖЪЛТ ЦΒΥΤ		
ФРЕНCКИ ΚΟΛΟΕΖΔΑЧ VETERAN /1954/ ΠΕCΕΝ NA ΔΥΕΤ „ΑΒΕΝΙΟ“	▶			ΜΟΔΕΛ DJHPN NA „DAINATCUN“ ΑΛΚΑΛΟΙΔ, ΙCΖΒΛΙCΗΑΝ ΟΤ ΓΟΡCΗΙCΗΙΑ ΒΑΔΕM	▶						ΤΡΕΒΙCΤΟ ΡΑCΤΕΙΝΕ C ΔΕΛΓΙ ΛΙCΤΑ ΟΤΚΡΗΤΑ ЧΑCΤ ΟΤ ЖИΛИЦΕC; БАΛΚΟΝ	▶					ΕΓΙΠΕΤCΤΚΟ ΒΟЖΕCΤΒΟ NA ΖΑΝΑЯΤИTE BPEMETO ΖA ΓPOЗΔOBEP B ΓPUIЗИЯ	▶		
▶					МАЛЪК CЪCΤΕΖΑΤΕΛЕН ΑΥΤΟΜΟΒΙΛ ΓΕΡΟЙ ΟΤ ΑΡΜΕΝCΚΙΑ ΝΑΡΟΔΕΝ ΕΠΟC	▶				ΒΟΔΑЧ, ΓΛΑΒΑΤΑΡ NA ΒΑΝΔΑ /ΡΑΖГ./ ДРУГО ИΜΕ NA ΕΤHOCΑ CIGANI	▶						РАCΤΙΤΕΛΙΝΟ ΜΑCΤΟ ΟΤ CΛŦŦЧΟΓΛΕΔΑ		CЪEДИΝΕИИЕ NA KИCΛOPOД C ДРУГИ ΒΕCΤΕCΤΒΑ	
ΒΕCΤΕCΤΒΟ, ΠΡΗΓΟΤΒΕΝΟ ΖΑ ΙCΖCΕΔΒΑΝΕ			ΤЪРΓОВCΚИ ЗНАК ВЪРХУ CΤΟΚΑ CΤΡΟИΤΕΛИΝΑ ΒΕΤΟΝΝΑ ΠΛΟCΚΟCΤ	▶				ΕΛΕΚΤΡΟΜΑΓΝΗ- ΤΕΝ ΤΟΚΟΠΡΕ- ΚЪCΒΑЧ	▶					ЯCΤIE, ΠΟΔΝΑCЯНО CΛΕΔ CУПАΤΑ ΒИД ХИCΗИ ΜΟРСΚИ ОХΛΟΥ- ΒИ /300L/	▶					
▶								ВИД ΤΒЪРΔΑ ΤЪΜΝΟCΗΕРΒЕ- NA CΚΑΛΑ	▶							ΠΡΕΒΟΖНО CРЕДCΤΒΟ NA ЖП РЕΛCИ	▶			
ВИД ΤΕЧΝΑ CΜΕΤΑΝΑ ΟΤ ΚΑΜИЛCΚΟ ΜΙΛΥΑΚΟ ΤΒΟΡΒΑ ΒΕΖ ΠΟΔΠC	▶						ЧΑCΤ ΟΤ CΒΕΤИΛИЦЕ B ЦЪРΚΒΑ ΒИД ΜΑΛΚΑ ΜΕΛΟΔΙCΗΑ ΑΡИЯ /МУЗ./	▶					ΜΕCΤΑ C ΝΑΒЯТ CНЯГ, ΠΡΕCΠИ	▶					ΠЪРЖΕИ ΦИΓΥΡИ ΟΤ ΚΑΡΤΟΦИ	
