

## ИКОНОМИКА



Експертът Йоаким  
Каламарис:  
Гръцката гледна  
точка към кризата

Стр. 5

## СПОРТ



Фенове  
искат  
оставки във  
волейболната  
федерация

Стр. 23

## АВТОМОБИЛИ



Opel Astra OPC  
е кола с нрав

Стр. 24

тираж **300 000**

[www.jivotatdnes.bg](http://www.jivotatdnes.bg)

Брой 6, 22 - 28 май 2012 г. (зод. I)

# ЖИВОТЪТ ДНЕС

**actavis**  
think smart medicine

Светът на модерния човек

**Проф.  
Боряна  
Христова,**

директор на  
Националната  
библиотека  
„Св. св. Кирил  
и Методий“:

**Книгите могат  
да те направят  
друг човек**

**Върви, народе възродени!**



ТЕМА НА БРОЯ

**Младите се връщат  
към фолклора**

Едва ли има по-ярък символ на обръканите ценности през последните двадесетина години от кичозните проявления на така наречения попфолк. Но след като махалото на масовия вкус отиде в крайностите на чалгата, днес се вижда завръщане на интереса към изконните български ритми. Клубовете за народни танци са препълнени, при това от млади хора, а в много домове и заведения звучат истинските бисери на фолклора. С какво българската народна музика привлича новото поколение, четете

на стр. 12 - 13.

Снимка Росен ВЕРГИЛОВ

Интервю  
на Ирина  
Гизова  
на стр. 11



# Allergodil®

**Непримирим  
към сенната  
хрема!**

ЕКОФАРМ, 1421 София, бул. "Черни връх" 14, бл. 3, тел. 963 15 96; 963 15 97

Ecopharm

A-128/28.05.2009



# Toyota

## отново е най-големият автопроизводител

Японската компания Toyota през 2011 г. загуби лидерските позиции в бранша, когато беше изпреварена от американския концерн GM. Тогава цунамито в Япония и последиците от наводненията в Тайланд объркаха плановете на Toyota. През първото тримесечие на тази година обаче компанията е продала 2,49 млн. автомобили по целия свят, докато GM

се класира с 2,28 млн. броя. На трето място е немският концерн Volkswagen (2,16 млн.), който е най-успешният сред европейските производители, справяйки се с последиците от икономическия спад. GM беше лидер в автомобилния бизнес в продължение на 100 години, но след поредица загуби през 2008 г. отстъпи първото място на Toyota.

## Тихият океан се превръща в океан от боклуци

Учените отново бият тревога - за 40 години площта на островите от боклуци, съставени най-вече от изхвърлени пластмасови опаковки, се е увеличила сто пъти. Голямото сметище, наречено Pacifictrash Vortex, е впечатляващо зрелище. Става въпрос за натрупване на огромно количество пластмасови бутилки, пакети, филтри от цигари, топки, спринцовки, запалки, четки за зъби и всякакви други предмети, които заемат все по-голямо пространство от Пасифика. Всъщност тези острови са два и са образувани под въздействието на океанските течения. Едно-

то сметище, плуващо в Тихи океан, се намира на 500 морски мили от калифорнийското крайбрежие, недалече от Хавайските острови, а второто - в източната част на океана, пред японските брегове.

Двата острова са били открити от океанографа Чарлз Мору през 1997 г. Но формирането им вероятно е започнало през 50-те години на миналия век. До момента площта на сметищата продължава да се увеличава. Днес островът от боклуци, наречен Great Pacific Garbage Patch, е с размерите на Тексас и се простира на дълбочина до 30 метра.



# COMFORTEX®

## 5 билки за добро храносмилане



## 2 капсули след хранене



1421 София, бул. "Черни Врх" 14, бл. 3; тел.: 02/ 963 15 96



## Ръчен часовник в симбиоза със смартфон

Ако ви е омръзнало непрекъснато да вадите мобилния си телефон от джоба, за да прочетете някой sms или електронно писмо, вече ще е достатъчно само да погледнете часовника си. Съвсем наскоро компа-

нията Sony представи новината, наречена SmartWatch. Това е ръчен часовник, който позволява да се четат текстовите съобщения, да се проверят пощата и информацията в социалните мрежи. SmartWatch може чрез Bluetooth да се включи към Android-смартфон и част от текстовата информация, постъпваща в мобилния телефон, ще се появява на дисплея на часовника. Циферблатът му е сензорен OLED дисплей с размер 1,3 дюйма. За да съобщите на собственика си, че някой му се обаждат или е получил съобщение, SmartWatch започва да вибрира и на дисплея му се появява светещо изображение. В магазините на Sony часовникът се продава на цена 149,99 долара.

## Геймърски компютър зашеметява с дизайна си

Компанията Asus обяви, че пуска на пазара нов геймърски персонален компютър под марката Republic of Gamers или съкратено ROG. Невероятният дизайн, вдъхновен според разработчиците от милитаристичната тематика, сигурно е причината компютърът да бъде кръстен Tutan. Ексклузивният черен метален корпус с необичайна форма напомня на модерна подводница тип "стелт". Отвътре Asus ROG Tutan удивлява не само малко, отколкото отвън. Основата е третото най-ново поколение процесори на Intel Core, компютърът е снабден с 16-гигабайтова оперативна памет стандарт DDR3 1600, два SSD диска и видеокарта nVidia GeForce GTX680, която току-що излезе на пазара. Продажбите на новия геймърски компютър ще започнат през близките месеци, но за цената все още нищо не се знае.



Цветелина Личева се вживява в емоциите на всеки випуск, вълнува се за резултатите от олимпиадите на учениците си, помага им извън часовете. Винаги е отворена за диалог, но има и изисквания, които възпитаниците ѝ трябва да покриват. За нея последователността в работата и дисциплинираността при подготовката по български език и литература са нещо задължително. Разказва ни, че вече са изпратили зрелостниците на специално тържество, а една от паралелките тази година дори ѝ е посветила поема.

**Г** -жо Личева, какво поражда проблема с грамотността на българчетата?

- Проблемът не е в научаването на правилата. Учениците ги знаят. Липсва им обаче практика, защото не четат достатъчно книги. Единици са тези, които истински се интересуват и имат вече оформен литературен вкус. Повечето разчитат на това, което е в училище, и не ползват нищо странично. Даже и текстовете по учебната програма се прочитат на принципа на принудата. В този смисъл, не се полагат достатъчни усилия, за да се случи тази грамотност. Тя не става само с научаване на правилата. Трябва да има естетически облик - да пишат, да не се страхуват да съчиняват, да обобщават и да анализират.

Според моите наблюдения, въпреки че текстът е разгледан и подробно разискван, когато трябва да обобщат най-важното, мнозина ученици

# Страхът от белия лист става все по-голям

С Цветелина Личева, гимназиален учител по български език и литература в столичното 133 СОУ „А. С. Пушкин“, разговаря Мирослава Кирилова



ници изпитват затруднения. Това ги смущава и дори някъде плаши. Защото нямат нагласата да го правят. Страхуват се от текста.

От друга страна, материята е много утежнена. Не само по литература, но и по всички предмети. В един момент, когато урокът не е три страници, а е седем, това обезсърчава учениците още преди да започнат работа. С годините се е завишил академизмът, който не е необходим на всички равнища. Урокът ги притеснява още преди да го започнат, защото става стълпотворение от факти, данни, съпоставки, методи и т.н.

Забелязвам също, че възпитаниците ни не си купуват учебници. Те разчитат на това, което се преподава в час. Проблемът определено не е

икономически. Учениците разчитат на концентрираното в час, което е записано в тетрадката. То е малко, но е ясно и разбираемо.

**- Донесла съм няколко теста за 7. и 12. клас. Може ли един средностатистически българин да ги реши?**

- Трябва да може. Те не са с извънредна трудност. Още повече че е престъпление спрямо литературата да се говори чрез готови отговори. Ако и тях не може да познае - е съвсем обезсърчаващо. Тестовите след седми клас са насочени повече към теоретичната част. Юношите трябва да познават и владеят различните дялове на граматиката, да могат да формулират и използват понятия. Докато в матурата след 12. клас от зрелостниците вече

не се изисква толкова теория, колкото практика. Във всяка ситуация да могат да определят как да приложат правилата. Необходимо е граматичните, пунктуационните, лексикалните грешки да могат да бъдат разпознавани. Ако с това не се справят, проблемът вече е налице. Незграмотността рефлектира и върху говоренето.

**- Въвеждането на матурата след 12. клас през 2008 г. не дръпна ли нивото?**

- Определено го дръпна. Общата летва, която трябва да бъде премината, все пак е някакъв показател. Но може би преди въвеждането на новата система нещата се компенсирала. Преди нямаше държавен зрелостен изпит, но децата бяха мотивирани. Те полагали много усилия без да можели меч на матурата. Докато завършващите сега със сигурност не са изпреварили предишното равнище. Тогава учениците бяха по-мотивирани за самите себе си.

Тестовата форма не е най-удачната да се развият литературните умения. Преди системата беше много по-функционална, защото се пишеше текст, създаваше се творба. По-голямата подготовка и обизраността при писането определено помагат за преодоляване-

то на бариерата. Страхът от белия лист става все по-голям при днешните поколения. В края на матурата за 12. клас има задание за анализ на изучена творба в училище. Това е най-малкият образователен праг, който всеки трябва да може да покрие. Не е някакъв текст, който изисква свърхусилия.

**- Кои са най-големите пропуски в обучението по български език и литература?**

- Не бих сложила граматичните грешки на преден план. Бих поставила на първо място проблема с бедността на речта. За липсата на способност за вариативност, синонимност, богат речников фонд. Малцина пазят борбения дух, при който държат на всяка цена да се самодокажат. Лошото е, че повечето се равняват по масата и това ги устройва. Трябва да има повече хъс. Начините това да се постигне са както винаги комплексни. Да им е интересно в час, родителите трябва да имат грижа през цялото време, докато се обучава детето, да бъдат до него. Както родителите излизат с детето си да му купи маратонки, така трябва да излизат заедно и да купят книга, да говорят за прочетеното. Няма да стане от само себе си.

## ПОСОКИ

### Уроци от улицата



Петър ГАЛЕВ

Наскоро един активен млад човек на възраст месеци преди пълнолетието изрази пред мен огромното си разочарование, че велоалеята в неговия квартал е практически неизползваема, защото е заета от плътни паркирани автомобили. Разсъжденията на младежа по този повод направо ме смаяха, защото бяха по-зрели и логични от обръканите мисли на много от възрастниците. Момчето чистосърдечно се учудваше, че хем ние, родителите, искаме от младите да не се занимават с глупости, а да четат и да спортуват, хем когато са създадени минимални условия за една от тези дейности в градската среда, те не могат да се използват заради нашата - на възрастниците, небрежност и незаинтересуваност. Защо - попита ме младият господин - държавата е дала доста пари да направи велоалеи, каквито отдавна има във всеки нормален европейски град, а няма кой да отстоява свободата на това малко градско пространство, предназначено за използването на екологичния транспорт - колелото? Призна и за моментния си порив да надраска с пирон нахалните автомобили. Спрял се, защото си представил колко много баща му би се ядосал да види надраскана например собствената им кола. "Нали постоянно ни повтарят да не раздаваме сами правосъдие, имало кой да се грижи за това?", заключи младежът. Нямах как да му отговоря. Дадох си сметка, че всички учебнически приказки за гражданско съзнание и спазване на правилата в обществото отиват по дяволите, грубо опровергани от реалността на улицата. А там проблемът далеч не е само в заетите велоалеи, нали?

## Анкета - Грамотни ли са днешните българчета?



Венцислав Кръстев

Не! Защото все повече младежта набляга на други неща, но не и на това да бъде грамотна. Днешните българчета са непрекъснато пред компютрите, играят игри, не четат книги, а това няма как да не се отрази и на езика, който използват. И родителите оказват влияние на нивото на грамотност на детето си. Когато обаче изискванията им са ниски или направо липсват, ученикът се възползва от това и не си дава много зор.



Валентин Валентинов

Въпросът е спорен. Не могат всички българчета да се поставят под общ знаменател. Някои не им пука за обучението, те нямат цели в живота. Защото когато си образован, ти можеш да продължиш напред и да постигнеш нещо. Възпитанието и семейната среда играят роля най-вече при помалките. Младежите от 10-и, 11-и клас са доста по-независими и те сами трябва да се ориентират какви са приоритетите им в живота.



И. Костуров

Зависи. Някои ученици имат желание да се развиват, а грамотността е в основата на доброто бъдеще. Ценностната система обаче сякаш се промени. Обучението остава на заден план, а юношите се вълнуват от други неща. От друга страна, учителите със запламя от 300-400 лв. са демотивирани и не обръщат достатъчно внимание на възпитаниците си.



Милевка Благоева

Не бих казала. Идните поколения стават все по-неграмотни, тъй като непрекъснато са в интернет, използват латиница, а това рефлектира и върху книжовния им език. Пишат "а" вместо "ъ", не слагат запетаи, пълен и кратък член и т.н.



Калина Кисова

По-скоро не! Днешните деца не четат книги, не обръщат внимание на предмета "Български език и литература" в училище. Може би донякъде не им се обръща внимание въкъщи и каквото научат в час, смятат, че е достатъчно. От друга страна, и от учителя зависи да мотивира възпитаниците си да се интересуват от предмета. А погледнете какви хора взимат "Педагогика", приемат с двойки и тройки. Това нормално ли е? Представете си как тези хора утре ще преподават на идните поколения...

## ТЕХНОЛОГИИ



С какво ще ни  
изненадат  
най-големите  
в бранша

На стр. 6

## ОТЛИЧНИЦИ



Тийнейджъри печелят милиони

На стр. 7

## КАРИЕРА

Грешните  
стъпки,  
когато  
се изкачвате  
нагоре



На стр. 8

## АРТ



Нова комедия  
се подиграва  
със  
световния  
политически  
рег

На стр. 9

"Обединени идеи за България" е неправителствена организация, която насърчава социалната ангажираност и реализирането на граждански проекти. Създадена е от мотивирани млади българи и е официално регистрирана като сдружение с нестопанска цел. Основна цел на сдружението е да вдъхнови повече наши студенти и ученици да работят за подобряването на жизнения стандарт в родната им. Официално регистрирано в началото на 2012 г., сдружението вече има над 40 членове и съмишленици - следващи или вече завършили българи, живеещи в България и в чужбина.

През тази година основният проект на "Обединени идеи за България" е организирането на конференция, която ще се проведе от 3 до 6 септември 2012 г. в София. 150 български студенти от страната и

# Деца на ни посягат към кормилото на гражданското общество

чужбина, които ще бъдат разделени по комисии, съответстващи на министерствата (комисия по здравеопазване, по икономика, по образование, младежта и спорта и други), ще заседават и ще изготвят план-предложения за конкретни граждански проекти в съответните сфери. През следващите месеци след конференцията тези проекти ще бъдат реализирани с общи усилия, с помощта на "Обединени идеи за България" и спонсори. За да допринесат със своя опит, по време на конфе-

ренцията популярни личности от българския обществен, политически и културен живот като г-р Атанас Щерев, Добромир Симидчиев, Благой Рагин и др. ще изнесат кратки лекции.

