

ДИРИГЕНТЪТ НА ХОР "ДОБРУДЖАНСКИ ЗВУЦИ" ЕЛВИРА ПАСТЪРМАДЖИЕВА С 60-ГОДИШЕН ЮБИЛЕЙ И 35 ГОДИНИ ТВОРЧЕСКА ДЕЙНОСТ

На стр. 6

НОВА

ISONEM

ИСОНЕМ България -

Боядисваме бъдещето

Специализирани бои, епоксидни подове, боя против пожар, боя против шум, течна хидроизолация, огнезащитна боя, боя против радиация, термо боя

Варна, ул. "Перла" 16, тел. 0884 77 80 54

ДОБРУДЖАНСКА

ТРИБУНА



<http://www.ndt1.eu>

ndt@abv.bg

ndt@dobrich.net

Всеки ден с по-добрия вестник!

Вторник/сряда 20/21. 2022 г.

ПЪРВИ ЧАСТЕН ВСЕКИДНЕВНИК ЗА ДОБРИЧКА ОБЛАСТ

Год. XXX, бр. 91 (6624) ЦЕНА 0.50 лв.

ДА ПРАВИШ ДОБРО НЕ САМО ПО КОЛЕДА



На стр. 4

ФОЛКЛОРНА МАГИЯ ЗАВЛАДЯ ПРЕДКОЛЕДНО КАВАРНА



На стр. 4

ПРАВОСЛАВЕН КАЛЕНДАР: 20 ДЕКЕМВРИ - ИГНАЖДЕН

На стр. 4

ТРАЙ, КОНЬО, ЗА ЗЕЛЕНА ТРЕВА!

На стр. 2

ДВЕ НОВИ СОЦИАЛНИ УСЛУГИ В БАЛЧИК - ЗА ВЪЗРАСТНИ И ХОРА С УВРЕЖДЕНИЯ

На стр. 3

Сутринта ще е студено с минимални температури между минус 6 и минус 1, в София около минус 4. През деня ще преобладава слънчево време. Преди обяд на места в равнините ще е с ниска облачност или мъгла. Ще духа слаб, в източните райони - умерен вятър от североизток. Максималните температури ще са между 2 и 7, в София около 3.



ВРЕМЕТО

ДЕНИЦА САЧЕВА И МАЯ ДИМИТРОВА ИСКАТ МОН ДА РАЗРЕШИ ОТКРИВАНЕ НА ФИЛИАЛИ ЗА МЕДСЕСТРИ И АКУШЕРКИ

На стр. 3



9 771313 131118

ЦЕНТРАЛЕН КУРС НА БНБ

USD ↑ 1.8418 GBP ↓ 2.2420

ОБЩИНА ГРАД ДОБРИЧ СКЛЮЧИ АДМИНИСТРАТИВЕН ДОГОВОР ЗА ПРЕДОСТАВЯНЕ НА БЕЗВЪЗМЕЗДНА ФИНАНСОВА ПОМОЩ ЗА ИЗПЪЛНЕНИЕ НА ПРОЕКТ "ГРИЖА В ДОМА В ОБЩИНА ГРАД ДОБРИЧ" ЧРЕЗ ПРОЦЕДУРА "ГРИЖА В ДОМА" ПО ПРОГРАМА "РАЗВИТИЕ НА ЧОВЕШКИТЕ РЕСУРСИ" 2021-2027 г.

На 15.12.2022 г. Община град Добрич и Министерство на труда и социалната политика сключиха Административен договор по Програма „Развитие на човешките ресурси“, 2021-2027, процедура BG05SFPR002-2.001 „Грижа в дома“, за изпълнение на проект BG05SFPR002-2.001-0081 „Грижа в дома в Община град Добрич“, съфинансиран от Европейски социален фонд плюс Проектът е на стойност 1 715 250,66 лева и е с основни

дейности за изпълнение:

Предоставяне на интегрирани здравно-социални грижи, психологическа и рехабилитационна подкрепа, доставка на храна и хранителни продукти, заплащане на битови сметки със средства на потребителя, заплащане на битови сметки и заявяване и получаване на неотложни административни услуги (сърс средства на потребителя), предоставяне на информация за профилактика на здравето и значими заболявания, на 321

лица, възрастни хора в невъзможност за самообслужване и лица с увреждане в домашна среда.

Срокът за изпълнение на проекта е 12 месеца, като изпълнението на дейностите по договора започва от 05.01.2023 г.

Потребителите желаещи

да ползват интегрираните здравно-социални услуги по проекта, могат да подават заявления за включване лично или чрез упълномощено лице в Община град Добрич, ул. „Независимост“, 7, корпус III (Бивш партиен дом), ет. 7, стая 702, считано от 05.01.2023 г.

"ЕКЗАКТА": ГЕРБ - 25,2%, ПП - 19%, ДПС - 11,5% ПРИ НОВИ ИЗБОРИ



Евроатлантическата ориентация на българите е категорична. В същото време намалява одобрението към работата на повечето лидери на парламентарно представените партии, но няма съществена промяна в подкрепата за дадена партия при един евентуален предстоящ вот.

Това показват резултати от национално регулярно проучване на "ЕкзактаРисърч Груп", проведено в периода от 5 до 12 декември 2022 г. сред 1050 пълнолетни българи в 70 населени места в страната.

71% от българите заявяват подкрепа за членството на страната ни в ЕС, а противниците са 22%. Най-високо одобрение за членството ни в ЕС е регистрирано сред образовани хора на възраст под 50 години, сред жители на градовете и сред избиратели на ДБ, на ГЕРБ, на ПП и на ДПС. Противници на членството ни в ЕС има най-често сред избирателите на „Възраждане“ и на БСП.

57% от българите одобряват членството на страната ни в НАТО, а неодобрение изразяват 31%. По-често подкрепят членството ни в НАТО хора на възраст под 60 години, мъже, образовани и заможни българи, избиратели на ДБ, на ГЕРБ, и на ПП. Като противници на членството ни в НАТО се заявяват главно избиратели на Възраждане и на БСП.

Одобрението към членството на страната ни в НАТО остава непроменен дял през последните три години, а неодобрението през декември 2022 г. е с 4% повече спрямо декември 2019 г.

На 6.2% възлиза преднината на първата политическа сила – коалицията „ГЕРБ-СДС“ (25,2%) пред втората – ПП (19%). Трети са ДПС (11,5%). При нови избори, подреждането между четвърто и шесто

място ще е в резултат на силна конкуренция между БСП (10,2%), Възраждане (8,9%) и ДБ (7,4%). За Български възход биха гласували 5,2%.

През декември т.г. най-високи дялове на одобрение регистрираме за Бойко Борисов и за Стефан Янев. И двамата са одобрявани от по около 25% от българите, като неодобрението към Бойко Борисов е значително по-висок дял от това към Стефан Янев.

Следват Кирил Петков и Асен Василев, които имат съизмеримо одобрение сред по около една пета от българите, а неодобрението към тях леко надхвърля неодобрението към лидера на ГЕРБ.

Мустафа Карадайъ и Корнелия Нинова са одобрявани от по 15% от българите. К. Нинова е партийният лидер с най-високо неодобрение – 75%. М. Карадайъ пък е единственият лидер на парламентарна партия, чието одобрение леко нараства през месеците след парламентарния вот от 2 октомври т.г. до сега – с малко над 2%.

Одобрението към Христо Иванов през декември е близо 14%, а към Атанас Атанасов – 11,5%. Костадин Костадинов е одобряван от близо 13% от българите.

КРАЖБА ОТ ДВЕ КЪЩИ В КАВАРНА

На 18 декември, около 08:00 часа, е получено съобщение за извършени кражби от две къщи на територията на град Каварна. По данни на тържелите е извършена кражба на златни и сребърни накити и сумата от 510 лева. По случаите са образувани досъдебни производства.НДТ

ТАКЪВ Е ЖИВОТЪТ

ТРАЙ, КОНЬО, ЗА ЗЕЛЕНА ТРЕВА!

ТРАЙ, КОНЬО, ЗА ЗЕЛЕНА ТРЕВА! В България „уморените коне“, ги убиват. Парламентът на Гърция гласува пакет от помощи в размер на 500 милиона евро за социално слаби семейства, като поема тежестта от високата цена на тока. Повече от 200 000 уязвими семейства ще получат и помощи до 900 евро в края на годината.

Такъв е животът!

ТРАЙ, КОНЬО, ЗА ЗЕЛЕНА ТРЕВА! Президентът Румен Радев отложи даването на мандат за съставяне на правителство на България за след Нова година. Цял ден медиите бълват, че час по-бързо трябва да имаме редовно правителство и щом това в момента е невъзможно, трябва да се

отива на нови избори. Хората имат чувството, че бавно върви времето за убеждаване, смятай подкупване, на депутати да се присъединят към „Продължаваме промяната“, и „Демократична България“, за правителство на малцинството.

Такъв е животът!

ТРАЙ, КОНЬО, ЗА ЗЕЛЕНА ТРЕВА! Трябва!... Трябва!... Трябва!... Хиляди пъти на ден се чуват в ефира тези думи. Те са на управляващи и управлявани. Хора от висшата държавна ясла. Ами, направете го, блей в низините овчето стадо! А керванът си върви, уморените коне мечтаят за зелена трева и един по един си умират по пътя из европуситинята България.

Такъв е животът!