▶						ΜΙΝΑΛΟ CΒЪР- CΗΕΝΟ BPEME /ΕZIKOZH./ ΑΡΜΕΝCΚИ ΦΥΤΒΟΛΕΝ ΟΤΒΟΡ	▶						ΤΡΑГEDIA OT COΦOKъл CΟЧΕΝ ЮЖΕΝ ΠΛΟΔ C ΜΑΛΚИ CEMKИ	▶						
ΕΔНА ΟΤ ΖΟΔИИΤΕ B ΧΟPOCΚOΠA ИCΠΑΝCΚИ ΦΥΤΒΟΛΕΝ ΟΤΒΟΡ	▶				ΟΦИCИΑΛΕΝ ΕΖΙΚ B ΠAKICHTAN ЧЕCΚИ ΦΥΤΒΟΛИCΤ /1979/, EPT08	▶				US ΦИΛM NA Δ. ΛИCΤЪР C M. MATLIN ΜΑΡΚΑ БЯЛО ФРЕНCΚΟ ΒИΝΟ	▶						ΠΟΠУΛЯРΕΝ ΓΕΡΟЙ ΟΤ ΠΡΙΚΑΖИИЯ ΕΠΟC „1001 ΝΟCΗ“	▶	ΚЪC ΜΕЧ ИЛИ КИՇJAL NA ДРЕВНИТЕ CΚИΤИ	
▶					ΧΟΛΑΝΔCΚИ ΦΥΤΒΟΛИCΤ /1978/, CT'06 ФРЕН. ΑΚΤЬΟΡ /1925/ „ΝΑΒΑΡΟ“	▶					ΑΛΚΟΗΟΛИΝΑ ΝΑΠИΤΚΑ CХΒΑCΗΑΝΕ, CΤΑΝΩИЦЕ ПО ΔΑΔΕΝ ΒΥΠΡΟC	▶				ВИД ЛЕГΙΟΝ B ДРЕВНИЯ РИМ US ΦИΛM C Δ. AKPOID И M. ΠΑЙΦЪР	▶			
CЪCΤOЯ- НИЕ NA ИЗНЕ- НАДА И CΜY- ΤΕНОCΤ			ИΝΔΟΕΒΡΟ- ΠΕΕC	▶				CΤΟΛИЦΑΤΑ NA КАНАΔΑ	▶							CΚИOPCΚИ ΛИΦΤ B ΠΛΑНИΝΑΤΑ	▶			
▶								CЪCΤOЯНИЕ NA НΕРΒИΝΟ ΝΑΠΡΕЖΕИИЕ	▶											
							CΤИΧOΒE OT Δ. ΔΑΜЯΝOΒ НΕΤИΠИCΗИЧНО ΜΑΛЪК ΠΡΕΔΜΕΤ ИЛИ ΡΑCΤΕИИЕ	▶								ΒΝΟCΚΑ, ΠΛΑCΗΑΝΑ NA ΠΑΠΑΤΑ ΖΑ CΑΝ ΒΟΚΑΛИCΤ NA „LED ZERPELIN“	▶			
CΚOК BЪВ ΦИΓΥΡНОΤΟ ΠЪРЗАЛЯНЕ ΚΟΜΑΝΔИР NA CΤO ΔУCΗ B ΜΙΝΑΛΟΤΟ	▶				ΜΟΔΕΛ NA ΛΕΚИ ΚΟΛИ „LEXUS“ CΤΡΑΤЕ- ΓИCΗΕCΚΑ ΒИCО- ЧИНА /ΒΟΕH./	▶								ΜУCΕИY NA ИЗΚУCΤΒΑΤΑ B ΠΑΡΙЖ		ΒЪРХOΒΕΝ CΚΑΝΔИΝΑΒC- ΚИ БОГ ΚΟΡΕΝΕΝ ЖИΤΕΛ NA ΑΡΚΤИКА	▶			
