

ГОСТУВА НИ ПОЕТЪТ
КОЛЪО ЧАЛЪКОВ



Кураж

Списание за социални права и интеграция • Година XXI • Брой 11 • ноември 2012 г. • Цена 0.50

ТЕМА НА БРОЯ

ДОСТЪПНОСТ ЗА ВСИЧКИ



ПАРТНЬОРСКИ ПРОЕКТ
НА НАЦИОНАЛНАТА
КОНФЕДЕРАЦИЯ НА ХОРАТА
С УВРЕЖДЕНИЯ В ГЪРЦИЯ
И НАЦИОНАЛНИЯ СЪВЕТ
НА ХОРАТА
С УВРЕЖДЕНИЯ В БЪЛГАРИЯ

*Работим,
спортуваме,
веселим се,
творим,
борим се за
правата си -
значи ни има
и ще ни има...*

**Напук на
кризата!**



4-7



Тема на броя:

РАБОТИМ, СПОРТУВАМЕ, ВЕСЕЛИМ СЕ, ТВОРИМ И СЕ БОРИМ
ЗА ПРАВАТА СИ - ЗНАЧИ НИ ИМА И ЩЕ НИ ИМА... НАПУК НА КРИЗАТА!

3 -27

Добрите вести идват с Кураж

8 -25

Достъпност за всички - *Олга Велева*

4 - 7

Подкрепа за равни възможности - *Пеньо Пенев*

8 - 9

Втори шанс - *Екатерина Накова*

10 -11

Дългогодишно партньорство - *Маргарита Стоянова*

12 -14

МТСП информира

12 -13

Сърца в пливкове

Музиката в нашия ден - писмо от Борово

15 -18

Благодарим ти, кмете! - писмо от с. Шишковци

19

Импулси

Фестивал Балканска черга

20

Пристан за хората в неравностоен статус - *Вени Браун*

21 -23

Нов дом за деца без родители в Монтана - *Иван Димитров*

22 -23

Спорт

И силистренци играят шоудаун - *Пеньо Пенев*

24 -25

Традиции

Десети регионален фестивал на хората с увреждания -
регион Пазарджик - *София Пищиронева, Нена Биволарска*

26 -27

Здраве

Ежегодно до 7,1 млн. хора умират
вследствие на хипертонията

28 - 29

Гостува ни поетът Кольо Чалъков

30 - 31

Абонирахте ли се за Кураж?
Можете да го направите до 15.12.2012 г. във всички
пощенски станции в страната.
Цената за една година е 6 лева.
Каталожен номер 391.

**Работим,
спортуваме,
веселим се,
творим,
борим се за
правата си -
значи ни има
и ще ни има...**

**Напук на
кризата!**

Нашите най-успели параолимпийци - Стела, Радослав, Даниела, Иванка, Мустафа, Дечко, Ружди, Ивомира и още десетки като тях в спортните клубове в страната не спират да доказват силата на своя дух. Не престават да се доказват и вече стотиците самодейци, изявяващи се на фестивалните сцени в цялата страна. Млади и стари не се умориха да пътешестват из родината си, че и в чужбина, не се умориха да се възхищават на красотата на нашата земя. Доброволните ни сътрудници създадоха една чудесна традиция - да се срещат и да обменят опит как по-ефективно да работят в партньорство с местните и държавните органи на властта. СИБ като една от най-големите неправителствени и национално представителни организации е в основата на значими национални и трансгранични проекти за развитие на социалните услуги, за осигуряване на достъпна среда, възможности за образование и работа и овладяване на нови технологии...

Всичко това е една невероятна равностетка в навечерието на 3 декември - Международният ден на хората с увреждания. Да го отбележим с още по-амбициозни планове и идеи за бъдещето!



Достъпност за всички



Договор: ВІ.13.10/14.03.2011

ПРИОРИТЕТНА ОС 1 КАЧЕСТВО НА ЖИВОТ

Област на интервенция 1.3:

Сътрудничество и работа в мрежа по въпроси на здравеопазването и социалното благосъстояние

Водещ партньор: Националната конфедерация на хората с увреждания в Гърция и втори партньор - Националният съвет на хората с увреждания в България

Период на изпълнение: 14.03.2011 г. – 13.03.2013 г.

ИНВЕСТИРАМЕ В НАШЕТО БЪДЕЩЕ

Програма Европейско териториално сътрудничество Гърция - България 2007-2013 е финансирана от Европейския съюз (ЕФРР) и фондовете на Гърция и България

ДЕЙНОСТИ ПО ПРОЕКТА

- Откриващи конференции – платформа за видимостта и прозрачността на проекта, за публичност и разпространяване на резултатите от проекта;

- Конференции „Достъпност“ „Обществени сгради и възможности за асоцииране“ за представителите на обществените власти и хора с увреждания;

- Обучителни семинари „Хората с увреждания и публичните услуги“ за служители на обществените власти и хора с увреждания;

- Сравнителен анализ ще бъде направен за правната рамка на ЕС и в държавите, относно достъпността за хора с увреждания, за да се осигури базисна информация;

- Съвместно пилотно проучване за съществуващата достъпност

в общини, които ще промотират сътрудничеството в сферата на социалната защита;

- Достъпен интернет-портал, който ще бъде създаден от и за хора с увреждания и който ще се използва за общуване и работа в мрежа на хора с увреждания и публичните власти;

- Ръководство за достъпност, което ще бъде създадено, за да предоставя полезна информация на публичните власти, свързана с достъпността на тяхната инфраструктура и услуги (в резултат от общото пилотно проучване, което ще изследва и предложи подходящи мерки за създаването на достъпни общини);

- Комуникационен план за информацията, публичността и промоционните дейности по проекта;

- - Информация за резултатите от проекта.

В основата на проекта е принципът за възможността за достъп за хората с увреждания, който понастоящем е предпоставка за страните – членки на ЕС за получаване на финансиране. Всички резултати от проекта ще бъдат достъпни за хората с увреждания. Ето защо интервенциите, които се извършват по проекта, трябва да са на принципа „Разработено за всички“ чрез средства, методи и условия за достъпност на ИКТ за хора с увреждания, базирани на международно признати стандарти и др.

ОЧАКВАНИ РЕЗУЛТАТИ:

Насърчаване на достъпността за подобряване на ежедневието на хората с увреждания, тясно сътрудничество, повишаване на информираността на мнозинството от представителите на публич-



ните власти (кметове, др.) в трансграничната зона на Р. България и Р. Гърция, сравнителен анализ, пилотно проучване и изследване, създаване на ръководство за достъпност, уеб-портал с видео версия на резултатите; и представителите на публичните власти ще реализират дейности за повишаване достъпността на институциите, които те представляват.

МЕСТОПОЛОЖЕНИЕ НА ДЕЙНОСТИТЕ

Дейностите ще се състоят на цялата трансгранична територия и регионите на клоновете на организациите. Информационните и публични дейности ще се състоят в трансграничната зона - градовете Еврос, Ксанти, Родопи, Драма, Солун, Серес и Кавала (Р. Гърция) и Благоевград, Хасково, Кърджали и Смолян (Р. България)

ОЧАКВАН ЕФЕКТ ОТ ИНВЕСТИЦИИТЕ ПО ПРОГРАМАТА

Очаква се посредством намирането на успешни начини за невъзпрепятствана комуникация с използване на модерна инфраструктура, оперативната програма между Гърция и България да доведе до засилването дейността на мрежите от контакти и сътрудничеството в областта на граничната сигурност, управлението на природните ресурси, бизнес мрежите и изследователските мрежи. Следва да настъпи благоприятен ефект за трансграничния район, който да се изразява в хармонично, балансирано и устойчиво развитие, при което икономическите и социално-териториалните различия са по-слабо изразени. Очаква се да придобие нова сила и процесът на икономическо и социално пре-
 ► структуриране на тези райони.

