



В СТРАНАТА НА РАМЗЕС ВЕЛИКИ

Ангел Сотиров
Снимки - Еленка Димитрова

Ангел СОТИРОВ

Снимки - Еленка ДИМИТРОВА

Тя е страна и на Хуфу, Тутанкамон, Гамал Абдел Насър, Ануар Садат. Страна е също и на Нефертити и Клеопатра. И тъкмо към нея, страната на фараоните и пирамидите, от няколко години ме е обсебила една мечта - непременно да я посетя. Ако я осъществя, то кракът ми ще стъпи на нов континент. В Азия съм бил многократно заради почивките ми в Турция и поклонническия ми набег до Йерусалим.

Но за беда моята обичайна задгранична компаньонка Донка Вълнеева отказва да бъде с мен в тази африканска авантюра. Оправдава се с отслабналото си остатъчно зрение и с годинките си, които, наистина, не са никак малко. Но най-неочаквано, както казват някои текстотворци, providението пак се смили над мен. Моя съседка от раз се съгласи да участва в египетската 8-дневна експедиция. Бонус за нас като пловдивчани е фактът, че летим от пловдивското летище.

И се втурнах за трети път да преодолявам фонемните бариери на шекспировия език - без съмнение, всепризнатото съвременно есперанто. Искаше ми се да постигна сервитьорското равнище на неговото владееие, сиреч, да науча около 200 най-нужни думи. 70 дни сякаш бяха предостатъчни за постигане на моята прескромна цел. Като обучители щях да ползвам говорещия си часовник, втория си телефонен апарат, двете си дъщери, внуците. Но за мой късмет се оказа, че в Египет човек може да се оправи прекрасно и с руски език, в чието владееие бях отдавна прехвърлил авиаторското ниво (1000 думи). Даже напоследък, с риск да прозвучи малко самохвално, прочетох 5 - 6 книги на този братски език. И заряхах англоезичните си дерзания.

Подготвяйки се за предстоящото пътешествие, извърших инвентаризация на арабските думи, които знаех. Те бяха двайсетина, сред тях са термините алгебра, алгоритъм, алкохол, зенит, цифра. От крехка детска възраст пък съм чувал думите джамала, дюкян, аскер, максус, маскара, сахат, севда, таман, харч, хисар. И 3 особено важни - късмет, шукран, мерхаба. От каирския ни екскурзовод Реда научих и 2 нови думи: саид (господин) и раис (началник, шеф). Слушайки цяла седмица арабски телевизии, установих, че в арабския език не изобилстват чуждиците. Все пак засякох няколко като фирма, мундиал, ало, драма. Да не забравяме също, че тъкмо на арабите дължим по-удобните от римските арабски цифри.

Моята землячка Ангелина Кръстева, наскоро завърнала се от фараонската земя, е мой неуморим консултант за страната и за цените на евентуалните покупки. Разпитвах я няколко дена подред за какво ли още не. За атрактивни сувенири, предпочитани там валути, езици и роуминги. А и за бакшишите - кога, как и кому.

След 160-минутен полет се приземяваме в Хургада, аплодирайки арабските пилоти по мой почин. На 21 октомври в 13.20 часа температурата на въздуха е 34 градуса по Целзий, а на водата 27.2 градуса. Хургада е популярен египетски курорт, разположен на западния бряг на Червено море. То е известно със своите красиви плажове и кристално чисти води, на които ще се наслаждаваме 6 дни. Името на морето произтича не от червените му корали, а от Червените планини, които се отразяват в него. Това море се оказа свръхгостоприемливо към нас. То не ни позволи да направим и 2 крачки в неговите води, връщайки ни обратно на брега посредством острите и режещи корали. За преодоляване на тази пречка трябвало да сме обути със специални акваобувки, но ние предпочетохме да си спестим зелените банкноти и да плажуваме около басейните на хотела, също оборудвани с чадъри и шезлонги. Към стволите на чадърите са закрепени масички, на които си пиех натуралния сок от манго, за който срещу 10 щатски долара бях абониран за 5 дена.

Отдясно на нашия чадър някакви британци неуморно се наливаха с бира, отляво – немскоезични плажуващи спореха оживено. Наблизо скандинавски исполини манифестираха мускулна маса. И съвсем до тях звучеше руска и арабска реч. С една дума истинско вавилонско многоезичие и стълпотворение!!!



Освен с фараоните, Египет е прочут с пирамидите в Гиза и с храмовете в Луксор и Карнак. През него, от юг на север, както е всеизвестно, тече най-дългата в света река - Нил, извираща от езерото Виктория. Дължината на благодатната за египтяните река е 6 700 километра. На изток от нея се простира арабската пустиня, а на запад – Сахара. Само 3.7% от египетската територия е обитавана. Населението на Египет брои 140 милиона души. То е етнически и религиозно разнородно. В Долен (Северен) Египет живеят и гърци, в Горен (Южен) – чернокожи нубийци, а в пустинните райони и сега бродят бедуини и цигани - около 2%. В мнозинството си египтяните изповядват сунитския ислям, но 20 - 30% са православни християни, наречени копти, говорещи освен на арабски и на коптски, представляващ древноегипетския език. В Кайро, Луксор, Хургада и Александрия се срещат най-големите християнски общности. Египтяните след ислямизацията си през VII век се арабизират и изоставят, с изключение на коптите, своя език. Между другото - мюсюлманите смятат, че лудите и слепците са божии любимци. И аз като представител на вторите бях обект на специално отношение от страна на пирамидския народ. Изглежда поради това двама египтяни ми отказаха категорично предлагания им от мен еднодоларов бакшиш. За бакшишовия подход аз се бях снабдил с 14 бройки от зелените банкноти с най-ниския им номинал. Накрая се наложи към тях да добавя и монета от едно евро и банкнота от 5 лева.

Четиризвездният "Ел Карна", нашият хотел, се намира на брега на морето. Той разполага с 456 стаи, 7 басейна, няколко бара и ресторанти. В един от баровете ние можехме да консумираме напитките съвсем безплатно, само показвайки червената ръчна гривна с логото на хотела. За наш немалък срам едва на петия, предпоследния, ден от нашето пребиваване в него открихме с помощта на един камериер асансьора, който се оказа от страната на другия вход. Цели 4 дни ние драпахме по аварийното стълбище, псувайки яко 4-те звезди на хотела.

Кайро, досегашната столица на Египет, е обитаван от 30 милиона жители. Досегашна, защото на 40 км от него се строи новата столица. В египетската столица има пътища на 3 нива. Естествено, посетихме каирския археологичен музей, обемащ над 200 000 артефакта. Разгледахме и снимахме сфинкса и някои от пирамидите в Гиза, чиято бройка била 117. Изумителни са параметрите на Сфинкса. Неговата дължина е 73 м, височината – 20 м, ширината му е 19 м. Той е с лъвско туловище, завършващо с човешка глава. В близост до сфинкса се издига великата пирамида, наречена Хеопсова, чиято първоначална височина е била 149 м, а дължината на квадратната ѝ основа е 230 м. Пирамидата се състои от 2 300 000 каменни блока, някои от тях тежащи от 25 до 80 тона. Изградена е около 2 десетилетия от десетки хиляди строители. Строителството на тази грамаданска пирамида се свързва с фараона Хуфу, именуван от гръцкия историк Херодот - Хеопс, оттам и наименованието ѝ. Именно от тържището в Гиза си накупихме най-различни сувенири – шалове, чалми, магнити, ключодържатели. За голямо наше учудване тук вървяха и българските левове. А където имаше пост терминал, можеше да се плаща и с наши дебитни карти. На останалите места безпроблемно пазарувахме с долари и евро. Не само цените, но и заплатите в Египет са твърде ниски – от 150 до 200 щатски долара. Мизерията личеше отвсякъде. От къщите без прозорци и врати, от очуканите им автомобили, от уличната мръсотия. Това последното не важеше за почивните комплекси.