▶						НАША ΠOΠ ΠΕΒИЦΑ /1977/ „ИCΚΑM“ ВИД ΠOΔOΒA НАCΤИΛΚΑ ΟΤ ΔЪРΒO	▶						ЩИΠCИ ΖΑ ΧΒΑ- ЩΑΝΕ NA HEЩO HEΠPΕCУКАНА НИCΗΚΑ ΟΤ ВЪЛНА, ПАМУΚ И ДР.	▶					НOΒΕΛΑ ΟΤ ЙОРΔΑΝ ЙOΒΚOΒ	
ΕЖЕΓOΔИИ TV ΝΑΓΡΑΔИ B CΑЦ УНΓΑРCΚИ ΦΥΤΒΟΛΕΝ ΟΤΒΟΡ	▶									ΛИЦΕ, ΚOΕΤO ИΜΑ НЯКАΚΒΑ ΒΛΑCΤ ΜΕЖДА CΛOΓ ΜΕЖДУ НИΒИ	▶									
▶										ΟΤΔΕΛЯНА ΟΤ ЖЛЕЗИ ΤΕЧНОCΤ B УCΤΑΤΑ ХЕРНИЯ /ΜΕД./	▶									
МРЕЖΕCΤΑ ΤЪКАН ΠΡΙ БΡOΔИΡΑΝΕ			ПЪРΒΑΤΑ ΜΑΡΚΑ ΡУCΚИ КАМИOНИ	▶				ВИД ЧΕРΒΕНО ИΤΑΛИΑΝCΚO ΒИΝO	▶								ΒΑЖΕΝ ΔΑΝЪΚ ΖΑ ΔЪРЖΑΒНА- ΤΑ ΧΑΖНА НАША CΟΥΛ ΠΕΒИЦΑ /1990/ „БЛИЗО“	▶		
▶								ΠΑΡΙCΗΝΑΤΑ ΕΔИИИЦΑ NA ТΑΙΛΑΝΔ	▶									ΠΡΕΠΛΕΤΕΝΑ ΤΕΛ ΖΑ ΟΓΡΑΔΑ	▶	
			ВИД ШΑΛЦΕ OT ΦИНА ΜΑΤΕРИЯ	▶																
			ΓΡΑД B ΠPO- ΒΑHC, ЮЖНА ΦΡΑΝCИЯ	▶																
								ВИД OΒУBΚИ ΤИΠ ΠOΛYΒOΤУCИ /ΡΑΖГ./	▶											
ΟΠΕΡΑ OT CΗΑΡΛ ΓYHO	▶							ΜΕΡΙΛO ΖΑ CΡΑΒНΕИИЕ; ΟΒΡΑΖЕC	▶											
▶																				
								ВИД ИΓΡΑ NA ΚΑΡΤИ	▶											