Конференция в Хасково:**Олга ВЕЛЕВА**

► **ОБЩИНИТЕ ДА ПРИЛОЖАТ
ЗАКОНОДАТЕЛСТВОТО, ПОДКРЕПЯЩО
ХОРАТА С УВРЕЖДЕНИЯ**

ЗА ТОВА ПРИЗОВАХА БЪЛГАРСКИ И ГРЪЦКИ ЕКСПЕРТИ

Обществените сгради, които отговарят на условията за достъпна среда, са изключения, въпреки институционалните правни изисквания досега. Това показва пилотно проучване, представено за първи път в Хасково на конференция по проект „Достъпност за всички“ по европейската програма за териториално сътрудничество Гърция – България. 340 души с увреждания, включително и родители на деца с намалена социална адаптация, са се включили в анкетата, като паралелно са били взети мнения и на служители в неправителствени организации и от местната администрация.

«В Хасково сме изследвали 80% от публичните сгради. За всяка една от тях сме направили паспорт, базиран на Наредбата за проектиране, изпълнение

и поддържане на строежите в съответствие с изискванията за достъпна среда за населението, включително за хората с увреждания. Констатациите ще бъдат дадени на съответните институции, които при възможност

да се съобразят с тях» - каза доц. д-р Рая Стайкова, представител на обединение „Проучване и анализи“.

«От друга страна в Хасково са разкрити разнообразни социални услуги за хора с увреждания, като спектърът им може да бъде още по-голям. Законодателството е налице, ред е на местната власт, защото общината е тази единица, в която се удовлетворяват различните потребности на населението. Резерви има, като местните управи могат да оказват подкрепяща функция за развитие на малък бизнес, както е в ЕС, и така да подпомогнат хора с увреждания,



Александрос Мурузис и Красимир Коцев

да се само-наемат. Помощта невинаги има само финансово изражение, и на двама-трима да се окаже съдействие, пак е добре. Като цяло, обаче, достъпът, в широкия

смисъл на думата, е много труден в цялата страна и Хасково не е изключение. Едва 10 % от инвалидите ползват интернет за информация, сочат данните. Сайтът на община Хасково също не е адаптиран за хора с увреж-



► тиран за хора с увреждания и това е една от препоръките ни» - каза още доц. Рая Стайкова.

«Липсата на достъпност в най-общия смисъл на тази дума, е предпоставка за дискриминация и неравнопоставеност на хората с увреждания. В този аспект, всеки един документ, който се издава по проекта, има, освен хартиен носител, още звуков вариант, брайлово издание, и жестомимичен превод. Правим го, за да покажем еталон на достъпност-каза експертът - Валентина Кордова. - Една от задачите ни е, да разработим достъпен интернет портал, където да бъде качена информация за образование, трудова заетост, законови уредби и др.» - каза още тя.

«Хасково стои добре на пазара на труда по отношение на хората с увреждания. Това се дължи на запазената кооперация „Тих труд“, както и на голямата субсидирана заетост по европейските и национални програми - каза от своя страна председателят на Националния съвет за интеграция на хората с увреждания в България и на Съюза на инвалидите в България Красимир Коцев. - Много е трудно, тъй като 91% от хората с увреждания, които могат да работят, са безработни» - коментира той.

Красимир Коцев изрази за пореден път становището си за това, че в България съществува терминът гарантиран минимален доход /ГМД/, след като в страните от ЕС, т. е. и у нас, отдавна се говори за линия на бедност. Отделните добавки например, са в процент от ГМД, който е малък - 65 лв. През 2012 г. за бедни в България се смятат домакинствата, които живеят с доход до 236 лв. месечно. С линията на бедност, обаче, нищо не е обвързано.

Печален факт е, че сумата от инте-

грационни добавки за хора с увреждания - за транспорт, лекарства, обучение и т. н. - може да е най-много 65 лв. Никой от всички 552 000 души, получаващи интеграционни добавки у нас, обаче, не получава максимума от 65 лв., каза още г-н Коцев. - Живеем в период, когато „невидимите хора“ на обществото - хората с увреждания, излизат от изолация и все повече участват в политическия и икономическия живот на общността. В обединена Европа има политическа воля и разбиране, че те са част от обществото, с права и задължения, че те не са само пациенти, за които останалите полагат грижи. Хората с увреждания са като всички, но със специфични потребности.»

Така г-н Красимир Коцев обоснова необходимостта тези хора, които по данни на Европейската комисия са близо 16,5 процента в страните от Европейския съюз, да получат възможности за социално включване и да забравят грижите си за оцеляване, които сега у нас поглъщат цялото им внимание. ■



Дора Христозова от хасковската организация на глухите прави жестомимичен превод по време на конференцията

Добрите вести идват с Кураж

ЕСЕННИ СПОРТНИ ИГРИ В ПОМОРИЕ

Желязка ДИМИТРОВА

На 15 и 16 септември в Поморие се проведеха Есенни спортни игри за хора с увреждания, организирани от Община Поморие. От разпространените снимки в социалната мрежа Фейсбук узнахме, че при много добра организация хората с различни възможности участваха в индивидуални и групови състезания: теглене на въже, стрелба с рингове, дартс, велосипедни състезания и бадминтон. Първият ден на есенните игри за хора с увреждания се проведе в двора на СОУ „Иван Вазов“, а през втория ден в спортната зала на училището. ■



Подкрепа за равни ВЪЗМОЖНОСТИ

Пеньо ПЕНЕВ

Силистра е на второ място след София по брой на спечелени проекти по програмата за самостоятелна стопанска дейност на хора с трайни увреждания.



Това каза **Валентин Дамянов** - регионален представител за Североизточен планов район на Агенцията за хората с увреждания, който участва в проведения

от Областния информационен център в Силистра семинар „Подкрепа за равни възможности“ с участието на хора с увреждания, институции и работодатели.

Според Дамянов годишно в страната се разработват средно около 40 такива проекта, а през тази година 7 от проектите са спечелени в Силистра.

Валентин Дамянов се надява, че през тази есен ще бъде завършен и проектът за Национален регистър за хората с увреждания, по който се работи вече втора година. И допълни:

- По програмата се отпускат на хора с трайни увреждания до 15 000 лева по техен проект, като техният ангажимент е да създадат фирма, ако нямат такава и в продължение на 30 месеца след приключване на инвестиционните дейности - горе-долу за един срок от три години - тази фирма ►

► да е действаща.

Има някои ограничения спрямо отраслите - като земеделие, рибовъдство, възледобив, закупуване на тежки товарни камиони. Но самоинициативата на гражданите е разрешена. В Силистра хората се организират за собствен бизнес като, например, магазин за цветя, магазин за хранителни продукти, има и ателие, в което да извършват копирни и правни услуги, един лекар в с. Поляна направи ветеринарна работилница, в с. Татарица ще правят руска дача за гости, фризьорски салон имаше в Тутракан. Човек, ако смята, че може да прави нещо, просто трябва да знае, че държавата ще му помогне със сума, която не е малка - за 15 000 лева ходим по две-три години на работа.

В национален мащаб годишно се отпускат около 500 000 лв. от държавата за около 30-40 проекта. Може би донякъде хората не знаят за тази възможност, донякъде може би ги е страх да рискуват, защото все пак, получавайки тези пари, титрява да развие успешно фирмата. Но наблюдението ми е, че в по-малките селища хората са по-активни - както е случаят със Силистра. В големите градове предпочитат, ако имат имот, да го дадат под наем, да продадат нещо. Чрез интернет не е чак толкова трудно да се информираш и ориентираш за възможностите - всичко го има в страницата на АХУ и който се интересува, може да се запознае с условията, може да изтегли документите.

