



Тервел

ИЗДАНИЕ НА ОБЩИНА ТЕРВЕЛ

РАЗПРОСТРАНЯВА СЕ БЕЗПЛАТНО

РУБРИКА

ПРЕДСТАВЯМЕ ВИ

ЧОВЕК ТРЯБВА ДА ТЪРСИ ОНОВА КОЕТО МУ Е ДАДЕНО



Уважаеми читатели,

този материал има за цел да Ви запознае с една млада жена и нейното изкуство. Жената е Боряна Данкова, а изкуството – приложна керамика. Направихме този материал, защото Боряна живее и твори в гр. Алфатар – само на 20 минути път от Тервел. И защото това, което излиза от ръцете ѝ може да бъде наречено само с една дума – изкуство. Трудно е да се опише пъстротата на багрите, оригиналното хрумване, връзката с родна земя и корени и чувството за красота, което не те напуска няколко дни, след като си бил в ателието на Боряна. Самата тя е млада, слънчева и лъчезарна. Ателието ѝ е реставрирана родова къща с китна “бабина” градинка и добруджански “къшк”, което

тракийски и прабългарски корени, красота и прецизност.

Всъщност това е втората ни среща с Боряна. Първата беше съвсем случайна, в края на 2005 година. Тогава Общината започна подготовка на проект за изграждане на дом за стари хора. В община Алфатар такъв вече работи от няколко години. Пожелахме да го видим, за да обогатим информацията си за този тип социални заведения и да напишем по-“добър” проект. Любезните домакини от общината ни показаха дома. Настояха обаче да видим и нещо, с което те се гордеят – младата приложничка Боряна. И така, след повече от две години, искаме да покажем и на Вас, читателите на вестника нейното изкуство – въздействащо, близко и достъпно.



Човек даже и не подозира, че ако минавайки през град Алфатар по пътя за Силистра случайно се отбие по предпоследната улица носеща името на Йордан Йовков (та нали „неговата” Боряна е дъщеря на Алфатарския цар) Ще попадне в дома на това младо и талантливо момиче носещо също името Боряна. Усмехнато, то ни посрещна и ни покани в своето „царство”, още отстъпалата на старата къща разбраш къде попадаш. Нямаш достатъчно

време да се огледаш стъпил на къшката и влизаш в творческата работилница, която има всичко необходимо за изкуството ѝ. Любезната домакиня ни покани в стаята, където е завършената продукция, където е сандъка на баба, нейните черги и всичко пипнато от ръцете на твореца Боряна Данкова. Не може да се опише това което преживяхме, то трябва да се види за да се почувства, дано с импровизираното си интервю успеем да ви доближим до нейния свят. Като всеки творец и Боряна е пестелива на думи.



- Какво щяхте да представлявате всъщност без Алфатар?

Не съм се замисляла върху такъв въпрос, но щом съм тук, познавам добре родовете си корени, тук съм израснала, хубаво ми е в този дом, това е моят свят. Просто съм захранена с тази среда, с тази земя, с атмосферата и хората ѝ.

- Какви предчувствия имате в родния си град?

Човек си търси мястото, ако не го намери – заминава, а аз останах.

- Какво получихте от родителите си, какви техни поръки помните?

Знаете ли, майка ми пее хубаво, а баща ми пише стихове, така че творческото ми начало е от тях. Но те ме научиха да бъда честен и добър човек, да

уважавам хората и да правя онова което смятам за добре.



- Кои са нещата които най-много Ви липсват от детството?

Безгрижието. За съжаление годините убиват по нещо от детството, но съм запазила топлотата на хората около мен.

- Какво породи у Вас желанието да работите с глина?

Започнах да работя с глина, след като завърших висшето си образование, то просто ти „идва отвътре”. Нали човек трябва да търси онова което му е дадено. А мен явно с това ме е белязал Бог.

Продължава на стр. 4



придава допълнителен чар на мястото. А това, което работи – в него няма нищо банално, нищо което да напомня на рафтовете в магазин за домашни потреби или евтини сувенири. Земни багри, усещане за



РУБРИКА МИСЪЛ НА БРОЯ

“... животът е тъма, освен когато има порив, а всеки порив е сън, освен когато има знание, а всяко знание е съета, освен когато има труд, а всеки труд е напразен, освен когато има любов!...”

Дж. Х. Джубран

НОВА РУБРИКА: „МЛАДИТЕ - АВТОРИ НА ОБЩЕСТВЕНАТА ПРОМЯНА“



В този брой на вестника ще имате възможност да прочетете есето на Петър Йорданов Петров, ученик в последен курс от ПГТО „Дочо Михайлов“ гр. Тервел.