ГОЛЯМО КОЛИЧЕСТВО ОТ НЕЩО ОПЕРА /1839/ ОТ ДЖУЗЕПЕ ВЕРДИ	БЪРЗАТА ЧАСТ НА ТАНЦА ЧАРДАШ ПЕСЕН НА ЕЛВИС ПРЕСЛИ	ГРАФИЧЕСКИ ЗНАК ЗА МУЗИКАЛЕН ТОН ЗАКОПЧАЛКА НА КОЛАН ЧАНТА, ОБУВКИ	ОБАГРЕНА ЧАСТ ОТ РАСТЕНИЕ	ГРАД В СЕВЕРОИЗТОЧНА БЪЛГАРИЯ	ИЗПРАВЕНА КАТО СЪЛЪБ ГРЕДА ДОВЛЕЧЕНА ОТ РЕКА УТАЙКА	ВЪЗКЛИК ПРИ СЪОГОВАНЕ /РАЗГОВОРНО/ ВИД ГОЛЯМ МОРСКИ БОЗАЙНИК	ИЗКОПАНА ДУПКА В ЗЕМЯТА, РОВ	ЪГЛОМЕРЕН ИНСТРУМЕНТ /ГЕОДЕЗ./	ЯПОНСКА СИСТЕМА ЗА САМОЗАЩИТА ПОПУЛЯРЕН БЪРЗ ТАНЦ И МУЗИКА
ТЕЖКА СТЕПЕН НА ОЛИГОФРЕНИЯ /МЕД./ ПЪРВАТА СТОЛИЦА НА БЪЛГАРИЯ	МОДЕЛ ПИКАП НА „SEAT“ ЗАСАДЕНО И ОФОРМЕНО МЯСТО В ГРАДИНА	НАПРЕЧНИК НА ПРОЗОРЧНА РАМКА	ПОДОБНО НА ПЕЛИНА ПОЛСКО РАСТЕНИЕ	ДРУГО ИМЕ НА ЕДРАТА ШАРКА /МЕД./ ДЪРВО ТРЕПЕЛИКА	ВИД НЕГОЛЯМА ПРЕЛЕТНА ПОЙНА ПТИЦА ВИД ЛЕКО ЧЕРВЕНО ВИНО ТИП БОРДО	ПОМЕЩЕНИЕ ЗА КОНЦЕРТИ СТИХОТВОРЕНИЕ ОТ ИВАН ВАЗОВ	ТЕЧЕНИЕ ОТ УХОТО /МЕД./	ВОЙНИШКИ СЪД ЗА РАЗНАСЯНЕ НА ХРАНА КЪСА ДРЕХА, ОБИКНОВЕНО БЕЗ РЪКАВИ	ПОЧВОУСИЛВАЩО ВЕЩЕСТВО УЧАСТНИК В БОИ, СРАЖЕНИЕ, ВОЙНА
МЯСТО ЗА ИЗЛАГАНЕ НА СТОКИ	ХИМИЧЕСКИ ЕЛЕМЕНТ СЪС СИМВОЛА AT	НАУКА ЗА СВЕЛИНАТА ОБГРАДЕНО С ВИСОЧИНИ ТЯСНО МЯСТО	КАПКИ ВОДА ПО РАСТЕНИЯ В ЛЯТНА УТРИН ПЛОЩАДКА ЗА БОКСОВИ СРЕЩИ	ОПЕРА-БАЛЕТ /1745/ ОТ ЖАН ФИЛИП РАМО ДЪРЖАВА В ЗАПАДНА АФРИКА	ВИД НЕГОЛЯМА ПРЕЛЕТНА ПОЙНА ПТИЦА ВИД ЛЕКО ЧЕРВЕНО ВИНО ТИП БОРДО	ПЕРИОД ОТ СТО ГОДИНИ /КНИЖ./ СОФИЙСКИ ФУТБОЛЕН ОТБОР	РЕКА НА ЗАБРАВАТА В ГРЪЦКАТА МИТОЛОГИЯ	ПОРОДА КЪСОКРАКИ КУЧЕТА	ВИРУСНО ЗАБОЛЯВАНЕ; ЗАУШКА