Подобно на хората, храната тук беше чудесна. Тя се предлагаше на блок-маса, от която всеки си пълнеше чинията с разни вкусотиини. Отядохме се на риба, ананас и на фурми, големи като круши. Истина е, че египтяните говорят руски. Е, натъкнахме се и на изключение – моят асистент на каирската аерогара, което ме принуди пък аз да проговоря на английски. Но на седмия ден от нашето пребиваване в Египет се появи артистичният Реда - нашият каирски екскурзовод, за кратко и мой придружител. Той, освен руски, говореше почти перфектен български, изучавал го по интернет. От него научихме, че най-големите приходи на Египет са от таксите за преминаване през Суецкия канал. Разбрахме и че египетският момък може да си вземе жена, само ако заплати определена сума на бащата на девойката, непременно придружена със 100 грама злато. И че всеки египтянин има право на 4 съпруги. Но той имал само една и 4 деца.

Пишейки за Египет, не мога да не спомена Асуанския язовир, построен в горното течение на Нил, близо до най-южния египетски град Асуан (пазар). Дължината на стената му е 3.6 км, височината ѝ е 111 м, ширината на основата – 900 м, а на нейния връх – 40 метра. Дължината на неговото езеро е 500 км, 300 км в Египет и 200 км в Судан. Язовирът, най-големият в Африка, е изграждан в периода 1960 - 1971 от съветски и български специалисти.

Какво закупих от Египет? Зелен скарабей за късмет; зелена супертениска с избродирани пирамиди и надпис на латиница "Египет"; два чифта очила, едните черни, трапецовидни, уж били последен писък на модата, другите – с жълта рамка и кафяви стъкла, малко май фалшименто; ментол на кристали; кафе с кардамон; 5 грама шафран; чай; миничанта с презрамка; 2 кутии локум. И същите нещица, без очилата и чая, като дарове за 11 роднини и приятели.

Завръщайки се на пловдивското летище, бяхме посрещнати от 2 представителки от неговата служба за асистенция, които грабнаха препълнените ни куфари и нас самите и ни преведоха през разните контроли. Впоследствие даже ни извикаха такси и ни настаниха в него. Подобна служба функционира и на огромната каирска аерогара, от чиито услуги се бяхме възползвали преди два часа и нещо. Напуснахме Фараония, както мой приятел нарича Египет, с надеждата да се върнем там отново с неизтощимо любопитство.



****ПРАВОСЛАВЕН КАЛЕНДАР м. Май 2026 г.**

ПРАВОСЛАВЕН КАЛЕНДАР

за месец май 2026

1	п	Св. пророк Йеремия, Прпмчк Акакий Серски. Св. Тамара Грузинска
2	с	* Св. цар Борис-Михаил. Св. Атанасий Велики
3	н	† 4 Неделя след Пасха – на Разслабления. Св. мчци Тимотей и Мавра. Преп. Петър чудотворец, еп. Аргоски
4	п	Св. прпмчца Пелагия, Св. свщмчк Еразъм, еп. Формийски
5	в	Св. вмчца Ирина. Преп. Иеракс Египетски (Отдание на Неделя на Разслабления)
6	с	† Св. вмчк Георги Победоносец. Св. прав. Иов Многострадални (Гергьовден)
7	ч	Св. мчк Акакий. Св. Авив, еп. Некрески
8	п	* Св. ап. и ев. Йоан Богослов. Преп. Арсений Велики
9	с	Пренасяне мощите на св. Николай Мирликийски чудотворец. Св. Новоселски мъченици. Св. прор. Исаия. Св. мчк Христофор
10	н	† 5 Неделя след Пасха – на Самарянката. Св. ап. Симон Зилот, Възстановяване на Българската патриаршия
11	п	† Св. равноапостолни Кирил и Методий. Св. свщмчк Мокий
12	в	Св. Епифаний, еп. Кипърски и св. Герман, патриарх Константинополски. Св. мчк Панкратий
13	с	Св. мчца Гликерия девица. Св. мчк Лаодикий (Отдание на Преполовение)
14	ч	Св. Исидор. Св. мчк Йоан Български
15	п	Преп. Пахомий Велики. Преп. Ахилий, еп. Лариски
16	с	Преп. Теодор Освещени. Св. преп. отци, избити в манастира "Св. Сава" (Отдание на Неделя на Самарянката)
17	н	† 6 Неделя след Пасха – на Слепия. Св. Баташки мъченици. Св. мчк Николай Софийски. Св. ап. Андроник
18	п	Св. мчци Теодот, Петър, Диориний. Св. 7 девици
19	в	Св. свщмчк Патрикий, еп. Брусенски. Св. мчк Калуф Египтянин (Отдание на Неделя на Слепия)
20	с	Св. мчк Талалей. Св. Лидия Филипянка. Мчк Аскалон (Отдание на Пасха)
21	ч	† Възнесение Господне (Спасовден). Св. велики царе равноапостолни Константин и Елена
22	п	Св. мчк Василиск. Св. мчк Йоан-Владимир, княз Български, чудотворец
23	с	Св. Мария Клеопова, мироносица. Преп. Михаил Синадски
24	н	† 7 Неделя след Пасха – на св. Отци от Първия вселенски събор. Преп. Симеон Дивногорски. Ден на Българската просвета и култура и на славянската писменост
25	п	* 3-то намиране честната глава на св. Йоан Кръстител
26	в	* Св. ап. Карп. Св. мчк Георги Софийски, Най-нови
27	с	Св. свщмчк Терапонтий. Св. мчк Терапонтий Софийски. Св. Йоан Руски, Изповедник
28	ч	Преп. Никита, еп. Халкидонски. Преп. Софроний Български
29	п	Св. прпмчца Теодосия. Св. Александър, патр. Александрийски. Св. Лука
30	с	Преп. Исакий Далматски. Св. Емилия (Задушница)
31	н	† 8 Неделя след Пасха – Петдесетница. (Всичко на празника)

За да видите изображението по-голямо, моля натиснете с десен бутон на мишката върху него и изберете от падащото меню опцията "Отвори изображението в нов раздел" с левия бутон.

***СЪОБЩЕНИЕ** Свикване на първо заседание на XIX НОСП на ССБ

Управителният съвет на Съюза на слепите в България, на основание чл. 18, ал. 2 от Устава на ССБ, свиква първото заседание на XIX Национално общо събрание на пълномощниците на сдружението на **29-30 юни 2026 г.** в хотел "Хоризонт" - Обзор.

Начален час на заседанието - 15.30 часа на 29.06.2026 година.

Заседанието да протече при следния дневен ред:

1. Избор на ръководни и помощни органи на първото заседание на XIX Национално общо събрание на пълномощниците на ССБ:

А) ръководство на заседанието;

Б) секретариат;

В) преброители;

Г) мандатна комисия;

Д) комисия по избора;

Е) комисия по програмата за дейността на ССБ през периода 2026 - 2031 г.;

Ж) комисия по жалбите.

2. Доклад на мандатната комисия.

3. Отчет на Управителния съвет на ССБ за реализираните дейности през 2025 г. и мандата месец юли 2021 - месец юни 2026 г. в областта на:

А) защитата на правата на хората със зрителни увреждания и тяхното социално приобщаване;

Б) развитието на организацията.

4. Анализ на динамиката на членския състав на ССБ.

5. Доклад за дейността на ССБ през 2025 година.

6. Отчет за дейността на КС на ССБ през периода месец юли 2021 - месец юни 2026 година.

7. Избор на председател на ССБ.

8. Избор на председател на КС на ССБ.

9. Информация за дейността на търговските дружества на ССБ през 2025 година.

10. Информация за ефективността на направените инвестиции в изграждането на фотоволтаични електроцентрали в предприятията на ССБ в градовете Варна, Шумен, Пловдив и София.

11. Информация за стопанската дейност и финансовите резултати на ПС "Релакс" - Шипковски минерални бани, хотел "Поп Харитон" - Дряново и хотел "Хоризонт" - Обзор през 2025 година.

12. Избор на членове на Управителния съвет на ССБ.

13. Избор на членове на Контролния съвет на ССБ.

14. Информация за дейността на НЦРС - Пловдив през 2025 година.

15. Приемане на решение на основание чл. 19, т. 10 от Устава на ССБ за "Определяне нивата на компетентност при изграждане, ремонт, разпореждане и обременяване с тежести на дълготрайни недвижими и движими активи, собственост на ССБ и търговските му дружества, ползване на кредити и лизинги, участие на пазарите за финансови инструменти и други разпоредителни действия".

16. Приемане на бюджет на Съюза на слепите в България за 2026 година.

17. Приемане на програма за дейността на ССБ през периода месец юли 2026 - месец юни 2031 година.

18. Обсъждане на постъпили жалби, ако има такива.