Петър получи предметна награда и грамота от Кмета на Общината за доброто си представяне в Конкурса.

„Когато тръгнеш да изкачваш стълбата на успеха, не бъди несправедлив, защото можеш да ги срещнеш на връщане“

Чувал съм, че животът е движение - движение в една или друга посока. Или успяваш, или губиш, или си силен, или слаб - законът на джунглата.

Ужасен съм от тази прекалено крайна истина, но мисля, че тя е напълно реална. Жестоките й корени отдавна са се впили в насълзените от кашлица очи и раздиращи се гърди на просякът отвън или в теб читателю... Агония или обреченост - няма значение.

Аз трябва да успея!

Алтернативите ме ужасяват. Не искам след пет- десет

години да седя на някой стар дървен стол, да гледам албумите с щастливи черно-бели снимки и да казвам: „Това беше моя живот“. Искам да усещам живота си не по отрицателните години, а по собственото си удовлетворение от този живот. Искам успех, но искам и приятели. Може би една неосъществима мечта. Наистина ли е така?

Винаги съм бил убеждаван, че за да постигнеш нещо, трябва да си безкрупен лъжец и измамник - накратко престъпник. Трябва да си мил и добър с хората, само докато са ти удобни и после - „Край! Вече не те познавам!“ Може би наистина това е най-сигурния начин да стигнеш до успеха, но и най-сигурния начин да обезсмислиш този успех. Защото, когато си сам, нищо друго няма значение - нито успеха, нито парите, нито хубавата кола. Може би нямам достатъчно опит, за да го кажа с такава категоричност, но с риск да прозвучи смешно и наивно, твърдя, че не тези неща са най-ценното в нашия живот. Едно от най-ценните, но в никакъв случай най-ценното. В този ред на мисли се сещам за едно стихотворение, което някога някъде бях чул. Не мога да го цитирам, но в него ставаше въпрос за едно дърво, пораснало на най-високия връх на една планина. То било най-близо до небето и всяка вечер - близо до звездите, но през деня било разяждано от студ, вятър и жажда. Но най-много от всичко му тежело,

че било единствено и нямало с кого да сподели своята мъка. Мисля, че няма нищо по-показателно за мястото на човешките ценности в живота. За да постигнеш едно, трябва да пожертваш друго. За съжаление, понякога собствената си съвест. И това важи за всяка една сфера от нашия, изпълнен с предразсъдъци, свят. Дори и в приятелството е така. Каква е ползата да бъдеш харесван и да имаш стотици познати, ако ще се разминаваш по коридорите със старите си приятели така, сякаш не ги познаваш. Може днес да си на върха, а утре да си забравен от всички. Съдбата често си прави такива шеги.

Тогава какъв е смисълът на всичките години труд, на хилядите идеи и мечти.

Каква е ползата, когато останеш сам. Ето защо трябва да уважаваш другите по пътя си към успеха. Справедливото отношение към един човек води до уважение; взаимното уважение до приятелство, а приятелството - до още един номер в бележника, на когото можеш да позвъниш, за да се похвалиш с новото си постижение или за да помолиш за топла супа, когато си болен. Човешкият живот не е само едностранно движение. Той по-скоро прилича на една хълмиста местност с всичките й върхове и долини. И аз не искам да вървя сам през тази местност. Ако ще е така, предпочитам да се откажа още сега, защото

нито амбициите ми, нито идеите ми ще струват нещо пред приятелски протегнатата ръка, помагача ми да се изправя след поредната битка, за да продължа моя път. А когато усетя, че вече нямам сили, то ще има човек, който да седне до мен и на чието рамо ще поплача - за всичко вече постигнато и за всичко, което никога няма да постигна. И този човек ще стане и ще се бори със също толкова голяма решителност, и ще уважава другите, и ще разбере смисъла на цялата тази борба.

Не знам дали след десет години ще съм забравил тези си думи, но се надявам да не съм. Надявам се да не съм до толкова погълнат от неосъществения амбиции на едно друго поколение, че да забравя коя съм, накъде съм тръгнала и откъде идвам. Надявам се все още да помня онази улица и онези хора. И те все още да ми кимат приветливо, когато ме видят... Може би искам прекалено много...?

Искрено се надявам, да има по-малко хора от т.н. „днешните „силни“ на деня“, които загърбват всичко и всички, заради властта, иначе - Бог да пази света!