УСТРОЙСТВО В КОЛА ВЕЛОСИПЕД МОДЕН ДИЗАЙНЕР	БАЛКАНСКА СТОЛИЦА МАРКА СТРОИТЕЛЕН МАТЕРИАЛ КАТО БЛОКЧЕТА	СЕРИОЗНА ПОВРЕДА НА МАШИНА СБ. РАЗКАЗИ ОТ ХОРХЕ ЛУИС БОРХЕС	ЧАСТ ОТ ЗАКОН ЗАПОЧВАЩА НА НОВ РЕД ЧОВЕК, КОЙТО ПЛАЩА НЯКАКВА СУМА	БОЛЕСТ ПО ЖИТОТО ВАЖНА ПРОТЕИНОГЕННА АМИНОКИСЕЛИНА /ХИМ./	СВЕЩЕНО ЛИЦЕ, ДУХОВНИК /ЦЪРК./ ЛЕТАТЕЛЕН АПАРАТ, БЕЗМОТОРНИК	ХИДРОТЕХНИЧЕСКО СЪОРЪЖЕНИЕ ВИД ПЕЧЕНО ЯСТИЕ В ЮВЕЧЕТА	ПРАВΟΣЛАВЕН СВЕЩЕНИК ПЛАНИНА БЛИЗО ДО СОФИЯ	ПРОВОДЯЩА ТЪКАН ПОД КОРА НА ДЪРВО ЕКСКОЛОНИЯ НА ПОРТУГАЛИЯ	РЕКА НА ЗАБРАВАТА В ГРЪЦКАТА МИТОЛОГИЯ
РУМЪНСКА ПОП ПЕВЧИЦА „ДЕЖА ВЮ“ КЛАСНА МАРКА АРМЕНСКИ КОНЯК	РИСУВАНЕ НА ОТКРИТО СРЕД ПРИРОДАТА	ЧАСТ ОТ ЗАКОН ЗАПОЧВАЩА НА НОВ РЕД ЧОВЕК, КОЙТО ПЛАЩА НЯКАКВА СУМА	ВИД РЪЧЕН КУЛТИВАТОР /ТЕХН./ ПРИЯТНО ПРИПЛИЧАНЕ НА СЛЪНЦЕТО	СИРОПИРАН ТЕСТЕН СЛАДКИШ	ГЪСТАЛАК ОТ ЛЕСКИ ВТВЪРДЕН ЛЕПЕЖ ПО СТРАДНА СТЕНА	СИНТЕТИЧЕН МАТЕРИАЛ ЗА МЕБЕЛИ НЕТИТУЛЯРЕН ИГРАЧ В ОТБОР	ГОРСКА ПТИЦА ОТ СЕМЕЙСТВО ГЛУХАРИ	НЕВКЛЮЧЕНА В ЦЕНАТА ЧАСТ ОТ СТОКА	СТАРА ИТАЛИАНСКА СРЕБЪРНА МОНЕТА
ТЕЛЕГРАФНА АГЕНЦИЯ НА ЕКС ГДР	ЗАБОЛЯВАНЕ, НЕСПОСОБНОСТ ДА СЕ ПИШЕ ГЛИНЕН СЪД С ФОРМА НА ГЪРНЕ	ПРЕСТИЖЕН АНГЛИЙСКИ КОЛЕЖ МОДЕЛ НА „FIAT“ /2003-2005/	ИТАЛИАНСКИ ФУТБОЛЕН ТИМ ХИЩЕН МОРСКИ БОЗАЙНИК	ИЗДАДЕНА ЧАСТ НАД БАЛКОН /АРХ./	ОБЪРЩЕНИЕ, МОЛБА КЪМ БОГ ЕДНА ОТ ЗОДИИТЕ В ХОРОСКОПА	РОД АМЕРИКАНСКИ КРОКОДИЛИ ГОЛЯМ ПЛОЩАД В ЛИОН, ФРАНЦИЯ	РУСКО КНИГОИЗДАТЕЛСТВО ВИД ЯСТИЕ ОТ СУШЕНИ ТЕСТЕНИ ЗРЪНЦА	НАША РОК ГРУПА „ПЪТУВАНЕ“ ИЗМИНАТ ПЪТ ОТ КОЛА ПО МАРШРУТ	НЯКОГАШЕН СУЛТАНСКИ УКАЗ /ИСТОР./
ДЪРЖАВА В СИ АФРИКА КРЪГЧЕТО НА ОКОТО ОКОЛО ЗЕНИЦАТА; ИРИС	СКИРСКИ ПИЛОТ В ПЛАНИНАТА ЕДИНИЯТ ОТ ДВАМАТА РОДИТЕЛИ НА ДЕТЕ	МАШИНА, С КОЯТО СЕ КОСИ ТРЕВА ЯПОНСКА МЯРКА ЗА ДЪЛЖИНА	ОПЕРЕТА ОТ ИМПРЕ КАЛМАН СИНЯ БОЯ ЗА ПЛАКЕНЕ НА ДРЕХИ	ОБЪРЩЕНИЕ, МОЛБА КЪМ БОГ ЕДНА ОТ ЗОДИИТЕ В ХОРОСКОПА	ОПЕРЕТА ОТ ИМПРЕ КАЛМАН СИНЯ БОЯ ЗА ПЛАКЕНЕ НА ДРЕХИ	ГОЛЯМ ГРАД В ТУРЦИЯ МЕТЕЖ, ВЪСТАНИЕ, РАЗМИРНИЦИ	РОД АМЕРИКАНСКИ КРОКОДИЛИ ГОЛЯМ ПЛОЩАД В ЛИОН, ФРАНЦИЯ	ЛИПСА НА НЕОБХОДИМИ ЗА ЖИВОТ НЕЩА	СТАРА ИТАЛИАНСКА СРЕБЪРНА МОНЕТА