В момента тече кампания за намиране на председатели, които ще оглавят комисии, и участници, като за целта желаещите трябва да изпратят мотивационно писмо и автобиография на [conference@oib.bg](mailto:conference@oib.bg). За повече информация:

[www.oib.bg](http://www.oib.bg)

## „Твоят проект“

Така се нарича вече обществен проект на организацията - състезание, проведено в 91 НЕГ "Проф. Константин Гълъбов", Софийската математическа гимназия и ЕГ "Иван Вазов" в Пловдив. Проекти на социална, образователна, екологична, културна и спортна тема, създадени от групи ученици или самостоятелни участници, бяха оценени от жури. Целта беше да се насърчи ученическата инициативност и да се стимулира креативното мислене. Първите три проекта получиха финансова подкрепа, с помощта на която ще бъдат осъществени, защото организацията се стреми да намери решения, които не само да бъдат обсъждани, но и превърнати в реалност.



Наградените  
проекти:

### "Нова светлина" за Люлин планина

Основната идея, заложена в проекта победител, е популяризирането на Люлин планина, която притежава голям потенциал да стане един от най-забележителните туристически обекти в България благодарение на своята прекрасна природа и погледа към автентичната шопска култура, който предлага. Проектът на Владимир Геор-

гиев, Васил Василев и Силви-Мария Гюрова включва създаването на изчерпателна туристическа карта на планината, повишаване на екологичната култура на местните жители и на туристите чрез брошури и семинари и организирането на доброволни "зелени патрули", състоящи се от студенти, както и на противопожарни патрули, които да се погрижат за подновяване на маркировката, реновиране на местата за отпочиване и др.

### "Звук от тишина"

Проектът, грабнал втора награда, е създаден от Янита Николаева Негева и Десислава Михайлова Райкова. Той предлага организирането на концерт спектакъл, включващ младежи с увреден и здрав слух, които да покажат талантите си в областта на танцовите и театралните изкуства. Авторките се стремят към постигането на социално единство, равнопоставеност и толерантност чрез представянето на даровити деца с увреден и здрав слух на една сцена.

### "Интерактивен гуг"

Трета награда заслужи проектът на Ана Иванова Петрова от Езиковата гимназия "Иван Вазов", град Пловдив. Идеята е да се пресъздаде запомнящата се атмосфера в Пловдив чрез създаването на интернет гуг, който да съдържа подробна информация за всички исторически и природни забележителности.

# Те искат и могат да променят България

## Нели Станева



Причината да участвам в организацията е сякаш най-добре синтезирана в нашето мото, защото вярвам, че идеите, това сме ние. Обичам нови, свежи и нестандартни хрумвания, които засвидетелстват инициативността и ентузиазма на хората. Замисълът на нашата организация е свързан именно със събирането и реализирането на подобни идеи, които да подтикнат младите хора да се замислят за България и за това как искат тя да изглежда в бъдеще, вместо да я напуснат заради това, което е в момента.

## Ангел Изнатов



Занимавам се с "Обединени идеи за България", защото е нещо ново, различно и е точно това, от което се нуждаем - група мотивирани млади хора, които искат да предадат емоцията и ентузиазма си на другите. Това е нещото, което ме привлича - да покажем, че младите могат да променят действителността.

## Мария Рагева



Обединени идеи за България" е организация, в която идеите на млади, амбициозни и целеустремени българи са в основата на нейните дейности. Дори и най-малките идеи, мисли, проекти и инициативи, сътворени от млади хора, имат силата да променят нещо, да решат настоящ проблем или просто да съберат много потенциал в организация, в която и в бъдеще идеи ще се създават и осъществяват.

## Александър Найденов



Уникалното в организацията е това, че успява с неколко усилия да събира и координира действията и мотивацията на българи из цял свят. ОИБ определено приближава всички в мислите и действията им към страната ни. Може да се каже, че сме една интернационална мрежа от българи, растяща всеки ден, доказваща, че в България има вероятно много потенциал, който трябва да се използва.

## Боряна Великова



Участвам в организацията, защото не мога и не искам да бъда безразлична към случващото се в България, а и не бих се задоволила с ролята на пасивен критик. Само индивидуалните желания за промяна не са достатъчни, много по-важни са колективните действия за осъществяване на добрите идеи. Вярвам, че чрез силната вътрешна мотивация на екипа ни, както и чрез подкрепата на съмишлениците ни извън него "Обединени идеи за България" ще допринесе за изграждането и развитието на едно добре информирано, отговорно и активно младо поколение.

## Александър Кацарски



"Обединени идеи за България" е неправителствена организация, с която от 2011 г. насам. Като проект тя няма да е нито първото, нито последното ми начинание с обществена насоченост. Независимо от това приех да участвам в тази идея, защото тя се отличава с иновативност и амбиция, рядко срещани в модерния забързан свят. Основната причина за моето участие е, че искам да се развивам успоредно с тази прекрасна инициатива.



Йоаким Каламарис е старши асистент в Европейски колеж по икономика и управление, лектор на Пловдивския университет "Паусий Хилендарски" и на Българския институт за външна търговия. Собственик на фирма KALAMARIS GROUP LTD и бизнес консултант. Завършил е УНСС, София, специалност "Международни икономически отношения", магистър в Института за финансови науки - Лондон, специализирал е "Банки и финанси".

# Спасителните мерки за Гърция са все едно да лекуваш рак с аспирин

С Йоаким Каламарис разговаря Микаела Въжарова

Гърция отива пак на избори и този път вече се очертава директно като референдум "за" или "против" оставането на страната в еврозоната. Докато вота на 6 май бе сякаш само реакция срещу меморандума с МВФ и ЕС. Така ли е, г-н Каламарис, и какво да очакваме сега?

- Може да се каже, че сте права, предстои нов изборен референдум. Резултатът от вота на 6 май раздели наистина гражданите по особен начин, този път не на леви и десни, а на промеморандумни и антимеморандумни. Получиха се странни и непродуктивни избори, като причината за това са най-вече наложените мерки на Гърция от "тройката" (МВФ, ЕС и ЕЦБ) - напълно грешни макро- и микроикономически, наричани обаче спасителни. През последните три години (2009-2012) те донесоха само рестрикции, увеличаване на данъците, намаляване на покупателната сила, безработица, ръст на престъпността, самоубийства. Никаква "пролет" не доведоха, само влошиха стандарт на живота и състоянието на гръцката икономика. А тя се нуждае от преки мерки за възстановяване и растеж, не от нови и нови рестрикции. Казвал съм го и пак ще го кажа: това, което сега се прави с Гърция, т.нар. спасителни мерки, е все едно да лекуваш раково заболяване с аспирин. Въпреки всичко обаче не мисля, че някой в Гърция, някой политик или формация (освен комунистическата партия) иска да обърне гръб на Европа. Просто Атина иска да изрази своето дълбоко притеснение заради външните мерки, налагани на страната. Тя иска от Европа да застане решително срещу икономическите

Въпросната "финансовата дисциплина" ще бъде наложена и на останалите страни на ЕС, ако успее да мине чрез Гърция

експерименти на финансовите картели, които са подкрепени от шепя политически елит, който пък крепи тях - картелите. Печалбата само на Германия от гръцката дългова криза е 15 млрд. евро, като "помощта" ѝ за Гърция не струва нищо на германския данъкоплатец. Ние не получаваме пари за себе си, ние просто връщаме кредитите, дадени от техните банки. Германия експлоатира кризата, лихвените проценти там пагат, въртят се нови пари в немската икономика. Тази държава ще плати за собствена си дългова криза с 15 млрд. по-малко - само от лихвите, които ние сега връщаме. Докато на Гърция, ако тя продължи да плаща така своята "задължениост", ще ѝ трябва минимум 30 години, за да може само да мисли за връщане към конкурентоспособност. И нека всеки в Европа има едно наум. Защото въпросната "финансовата дисциплина" ще бъде наложена и на останалите страни на ЕС, ако успее да мине чрез Гърция.

- Да опишем евентуалните минуси и плюсове при сценарий излизане...

- Усложненията от гръцкото излизане без съмнение ще имат тежки последици за всички в еврозоната. За единната валута те ще бъдат много потезки от тези за Гърция. Но истински важният въпрос е: излизането на Гър-

ция ще може ли да бъде прието от пазарите като "специален случай", или ще се сложи началото на оттегляне и на други страни?

- Очакваме от плочката "Гърция" в еврозоната да се получи ефектът на доминото?

- Именно, и това може да стане много бързо, по-бързо от задействането на т.нар. мерки за спасяването на Гърция. Що се отнася до резултатите от излизането. Но във вътрешен план - връщам се на предишния Ви въпрос - те също не биха могли да бъдат предвидени еднозначно. Възможно е да се получи такъв хаос, който няма да позволи да се случат добрите прогнози: че девалвацията ще направи износа на страната по-конкурентен, че новата-старата валута ще намали финансовите затруднения и т.н. Хаосът може да попречи да се реализират и изтъкваните предимства на евтината валута, примерно за най-важния експортен сектор на Гърция - туризма, новата-старата валута може да намали финансовите затруднения на страната, но може и да отвори "язвата" на инфлацията, дори да се стигне до хиперинфлация. И да е за кратко, пак е страшно.

- Страната Ви е колкото в икономически, толкова и в политически капан, в капана на собствената си изборителна система, което е трудно оспоримо. Какъв е изходът?

- Несъмнено, така е. Изборната система в Гърция дава бонус на първата партия 50 депутати, което не е най-моралният и демократичен бонус. Идеята, приемана и от двете големи партии (ПАСОК и „Нова демокрация“), е, че партията, която излезе първа, трябва да има силно мнозинство, за да може



да гаде на страната силно правителство. Но колко мощно може да е едно правителство, което е с мнозинство в парламента, но е малцинство според народния вот? Вижте картината от 6 май... Действащата изборителна система не зачита волята на гражданите и самата демокрация! Неоспоримо е така. Аз мисля и задавам само един много прост въпрос - защо броят на местата като морален бонус са 50? Защо не са 60, 70, дори 161, така че да управлява задължително едната партия, винаги да се получава "стабилно правителство"? Самите граждани обаче не питат, не питат дори това, затварят си очите, мушкат си главите в пяска и се преструват, че живеят в демокрация. Ако този начин на мислене не се промени, ако продължи да се позволява на професионални политически търговци да подменят демократичните принципи, това вече не прилича на свобода, а на нещо друго. За промяна в гръцката изборителна система първо трябва да се промени законът, трябва да управлява с необходимостта мнозинство друга партия, не "традиционните". Трудно ще се получи, макар случащото се сега в Гърция като избори и резулта-

ти да е знак, искане на промяна. Самата изборителна система трябва да е аналогична на тези в Европа, в света. Елементарно е. Но тук срещаме само едно странно мълчание от еврозаинтересовани политически демократи... Всички мълчат. Гражданинът обаче има силата за промяна. Когато гласува, той трябва да знае, да осъзнава тежестта на това висше право. Мисията на здравомислещия гласоподавател е да преотк-

рие, да разбере реалното измерение, в което живее, не да тъпче на едно място, а да мисли. Да хабиш енергия, да инвестираш в търсенето на изгубеното време, не е работа. Често ме питат коя партия препоръчвам...

- Не бих Ви попитала това, но чакам да чуя как отговаряте.

- Никому не мога да препоръчам как да гласува. Аз коментирам, осветявам, доколкото мога, ставащото в икономиката, социалния статус на страните, Европа, света и така давам сила на верния вот - на онези, които искат да разберат, да знаят за кого и защо гласуват. Гърция се нуждае именно от такъв вот. Това, което правя, го правя безвъзмездно, ако щете, това е моята частица принос към обществата, в които живея и жадувам.

Бел. рег. Редакцията е готова да публикува и други мнения по повдигнатия в интервюто проблем.

В контекста на този разговор бих искал да припомня един пример - на Исландия, страна, за която никога днес не говори. В референдум, проведен през март 2010 г., 93% от исландците гласуваха против изплащането на дълга. МВФ замрази кредитите си веднага. Исландците обаче нямаше какво повече да губят. Правителството започна разследвания, граждански и наказателни санкции срещу отговорните за икономическата криза. Дължностни лица, политици, банкери бяха принудени да напуснат страната. Исландия прие нова конституция, която бе направена от гражданите, не от партии. Конституцията бе "написана в интернет" - за да имат гражданите гумата, авторите - обратната връзка.



# Какво да очакваме от близките 10 години



Персоналните компютри промениха света през 80-те години на миналия век, интернет - през 90-те, цифровите камери, тръплейърите, смартфоните и таблетите станаха хит в началото на новия век. С какво ще ни изненадат обаче технологиите през следващите 10 години? Тъй като шефовете на инженерната и програмистката мисъл като iPhone например винаги са предшестващи от години на разработване, любопитно е какви прогнози може да се направят днес. Предлагаме ви пет технологии, които според специалистите ще определят развитието на hi-tech индустрията в близко бъдеще.

Google упорито не иска да се раздели с позициите си на технологичен лидер, въпреки че отстъпва от шеметното впечатление, което направи с уникалната си търсачка и такива сполучливи съвъри като Gmail или AdSense. Почти всички инициативи на компанията в последните години не смяха света. Наистина Android се оказа сериозно постижение, но и тук не мина без проблеми. Силната фрагментация на платформата пречи на нормалното ѝ развие, а и парите, които донесе на Google, съвсем не са толкова много, като се сравнят с приходите на конкурента iOS на Apple. Но Google няма да се даде без бой и с всички сили продължава да формира имиджа си на иновационен лидер. Помагат му прогукти като Google Glasses. Кога идеята за очила, с които ще можеш да сърфираш в мрежата, ще получи масово разпространение, не е ясно. Но Google демонстрира първите образци. Явно подобна технология има бъдеще и ком

панията разчита на това.

Ако управлението с жестове, както предсказваха някои фантасти, стане ключов начин за взаимодействие между човека и компютъра, то посветената на тази технология статия в Wikipedia ще започне със споменаването на компанията Microsoft и нейната разработка Kinect. Това беше едно от най-добрите устройства на 2010 г. и рекорд по продажби. За съжаление популярността на Kinect - контролер за приставката Xbox, позволяваща да се играе с помощта на жестове, се изчерпва със света на компютърните мании и геймърите. Предимствата на това управление през тази година усетиха и собствениците на новите модели телевизори на Samsung. Без да ставаш от дивана и без да използваш дистанционно, можеш да превключваш канали или да регулираш звука. Експертите предсказват, че тази технология ще става все по-популярна, още повече че тя ще се усъвършенства и ще може да разпознава и най-малкото движение на ползвателя.

Siri - персоналният асистент, управляван с гласови команди, не е само отличителна черта на последния модел iPhone. Това е и първообраз на бъ-

гещето взаимодействие между хората и цифровите устройства. С iPhone 4S може да се разговаря почти като с човек. За работа със Siri обаче е необходимо да имаш достъп до интернет и постоянно взаимодействие със сървърите на Apple. Може би така и ще остане, защото специалистите смятат, че няма смисъл да се влагат колосални усилия, за да се вкарат в iPhone огромна база данни и изчислителна мощ, които ще са необходими, за да се обслужват потребностите на ползвателя. Гласовото разпознаване в близките години все повече ще се усъвършенства, компютрите ще се научат не само да разбират смисъла на казаното от ползвателя, но и да различават интонацията му. Програмите за изкуствен интелект, подобни на Siri, също ще прогресират. Може би персоналният асистент през 2015 г. сам ще ви запази час при стоматолога, ако споменете на глас, че ви боли зъб. Освен Apple с разработването на подобни системи се занимават още Google и Microsoft.