Петър Йорданов Петров

РУБРИКА:

ТРАГИЧНИ ЕПИЗОДИ В ДОБРУДЖА ПРЕЗ 1916 ГОДИНА

Продължава от брой 3

Ведно от трите най-важни писма, достигнали до днешния читател /писмо до Неофит Рилски/, четем следното:

„... Зарадвахме се, като видяхме, че сте свършили Словара. Българинът трябва да изучава първен своя език, та после други... Освен това Ви молим да имате пред вид младежи добронравни, прилежни и напреднали в новобългарски, така че като дойдат тук, да свършат за 2-3 години науките си и да се връщат в България като учители...“

Не по-малко интересни са и другите две писма на Васил Априлов до Вълко Чалъков през 1839 година и до Райко Попов в 1840 година. Като цяло и трите писма засягат най-вече темата за просвещението на българите.

Вълко Чалъков е един от благотворителите за основаните в 1837 година училище в родния му град Копривщица и за първото българско училище в град Сопот. Узнаваме и за много любопитен факт от писмото на Априлов до Чалъков: „... Любороднишият г. Неофит ни съобщил, че Ваше Високоблагородие жертвувате тридесет гроша за издаването на неговия Словар. Господ да Ви подари здраве за много лета...“

В писмото си до Райко Попович, Априлов благодари за сведенията относно основаването на Котленското училище с помощта на „Князът“ /княз Ст. Богориди/, споделя своите „възжеления“ за всичко, що се отнася до просвещението на народа ни, до „старините“ му, до методите на учителите в родните училища, до книгите, които са вече готови

за напечатване и прочие. Ето и част от писмото: „... По настоящему аз имам грижата за изучаването на пет други младежи. От двамата, които са по-близо да свършат, единият е за Копривщица, другият за Карлово. Те са прилежателни и аз се надявам да бъдат полезни на Отечеството...“

Не е възможно с думи да се предаде колко полезен и колко важен остава Васил Евстатиев Априлов в страниците на нашата писана и неписана история.

Последните написани редове преди смъртта му са: „...Ако Бог даде здраве и живот, и напред да обявяваме нашите мисли за просвещението ни; между това отдавам на всичките родолюбци братското ми приветствие...“

България не забравя своя син. Цитирам по-ценните съчинения на Априлов, излезли от печат през годините:

„Записки за България и българите“, „Хаджи Ничо“, „Богатият сиромас“, „Извънреден родолюбец“, „На чужди гроб без съзвон плачат“, „Прогресист“, „Избрани народни песни“, „Избрани народни приказки“ и други.

С тази прекрасна литература на роден български език, както и написаната история за старите българи от Юрий Венелин, фактически се поставят основите на българското родознание и първите крачки на краезнанието въобще в България. За нас, потомците, остава да не забравяме никога своя произход и да се гордеем със своето минало.

следва продължение



РУБРИКА:

ВЕСТИ ОТ СТРАНАТА, ОБЛАСТТА И ЧУЖБИНА

По-важните новини през изминалата седмица на територията на Областта:

1. Със 154 лева за кв. метър са поскъпнали жилищата в Добрич през миналата година в сравнение с 2006 година. Скокът в цената е около 25 процента. Това сочат данните на Националния статистически институт за средните годишни пазарни цени на домовете. Цифрите се отнасят за жилища в областните градове, като са изключени апартаменти ново строителство. Според НСИ средната цена в Добрич през 2006-та година е била 589 лева за кв. метър жилищна площ. През миналата година желаещите да купят имот в града са броили по 743 лева. Данните показват, че от общо 28 областни центъра по еврино, отколкото в Добрич, е само в седем. Най-висока е средната цена за миналата година в София - 1813 за кв.м, като ръстът е от 35% на годишна база. Следва Варна с цена от 1762 лв./кв.м и увеличение от 33,9 на сто. През 2006 година в морската столица апартаментите са се търгували средно по 1316 лв. Третият най-скъп град е Бургас с 1442 лв./кв.м. Там обаче ръстът е само 17,5%. Най-евтини са апартаментите в Кюстендил - само 601 лв/кв.метър и Силистра - 640 лв./кв.м площ. Бум на цените е имало през последното тримесечие на 2007 година в столицата, когато средно за жилище се е плащало по 2112 лв/кв.метър.