Димитър ДУКОВ

65-ГОДИШЕН ЗАГИНА ПРИ УДАР В ДЪРВО

65-годишен мъж загина при катастрофа, след удар в дърво, съобщават от полицията. На 18 декември, около 18:30 часа, е получено съобщение за възникнало ПТП по ул. „25-ти Септември“, на кръстовището с ул. „Отец Паисий“, в град Добрич. На място е установено, че 66-годишна жена пресича неправилно пътното платно и е блъсната със задна дясна част от лек автомобил. Жената е прегледана и освободена за домашно лечение с фрактура на пицал на долен крайник.НДТ

БЛЪСНАХА МЪЖ НА ТРОТИНЕТКА

На 17 декември, около 18:15 часа, е получено съобщение за възникнало ПТП по пътя с. Могилище, в посока към град Каварна. На място е установено, че лек автомобил „Волво“, управляван от 52-годишен мъж, блъска със странично

огледало движещ се по пътя мъж на 44години с тротинетка. Вследствие на инцидента, водачът на тротинетката е с фрактура на глезен, без опасност за живота. По случая е образувано досъдебно производство.НДТ

ПИЯН КАТАСТРОФИРА В КРАНЕВО

Солидно почерпен шофьор катастрофира в Кранево и се отърва само с материални щети по автомобила. На 17 декември, около 19:15 часа, е получено съобщение за възникнало ПТП в района на с. Кранево. На място е установено, че катастрофиралят автомобил е „Форд“, а зад

волана бил 35-годишен мъж. При извършената проверка за употреба на алкохол с техническо средство, цифровата индикация отчита наличието на 2,63 промила. Водачът е задържан за срок от 24 часа. По случая е образувано бързо полицейско производство.НДТ

112 НОВИНИ

На 18 декември, около 09:40 часа, в с. Кранево е спряна за проверка микробус „Ивеко“, управляван от 56-годишен мъж. При проверка за употреба на алкохол с техническо средство, цифровата индикация отчита наличието на 2,96 промила. Водачът е задържан за срок от 24 часа.

На 18 декември, около 23:00 часа, в град Добрич е извършена проверка на 19-годишен мъж. В хода на проверката е установена суха тревна маса с тегло 0,2 грама, реагираща на канабис. Задържан е за срок от 24 часа.

На 19 декември, около 02:00 часа, в град Добрич е извършена проверка на 31-годишен мъж. У него е установено кристално вещество с тегло 0,18 грама, реагиращо на метамфетамин. Мъжът е задържан за срок от 24 часа.

0,11 грама метамфетамин на кристали са открити у 31-годишен мъж. Проверката е извършена на 17 декември, около 15:00 часа в град Добрич.Мъжът е задържан за срок от 24 часа.

На 16 декември, около 16:30 часа, в град Добрич е спряна за проверка лек автомобил „Фолксваген“, управляван от 27-годишен мъж. При извършената проверка за употреба на наркотични и упойващи вещества, тестът отчита положителен резултат за метамфетамин. Водачът е задържан за срок от 24 часа. НДТ

ОКРЪЖНИЯТ СЪД В ДОБРИЧ ПОТВЪРДИ МЯРКА ЗАДЪРЖАНЕ ПОД СТРАЖА, НАЛОЖЕНА НА ОБВИНЕН ЗА ДЪРЖАНЕ НА ВИСОКОРИСКОВИ НАРКОТИЧНИ ВЕЩЕСТВА

Състав на Окръжния съд в Добрич потвърди определение на Добричкия районен съд, с което е взета мярка за неотклонение задържане под стража спрямо А.М., обвинен за държане на високорискови наркотични вещества. Мъжът е привлечен в качеството на обвиняем по досъдебно производство за това, че на 7 декември 2022г., в Добрич, без надлежно разрешително е държал високорисковите наркотични вещества - амфетамин и марихуана. Видно от данните по делото наркотичните вещества били открити в частен дом, ползван от обвиняемия. В жилището били намерени и иззети и множество банкноти евро, на обща стойност 30 180 евро.

Окръжният съд, след като изслуша становищата на

страните и след преценка на събраните в хода на досъдебното производство доказателства, намери за неоснователно искането за изменение на наложената на обвиняемия най-тежка мярка за неотклонение.

Според въззивния съд при първоначалното вземане на мярката са били налице всички законови предпоставки за това, тъй като от събраните доказателства по делото може да се направи обоснован извод относно съпричастността на обвиняемия към разследваното деяние, наказуемо с лишаване от свобода, както и за опасността да се укрие или да извърши друго престъпление.

Определението, с което Окръжният съд потвърди задържането под стража на обвиняемия, е окончателно.

ЗАДЪРЖАХА СЕРИЕН ОБИРДЖИЯ

След проведени оперативни издирвателни мероприятия и следствени действия, служители на Първо РУ МВР Добрич задържат криминално проявен 56-годишен мъж. Установено е, че 56-годишният е автор на два обира. На 12 декември той е извършил кражба на портфейл със сумата от 120 лева и лични документи от дамската чанта в централна част на град Добрич. Установено е също, че задържаният е извършил кражба на чанта, в която

имало 200 лева и 600 английски паунда. Посегателството е извършено от паркинг по ул. „Славянска“, в град Добрич на 14 декември т.г.

В съда е внесено искане за вземане на постоянна мярка за неотклонение „задържане под стража“. Материалите по случаите са докладвани в прокуратурата. Работата по установяване и документиране на престъпната дейност на 56-годишния мъж продължава. НДТ

ТЪРСЯ ДА ЗАКУПИ
ГАРСОНИЕРА ИЛИ ДВУСТАЕН
АПАРТАМЕНТ
В РАЗШИРЕН ЦЕНТЪР НА ГРАД ДОБРИЧ.
За контакти: 0888 283588

ДЕНИЦА САЧЕВА И МАЯ ДИМИТРОВА ИСКАТ МОН ДА РАЗРЕШИ ОТКРИВАНЕ НА ФИЛИАЛИ ЗА МЕДСЕСТРИ И АКУШЕРКИ

Висшите училища да могат по изключение да разкриват филиали и факултети за обучение на медицински сестри и акушерки на територията на цялата страна. Такова предложение за промяна на Националната карта на висшето образование в България направи народните представители Деница Сачева от ГЕРБ-СДС и Мая Димитрова от БСП.

В момента откриване на нови университети и звена е невъзможно заради действащ от средата на 2019 г. мораториум. В същото време в становище до министъра на образованието и науката проф. Сашо Пенев депутатите от Добрич посочват, че в здравната и социалната система се очертава тежък дефицит на специалисти по „Здравни грижи“, и особено на медицински сестри. Допреди десет години висшите училища са приемали по 837 такива студенти, а планираните бройки за настоящата година са с 470 по-малко. През миналата година медсестрите в цялата страна са били 28 816, а в началото на прехода – 53 810. Наличието на такива кадри са условие за функционирането на над 2000 социални услуги, на училищата и на детските градини. Големият брой излизания от здравната, образователната и социалната система заради напреднала възраст или заради работа в чужбина,

както и сравнително малкият дял новоприети студенти могат да се окажат фатални, категорични са Сачева и Димитрова. Те посочват още, че имат разбирането и подкрепата от служебния здравен министър д-р Асен Меджедиев за промени в Националната карта за висшето образование. В постановление на Министерския съвет още от 2016 г. е заложено, че именно след негово съгласуване министърът на образованието и науката може да утвърди по-голям прием във висшите училища, които обучават в професионалните направления „Обществено здраве“, и



такише „Свобода 1897“ – с. Гурково! А тези, които нямат възможност да се включат в този ден, могат да да предадат в читалището ръчно изработени неща или домашни коледни изкушения, които да бъдат изложени на щандовете на 22 декември, когато е традиционният коледно-новогодишен концерт, съобщи кореспондентът на Радио Варна Албена Иванова.

БЛАГОТВОРИТЕЛЕН БАЗАР В ГУРКОВО В ПОДКРЕПА НА ЛЮБИМА ДИРИГЕНТКА

Коледната работилница на читалището в балчишкото село Гурково тази година е посветена на споделяната добрина и измайстори коледни декорации за благотворителния базар в полза на Магдалена Христова – педагог и диригент в Балчи, която се бори срещу коварно заболяване.

Благотворителният базар е тази събота от 10 часа в читалище „Свобода 1897“ – с. Гурково! А тези, които нямат възможност да се включат в този ден, могат да да предадат в читалището ръчно изработени неща или домашни коледни изкушения, които да бъдат изложени на щандовете на 22 декември, когато е традиционният коледно-новогодишен концерт, съобщи кореспондентът на Радио Варна Албена Иванова.

ДВЕ НОВИ СОЦИАЛНИ УСЛУГИ В БАЛЧИК - ЗА ВЪЗРАСТНИ И ХОРА С УВРЕЖДЕНИЯ

Дейностите се оперират от дружеството „Соник Старт“. Първата е дневен център за пълнолетни лица с увреждания. В него потребителите получават комплекс от социални услуги и условия за цялостно обслужване през деня. Услугата се предоставя чрез посредничеството на дирекция „Социално подпомагане“. Капацитетът е 30 души, съвсем скоро ще бъде доставен автомобил, който в делничните дни ще превозва сутрин потребителите до дневния център и вечер ще ги връща до дома. Избраният ръководител е Венета Василева. Времето им ще бъде изцяло запълнено, съобразно техните интереси и потребности, включен е обяд и време за почивка. В момента специалистите работят на терен. Помощта е и за потребителите, но и за близките, за да могат да живеят пълноценно. Пълна подкрепа през целия ден.

Основните дейности на центъра се свеждат до създаване на подкрепяща среда за пълнолетни лица с увреждания и техните семейства. Развитие на жизнения потенциал и възможности за социалната им интеграция. Предоставяне на разнообразни методи и дейности, които да помагат за социалното включване на пълнолетни лица с увреждания в общността. Предлагат се социални консултации, психоемоционална и психосоциална подкрепа, съобразно индивидуалните потребности. Предлага се работа с рехабилитатор, включваща дейности по кинезитерапия и физикална терапия и здравна грижа.

Втората услуга е 24-часова – за настаняване на възрастни хора. Капацитетът е 15 души. В центъра ще се настаняват самотни хора в надтрудоспособна възраст, без увреждания, съобщи кореспондентът на Радио Варна Албена Иванова.

ВАЖНО ЗА ПОТРЕБИТЕЛИТЕ НА СЕУ И ИСАК

Държавен фонд „Земеделие“, - Разплащателна агенция (ДФЗ-РА) уведомява всички земеделски стопани, че в периода от 18:00 часа на 23.12.2022 г. до 08:00 часа на 09.01.2023 г. интегрираната система за администриране и контрол (ИСАК) и системата за електронни услуги (СЕУ) ще бъдат временно недостъпни, поради планирано обновяване и надграждане на софтуерната и хардуерна инфраструктура.

Планираното надграждане е с цел осигуряване на по-високо качество на предоставяните услуги от страна на ДФЗ-РА.