ВДЪХНОВИТЕЛИ Олга, която говори на 13 езика и може да изсвири на орган "Излел е Дельо хайдутин"

Крис ГРИГОРОВ

Олга Коева е младо момиче, избрало да живее в Германия, за да реализира мечтата си да се развие професионално в свиренето на орган. Тя е родена на 24 август 1993 година в Шумен. След

като завършва Националното музикално училище "Любомир Пипков" в София с основен предмет "Пиано" и ходи на частни уроци по орган, тя продължава образованието си в Германия. Там учи католическа църковна музика и специализира с органива импровизация. Участва в множество майсторски класове.



В момента Олга Коева работи като църковен органист в Германия, развива и преподавателска дейност. Тя е с диагноза "ретролентална фиброплазия", ослепявайки след престой в кувъз.

- Как музиката ви заведе в Германия?

- От малка слушам всякаква музика. Когато бях на пет години, се запознах с една преподавателка от училището за незрящи и тя ме научи на много неща. С нея се занимавахме много активно с пиано, солфедж, хармония. От нея научих много за теорията и историята на музиката. Когато по-късно влязох в

музикалното училище, бях подготвена благодарение на нея. Аз учих в масово училище и допълнително се занимавах с музика при Жени Попова.

След като ме приеха в музикалното училище, от III до XII клас учих пиано - в класовете на Даниела Васкова и Диана Ботева. Когато бях VIII клас, бяхме на екскурзия в Германия, в град Пасау, Бавария. Там за пръв път чух църковен орган. Там се намира най-големият катедрален орган в Европа. Толкова силно впечатление ми направи мощта и акустиката на този орган, че започнах да проявявам интерес към инструмента и исках да го изучавам. От IX клас започнах да уча орган – първо при Велин Илиев, органиста на Софийската филхармония, а после и при проф. Нева Кръстева и при проф. Сабин Вели от Музикалната академия.

Да уча орган зад граница беше моя мечта, понеже в България няма такива традиции в органовата музика. С родителите ми мислехме дали да отидем в Германия, или Австрия. Тогава много харесвах немския език и исках да уча в тази среда, тъй като ми бе познат и нейният културен код. През 2012 година кандидатствах в Университета за църковна музика в Регенсбург, където живея и в момента. Това е в Бавария, южно от Мюнхен. Там държах приеман изпит по орган, хорово дирижиране, теория на музиката, пеене... Приеха ме със специалност „Църковна музика“, където се учат много неща, включително пеене, григориански хорал и хорово дирижиране.

По това време започнах да проявявам интерес към импровизацията. Импровизирах върху различни църковни химни, теми и мелодии. Затова записах като магистратура "Органова импровизация" и я завърших през 2018 година. От 2013 година работя като органист в една църква в района на Регенсбург. По-рано там имаше и хор, но по време на COVID пандемията той се разпадна.

Когато имам възможност, изнасям концерти. Два пъти съм участвала в Международния органов фестивал в катедралата "Свети Йосиф" в София. Там изпълнявах мои импровизации за орган, както и меси за глас и орган от Йозеф Габриел Райнбергер и Жан Лангле. Бях и в Тромсьо, Норвегия. Беше много впечатляващо в най-известната тяхна катедрала, наричана Арктическата катедрала. Последно имах концерт преди месец в Нюрнберг за юбилея на представителството на фондация "Каритас" в града. Там свирех свои импровизации, плюс произведения на един незрящ композитор от Нюрнберг от епохата на Ренесанса – Конрад Пауман.

- Как се интегрирахте в Германия?

- За мен бе лесно, тъй като, както споменах, знаех езика и културата. Знаех, че германците са пунктуални. Например, ако искаш да си говориш с тях, трябва да си запишеш час. Не можеш просто така да се обадиш по телефона. В България хората са по-спонтанни и им харесва да импровизират, докато тук са по-дисциплинирани, което аз харесвам. За моите родители беше по-сложно да се адаптират и досега е така, но за мен нямаше проблем. В момента всички живеем в Регенсбург и родителите ми помагат във всякакъв аспект. Нямам братя и сестри. Понякога се връщаме в България, за да видим баба ми в Шумен, или за участия.

- След времето, прекарано там, какво ви прави впечатление, когато се връщате в България?

- Може би инфраструктурата – всички тези дупки по тротоарите, в които се спъвам. Другото е, че Здравната каса в България не плаща за пособия за незрящи – компютри, брайлови дисплеи и други технически средства. Когато бях в България, държавата не осигуряваше брайлов дисплей и затова моите родители ми купиха на петнайсетия ми рожден ден и досега го ползвам.

- Имахте ли възможност да разкажете за българската народна музика в Германия?

- В края на обучението по църковна музика моят проект бе от органови импровизации в различни стилове върху български народни песни. Всички тези импровизации са качени в моя YouTube канал, където хората могат да ги чуят – "Дилмано, дилберо", "Излел е Дельо хайдутин", "Полегнала е Тодора" и "Божата майка и кукувицата". Предполагам, че за вашите читатели ще е интересно да чуят как тези народни мелодии звучат на орган. В последните три - четири години започнах да пея поп, да свиря и пея латино, джаз, боса нова.

- Казахте, че не сте учили в училище за незрящи. Как научихте брайловата азбука?

- Майка ми ме научи на брайловата азбука. Когато бях на пет години, тя отиде в училището за незрящи, оттам взе азбуката, изобразена за виждащи хора, заедно с инструкции за изписване, и ме обучи. И така от петгодишна обичам да чета на брайл и досега брайловият дисплей е денонощно с мен. С него чета нови книги и изучавам ноти. Преди да имам дисплей, не можех самостоятелно да чета на брайл.

Да, научих се да пиша на кирилица и с десетопръстна система, но друго не познавах. Постоянно изключвах говорещите програми, защото не ми харесваха, и мечтаех за брайл. С дисплея вече можех да чета текстови документи и да редактирам грешки без проблем. Не знам как бих имала достъп до информация без брайла. Да, има аудиокниги, но лично аз възприемам по-добре информацията при четене, а не със слушане. За мен Луи Брайл е гений и пример за нас. Знаем брайл на всички езици, които владее.

- Споменахте за YouTube канала си. Какво ви мотивира да го направите?

- Той имаше две цели. Първата цел е да споделям с моята публика музикалните си записи и нещата, които обичам да пея и да свиря в различни стилове. Другата цел е чрез интервютата ми с различни полиглоти да мотивирам колкото се може повече хора да учат нови езици.

- Колко езици знаете и на какво ниво? И в каква поредност ги учихте?

- За мен експертното ниво е всичко след B2 по европейската класификация. А всички езици, които знам, са на такова ниво. Аз общувам с други полиглоти, както и с мои познати от съответните държави, а също и чета литература в оригинал, клиент съм на имейл бюлетини и чета материалите от тях, слушам радиостанции и YouTube канали и тъй насетне. Имам и много професионални речници, които са на телефона и на компютъра ми.

Четенето на литература в оригинал е една от причините да уча нови езици. Да, преводачите вършат добра работа, но ако си способен да четеш в оригинал, това е много по-добре. Израснала съм паралелно с два езика – български и руски. Майка ми е рускиня. Първият ми чужд език бе английският, а след това немски, френски, нидерландски, шведски, испански, норвежки, датски, италиански, португалски, чешки. В момента уча японски и украински. Всички езици са посвоему красиви. А това на какъв език ще чета или слушам зависи от настроението ми.

- Доколко познаването на много езици е специално качество?

- Аз смятам, че всеки би могъл да го постигне. Затова правя и интервюта с хиперполиглоти. Това не е нещо уникално, свързано с незрящите. Ако човек се труди и е упорит и дисциплиниран в ученето, може да го постигне. Да, има хора, които нямат талант за учене на езици, но с упорство всичко се постига. Аз нямам талант за превод. Превеждала съм, но не и официални документи и книги. Но мога да чета и това ми доставя голямо удоволствие.

Изключвам говорещите софтуери, когато чета на брайл, но ги включвам, ако искам да чуя произношенията на различните езици. Нямам проблем със смесване на близко звучащи езици, защото, както обичам да се шегувам, имам чекмеджета в мозъка. Много полиглоти имат този проблем със смесването, но аз го нямам. Мога да разпознавам и акценти. Шведски, датски и норвежки са доста близки. Близки са също български, руски и чешки, макар да са от различни подгрупи на славянските езици. Има и прилики между немски и нидерландски, между италиански, испански, португалски и френски.