2. Увеличение на средствата за безплатните закуски на учениците до четвърти клас, искат от Регионалния съюз на хлебарите и сладкарите. Искането ще бъде внесено в Министерството на труда и социалната политика от председателя на Националната федерация на хлебопроизводителите Петър Димитров, който бе в Добрич в края на миналата седмица. В момента се получават по 50 ст. за закуска, който са крайно недостатъчни. Необходимо е сумата да бъде завишена на поне 80 ст. на закуска от началото на втория учебен срок. Ако средствата бъдат завишени, ще е възможно да се разнообрази храната. В момента учениците до четвърти клас получават два пъти в седмицата тестени изделия, а през останалите дни сандвичи с колбас или млечни продукти. Цените на тези хранителни стоки обаче се повишиха и поради тази причина се настоява за увеличение на средствата.

3. Приемна във връзка с държавните зрелостни изпити откриват в Регионалния инспекторат към Министерството на образованието и науката. Всяка

сряда от 14 до 16 часа експертите от инспектората ще отговарят на въпросите на ученици и родители. Приемната ще започне да функционира от 30 януари. Информация относно провеждането на зрелостните изпити може да се получи и на откритата от просветното министерство телефонна линия - 0800 19 010. Очаква се в близките дни да стартира и специализиран интернет сайт, в който ще бъдат разяснени всички въпроси за матурите.

По-важните новини през изминалата седмица на територията на страната:

1. Държавата компенсира чиновници заради въвеждането на единната данъчна ставка от 10%. За разлика от тях учителите в общинските училища няма да получат увеличение на заплатата, което да изяде плоския данък, тъй като от тази година директорите на училища сами ще определят числеността и средната месечна брутна заплата на работещите, съобразно утвърдените им разходи. Увеличението на парите ще засегне работещите на трудов договор със заплати до 430 лева и до 375 лева за заетите по служба в бюджетната сфера. То ще бъде изплатено със задна дата 1 януари. Над 330 лева средно ще получават заетите в сферата на здравеопазването, 319 лева в отбраната и сигурността, в културата 409 лева и в общинската администрация 499 лева. Министрите прехвърлиха на училищните директори решението дали и с колко да компенсират учителите и помощния персонал в школата след въвеждането на плоския данък. В училищата и детските градини които не разполагат с делегирани бюджети, броят и средната месечна заплата на едно лице от персонала ще се определя от общините или ведомствата под чиято шапка е съответното образователно заведение. Необходимите пари за компенсацията са предвидени в централния бюджет. В частния сектор такава практика няма и не може да има. Най-малкото, защото заплатите в частния бизнес са значително по-високи от тези в държавния сектор.

2. 900 лева ще струва шофьорският курс в България от месец юли, след влизането в сила на новите изисквания за електронно обучение, допълнителните часове за кормуване и още теория. „Реалната стойност на курсовете в момента при качествено обучение в шофьорски умения е от 650 до 700 лева. От юли

таксата ще скочи с още 150 лева заради изискването курсовете да се водят в специални учебни центрове“. Това обясни инж.Ионко Иванов, председател на Съюза на преподавателите по автомобила подготовка (СПАМП).

3. Банчката, която в средата на миналата година надхвърли 50 ст., а тези дни се продава по левче, ще се превърща все повече в лукс, защото основните и съставки- брашно и олио, ще продължат да поскъпват, еднородности са експертите. До новата реколта брашното ще достигне, а вероятно и ще надхвърли цената от 1 лв. за килограм, а олиото ще бъде поне 4 лв. за литър, сочат прости сметки.

4. Първият транш евросубсидии в размер на 155,638 млн. лв. бе пуснат днес чрез електронната банкова система за разплащане СЕБРА към банковите сметки на 37 хил. земеделски стопани. Това съобщиха от фонд „Земеделие“. Това е първото безвъзмездно подпомагане по линия на ЕС, което фермерите получават за обработка на земята. Субсидията, която е за обща площ от над 11 млн. декара, включва сумите за директни плащания и националните доплащания към тях.

5. Не съществува адекватна база данни у нас за броя и профила на отпадащите ученици, не се прави разлика между преместени и реално непосещаващи училище деца. Това показват данните от изследванията на БАН. Проучването е направено сред родители на деца от 1 до 4 клас, начални учители и кметска администрация. Данните на БАН показват, че в районите с висока безработица и концентрация на цигани програмата за безплатните закуски помага за задържането на децата в училище, за разлика от икономически развитите предимно градски райони, където почти няма отпадащи деца. Според авторите на изследването, основните причини за отпадане на децата от училище са липсата на добро отношение в семействата към образованието, затрудненият достъп до училище и отсъствието на родителите от страната.