В Силистра отпуснатите суми от Агенцията за хора с увреждания по различни програми и мерки от 2005 до 2012 година възлизат на 605 591 лева. В тези средства не са включени 25 325 лева за три проекта, за които още не са сключени договори. ■

Добрите вести идват с Куржак

СЪБОР В ГУЛЯНЦИ

Надя ЛЮБЕНОВА

На 14 септември гр. Гулянци бе домакин на Първия общински събор на хората с увреждания „История и бъдеще“, който се проведе под егидата на кмета на община Гулянци Лъчезар Яков. Инициативата е на ръководството на Общинската организация на СИБ с идеята съборът да стане традиция и чрез него хората с увреждания да имат възможност да се събират по хубав повод, да разглеждат красивите кътчета на родния край, да се забавляват. Събора откри председателят на Общинската организация на хората с увреждания Пепи Владимирова, която поздрави присъстващите над 100 члена на дружествата и клубовете по места и даде думата на почетния гост – кмета на община Гулянци. Г-н Яков изрази задоволството си от препъ-



Добрите вести идват с Кураж

СЪБОР В ГУЛЯНЦИ

лнената зала и увери, че и занапред общинското ръководство ще помага и подкрепя организацията и нейните членове.

Програмата продължи с презентация за Община Гулянци „История и бъдеще“ и изява на певческите колективи към дружествата на хората с увреждания от Гулянци и Шияково, които са носители на златни, сребърни медали и високи отличия от участието си в различни фестивали и певчески събори.

Първият общински събор „История и бъдеще“ продължи с екскурзия до археологическия резерват Улпия Ескус край Гиген и почерпка за всички участници в село Байкал.



Втори шанс

Екатерина НАКОВА

В Търговищка община за лични асистенти са ангажирани 55 лица, които обгрижват 56 инвалиди. Асистентите вече са със сключени допълнителни споразумения към договорите си за трудови правоотношения с община Търговище. Според нуждите на отделните хора с увреждания, личните асистенти работят от пет до осем часа дневно. Изпълнител на услугата „личен асистент“ е Агенцията за социално подпомагане, а община Търговище е партньор по проекта, уточни Сотирова. Затова след подаване на молбите от хората с увреждания

За втори път бе удължен срокът на услугата „личен асистент“, предоставяна по проект „Подкрепа за достоен живот“ в Търговище. Така асистентите ще продължат да се грижат за хората с увреждания до 18 декември т. г., съобщи Миглена Сотирова, ст. експерт „Социални дейности“ към община Търговище.

МТСП информира

Около 750 деца ще бъдат изведени от институциите през 2013 г. От стартирането на процеса по деинституционализация преди две години около 200 деца с увреждания досега вече са изведени от специализираните институции и са настанени в среда, близка до семейната.

По данни на МТСП към юни 2011 г. в 127-те специализирани институции за са настане-



за назнача-
ване на
асистент,
първо
те биват
разглеж-
дани и
оценя-
вани от

експерти в дирекция „Социално подпомагане“. Едва след това комисия от община Търговище преценява кои лица се нуждаят най-силно от помощник. В общинската администрация, каза Сотирова, постъпват по 250 молби на хора с увреждания и още толкова - от желаещи да бъдат лични асистенти. В Търговишко най-често услугата ползват деца с увреждания и възрастни хора без преки роднини. Към момента не е ясно дали след 18 декември ще има нова програма, по която да бъдат подпомагани хората с увреждания.

По програмата „Асистенти на хора с увреждания“ в Търговишка община са ангажирани 26 лица. Това информира социалният работник в отдел „Хора с увреждания“ Мехмедова. Тя уточни, че програмата е в полза на семейства, в които близки лица спират да получават месечни помощи като роднини

МТСП информира

ни 5 308 деца. Националната стратегия „Визия за деинституционализацията на децата в Република България“ предвижда всички специализирани институции за деца да бъдат закрити до 2025 г.

Министър Тотю Младенов даде старт на 2-рия компонент по схема „Да не изоставяме нито едно дете“. Той напомни крайната цел на проекта - в страната да се раз-

Добрите вести идват с Кураж

ДЕН НА ВЯРА, НАДЕЖДА И ЛЮБОВ

Радка ЗЛАТЕВА

На 17 септември в клуба на инвалидите „Вяра, Надежда и Любов“ в гр. Твърдица членовете се събраха да отбележат своя празник. Той бе открит от председателя Йови Колев. Радка Иванова разказа преданието за Вяра, Надежда и Любов и тяхната майка София. Това са мъченици, които почитаме на този ден. Възпитани от своята майка в християнски добродетели сестрите не приемат боговете на Римския император Адриан, за което са екзекутирани. Светата църква ги обявява за светци.

За почерпката на празника се бяха погрижили Иванка Леонова, Станка Калайджиева и Илчо Господинов. Илия Захариев бе впечатлен от разказа на Радка Иванова, за кое-



Добрите вести идват с Кураж

ДЕН НА ВЯРА...

то ѝ благодари и отпрати предложение да се среща-ме по-често и разнообразяваме живота в клуба.

Настроението на присъстващите се повиши с много песни и шегички. ■



ДЪЛГОГОДИШНО ПАРТНЬОРСТВО

Маргарита СТОЯНОВА

Белгийският град Аалст дари уреди за игра на деца с увреждания от Габрово

Именно партньорството между двата града и дългогодишните вече приятелски връзки, е в основата на създаването на центъра в квартал Бичкинята през октомври 2006 г. Дневния център е комплекс от социални услуги, свързани със задоволяване на ежедневните, здравните, рехабилитационните потребности, организацията на свободното време и личните контакти на деца от 3 до 18 години с различни видове увреждания – двигателни, зрителни, ментални и множествени. ▶

МТСП информира

кроят 149 Центрове за настаняване от семеен тип, 36 Защитени жилища, 37 Дневни центрове за деца с увреждания и 34 Центрове за социална рехабилитация и интеграция. Общият бюджет на схемата е 23 милиона лева и по нея кандидатстват 81 общини.

Изграждането на социалната инфраструктура се финансира със средства от Оперативна програма „Регионално развитие“ и Програмата за развитие на селските райони, а по Оперативна програма „Развитие на човешките ресурси“ се финансират дейностите, свързани с планиране и подго-

МТСП информира

товка на процеса за извеждане на децата от специализираните институции.

В Бургас през август стартира нова схема „Живот в общността“. Мерките по нея ще са насочени към лица, настанени в ДДЛРГ, както и към лица с физически увреждания, психични разстройства и умствена изостаналост, чакащи настаняване в специализирана институция.

По схемата отново ще могат да кандидатстват само общини като ще е допустимо партньорство с доставчици на социални услуги, вписани в регистъра на АСП. ■

► **Нови съоръжения, изцяло съобразени със специалните нужди на децата, придадоха интересен и доста различен вид на обновената детска площадка в Дневния център за деца с увреждания в Габрово. И те, както по-голямата част от обзавеждането в центъра, са подарък от белгийския град Аалст. Част от последното дарение е финансирано с лични средства на президента на Фондация „Хората служат на България“ Аалст – Габрово доктор Етиен Фонтейн.**



Помещенията са оборудвани с функционални уреди за рехабилитация и пособия за учебна дейност и свободни занимания, семействата могат да ползват „Библиотеката за родителя“. Детето може да посещава Дневния център цялодневно или почасово. Капацитетът му е 20 места.