- Как се събират музиката и езиците като интереси?

- Музиката е езикът, който свързва всички култури и затова всички я разбират. Аз пея на много езици, а когато човек знае произношението, лексиката и всичко останало на съответния език, за него е по-лесно да предаде посланието, вложено от автора.

- С какво се занимавате извън двата си основни интереса?

- В момента търся работа в много области – комуникация, интеграция на чужденци, поддържане на профили в социални мрежи (писане на публикации, нюзлетъри и друго текстово съдържание). Естествено, няма как да обхвана и визуалната страна. Подавала съм документи на много места, но получавам откази, за съжаление.

Работодателите са скептично настроени към незрящите и това е навсякъде, не само в България. Проблемът е липсата им на практика с такива хора.

Те не знаят с какви пособия работим и смятат, че ще поемат разходите за тях. А в Германия бюрата по труда покриват тези разходи. В нашето семейство следваме един девиз – "Вървим само напред!".

Вървим напред, въпреки трудностите. Имам и една японска мисъл, която е моето друго любимо мото – "Да се радваме на всеки момент от живота и да го преживяваме като последен". По този начин животът ни ще бъде много по-интересен и разнообразен.

Източник - OFFNews.bg

ГЛАСЪТ ЗАД ПОГЛЕДА Смарт очилата и асистиращите технологии



Смарт очилата и асистиращите технологии в подкрепа на незрящите се развиват все по-динамично. В този материал събрах най-важното за водещите модели на пазара, за да предложа ясна и подредена представа за техните възможности. Текстът е подготвен с информативна цел. Често данните за подобни устройства достигат до нас чрез представяния от дистрибутори, където фокусът е върху точно определен модел. Тук стремежът е за по-широк и безпристрастен поглед върху алтернативите, без рекламен елемент.

В ежедневието тези очила могат да ви помогнат да прочетете етикет в магазина, да разпознаете продукт или да получите съдействие в непозната среда – ситуации, в които прецизността и всяка секунда имат значение.

Ще разгледаме четири решения, които по различен начин превеждат света около нас.

Ray-Ban Meta

Плюсове. Леки и стилни, те не се отличават от стандартните аксесоари. Позволяват излъчване на живо във Facebook и Instagram и споделяне в реално време на това, което е пред вас. Изкуственият интелект може да описва обекти, да отговаря на въпроси за средата и да чете кратък текст.

Минуси. Това е устройство, създадено за масовия потребител, а не специализирано изделие за незрящи. Липсват функции като разпознаване на банкноти. Изискват постоянен достъп до интернет през телефона. Част от функциите зависят от езиковите настройки и региона.

Цена. Около 330 до 380 евро.

Подходящи са за хора, които искат да съчетаят модерна технология със създаване на съдържание.

Envision Glasses

Плюсове. Прецизно четене на текстове, включително на български, с варираща точност според текста и средата. Разпознаване на лица, предмети и цветове. Функция "Придружител", която осигурява видео връзка с реален асистент за помощ при нужда.

Минуси. По-забележим дизайн и висока цена. Някои функции изискват интернет връзка.

Цена. Около 3 000 до 3 500 евро.

Балансирано решение за потребители, търсещи реална ежедневна подкрепа.

Spark Vision

Плюсове. Позиционира се като решение с фокус върху българската среда, включително гласова поддръжка и разпознаване на банкноти. Вградено осветление за по-добра ефективност при слаба светлина.

Минуси. Най-висока цена и по-масивен дизайн. По-ограничени публични данни към момента. Някои функции изискват интернет връзка.

Цена. Около 4 600 евро.

Подходящи за хора, които предпочитат устройства с български софтуер.

OrCam MyEye

Плюсове. Работи основно без интернет. Бързо и точно разпознаване на текст с високо ниво на поверителност. Компактен и дискретен дизайн.

Минуси. Липсва опция за връзка с жив асистент. Висока цена. Предлага се в различни версии с вариращи възможности.

Цена. Около 3 500 до 4 800 евро.

Подходящ за тези, които търсят надеждна работа без нужда от интернет връзка.

Всяко от тези устройства има своите силни страни и ограничения. Нито едно не е универсално.

Как да изберем?

Изборът не е въпрос на това кое е най-доброто устройство по принцип, а кое е най-подходящо за личните нужди.

За създаване на съдържание и споделяне на преживявания Meta очилата са добър старт.

За ежедневна помощ и сигурност Envision е силен избор.

За стабилна работа офлайн OrCam е предпочитаният вариант.

За адаптация към българската среда Spark Vision има своите предимства.



Какво е важно да се предвиди?

Батерията често е с ограничен капацитет при активна употреба.

Разпознаването на български език варира според модела, качеството на текста и светлината.

Някои модели привличат повече внимание, което може да влияе на личния комфорт.

Нужно е технологично време за адаптиране и уверено боравене.

Възможности за подкрепа

Въпреки високата стойност, съществуват възможности за финансова подкрепа при закупуване на специализирани помощни средства. Част от тях могат да бъдат заявени чрез Агенцията за социално подпомагане, но условията и обхватът на финансиране не са постоянни и изискват актуална проверка. Затова е важно решенията да се вземат информирано и без прибързани очаквания.

Трябва да признаем, че цените на тези технологии остават високи спрямо стандарта на живот в България. Именно затова изборът не е просто технологичен, а отговорен личен процес – такъв, който изисква ясно разбиране на нуждите и реална преценка на ползите.

Технологията като допълнение, а не като замяна

Тези устройства са впечатляващи помощници. Те могат да прочетат етикет, да опишат сцена или да ни свържат с човек. Но не могат да заменят ориентацията, опита и изградените умения.

Белият бастун или кучето-водач остават най-сигурното средство за придвижване. Технологичните устройства добавят детайли. Те не заменят увереността, а я надграждат.

Според мен не най-важното е каква технология използваме, а как тя се вписва в нашия ритъм на живот.

Румяна ДИМИТРОВА

ДОСТЪПНОСТ д-р Негослав Събев, БАН: "Хората с увреждания също имат нужда от достъп до това, което предлага всяка една културна институция"

Достъп и достъпност са ключовите думи, за да имат възможност незрящите хора да се докоснат до изкуството и културата. Достъпът го разглеждаме по-скоро като наличност, като начин нещо да бъде достигнато, докато достъпността включва в себе си доста по-дълбоко значение и означава не само човек да влезе през входа на сграда или да достъпи мобилно приложение, а да може практически да използва възможностите на това, което предлага било сградата, било мобилното приложение.

Това каза в предаването "Метроном" на Радио "Фокус" главен асистент д-р Негослав Събев от Института по математика и информатика – БАН, автор на лекцията "Информационна достъпност в контекста на културното наследство в обичайна и цифрова среда: същност и значение".

По думите му достъпността функционира на три нива. Що се отнася до културата специално - едното е физическото ниво, второто е сензорното ниво и третото ниво е достъпността на самата информация в дигиталната среда. "Различните групи от хора с увреждания също имат нужда от достъп до това, което предлага всяка една културна институция, но за съжаление то често се negliжира. И тук вече започва реалният проблем, че много пъти, влизайки в една културна институция, понякога се чувстваме като в празна стая – да, има нещо, но ние не можем да стигнем до него", каза той и даде пример с това, че един незрящ човек не може да получи информация до артефакти, поставени зад витрината в даден музей.

Решенията според д-р Събев са на различни нива, като те са различни за различните хора и групи с увреждания. Като едно от решенията, за да могат хората с увреждания да се запознаят с експонатите, е да се правят макети, което ще даде достъп до сензорното ниво, което е много важно. "Що се отнася до цифровото ниво, тъй като много хора са възпрепятствани да отидат в дадена културна институция, първата среща с нея може да е във виртуалната среда" - посочи той и добави, че най-важното е да има по-голяма запознатост на обществеността и на хората, които работят в тази сфера, с проблемите, които съществуват. "На второ място вече идват желанието и финансовият въпрос на нещата. Понякога наистина това е сериозна пречка, но когато има желание, се намира и начин", допълни Събев.