6. Един доктор ще лекува почти всичко в малките общински болници. Доктори по вътрешни болести поемат белодробни, ендокринни (хормонални), гастроентерологични заболявания. Това предвиждат промените в наредба №40, която определя основния пакет от здравни дейности. Промените ще станат факт след два месеца, съобщиха вчера от здравното министерство.

По-важните новини през изминалата седмица от чужбина:

1. След като президентът на Китай Ху Цзинтао заяви, че неконтролируемият интернет е заплаха за социалната стабилност в страната са били закрити 44 хил. сайта и са арестувани 868 души. Кампанията против порно индустрията по интернет започна миналата година и ще продължи до края на Олимпийските игри. Организации за човешките права смятат, че кампанията е използвана като претекст за вземане на мерки срещу несъгласните и онлайн дисидентите преди игрите. Миналия месец Китай обяви, че ще наложи ограничения на сайтове за споделяне на видеоматериали. Съгласно новите ограничения, влизащи в сила на 31 януари, ще бъде позволено само на сайтове, контролирани от държавата, да пускат онлайн видеоматериали.

2. Близо 5 милиона държавни служители във Франция обявиха общонационална стачка с искане за увеличаване на заплатите и срещу предвиденото от правителството съкращаване на работни места. Профсъюзите разчитат, че в протестите ще участват толкова хора, колкото и в миналата подобна стачка на 20 ноември, т.е. около половината от държавните служители и 65% от учителите в страната. Недоволството на работещите е предизвикано от социалните реформи, предприети от правителството след идването на власт на президента Никола Саркози.

3. Всеки руснак изпива по 17 литра спирт годишно, а общо руските компании произвеждат за година към 2 милиарда литра водка и засилват своята експанзия на световните пазари. След въведените ограничения и контрол от страна на държавата преди две години за производството на водка, за изминалата 2007 година руските компании са увеличили производството на любимото пиене в необятната страна с 10 процента. Общият оборот на руския пазар на водка възлиза на 16,5 милиарда долара за миналата календарна година, като в края на настоящата се очаква да надхвърли 17 милиарда, факт, поставящ руснаците на неоспоримото първо място по консумация на алкохол в света.

РУБРИКА:

КАК ЩЕ ЧЕСТВАМЕ НАЦИОНАЛНИЯ ПРАЗНИК

Тази година ще честваме 130 годишнината от освобождението на България от турско робство. Празничният афиш на Община Тервел за празника ще включва няколко прояви. Тервелчани ще имат възможността да гледат спектакъла "Иде свободата", представен от Ансамбъл за народни песни и танци гр.Сливен. Спектакълът е тематичен и представя освобождението в три сцени: "Хайдутство", "Посрещане на русите-освободители" и "Народни веселия". Концертът е планиран за 29 февруари, последният работен ден преди празничните почивни дни. Към децата и учениците от всички учебни и детски заведения в общината са адресирани други две мероприятия. Първото от тях е изложба озаглавена "Нека помним 1878 година и подвига на героите за Свободата на България". В подготовката на изложбата ще участват деца и ученици до 18 годишна възраст. Те трябва да изработят експонати изобразяващи картини и събития от Руско-турската война, образи на руски генерали / Скобелев, Тотлебен, Гурко, Цимерман и др./ , ползвайки техниките на живопис, графика, керамика, везане / напр. за изработване на Самарското знаме"/ , дърворезба, пирография, апликация, колажи и др. Очакват се и експонати като дървени кукли изобразяващи опълченци, макети представящи сцени от битки – при връх Шипка, обсадата на Плевен, спасяване на Самарското знаме, подписване на Сан Стефанския договор и др. Ще се приемат и творби, изработени с участието на родители и учители. Всички произведения ще се предават в отдел "Култура" при община Тервел до 25 .02.2008 г. Предвиден е награден фонд за участниците. Изпратени са писма суказания до всички общински училища, детски градини ОДК и читалища. Третото събитие в програмата

ОБЩНСКИ ВЕСТИ

е конкурс за написване на есе. То е насочено към по-големите ученици от СОУ и ПГТО. Идната седмица те ще получат регламент за конкурса.

"БАБА МАРТА БЪРЗАЛА..."