Новите уреди в двора са предназначени за развиване на фината моторика на децата. За откриването на обновената детска площадка в началото на септември тук бяха временно

Добрите вести идват с Кураж

► И В ОБЩИНА ОПАКА ИНВАЛИДИТЕ СА ОБЕДИНЕНИ

Екатерина НАКОВА

Вече и в община Опака, регион Търговище, има учредена структура, част от Съюза на инвалидите в България. Инициативни жители на Опака и околни села са събрали подписка, изразяваща желанието им за формиране на подобна структура.

И вече 17 души са членове на местната организация. Учредяването на организацията се състоя на 30 август. Бе избран управителен съвет с председател Дамянка Ангелова и членове: Ибрям Кулев от Гърчиново и Басри Ибрямов от Голямо Градище, а за касиер – Бирджан Ефраимова. Формирана бе и ревизионна комисия.

За удобство на инвалидите в отделните селища, сбирките си те ще провеждат в помещени-



Добрите вести идват с Кураж

► И В ОБЩИНА ОПАКА...

ята на местните пенсионерски клубове. Когато има важни събрания или празници, на които ще присъстват всички членове, мероприятията ще бъдат организирани в осигурена от община Опака зала.

Тук е мястото да отбележим, че учредяването на организация на инвалидите в Опака стана факт след години неуспешни опити. Но благодарение на силното съдействие на кмета на Голямо Градище Гюлзар Чакърова и непрекъснатите усилия на управителния съвет на регионалната организация на СИБ в Търговище, вече и в Опака инвалидите могат да бъдат единни. От община Търговище пък бе осигурен транспортът за придвижването на търговищеници до Опака.

След като всички вписвания приключиха, дойде ред и за разговорите. Тук освен актуалната тема за необходимостта от обединяваща инвалидите структура в Опаченско, стана дума за най-болната тема на всички тях, а именно личните асистенти. ■

► ДЪЛГОГОДИШНО...

изпълняващият длъжността посланик на Кралство Белгия в Република България Катрин Раймакер и почетният консул на България в Източна Фландрия Вили Ван Импе. Те бяха посрещнати от Марияна Башева от Клуб „Приятелите на Белгия“ и председателя на Общинския съвет Николай Сираков.



Г-жа Раймакерс изрази надежда, че центърът ще бъде разширен и ще получи нови сгради, за да се направи още една стая, където децата да играят с меки играчки.

Н и к о л а й Сираков изрази благодарност за уроците, "които ни дават от нашия партньорски град Аалст", като лично се обърна към г-н Вили Ван Импе, отличен със званието "Почетен гражданин на Габрово". ■



Както Ви и преди, межът на от Центъра за социална рехабилитация и интеграция на хора с увреждания "Детелина" в град Борово, област Русе, е да разнообразява ежедневието на нашите потребители с интересни и незабравими мероприятия. Топлото лято беше благодатно за организиране на такива събития. Днес, в началото на есента, ви пишем, за да ви разкажем как музиката съпътства нашата работа и колко щастие и радост донесоха на нашите потребители интересните ни инициативи.



МУЗИКАТА В НАШИЯ ДЕН

Започваме с това, с което се гордеем най-много – участието на нашите потребители на фолклорния фестивал "От Дунав до Балкана". Той се провежда в град Борово, неговите организатори са общината и местното читалище "Искра 1898". През 2012 г. фестивалът се организира за пети пореден път. Тази година организаторите обособиха категория "Участници – хора с увреждания", затова четирима от нашите потребители, активни в групите по музикотерапия, се явиха индивидуално. Представихме се с две индивиду-

Добрите вестии идват с Кураж

ГОСТУВАНЕ В ПАЗАРДЖИК

Елена ШОПОВА

Една спокойна, релаксираща разходка с автобус в един добре благоустроен и хигиенизиран град, където има добре оборудвани кътове за отдих, ни зареди с положителна енергия, разнообрази ежедневието ни и показа, че изпълняваме заплануваното в културния ни календар за тази година – каза Валентина Борисова - председател на РО на СИБ- Стара Загора и председател на организацията в Чирпан.

В навечерието на 1-ви октомври – Деня на възрастните хора – членовете на Клуба на инвалидите в Чирпан гостувахме на колегите си от Пазарджик по тяхна покана. В техния клуб споделихме опит в организа-



Добрите вести идват с Кураж

▶ ГОСТУВАНЕ ...

ионната работа като бе акцентирано на проблемите на хората с увреждания и на възрастните хора. Любезните домакини организираха за нас посещение на емблематичната за града часовникова кула, реставрираната църква „Св. Богородица“ и разходка до известната местност „Острова“ в близост до река Марица, която минава през града. Видяхме толкова много неща, направени за благоустрояването на този кът за почивка. Най-много обаче се впечатлихме от монтираната дълга 1111 метра пейка, направена по европейски проект – с нея градът кандидатствал за книгата на Гинес, но понеже пътеката била прекъсната на места от пластични композиции, не успели с рекорда. Но за нас най-интересното бе, че тя е достъпна за хората с увреждания. Поседнахме на пейката и любувайки се на природата, забравихме за проблемите на ежедневието си, казаха доволните от екскурзията чирпанлии.

▶ МУЗИКАТА ...

ални изпълнения и един дует. Горди сме да ви кажем, че те бяха конкуретноспособни със здравите хора и абсолютно уверени в изпълненията си. Журито ги удостои с два медала – един сребърен за дуета – Евелина и Марияна и един златен за 29 - годишния Боян Лалев. Пишем ви и ви изпращаме техни снимки, защото искаме трудът и постиженията им да бъдат уважени и оценени подобаващо. Искаме и други хора с увреждания да научат за техния успех и кураж. Няма по-добър форум за тази цел от вашето списание, затова се обръщаме с това писмо към вас.



Музиката и песента са чести гости в нашия център – в него много се пее – пее психологът, пее единият социален работник, пеят потребителите, а на празници пеем всички заедно – потребители и специалисти. От основаването на центъра в него съществуват групи за музикотерапия, които отлично вършат своята работа. Това личи и при други наши мероприятия – пикници, екскурзии, групови занятия. През това лято организирахме два пъти пикници за отмора и разтуха в задушните летни дни. И двата пъти тръгнахме добре екипирани с тетрадки с песни, с китара и акордеон. От дългогодишната съвместна работа на потребители и специалисти сме създали импровизиран оркестър. Вече репетираме усилено за празника на хората с увреждания – Трети декември. Тогава в областния град Русе се ▶



провежда голям форум на всички социални услуги и сдружения на хора с увреждания. Ние ще се явим не само с индивидуални изпълнения, а и с вокална група, в която ще се изявят по-

възрастните ни потребители.

С няколко думи искаме да ви разкажем за местата, които посетихме и за приятните преживявания на нашите потребители. Още в горещия юли организирахме пикник до съседното село Пет кладенци, както си личи от името, там има много вода. Разположихме се в красивата местност, а от съседния язовир полъхваше хлад. Разхождахме се, играхме забавни игри, пяхме и се веселихме от сърце.



През август предложихме образователна екскурзия – посещение на музея в съседния град Бяла. Оказа се, че той е само на шест километра, но повече от нашите потребители не бяха виждали експозицията му. А тя отразява събитията, свързани с Освободителната руско-турска война от 1877-1878 г. и по-точно историята на Русчушкия отряд. В къщата, в която е устроена експозицията, от 20 юли до 13 август 1877 г. се е помещавала главната императорска квартира, в нея е живял руският император Александър II. Научихме много интересни неща за преми-

Добрите вести идват с Кураж

СРЕЩА В БАЛЧИК

На поредната си екскурзия за това лято се отправихме аз, председателката на ОО на СИБ -Мездра Камелия Петкова и неколцина ентузиастисти, членове на организацията. Посетихме Балчик, белия град, както го наричат местните. Разгледахме Ботаническата градина и двореца на румънската кралица и останахме възхитени!