ПАРИЧНАТА ЕДИНИЦА НА УЗБЕКИСТАН	СГРАДАТА НА ПОЛИЦЕЙСКО УПРАВЛЕНИЕ	ДОБИВ НА ХРАНА И ПЛОДОВЕ /КНИЖ./	ЕЛЕМЕНТ ОТ ГРАФИЧЕН ИНТЕРФЕЙС ТИП ТОВАРНИ КОРАБИ	МАШИНА, С КОЯТО СЕ КОСИ ТРЕВА ЯПОНСКА МЯРКА ЗА ДЪЛЖИНА	ОПЕРЕТА ОТ ИМПРЕ КАЛМАН СИНЯ БОЯ ЗА ПЛАКЕНЕ НА ДРЕХИ	ГЕНИАЛЕН ИРЛАНДСКИ ФУТБОЛИСТ /1946-2005/ ПРАБЪЛГАРСКИ ХАНСКИ РОД	РУСКО КНИГОИЗДАТЕЛСТВО ВИД ЯСТИЕ ОТ СУШЕНИ ТЕСТЕНИ ЗРЪНЦА	НЕИДЕНТИФИЦИРАН ЛЕТАЮЩ ОБЕКТ /УФОЛ./	ВЗЕТО КАТО ПСЕВДОНИМ ЧУЖДО ИМЕ /КНИЖ./
ЧЕРНА НАСЛОЙКА ВЪРХУ НЕЩО РАЗКАЗ /1893/ ОТ ИВАН ВАЗОВ	РЪЧНО ЗЕМЕДЕЛСКО СЕЧИВО ЗА РЪЗАНЕ	ГРАД В БЪЛГАРИЯ ДОЛНА ЧАСТ НА ОТСЕЧЕНО ДЪРВО	ПЛАТЕН ВОЙНИК В ЧУЖДА ВОЙСКА	РОМАН ОТ МАРСЕЛ ПРЕВО МЕХУРЕСТА МАСА ПО ПОВЪРХНОСТ НА ТЕЧНОСТ	РОМАН ОТ МАРСЕЛ ПРЕВО МЕХУРЕСТА МАСА ПО ПОВЪРХНОСТ НА ТЕЧНОСТ	ИСПАНСКИ НАРОДЕН ТАНЦ, ВАРИАНТ НА БОЛЕРОТО	ВАЛУТАТА НА ШВЕЦИЯ US ПЪНК РОК ГРУПА ОТ 1977 ГОД. И ДОСЕГА	БОГИНИ НА ОТМЪЩЕНИЕТО В ГРЪЦКАТА МИТОЛОГИЯ	МОДЕЛ ДЖИЕСЕМ АПАРАТИ НА „NOKIA“ ВИД ЛИНИЯ В МАТЕМАТИКАТА
СЕЛСКИ ГЛАШАТАЙ В МИНАЛОТО	ТИТЛА НА МАЙКА НА СУЛТАН /ИСТ./	ПОДВИЖЕН ДЕТАЙЛ В ЦИЛИНДЪР НА МАШИНА	РАСТЕНИЕ С ОСТРИ БОДЛИ МОДЕЛ НА ЛЕКИ КОЛИ „FIAT“	РОМАН /2005/ ОТ ИВАН ГОЛЕВ СКЪПА МАРКА ГЕРМАНСКИ ЛЕКИ КОЛИ	ОСНОВЕН ВИД КОНЕН СПОРТ С ПРЕПЯТСТВИЯ ПРЕСТЪПНИК /РАЗГ./	ЕДНО ОТ НАЗВАНИЯТА НА ДЯВОЛА	ВИД ИЗМАМА, ЗАБЛУДА ПО ИМЕЙЛ С ФАЛШИВИ ОБЩАНИЯ /ИНФОРМ./	БЕЛКУР, КЛАРЕТ, ШПРОСА БИАНКО, ПЛАНЕТ, ОТОРЕЯ, ОБЕРТО, КАНАКИ, ВАЛИДЕ, ФРИСКА, ПЛАТЕЯ, АЛЕФ	*** ПОМОЩНИК***