Източник - *focus-news.net*

Yettel подобрява достъпността на магазините си с тактилни ленти за незрящи хора



Близо 30 от магазините на Yettel вече разполагат със специални тактилни ленти по пода, които помагат

на клиентите със зрителни проблеми да се ориентират самостоятелно и безопасно в помещенията. Инициативата има за цел да подобри достъпността на търговските обекти и клиентското изживяване при посещението им, като осигури необходимите указателни знаци за незрящите потребители. Yettel е първият телекомуникационен оператор у нас, който въвежда подобна практика в мрежата си от търговски обекти. Компанията е и сред пионерите в интегрирането на подобни решения в интериорна среда в Европа. Първите обекти, снабдени с тактилни ленти, се намират в София, Пловдив, Перник, Стара Загора, Варна, Русе, Търговище, Бургас, Разград и Пазарджик. Следвайки ивиците с релефна повърхност, незрящите клиенти могат да се придвижват по-лесно и комфортно от входа до място, където консултант ги посреща, за да бъдат обслужени.

Дизайнът на тактилните ленти наподобява релефните указателни елементи, които могат да се видят на спирки на градския транспорт, тротоари и пешеходни зони, но е адаптиран специално за използване в интериорна среда. Поставени върху пода, те създават осезаем релеф, който може да бъде разпознат с бастун или чрез стъпване и служи като ориентир за хората с увредено зрение. В допълнение - за магазините, пред които има стълби, са предвидени контрастни ивици върху стъпалата, които обозначават началото и края на стълбите за хората с частично увредено зрение.

"За нас достъпната среда не е еднократна инициатива, а постоянен процес по подобряване на начина, по който хората взаимодействат с нашите пространства и услуги. Затова проактивно търсим решения, които улесняват клиентите ни и премахват бариерите пред тях. Въвеждането на тактилните ленти е важна стъпка в развитието на нашата магазинна мрежа и част от по-широкия ни ангажимент да създаваме по-приобщаваща среда за всички", коментира Маргита Колчева, мениджър "Устойчиво развитие" в Yettel - България.

Компанията планира и обучения за служителите в магазинната мрежа. Те ще им помогнат да придобият необходимите умения за работа с клиенти със специфични увреждания и затруднения. Предвидени са и технически тренинги за функцията на тактилните ленти, както и опреснителни обучения за използване на рамките за хора в инвалидни колички.

При разработването на решението операторът работи в партньорство със Съюза на слепите в България, който валидира концепцията и дава експертна обратна връзка за ефективността на поставените елементи. За реализацията на проекта компанията работи и с две специализирани организации – Partners, официален дистрибутор на 3М за тези продукти, както и Mundus Services, които отговарят за инсталирането им. При разработването на проекта екипът следва добри практики от други европейски държави.

Паралелно с въвеждането на тактилните ленти Yettel работи и за подобряване на достъпността на магазините си за хора с двигателни затруднения. Търговските обекти са оборудвани с широки входове и рампи, а при планирания редизайн на помещенията ще бъде осигурено и повече пространство за свободно придвижване на клиенти в инвалидни колички.

Източник – "Mobile Bulgaria"



ИЗ ЖИВОТА НА ОРГАНИЗАЦИИТЕ София

Първа пролет и две годишнини

Тази година традиционният пролетен концерт, който софийският ЦСРИ "Светлина" организира ежегодно по това време, се проведе на 25 март в залата на "Сити Марк Арт Център" в София. Освен 15-годишнината на центъра и 105-годишнината на ССБ, събитието съвпадна и с християнския празник Благовещение, но, разбира се, концертът бе посветен преди всичко на двете годишнини. Тази година

събитието бе по-машабно и много по-официално не само заради мястото на провеждането му, а и заради качеството на изпълнителите. Изключително приятно бе да чуем от сцената великолепната Гергана Стоянова, чийто глас вече 23 години е неизменна част от живота на всеки незрящ българин. Тя бе водеща на събитието. От сцената Гергана сподели, че над 20 години все още получава обаждания и имейли с благодарност и възхищение от различни хора, лишени от зрение.



Първото приветствие поднесе директорът на ЦСРИ "Светлина" г-н Недялко Димов. Той благодари на всички за тяхната отдаденост и съпричастност през изминалите 15 години, откакто центърът за пръв път отвори врати. Като домакин г-н Димов лично представи част от гостите на събитието, а те бяха:

- главният счетоводител на ССБ и счетоводител на Центъра – г-жа Роза Янчева;
- председателят на Национално читалище на слепите "Луи Брайл 1928" – г-н Йордан Младенов;
- ръководителят на вокална група "Феникс" – г-н Георги Холянов.

Тук присъстваха и представители на рехабилитационни центрове за интеграция на незрящи и от други градове – Перник, Плевен, Русе и НЦРС - Пловдив в лицето на неговия изпълнителен директор.

На сцената излезе и целият персонал на Центъра, като всеки от служителите се представи персонално. Диляна Маджарова е административният сътрудник, човекът, който води цялата документация, или както самата тя в шеговит тон се представи – тъй нареченият канцеларски плъх.

Димитър Димитров пък е един от "главните заподозрени" за "проговарянето" на нашите персонални компютри и телефони, а казано сериозно – специалист и преподавател по информационни технологии. Богомил Кърков е вторият ИТ специалист, преподавател и един от относително най-новите служители в Центъра.

Гергана Бързакова е инструктор по ориентиране и мобилност, човекът, който изисква прецизност в техниките и самостоятелност в движението навън.

Румяна Янева е преподавател по брайл и полезни умения и е в Центъра от самото му основаване.

Детелина Методиева е вторият преподавател по ориентиране и мобилност и също работи в Центъра от самото му основаване. Освен това тя обучава дамите на умението да бъдат модерни и красиви.

Десислава Врджалиева - Исмаил е психолог и зрителен рехабилитатор в Центъра. Вече 14 години тя оказва психологическа подкрепа на хората без зрение, както и на хората с остатъчно зрение, чрез комплекс от упражнения да го поддържат и да го използват максимално ефективно.



Милена Митева е в Центъра от основаването му. Тя е третият инструктор по ориентиране и мобилност. За нея в основата на всичко са силната мотивация и добрите взаимоотношения между преподавател и обучаващ се.

Емилия Димитрова е хигиенистът на Центъра от самото му създаване.

Всеки от тях благодари на Центъра и на екипа за съвместната работа, като пожела още по-големи успехи и просперитет.

Благодарност отправи г-н Димов към съорганизатора на събитието – Съюза на слепите в България в лицето на неговия председател Васил Долапчиев.

Бяха получени поздравителни адреси от министъра на труда и социалната политика, от председателя на Национално читалище на слепите "Луи Брайл 1928" и от Красимир Залев – председател на РО - София към ССБ.

С приветствие към всички се обърна и председателят на ССБ Васил Долапчиев.

Като официални гости присъстваха проф. д-р Георги Йорданов – изпълнителен директор на Агенцията за хората с увреждания, г-жа Вероника Запрянова – началник-отдел на дирекция "Социално подпомагане" от район Възраждане, г-жа Даниела Кисьова – главен социален работник от дирекция "Социално подпомагане" – Възраждане, г-жа Диана Керемидчиева – директор на Специално училище за деца с нарушено зрение "Луи Брайл" - София, проф. Мира Цветкова - Арсова – ръководител на катедра "Специална педагогика" към Софийския университет, доц. Маргарита Томова – катедра "Специална педагогика" към СУ, главен асистент д-р Емануела Стоилова – катедра "Специална педагогика" към СУ, Донко Ангелов – управител на ПП "Успех" София, Павлин Ангелов – председател на РО - Плевен и управител на "Успех Металкап" - Плевен, г-жа Весела Александрова – изпълнителен директор на НЦРС - Пловдив, г-н Красимир Залев – председател на РО - София, г-н Иван Янев – председател на ФСХЗУ.

Концертната програма започна с изпълнения на Михаил Манков на две хумористични народни песни, изпети със собствен съпровод на тамбура.

Вокална група "Феникс" също изпълни две песни – "Въпрос" и "За теб", а победителят в "България търси талант – 2015", духовитият Андриан Асенов, развесели публиката със скетове и повдигна настроението с любимата на всички песен на Веселин Маринов "Лятна жълта рокля".

След него семейство Крис и Ваня Григорови изпълниха две филмови песни, а дует "Кауза" – Галя Георгиева и Атанас Лазаров, подариха на публиката също две песни.

Студио "Мирикъл" се представи на ниво със своите две изпълнения на песните "Тайната на любовта" и "Среща край реката".