Вечерта на 11-ти септември гостувахме на ОО на СИБ «Хинап» в Балчик. Бяхме топло посрещнати от председателката на «Хинап» г-жа Димка Малева и активисти на организацията. Те ни разказаха за

хубавия си град, за неговата древна история и за дървото хинап, на чието име са кръсти-



Добрите вести идват с Кураж

СРЕЩА ...

ли организацията си. Получихме и второ име - «Делфин» - със специално Морско кръщелно свидетелство, кръстени бяхме и в неспокойните черно-морски води.

Вечерта мина неусетно в смях и веселба и на изпроводяк си казахме довиждане с тъга в душите и обещания за нови срещи.

С любезното съдействие на г-жа Малева и управителя на хотел «Лотос» посетихме в последния си ден от престоя ни Аладжа манастир и Побитите камъни. Лицата ни бяха озарени от лъчезарни усмивки, които преминаваха в почуда от неръководворните чудеса на Побитите камъни, както и от сътвореното от монасите в Аладжа манастир за запазване на християнството от нашественици по море и суша. Това, което изживяхме през тези 4 дни ще остане завинаги в сърцата ни като най-топъл спомен!



МУЗИКАТА ...

наването на Дунава при Свищов, за боевете, за понтонните мостове...

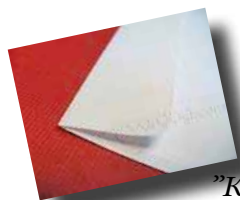


След посещението в музея се отправихме към пещерата «Орлова чука», която се намира също в съседна на Борово община. Част от групата посети пещерата, а по-трудно подвижните се настаняха около масите, за да поиграят на игри и да попеят до насита сред чистия въздух и великолепната природа. Изпращаме ви много снимки, защото искаме да онагледим забележителностите, които посетихме, а и да разкажем за нашата ползотворна работа.



В края на писмо си ви благодарим, че ви има, че сте чудесен форум на хората, работещи и ползващи социални услуги. Очаквайте и други наши писма с разкази за работата ни, както и с отзиви от наши потребители. С благодарности и надежди за много срещи по страниците на вашето списание – колектив от специалисти в ЦСРИ «Детелина» – град Борово, област Русе. ■

БЛАГОДАРИМ ТИ, КМЕТЕ!



Чрез страниците на списание "Кураж" желаем да изкажем сърдечната си благодарност на кмета на Кюстендил г-н Петър Паунов, на организатора - Борислав Крумов и особено на нашия кмет Климент Терзийски за незабравимите изживявания по време на тридневния фестивал "Балканска черга".

Втора година трудолюбивите шишковчани, ръководени от своя кмет, с вълнение се подготвят достойно да посрещнат един вълнуващ празник, какъвто рядко се среща в страната-фестивалът "Балканска черга". Целта на това мероприятие е да се възпитава хората в дух на уважение към народните традиции, към националното богатство и преклонение пред културните ценности на балканските народи. Това е една среща за укрепване на дружбата между българи, сърби и македонци, дошли да вдихнат от въздуха, където Майстора е създал гениалните си творби.

Няма мероприятие в подготовката на фестивала, в което да не участва като организатор и изпълнител кметът г-н Терзийски. Той се интересува и от подготовката на новосформираната фолклорна група „Дъщерите на Майсторите мадони“ към



клуба на пенсионерите и инвалидите, агитира майсторките на вкусни баници, зелници и сладкиши да се включат в кулинарния конкурс, подsigурява подходящи места за обкичване на фасадата с многоцветни черги, за дошлия от миналото тъкачен стан, на казана за ракия, за гостите и местните хора, за печенето на българска и сръбска скара, за дребните търговци, за отделни щандове на майсторите на керамика, на картини, кошници и пр., за организирането на кулинарния конкурс, за конкурса за най-добра ракия, за базара на зеленчуци и др. Редом до него през трите дни бе и съпругата му-ръководител на Общинския клуб на пенсионерите и зам. председател на ОО на СИБ в Кюстендил Теменужка Терзийска. Благодарим, че бяха създадени прекрасни условия за млади и възрастни да се веселят от сърце. В заключителната си реч при закриването на фестивала г-н Терзийски благодари на участниците и подчерта грандиозността на събитието: участвали са 47 български колектива и 6 чуждестранни, журналисти от 12 телевизии, много читалища и гости. Той благодари на всички, че няма допуснати никакви инциденти, а на спонсорите пожела да бъдат винаги отзивчиви и щедри. ■

**От ръководството на клуба
на пенсионерите и инвалидите
"Вл.Д.Майстора" - с. Шишковци –
Р. Гаврилова,
Т. Меркова и М. Спиров**



**Стотици местни жители и гости дойдоха за
Международния фестивал „Балканска черга“,
който тази година е посветен на
130-годишнината от рождението
на Владимир Димитров Майстора**

«Балканите са една черга, която се кърпи, раздира, пришива. Когато черги от Балканите се сложат на едно място, се вижда, че няма разлика. И животът ни, и менталитетът ни, и музиката ни са едни и същи. Затова трябва да се съберем на една черга», обяснява идеята на фестивала основният организатор Борислав Крумов. Негова и на кмета на Шумковци Климент Терзийски е заслугата фолклорният форум да го има. «Къщите по селата пустеят, занаятите се забравят, ястията и рецептите - също. Но когато Балканите се съберат на едно място и покажат самобитност и култура, тогава чергата ще обедини многообразието и ще донесе доходност на хората по селата», категоричен е Борислав Крумов. И е убеден, че ако Майстора можеше отнякъде да види този фестивал, който обединява Балканите, би бил щастлив.



**А той бе там.
Скулптурата му на
площада посрещаше
и изпращаше всеки,
дошъл за празника
в любимото му село.
Неколцина съзряха
и радостен блясък
в очите му. ■**



По материали от интернет

**Вече трета година Дневен център
за хора с увреждания - Девня е**

ПРИСТАН ЗА ХОРАТА В НЕРАВНОСТОЕН СТАТУС

Вени БРАУН



Връщайки се назад в годините, си спомняме как проходихме. Едни бяха скептично настроени, други ентузиастични, трети оптимисти, а четвърти дори не знаеха за какво става въпрос. Младият и амбициозен екип си бе поставил за цел да подобри качеството на живот на хората с увреждания и за две години научи и постигна много. За да сме в крак с актуалното, обменяме опит с колеги от други институции. А за новостите в социалната политика винаги до нашето рамо са специалистите от Дирекция „Социално подпомагане“ – Девня.

В края на месец септември 2012 г. за трета поредна година организацията на СИБ съвместно с ДЦХУ направиха екскурзия под надслов: „Опознай културното наследство на България“. Маршрутът беше по южното черноморие - Поморие, Бургас, Равадиново, Ропотамо, Несебър и Медово.

Национален център за социална рехабилитация и интеграция „Свети Георги“ в община Поморие прие 50 души, решили ▶

Добрите вести идват с Кураж

**СЛИВЕН И ЯМБОЛ -
ПРИЯТЕЛИ**

**Веселин ВАСИЛЕВ
Кръстина АТАНАСОВА**

Вече за втори пореден път през тази година РО на СИБ в Ямбол и Сливен проведеха общи мероприятия. Първата ни съвместна среща беше в началото на юни до манастира „Света Троица“ край Тополовград. Присъстваха хора от общинските организации от Ямбол, Тополовград, Стралджа и Сливен. На тази среща взехме решение през месец октомври да направим обмяна на опит с организациите от Жеравна и Котел – Сливенски регион.