Екипът на ДФЗ-РА предварително Ви благодари за проявеното разбиране

ДФ „Земеделие“, - РА

КАКВИ ПРОЕКТИ ПОДГОТВЯ ОБЩИНА ТЕРВЕЛ В МОМЕНТА

Проектите са няколко и са с различна насоченост. До 23 декември общината ще подаде проект за рехабилитация на участъци от водопроводна мрежа в селата Орляк и Безмер. Проектът е по остатъчен прием на Програма за развитие на селските райони (ПРСР). Двете села са единствените, за които са регистрирани отклонения от качеството на питейната вода през последните години, което ги прави единствени възможни за включване в проекта. Втори проект по ПРСР, който се подготвя, включва поставяне на фотоволтаични панели с мощност 170 киловата на покрива на Общинска администрация в гр.Тервел. Крайният срок за внасяне на проекта е през м.февруари 2023 г.

Кметският екип ще предложи на общинските съветници да гласуват за проект, за който има възможност за кандидатстване през февруари 2023 г. – по Програма „Красива България“. Проектът е за обновяване на интериора на най-голямата и същевременно най-стара детска градина в Община Тервел – ДГ „Детелина“, в гр.Тервел. Целта е да се обновят настилките и облицовките на всички помещения в детското заведение, като се вложат съвременни материали, които да заменят старите мозайки, балатуми и дървени облицовки, неотговарящи на противопожарните изисквания. Цели се и създаване по-дружелюбна за децата среда – с много цветове и декоративни елементи.

Трети проект е по Плана за възстановяване и устойчивост и е за реформиране на материалната база на дома за стари хора. Към всички общински домове за стари хора в страната (82 на брой) са поставени нови

„Здравни грижи“.

За разкриването на филиали или колеж в Добрич на Медицинския университет-Варна народните представители от региона работят последователно в последните две години. Още в предходните Народни събрания избраници провели редица срещи, а през тази година консултираха идеята включително с Националната агенция по оценяване и акредитация. Тя беше подкрепена и от общинския съвет на Добрич, но Министерството на образованието и науката отказа да предостави държавен имот за създаването на филиала.

С НОВ КАЛЕНДАР НА ХРАМ "СВ. ВМЧК ГЕОРГИ" ПОСРЕЩАМЕ 2023 ГОДИНА

2022-а година завършва с картичка, а за 2023 г. храмът „Св. вмчк Георги“, ще украси два календара – стенен и джобен – и една картичка. Художничката на картината, ползвана за големия календар, е Долорес Дилова – забележителен творец, който живее и работи в София, но с голяма любов и често рисува Каварна и морето. Долорес е дъщеря на художника Дило Дилов – един от най-изявените представители на импресионизма в българското изкуство. Самата тя е наследила светостъпването и таланта на своя баща и от малка е лауреат на авторитетни конкурси, а по-късно участва в редица изложби в страната и чужбина. Завършила е Националната художествена академия – София, със специалност „Живопис“ при проф. Иван Кирков. Дизайнът на календара отново е дело на Глория Ангелова.

За картичката и джобното календарче – което продължава да бъде единственото издавано от извънстоличен храм с упътване кога и как се пости през годината – е използван съвсем друг подход. С помощта на съвременните технологии фотоизображението е



обработено и превърнато във феерия от светлина и цветове, които се преливат и създават усещането за празничност, веселие и топлина. Дизайнът е дело отново на Костадин Маджаров.

И отново да отбележим – самото календарче се издава най-вече, за да напомня за силата и значението на поста не като традиция, а като средство за почистване на душата. Като част от пътя към Бога и Неговия непостижим промисъл за всеки от нас. Като възможност да станем и по-добри, и по-силни, и по-просветени.

На многая и благая лета!
Амин! д-р Ивана РАДОНОВА

ОДОБРЕН Е ПРОЕКТ "ТОПЪЛ ОБЯД В ОБЩИНА ТЕРВЕЛ"

Двеста души в Община Тервел, които се нуждаят от подкрепа в ежедневието – хора, които живеят в крайна бедност, с различни тежки заболявания, ограничаващи възможностите им за самоиздръжка, възрастни и самотни живеещи, ще получават всеки ден порцион от супа, ястие и хляб, а поне веднъж седмично и десерт, приготвени в кухненския блок на домашния социален патронаж в Тервел. Стойността на един храноден, съгласно правилата на програмата е до 3,20 лв. с ДДС. Услугата стартира в началото на м.януари 2023 г.

За получаване на храна и реализиране на съпътстващи мерки (консултиране за ползване на различни социални услуги, предоставяне на информация за здравословен начин на живот и хранене и др.) по проекта са подадени общо над 500 заявления. Одобри като правоимащи по критерии на Агенцията за социално подпомагане са 352 души от гр.Тервел и селата Божан, Безмер, Жегларци, Кочмар, Нова Камена, Орляк, Кладенци, Попгруево, Балик, Градница, Зърнево, Честименско, Главанци. Съгласно методика за оценка, одобрена от Общината, от 352 –мата правоимащи са определени 200 души за ползване на услугата „Топъл обяд“, като броят им съответства на капацитета на кухнята в гр.Тервел, в която ще се приготвя храната. Проектът ще се реализира до 30 юни 2025 г., като всяка година услугата няма да бъде осигурявана през месеците юли и август. Храната ще бъде приготвяна по рецептите от Сборник рецепти за заведения за обществено хранене. При отсъствие на включено в проекта лице, храната ще се предоставя на хора от списъка с 352 правоимащи.

Освен „Топъл обяд“, Общи-

на Тервел предлага и услугата „Домашен социален патронаж“. Тази услуга е на стойност 60 лева месечно, които се заплащат от потребителите, дофинансира се от общинския бюджет и също е предназначена за хора, които срещат затруднения в ежедневието си – такива, свързани с ниски доходи, напреднала възраст или заболявания. Към момента тази услуга се ползва от 239 души в общината. Приготвянето и разнасянето на храна се осъществява от пет филиала на домашния социален патронаж, които се намират в гр.Тервел и селата Коларци, Безмер, Нова Камена и Зърнево. В селата филиалите на патронажа са интегрирани в центрове за социални услуги, които приготвят храна и за училищата и детски градини в селата.

Филиалът на патронажа в гр.Тервел в момента предоставя храна на 180 души от гр.Тервел и селата П.Савово, Жегларци, Орляк и Кочмар. В село Безмер се готви за 28 души от Безмер, Честименско, Божан и Попгруево. В Зърнево ползващите патронаж са 19 души и са само от с.Зърнево. В Нова Камена готвят за 45 души от Нова Камена, Кладенци и Каблешково. В Коларци се приготвя храна за 21 души от селата Коларци, Балик, Ангеларий и Сърнец.

Общината закупи и два нови автомобила за разнос на храна, които ще бъдат включени в работата на домашния патронаж в гр.Тервел. Там, освен за 180 души, които ползват услугата Домашен социален патронаж, ще се готви и за 200 потребители на „Топъл обяд“. Съгласно правилата на програмата топлия обяд трябва да достигне до потребителите до 13:30 часа всеки работен ден. Храната ще се доставя на потребителите в съдове (сифертаси).

ПРАВОСЛАВЕН КАЛЕНДАР: 20 ДЕКЕМВРИ - ИГНАЖДЕН

На 20 декември Православната църква отбелязва св. Игнатий. Наричат го Игнатий Богоносец, защото, когато бил малко дете, Исус Христос го вдигнал на ръце и казал на учениците си „Истина ви казвам, ако се не обърнете и

пруга си.

Много характерен за този ден е ритуалът „Полазване“. Домакините били в очакване кой ще бъде първият гост в дома. Какъвто е „полазникът“, такава ще е годината, смятали те.



не станете като деца, няма да влезете в царството небесно.“

В българските вярвания денят се нарича Игнажден и за народа на 20 декември започва Новата година. Денят се смята, че има магическа сила и за това предците ни следели всички символи и знаци през този ден, извършвали се и много магически ритуали.

В огнището се слагало голямо дърво, наречено Бъдник, с него се викало Бъдни вечер. Вярвало се, че ако надникнеш в огъня на Бъдника, ще видиш миналото и настоящето си. Неомъжените моми слагали в огъня Еньовска китка за да видят лика на съ-

Дните от Игнажден до Бъдни вечер се наричат „Мъчници“ и се смята, че през тези дни нераждащите жени не трябва да подхващат домакинска работа, за да раждат по-лесно.

На Игнажден всички работят усилено. Почиства се цялата къща, а метлата, с която е заметено, се изхвърля заедно с боклука. На малките деца се издърпват ушетата, за да растат по-бързо.

Имен ден имат: Игнат, Игната и техните производни: Игнатий, Игнатка, Искра, Искрен, както и Пламен, Огнян и техните производни: Пламена, Оги, Огнемир, Огнемира.

КОЛЕДЕН КОНЦЕРТ НА МАЛКИТЕ ПЕВЦИ ОТ ХОР "ЗАХАРИ МЕДНИКАРОВ"



Детски хор „Маестро Захари Медникаров“, поднесе в Огледална зала „Нели Божкова“, приказно зимно утро на почитателите на детските песни и на публиката, която аплодира силно техните изпълнения. Хористите с вокален педагог Миглена Пенева и клавирен съпровод Радостина Гроздева – Кръстева, бяха подготвили празнична програма с български и чужди автори на познати и нови песни. Децата от хора се радваха на пълна зала със силно аплодираща публика в неделната сутрин. Децата бяха подготвили празнична програма с познати и нови песни от български и чужди автори. НДТ

ФОЛКЛОРНА МАГИЯ ЗАВЛАДЯ ПРЕДКОЛЕДНО КАВАРНА

Залата на читалище „Съгласие 1890“, в Каварна се оказа твърде тясна, за да събере желаещите

„Нека силата и любовта към неповторимия наш фолклор да вдъхновява и да бъде значимият



да се насладят на Коледния фолклорен концерт, подарен от предпразнично от Община Каварна в пکارя на миналата седмица.

мост, по който минават нашите и бъдещи поколения. Това е гаранция за любовта ни както към нашия широк и златен добру-



Състави и индивидуални изпълнения от града-домакин и пенсионерските клубове в крайморската община, както и гости от Добрич и Тервел, радваха с песни и танци почитателите на

джански край, така и към огъня, който носим в сърцата си за България, – каза г-жа Балтаджиева. И отпрати топли пожелания към всички присъстващи: „Пленени от концерта, който ви предла-



фолклора и оставиха незабравими спомени от едно истински вълшебно преживяване у всички присъстващи. Кметът на община Каварна г-жа Елена Балтаджиева даде старта на фолклорната магия:

гаме, искрено се надявам да посрещнете едни вдъхновени и красиви Коледни и Новогодишни празници! Нека трапезите да са ви пълни, нека семействата да са ви здрави, нека в тях цари уют, любов и благоденствие!.