И накрая, гвоздеят на програмата, бе любимият на всички изпълнител и приятел Орхан Мурад, който смени доходоносния стил на чалгата и изпълни две песни с противоположно на попфолка звучене.

Едната от тях бе стара песен, но с напълно нов аранжирмент, още от времето на група "Лотус", наречена "Стената". Второто му изпълнение, направено с великолепно соло на китара, бе една известна песен на Крис Риа.

След изпълнението си Орхан предложи водещата Гергана Стоянова да бъде приета под някаква форма за член на Центъра и като млад такъв тя обяви закриването на концерта.

Фолклорна танцова група "Танцуващи сърца" към НЧ "Луи Брайл 1928" разнообразяваше певческите изпълнения с кръшни хора като тракийска ръченица, сворнато хоро и още...

Събитието премина на високо ниво - при превъзходна организация и с много поздравления и прекрасно настроение. Тук имаха възможността да се срещнат стари познати и приятели, а насладата от изпълненията на сцената остави хубави спомени във всеки от нас до следващия концерт. Пълната зала бе поредното доказателство за полезността и авторитета на център "Светлина" и огромното уважение, с което той се ползва сред незрящите в последните 15 години.

Марина ПЕТКОВА

Силистра

105 години Съюз на слепите в България

На 27 март 2026 г. в конферентната зала на хотел "Виена" в град Силистра отбелязахме 105 години от учредяването на Съюза на слепите в България. Програмата бе открита от председателя на Регионална организация - Силистра г-жа Петранка Стоянова с поздравления към членовете по повод годишнината и благодарност за активното им участие в организираните дейности. След това бяха изпълнени авторски стихове, посветени на годишнината от учредяването на Съюза. Програмата за деня продължи с презентация за дейността на Регионална организация - Силистра. В нея бяха детайлно изтъкнати услугите, които тя предлага на своите членове и техните семейства. Последваха представяне на нови помощно-технически средства и викторина, посветена на историята на Съюза. Гост на събитието бе г-жа Мюнаджие Феим - здравен медиатор в община Силистра. От своя страна съюзните членове благодариха на ръководството за неуморния труд и грижите, които се полагат за разнообразяването на тяхното ежедневие.

Петранка СТОЯНОВА







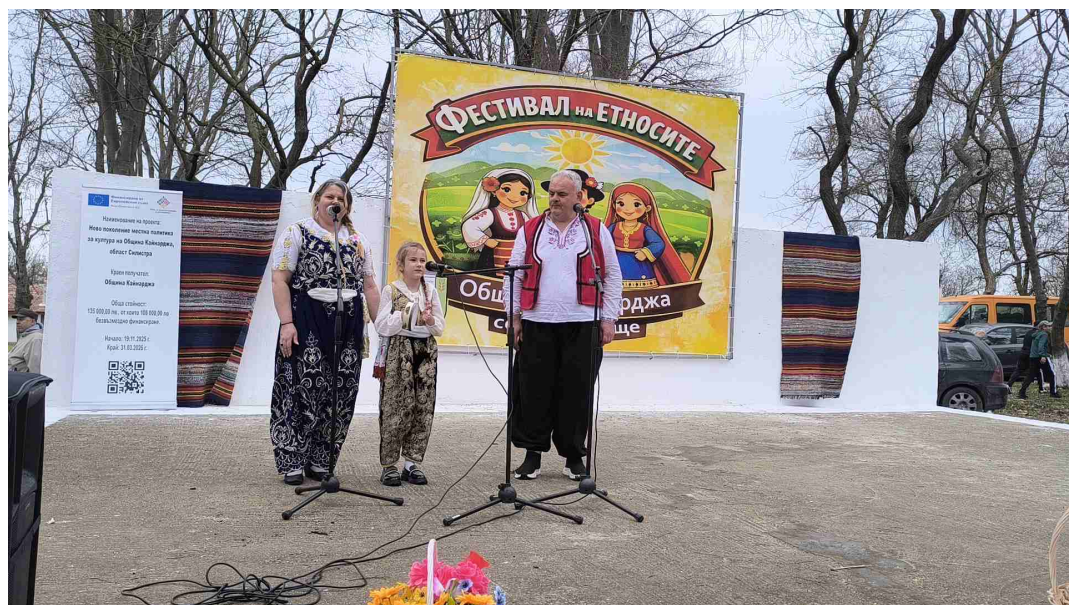
Фестивал на етносите

На 21 март 2026 г. в село Средище, община Кайнарджа се проведе Фестивалът на етносите, организиран от Народно читалище "Стефан Караджа - 1943" и сдружение "Общности, традиции, култура".

Събитието се реализира в рамките на проекта "Ново поколение местна политика за култура",

финансиран по Националния план за възстановяване и устойчивост. Празникът беше открит от кмета на община Кайnardжа г-н Любен Сивев. Във фестивала взеха участие представители на различни етнически общности в България, които представиха своето културно наследство чрез фолклорни изпълнения, обичаи и традиционна кухня. Специален акцент бе поставен върху "етнотрапезата", която предложи разнообразие от ястия от различни култури, които не позволиха на дъжда и студа да сломят празничната атмосфера.

С грамота за отлично представяне се завърнаха и група съюзни членове от ТО на ССБ - Дулово с ръководител Север Алиев. Благодарим на организаторите на фестивала за отличната организация!





Монтана

Кулинарен конкурс

По повод отбелязването на 105-ата годишнина от основаването на Съюза на слепите в България Регионална организация - Монтана организира кулинарен конкурс под надслов "И ние можем". На 30 март в ресторант "Огоста" в областния град своите кулинарни изкушения, които бяха около 100, изложиха над петдесет съюзни членове от териториалните организации в Кула, Видин, Монтана, Берковица, Бойчиновци и Лом. Ястията бяха в четири раздела – "Предястие", "Основно ястие", "Десерт" и "Питки и баници".

Още от ранни зори се разнасяше мирисът на прекрасните ястия, приготвени за конкурса. На дълга маса в ресторанта се подредиха чудните изделия, приготвени от членовете на организацията.

Разнообразието бе голямо. Салатите и предястията бяха аранжирани с много богато въображение и изискан вкус под формата на чудновати лалета, таралежчета и други. Сред основните ястия не липсваха печена домашна патица със зеле, пълнена домашна кокошка, пълнени чушки с боб, миниатюрни кюфтенца, рула и много други деликатеси. Десертите включваха красиви и много вкусни торти, дребни сладки, кексове и мъфини. Баниците и питките бяха сътворени по всичките възможни древни и нови рецепти на богатата и традиционна кухня на Северозападна България. Всичко бе прекрасно и приготвено с много старание и любов. За всеки вкус имаше по нещо - от сладко до солено. Както на рожден ден, имаме и много гости. Празникът ни бе уважен от представители на Община Монтана, директора на ДСП - Монтана г-жа Десислава Димитрова, г-жа Даниела Табакова от Комисията за защита от дискриминация, г-н Станимир Стоев – директор на ТП на НОИ - Монтана, представители на Регионална библиотека "Гео Милев" - Монтана, както и председатели на сродни организации, които останаха възхитени от уменията на хората със зрителни увреждания и предложените от тях кулинарни изкушения.

Комисията за оценяване се състоеше от г-жа Кателина Кръстева - собственик на сладкарница "Валка", Ели Лозанова - известен кулинар, а към дамите се присъедини и г-н Станимир Стоев.

Голямото разнообразие определено затрудни журито при избора. Близо час се колебаеха кои призиви места да определят и накрая решиха.

Първо място в раздел "Ордьоври" взе Виолета Дивинисиева от ТО - Монтана. Гювечетата на Таня Николова се класираха на първо място в раздел "Ястия". Сладките на Цветана Никифорова впечатлиха комисията и спечелиха първото място при десертите. Най-хубавата питка се оказа на Зоя Благоева. Лучникът на Николай Николов се класира на второ място при основните ястия. На трето място се класираха гевречетата на Мариана Петрова от ТО - Берковица в раздел "Баници и питки". Букетът от домати лалета на Георги Фердинандов взе трето място при ордьоврите. Вкусното руло "Стефани" на Радослав Тодоров - председател на ТО - Лом се класира на второ място в раздел "ястия". Тортата на ТО - Кула бе приятната изненада и зарадва всички, за нея остана грамотата за "Тематична торта". Атрактивно аранжираната маса на Стефан Стефанов – председател на ТО - Бойчиновци направи голямо впечатление и заслужено получи специалната награда за "Най-атрактивно подредена маса". Вкусните и направени по автентични рецепти сладкиши на членовете на ТО - Видин спечелиха грамота за "Автентично направени ястия".