Преди две години посланието на реклама на

Microsoft беше, че в близко бъдеще всички плоски повърхности около нас ще се превърнат в сензорни екрани. Тази идея беше обсебила и основателя на компанията Бил Гейтс. Днес много експерти смятат, че именно в това направление ще се развиват съвременните технологии. Не става въпрос да се заменят плоските повърхности със сензорни екрани. По-скоро ще се из-

ползват технологиите на проекторите. Вече има и работещи образци. Изображения с високо качество могат да бъдат проектирани на всяка повърхност. След това специални датчици анализират движението на ръцете и пръстите на ползвателя, а повърхността реагира като че ли цялата е един сензорен екран. Пробив в тази област може да се очаква и от научния свят. Японски учени от Токийския университет неотдавна демонстрираха инфрачервен датчик, който превръща в сензорна повърхност ръката на ползвателя. Той използва дланта на лявата си ръка като екран, а пръстите на дясната - като компютърна мишка. Датчикът е закрепен върху китката като гърбна. Основният проблем на тази разработка е контрастът на образа при яр-

Преди две години посланието на реклама на Microsoft беше, че в близко бъдеще всички плоски повърхности около нас ще се превърнат в сензорни екрани

ка слънчева светлина.

Нюйоркският университет също предлага интересна разработка, която може да стане основа за тотално навлизане на сензорните повърхности в ежедневието на хората. Същността на технологията са полимерни мастила, които реагират при гонир. Мастилата могат да бъдат нанесени на тънък слой върху всяка повърхност.

Екран, който може да бъде съзнат или навит като лист хартия, е още една мечта на фантастите, превърната в реалност от съвременните инженери. През март 2012 г. компанията LG обявя, че е направила такива екрани. Те се произвеждат по технологията "електронна хартия", която се използва при съвременните букрийдъри. Но вместо стъклена подложка се слага пластмасова, което прави възможно свиването на екрана, без да бъде повреден. Вярно, че не става въпрос чак за свиване на руло. Южнокорейските технолози гарантират здрав екран при свиване само под ъгъл 40 градуса. Своя разработка на гъвкав екран имат и в Samsung, която по ъгъла на свиване превъзхожда творението на LG. Очевидно тази технология също ще се развива в близкото бъдеще. Остава да се измисли как да направим гъвкаво желязото на портативните компютри - процесори, флаш-памет и т.н. (ЖД)

## ДУМИТЕ

## Булевардът на еднодневките



**Румен ЛЕОНИДОВ**

Неотдавна Ректоратът на Софийския университет протестира срещу намерението на група читатели на Радой Ралин да поставят скромния му паметник пред най-авторитетното ни учебно заведение. Мотивът бил, че там няма постамент на Великия Алеко Константинов, а видите ли, ще цъфне споменът за сатирика с козята брадичка. Няма да обсъждам този вопъл, но очаквам ректорският съвет да даде личен пример и да започне всенародна акция за набиране на средства за паметник на Щастливеца.

Когато Ралин отлетя при Радичков и Хайтов, той се радваше на тяхната известност. Бе народен любимец не само заради скандалните му "Люти чушки", които някога уплашиха комунистическите властници и книжето бе инкриминирано и премолено. А защото бе Дон Кихот и си остана такъв. Той отказа предложената му персонална пенсия и до сетните си дни живя скромно и дори бедно. Отказа да изостави братята си по социална съдба и те го обичаха като обществен защитник. Ралин пръв посмя да упрекне финансовия министър за липсата му на култура към културата, за безволеето му да възстанови пенсионния фонд, който изчезна и остави милиони пенсионери да преживяват с подхвърлените им трохи. Ако тогава се беше кандидатирувал за президент, щеше да удари в земята всички кандидати.

Радоѝ бе много добър лиричен поет, но славата му на любимец на улицата засенчи любовните му тугления в поезията. Към края на живота му зълните му епиграми секнаха, развратът на демокрацията го потопи в скръб. Новата политическа класа, без да е чела и рег от него, имитираше привидно уважение, но по-голямата част от нея просто го подминаваха с насмешка. Защото Радоѝ Ралин бе човек от вечността, а те - от бързопреходното всекидневие. И нямаше как истински да се срещнат - улицата на непреходността не се пресича никъде с булеварда на еднодневките.



Те варят сладко, продават трюфели, правят сайтове, но никой не знае дали това е била мечтата им. Днес обаче привличат погледа на целия свят, защото това, което са постигнали, е препълнило банковите им сметки, независимо че са в тийнейджърска възраст. А животът им е в мечтите и сънищата на милиони амбициозни и кадърни млади хора. Кои са тези наши съвременници, предизвикващи възхищение и мънишко завист?

#### Текстове на песни



През 2002 г. Милан Тешович е на 16, когато пуска музикален сайт, където за развлечение събирал текстовете на свои любими песни. След две години той решава да превърне това в бизнес. Днес в базата данни на Metrolyrics.com има 2 млн. песни, а компанията, състояща се от 20 души, печели от продажба на реклами. Когато Тешович е на 21 г., печалбата достига 1 млн. долара.

#### Билети онлайн



През 2005 г. 18-годишният Джошуа Дзябък продал своята първа хостингова компания Mediascatch за малко повече от 1 млн. долара. Купил си мерцедес и телевизор с плосък екран, а останалата сума инвестирал в нови проекти, един от които е Showdix - уебсайт, чрез който културни центрове, колежи, концертни зали и др. могат да продават билети онлайн. През 2009 г. Дзябък привлича инвестиции, а компанията му вече е оценена на 2,75 млн. Само преди година печалбата от продажбата на билети (от всяка взема по 7-15%) е 9 млн. долара.

#### Износ на трюфели



Преди три години, когато е на 15 години, Ян Пуркястха започнал да изнася трюфели и да ги продава по 12 000 долара за кило-

грам в ресторанти и магазини. Младежът е израснал в Хюстън, където в детството берял гъби заедно с родителите си. Въпреки че износът на трюфели е трудна работа (контролира се от 4 федерални ведомства, а и трябва да се състезава с времето, защото гъбите са нетраен продукт), Пуркястха не само успява, но и открива първия в САЩ разсадник за трюфели. Печалбата естествено не пада под 1 млн. долара.

#### Картички и плюшени играчки



Камерън Джонсън натрупал първия си милион, когато открил няколко търговски предприятия. Започнал на 9 години. С помощта на фотошоп, дейки си въщи във Вирджиния, младият бизнесмен започнал да прави покани за партитата на своите родители и скоро започнал да получава поръчки и от техни приятели и колеги. По-късно със спечелените пари започнал да купува плюшени играчки на едро и да ги препродава чрез сайта си. На 13 г. Камерън измислил My EZ Mail - сървър, който препраща електронни писма на определен адрес, без да разкрива лична информация на получателя. През 1997 г. с двамата си приятели той създава рекламна компания.

#### Сладко



През 2002 г. Фрейзър Дохърти започнал да прави сладко в кухнята на своите родители в Единбург. На 16 години Дохърти зарязва училището и започва да вари сладко на пълен работен ден. През 2009 г. доходите на SuperJam достигат 1,2 млн. долара.

#### Автомобилен сайт



През лятото на 2008 г., завършвайки училище, Джейсън Брайън започнал работа във фирма, търгуваща с автомобили във Флорида. Младежът не се съмнявал, че бъдещето на маркетинга е в интернет. Така Брайън харчи 10 хил. долара от личните си спестявания, за да създаде сайт, който би помогнал на потребителите да си намерят автомобил. След шест месеца Auto-cricet.com привлича вниманието на инвеститори, а през 2010 г. печалбата му вече е 6 млн.

#### Социална мрежа за фокус-групи



Когато е на 14 години, англичанинът Адам Хилдред пуска нова социална мрежа. Компании като Coca-Cola се ориентирани към използване на участници във фокус-групи в мрежата, за да разработват маркетинговата си стратегия. Когато Хилдред е на 19, BBC го нарича един от 20-те най-богати подрастващи във Великобритания с приблизително състояние от 2 млн. лири.

#### Преса за растително олио

Двайсетгодишният Даниел Гомес е собственик на компания, разработваща и произвеждаща преси за по-



лучаване на олио от растения, което ще се използва за дизелово гориво. Още като ученик Гомес започва да конструира пресата. Първата продажба му носи 150 000 долара. Мексиканската компания Monterrey инвестира в бизнеса на Гомес малко повече от 1 млн. долара. Днес в компанията работят 15 души, а Даниел постъпил в... колеж.

#### Тениски



Реймонд Ли като ученик в горните класове преминава практика в Китай в

компании, занимаващи се с уеб конференции. Среците с китайските производители се оказали много полезни за младежа, когато се върнал в Калифорния. Ли започнал да поръчва тениски за своя отбор директно от Китай. Продажбите потръгнали и Реймонд открива онлайн компания за търговия с тениски, наречена Ooshirts.com. Името на компанията Ли обяснява с факта, че и в Yahoo, и в Google има по две "О". Днес той вече има сътрудници, без да е взел нито един цент външни инвестиции. Според Ли през 2010 г. печалбите са били между 600 000 и 900 000 долара. През следващата година сумата няма как да не е двойна.

#### Очила онлайн

Когато 21-годишният студент Джейми Уелс си купил очила, в главата му се родила идеята за биз-



нес. Шашнат от цената на очилата - 300 долара, той решил да напусне университета и да използва студентския си кредит от 2000 долара за нещо, което впоследствие се превръща в Glasses Direct, базиращ се в Лондон онлайн магазин. Още през първата година от съществуването ѝ доходите на компанията наскочат 2 млн. долара, а през 2010 г. печалбите достигат 5 млн. долара. В Glasses Direct работят 70 души, а привлечените инвестиции са 34 млн. долара. (ЖД)

500 минути към мобилни мрежи в страната

500 минути към фиксирани мрежи в страната

500 национални sms

**14,90** лв./месец

говори супер изгодно със **superbob**

- без дългосрочен договор
- без скрити условия

цена на стартовия пакет: 14,90 лв.  
телефон за безплатна доставка: 0800 80 123  
за информация: [www.bob.bg](http://www.bob.bg) и магазините на bob

само до **20.06**

говори с **bob**

# Добрите маниери -

**Гафове при първата среща провалят бъдещата съвместна дейност**

Божана ЛЮБЕНОВА

Преди 20 години, когато словосъчетанието "бизнес етикет" започна да се намества в променящата се среда, налучквахме върното поведение с деловите ни партньори на база на семейното възпитание и копирането на чужденците, които ни посещаваха. По-късно започнахме да навлизаме по-задълбочено в лабиринта на бизнес облеклото и печелившите обноски. Днес вече можем да посещаваме курсове или да се образовваме онлайн, а и фирмите отделят внимание на корпоративното ни възпитание.

Ежедневното обаче ни поднася една слабо променена действителност - доста млади хора, които кандидатстват за определена позиция или предлагат рекламни услуги, се носят еднакво и на работа, и в дискотеката и смятат нахалната безпардонност в общуването за своя "запазена марка".

## Първото отрицателно впечатление

винаги прави закъснение, особено когато сме в ролята на "просители": търсим работа, предлагаме наш проект или разговаряме с бъдещ рекламодател. Намерете предварително адреса, който ще посетите, и си направете разчет на времето, защото мениджърът, който ви чака, не е предвидил да загуби половината си ден с вас. За първа среща на непознато място по-добре тръгнете половин час по-рано и изчакайте пред входа. Така показвате вашата заинтересованост от съвместния бизнес и имате минутки да усетите атмосферата на офиса, където смятате да се реализирате професионално.

## Второто отрицателно впечатление

идва от зле прикритата липса на мотивация или потиснатото самочувствие. Не са подходящи нито държането на вратите ръце в джобовете, нито невротичното превъртане на кичури



# стъпало към престижната работа

коса или предмети в ръцете, нито реенето на погледа в околното пространство. Според специалистите по невербална комуникация вашите бъдещи работодатели или партньори ще добият представа за личността ви от жестове, мимиките, а едва 7 на сто - от това, което казвате. Още първите разменени погледи с потенциалните колеги са много съществени и важни - очите са "огледало на душата", те изразяват енергията, добронамереността, интелекта. С лека усмивка и кимване с глава ние демонстрираме нашето благоразположение за разговор. Деловото ръкостискане е умерено силно, защото не сме на турнир по канаска борба и не сме се събрали да се травмираме. Другата неприятна крайност е да подаваме на събеседника си увиснала длан тип "умряла риба".

При запознанството обикновено първо дамата научава името на мъжа. Ужасно непрофесионално звучат обясненията "това е визитката ми, обаче и телефонът, и адресът, и имейлът ве-

че са груги". По водопровода ли да се свърже с вас бъдещият работодател? За първа бизнес среща не допускайте да останете без актуална визитка или да я забравите, за да не изглеждате като смотана домакиня или разпилян нехранимайко. След размяната им е важно да прочетете написаното и да държите картичката пред вас по време на целия разговор. Добро начало е да размените няколко встъпителни изречения и да преминете към кратко и ясно поставяне на въпроса, по който сте дошли.

Много сериозен гаф е да не знаем кой сега напредва и да нямаме елементарна представа от нивото му на компетентност по темата. Тогава може да стъпите в страни, да оставите впечатление за неподготвеност и да отблъснете допълнително потенциалните си бизнес партньори.

## Трето отрицателно впечатление

обикновено прави облеклото - особено при младите дами, които имат претенция за престижна работа и бизнес. Нав-

сякде по грехите посрещат и е вярно, че все още единици от малките и средните фирми у нас изискват подходящо одяние. Но и служителки в държавни институции не спазват общоприетите норми за приличие и греског и шокират с раззолени си предизвикателни тоалети. Запазете ги за вечерите с приятели, защото в офиса се очаква, че не сте тръгнали да предлагате тялото, а професионалните си умения. Не си ги позволявайте дори в петък, когато в много фирми е ден за всекидневна облекла без строг дреског. Всеки ще си мисли, че младата дама, която е с топ със силиконови презрамки, минижуп с ресни, пъстри бижута и тежък грим, просто не се е прибрала да се преоблече след дискотеката. Или ще се отнесе с нея според облеклото ѝ, а тя ще се оплаква после, че шефът я преследва, а колегите ѝ отправят неприлични предложения.

Има много наши фирми, които за разумна сума предлагат стилни делови костюми и ризи. Те, заедно със съдържан грим и един акцент (фишу, колелце или брошка), са дос-

татъчни за добрия бизнес вид на младите дами. Важно е блузата да е закопчана, а дължината на полата да е най-много два пръста над коляното. Едноцветните - сини, черни, кафяви, затворени обувки и бизнес чантата са завършек на приличното ни представяне. Забравете за блясък и пайети, обици с пера и пискюли и екзотични рисунки по ноктите - те са за свободното време.

И едно допълнение към мъжете - за деловия си вид изберете тъмен панталон, а не дънки, и обувки вместо маратонки или чехли на босо. Белите чорапи са елемент само от тенис облеклото: обуйте тъмносиви или кафяви в зависимост от цвета на панталона и обувките. Черните по правило вървят към вечерната обувка и костюм.