МОТОКЛУБ "КАН АСПАРУХ 681" РАЗДАДЕ ИГРАЧКИ НА БЛИЗО 100 ДЕЦА В НЕРАВНОСТОЙНО ПОЛОЖЕНИЕ

Мотоклуб „Кан Аспарух 681“ раздаде играчки на близо 100 деца в неравносното положение. Мотористите организираха поредната си кампания за децата, настанени в социални домове в Добрич.

В рамките на една седмица бяха събрани над 4 000 плюшени играчки, конструктори, топки, образователни игри, пъзели, триколки и други детски забавления. В събота 100 деца от домовете получиха

подаръците си лично от мотористите.

Мото клуб „Кан Аспарух 681“ искрено благодари на всички добричлии за доброта им и проявената съпричастност към съдбата на тези деца. НДТ



ТАЛАНТИТЕ НА ЕЛЕНА КАРАБЕЛЪОВА ВЗРИВИХА ПУБЛИКАТА В МЛАДЕЖКИЯ ЦЕНТЪР

Първият концерт „Песенна Коледа“, на възпитаниците на Студио за вокално обучение „Зонели“, в Младежкия център събра в петъчната вечер много добричлии, почитатели на поп музиката. На сцената се представиха младите таланти

виртуозните изпълнения на възпитаниците на Елена Карабелъова. Програмата включваше няколко коледни песни, както и хитови песни на български и чужди поп изпълнители. Публиката чу много красиви песни и уникални гласове – истински коледен гир-

големите и опитни изпълнители на Студио „Зонели“. И естествено „телевизионните звезди“, Максим Панайотов и Александър Петров – момчетата, които тази година достойно представиха певческата школа на нашия град, като достигнаха до полуфинала и финала на музикалния формат „Гласът на България“.

Двучасовият концерт завърши с красивата коледна песен на Майкъл Бубле „It's Beginning To Look A Lot Like Christmas“, която събра на сцената всички талантиливи участници, сътворили магията на „Песенна

лянд, който даде уникално начало на празничните дни в Добрич и зареди присъстващите с много позитивни емоции. На сцената се завихри голяма палитра от таланти – от най-малките до най-

Коледа...

На 21 декември, от 17.00 ч., на пл. „Свобода“, е вторият Коледен концерт на ZONELI Vocal Training Studio с вокален педагог Елена Карабелъова. НДТ

ДА ПРАВИШ ДОБРО НЕ САМО ПО КОЛЕДА



Красиво и много мило тържество развълнува в края на миналата седмица и възпитаниците, и колектива на Центъра за настаняване на деца и младежи с увреждания в Добрич. За поредна година те посрещнаха скъпи гости – мис Бети Корнет,

дългогодишна приятелка на Центъра, която отново запали у всички радостни усмивки. Придружена от дъщеря си и българския представител на благотворителна организация от Атланта, Джорджия, мис Корнет донесе коледно настроение и много подаръци. Огромна торта зарадва децата и младежите, огромно количество вкусни сладкиши плодове

с искрено вълнение сподели, че всъщност жестовите на мис Корнет не са само по празниците. През изтичащата вече година американската благотворителна организация е дарила за нуждите на децата и младежите две специализирани инвалидни колички и две прекрасни и много полезни съоръжения – лؤلка и басейн със сухи топки, които – освен за забавление, служат и при рехабилитацията на децата.

Самите деца посрещнаха гостите с обич и радост, като дългогодишни приятели. Даже сами изпекоха сладки, за да ги нагостят, разбира се – с помощта на хората, които ежедневно се грижат за тях. Децата и младежите дълго ще помнят предколедното настроение, което тяхната американска приятелка донесе за пореден път в Центъра. А колективът, обгрижващ децата, беше наистина впечатлен от това колко мило и истинско тържество на доброто се случи в Центъра.

Огромна благодарност към поредния дарителски жест изказва и директорката на центъра Снежана Ванкова, която желае на мис Корнет, нейното семейство и нейните съдобротворци здраве и щастливи празници!



на вокалния педагог Елена Карабелъова. Специални гости на събитието бяха момчетата от Клуб за к-поп танци „ILLUSION“ при Младежкия център Добрич. Зрителите се насладиха на

ЕФБЕТ СУПЕР ВОЛЕЙ - МЪЖЕ

ДОБРУДЖА 07 ЗАВЪРШИ
ГОДИНАТА С ПОБЕДА

Волейболистите на Добруджа 07 (Добрич) записаха първа победа в efbet Супер Волей, след като надиграха Марек Юнион-Ивкони (Дупница) с 3:0 (25:18, 25:21, 25:22). Срещата бе от последния 11-и кръг на първия дел от редовния сезон на първенството и се проведе в зала "Добротица". Така добричлии прекъснаха негативната си серия от 10 поредни загуби. След този успех те се изкачиха с една позиция нагоре в класирането и вече са на 11-о място с актив от 6 точки. Дупничани са

десети в подреждането също с 6 точки (2 победи, 9 загуби). Домакините бяха водещи през по-голямата част от първия гейм и поведоха без особени проблеми в мача. Впоследствие двата отбора си разменяха волейболни аргументи, но състезателите на Данаил Милушев надделяха и заслужено записаха чиста победа.

За най-полезен състезател в срещата бе определен Жулиен Георгиев, който изигра поредния си силен мач с екипа на Добруджа.

РЕЗУЛТАТИ - 11 КРЪГ

ЦСКА - Славия 3:0 (25:14, 25:17, 25:19)
Берое 2016 - Левски 3:1 (23:25, 25:15, 25:20, 25:17)
Черно море - Нефтохимик 0:3 (18:25, 22:25, 15:25)
Добруджа 07 - Марек 3:0 (25:18, 25:21, 25:22)
Пирин - Дея спорт 1:3 (25:19, 19:25, 22:25, 20:25)
Монтана - Хебър 2:3 (22:25, 25:22, 22:25, 27:25, 18:20)

ВРЕМЕННО КЛАСИРАНЕ

1. Хебър	11	9	2	985:860	26
2. ЦСКА 11	9	2	9	40:844	25
3. Монтана	11	9	2	1049:959	25
4. Левски	11	8	3	880:799	24
5. Нефтохимик	11	7	4	934:846	22
6. Берое 2016	11	7	4	970:914	22
7. Дея спорт	11	6	5	932:853	20
8. Черно море	11	4	7	880:940	10
9. Пирин	11	3	8	882:962	10
10. Марек	11	2	9	704:855	6
11. Добруджа	11	1	10	885:1004	6
12. Славия	11	1	10	4:32	663:868 2

ЦЕНАТА НА ФИЛИП КРЪСТЕВ
СКОЧИ ДО 4 МИЛИОНА ЕВРО

Който и чуждестранен клуб да опита да привлече Филип Кръстев през зимата, ще трябва да извади доста голяма сума. Цената, поставена на играча от „Сити Груп“, е над 4 милиона евро. Това призна пред „Тема Спорт“ агентът на Кръстев Николай Жейнов. Преди 10-ина дни двамата бяха в Манчестър, където Кръстев мина медицински прегледи. Там той получи и доклад за представянето си през годината в Левски. Мениджърът пък разкри, че „Сити Груп“, искат да удължат контракта на Кръстев, и добави, че от компанията са ги уведомили за сериозен

интерес от други клубове към клиента му.

Кръстев пристигна на „Герена“, в началото на 2022-ра. До момента той е бил на терена със синята фланелка в общо 39 мача във всички турнири, като в тях е отбелязал 9 попадения. През есента националът бе водещият голмайстор на Левски. Филип изигра 17 шампионатни двубоя, в които реализира 5 попадения. Участва в една среща за Купата на България, в сблъсъка за Суперкупата, както и в четирите срещи на тима в Лигата на конференциите, в които се разписа веднъж.

АРЖЕНТИНА ДЕТРОНИРА ФРАНЦИЯ И СЕДНА НА
ШАМПИОНСКИЯ ТРОН

За трети път в историята си Аржентина заслужи световната титла по футбол, след като на финала в Катар надви досегашния първенец Франция със 7:5 след изпълнение на дузпи. Спечелилият си божествен статут Лионел Меси изпълни най-голямата мечта в живота си. Той реализира два гола в този епичен финал, но изумителният Килиан Мбапе беше на път да донесе втора поредна титла на „петлите“, след като наниза хеттрик.

Аржентинците започнаха по-добре срещата и отправиха първия удар, след като в 5-ата минута Алексис Мак Алистър отправи силен шут, който беше спасен от Юго Лорис. По-настойтелната игра на „гаучосите“ доведе до дузпа в тяхна полза. Ди Мария нахлу в наказателното поле и там съдията Шимон Марциняк прецени, че той е бил фаулиран от Усман Дембеле. В 23-ата минута от бялата точка Лионел Меси беше точен за 1:0. Попадението в мрежата на шампионите обаче по никакъв начин не доведе до импулс в тяхната игра. Те продължаваха да бъдат пасивни и дори процентът на владението им на топката намаля. Все пак играчите на Дидие Дешан се изнесоха напред и в 36-ата бяха наказани. Тогава се стигна до блестяща контраатака, при която Мак Алистър подаде към връхлитания Ди Мария, който опяна мрежата за 2:0.

МЕСИ ВЗЕ ИСТОРИЧЕСКА
„ЗЛАТНА ТОПКА“ ЗА НАЙ-
ДОБЪР НА МОНДИАЛА

Суперзвездата на Аржентина Лионел Меси очаквано беше награден със „Златната топка“ за Най-добър играч на Световното първенство в Катар, което беше спечелено от „Албиселесте“ след победа над Франция след изпълнение на дузпи. Така той стана първият футболист в историята, който получава този приз за втори път. Първата му подобна награда е от Мондиал 2014, когато обаче загуби на финала от Германия.

Капитанът на „гаучосите“ завърши Мондиал 2022 на второто място по голове със своите 7 попадения, отстъпвайки само на Килиан Мбапе, който има 8. Освен това Бълхата се отчете и с 3 асистенции. Също така Меси беше избран за Играч на мача 4 пъти. Това беше последният двубой на 35-годишния нападател на Световно първенство, като в петте си участия в турнира има 13 гола и 8 асистенции.