Така се нарича детското шоу , с което общината заедно със своите партньори – СОУ, ОДК, читалището в Тервел, детските градини в Тервел и ОДГ "С.Божан" ще зарадва малчуганите в навечерието на 1-ви март. В шоуто ще участват деца от детските градини и от първи клас в СОУ Тервел. Интересен акцент в детския празник е модно ревю "Пижо и Пенда", за което всяко детско и учебно заведение ще представи по една двойка деца, накипирени като известните герои. Много награди и изненади очакват малките паланици. Събитието ще се състои на 29 февруари в общината. Очакваме и изработени от децата мартеници, от които ще се подреди изложба.

ОБЩИНАТА ПОДГОТВЯ ПЪРВИ ПРОЕКТ ПО ОПЕРАТИВНА ПРОГРАМА

В средата на м.февруари ще бъде готов проект за подобряване на материалната база на детските заведения в гр.Тервел. Дейностите включват саниране на двете най-големи детски градини в общината / ЦДГ "Здравец" и ЦДГ "Първи юни" в Тервел"/ , изразяващо се в поставяне на нова ПВЦ дограма, полагане на топлоизолирани мазилка и покрив за двете градини , както и ремонт на парната инсталация на четирите заведения – двете упоменати детски градини , ЦДГ "Детелина" и детска ясла. Последните две са санирани през 2006 г. Проектът е на приблизителна стойност 1 000 000 лв. и ще се внесе в МРРБ, по Оперативна Програма Регионално Развитие, операция 4.1. "Дребномащабни местни инвестиции", схема за подобряване на образователната инфраструктура.

Настоящият проект е пети пореден, който се подготвя в рамките на настоящия общински мандат.

ПРОВЕДЕ СЕ ПЪРВО ЗА ГОДИНАТА ЗАСЕДАНИЕ НА ОБЩНСКИ СЪВЕТ

На 25 януари т.г. се проведе редовно заседание на Общински съвет Тервел. Клетва положи нов общински съветник от листата на БСП – г-жа Невена Денева. Тя заема освободилото се място на най-младия досега общински съветник – икономиста Пламен Желязков, който от скоро е част от общинска администрация. Г-жа Денева е председател на читалищното настоятелство в гр.Тервел. Занимава се и със собствен бизнес.

Избран е представител на Общински съвет в Областния съвет за развитие . Това ще е съветникът от ДПС юнал Хамид.

Прие се по предложение на Кмета увеличение в размера на хранодена на 1 лице в Домашен социален патронаж , считано от 1.02.2008 г.

Отново по предложение на Кмета бе разпределен т.нар. "Преходен остатък" от бюджет 2007. Основна част от сумата се разходва за разплащане на задължения към доставчици от края на 2007 – горива, храни, материали. За болницата в Тервел се предоставят 45 000 лв.

Отпуснати са 2 помощи в размер на по 300 лв. за двама онкологично болни – Кямил Яшар от Тервел и Люти Сюлейманов от с.Поп Груево.

Предложенията за трите последни проекта на общината, които трябва да се внесат в периода от 30 януари 2008 / за с.Орляк/ до 14 февруари / за детските градини в Тервел/ ще се гледат на заседания на комисиите на 28 януари и след това ще се пристъпи към гласуване.

РУБРИКА:

Естествена защита срещу настинка и грип

Повечето хора са като абонирани всяка зима за настинката и грипа. Ако сте от тях, вероятно си имате и традиционни методи за лекуване, от които се възползвате веднага след като усетите първите симптоми на болестта. Преди да се запътите към аптеката за химичните лекарства, с които сте свикнали да се лекувате, бърза ме да ви припомним известните и естествени методи, които успешно спират развитието на болестта още когато усетите първите симптоми.

Приемайте витамини! Зимата имунитета на организма рязко спада и той спешно има нужда от висока доза витамини. Витамин С стимулира производството на интерферон в организма, а това помага в борбата с вирусите. Най-добре е витамините да се приемат по естествен начин, като ядете повече цитрусови плодове. Все пак и тези на таблетки вършат работа, така че не се лишавайте напълно от тях.

Пийте повече течности, особено чай. Според някои хора чай се пие само, когато са болни или ги боли гърло. Билковият чай е много полезен в тези случаи, но още по-добре действа, ако го приемате редовно през зимните месеци. Топлите течности помагат при хрема, предпазват от дехидратиране на тялото и облекчават гърлото. Ако сте намръзнали

ЗА ВСЕКИГО ПО НЕЩО

навън и усещате първите признаци, че се разболявате, си направете топъл чай с 20-25 грама алкохол, най-добре ром или коняк. Действието е чудодейно и на другия ден ще се чувствате добре.