## Четвърто отрицателно впечатление

е паленето на цигара без разрешение или поръчка на кафе, без да са ни предложили. Това ви представя като човек, който е забравил първите седем години у дома

си. Допустимо е само да помолим за малко вода, ако сме твърде жадни.

Плещенето на глупости, фамилиариченето и прекомерното изхвърляне също говори за липсата на домашно възпитание. Няма нужда да се надувате пред бъдещия партньор или работодател - ако заработите заедно, ще имате достатъчно време да блеснете с умения и знания. Не влизайте и в личното пространство с разкази за подвизите си по клубовете или натрапване на неподходящи снимки от регистрациите в социалните мрежи. Егото и прагът на търпимост на човека срещу вас може да са още по-големи и той да ви натири след първата среща. А и напарилите се работодатели отдавна следят изявиите на настоящите си и бъдещите служители в мрежата, защото така си съставят по-пълна представа за характера и акъла.

Интуицията ще ви подшушне най-вярно кога разговорът е изчерпан и е време да се оттеглите. Последните изречения на вашия домакин ясно ще покажат дали и как ще продължи този бизнес контакт.

Нова  
гротескно-  
абсурдна  
комедия се  
гаври със  
световния  
политически  
рег

Мария ЧАЛИЕВА

Неуважителен? Разбира се. Скандален? Абсолютно. Гротесков? Почти винаги... Но и смешен? Безусловно.

Саша Барън Коен смята присмиването за най-силното оръжие на планетата. Без да цепи басма абсолютно никому, кърдравият еврейски комик с едри жестове, буквално с ритници, разкърти представите за естетическата категория "смешно" в световното кино и си изгради собствен храм на гаврата и гротеската. Реакцията на неговия миш-маш от сатира и абсурд се дели на полярни лагери, но никой не може да отрече новаторството му и тоталната дързост да се изгаври с всяка догма и авторитет.

Дори да сте пропуснали "Борат" и "Бруно", само "Диктаторът" може да ви подсказва, че Коен поне в някои неща... е прав.

След като беше казахтански репортер и австрийски гей, сега той се качва нависоко - "Диктатор". Новият му филм е адаптация на новелата Zabibah und The King, за която се смята, че е написана лично от... Сагдхам Хюсеин. И въпреки че чисто политическата сатира е доста по-мека от предишните му филми, това отново е една много смешна и крайно непочтителна адаптация. Саша е в ролята на адмирал-генерал Алагин, който рискува живота си в културния сблъсък с капиталистическа Америка, за да бъде сигурен, че демокрацията никога няма да се появи в Република Уадия -

# „Диктаторът“ - смел, непочтителен и смешен

страната, която с толкова любов угнетява. Нещо, което със сигурност ще докосне сърцето на българския зрител - естествено, по много косвено-метафоричен начин...

Сюжетът, който филмът ни предлага, е познат от "Пристигане в Америка" и много други подобни, където ужасно егocenрично чудовище по стечение на обстоятелствата се изгубва в Америка и бива лишено от всичките си привилегии. Но пък ще ви забавлява наистина добре. Талантът на Коен за политическа некоректност тук избуява на воля и дебелишките шеги и лошият вкус достигат нови, неподозирани висоти!

За да внесе все пак допълнителна тежест и респект към арсенала си от гаври и безумни гезове, Саша Барън Коен, който освен главна звезда е и продуцент и сценарист на филма, е привлякъл впечатляваща актьорска подкрепа - сър Бен Кингсли, Ана Фарис, турбосексбомбата Меган Фокс и др.

След реч, в която адмирал-генерал Алагин, кикотейки се, обявява, че Уадия ще може да произвежда обогатен уран "за чисто енергийни цели", конфронтацията с Вашингтон достига връхната си точка. Пред заплахата от инвазия от страна на американските сили Алагин е принуден да отстъпи. Налага му се да посети Ню Йорк и да обясни пред ООН "новата енергийна политика" на република Уадия. Както Борат преди него, той е зашеметен и изумен, попадайки в страниния свят на американските хотели. "Двайсет долара на ден за wi-fi? А наричат мен международен престъпник!"

Двуличния брат на ге-



нерала (неузнаваем и гениален Бен Кингсли!) обаче вижда възможност да осъществи предателския си план. И така Алагин се оказва анонимен и без пукната пара по улиците на Манхатън. Той зависи изцяло от милостта на управителка на феминистко вегетарианско кафе (само Саша Коен може да измисли това), изиграна с хумор и доблест от Ана Фарис.

Макар сатиричният заряд да изглежда доста по-нисък от този на Борат, все пак Саша предлага достоен финал, в който Алагин държи реч, убеждавайки Америка да се превърне в... диктатура. Изброявайки предимствата на тази позната и нам система, изведнъж се оказ-

ва, че всъщност Америка... не трябва да предприема никакви промени. Все пак това е комедия, нали? Огромните дози смях са ви гарантирани.

Междувременно в "реалния" живот на промотиране на лентата в Европа генерал-адмирал Алагин продължава със скандалните си публични изяви. Диктаторът беше посрещан от тълпа журналисти пред хотел "Карлтън" в Кан и след като едва не падна от личната си расова камила, се разходи частлив по легендарния крайбрежен булевард "Кроазет", охраняван от персонална гвардия красиви дами с оръжие в ръка. Интернет форуми загатват, че той може да гоиде и у нас



и да се включи в актуални мероприятия на видна политическа формация, но това - както се сещате - са най-вероятно безпочвени спекулации, които ние

като сериозна медия отхвърляме с възмущение и погнуса...

"Диктаторът" излезе официално по кината у нас от 18 май.

И още много продукти за перфектната чистота търсете в Баумакс, Баухаус, Бриколаж и на [www.profix.bg](http://www.profix.bg) За дистрибутори 02/9794810



МЕЛЕРУД - ПРЕПАРАТИ ЗА ПОЧИСТВАНЕ НОМЕР ЕДНО В ГЕРМАНИЯ

# Медиацията - алтернатива на съдебния процес

Владислава ГАЛЕВА,  
юрист

Във всекидневието възникват множество професионални и лични спорове, в които хората не съмяват да постигнат равновесие на интересите си. Често се прибегва до съдебно решаване на конфликта, което налага трайна регулация на спорните права, използвайки законите и правовия ред в страната.

Много по-бързо, по-лесно и с много по-малко средства е свързан процесът на помиряване, ако той се осъществява от самите спорещи. Именно затова в съвременните общества е развит един алтернативен начин за решаване на споровете, а именно медиацията (посредничество).

## Основа

Медиацията е един от способите за извънсудбно разрешаване на спорове. Тя е реална алтернатива на съдебния процес. В България от 2004 г. този процес е уреден със Закона за медиацията и Наредба №2 от 15.03.2007 г. на министъра на правосъдието за условията и реда за одобряване на организациите, които подготвят медиатори, изискванията за обучението им, създаден е ред за вписване, отписване и заличаване на медиатори от Единния регистър на медиаторите и за процедурните и етичните правила на поведението им.

По своята същност медиацията е способ за доброволно разрешаване на спорове, при който страните се подпомагат от трето, неутрално и безпристрастно лице - медиатор, за постигане на споразумение, което удовлетворява взаимно всички страни в спора.

Характерно за процеса на медиация е, че процедурата е доброволна и поверителна, като третото лице - медиаторът, подпомага спорещите страни и ги води към споразумение. Влизането в процеса на медиация става доброволно по волята на страните в спора, като именно неформалността на този извънсудбен способ дава възможност той да бъде прекратен по всяко време, ако не се достигне го съгласие. В този смисъл медиацията е много по-гъвкава като процедура от съдебния процес, а и в крайна сметка постигането на съгласие е чрез компромиси, направени при взаим-



ност. Този начин на решаване на спора е практически възможност спорещите сами да изгледят проблема. За разлика от съдебния процес обаче медиацията не може да гарантира решаването на спора.

## Посредникът

Основно действащо лице в процеса по медиация е медиаторът. Той е неутрална страна в спора и действа съобразно определени правила на поведение, и поема отговорност при преговорите между страните. Медиаторът не проявява пристрастие и не налага решения. По време на преговорите всички обстоятелства, факти и документи, които се използват и станат известни, са поверителни. Участниците в процедурата по медиация са длъжни да пазят в тайна всички дискусии и коментари, довели до решаването на спора.

## Поле на действие

Медиацията може да се използва за решаването не само на правни, но и на извънправни спорове. Важ-

ното е те да не налагат непременно намесата на държавата за решаването им, а да може да се решат успешно от самите страни.

В Закона за медиацията се определят и видовете спорове, при които тя може да се прилага: граждански, търговски, трудови, семейни, административни, такива, засягащи потребителските права, спорове между физически и/или юридически лица. Прилагането на медиацията в сферата на наказателното право е възможно само в изрично предвидените от Наказателно-процесуалния кодекс случаи.

Когато закон или друг нормативен акт предвижда специален ред за сключване на споразумение, медиацията не се използва.

За разлика от съдебния процес, който завършва с решение, успешно проведената медиация завършва с подписване на споразумение между спорещите страни.

## Съгласието

Споразумението в ме-

диацията представлява по същество един договор. Затова от неговите последствия може да се възползват само страните, участвали в процеса по медиация за конкретния спор. Споразумението е приемливо и за двете страни изявление, което урежда отношенията между тях след успешното приключване на спора и служи като основа за бъдещите им действия, за които те са постигнали съгласие.

Споразумението задължава страните само за това, за което са се договорили. И накрая, за да може то да изпълни своята цел, споразумението трябва да съответства на закона и морала. Споразумение, което противоречи на закона или го заобикаля и/или накърнява добрите нрави, е нищожно и законът го обявява за несъществуващо.

При договарянето страните имат пълна свобода на волята, като законът им дава възможност сами да определят вида на споразумението. Формата може да бъде устна, писмена или писме-

на с нотариална заверка. Устната форма се използва рядко и само когато се уреждат еднократни действия и страните си имат доверие. Писменото споразумение трябва да съдържа мястото и датата, на която е било постигнато, имената на страните и техните адреси, за какво се съгласяват те, името на медиатора и подписите на страните.

Писмената форма с нотариална заверка е по-сложна, защото изисква съдействието на нотариус. Тази форма обаче дава по-голяма сигурност за изпълнението на споразумението и евентуалната възможност за неговото оспорване. По своята форма споразумението е частен документ, а съгласно действащия Гражданско-процесуален кодекс всеки може да представи на нотариус частен документ, за да бъде удостоверена датата на неговото представяне и/или подписите, и/или неговото съдържание. Страните имат свобода при избора каква част от споразуме-

нието да заверят нотариално. Удостоверяването на датата и подписите се прави чрез бележка в специален регистър за тези удостоверявания, а при удостоверяване на съдържанието се прави препис, който се пази в специална книга.

## Медиаторите

Медиацията се осъществява от физически лица. Те могат да имат различна професия и степен на образование, но задължително преминават през специален курс на обучение. От кръга на физическите лица, които могат да изпълняват ролята на медиатори, са извадени съдиите.

Съгласно Закона за медиацията медиаторът осъществява дейността си добросъвестно при спазване на закона, добрите нрави, процедурните и етичните правила за поведение. В своята дейност медиаторът се ръководи от принципите на компетентност и независимост, поверителност, неутралност, безпристрастност, доброволност и равнопоставеност на страните.

## Процедурата

Процедурата по медиация започва по инициатива на страните по спора. Предложение за използване на медиацията може да направи и съдът (ако е сезиран за спора, но на етап, на който делото не е започнало по същество) или друг компетентен орган, пред който е отнесен спорът за решаване. Медиацията може да представлява предварителна договореност между страните да отнесат един бъдещ възможен спор между тях към медиация. Това може да се уговори и като клауза от договор. В процеса по медиация се допуска участието на един или повече медиатори, страните по спора, техни представители или адвокати, специалисти, ако спорът налага това. Процесът по медиация протича на сесии, като по време на процедурата медиаторът помага на страните в изясняване на спора.

Не всички хора имат умения и търпение за уреждане на възникналите между тях проблеми, затова е добре да се възползваме от възможностите, които ни предлага медиацията - съвременен и демократичен метод за решаване на спорове.

Снимка БУЛФОТО



Боряна Христова попада в Националната библиотека "Св. св. Кирил и Методий" направо от студентската скамейка след спечелен конкурс за сътрудник архивист през далечната 1975 г. Като председател на университетския кръжок по стара българска литература, ръководен от легендарния акад. Петър Динеков, тя е запленила от нейния висок стил и поетична красота. Щастливата професионална съдба я въвежда сред паметниците от културното ни наследство, пред които тя благоговее, и сред книжовни хора, които споделят нейните интереси и приоритети. След като преминава всички стъпала на библиотечната йерархия, от 1998 г. проф. Боряна Христова е директор на най-големия у нас храм на книжнината.

**Проф. Христова, кога осъзнахте, че книгите ще станат ваша съдба?**

- Да се занимавам с писано слово, с литература, съм искала от най-ранна възраст, защото, четейки подходящите книги, които се променяха с годините, усъзнавах, че човек изживява няколко живота, потапяйки се в техния свят. Подобно на Дон Кихот и аз разбрах, че книгите могат да те направят друг човек или поне да ти създадат и други светове.

**- Спомняте ли си случка в детството, отключила тази любов?**

- О, да, има такава случка. Един ден - бях VI или VII клас - попаднах у семейството на наши познати на 22-та тома на сър Артур Конан Дойл на руски. Започнах да ги взимам един по един и да ги чета директно на български на малката ми сестра и на баба ми. Шерлок Холмс е моят герой! На онази възраст неговите приключения, заплетените му случаи, цялата обстановка около "Бейкър стрийт" 221 не можеха да не запалят моето въображение. Дълги години исках да стана частен детектив. Сега изследването на стари ръкописи и текстове с цел да се опитам да открия произхода на дадена книга често пъти прилича на детективска работа...

**- Като специалист опасавате ли се, че "мишката ще изяде книжката" - наистина ли отмира четенето на класически хартиен носител и всъщност тол-**

**кова страшно ли е това?**

- Когато търсиш информация и работиш, мишката е безценна. Обаче когато искаш да се насладиш на словото и просто да си четеш, мишката е досадна. Не бих полегнала пред камината с компютъра, но с книга - винаги. Понеже българите обичат удоволствието, вярвам, че ще открият и удоволствието от четенето - за себе си, за отмора и наслада. Извън работата.

**- Какви технологични новостите сте въвели напоследък в храма на книжнината?**

- Софтуерният ни продукт и дигитализацията ни център са супер техника, купена по европейски проекти. Технологично в момента сме на много високо ниво. Вярно, всичко това бързо остарява морално, но се надявам, че ще намерим възможности да обновяваме базата, която имаме, и няма да изоставаме. Вече четвърти път сменяме компютрите за ползване - разполагаме с повече от 400, от които 65 са за читатели, включително и компютърна установка за незрящи и слабо зрящи.