И ето дългоочакваният ден, 6 октомври, дойде слънчев и лъчезарен като нашите любезни домакини! Председателите на двете организа- ▶



Добрите вести идват с Кураж

► СЛИВЕН И ЯМБОЛ ...



ции ни посрещнаха много любезно, разказаха за дейностите на своите организации и споделиха опит. Ние пък подарихме на всяка организация по един стенен часовник за спомен, за да отмерва времето до следващата ни среща. Разказахме за нашите дейности, които осъществяваме в клубовете ни по места. Управителните съвети на организациите обмениха опит как работят с местната и държавната власт, с други неправителствени организации и



► ПРИСТАН ЗА ХОРАТА...

да разнообразят своето ежедневие. После групата се отправи към село Равадиново, известно с неповторимия приказан замък „Влюбен във вятъра“ - забележителност, която заслужава да се добави към туристическите обекти с национално значение. Замъкът се строи повече от 18 години и е атракция, която те остава безмълвен. Една романтична и величествена постройка, която гледана от въздуха, прилича на кръст, гледана откъм езерото - на детска приказка.

След Равадиново нашите екскурзианти се отправиха към резервата „Ропотамо“, където се разходиха с корабче по устието на реката и достигнаха до скалния феномен „Лъвската глава“. От Ропотамо се отправихме към Морската алея в Бургас, за да разгледаме прочутите пясъчни фигури на известни



Нов дом за деца без родители в Монтана

Иван ДИМИТРОВ

Валентина Симеонова - заместник министър на МТСП, областният управител Ивайло Петров и кметът Златко Живков направиха обща първа копка за нов дом за деца без родители. Центърът за временно настаняване ще бъде изграден на ул. „Захари Стоянов“, над фирма „Ава“. Още две подобни сгради на ул. „Александър Батенберг“ и ул. „Йордан Радичков“ ще бъдат построени в Монтана в следващите две години. Те се финансират с 2 066 000 лева по Оперативна програма регионално развитие.

Проектът „Привлекателни и топли соци-

- анимационни персонажи. На следващата сутрин приключението ни продължи с разходка из стария Несебър, а към обяд се отправихме към „Шато Медово“ - нов етнографски туристически комплекс, построен в автентичен български стил, който включва малка винарска изба, ресторант и уникални занаятчийски работилници.

Заредени с положителни емоции и в добро настроение нашите екскурзианти поеха обратно към родната Девня, нетърпеливи да разкажат на своите близки, роднини и приятели какво са видели и преживели.

Те изказват своята сърдечна благодарност на Димитър Андонов или просто Митко, който не спира да търси начини и средства, за да разнообрази живота на хората с увреждания. А г-н Андонов благодари на всички спонсори, на кмета на община Девня г-н Атанас Кузев, на екипа на ДЦХУ-Девня с ръководител Снежана Дянкова, на фирма „Девня-Травел“ и шофьора Гюнай Хасан - на всички, които превърнаха мечтата на хората с увреждания в реалност! ■



ални заведения“ включва и изграждането на едно жилище от семеен тип, в което ще живеят младежи без родители, навършили пълнолетие. В четирите нови социални заведения ще има общо 42 места. Строителството е възложено на консорциума „Заедно за децата на Монтана“, който обещава да изпълни поръчката преди крайния срок. ■

Добрите вести идват с Кураж

с техните членове.

Разгледахме старите възрожденски къщи в Жеравна и Природонаучния музей, къщата на занаятите и Пантеона в Котел, където са изложени



оръжия, ръкописи и родословното дърво на всички възрожденци, родени в града и работили за освобождението на България. Посетихме и Музея на килимите. Тук са изложени красиви неща, изработени от котленки, които спират дъха на българските и чуждестранните



Добрите вести идват с Кураж

► СЛИВЕН И ЯМБОЛ ...

туристи. В Жеравна се запознахме със старите занаяти, които по време на Възраждането са били главен поминък на населението от селището, а сега се изработват за подаръци, които туристи-



те отнасят за спомен по всички краища на света. Направихме кратка почивка за обяд в Котел, след което разговаряхме по различни организационни въпроси и се договорихме напролет през 2013 г. да се срещнем отново. ■



И Силистренци играят шоудаун

Пеньо ПЕНЕВ

В силистренския спортен клуб за хора с увреждания «Доростол 2011» се практикуват шах и канадска борба. Но клубът втори в страната започва да популяризира спорта шоудаун след софийския СКИ „Витоша“. Ръководството възнамерява да въведе лека атлетика и плуване, каза председателят на клуба Добромир Удрев.

Въвеждането на новия спорт шоудаун е по проект на стойност 11100 лева, финансиран от фонд „Социална закрила“ към МТСП и се изпълнява в партньорство със СКИ „Витоша“. Шоудаунът е спорт за незрящи, който може да се оприличи на тенис на маса. Топчето е по-голямо, то се търкаля по масата и издава специфичен шум, по който незрящите се ориентират къде се намира. Размерите на масата са 365 на 120 сантиметра.

В Силистра бе председателят на Контролния съвет на СКИ „Витоша“ Георги Гергов. Той е само на 27 години.

- Всъщност това е изцяло нов спорт, който вкарахме в България преди две години и половина – каза Гергов. - Масата, която закупихме тогава, беше от Кралство Швеция. Този спорт го видяхме при един обмен в Унгария, където направихме контакт с шведите и поддържаме този контакт. След това такива две маси бяха изработени за двете училища за незрящи в България - в София и Варна, за да могат учениците да тренират от съвсем ранна възраст. И Силистра е следващото място в България за практикуване на шоудаун. А за Балканите България е втората държава, която има



Георги Гергов (вляво) и председателят на силистренския клуб Добромир Удрев

шоудаун маса - първата е в Словения. Румънците имат неуспешен опит. Масата, която виждате в Силистра, е произведена в България - първа и уникална по централната си разделителна дъска, направена с плексиглас с червен кант. Тази новаторска идея е позволена от правилника. Досега в България няма такова нещо, а и в света не съм виждал на европейски и световни първенства. Мисля и като шоудаун - съдия, че това нововъведение ще се възприеме по света. Този спорт ще бъде параолимпийска дисциплина. Но всяка година се провеждат европейски и световни първенства. Шоудаун е много по-разпространен в Западна Европа. Има го в Словения и в Литва. Аз силно се надявам, че щипи се появят и други желаещи да играят шоудаун – според мен това е аристократичният спорт за незрящи. Може да се упражнява без ограничение за възрастта, не се изисква никаква сериозна физическа подготовка. А може да се практикува и от зрящи хора - просто слагат специални очила... В нашия спортен клуб се занимават около 35 души. Надявам се, че и в Силистра ще има много играчи. Не е толкова скъп този спорт, въпросът е да се развие идеята - тя е много хубава и е с поглед към бъдещето. ■

Добрите вести идват с Кураж

НА ТОПЪЛ РАЗГОВОР И СТУДЕНА НАПИТКА

През лятото потребителите и екипът на Дневен център за възрастни хора с увреждания в Правец направиха екскурзия по маршрут Правец-Габрово-Етър-Сколовски манастир-Правец. Това е част от план-програмата с цел социална интеграция на възрастните хора. Посетени бяха много културно-исторически забележителности. Всички имаха възможност да се запознаят със старите български занаяти, традиции и обичаи. Обедът бе в Етър - на топъл разговор и студена напитка.