Европейците излязоха помотивирани за втората част. Французите обаче така и не успяха да сътворят нещо интересно. Едва в 68-ата минута се стигна до първия удар към вратата на аржентинците, насочен от френски играч - Коло Муани. Всичко обаче изведнъж се обърна, тъй като Килиан Мбапе изравни набързо с две попадения. В 80-ата минута нападателят на Пари Сен Жермен реализира дузпа, отсъдена за нарушение на Отаменди срещу Коло Муани. Минута по-късно Мбапе порази мрежата на Емилиано Мартинес за втори път след асистенция на Тюрям.

Сблъсъкът премина в продължения. В първото от тях тимът на Скалони имаше две 100-процентови положения, пропуснати от Лаутаро Мартинес. По-силната игра на

Аржентина в тези минути все пак се увенча с гол за 3:2. Реализира го отново Лионел Меси в 109-ата минута. Франция тръгна да изравнява и го стори в 118-ата минута. Тогава Мбапе стреля и Монтиел спря топката с ръка, заради което последва нов наказателен удар. Нападателят реализира и него - 3:3.

При последвалите дузпи се

оправдаха очакванията, че аржентинците имат предимство заради по-класния си в това отношение вратар. Емилиано Мартинес спаси удара на Коман, а Чуамени стреля в аут. Рандал Коло Муани и Мбапе бяха точни за французите, но южноамериканците вкараха всичките си четири удара чрез Меси, Дибала, Паредес и Монтиел.

ХЪРВАТИТЕ СРАЗИХА
МАРОКО И ОТНОВО СЕ
ОКИЧИХА С МЕДАЛИ

Хърватия е бронзовият медалист на Световното първенство в Катар. „Ватрениите“ победиха Мароко с 2:1 в сблъсъка за третото място на Мондиал 2022. Успехът им дойде след голове на Йошко Гвардиол (7') и Мислав Оршич (42'), а Ашраф Дари (9') беше точен за противниковия тим. Така „шахматистите“ за трети път се окичват с медали от турнира след бронзовите през 1998-а и сребърните през 2018-а. „Лъвовете на Атлас“ не успяха да спечелят дебютни за Африка медали, но ще останат в историята като първите представители на континента, които завършват в топ 4 на Световно първенство. Двата тима се срещнаха и в груповата фаза, където направиха нулево реми помежду си. „Ватрениите“ останаха втори в група F, а впоследствие се справиха с Япония и Бразилия, но на крачка от финала бяха победени от Аржентина. „Лъвовете на Атлас“ завършиха първи в групата, след което в елиминациите отстраниха Испания и Португалия, но на полуфиналите бяха спрени от Франция.

Хърватите поведоха в резултата още в 7-ата минута. Тогава при центриране от пряк свободен удар Иван Перичиш насочи с глава топката към Гвардиол, който също игра с глава и даде преднина на своя тим. Тя обаче се задържа само две минути. В

9-ата мароканците изпълниха фал, като при центрирането Маер изчисти топката с глава по неубедителен начин и това даде възможност на Дари да изравни именно след удар с глава. Оршич веднага се опита да върне аванса на „ватрениите“, но техничният му удар излезе в аут. В 24-ата минута Модрич стреля от дистанция, но Буну отрази шута му. В 42-ата минута Оршич отправи чудесен удар, при който топката преодоля Буну, отклони се в далечната греда и влезе в мрежата за 2:1.

Втората част започна с шут на Оршич, който беше блокиран от Джауад Ел Ямик и това доведе до корнер. В 74-ата минута съдията не уважи претенциите на „ватрениите“ за дузпа заради нарушение на Амрабат срещу Гвардиол. Минута след това Ен-Несири беше намерен с пас в близост до вратата, но Доминик Ливакович отрази удара му. Секунди по-късно мароканците също поискаха дузпа заради изблискване на резервата Бруно Петкович срещу Ашраф Хакими, но и тук Абдулрахман Ал-Джасири отказа да посочи бялата точка. В 87-ата минута Матео Ковачич имаше добра възможност да се разпише, но не сполучи със своя удар. В последните секунди Ен-Несири стреля опасно с глава, но топката мина над вратата. Така победата отиде при Хърватия.

НАГРАДИХА ПОБЕДИТЕЛИТЕ В ОБЛАСТНИЯ КОНКУРС ЗА ЕСЕ НА ТЕМА "КАКВА Е ЦЕНАТА ДА БЪДЕШ ХАРЕСВАН?"



Младежкият център събра най-добрите есеисти, отговорили на въпроса: „Каква е цената да бъдеш харесван?“

В петъчния следобед, на 16 декември, се състоя официалното награждаване в шестото издание на Областния конкурс за есе на тема „Каква е цената да бъдеш харесван?“. Наградите бяха връчени от три дами: д-р Емилия Баева - зам.-кмет „Хуманитарни дейности“, Община град Добрич и Председател на МКБГПМН, Петранка Божкова и Мария Методиева - филолози, представители на жури, оценило участвалите есета от Област Добрич. Развълнуваните погледи на децата и младежите, техните семейства, приятели и преподаватели са истински знак, че всяко положено усилие дава ре-

ксно,

когато го припомят земетърси; да му посочат звезден лъч във мрака, ако забрави пътя към Итака; да му протегнат стълба към небето, ако мълвата изгори крилете му; да го разсмеят, щом му се доплаче, ако остане сам-самичък в здрача. Нападне ли го ято черни врани, да му превържат с девет билки раните. И спомен да му подарят. За песен – да я припява в нощите си есенни. И да му стъкнат в зимен ден огнище, без да поискат във замаяна нищо. Секунда след поредната измама, да му напомнят: „Жив си! Страхно няма!“ Светът ще стане по-добър. Ще стане! Дано сме живи! С белези по дланите....

Конкурсът се организира от Община град Добрич, Младежки център-Добрич и Местна комисия за борба срещу противообществените прояви на малолетните и непълнолетните.

Младежки център - Добрич

зулат и носи увереност! БЛАГО-ДАРИМ на авторите на всяко едно от получените сто и шестнадесет есета, вярваме, че участвайки Вие правите поредната крачка към изграждането си, като личности споделящи мнение по обществено значими теми! Поздравяваме Ви със стихотворението поднесено, като подарък от поетесата Петранка Божкова:

Светът ще стане по-добър!
„Светът ще стане по-добър. Ще стане!“

Но са му нужни две галовни длани – да го прегърнат тихо, без прес-труква, ако усети камъче в обувката; да го подпрат, преди да стане

15 АВТОРА УЧАСТВАХА ВЪВ ВТОРИЯ НАЦИОНАЛЕН ФОТОКОНКУРС "ПРАВОСЛАВИЕТО В ДОБРУДЖА"

Приключи вторият национален фотоконкурс „Православието в Добруджа“, организиран от сайтовете „Подиум“, и „Православието - Добрич“.

В конкурса участваха 76 снимки, от 15 автори. В надпреварата се включиха автори от Добрич, Варна, Балчик, Генерал Тошево, Дуранкулак, Силистра и Шумен. Компетентно жури определи

на първо място Галена Брани-мирова Петрова, от Варна, със снимката „Смирение“, както и останалите предложени фотографии.

На второ място са двата репортажа от Народно читалище „Дружба 1898“, на Живка Мянкова „С водосвет и курбан за здраве в с. Дуранкулак почетоха храмовия празник“, и на Мариян



Борисов - „икулден в с. Дуранкулак“.

Оценяващите решиха на трето място да бъдат класирани трима автори:

Илия Илиев - „Църковен храм „Св. св. Кирил и Методий“, с. Житен

Деница Диянова Димитрова - „Божествено сияние“, Павлина Живкова - „Бъдна трапеза“.

Предметната награда за млад автор, книга и църковен календар се присъждат на Преслав Нейчев - „Четириличната църква в крепостта „Залдапа“.

Организаторите благодарят на всички участници във втория национален фотоконкурс „Православието в Добруджа“, с пожелание да участват и на следващия конкурс.

Фотоконкурсът „Православието в Добруджа“, има за цел да представи разнообразието и красотата на Православието в цяла Добруджа, както и да увеличи познанието за православия като цяло, животът и делото на свещениците, монасите и миряните в енорийите на БПЦ, в Добруджанския край.

Ангел РАДИЛОВ

ДИРИГЕНТЪТ НА ХОР "ДОБРУДЖАНСКИ ЗВУЦИ" ЕЛВИРА ПАСТЪРМАДЖИЕВА С 60-ГОДИШЕН ЮБИЛЕЙ И 35 ГОДИНИ ТВОРЧЕСКА ДЕЙНОСТ



С концерт „Френска музика“ Добрич чества обичания от всички диригент Елвира Пастърмаджиева. От името на кмета на Община Добрич Йордан Йорданов, д-р Емилия Баева връчи на юбилярката поздравителен адрес и почетен плакет. Зам.-председателят на Съюза на българските музикални и танцови дейци Росица Бояджиева връчи на г-жа Пастърмаджиева обичания диригент най - високото отличие на Съюза „Кристално огърлие“. Бяха получени и много поздравителни адреси за приноса на Елвира Пастърмаджиева в музикалната съкровищница на България.

Смесен хор „Добруджански

звучи, поднесе на слушателите в зала „Нели Божкова“, богата програма с песни от френски автори.

С този концерт диригентът Елвира Пастърмаджиева отбеляза и личен празник – своите 60 години житейски път и 35 години

творческа дейност. Самата тя скромно се представя: „Родена съм в Ямбол, но съм наполовина добричлийка, защото моята майка е от този град. Завърших Българската държавна консерватория в София в специалността „Хорово дирижиране“, в класа на проф. Лилия Гюлева. Дойдох в Добрич през 1987 г. В началото съм работила в Детския хор и хор „Добруджански звуци“, бях и преподавател в СОУ „Св. Климент Охридски“, където основах девически хор. През 1994 г. създадох камерния хор „Добрич“, с който доста пътувахме в страната и чужбина и имаме много награди. През 2004 г. започнах отново работа като диригент в хор „Добруджански звуци“, по покана на Маестро Захари Медникаров.“

НДТ

КУЛТУРНИ АКЦЕНТИ

19, 21, 22 и 23 декември, 10.30 ч. – 12.30 ч., пл. „Свобода“, пред елхата. Среща на живо с Дядо Коледа. Организатор: Община град Добрич.