Усмивките по лицата на участниците говореха красноречиво за тяхното морално удовлетворение от включването им в това мероприятие, както и от осъществените нови социални контакти и приятелства.

С празнично настроение отбелязахме сто и петата годишнина на Съюза на слепите в България.

Показахме, че с желание и взаимна подкрепа физическите (сензорните) ограничения не могат да са пречка, когато правим това, което обичаме. Защото на хората с увреждания трябва да им се показва това, което могат, а не това, което не могат. А те могат много, стига да им се даде възможност да се изявят!

Ива ПЕТКОВА







Смолян

Пожарникари обучиха незрящи и техните придружители как да реагират при пожар

Във връзка със зачестилите пожари в жилищата и с цел повишаване на информираността на населението, по съвместна инициатива на Районна служба "Пожарна безопасност и защита на населението" - Смолян и Регионална организация на Съюза на слепите - Смолян, се състояха обучение и инструктаж на незрящите хора и техните придружители за основните действия при възникване на пожар.

Занятието се проведе в сградата на организацията ни в квартал "Устово" и включваше както теоретична, така и практическа подготовка за евакуация от горяща сграда.

Практическата част премина при симулирана ситуация на пожар. Наложиха се част от присъстващите да бъдат евакуирани с пожарническа стълба от терасата на втория етаж, което предизвика силен интерес и показва нагледно как се извършват спасителни действия при подобни инциденти.

Хората, които се сблъскват с физически или сетивни бариери, често срещат затруднение при бързата организация и напускането на сградата при извънредни ситуации. Статистиката показва, че лицата със зрителни увреждания са сред групите с по-висок риск да пострадат при пожар в жилищата. Именно затова подобни инициативи са изключително важни, тъй като помагат за повишаването на информираността и затвърждаването на основните знания и умения за безопасно поведение и своевременна реакция при възникване на пожар.

РО - Смолян







Добрич

Виртуозен концерт

Насладихме се на великолепните изпълнения на пианистите Хасан и Ибрахим Игнатови в Органовата зала на град Добрич. Познаваме ги още от 2014 година, когато участваха в детската "Еurovision" с музикалния съпровод на песента "Детска планета", изпълнена от нашата талантива Крисия. 21 човека със зрителни и други увреждания от организация "ХобиСклуб" си закупихме билети с отстъпка за концерта на известните братя, майстори на класическите изпълнения на пиано. В програмата прозвучаха произведения от Моцарт, Бетовен, Шопен, Лист и Дебюси. Силно ни грабна изпълнението на двамата пианисти, посветено на майка им, в която пиеса имаше от всичко по малко: съвременна музика, джаз, турска музика, български мотиви от фолклора и други известни и неизвестни пиеси. Впечатлени останахме и от това, че виртуозните пианисти не ползваха написани ноти. Върнахме се у дома заредени и развълнувани, което настроение ни държи и до днес. Мислено пожелахме на 23-годишните младежи дълъг творчески път. БРАВО!!!

Иван ТОДОРОВ

ОФТАЛМОЛОГИЯ Проучване демонстрира, че фоторецепторните клетки могат да бъдат възстановени

Ново изследване на University of Michigan поставя под съмнение дългогодишното убеждение, че фоторецепторните клетки в ретината са обречени, щом навлязат в процес на програмирана клетъчна смърт (апоптоза).

Фоторецепторите са специализирани клетки, които улавят светлината и я превръщат в електрически сигнали. При заболявания като пигментен ретинит те постепенно загиват, което води до загуба на зрение. Доскоро се смяташе, че когато в тези клетки се активира апоптоза, процесът е необратим. Изследователи обаче показват, че това невинаги е така. Те откриват, че фоторецепторите могат да се възстановят, ако източникът на клетъчен стрес бъде премахнат навреме. Ключът към този процес се оказват митохондриите. Това са малки структури вътре в клетката, които произвеждат енергия. Когато митохондриите се увредят, клетката губи способността си да функционира и се активира клетъчната смърт.

Екип от Michigan установява, че ако стресът бъде намален, клетката може да включи механизъм за вътрешно почистване, наречен митофагия. Митофагията е процес, при който увредените митохондрии се разграждат и се заменят с нови, здрави структури. Това е като клетъчна "подмяна на батериите". След като митохондриалният баланс се възстанови, фоторецепторите могат да възвърнат електрическата си активност и да продължат да работят.

Особено впечатляващо е, че това възстановяване се наблюдава дори когато клетката вече е активирала каспази — ензими, които участват в апоптозата и се считат за знак, че процесът е необратим. Новите данни показват, че клетката може да се "върне назад", ако условията се подобрят. Това променя фундаментално разбирането за дегенеративните заболявания на ретината.

Откритието не означава, че вече има готово лечение, но отваря нови терапевтични възможности.

Вместо да се опитват да спрат апоптозата на всяка цена, бъдещите терапии може да се фокусират върху стабилизиране на митохондриите или стимулиране на митофагията. Такива подходи биха могли да забавят загубата на фоторецептори и да запазят зрението за по-дълго време.

Изследването показва, че биологията на ретината е по-гъвкава, отколкото се е смятало.

Фоторецепторите не са автоматично обречени, а разполагат с вътрешни механизми за възстановяване, които науката тепърва започва да разбира. Това дава нова надежда на хората, живеещи с пигментен ретинит и други дегенеративни заболявания на ретината, и очертава нови посоки за бъдещи терапии.

Източник - University of Michigan

РЕКЛАМИРАЙТЕ ПРИ НАС Рекламна тарифа на списание "Зари"

Корици:

Втора корица (1 цвят) – 150 лева.

Втора корица (4 цвята) – 230 лева.

Трета корица (1 цвят) – 150 лева.

Трета корица (4 цвята) – 230 лева.

Четвърта корица (4 цвята) – 300 лева.

Вътрешни страници:

Цяла страница (1 цвят) – 100 лева.

Цяла страница (4 цвята) – 170 лева.

Половин страница (1 цвят) – 70 лева.

Половин страница (4 цвята) – 100 лева.

Четвърт страница (1 цвят) – 40 лева.

Четвърт страница (4 цвята) – 70 лева.

1/8 страница (1 цвят) – 25 лева.
1/8 страница (4 цвята) – 30 лева.
1/16 страница (1 цвят) – 15 лева.
1/16 страница (4 цвята) – 20 лева.

За фиксирано място – плюс 10%.

Цените са без ДДС

Отстъпки:

10% за 3 поредни реклами.
15% за 6 поредни реклами.
25% за 12 поредни реклами.

** Цените са при предоставен готов файл от страна на рекламодателя. За изработване на файл от предпечата на списание "Зари" цената е по допълнително договаряне.*

РЕКЛАМНА СТРАНИЦА Представяме ви "Успех Филтър ССБ" ЕООД



**USPEH
FILTER**

www.uspehfilter.com



София, 1360 бул. „Европа“ 138

Тел: 02 926 88 33, 02 926 88 44

Факс: 02 926 88 98

www.uspehfilter.com

e-mail: info@uspehfilter.com



„Успех Филтър ССБ“ ЕООД е специализирана фирма за производство на филтри за очистване на въздуха за всички видове климатични инсталации и чисти помещения, предфилтри, фини филтри и абсолютни филтри тип „HEPA“, филтри за двигатели с вътрешно горене и индустриални филтри.

Модерното оборудване съчетано с влагани материали от водещи фирми в света дава възможност за висока производителност и качество на продуктите.

СПОРТ Държавно първенство по стрелба с лък на закрито – 2026 година

От 13 до 15 март 2026 г. в спортен комплекс "Осогово" в Кюстендил се проведе държавното първенство по стрелба с лък на закрито за хора със зрителни увреждания. В състезанието се включиха представители на 9 спортни клуба от цялата страна, които показаха изключителна концентрация, спортен дух и техничност в стрелбата. За СКИ "Витоша" се състезаваха Иван Янев, Илинка Дилкова, Байрие Апти, Силвия Чаушева, Теодор Стоянов, Милена Янева и Десислав Димов, които бяха подкрепяни от Гюнер Апти.