**- Нека скицираме "портрета" на четящите в Националната библиотека. Най-напред - променил ли се е през годините техният брой?**

- Поддържаме точна статистика. Това, което констатираме относно броя на читатели, на поръчаните материали, на посещаемостта на библиотеката, се издава всяка година като публичен отчет. Ние сме едновременно малката институция, кои-

# Не бих полегнала пред камината с компютъра, но с книга - винаги

С директора на Националната библиотека „Св. св. Кирил и Методий“ проф. Боряна Христова разговаря Ирина Гизова

то обнародват всички свои данни, така че всеки гражданин да може да се запознае с процесите, протичащи в библиотеката, и с резултатите от работата ни. От времето на дежурните опашки за места много неща са се променили. Тъй като имаме вече огромна дигитална библиотека с историческо културно наследство, пък и каталозите ни са виртуални - могат да се ползват от домашния компютър както от тук, така и от всяка точка на света - естествено е, че прякото посещение на читатели в сравнение със 70-те и 80-те години е намаляло, и то с повече от една трета. Но пък трикратно са се увеличили посещенията в библиотеката от хора, които не са читатели.

**- Какви интелектуални изкушения предлагате за тях?**

- Почти през ден организираме различни прояви, а през май - всеки ден. Апарат на входа отчита влизанията - те са с десетки хиляди повече, отколкото във времето, когато тук само се четеше. Имам премиери, литературни вечери, концерти, изложби, научни конференции, международни сесии и всякакви други презентации. По този начин се стремим да превърнем библиотеката в една от най-важните точки в културния афиш на София. Макар че си остава най-вече територия за четене и главен информационен център на нацията, тя все повече се налага като притегателно място за младите, които свикват да идват тук на хубави събития.

**- Щом се увеличават посетителите, които не са читатели, множат ли се и читатели, които не са реални посетители?**

- Забелязваме голямо посещение на виртуалната и дигиталната библиотека: имаме до 500 влизания на ден, а в събота и неделя - и повече. И от страната, и от чужбина. Имам вече над 7000 влизания от САЩ, 5000 от Германия, 3000 от Франция...

**- Бихте ли обяснили за непосредствените разлики между виртуалната и дигиталната библиотека?**

- Дигиталната съдържа цялостно представяне на паметници: някогашни вестници, стари ръкописи, славянски и източни старопечатни книги, архивни фондове. В момента например качваме целия архив на Васил Левски - личността, която оли-

Много от нашите уникални ръкописи са включени в регистъра "Паметта на света" към ЮНЕСКО като книжовни паметници със световно значение

ветворява политическата ни европейска мисъл за онова време. Сега всеки може да види нещата, написани от ръката му - оригиналите. Виртуалната библиотека са нашите каталози - тоест библиографските описания на онова, с което разполагаме, за да знае всеки читател дали имаме дадено издание и ако да - нека започва да го прочете. За сега нови книги не качваме пълнотекстово, защото не са решени въпросите с авторските права и сме се ограничили с печатните книги до края на XIX век. Когато тези проблеми се решат, ще започне по-масово дигитализиране.

**- Бурното навлизане на модерните технологии и методи за четене във вашата дейност означава ли, че в залите на библиотеката ще останат само възрастни хора, които не боравят с тях?**

- 65% от нашата аудитория е млада, но забелязвам, че има и доста възрастни читатели. Много от тях, когато се пенсионира и им остане повече свободно време, се връщат към корените си и пишат история на родните си места или пък търсят материали за своите семейства. Очевидно човек в края на пътя осмисля преживяното и иска да остави нещо за онова място, от което е тръгнал, за своята собствена история. Мнозина идват за краеведски проучвания - ние имаме документи за всички кърчета на България, архивът ни е много богат.

**- Имало ли е някога поръчка, която не сте били в състояние да изпълните?**

- Досега не се е появявала такава, защото имаме развит междубиблиотечен обмен: ако дадена книга я няма тук, но читателят я открие в която и да е библиотека в чужбина, имаме съответните отношения и можем

да му я поръчаме. След определен брой дни тя пристига, след което я връщаме. Трябва да се почака, но, общо взето, можем да набавим нужното на всеки.

**- Попълнения във фонда и инициативи, с които се гордеем?**

- Всяка година придобиваме поне по един ръкопис и една-две старопечатни книги: сбирката е жива, продължават да идват нови постъпления. По-сериозно попълнение напоследък беше библиотеката на Теодор Димитров, съдържаща 2 латински ръкописа, доста старопечатни книги, първи издания на френски и немски автори, редки библиофилски издания - над 14 000 тома, плюс графики, гравюри и неговите собствени изследвания по македонския въпрос. Добри резултати постига нашата програма "Осинови книги" - Райфайзен банк и много хора откликнаха, получихме доста средства, с чиято помощ ценни старопечатни издания бяха реставрирани, направиха им се специални кутии или подвързии, за да се запазят по-добре за бъдещето.

**- Коя е перлата в сбирката на Националната библиотека - най-ценният според вас експонат?**

- Не бих посочила един. Покорно това са сбирките от славянски и ориенталски ръкописи, които са най-големите на Балканите и значителни в европейски мащаб. Те съдържат невероятни текстове и поколения изследователи продължават да намират неизвестни неща в тях. Изключително ценни са като съдържание, исторически сведения, декорация. Много от нашите уникални ръкописи са включени в регистъра "Паметта на света" към ЮНЕСКО като книжовни паметници със световно значение.

**- Какви изненади сте подготвили за предстоящия празник на писмеността 24 май?**

- В 11 ч. на 23 май откриваме изложба "Софийската книжовна школа от XVI век". Ще представим за пръв път пред широка публика ценни оригинални ръкописи и паметници от Националната библиотека и от Църковния историкоархивен институт при Българската патриаршия, илюстриращи дейността на Малката Света гора - манастирето около София, през Средновековието. Експозицията ще може да се види до средата на юни.

# Фолклорът - да

Чалгата е българският фолклор... такова разяснение направи неотдавна една представителка на първоспоменатата "музика" пред румънското радио PRO FM. Впрочем има и холандска продукция - That's all Folk, посветена на българската младеж и нейното възприемане на музиката, достигнала горе-долу до същия извод. Но чужденците, направили краткия филм, няма за какво да ги виним. Разказвачите им са родени години след като чалгата се настани с пискливия си и често арогантен глас в освободеното от задръжки за някои или в опразненото от объркването на други пространство на посттоталитарната България. И за техните източници, и за въпросната "певица" незнанието се преодолява лесно - разлика между чалгата и фолклора не съществува. Появата на чалгата у нас беше социално явление. Тя дойде като "новата" музика за "новите" герои на деня, за новата "свобода" и музиката на обърканите представи за стойност. Но не е това, което сме пренасяли през времето. Доколкото обществото ни още дълго ще влачи следите на изгубеното време, залезът на ритъма на дребните страсти, плуващи по повърхността, все още не е започнал. Но е започнало друго - пренасянето. Бавно и полека, наместването на разбърканите вкусове и представи все пак подказва живот.



фолклорът ни се завръща там, където е най-важно това да се случи, ето какво казва майката на Евелин и Вероника: "Като човек, който напоследък ходи на много конкурси с децата си, съм впечатлена, че едно напняване може да събере - във възрастовата група до 13 години - 120 изпълнители, които да се борят за 3 награди. Интересът е голям и това го потвърждава и фактът, че в специализираните училища по изкуствата с изучаване на фолклор (танци и пеене) не достигат места, а класовете се пълнят с максимална бройка деца".

Музиката е жива материя, затова и няма как да стои на едно място. Народната също се развива и търси новите си слушатели. Завладява ги с ритмичните и колкото и различен да е светът днес, все пак е звук, роден от българското светоусещане и гени. А това не се забравя за дълго или поне се нагява да е така.

Не е необходима патетика, когато говорим за връщането към себе си. Защото е напълно възможно да загубим отново крехката връзка с изконното. И това ще стане, ако отново откажем да се грижим за младите творци, за местата, където хората могат да танцуват, пеят и свирят български фолклор, за медиите, от които могат да го чуват. И ще отбелязваме като статистика, че беше регистриран кратък интерес към фолклора. А родените след още 10 години - да твърдят в разни интервюта още по-изумителни неща.

В столицата наскоро се появи първата дискотека за народни танци - с модерна обстановка, бар и... народна музика. Дали пък това не е липсвало дотук - модерният прочит? Фолклорът е това, което сме ние. Както и да ви звучи. А ние се променяме, мислим се за модерни, търсим новото, експериментираме, въпреки че някъде вътре се оглеждаме за здравина под краката. Ето така предлагам да обясним случилото се с нас и да не се съгласяваме, че народната музика, танци, обичай е отиващият си свят на нашите баби. **Ива и Ева Валентинови** са 20 и няколко годишни близначки. Разказват ми, че пеят от малки, после се обучават в училището в Котел, после изучават и музикална педагогика. Животът им продължава да е свързан с фолклора. Сега преподават на деца, водещи са на фолклорния конкурс на програма "Хоризонт" на Националното радио всяка сутрин "Рано в неделя".



**Ева Валентинова:** Предимно родителите насочват децата към обучението по народно пение, солфедж и пиано. Радостно е, че децата откликват и работят с желание. Надявам се, че след време ще са благодарни на близките си, както аз и Ива сме благодарни на нашите родители за насоките и подкрепата. Ние със сестра ми никога не сме били изкушени от чалгата. Фолклорът ни е изключително интересен и колоритен. Типичен пример за успех на българската песен е участието на Елица и Стунджи в Евровизия 2007 година. Интересът на европейските музиканти като Джейсън Деруло и DJ Tiesto също е пример за качествата на народната ни песен, която завладява и чрез интересни колаборации с етно, джаз, хаус, поп и транс. Днес етномузиката е хит в цял свят, а българската народна музика е богата на лагове и интересна орнаментика, която тепърва ще се използва в хитови

оналните ни изяви. Ние със сестра ми продължаваме да пеем на сцените на различни фолклорни конкурси и фестивали. Прави ми впечатление интересът към народните хора. От няколко години клубовете по танци са хит сред подрастващите и се превърнаха в причина за откриването на доста школи. Вероятно принос за това имат различните каузи, например идеята за най-дългото българско хоро. Казват, че в криза и в труден момент хората се връщат към духовното, към вярата и към идентичността си. Ако

наистина е така, аз съм изключително благодарна на трудните години. Ако това е цената, за да върнем интереса и любовта ни към българското - готова съм да я платя.

Ако за сестри Валентинови семейството е било причината пътят им да следва фолклорната традиция, при 11-годишната Евелин Иванова, станала носителка на първа награда на тазгодишния конкурс "Орфеево изворче" в Стара Загора, интересът ѝ учудил родителите ѝ. "Децата ми пропяха фолклор съвсем случайно. Може би и двете са го носили в себе си. После е дошъл моментът. При голямата ми гъщеря Евелин, да си призная, и аз не разбрах как стана - споделя майката на малката певица. - Тя почна сама да гледа първо телевизия и да слуша радио. След това, когато малко порасна, започна да си намира в ин-

тернет най-различни песни и да ги изучава сама. Тогава ми стана ясно, че трябва да се занимава професионално. А при помалката - Вероника, която е на 7 години, стана покрай кака ѝ. Непрекъснато я слуша и започна да научава от нея песните." Двете имат вече музикална биография, а общият брой на наградите им скоро ще надмине годините на каката. За да бъдем докрай обнадеждени, че



**Вероника Иванова е само на 7 г., но вече не се притеснява от публика**

## Днешните „люпилни“ на традиционната българска музика

**Национално музикално училище "Любомир Пипков" в София.** Създаването на първото музикално училище в България се свързва с името на Иван Шишманов, министър на просветата от 1903 до 1907 година. Шишманов прави много за развитието на образованието. Официалното откриване на училището става тържествено на 16.01.1905 г. Днес обучението в НМУ "Любомир Пипков" е в три жанрови профила, единият от които е фолклорен.

**Национално училище за фолклорни изкуства "Филип Кутев" в Котел.** Основано на 2 октомври 1967 г., това е първото средно училище за български фолклорни песни и инструментална музика. Учениците му се обучават в специалностите: кавал, гайда, тамбура, гъдулка, народно пение, български танци и лютниерство (изработва-

не на народни инструменти). Сроктът за подаване на документи за прием в училището е от 15 до 21 юни 2012 г., а изпитите ще се провеждат от 26 до 28 юни 2012.

**Националното училище за фолклорни изкуства "Широка лъка"** празнува 40-годишнината си със самочувствието на доказало се учебно заведение. Негови възпитаници са известните певци и изпълнители: кавалджията Недялко Недялков, гайдариите Васил Бебелеков, Петър Янев, Костадин Атанасов, тамбуристите Валери Димчев, Ангел Димитров, гъдуларите Росен Генков, Николай Колев, Васил Колев, Бисер Соколов, Цанко Ненков, певиците Златина Узунова, Вергиния Овчарова, Донка Колева, Цонка Димитрова, Гергана Дачинова, Теодора Соколова, София Ковачева. В него се кандидатства за редовно обучение от 8. клас, както и

с приравнителни изпити за обучение от 9. клас. Изпитите тази година ще бъдат в края на юни, а документи се приемат от 15 до 24 юни 2012 г.

**Националното училище за танцово изкуство в столицата** се рекламира в страницата си в интернет така: единствената от такъв мащаб образователна институция за професионално обучение в областта на танцовите изкуства, на класическия балет, модерния танц и българския фолклорен танц - не само за България, но и за целия Балкански регион. В училището се обучават ученици в специалността "Български танц" от 5. до 12. клас. Учебният материал в тази специалност включва изучаване на основните етнографски фолклорни области - Северна България, Шоплука, Тракия, Добруджа, Родопи и Пирин. А програмите са

в сътрудничество между образователната институция и държавните, общински, частни ансамбли и формации в страната.

Българският танц и музика могат да се изучават още и в: Националното училище за музикално и танцово изкуство "Добрин Петков" в Пловдив; Националното училище за музикални и сценични изкуства "Христина Морфова" в Стара Загора; Националното училище за музикално и сценично изкуство "Проф. Панчо Владигеров" в Бургас; Националното училище по изкуствата "Панайот Пипков" в Плевен; Националното училище по изкуствата "Проф. Веселин Стоянов" - Русе; Националното училище по изкуствата "Добри Христов" - Варна. Както и в специализираните паралелки на училищата в София и в страната.

# а се върнем към извора

## Златните гласове

Дълги години имената на десетки изпълнители на българска народна музика се повтарят от уста на уста, а песните им се излъчват хиляди пъти по радиото и телевизията. Днес за повечето млади хора звездите на сцената са други, но историята потвърждава, че въпреки мимолетната мода в крайна сметка непреходни остават имената на истинските творци, независимо в кой жанр се изявяват.

В една статия няма как да се изброят всички златни гласове, но ето някои от певците, събуждащи емоции до ден днешен:

Наричат **Гюрга Пинджурова** оперната народна певица. Родена е на 18 април 1895 г. в град Трън. Завършва първия випуск на Държавното музикално училище в София през 1917 г., където учи пеене при Христина Морфова. След това завършва оперно пеене в консерваторията в Прага. През януари 1921 г. изнася първия си концерт в България и изпълнява арии из опери и разработки на народни песни. От 1938 г. пее на живо народни песни по Радио София. През следващата година се появяват първите ѝ плочи с народни песни. Гюрга Пинджурова става една от най-популярните фолклорни изпълнителки на България, с която се разделихме през 1971 г. Сред най-известните ѝ песни са "Омиле ми, Ягодо", "Море, чича рече да ме жени", "Хей Балкан, ти роден наш".