Екипът на ДЦВХУ-Правец проведе работна среща с екипа на ДЦВХУ-Габрово. Обмениха се много идеи и опитът в конкретната работа с потребителите. А възрастните хора от Правец гостуваха на своите приятели по съдба от Габрово в Клуба на хората с увреждания.

Всички се върнаха с приятни впечатления и усещането за уважавани, достойни и значими хора и заявиха, че и напред ще участват в подобни инициативи. ■



**Десети регионален
фестивал на хората
с увреждания -
регион Пазарджик**

София ПИЦРОНЕВА

Нена БИВОЛАРСКА

КОГАТО СЪРЦАТА СА ЗАВЛАДЕНИ ОТ ЖИЗНЕНОСТТА И ТЕМПЕРАМЕНТА НА ИЗПЪЛНИТЕЛИТЕ...

На 5 и 6 октомври 2012 г. членове на УС и КРК и представители на фолклорни състави от организации и дружества се събрахме в гр.Стрелча за обучение на актива и за провеждане на традиционния фестивал за нашия регион. За обучението бе предоставена конферентната зала на Общината. Лектор беше Георги Георгиев, председател на ЦКРК на СИБ. Председателят на РО на СИБ – Пазарджик Кирил Анов и координаторката Петя Маринова също се включиха в обучението.

Отношението на кмета на града г-н Иван Евстатиев към нас, хората с увреждания, пролича още с пристигането ни в Стрелча. Бяхме поканени официално да присъстваме на тържествата по повод 100-годишнината от Балканската война, а също да посетим и музея и забележителностите на града. После имяхме среща с г-н Евстатиев в ресторанта, носещ името на града. Той ни приветства и представи програмата, по която работи, като обеща повече внимание към проблемите на инвалидите, особено за достъпността на средата. Затова ни покани и през следващите години да бъдем гости на града, за да видим резултатите.

Както каза нашият домакин, всички имаме своите проблеми, на някои



видими, на други не, но по време на фестивала всички ние не спряхме да играем и да се веселим. Споделяхме много неща, които ни вълнуват, а вечерите приключвахме с песни и танци, въпреки че на следващия ден програмата щеше да е доста натоварена. Всички бяхме заредени с положителни емоции от вечерта и затова не чувствахме умората, загърбихме и нашите житейски проблеми. Това беше среща между сродни души. ►



На сутринта се отправихме към читалището, където се проведе фестивалът под патронажа на кмета на Стрелча. В залата имаше граждани и гости на града, дошли за поредния - юбилеен фестивал на хората с увреждания.

Водещата обяви програмата, представи журито с председател г-н Димитър Пенчев - общественик, дългогодишен самодеец и режисьор.



Кметът г-н Евстатиев откри фестивала и пожела на всички участници да се представят достойно. И на всички групи подари плакет - символ на града и грамота.

Бяхме поздравени и от г-н Анов, той благодари и на г-н Евстатиев за отличието, което беше връчено лично на всяка група, участваща във фестивала.

Конкурсната програма започна с изпълненията на домакините - фолклорна група с ръководител Елена Милева. След тях се представиха групите на Ракитово, Батак, Брацигово, Пазарджик, Черногорово, Панагюрище, Пещера и Септември.

В категорията „колективно изпълнение“ бяха присъдени две трети места - за групите на Стрелча и

Ракитово, две втори - за Панагюрище и Черногорово и две първи места - за хорове на Пазарджик и Батак. Индивидуални победители станаха Ангел Стоименов от Сеп-



тември и Кунка Янкова от Панагюрище - за вокално изпълне-

ние - и Мария Стоева от Батак - за рецитация. По решение на журито бяха присъдени и две награди на публиката: на Ангел Стоименов и на група „Горска теменужка“ от Пещера.

Журието беше особено затруднено и това пролича в думите на председателя г-н Пенчев:

- Не всякога човек може да види такъв спектакъл като този на хората с увреждания от регион Пазарджик. Ето защо наградите нямат значение, когато сърцата са завладени от жизнеността и темперамента на изпълнителите.

Г-жа Маринова закри фестивала и пожела всички да се срещнат и през следващата година на самодейната



ЕЖЕГОДНО ДО 7,1 МЛН. ХОРА УМИРАТ ВСЛЕДСТВИЕ НА ХИПЕРТОНИЯТА

Към 2025 г. се очаква техният брой да нарасне с около 60%

В Националната кардиологична болница се проведе семинар за журналисти на тема: «Ниво на контрол на хипертонията и сърдечно-съдовата протекция в България». Събитието се осъществи със съдействието на Мерк Сероно.

Високото кръвно е основен рисков фактор за миокарден инфаркт, инсулт, сърдечна и бъбречна недостатъчност. Световната здравна организация съобщава, че лошият контрол на артериалното налягане е причина за 62% от мозъчно-съдовите инциденти и за 49% от случаите на исхемична болест на сърцето, което го прави основен рисков фактор за смъртност в глобален мащаб.

Особено незадоволителен е контролът на артериалното налягане в страните от Централна и Източна Европа. Повишението на риска от обща и сърдечно-съдова смъртност е съответно 57% и 74% при лекувани, но неконтролирани пациенти с хипертония, в сравнение с успешно лекуваните пациенти.

Повечето лекари, в това число и общопрактикуващите, са съгласни с посочените нива. Но въпреки доказателствата, че високото кръвно повишава риска от инсулт и миокарден инфаркт, проявяват известна инертност по отношение на прилаганото лечение и започват да действат незабавно едва, когато настъпят усложнения.

От друга страна, пациентите също не оказват необходимото сътрудничество и проявяват небрежност към показателите на кръвното си налягане.

Резултатите от проучванията показват, че едва ¼ от пациентите приемат правилно и редовно предписаните им лекарства. Причините за това са много, но сред тях се откроява недостатъчното разбиране, че хипертонията е хронично заболяване. Други често срещани причини са:

Недооценяване на връзката между лошият контрол на артериалното налягане и живото застрашаващи инциденти като инсулт, миокарден инфаркт и хронична бъбречна болест;

Недобра поносимост на назначеното лечение или страх от нежелани реакции;

Ефект на нежеланите реакции от лечението върху някои аспекти на качеството на живот на пациентите, напр. сексуална активност;

Неефективна комуникация между пациенти и здравни специалисти, които не успяват да информират пациентите адекватно, или които не проследяват лечението и не наблюдават на значението на сътрудничеството от страна на пациентите.

Затова, едно от важните условия е антихипертензивната терапия да бъде възможно най-опростена и удобна за пациента. Установено е, че идеалният медикамент би бил този с еднократен дневен прием. Един медикамент, приеман еднократно дневно сутрин, може да осигури защита на пациента през времето от деня, когато той е изложен на най-висок риск от сърдечно-съдов инцидент. Нискодозовите комбинации могат да осигурят по-добро спазване и придържане към лечението в резултат на ►

► по-добрата поносимост и удобство на прилагане. Такава терапия повишава ефективността и осигурява по-добър антихипертензивен контрол, което на свой ред подобрява прогнозата и намалява честотата на нежелани инциденти.