Не излизайте много навън и стойте на топло. Когато усетите, че се чувствате леко болни, трябва да вземете моментални мерки и следващите 2-3 дни да избягвате дългото бродене по улиците. Настинките са „най-успешни“ след няколкодневно премръзване. В началото усещате леко дразнене в гърлото и хрема и, ако не обърнете внимание, след 2 дни студът е повалил имунитета ви и сте на легло с температура. Затова запомнете – започнете ли да се разболявате, слагайте дебели пуловери и стойте на топло. Колкото и банално да звучи, често пренебрегваме тези елементарни правила и после съжаляваме.

Почивайте си и се наспивайте добре. Преумората, стресът и недоспиването свалят имунитета ни до минимум и така най-лесно се разболяваме. Някои хора казват, че организмът се разболява, защото има нужда от почивка. Ако няколко седмици се затрупате с работа, изнервяте се и не спите, ставате податливи на всякакви вируси и други болести. Сънят възстановява естествените сили на организма и ни помага да сме много по-устойчиви на външните влияния. Не се лишавайте от този сладък и достъпен лек.

Яжте разнообразна, питателна храна. Зимата не е време за продължителни диети. Няколко дни разтоварване след празниците са достатъчни за възвръщане на формата, но не повече. През студентите месеци организмът има нужда от силна храна, в която трябва да присъстват и животински продукти – месо, сирене, мляко. Зеленчуците и плодовете са също жизнено необходими, стига да не сте само на тях и на бисквити. Ако се храните разнообразно в разумни количества, няма опасност да напълнеете. Дори това да се случи – не се плашете от няколко килограма в повече. През зимата те ще ви помогнат повече, отколкото ще ви навредят и бързо ще ги свалите напролет.

Убедени сме, че горните съвети са ви съвършено ясни. Само че се замислете – спазвате ли ги разумно?

Опасяваме се, че редовно ги подминаваме и безсмислено рискуваме здравето си. За да ви амбицираме да се грижите повече за себе си, ще ви припомним, че настинката е виновна за много болести, които рано или късно ни застигат, защото не сме се пазили на време от студа. Слагайте дебели пуловери, стойте на топло и се грижете за здравето си.

Нека да го ценим не само, когато го загубим – нелепо е!

РУБРИКА:

ОБЩЕСТВЕН РЕД И СИГУРНОСТ

През изминалия период от 21 до 25 януари 2008 год. на територията обслужвана от Областна Дирекция „Полиция“ (ОДП)-Добрич, са регистрирани 13 криминални престъпления и произшествия.

На 16 януари 2008 година, след проведени оперативно-издирвателни мероприятия, организирани от служители на РПУ-Тервел са установени три лица от гр. Тервел, с инициали А.Х., И.К. и Т.Х., на възраст между 18 и 28 години. Трите лица са заподозрени в това, че за периода от 30 декември 2007 година до 01 януари 2008 година, чрез взлом са влезли в обществена сграда на територията на гр. Тервел и са извършили кражба на ел. проводници и автомобилна част. Вещите обект на кражба са открити от служителите на реда, иззети и ще бъдат върнати на собственика. Работата на полицията по изясняването на обстоятелствата около престъпното деяние продължава. Заподозрените А.Х. и Т.Х. са задържани за срок от 24 часа. По случая е образувано досъдебно производство.

След проведени активни оперативно-издирвателни мероприятия,

организиран от служители на сектор "Криминална полиция" при Първо РПУ-Добрич и РПУ-Тервел, са установени три лица - съответно жена и мъж от гр. Добрич, на 19 и 21 години и 15-годишно момиче, живеещо на територията на община Тервел, обявени за общодържавно издирване. Деветнадесет годишната жена, се издирвала от служителите на реда по молба за установяване на адреса ѝ; 21-годишния мъж, във връзка с досъдебно производство, а непълнолетното момиче от община Тервел поради това, че на 22 януари 2008 година е напуснало дома си и е било в неизвестност. След установяването на нейното местонахождение, последната е предадена от полицията на родителите ѝ. Спрямо непълнолетното момиче, няма извършено престъпление.

През изминалите дни на територията обслужвана от ОД „Полиция“-Добрич са регистрирани 20 пътно-транспортни произшествия без пострадали граждани.

Поделенията на ОД „ПБЗН“-Добрич са участвали в гасенето на 6 пожара, с нанесени значителни материални щети. Два от пожарите

са възникнали в непочистени комини, на територията на гр. Тервел-не са нанесени сериозни материални щети. През изминалия период, поделенията на ОД „ПБЗН“-Добрич не участвали в аварийно-спасителни дейности.