19 декември – 23 декември, Регионална библиотека „Дора Габе“, Стая на приказките.

Ледени приказки – празнично утро с четене на коледни приказки с деца от детски градини /по заявка на тел. 058/602574/;

Забавна работилница за изработване на коледни картички и подготвяне на писма до Дядо Коледа /по заявка на тел. 058/602574/.

Организатор: Регионална библиотека „Дора Габе“.

20 декември, през целия ден, Паметна плоча на кап. Димитър Списаревски. Поднасяне на цветя по повод 79 години от гибелта на кап. Димитър Списаревски. Организатор: Община град Добрич.

20 декември, 11.00 ч., пл. „Свобода“. Коледен концерт на Духов оркестър – Добрич. Диригент Стоян Монов. Организатори: Община град Добрич, Духов оркестър – Добрич.

20 декември, 11.45 ч., Регионална библиотека „Дора Габе“, Работа с деца. Представяне на книгата „Невидимият“, от Петя Петрова. Организатори: Регионална библиотека „Дора Габе“, ОУ „Христо Ботев“.

20 декември, 12.00 ч. – 13.30 ч., Център за специална образователна подкрепа „Д-р Петър Берон“. Коледна работилница – с участници от Център за специална образователна подкрепа „Д-р Петър Берон“, по проект BGLD-1.003-001 „Младежки център Добрич - Вашето днес“, финансиран от Финансовия механизъм на Европейското икономическо пространство 2014-2021 г. Организатори: Община град Добрич, Младежки център – Добрич.

20 декември, 18.00 ч., Зала „Добротица“. Коледен концерт на Професионален фолклорен ансамбъл „Добруджа“, и Представителна фолклорна танцова студия „Добруджа“, с главен художествен ръководител Стоян Господинов. Организатори: Община град Добрич, ПФА „Добруджа“.

20 декември, 18.30 ч., Младежки център – Добрич. Концерт „Коледна картичка“, на школите при Арт център „Палитра“. Организатор: Арт център „Палитра“.

20 декември, Сайт и ФБ на Регионална библиотека „Дора Габе“. Онлайн публикация по повод 90-годишнината на Веселина Малчева, краевед, дългогодишен библиотекар. Организатор: Регионална библиотека „Дора Габе“.

21 декември, 11.00 ч., пл. „Свобода“. Коледен концерт на Духов оркестър – Добрич. Диригент Стоян Монов. Организатори: Община град Добрич, Духов оркестър – Добрич.

21 декември, 17.00 ч., пл. „Свобода“. Коледен концерт на ZONE1 Vocal Training Studio с вокален педагог Елена Карабелюва. Организатор: Студия за вокално обучение „ZONE1“.

21 декември, 18.30 ч., Огледална зала „Нели Божкова“. Коледен концерт на Български камерен оркестър – Добрич. Диригент Арто Чифчиян. Солисти Стоян Караиванов – бандонеон и Теодора Занева – пиано. Програма: Танго, танго, танго. Организатори: Община град Добрич, Български камерен оркестър – Добрич.

21 декември, 18.30 ч., Младежки център – Добрич. Концертна зала. Концерт „В очакване на Коледа“, с участието на Студио за поп-рок певци „Сарандев“, Клуб за к-рор танци „Illusion“, Клуб за к-рор танци L&L, Клуб по зумба при Младежки център – Добрич, Балетна формация „My Dance“, Детски музикален театър „Дея“, и Салса клуб „Десита“. Организатор: Младежки център – Добрич.

Продължават:

Съвместна изложба на Дружеството на добричките художници и Дружество на художниците – Силистра, Художествена галерия – Добрич. Организатори: Художествена галерия – Добрич, Дружество на добричките художници, Дружество на художниците – Силистра.

Изложба „Добруджа в архива на Любен Бешков“, Музей в Градски парк „Свети Георги“. Организатор: Регионален исторически музей – Добрич.

Коледен базар на социалните услуги на Община град Добрич, Община град Добрич, фойе. Организатор: Община град Добрич.

Благотворителен коледен кът „Коледно вълшебство сътвори 3.. Инициатива в подкрепа на Емо Ангелов, на площада пред Младежки център – Добрич. Организатор: Младежки център – Добрич.

Ледени приказки – витрина с библиотечни документи;

Месец на трилър – витрина по повод 95 години от рождението на Мери Хигинс Кларк, американска писателка на бестселъри в жанра трилър /1927 – 2020/. Регионална библиотека „Дора Габе“. Организатор: Регионална библиотека „Дора Габе“.

Изложба „Силе се белият сняг“, на Клуб „Цветно“, при Младежки център – Добрич с ръководител Олга Иванова, Младежки център – Добрич, фойе. Организатор: Младежки център – Добрич.

Изложба „Коледно вълшебство, на Ателие „Степа и Дара“, при Младежки център – Добрич с ръководител Степа Славова, Областна администрация, фойе. Организатор: Младежки център – Добрич.

Фотодокументалната изложба „Йордан Йовков в снимки и документи от държавните архиви“, по повод 142-годишнината от рождението на писателя, Дом-паметник „Йордан Йовков“. Организатор: Регионален исторически музей – Добрич.

НДТ

УЧЕНИЦИ ОТ "РАЙКО ЦОНЧЕВ" НА ПОСЕЩЕНИЕ В КОЛЕДНА ПРАГА ПО ПРОЕКТ ЕРАЗЪМ+

Група от пет ученици и двама учители от Гимназия „Райко Цончев“, взеха участие в мобилност към проект „Творческо и активно образование – тяло, ум, дух“,

подправки и билки, използвани в традиционната българска кухня, вредни храни и вериги за бързо хранене.

Целта на проекта е да стимули-



(Creative and active education – Body, mind, spirit □2020-1-RO01-KA227-SCH-095525) по програма „Еразъм+“, която се проведе в периода от 28 ноември до 02 декември 2022г. в град Прага, Чехия.

В рамките на пет дни учениците имаха възможност да приготвят традиционни български ястия, да се включат в работилници за изработка на комикс и каталог със здравословни рецепти.

Алекс, Пресиана, Габриела, Иван и Теодор изнесоха пред свои връстници презентация на теми, свързани със здравословното хранене, характерни

лира художествения и познавателен потенциал на учениците да намират креативни и иновативни решения на настоящите предизвикателства и рискове на обществото.

„Творческо и активно образование – тяло, ум, дух“, (2020-1-RO01-KA227-SCH-095525) е стратегическо партньорство между шест училища от пет държави – Румъния, Италия, Турция, Чехия и България, което стартира на 01.03.2021 г. и продължава до февруари 2023 г.. Координатор на проекта е Liceul cu Program Sportiv Cetate от Румъния.

80-ГОДИШЕН ЮБИЛЕЙ ЧЕСТВА ЧИТАЛИЩЕТО В БРАНИЩЕ

Двоен празник подготвя читалище „П.Р.Славейков – 1942 г.“. Днес /20 декември/ живеещите в село Бранище ще се съберат, за да присъстват на концерта, посветен на 80-ата годишнина от основаването на читалищната институция и на предстоящите коледни и новогодишни празници. В него ще се включат самодейците от Танцов клуб „Жарава“, с ръководител Галина Гавраилова, Коледарската група и децата от детска градина „Първи юни“.

Читалище „П.Р. Славейков“, е основано на 19 ноември 1942 г. Голяма част от жителите на Бранище се вписват в 80-годишната му история като самодейци. Към много от тях е отправена покана за присъствие на юбилейното събитие, което ще започне в 18.30 ч.

Красимира НИКОЛОВА

ДО КРАЯ НА ДЕКЕМВРИ ИСКАМЕ ДА НЪЧНИТЕ ОБЛЕКЧЕНИЯ ЗА ДЕЦА ЧРЕЗ РАБОТОДАТЕЛ

До края на декември родителите на деца и на деца се ползва и за дете, което е навършило пълнолетие или е



с увреждания могат да ползват данъчни облекчения чрез работодателя си по основно трудово правоотношение. За целта те трябва да подадат съответната декларация пред него в срок до 31 декември тази година. В този случай, работодателят може да им възстанови до края на януари 2023 г. удържания в повече данък за 2022 г.

Изчислението на сумата за получаване се прави въз основа на облагаемите доходи на родителите през 2022 г., като те ще получат съответно до 600 лв. за едно дете, до 1200 лв. за две и до 1800 лв. за три и повече деца. За отглеждане на едно дете с увреждания намалението за тази година на годишната данъчна основа е в размер на 12 000 лв., като сумата за получаване е до 1 200 лв.

Родителите на деца с 50 и с над 50% увреждания имат право да ползват и двете данъчни облекчения. Например за отглеждането на едно дете, което е с увреждания, родителят има право на данъчно облекчение за деца в размер на 6 000 лв. (сума за получаване до 600 лв.) и на данъчно облекчение за деца с увреждания 12 000 лв. (сума за получаване до 1200 лв.). Двете данъчни облекчения се сумират и така общият им размер може да достигне до 18 000 лв. (сума за получаване до 1800 лв.).

Освен пред работодател, данъчно облекчение може да се ползва и с подаване на годишна данъчна декларация в НАП в срок от 10 януари до 02 май 2023 г., като паричните суми ще бъдат възстановени след проверка от приходната агенция в срок от 1 месец след подаването на декларацията.

Физическите лица, включително еднолични търговци, които нямат доходи през 2022 г. или са получавали необлагаеми такива, като обезщетение за майчинство и безработица например, както и хората само с доходи, облагаеми с окончателен и/или патентен данък, не могат да се възползват от облекчението, но това може да направи другият родител, напомнят от НАП.

В случай че размерът на облагаемите доходи на единия родител не е достатъчен за ползването на пълния размер на данъчното облекчение, то другият родител може да подаде декларация пред НАП за ползването на остатъка от данъчната отстъпка. Данъчното облекчение може да

родено през 2022 г.

Едно от най-важните изисквания за прилагане на облекчения е лицата да нямат публични задължения, подлежащи на принудително изпълнение. От НАП съветват гражданите да проверят с персонален идентификационен код данъчната си сметка онлайн за задължения преди да ползват данъчно облекчение, за да избегнат неудобства.