**Борис Машалов** е изпълнителят на "Забеляло ми агънце". Роден е на 30 януари 1914 г. в Севлиево. Преправя му Димитър Зензията се славел като сладкопоен певец. Пътувал по търговия из цялата страна и когато запявал, турците, възхитени, възкликвали: "Машала, машала!". Оттук произлиза фамилията на прочутия народен певец. Дейността на Борис Машалов като изпълнител на народни песни е неделима от работата му на събирач. По време на пътуванията си винаги търси народни песни, записва ги и веднага започва да ги заучава. В личния му архив има стотици писма с текстове на народни песни, изпратени от почитателите на любимия певец.

**Недялка Керанова** е родена в с. Татарево, Хасковско, на 24 април 1941 г. Баща ѝ Тодор Керанов е известен за времето си цигулар. На 13 години получава първото си отличие и заедно с Магда Пушкарлова, Борис Карлов и други музиканти пътува из България, за да пее. През 1956 г. е приета за солистка на фолк-

лорния ансамбъл в Пловдив. Три години по-късно Филип Кутев я кани в Държавния ансамбъл в София, където Недялка работи десет години. Наричали я "най-мъжката певица", "българската Ела Фицджералд", "доайенът на сватбарската песен", "черната перла на Тракия". Тя казва, че песента трябва да се изработи, тя зрее. Сред нейните гими са: "Един народен певец не може да се научи да пее, той се ражда певец".

**Магда Пушкарлова** - един от златните гласове на Странджа. Родена е в Малко Търново в семейството на бежанци от Огринска Тракия и още като дете научава много от песните, които влизат в репертоара ѝ. Сред тях по-известни са "Тугору, Тугору", "Що ма не ожениш, мале". Пушкарлова е една от основателките на Държавния ансамбъл за народни песни и танци. Записала е седем дългосвирещи плочи, изнасяла е концерти в около 25 страни. Повече от 100 нейни песни се съхраняват в Златния фонд на БНР.

**Костагин Гузов** е роден 1935 г. в София в семейство на бежанци от Кукуш. Той е внук на музикант от гвардейския оркестър. В репертоара му са емблематични български народни песни като "Билана платно белеше", "Йовано, Йованке", "Море, сокол пие", "Миле Попйорданов", "Ако умрам ил' загинам", "Когато зашумат буките", "Назад, назад, моме Калино".



Костагин Гузов

## Новото поколение



Заедно с Теодоси Спасов, **Недялко Недялков** е един от най-добрите кавалджии на нашето време. Солист е в Оркестъра за народна музика при Българското национално радио. За неговата уникалност като изпълнител се казва, че владее съвършено различните регистри на кавала и майсторското им използване по време на изпълнението. Той е композитор и на много оригинални инструментални пиеси. Първият инструмент, на който започва да свири, е акордеон, подарен му от неговия дядо. Недялко разказва в едно интервю, че е 4-годишен, когато научава да свири първата мелодия - "Боряно, Борянке". Завършил е училището в Широка лъка, а после и Пловдивската академия. От свирене досега е счупил 7 кавала.



**Даниел Спасов** изпълнява песни от Белоградчишкия край. Завършил е право в СУ "Св. Климент Охридски". После и магистратура, свързана с музикалния фолклор. През 1994 г. Даниел Спасов е включен в Световната енциклопедия "Музиката на света", издадена във Великобритания. А през 2000 година неговото изпълнение на църковното песнопение "Во царствии твоём" по музика на Д. Христов и

още две песни на "Мистерията на българските гласове" са включени в международния мост "Ватикана поздравява света с 21 век".



Родена през 1980 г. в Златоград, **Таня Скечелиева** започва да се занимава с народно пеене от 4-годишна. Тя разказва, че най-трудните за изпълнение песни е научила от баба си. Такава е "Излел е Дельо хайдутин", песен, която Таня е изпълнявала най-много на концерти и фестивали. На 6 години получава първата си голяма награда - от събора в Рожен. Днес Таня е един от прекрасните гласове на Родопите, който пее у нас и в чужбина.



**Николета Николова** прави дебют с репертоар от село Гложене, Тетевенско. Отгледана в семейство, където музикалните традиции се предават от поколения, Никоleta учи в музикална паралелка в село Черни Вит. После завършва Академията за музикално-танцово и изобразително изкуство в Пловдив със специалност "Инструментално изкуство и народно пеене". Още като студентка е приета в женския народен хор "Космическите гласове на България". С него Никоleta участва в различни етнопроекти и записи в страната и в чужбина. От първите ѝ записи в БНР популярни стават песните "Доду, догу, Томе" и "Малка мома".

Темата на броя подготви  
Даниела ЦАРЕВА

КУПИ СЕГА

[www.club-zdrave.bg](http://www.club-zdrave.bg)

НилоСлим на специална **50% ПО-НИСКА ЦЕНА!**

НилоСлим потиска апетита, подпомага спазването на диетата и по-лесното отслабване!

- С масло от Корейски бор във висока концентрация – 1000 mg в 1 капсула
- Клинично доказан ефект
- Ограничава апетита и увеличава чувството за ситост



**-50%**  
ПО-НИСКА ЦЕНА

## Спортът предпазва от високо кръвно



Физическата активност може да промени наследствената предразположеност към сърдечно-съдови заболявания, доказаха учени от Университета в Южна Каролина. Всекидневната разходка с бързо темпо, която продължава около два часа, снижава риска от наследствена хипертония с 26%. Данните са получени след наблюдения на 6278 доброволци на възраст от 20 до 80 години, 33% от които имали семейна предразположеност към хипертония. В резултат учените открили, че активното физическо натоварване снижава наследствения риск с 42%, умереният спорт - с 26%. Липсата на физическо натоварване обаче повишава риска от високо кръвно налягане до 70%. По-рано учените установиха, че наследствеността е отговорна за 35-65% от случаите на хипертония.

Навикът да се обявява, без да се става от работното място, удвоява риска от развитието на тромби, съобщиха специалисти от Института за медицински изследвания в Нова Зеландия. Те провели изследване с участието на 1000 млади специалисти на възраст от 21 до 30 години. Експертите открили, че три четвърти от тях не стават от работните си места пред компютрите повече от 90 минути. Специалистите отбелязват, че

## Обядът пред компютъра е опасен

след 1,5 часа без движение потокът от кръв във вените под коленете намалява с 50%. Второ изследване, в което участвали 400 работещи в офиси, установило, че при хората, които обикновено обявват на

работното си място, рискът от образуване на тромби се повишава 2,2 пъти. Това може да стане причина за тромбоза на дълбоките вени, последиците от което са много опасни за здравето.



## Шумът разрушава мозъка

Уличният шум нарушава дейността на централните на слуха в главния мозък и оказва негативно въздействие върху поведението. До този извод са стигнали учени от университета в Сан Франциско, САЩ, след като провели експерименти с лабораторни мишки. Възрастни

гризачи били поставени в условията на висок шум в продължение на два месеца, а след това с тях провели тестове за съобразителност. Оказало се, че мишките от "шумните" клетки бъркали при взимането на решения два пъти по-често от другите. Изследване с помощта на

електроди доказало, че при мишките от първата група били увредени много нервни клетки, които отговарят за разпознаване на отделните звуци. Според учените всички възможни последици от шумовото замърсяване тепърва ще бъдат изследвани по-подробно.

Без рецепта!

# ROLETRA

Loratadine tabl. 10 mg x 10

## При алергии и сенна хрема



A-175/13.05.2010

Облекчава:

- ☒ Течащ нос
- ☒ Сърбеж и кихане
- ☒ Парене в очите



Антиалергичен лекарствен продукт без рецепта за възрастни и деца над 7 г. Търсете в аптеките.

**Scopharm**

ЕКОФАРМ ЕООД 1421 София  
бул. Черни Орля № 14 б.г.3  
тел.: 963 15 96; 963 15 97  
факс: 963 15 61

Агенция Go Green Communications, колеги и неизменни наши партньори, грабнаха нова престижна награда в годишния конкурс за постижения в сферата на комуникацията PR приз. Първото място този път е в раздел "Специално събитие" и е за изложбата "Многоликата човешка същност", реализирана за Астрозенка България. От нас и от сърце: да ви върви само на зелено, приятели!

Екипът на  
HEAT медия



## НОВОТО В HEALTH.BG



5 изненадващи причини за неуспех в отслабването

[www.health.bg/16909](http://www.health.bg/16909)



Вредни за храносмилането храни

[www.health.bg/16919](http://www.health.bg/16919)



Пролетта, кожата и красотата

[www.health.bg/16932](http://www.health.bg/16932)

# Катарактата почти отстъпи, печелим битки и с глаукомата

С г-р Веселин Даскалов разговаря Микаела Въжарова



Д-р Даскалов е специалист по очни болести, офталмохирург. Член на Американската академия по офталмология, Европейската асоциация по

катарактна хирургия, Европейската витреоретинална асоциация, участва в управителния съвет на Българското дружество по офталмология. До неотдавна бе н-к отделение "Офталмология" в "Токуда Болница" София, сега оперира в клиниката "Пентаграм 2012" (София), създадена от него и екипа му като собствен модерен медицински център.

**Д-р Даскалов, катарактата, т.нар. "перге", е от най-масовите очни заболявания, засяга най-вече възрастните хора, но само те ли са застрашени?**

- Катарактата е основна причина за загубата на зрение при хора над 55 години, свързана е основно със стареенето - 70-80% от случаите са по възрастови причини. Но ако преди страдаха основно хора между 60 и 70 години, сега тя засяга и възрастта 45-50.

**- А има ли промяна при глаукомата - най-страшната болест за очите?**

- В последно време 1,5% от населението след 40-годишна възраст се оказва, че боледува от глаукома. Тя дори започва да измества катарактата, което ни тласка към групата на средноразвитите и слабо развитите страни в света. Там основната причина за слепота е липсата на хирурзи. У нас се правят между 25 000 и 30 000 интервенции годишно (говоря за катаракта), но това е крайно недостатъчно. А имаме потенциал поне за 40 000. Но не ги правим. Специалисти имаме достатъчно, и то много добри. Но както и при много други специалности у нас, лимитите на здравната каса правят недостъпни лече-

нието, хирургията за не-малко хора.

**- При "перге" загължителна ли е хирургичната намеса, или има лечение чрез медикаменти? И трябва ли да се чака пълно узряване на лещата?**

- Решението е само операция. Какво се случва с окото: в резултат на изменение на биохимичния състав на лещата поради нарушение на нейното кръвоснабдяване и хранене, както и задържането на UV лъчите като бариера, тя става плътна и непрозрачна. Виждаш като през запотено стъкло. Остротата на зрението отслабва все повече, докато се загубят и очертанията на предметите, виждаш само светли петна.

Дълго се смяташе, че лещата трябва да се отстрани чак когато катарактата "узрее". Но техниката днес позволява оперативната намеса да бъде извършена във всеки стадий. И рисковете от усложнения са вече сведени до минимум. Хирургът е водещ, но революционната апаратура е незаменим асистент. Ако допреди 10 години честотата на усложненията при тези операции беше 1 на сто, сега е по-малко от 1 на 1000. Успешността на катаракталната хирургия стига над 98%.

**- А спасение от глаукомата има ли вече? Тя**

значи пълно ослепяване.

- Уви, което вземе, глаукомата не връща. Тя е заболяване, при което има или повишено вътреочно налягане, или налягане (може и нормално или ниско), което довежда до атрофия на зрителния нерв и защото той е част от мозъка, няма начин да се възстанови. Но вече има отлични медикаменти и операциите намаляха чувствително. Иначе глаукомата е "тих убиец". Случайно установяваш, че с едното око не виждаш, и тогава отиваш на лекар, а той констатира - вече пълна атрофия на зрителния нерв. Но ако се установи навреме, няма проблеми с лечението. Има и ново технологично решение при наложителна операция - поставяне на импланти: Клапа на Ахмед - за поддържане на вътреочното налягане, Express implant, iStent и др. Веднъж поставени, те контролират нормалните граници на налягане в окото за цял живот. (При традиционната хирургия на глаукома ефективността е до 5 години.)

**- Доскоро ръководехте офталмологията в "Токуда", но се оттеглихте да работите самостоятелно в клиника "Пентаграм". Това намаля ли възможността Ви да извършвате широк спектър очни операции? Примерно заради недостиг на техника, от която, съдейки и по казано-**



У нас се правят между 25 000 и 30 000 интервенции годишно (говоря за катаракта), но това е крайно недостатъчно

коление с възможност за видеозаснемане и конферентна връзка, най-модерната апаратура за оперативно лечение не само на катаракта и глаукома, но и за хирургично лечение при отлепване на ретината, диабетна ретинопатия и нейните усложнения, травми на задния очен сегмент със и без вътреочни чужди тела. С една дума - възможност за най-широк спектър услуги. "Пентаграм 2012" има договор за работа с НЗОК.

## За втриване и масаж при мускулни разтежения и болки в ставите



# NeOx

**Масленият разтвор NeOx** е уникална балансирана формула от 14 автентични индийски билки и есенциални масла.

- Препоръчва се за частичен или цялостен масаж на тялото.
- Притежава бърз и продължителен успокояващ ефект при скованост и болки в ставите и мускулите.



Екофарм  
Алтернативна серия [www.ecopharm.bg](http://www.ecopharm.bg)

## МЕДИЦИНСКИ ЦЕНТЪР



**ПЕНТАГРАМ 2012**

гр. София, ул. „Враня“ №111; тел: +359 (2) 44 72 040; +359 (2) 44 72 050



Д-р Юлия Йоргова

# Защитната мисия на пробиотиците

С д-р Юлия Йоргова, педиатър от Варна, разговаря Галина Спасова

**Д**-р Йоргова, защо в последните години в медицината се акцентира толкова активно върху пробиотиците?

- Времената се менят и изискванията за подпомагане на организма - също. Кое е свързано, разбира се, с околната среда и с начина на живот на хората. Тъй като днес живеем при много по-различни условия от тези, при които нашият организъм е еволюирал естествено. Малко или повече сме се отдалечили от природата, от първичната си среда, към която сме приспособени. Затова се появи и нуждата организъмът да бъде подпомаган така, че по-малко да реагира на външните влияния и да се приспособява по-добре.

- Какви са спецификите при децата?

- При тях ние трябва да предприемем мерки, за да не бъде много податлив още незрял организъм на външното въз-

действие. Единият механизъм е доброто хранене - като се започне от кърменето, после правилното хранене на бебето, усилията да се предпази от често боледуване (защото не е възможно малките да не боледуват). Разполагаме и с добавки, с които даваме възможност на детския организъм да не е толкова силно реактивен към външните влияния. Използваме различни поливитаминови, както и пробиотици, които в днешно време са задължителен елемент към всяко лечение. Имам пресен пример: през март-април в детска градина във Варна пламна грипна епидемия, като при някои деца премина впоследствие и в ротавирусна инфекция. За 3 дни се разболяха 15 деца, 3 от тях бяха и в интензивно отделение. На всички деца давахме един месец "Лакто 4" и всички се възстановиха бързо. Така

че имах възможност да проверя действието на пробиотика и в епидемична обстановка.

- Как се осъществява защитната мисия на пробиотиците?