РУБРИКА:

ВИЦ НА БРОЯ

Професии

Неграмотна жена работи като чистачка в малък пансион. Всяка седмица се подписва с кръстче на ведомостта за заплатите. Един ден слага на документите кръгче. Касиерката я поглежда въпросително.

- Няма защо да се учудвате, госпожо! Омъжих се и си смених фамилията! - гордо заявява чистачката.

ЧОВЕК ТРЯБВА ДА ТЪРСИ ОНОВА КОЕТО МУ Е ДАДЕНО

Продължава от стр. 1



- Как разбирате че това което моделирате се е получило, станало е така, както сте го „видели“?

Признавам ако нещо не ми хареса, започвам отначало, това е творческият огън който те изгаря, не ти дава покой, докато ръцете ти не моделират това, което е родило сърцето.

- Кое Ви радва най-много от всичко, с което сте заобиколена?

За мен най-големият творец е природата, колкото и банално да звучи това, но природата е това което ме радва най-много, а също и близките ми хора които са около мен.

- Коя гледка не би Ви изморилa никога?

Не мога да се нагледам на водата. За мен тя е началото на живота, това е дар Божий, има нещо вечно в нейното движение.

- Какво не бихте моделирали никога?

Няма нещо, което не бих моделирала, понякога и в грозните на пръв поглед, има скрита невидима красота, стига да имаш очи за нея.

- Имат ли според Вас хората потребност от това, което творите? Как му намирате пазар?

Знаете ли, това което аз създавам не е „ширпотреба“. Ще разделя нещата на ниво съзнание и на ниво подсъзнание. Съзнателно, може би хората си мислят, че нямат нужда от уникали, от стойностни неща. Когато доходите ти са малки трудно можеш да поглеждаш към уникалното, макар и да разбираш стойността му. Но духовният глад е вечен и дори тогава, когато човек съзнава, че няма потребност от него, всъщност изпитва този глад. Така че хората търсят това което създавам. Излагам в София, Велико Търново, в частни галерии. Трудно е, не казвам че е лесно, но има и ценители. През 2006 и 2007 г. участвах в изложения в София и Варна.



- За какво не Ви е оставало време?

За безсмислени неща от които не получавам нищо, за телевизия, която в последно време май не ни представя стойностни неща.

- Работите ли с деца, водите ли школа?

Нямам условия, децата изискват по специални отношения (но до големите изработени глинени съдове бе поставен един плитък съд в който имаше доста причудливи форми: глава на Кума Лиса,



други изваяни неща, поглеждам към тях но Боряна (превари въпроса ми) Това са неща на моя племенник. Той вече е девет годишен, но от три години „работи“ заедно с мен. Това са неговите творби.

- Свързвате ли с нещо град Тервел, той е само на 25 км. от тук?

(Засмива се) Само с името на хан Тервел, минавал съм като малка пътувайки.

- Какво бихте пожелали на читателите на вестник „Тервел“?

Да са здрави и да са себе си – това е и моето мото в живота.



ЗА ЗДРАВЕ И ЛЮБОВ

Тези две думи обобщават символиката на т.нар. „бабинден“. Езически празник, преминал през перипетиите на историческите епохи, преодолел забравата на времето и достигнал до нас. Защо ли е толкова трайна традицията да се празнува „бабинден“. Сигурно, защото тогава се отдава дължимото на силата на любовта, от която се зачеват децата. И на уменията на хората / някога опитни баби, сега медици – лекари гинеколози и специалисти акушерки / да облекчат родилните мъки, на които природата ни е обрела и да посрещнат и съхранят новия живот. Вечен житейски кръговрат, в чиито корени се крият най-хубавите и незабравими моменти в живота на хората.

„Бабите“ в Тервел са на почит. И тази година те развеселиха Кмета, уважиха акушерите в болницата, веселиха се, танцуваха.

Да са живи и здрави, да гледат повече деца и внуци, да възпитават у младите в семейството любов и уважение – между мъжете и жените, между хората.



Бабите на гости при Кмета



Ритуалното измиване на ръце

**МОЕТО „ГАРДЖЕ“
Е НАЙ-ХУБАВО
И НАЙ-УМНО**



Урок по химия. Учителят казва:

- Ето, деца, една златна монета. Сега ще я пусна в стъкленицата с киселина. Според вас ще се разтвори ли? Руменчо се обажда:
- Не!
- Правилно. И защо мислиш така?
- Ами ако щеше да се разтвори, вие нямаше да я пуснете.