Условията за ползване на данъчните облекчения за деца и деца с увреждания са подробно описани в сайта на НАП и Фейсбук страницата на ведомството. Консултация по тези въпроси може да се направи с Информационния център на НАП на телефон: 0700 18 700 и имейл: infocenter@nra.bg.

ДЕЙНОСТ НА МЕСТАТА ЗА НАСТАНЯВАНЕ В ОБЛАСТ ДОБРИЧ

През октомври 2022 г. в област Добрич са функционирали 64 обекта с над 10 легла - хотели, мотели, къмпинги, хижи и други места за краткосрочно настаняване. Броят на стаите в тях е 3.9 хил., а на леглата - 9.7 хиляди. В сравнение с октомври 2021 г. общият брой на местата за настаняване, функционирали през периода нараства с 30.6%, а броят на леглата в тях се увеличава с 37.5%.

Общият брой на нощувките във всички места за настаняване, регистрирани през октомври 2022 г., е 28.3 хиляди. Българските граждани са реализирали 18.7 хил. нощувки, а чуждите - 9.6 хиляди.

Броят на пренощуващите лица в местата за настаняване през октомври 2022 г. достига 13.7 хиляди. Българските граждани, нощували в местата за настаняване през октомври 2022 г., са 9.9 хил. и са реализирали средно по 1.9 нощувки. Чуждите граждани са 3.8 хил. и са реализирали средно по 2.5 нощувки.

Общата заетост на леглата в местата за настаняване през октомври 2022 г. е 9.4%, като се увеличават с 3.3 процентни пункта в сравнение с октомври 2021 година. Чуждестранните туристи посетили област Добрич са предимно от Румъния (67.0%).

Приходите от нощувки през октомври 2022 г. достигат 2.4 млн. лева, като приходите от български граждани са 1.6 млн. лв., а от чужди граждани - 0.8 млн. лева.

ОБЛАСТНИЯТ УПРАВИТЕЛ ОБЯВЯВА КОНКУРС ЗА ПОСЛАНИЕ, ПРЕДСТАВЯЩО ОБЛАСТ ДОБРИЧ

Постъпилите предложения ще бъдат оценявани от 5-членно жури

Областният управител Здравко Здравков обявява конкурс за избор на послание, представящо област Добрич. Това съобщи той пред медиите и информира, че конкурсът е продиктуван от стартиралата на 1 ноември национална дарителска кампания „България

бъде членна журито за избор на послание на област Добрич, – обърна се към медиите Здравко Здравков. Журито ще се събере за разглеждане на постъпилите предложения и избор на послание в първата половина на месец февруари 2023 г.



заслужава!”, за изграждане на 111-метров пилон, на който ще се извисява националният трибагренник. Кампанията е под патронажа на президента на Републиката Румен Радев, а проектът ще бъде реализиран изцяло с дарения от българи в и извън страната, държавните и местни власти. Пилонът с трибагренника ще бъде поставен на Роженските поляни, на надморска височина 1430 м и знамето на България ще се вижда от километри разстояние. Идеята на кампанията е освен обединение на нацията, да се оставят и послания за бъдещето, за което е предвидено в основата на пилона с трибагренника да бъде монтирана мраморна плоча, изобразяваща картата на България с нейните 28 области. Всяко послание ще бъде гравирено на мястото на областта, от която идва и ще остане за бъдещите поколения.

За реализацията на проекта Областна администрация Смолян с писмо е уведомила всички областни управители в страната и очаква в срок до 28 февруари 2023 г. всяка област да изпрати своето послание, което трябва да е текст, съдържащ до седем думи.

„В тази връзка обявявам конкурс за избор на послание на област Добрич, като в срок до 31.01.2023 г. желаещите да участват, могат да подават своите предложения или в бюро „Комплексно обслужване“, в Областна администрация Добрич, или на електронна поща press@dobrich.government.bg”, – каза областният управител.

Постъпилите предложения ще бъдат оценявани от 5-членно жури, в чийто състав ще бъдат директорът на Регионален исторически музей Добрич Добри Добрев, заместник заместник-директорът по кандидатстудентска дейност и образователна политика на Колеж Добрич Камелия Койчева, представител на област Добрич в Съвета на децата към Държавната агенция за закрила на детето Елена Христова, Областният управител на област Добрич. „За член на журито отправям покана и към медиите, защото Вие сте будната съвест на обществото. Моля в срок до 23 декември 2022 г. да излъчите представител от Вашата гилдия, който да

НАД 304 МЛН. ЛВ. БЕЗВЪЗМЕЗДНИ СРЕДСТВА СА ПРИВЛЕЧЕНИ В ОБЛАСТ ДОБРИЧ

На проведено информационно събитие, Областният информационен център – Добрич представи обобщените данни от напредъка по Оперативните програми 2014-2020 г. на национално и областно ниво.

Искра Димова, експерт „Комуникация, информация и логистика“, представи анализирани данните от изпълнението на проектите за програмния период 2014-2020 г. По справка в Информационна система за управление и наблюдение на средствата от ЕС в България (ИСУН 2020) от началото на периода към 1 декември 2022 г. в страната са договорени 27,8 млрд. лв., от тях 22,7 млрд. лв. са безвъзмездни финансови средства. Сключени са 53 705 договора, като най-много са по оперативните програми „Иновации и конкурентоспособност“, (ОПИК), Програмата за развитие на селските райони (ПРСР) и „Развитие на човешките ресурси“, (ОПРЧР). По размер на договорени европейски безвъзмездни средства първите три места заемат ПРСР и оперативните програми „Околна среда“, (ОПОС) и „Транспорт и транспортна свързаност“. Реално изплатените средства възлизат на 15,4 млрд. лв. или над 62%.

Съгласно данните в ИСУН 2020, от началото на 2014 г. в

област Добрич са подписани 944 договора за над 304,2 млн. лв. безвъзмездна финансова помощ (БФП), от които 88% са реално изплатени на бенефициентите. Към 1 декември 2022 г. в процес на изпълнение са 154 договора (без ПРСР) на обща стойност 153,8 млн. лв. През тази година са стартирали 93 проекта за 9,3 млн. лв. БФП.

Най-много одобрени проекти през програмния период има по ОПИК 2014-2020 г. - 534 бр. за 27,9 млн. лв. БФП. От тях 467 проекта за 9,6 млн. лв. БФП са по процедурите за подкрепа на предприятията от различни сектори за преодоляване на икономическите последиствия от пандемията COVID-19. С европейско финансиране, 19 предприятия ще подобрят от енергийната си ефективност чрез закупуване на енергоспестяващи машини, съоръжения и оборудване, въвеждане на системи за енергиен мениджмънт и изолация на производствените си бази. Общата стойност на проектите е 4 096 716, като 1 993 397 лв. са БФП, а одобрените кандидати ще вложат 2 103 318 лв. собствени средства.

С 77 договора за 19,6 млн. лв. БФП на второ място се нарежда ОПРЧР 2014-2020 г. В процес на изпълнение са проекти за предоставяне на патронажни грижи за възрастни хора и лица с увреждания, интегрирани социално-здравни услуги на деца до 7 г., подкрепа в общността за младежите без увреждания от 18-21 г., предоставяне на временен подслон на бездомни лица и др.

Общините Добрич и Генерал Тошево, като бенефициенти по ОПРР 2014-2020 г. са договорили 32,3 млн. лв. БФП за 18 проекта. Те успешно са приключили 14 проекта за повишаване на енергийната ефективност на обществени и жилищни сгради, обновяване и модернизирание на образователната инфраструктура, благоустрояване на градската среда и др. С подкрепата на ОПРР, в гр. Добрич са създадени условия за предоставяне на социалните услуги „Наблюдавано жилище“, за младежи и приют за бездомни лица и семейства. Община град Добрич продължава проектните дейности по обновяване на залите „Добрич“, и „Нели Божкова“.

Приключени са всички 8 проекта за 2,5 млн. лв. БФП за социално включване, образователна и професионална интеграция на малцинствени групи, подкрепени от Оперативна програма „Наука и образование за интелигент растеж“, 2014-2020 г.

По Програмата за морско дело и рибарство 2014-2020г. 39 бенефициенти изпълняват 74 проекта за 10,6 млн. лв. БФП. Те са насочени към изграждане, оборудване и модернизация на ферми за аквакултури, подобряване на условия на труд, повишаване на конкурентоспособността им и др. За преодоляването на икономическите последиствия от пандемията COVID-19, 16 собственици на риболовни кораби, 2 производител на риба и други водни организми и 1 предприятие за преработване на продукти от риболов и аквакултури са подкрепени с европейска средства на обща стойност 1,4 млн. лв. БФП.

По Оперативна програма „Храни“, общините от областта приключиха 15 договора за над 1 млн. лв., чрез които предоставиха топъл обяд на над 3200 нуждаещи се лица.

С над 93 млн. лв. безвъзмездна подкрепа, ОПОС 2014-2020 г. е финансирала 7 проекта. Общините Тервел, Генерал Тошево и Каварна закриха общински депа и рекултивираха почистените терени. Община Шабла продължава дейностите по проект за подобряване на природозащитното състояние на червенушаста гъска.

Областен информационен център – Добрич

ИНФОРМАЦИЯ ЗА РЕЗУЛТАТИТЕ ОТ ПРЕБРОЯВАНЕТО В ОБЩИНА ТЕРВЕЛ

Данните от преброяването през есента на 2021 г. за населените места в Община Тервел се различават от данните за население, което има регистрация по настоящ адрес в съответното населено място по същото време на годината. Като цяло, преброилите се граждани са по-малко от тези, които имат регистрация по настоящ адрес, като намалението е с 28,79 %. Най-голяма е разликата в намаление за град Тервел и за село Орляк. Според данните на ГРАО, най-голямото село в общината в Орляк, а според данните от преброяването – това е село Зърнево. Обяснение за разликата, в най-голяма степен, може да бъдат миграционните процеси, т.е. в периода на преброяването голям брой жители на общината не са били в населените места и са преброени в такива, в които живеят и работят – големи градове в страната или в чужбина.