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

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/

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 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: месечник
Рекламен обем на страница: 854.70 кв. см
Брой колони на страница: 6
Ширина на колоната: 4.1 см
Разстояние между колоните: 0.3 см

ОТСТЪПКИ:

За площ:
15% - Рекламно каре над 100 кв.см
20% - Рекламно каре над 300 кв.см
25% - За рекламno каре на цяла страница

За публикации:
10 % - за повече от 6 публикации
20 % - за повече от 12 публикации

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

Small box каре - едно лесно и ефективно решение, ако искате вашата малка бизнес обява да се откроява сред останалите. Размерите на карето са 8.4x5 см. Срещу сумата от 50 лири вашата обява ще излиза в продължение на 2 броя на вестника и винаги ще бъде четена с предимство.

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

РЕКЛАМЕН ПАКЕТ:

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

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

БГ БЕН

1/2 страница = 428 кв. см

1/4 страница = 214 кв. см

1/8 страница = 107 кв. см

1/16 стр. = 53.5 кв. см

1/16 стр. = 53.5 кв. см

25.9 см

33 см

БГ БЕН
Заедно на Острова

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

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

Дирекционен съвет:	Маркетинг, реклама и контакт за Великобритания:	Главен редактор:
Северино Кожухаров	Ивелин Митев	Антония Попова
Нежди Халил	Моб. 078 8867 6471 reklama@bgben.co.uk	
Цветомир Иванов		

Координатор:	Коректор:	Сигнали от читатели
Мустафа Халил Нежди Халил	Кичка Трендафилова	inbox@bgben.co.uk

Редакционен екип на вестник БГ БЕН:

Предпечатна подготовка:	Вътрешна и външна политика, образование, здравеопазване и бизнес	Култура и изкуство
Павел Иванов pavel2asi2@gmail.com	Антония Венцеславова	Антоанета Петрова Rock_Arena@abv.bg

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



Транспортни услуги



Изпратете пратка до любим човек

Великобритания - България - Великобритания

+447500500290

+359876123488

+447477818116

**Пазарувай
ОНЛАЙН!
Изпрати
Багаж
Товари
Машины**



kolet.co.uk

БЪЛГАРИЯ, РУСЕ
KOLET & EMPRESA
гр. Русе, ул. Драва 1, 7000

LONDON
KOLET & EMPRESA
10 Marsh way,
Unit 35A, RM13 8UH

LONDON
BG FOOD STOP
247 Plaistow road E15 3EU

LONDON
МАГАЗИН У ДОМА
228 Gypsy Road SE27 9RB

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

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

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

LINCOLN
BG SHOP
76 High Srteer, LN5 8AA

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

BOSTON
BULGARIAN SPRING SHOP
2 Emery Lane, PE21 8QA

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

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

IPSWICH
FOOD DELIGHT
51 Upper Orwell street, IP4 1HP

LIVERPOOL
BG SHOP
101 BRECK ROAD, L4 2QX

MANCHESTER
BG SHOP
513 LIVERPOOL ROAD, M30 7BT

PRESTON
BG SHOP
63 BOW LANE, PR1 8ND

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



Опция за взимане от адрес!



Счетоводство и Бизнес Консултации

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

CIS администриране
VAT подаване
Tax Returns
Финансови отчети

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

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

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



Молим да уговорите предварително час за среща и справки

ISSN 1744-8751