След последния съдийски сигнал стрелците на клуб "Витоша" отчетоха резултат от 2 златни, 1 сребърен и 1 бронзов медала.

Краен резултат, класиране по категории:

B1 (жени):

1. Камелия Добрева – СКИ "Атлет" - Варна
2. Байрие Апти – СКИ "Витоша" - София

3. Даниела Петкова – СКИ "Вихър" - Варна

B1 (мъже):

1. Иван Янев – СКИ "Витоша" - София

2. Борислав Лазаров – СКХЗУ "Пауталия спорт 2005" - Кюстендил

3. Ваньо Биячев – СКИ "Вихър" - Варна

B2/3 (жени):

1. Илинка Дилкова – СКИ "Витоша" - София

2. Надя Каратова – СКХЗУ "Пауталия спорт 2005" - Кюстендил

3. Милена Янева – СКИ "Витоша" - София

B2/3 (мъже):

1. Любомир Иванов – СКЛУ "Изгрев" - Пловдив

2. Тодор Георгиев – СКХУ "Бялата лястовица" - Габрово

3. Красимир Александров – СКИ "Кракра" - Перник.

Благодарим на съдийския екип – Иван Иванов, Светлана Иванова и Калинка Иванова, както и на всички, които допринесоха за отличната организация на състезанието.

Първенството е част от държавния спортен календар на Федерация "Спорт за хора със зрителни увреждания". Организатори са Федерацията и СКХЗУ "Пауталия спорт 2005" - Кюстендил с финансовата подкрепа на Министерството на младежта и спорта и Общината.

СКИ "Витоша"

Златен джоб

"В спорта, както и в живота, победата не е само в резултата – тя е в смелостта да излезеш на арената, да се бориш и да не се отказваш"

На 21 март 2026 г. бяхме свидетели на шоудаун състезанието "Златен джоб", чийто организатор бе Спортен клуб за интеграция "Витоша", София.

Турнирът традиционно изненадва с различен формат всяка година, а този път се проведе в класическия отборен формат.

В него взеха участие 6 отбора – "Витоша" (София), "Витоша II" (София), "Доростол" (Силистра), "Атлет" (Варна), "Марица" (Пловдив), "Пазарджик" (Пазарджик).

Надпреварата се проведе с регламент всеки срещу всеки. За честното и безпристрастно протичане на турнира се погрижиха съдиите Боряна Петкова, Галин Ивайлов, Павел Кушнеренков, Ренета Здравкова.

Истинска битка се разигра в средата на класирането. Отборите на Пазарджик, Пловдив и Варна завоюваха по две победи от пет срещи, затова точковата разлика изигра важна роля за позициите им в класирането.

"Витоша" премина през турнира без нито една загуба, демонстрирайки стабилност, концентрация и шампионски дух. Вторият софийски отбор отстъпи единствено на своите опоненти от същия клуб.

Крайно класиране:

първо място –

„Витоша” (София);

второ място –
"Витоша II" (София);

трето място –
"Марица" (Пловдив);

четвърто място –
"Атлет" (Варна);

пето място –
"Пазарджик" (Пазарджик);

шесто място –
"Доростол" (Силистра).

Поздравяваме СКИ "Витоша" за организацията и гостоприемството, благодарим на участниците за излъчваната от тях ведрост, спортсменството и положените усилия!

Източник – "Спорт и солидарност за зрящи и незрящи"

"BSC Prague Showdown Cup – 2026"



В периода 25 - 30 март 2026 г. в Чехия, в близост до град Нимбурк се проведе за десети път престижният турнир по шоудаун "BSC Prague Showdown Cup". В турнира се включиха 66 състезатели (40 мъже и 26 жени) от 2 континента. От България в турнира се включи група, съставена от 5-има шоудаун играчи: Хакан Осман, Теодор Стоянов, Байрие Апти, Добромир Удрев и Иванка Вашкова. Международният съдия Виктория Димитрова, за разлика от предходните турнири, този път лиши от своята компания българския отбор. Теодор и Байрие са настоящи членове на СКИ "Витоша" и са част от националния отбор по шоудаун.

Състезанието се проведе на 6 маси. Системата, по която се игра турнирът, бе по системата от турнирите по футбол за слабовзрящи и незрящи "VisiBall". Организаторите отново използваха

приложението "Tournify", което дава много улеснен, бърз и подробен достъп до цялата информация, свързана с турнира, и както изглежда - в бъдеще ще се използва все по-често при провеждането на такъв вид състезания.

След три дни игри срещу опоненти с различно ниво на игра и различни тактики в шоудауна състезателите ни заеха следните места:

При мъжете:

Хакан Осман се позиционира на 4-то място, Теодор Стоянов на 30-о място и Добромир Удрев на 39-о място.

При жените:

Байрие Апти се нареди на 17-о място, а Иванка Вашкова на 22-ро място.

Призовите места се заеха от:

При мъжете:

1-во място -

Пиер Берtrand от Франция;

2-ро място -

Джони Витамаки от Финландия;

3-то място -

Андреа Лазарини от Италия.

При жените:

1-во място -

Елзбета Милчирек от Полша;

2-ро място -

Тереза Прикрилова от Чехия;

3-то място -

Май Ли Де Релимикар от Белгия.

Крайт на турнира бе сложен с официална церемония по награждаване на играчите, съдиите, треньорите и на всички доброволци, взели участие в мероприятиято.

ФСХЗУ

Шахматен турнир за купата на София



На 4 април бях гост на едно прекрасно спортно събитие – турнира по шахмат за "Купата на София", организиран от софийската регионална организация към Съюза на слепите в България (ССБ). Винаги е вдъхновяващо да видя как спортът обединява общността ни и калява волята. Турнирът, организиран под ръководството на председателя на регионалната организация Красимир Залев и под стриктния съдийски поглед на Любомир Василев, премина с много емоции и истинско джентълменско съревнование.

За мен беше чест да поздравя участниците и да връча купата.

Златният медал и купата на София бяха заслужено спечелени от шампионката Илинка Дилкова.

Поздравления за безапелационното представяне!

Сребърен медал за Любчо Янкулов, който показва изключително ниво.

Бронзов медал за Теодора Джибир, ученичка от специалното училище "Луи Брайл". Изключително съм щастлив да виждам млади таланти, които уверено вървят по стъпките на големите спортисти.

Спортът е най-прекият път към интеграцията и самочувствието. Като човек, чийто живот е свързан със спорта, знам, че всяка спечелена точка е победа над бариерите.

Благодаря на организаторите и на всички членове на регионалната организация за топлото посрещане. Продължаваме заедно – към нови върхове и по-достъпна среда за нашите таланти!

д-р Иван ЯНЕВ

СЪОБЩЕНИЕ: Рали "Доверие" 2026 – едно различно предизвикателство!

РАЛИ „ДОВЕРИЕ“ 2026
ЕДНО РАЗЛИЧНО ПРЕДИЗВИКАТЕЛСТВО!

07 юни 2026 г., София

Доверие и ориентация
Работа в екип

КОНТРОЛНИ ТОЧКИ В СОФИЯ

ПИЛОТ и НЕЗРЯЩ НАВИГАТОР

КУПИ ЗА ПЪРВИТЕ 3 МЕСТА!

Запиши се до: 08 май 2026 г.
vipsportbg@gmail.com

СПЕЦИАЛНИ НАГРАДИ!

Имаш ли желание за приключение, което съчетава шофиране, ориентация и работа в екип?

На 7 юни 2026 г. в София ще се проведе рали "Доверие" – уникално състезание, в което най-важни са доверието и комуникацията между пилот и навигатор. Всеки екипаж ще се състои от:

- пилот (шофьор);
- навигатор – незрящ или с нарушено зрение.

Какво представлява ралито?

Това не е състезание по скорост! Участниците трябва да открият и преминат през контролни точки в рамките на София, използвайки указания от пътна книга и добра координация помежду си.

Тук най-важното е:

- доверие между участниците;
- добра комуникация;
- ориентация и логическо мислене.

Награди:

- купи за първите три места;
- специална награда за най-добър женски екипаж;
- и още изненади за участниците.

Записване - до 8 май 2026 година!

За информация и записване - vipsportbg@gmail.com!

Не се колебай – събери екип и стани част от едно вдъхновяващо преживяване!

Попълни заявката! Изпрати я и стани част от това предизвикателство!