За няколко от селата тенденцията е с обратен знак, т.е. в тях са се преброили повече хора, отколкото са регистрираните там по настоящ адрес. Такива села са Кочмар, Нова Камена, Проф.Златарски и Мали извор. Макар и малобройни като цяло,тези села очертават друга вероятна тенденция – хора, които имат адреси в други населени места, ползват и обитават трайно имотите си в тези села.

№	Населено място	Данни от преброяване към 07.09.2021 г.	Данни от ГРАО при Община Тервел за население по настоящ адрес към 30.09.2021 г.
1.	с. Ангеларий	96	107
2.	с. Балик	188	215
3.	с. Безмер	942	1321
4.	с. Божан	364	605
5.	с. Бонево	68	142
6.	с. Брестница	0	0
7.	с. Войниково	1	0
8.	с.Главанци	93	127
9.	с.Градница	315	414
10.	с. Гуслар	26	46
11.	с. Жегларци	639	837
12.	с. Зърнево	1135	1449
13.	с. Каблешково	551	637
14.	с. Кладенци	89	74
15.	с. Коларци	356	647
16.	с.Кочмар	177	164
17.	с. Мали извор	16	10
18.	с. Нова Камена	290	273
19.	с. Оногур	19	22
20.	с. Орляк	987	1853
21.	с. Полк.Савово	188	185
22.	с. Попгруево	336	652
23.	с. Проф. Златарски	15	13
24.	с. Сърнец	149	233
25.	гр. Тервел	4670	6366
26.	с.Честименско	241	391
	Общо за общината	11 951	16 783

ИСТИНСКА ЕЛХА У ДОМА: КАК ДА Я ЗАПАЗИМ СВЕЖА ЗА ПО-ДЪЛГО

Истинските коледни елхи създават красива и традиционна празнична украса. Все повече хора избират от екологична гледна точка изкуствени дръвчета, но живата елха си



остава непреходна с нейния омаен аромат на борови иглички и смола.

Ако решите да украсите дома си с истинско дърво, трябва да знаете, че поддържането му по време на празничния сезон изисква да му осигурите постоянни грижи и добра солидна основа.

Помнете, че вкарвате у дома си живо растение. Ако искате да го запазите свежо, то трябва

да има достатъчно вода. Най-добре използвайте стойка за елха с вграден резервоар и я проверявайте редовно дали водата не се е изпарила. Хората не винаги осъзнават колко вода

първи път, смолата му потича, за да "затвори раната", запечатвайки стъблото. Когато това се случи, елхата не е толкова способна да абсорбира вода. Затова добавете пресен разрез в долната част на вашето коледно дръвче точно преди да го поставите във вода.

Най-добре основата да бъде отрязана перпендикулярно на оста на стъблото.

Дръжте елхата на хладно

Ако не можете веднага да го потопите, задължително съхранявайте дървото на ниска температура. След като украсите елхичката, също поддържайте около нея възможно най-ниска температура. Така ще си спестите преждевременното ѝ изсъхване и под, посипан с иглички. Директната слънчева светлина, печка, парно или камина до вашата елха бързо ще я изсушат. Поставете дървото някъде, където не е изложено на пряка топлина.

Иска ли елхата аспирин?

Има известен дебат дали екстри като царевичен сироп, аспирин или захар са необходими за удължаване на живота на коледното дърво. И въпреки че няма вероятност те да на-

ше "изпият" техните коледни елхи, затова се уверете, че редовно доливате.

От цветарски магазини можете да закупите добавки, които да спомогнат за абсорбирането на вода и да убият бактериите. Но те не са толкова необходими, колкото просто да поддържате дървото добре напоено.

Подрежете основата

Когато дървото се отреже за

редовно доливате.

От цветарски магазини можете да закупите добавки, които да спомогнат за абсорбирането на вода и да убият бактериите. Но те не са толкова необходими, колкото просто да поддържате дървото добре напоено.

Подрежете основата

Когато дървото се отреже за

вредят на елхата, проучване на университета на Уисконсин потвърди, че това не е по-ефективно от чистата вода.

Бъдете внимателни с източниците на светлина

По-малките коледни светлинки по дървото също могат да помогнат за забавяне на процеса на изсъхване. Експертите препоръчват LED лампички, които не излъчват топлина.

Винаги изгасяйте лампичките, когато не сте при елхата

Светлинките могат да се нагреят, да предизвикат късо съединение и да причинят опасност от пожар, ако бъдат оставени на дървото без наблюдение дълго време. Играйте на сигурно и ги спирайте от контакта, ако няма да сте наоколо. Това важи с особена сила когато си лягате нощем или напускате дома си. Също така трябва да се уверите, че всичките крушки са в добро състояние, както и че кабелите им не са износени или протрити.

Не забравяйте, че истинските дървета могат да се запалят, така че следвайте общите съвети за пожарна безопасност, когато държите истинска коледна елха на закрито.

ФИЗИЧЕСКИ VS. ЕМОЦИОНАЛЕН ГЛАД, КАКВИ СА РАЗЛИКИТЕ

Случвало ли ви се е да се приберете след тежък работен ден и да копнеете за парченце шоколад? Или баба ви да направи любимия ви сладкиш, на който просто не можете да устоите? Това са типични примери за



т.нар. емоционален глад.

Основната функция на храната е да доставя енергия на тялото ни. Когато имаме недостиг на енергия, усещаме отпадналост, замаяност или стомахът ни къркори. Това е истинският, физически глад.

Понякога е много трудно да разграничим физическия от емоционалния глад. Ето кои са

основните разлики:

1. При физическия глад усещаме физическа слабост, а коремът ни къркори. При емоционалния глад няма такива индикации, той е породен предимно от мислите и емоциите ни.

2. Физическият глад се появява бавно и се усилва постепенно. Дори търпи отлагане, ако междувременно трябва да свършим нещо. Емоционалният глад за разлика от него се появява рязко и е много силен от самото начало, като не ни позволява да мислим за нищо друго.

3. При физическия глад сме склонни да ядем каквото и да е, за да се заситим. При емоционалния глад имаме копнеж за нещо точно определено. Когато сме ядосани например, обикновено ни се прияжда нещо, което хруска, например чипс, солети. Когато сме тъжни - нещо сладко и любимо като парче торта, шоколад, сладолед.

4. Когато налице е физически глад, обонянието и вкусовите възприятия се изострят, докато при емоционалния глад те не се повлияват.

5. Ако сме били физически гладни, усещаме ситост след като сме изяли порцията си. Нахранваме се с нормално количество, без да ни става тежко. При емоционалния глад обикновено преяждаме, защото гладът, който е породен от емоция, няма как да бъде задоволен с храна.

Как да се справим с двата вида глад?

Ако гладът е физически и сте на режим, може да хапнете нещо, което ви е позволено. Хубаво е да добавите източник на протеин и зеленчуци, които да ви държат сити и са пълни с хранителни вещества.

Ако пък ви застигне емоционален глад, потърсете причината за него. Ядосани ли сте, тъжни ли сте или пък просто ви е скучно? Опитайте се да разрешите проблема без храна. Може да се възнаградите с нещо друго - например някоя покупка. Намерете начин да се разсеете и да се откъснете от мислите, свързани с храна в подобна ситуация.

Винаги имайте наблизо чаша вода и пийте преди всеки пристъп на глад. Това ще ви помогне да разграничите дали той е физически или емоционален.

ХОРОСКОП НА НДТ



ОВЕН - Бъдете по-смели спрямо онези, които ще се опитат да злоупотребят с добрината ви и ги поставете там, където им е мястото. Не се страхувайте да отстоявате на всяка цена позициите си.



ТЕЛЕЦ - Някои от вас ще пътуват в чужбина, най-вече с намерението да търсят по-добър живот за себе си и близките си. За други съдбата е отредила приятни занимания, свързани с положителни емоции.



БЛИЗНАЦИ - Денят не е добър за финансови операции и даване пари на заем. Важно е да вложите енергията си в нещата, които са ви познати, и в което имате опит. Експериментите оставете за друг ден.



РАК - Много от представителите на този зодиакален знак ще се захванат с домашни ремонти и ще им спори. Имате нужда от освежаване и разтоварване, както на дома, така и на душата си.



ЛЪВ - Времето ви ще бъде заето с решаване на проблем, който ви измъчва в последните дни. Въпреки нетърпението си, се въздържайте от прибързани ходове, които може да усложнят ситуацията.



ДЕВА - Проверете източниците си на информация, съществува опасност от подвеждане. Романтична връзка ще ви зареди с приятни емоции и ще повлияе положително на самочувствието ви.



ВЕЗНИ - Без да губите присъствие на духа ще продължите да работите по приключване на започнато вече начинание. Нервите ви са на изчерпване, за това не отхвърляйте възможността за почивка.



СКОРПИОН - Не се лишавайте от малките удоволствия, които ежедневието предлага. Позволете си развлеченията, от които напоследък сте се лишавали, за да понапълните малко бюджета си.



СТРЕЛЕЦ - Повишената ви емоционалност ще ви причини страдания, ако не я овладеете навреме. Нищо не заслужава да хабите така напразно енергията си, а най-малко чуждите несъвместимости.



КОЗИРОГ - Ако искате да се радвате на внимание и уважение, бъдете толерантни и отзивчиви към околните. За доброто ви настроение ще допринесат материални придобивки и лични удовлетворения.



ВОДОЛЕЙ - Ще се радвате на специално внимание към вас, но то няма да ви изненада. С поведението си сте показали не веднъж, че цените времето и достойнството на другите, така както своите.



РИБИ - Целите, които си поставяте изискват повече усилия и постоянство. Бъдете търпеливи и не изтъквайте претенциите си. Несправедливост ще ви подтикне към стъпки за подобряване на отношенията.



- В живота на мъжа има три периода. През първия той вярва в Дядо Коледа. През втория - не вярва в Дядо Коледа. През третия - той е Дядо Коледа. - Меги от пирок център, но не тази, за която си мислите!

СВЕТСКА КЛЮКА

ИМЕН ДЕН празнуват днес всички с имената: Пламен, Пламена, Огнян, Огняна, Игнат, Игната, Иго. Нека са здрави и нека техният небесен покровител св. Игнатий Богоносец благославя всичките им добри мисли и дела!

ЧЕСТИТ ИМЕН ДЕН с утрешна дата казваме на Юлия, Юлиан, Юлиан, Юлиана и Юлиана. Здраве, щастие и много светлина и хармония в живот им желаем ние от НДТ!