- Стомашно-чревният тракт има имунна функция. С честите боледувания имунната функция отслабва - т.е. не може достатъчно добре да предотвратява инфекции, както и да възстановява детския организъм след тях. Затова предписваме пробиотици, и то с живи микроорганизми, за да може да се подготви имунната защита, така че ако детето влезе в контакт с вируси или други външни агенти, инфекцията да бъде предотвратена или забавяването да бъде прекарано в по-лека форма. Ресничестият епител, който покрива лигавицата и я почиства, губи ресничките си при всяка инфекция. Възстановяването на ли-

Снимка Рага ПЕТКОВА



гавицата става много бавно, ако не се вземат мерки, ако заедно с антибиотичното лечение не се приемат и пробиотици. Живите, какъвто е "Лакто 4" например, осигуряват по-добра възстановимост на лигавицата, за да влезе в действие и имунната ѝ функция.

Добрата защита е свързана и с храненето, защото има недоимък - не в количеството, а в качеството на храната. Този недоимък се проявява и в имунитета. Например на малките много консумацията на хляб, а той е добър продукт, защото има много витамин D - благодарение на него стомашно-чревният тракт се стимулира да произвежда повече лактобактерии, които играят ролята на пробиотик.

- Като качество храненето може да е недоимъчно, но прехранените деца не са малко.

- И се прехранват с вредни храни, които вместо да изграждат защитните сили на организма, го правят агресивен срещу собствените си тъкани. Защото прекалено често даваме на децата храни, които наистина не само не са им необходими, но са вредни - бургери, майонези и т.н. Специално искам да акцентирам и върху режима на хранене - закуска,

**Неправилното хранене, вирусите - всяка външна агресия създава предпоставки чревната лигавица да бъде ранена и трябва да бъде подкрепена, за да свърши работата си като имунна защита**

обяд, вечеря. Храним децата с големи количества и без грижа за режима.

- Само антибиотиците ли са враг на полезните и нужни бактерии в червата?

- Не, разбира се, но те се вземат често без антибиотограма и дори без нужда. Неправилното хранене, вирусите - всяка външна агресия създава предпоставки чревната лигавица да бъде ранена и трябва да бъде подкрепена, за да свърши работата си като имунна защита. Затова препоръчвам да се дава заедно с лечението и пробиотик. Предписваме го и профилактично, за да се стимули-

лира имунната роля на чревната лигавица. В рисковите за инфекции периоди профилактиката с пробиотик има добър ефект. Затова препоръчвам - да не чакаме децата да се разболеят и тогава да подкрепяме имунитета им. Съвременната тенденция е здравето да се профилактира, а не всички усилия да бъдат насочени само към лечението.

- Как да разберат родителите, че имунитетът има нужда от подкрепа, че страда чревната микрофлора?

- При децата коремните болки са много чести, нестабилните изхождания могат да са сигнал. Дори гълтането на секретите раздразня лигавицата. Т.е. при децата дори неспокойствието, промяната в обичайното поведение е достатъчна причина да се потърси съветът на педиатъра и да се вземат превантивни мерки. Не е необходимо да кашля, да има тежка симптоматика, да има висока температура и т.н. Дискомфортът е достатъчен признак, цветът на лицето дори. Децата са като цветята.

## Lacto (4)

Натуралният пробиотик

- Lactobacillus acidophilus
- Lactobacillus rhamnosus
- Lactobacillus delbrueckii subsp. bulgaricus
- Streptococcus thermophilus



Възстановява чревната микрофлора.  
Регулира храносмилането.





Снимка Рага ПЕТКОВА

Тази година преходното време се проточи по-дълго от обикновено и дори синоптиците се учудиха от редуването през май на температури от 7 - 8 до над 30 градуса. След необичайно студената зима много хора още през март и април почувстваха снижен тонус, а вместо май да ни зареди с енергия, донесе нови тласъци на пролетната умора. Всеки се опитва да я преодолява по своему, но отдавна е ясно, че това не може да стане с ударни дози кафета или с доста спорните енергийни напитки. Най-добре върху организма се отразяват умерените, но редовни физически натоварвания като плуване, бързо ходене, каране на колело, планински туризъм и др., разнообразното хранене и правилният режим на работа и почивка. Но дори и да спазвате всичко това, тялото може да се нуждае от допълнителна помощ, за да излезе от порочния кръг на умората. Мнозина вече познават действието на препарата Сарженор за усиляване на физическите и психическите сили.

# Стимулирайте организма с разум

чертае, че L-алгининът стимулира продукцията на хормона инсулин. Много е важно, че тази аминокиселина благоприятства синтеза на азотен оксид, а той разширява кръвоносните съдове и подобрява сърдечната дейност.

**Е**то мнението на известния невролог проф. Димитър Чавдаров:

Сарженорът не е лекарство, но лекува. Той съдържа аминокиселини, които се синтезират в организма и задоволяват неговите потребности. В този смисъл препаратът не е външен химически агент. Аминокиселините в Сарженора стимулират определени процеси в организма, вследствие на което човек изпитва благоприятното му въздействие.

L-алгининът, който се съдържа в препарата, е необходим за нормалната сърдечна дейност и за правилното функциониране на кръвоносната система. Осигурява адекватна хормонална секреция, участва в имунната защита и своевременно елиминира амоняка. Това е така наречената амонячна детоксикация. Следва да се пог-

изпити. Важна особеност е, че след интензивно натоварване и употреба на Сарженор при прекратяването му не се наблюдава период на умствено или физическо изтощение или намален капацитет.

Заслужава внимание благоприятният ефект на препарата при някои деца с леко умствено изоставане. Несъмнено в тази посока са необходими още наблюдения и изследвания, но резултатите, които изтъкват родителите, са обнадеждаващи. Особено при деца, при които не могат да се прилагат други стимулиращи средства. Очертават се две изненадващи особености в действието на Сарженор. Имам основателни данни, че препаратът има благоприятен ефект при хиперактивните деца. Редица от тях след приложението му стават по-спокойни, по-концентрирани и умствено по-активни. Но най-изненадващият за мен ефект е при децата с нощно напикаване във възрастта 3 - 3,5 години. Много от тях престават да се изпускат

Ако децата, след като си научат уроците, нямат желание за игра или обратно - след игра нямат сили да учат, прилагането на препарата е оправдано и има много добър ефект. Правил ми е впечатление прекрасният ефект на Сарженор в периоди, когато трябва да се учи интензивно - около тестове, класни, приемни

Правил ми е впечатление прекрасният ефект на Сарженор в периоди, когато трябва да се учи интензивно - около тестове, класни, приемни изпити

след непродължителен вечерен прием на Сарженор.

Действа като благоразумен допинг, ограничава еректилната дисфункция при мъжете и сексуалната дисфункция при жените.

Много млади хора взимат Сарженор за трупане на мускулатура и висока спортна активност. Лично смятам, че препаратът е безвреден активатор, без да е допинг и може да се приема спокойно в указаните дози. Много пъти съм казвал, че съм против анаболиите, защото имат измамно действие - създават илюзията за мощ и атлетична фигура, но водят до импотентност. За разлика от тях Сарженорът укреп-

ва физиката, като наред с това стимулира и потенциалността. Той е много добро решение при мъже, които по някакви причини не искат и не могат да приемат традиционните афродизиаки.

Сарженор е ефективен и безвреден стимулант при умерен и разумен прием. Когато се използва продължително време - над 5 - 6 месеца, е добре това да става с медицинска консултация. При съмнение за някакви неблагоприятни ефекти трябва да се консултирате със специалист.

Евентуалните нежелателни ефекти са редки, незначителни и без трайни негативни последици при продължителна употреба. Превышаването на дозата е нежелателно, но може да се сравни фигуративно с прекомерната употреба например на сол и захар. Внимателно приложение се изисква при сърдечно болни. При някои от тях помага, а при други не влияе благоприятно. В някои случаи при продължително лечение - над 6 месеца, е наблюдавано подуване на корема с болки. Не е желателно да се ползва от болни с астма. Има съобщения за по-тежко протичане на херпесни инфекции при хора, приемащи Сарженор. Комбинацията му с препарати срещу високо кръвно налягане засилва ефекта им и може да доведе до нежелано ниски стойности. При бременни жени трябва да се прилага след консултация с лекар.

## Вегетариански режим: как да го прилагаме правилно

Отказът от месни продукти се практикува по различни причини в различните общества и култури. Някои стават вегетарианци по морални и религиозни съображения, а други - заради очаквания здравословен ефект върху организма. През последните години станаха известни различни форми и степени на хранителни самоограничения, които варират от отказ само на месо до избягване на всякакви продукти, имащи някакво отношение към животинския свят.

Все пак най-разпространената форма на вегетарианство изключва самото месо, но допуска яйца, сирена, мляко, риба.

### Защо това е полезно?

Има достатъчно данни, че вегетарианската диета намалява риска от определени хронични заболявания и увеличава продължителността на живота. Умереното вегетарианство не е противопоказано дори за погростващите организми, ако се спазват правилата за адекватен прием на белтъчини, мазнини и въглехидрати.

### Как да сме „правилни“ вегетарианци?

За здравословното хранене разнообразието е от ключово значение. Опитайте се да приемате максимално количество непреработени и нерафинирани храни. Те не само съдържат повече фибри, но са богати и на някои важни вещества, които обикновено се унищожават при промишлената преработка. Не забравяйте да изпивате поне 8 чаши вода (по 200 милилитра), равномерно разпределени през целия

ден. Излагането на части от тялото на слънце за 10 минути е важно заради синтеза на витамин D. За целта не е необходимо да сте по бански. Достатъчно е да нагръвате например ръцете и краката. Вегетарианците трябва да си осигуряват източници на витамин B<sub>12</sub>. Подходящи храни за целта са млечните продукти. Ако не ядете мляко, обсъдете със специалист приема на този витамин под формата на добавка. Желязото е потенциално дефицитен елемент във вегетарианското хранене. То се съдържа в спанака, боба, лещата и пълнозърнестия хляб. Ако те се консумират с източници на витамин C като портокалов или лимонен сок, желязото се усвоява по-добре.

### Ето някои полезни сравнения за вегетарианци:

- 1 порция пълнозърнести храни = 1 филия хляб от цяла пшеница или 1/2 чаша сварен нелющен ориз;
- 1 порция бобови растения = 1/2 чаша леща или соя или 1 чаша соево мляко
- 1 порция зеленчуци = 1 чаша сурови зеленчуци или 1/2 чаша варени зеленчуци
- 1 порция плодове = 1 средно голяма ябълка, портокал или банан или 3/4 чаша прясно изстискан плодов сок
- 1 порция ядки = 7 броя орехи, 20 бадема или 15 ядки кашу
- 1 порция растително масло = 1 супена лъжица олио, зехтин и др.
- 1 порция млечен продукт = 1 чаша нискомаслено мляко или 1/2 чаша нискомаслена извара.

# Sargenor

3 x 1 дневно

## Нагвий умората!

Екофарм

Понастроено за възрастни и деца над 2,5 год. Съдържа Аргинин Аспартат. Преди употреба прочетете листовката. А091 29 04 2010.

„ЕКОФАРМ“ ЕООД 1421 София бул. „Черни Врх“ № 14, бп.З, тел. 963 15 96, 963 15 97, факс: 963 15 61

www.ecopharm.bg

Водещи кардиолози от Европа се събраха в британската столица Лондон на своята годишна среща по въпросите на артериалната хипертония и сърдечно-съдовата патология. На тези срещи се обсъждат и анализират всички новости в областта на диагностиката, лечението и прогнозата на високото кръвно налягане. България беше представена от проф. Нина Гочева, ръководител на клиника в Националната кардиологична болница. С нея разговаря Петър Галев.



Проф. Нина Гочева

Проф. Гочева, в България през последните години борбата с хипертонията е основен здравен акцент заради рисковете, които носи за всички органи. В Западна Европа също ли обръщат толкова внимание на то-

ва състояние?

- Ние не сме изолирани от Европа и от доста време Българското кардиологично дружество е възприело принципа, че ще следва европейските ръководства за лечение на сърдечно-съдовите болести, включително и на артериалната хипертония. Това, което е акцент в Европа, е приоритет и у нас.

- В напредналите държави повече ли са пациентите, които са овладели стойностите на кръвното си?

- Не бих казала, че е така. В различните държави процентът на хората, които са постигнали таргетните стойности на кръвното налягане, значи-

# Индивидуалният подход е водещ при лечението на хипертонията



Снимка Рага ПЕТКОВА

телно варира. У нас между 10 и 15 на сто от хората са овладели добре артериалната си хипертония. Има държави в Европа, където този процент е по-висок, например в Унгария. Общо взето, средният процент е 15-20.

- Това не е ли доста незадоволителен резултат в борбата с основно социално значимо заболяване?

- За съжаление е така. Но същото е и в Съединените щати. Обясненията за това положение са много разнообразни. От една страна, разполагаме с много различни групи доказано ефективни медикаменти, които са проучвани по най-строги критерии, а, от друга страна, не се постига по-голяма ефективност в клиничната практика. Всъщност една от причините може би е именно стремежът бързо да се комбинират много лекарства, без да се изчака достатъчно време, за да се използват оптималните възможности от първоначално предписания препарат. Като се има предвид, че доста хора пият медикаменти за две или повече заболявания, представите си какви лекарствени взаимодействия могат да настъпят в организма. Разбира се, често прилагането на комбинирана терапия срещу хипертонията, както и предписването на други лекарства, е напълно оправдано. Въпросът е да има динамичен контакт между лекаря и пациента,

Мъжете над 40 години и специално активно работещите и печелещите добре се отнасят доста по-отговорно към здравето си

който често липсва, при това не само в България. Много е важен индивидуалният подход към конкретния пациент, да се разсъждава какво при него причинява хипертонията и с какви средства може да се овладее.

- Много хора, които вече пият хапчета срещу високо кръвно, смятат, че проблемът им е решен, и не обръщат особено внимание, ако въпреки лекарствата налягането им е по-високо от изискванията.

- Лошото е, че и лекари понякога са инертни. Установяват, че не постигат набелязаните стойности при дадения пациент, но не правят проценка на терапията.

- В България по-дисциплинирани пациенти ли сме в сравнение с други държави?

- Има такава тенденция! Особено при жените. Напоследък забелязвам, че мъжете над 40 години и специално активно рабо-

тещите и печелещите добре се отнасят доста по-отговорно към здравето си. Овладяването на хипертонията почти винаги налага смяна на стила на живот. А това се оказва много трудно у нас. Не става със заповеди, заплахи и насилие. Всеки сам трябва да осъзнае защо трябва да се движи повече, да се откаже от цигарите и прекомерния прием на алкохол, от некачествените храни.

- Какво ви впечатли на тазгодишната среща в Лондон?

- За съжаление нямаше съобщения за открити нови лекарства, с които да се лекува хипертонията. Но много се дискутираше един метод за инвазивно лечение на резистентната хипертония чрез прекъсване на специфични нервни влакна на нивото на артерията, снабдяваща с кръв бъбрека. И у нас се правят такива опити, но все още има доста въпросителни.

- Има ли някакво възраждане на природните методи за лечение, как гледат на тях вашите колеги?