ЗАХАРЕН ДИАБЕТ

Захарният диабет е световен проблем. Наблюдава се нарастване на броя хора с диабет и нарастващи здравни разходи за диабет. На всеки 5 секунди един човек се разболява от захарен диабет, а за година този брой е 6 млн. души. Броят на хората с диабет ще се увеличи до 500 млн. в рамките на едно поколение (за 20 години). Честотата на захарен диабет в България е 9%, според IDF Atlas 2009. Диабетът засяга хора от всички възрасти, като и все повече деца се разболяват от захарен диабет тип 2, доскоро преобладаващо заболяване само при възрастните. Най-засегнати са хората на възраст между 35 и 64 години. За съжаление 50% от хората с диабет не знаят, че имат заболяването. Това е много тревожен факт, защото, когато не се лекува навреме и с подходящите медикаменти, той води до редица усложнения, а именно:

Диабетна ретинопатия: Водеща причина за слепота при възрастните

Инсулт: 2- до 4-повишена смъртност, следствие на инсулт

Диабетна нефропатия: Водеща причина за краен стадий на хронична бъбречна недостатъчност

Диабетна невропатия: Водеща причина за нетравматични ампутации на долен крайник

Сърдечно-съдови усложнения: 8/10 диабетика умират от сърдечно-съдов инцидент! Ето защо понастоящем захарният диабет се счита за

еквивалент на исхемичната болест на сърцето и за сърдечно-съдово заболяване!

ЩИТОВИДНА ЖЛЕЗА

Тиреоидните нарушения, като понижена или повишена активност на щитовидната жлеза, са едни от най-често срещаните заболявания в световен мащаб. Много често обаче те остават недиагностицирани или погрешно интерпретирани и съответно без адекватно лечение. Епидемиологични данни сочат, че повече от 200 милиона души по цял свят страдат от понижена активност на щитовидната жлеза, но само 20% от тях получават лечение. Това е тъжна констатация, тъй като лечението е лесно и ефективно!

СЪРЦЕТО – ОСНОВНА ПРИЦЕЛ НА ТИРЕОИДНИТЕ ХОРМОНИ

„Когато щитовидната жлеза говори, сърцето слуша“. В действителност, тиреоидните хормони, произвеждани от щитовидната жлеза, са от жизнено значение за нормалната работа на сърцето. Тиреоидните хормони регулират сърдечния ритъм, пулса, кръвообращението, сърдечния контрактилитет и консумацията на кислород. Процесите на контрол на метаболизма са много сложни и сърцето долавя и реагира на всяка промяна в нивата на тиреоидните хормони. Тъй като тиреоидните хормони регулират и всички останали метаболитни процеси, симптомите на свръхпроизводство или недостиг на тиреоидни хормони могат да се различават съществено. Без подходящо лечение тиреоидните нарушения водят до влошаване на съществуващи сърдечни заболявания или до появата на нови. ■



ГОСТУВА НИ ПОЕТЪТ

НЕУГЛЕДНИЯТ

*От мъката аз песни ще направя,
от сълзите -на римите смеха.*

Дамян Дамянов

Потърси работа-
удари на камък.
Потърси другари-
удари на камък.
Момиче хареса-
удари на камък.
Тогава момъкът
взе камъните
хладни.
С длето и чук
и с пламъка
в сърцето си
ги претвори
в момиче,
тичащо към него,
ръка, приятелски протегната
и птици, литнали към висинето.
Погледна ги с любов.
Копнежът му за обич
ги направи живи.



Лоша прогноза

Не можеш да лъжеш, брат,
от теб не става
ни политик, ни дипломат.

За демокрацията

Упорито човекът с добро сърце
добронамерено казва: Какво пък,
пак ще потърся нейното лице...
И отново попада на нейното опако.

Несправедливост

Чуй, друже, за какво тъжа:
по житейските улици и писти
вярваме на красивата лъжа,
бягаме от грозната истина.

Ориентирал се

Разбра накъде вятърът духа
и след политически крос,
тоз, който беше в девета глуха,
сега е на първи коловоз.

Истината за историята

Риторично въпроса задавам.
Отговарят специалисти и лаици:
Историята е такава,
каквато я напишат историците.

Пътищата

На правият се мръщим -
минавал през баир и гора,
а кривите пътища
водят към богата софра.

Закърпено положение

Ситуацията не ни уплаши,
намерихме изход в кризата:
за да си закърим гащите,
режем от ризата.

Човекът отгоре

Реши ли да се разтъпче,
по главите ни тъпче.

Екологична

Как да зараснат
на човечеството раните,
как да е чисто на планетата лицето,
как няма да са мръсни океаните -
Пилат
си мие ръцете.



КОЛЪО ЧАЛЪКОВ

ПРОТЕЖНАТА РЪКА

Всеки за всичко
пред всички
е отговорен.
Ф. Достоевски



За да помогнеш на хора ранени,
не е нужно да влезеш в клада.
Къшей от своето щастие дадох
и заситих мнозина край мене.

Своя пай от живота с мнозина споделям.
Умножава се моето съкровище.
И за всичкото зло на света съм виновен,
щом не идва у други неделата.

И след нощите дълги и ледени,
за да изгрее отново зорницата,
облечи си доспехи на рицар,
подай силна ръка на победата.

Ине прави неприятна гримаса
щом седнеш с човек,
от всички забравен.
За какво са ти толкова
чаши на масата,
щом няма с кого
да си кажеш «Наздраве!»

Да, вървя към вас вдъхновено,
че видях днес добра изненада:
къшей от своето щастие дадох,
а заситих мнозина край мене.

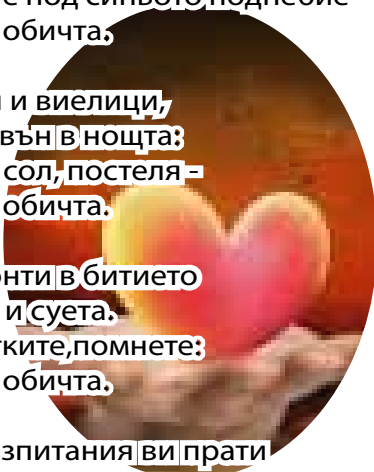
СЪРЦЕТО – ДОМ НА ОБИЧТА

Когато близки и приятели са ви погребали,
след гръм житейски, преобърнал в миг света,
дерзайте, не унивайте под синьото поднебие -
сърцето ми е дом на обичта,

Не бойте се от вълци и виелици,
че ще да останете навън в нощта;
за вас ще има хляб и сол, постеля -
сърцето ми е дом на обичта.

Търсете нови хоризонти в битието
далеч от власт, пари и суета.
Ако се уморите в битките, помнете:
сърцето ми е дом на обичта,

Ако животът тежки изпитания ви прати
и светът за вас заключи своята врата,
и няма где да влезете, елате:
сърцето ми е дом на обичта.



ОРИЕНТИР

Обади се стар приятел,
после втори, трети,
четвърти и пети
и още други.
Следователно с нещо
съм се отличил.
Името ми е нашумяло,
в медиите.
Отдръпна се стар приятел,
тръгна си втори,
после трети, четвърти
и пети
и други още.
Значи: зле съм.
Издаден съм в немилост.
Благодаря на приятелите.
По приливите
и отливите им
разбирам
къде се намирам.
Не ми е необходимо
проучване
на общественото
мнение...

**ПРЕДИ 20 ГОДИНИ
ГЕНЕРАЛНАТА
АСАМБЛЕЯ
НА ООН
ОБЯВИ 3 ДЕКЕМВРИ
ЗА МЕЖДУНАРОДЕН
ДЕН НА ХОРАТА
С УВРЕЖДЕНИЯ**



**INTERNATIONAL DAY
OF DISABLED
PERSONS**



**JOURNÉE INTERNATIONALE
DES PERSONNES
HANDICAPÉES**

**DÍA INTERNACIONAL
DE LOS IMPEDIDOS**



**Успяхме ли за тези 20 години
да убедим обществото,
че искаме, можем
и имаме право да живеем
като равностойни граждани?**