- Има различни становища, но лично аз никога не заемам крайна позиция по този въпрос. Билките, плодотвореността и други методи винаги имат място. Въпросът е да не се залага в едната или в другата посока. Често истината е по средата. Ако човек приема медикаменти срещу хипертония и е близо до поставените цели, няма нищо лошо да се подпомогне и с различни природни методи. Но не трябва да забравяме, че много билки се преработват в организма като лекарствени субстанции, защото съдържат редица активни вещества. Дори обикновеният плод грейпфрут може сериозно да промени плазмените концентрации на много медикаменти. Затова към всякакъв вид лечение трябва да се подхожда информирано и компетентно. Лекарят трябва да знае какви групи средства има намерение да използва пациентът освен предписаните по рецепта медикаменти.

## Времето променя ставите....

**CHONDROSAVE** е комплексна формула за цялостна грижа, насочена към **ставно-мускулния апарат**.

**CHONDROSAVE** предпазва ставния хрущял и забавя процесите на износване, които напредват с **възрастта**, при **активен спорт** и **физически труд**.

Препоръчителен курс на прием:  
2x1 таблетка за период от 2-3 месеца



## CHONDROSAVE

С грижа за всяка става!



# Как се чисти портокаловата кожа

Нездравословното хранене и липсата на движение трупат целулит по-бързо от годинките

Тина БОГОМИЛОВА

**П**риродата складира мазнините в женското тяло точно там, където се заковават мъжките погледи - бедрата, коленете, седалището...

Прочистването на целулитения склад не е никак лесно, тъй като обикновено започва дни преди лятната отпуска, а тогава мазилата не помагат много. Затова най-подходящо е започването на чистенето през пролетта.

Портокаловата кожа не се появява изведнъж. С трупането на годинки и килограми кожата се разхлабва и отпусква. Но пък това не е проблем само на зрелите дебеланки, а и на стройни по-млади дами. Нездравословното хранене и липсата на движение го правят по-бързо от годинките.

Десетки са мазилата за изглаждане на портокаловата кожа, но и най-скъпото няма да я премахне, а ще я направи по-невидима.

В козметичните салони предлагат антицелулитни масажи, йонизиращи процедури, стимулиране на мускулите с ток, ултразвуково въздействие, мезотерапия, компреси с водорасли, тангенторни бани, лимфогренажен масаж, пневматични ботуши, охлаждащ лосион.

Сайтовете за колек-

Сайтовете за колективно пазаруване напоследък предлагат големи отстъпки за дамите, решили да гладят позагрубялата кожа

тивно пазаруване напоследък предлагат големи отстъпки за дамите, решили да гладят позагрубялата кожа. Има оферти за 7 масажа срещу 50 лева, комбинирани масаж и лимфогренаж с 80% намаление, както и единични ръчни масажи за седем лева. Един масаж обаче не гладя кожата, необходими са поне десет. Често процедурите се предлагат с конкретна козметична марка, която изисква определен график за няколко посещения. Предлага се и кавитация с голямо намаление, въпреки че напоследък се чуват госта предупреждения за този метод за изсмукване на мазнините.

Важно е да се определи подходяща терапия за всеки тип целулит. Антицелулитните процедури може да се комбинират по определен график. Най-добре е масажите и терапиите с електростимулатор да се

правят през ден. Целулитният е уред с нискоестотен ток, който кара мускула да започва да се съкращава, имитирайки бягане или гимнастика. Твърди се, че едночасова терапия с целуитрон се равнява на 15-20 км бягане.

Ръчните масажи са по-болезнени, но и ефективни при малки натрупвания. Вакуумният масаж е стягаща процедура с апарат - извършва се механично третиране на капсулата, в която се намира твърдата мазнина. Масажите с водорасли и с кал също са много ефективни и се правят по определена схема. Антицелулитният комплекс съдържа растителни екстракти от бръшлян, залист, гуарана, лимон, етерични масла от риган, мащерка, камфор, богати на йод водорасли. Лечебната кал активира циркулацията в засегнатата тъкан и действа загряващо и се препоръчва при по-гراпава кожа. Мезотерапията също е за по-напреднали стадии.

Процедурите дей-

стват индивидуално, резултатите също. Някои дами махат 3-4 сантиметра, други почти нищо. За началните стадии е достатъчен ръчен масаж с антицелулитно масло.

Разкрасителните процедури преди настъпването на лятото не са достатъчни. За да се скрие грубата кожа, в чинията трябва да има картофи, зеле, ориз, жито, гъби, авокадо и банани. Избягват се солени, сладки и месни. Трябва да се пият поне три литра вода на ден, както и сокове от цитрусови плодове, ябълка, моркови и краставици.

Спортът е задължителен - плуване, фитнес, бягане, каране на велосипед или просто повече ходене. В банята се регулират студен и топъл душ, тъй като така се стимулира кръвообращението и кожата се стяга.

Битката с целулита се води всеки ден с грижи за здравето и не може да се спечели само с няколко козметични процедури.

## Разширените вени не са само естетичен проблем

Хроничната венозна болест, позната като разширени вени, започва в сравнително ранна възраст. Засяга около 50% от населението, като предпочита нежния пол. За съжаление заболяването често остава недиагностицирано и нелекувано, което може да има сериозни последици.

### Какво представляват разширените вени

За разлика от артериите венозните стени нямат собствени мускулни влакна. Движението на кръвта в тях се дължи на венозните клапи и на съкращението на околните мускули. Затова, когато ходим, ние подпомагаме движението на кръвта във вените. Когато обаче стоим продължително време, кръвта заба-

вя движението си и се задържа в най-ниската част на тялото ни. След известно време повишеното налягане причинява отпускане на венозните стени и се нарушава дейността на венозните клапи. Вследствие на тяхното увреждане част от изпомпаната кръв се връща обратно в долните крайници, развива се венозна хипертония и се стига до разширяване на вените.

В този стадий все още не се забелязват трайно разширени венозни съдове, поради което рядко се обръща внимание на ранните симптоми, които са:

- лесна уморемост,
- тежест,
- болка,
- подути глезени в края на деня,
- зачервяване,

- мравучкане,
- схващане през нощта.

### Какво се случва след години

Венозните стени се отпускат под натиска на все по-голямото количество кръв и тя започва да преминава от вените към тъканите вместо обратно. Краката се подуват и започват да болят. Появяват се външни изменения на съдовете под формата на "звездички" и разширени вени. Кожата в областта на глезените става суха и чувствителна на травми.

Разширените вени не бива да се пренебрегват, рано или късно те водят до проблеми, които не са само от естетичен характер - флебит, тромбоза, екзема и язви.

**Болка**  
**Тежест**  
**Умора**  
**Оток**

**При разширени вени**

**ДЕТРАЛЕКС облекчава болката, тежестта, умората и отока на краката**

Съдържа пречиствена и микронизирана флавоноидна фракция (диосмин и хесперидин). Лекарствен продукт за възрастни. Отпуска се без лекарско предписание. Преди употреба прочетете упътването. КХП 5243/23.06.2009. A268/08.07.2010

За допълнителна информация: Сервиз Медикал - България  
София 1000, бул. „Цар Освободител“ №2; тел.: 921 57 00, факс: 921 57 50; e-mail: office.bulgaria@bg.netgrs.com

# Умами - петият вкус

Доц. д-р Димитър  
ПОПОВ

Добре известно е, че само свежите продукти - токущо откъснатите плодове и зеленчуци и пряното месо и риба, имат ярко изразен, наситен и приятен вкус и аромат. Това се дължи на високото съдържание на т.нар. нуклеотиди - природни вещества, които стимулират рецепторите и усилват вкусовете възприятия. Количеството на тези удивителни вещества, които в пресните продукти обикновено са няколкостотин мг/кг, при съхранение и технологична обработка рязко намалява. С всички негативни последици за съответния продукт. За "компенсиране" на тези неблагоприятни промени в японската и други кухни на Изтока векове наред се използват определен вид сушени водорасли. В началото на XX век професорът от Токийския имперски университет Кикунэ Икеда успя да разгадае тайната на древните японски кулinary. Оказало се, че способността на широко използваните водорасли комбу да "освежават" и "съживяват" вкуса на храната се дължи на... глутаминовата киселина - една от двадесетте аминокиселини, изграждащи белтъчните вещества. През 1909 г. професор Икеда се сдобил с патент за производство на нейната сол - натриевия глутамат, който се появил на пазара под поетичното интригуващо название "адзи-но-мото" ("душата на вкуса"). На удивителното вещество била приписана способността да активира у човека пето вкусово усещане, наречено "умами", наред с познатите основни вкусове - сладко, солено, кисело и горчиво. През 2000 г. бяха открити и специфичните, отговорни за възприемането на вкуса "умами" и в частност на натриевия глутамат, рецептори. Чудодейното вещество получило шеметно разпространение по света. Понастоящем неговото световно годишно производство се оценява на близо 2 милиона тона! Това е най-използваната добавка след захарта и солта.

Интензивните изследвания в тази наистина перспективна за хранителната промишленост област за кратко време дадоха своите плодове -

открити бяха редица други вещества с подобни свойства, някои от които многократно превъзхождащи натриевия глутамат. Натриевият инозинат (E-631), използван масово в чипсове, снаксове и други продукти, има усилваща мощ, десет пъти по-голяма от тази на натриевия глутамат, а натриевият гуанилат (E-627) - стотици пъти! Като правило, последните не се прилагат самостоятелно, а в комбинация с натриевия глутамат, като се използва ефектът на синергизма. За отбелязване е, че натриевият глутамат усилва главно месния вкус и аромат (което обяснява широкото му приложение в различни инстантни супи, бульони, сосове и огромен брой месни продукти), докато инозинатът и гуанилатът имат по-широк спектър, включващ дори и сладкия вкус.

Способността да усилват и "направляват" вкусовете усещания са открити и у групи аминокиселини. Например глицинът (E-640) се добавя в някои напитки за модифициране на техния вкус и аромат. Ограничено (засега) е приложението на аминокиселините лейцин (E-641) и лизин (E-642).

Малтолят (E-636), образуващ се при карамелизацията на захарта, има способността да усилва сладкия вкус (да си припомним



## Правим ли компромис със здравето си, когато използваме натриев глутамат

очарованието на любимия на мнозина десерт крем карамел). Той се съдържа още в пивоварния малц, както и в препечената хлебна коричка. Производното на малтола - етилмалтол (E-637), има близо шест пъти по-голяма "вкусова сила" от него. Двете вещества в количество няколко мг/кг придават на вкусовете рецептори усещането за висока масленост при кисели млека, сладоледи и майонези, като се смята, че те хармонизират и дори обогатяват техния вкус. Интересен е фактът, че готварската сол има способността да усилва... сладкия вкус. Затова добрите кулinary винаги добавят към сладкишите щипка сол.

И Въпреки че натриевият глутамат влиза в

международния регистър на СЗО и Codex Alimentarius (Международния кодекс на хранителните стандарти, одобрен от ООН) като безопасно вещество, споровете около неговата безвредност, както и тази на аналогични на него вещества, не стихват, а напротив - все повече се засилват. Повод за съмнения дават някои съобщения, свързани с увреждане на мозъка и ретината при опитни животни, както и такива, описващи негативни ефекти (главоболие, сърцебиене, затруднено дишане, мускулна слабост) при завишена консумация на храна, съдържащи натриев глутамат. Последните ефекти дори бяха обединени под названието "синдром на китайския ресторант". Тази "диагноза"

беше яростно оборена от привържениците на глутамата. Според най-нови изследвания (познайте кой ги е финансирал) в умерени количества натриевият глутамат оказва благотворно въздействие върху храносмилането - повишава апетита и нормализира дейността на стомашно-чревния тракт. Освен това рязко усилва синтеза на глутатион в тънките черва, който е важен клетъчен антиоксидант, спомагащ за обезвреждане на токсините в организма. В защита на тезата си "агвокатите" на глутамината възкликват: "Как може вещество, което нормално се използва от човешкия мозък (а глутаматът наистина е най-разпространеният медиатор на мозъка!), да е вредно?". Нормалните нива на този невротрансмитер в мозъка обаче са нищожни! Има мнения, че при повишаване на неговото съдържание дейността на невроните се нарушава, като при екстремно високи нива те дори загиват.

Натриевият глутамат се произвежда чрез ферментация на царевично нишесте, захарно цвекло и тръстика. За съжаление част от получения продукт е с D пространствена конфигурация, различна от природната L конфигурация на глутаминовата киселина, "позната" на организма. С това се обясняват нерядко наблюдаваните ефекти на нетолерантност (свърхчувствителност) към продуктите, съдържащи натриев глутамат.

Традиционните, ортодоксални кулinary смятат, че усилвателите на вкуса и аромата "подвеждат", "мамат" вкусовете рецептори, а и самия консуматор. Наред с това нерядко с тях се "маскира"

влагането на престоляни и застарели продукти, като им се придава измамна свежест и подправен аромат. И още - определено се смята, че използването на усилватели на вкуса е сериозна предпоставка за "увлечение" към храната, т.е. за наднормено тегло.

След проучване на достъпната информация от двете страни на "барикадата" може да се заключи, че употребата на натриевия глутамат, освен за хора, страдащи от свърхчувствителност към това вещество, до определени дози може да се приеме за безопасна. Смята се, че дози до 2 г дневно не представляват потенциална опасност, но такива над 3 г могат да предизвикат някои от ефектите на вече споменатия "синдром на китайския ресторант".

За съжаление тази препоръка се обезсмисля от факта, че никой от производителите не указва на етикета количеството на внесените усилватели на вкуса...

Що се отнася до натриевия инозинат и натриевия гуанилат, които са със значително по-малък "стаж" в хранителната промишленост и за които има сведения, че предизвикват нарушения в кръвното налягане, тяхното прилагане изисква повече внимание и поне засега е свързано с повече резерви.

Неотдавна производителите на хранителни добавки извадиха от ръкава поредния силен коз - без употребата на тези вещества човечеството е обречено на глад, тъй като чрез тях се осигуряват около 10% от продуктите, необходими за изхранването му. Звучи наистина повече от обезпокоително, защото на бъдещите поколения очевидно им предстои да правят много компромиси с най-ценното - здравето.

gpopov\_bg@yahoo.com



ЛЕКАРСТВЕНА  
ОПАКОВКА  
(МН.Ч.)  
МОДЕЛ  
НА „РЕНО“

ПРЕСЛЕДВАНЕ  
НА ДИВЕЧ  
ИЗВЕСТНА  
КАРТИНА ОТ  
ДАВИД  
ПЕРЕЦ

ФРЕНСКА  
БЛАГОРОД-  
НИЧЕСКА  
ТИТЛА

ФИЛМИРАН  
РОМАН ОТ  
МАРКО НЕЗЕ

ВХОДНО-  
ИЗХОДЕН  
ОТВОР

НАШ ИГРАЛЕН  
ФИЛМ, РЕЖ.  
КОНСТАНТИН  
БОЖАНОВ

ФИНИКИЙСКО  
БОЖЕСТВО

МУЗИКАЛЕН  
ТЕРМИН-  
ЛЮБОВНО,  
ЗАТРОГВАЩО  
РЕКА ВЪВ  
ФРАНЦИЯ

НАША  
ДЖАЗ-РОК-  
ФОРМАЦИЯ

ИЗКОП, РОВ

РУСКИ ФУТ-  
БОЛЕН ОТБОР  
ОТ ПЕРМ

ГРАД В  
УНГАРИЯ

СПОРОВО  
РАСТЕНИЕ

ФРЕНСКИ ФУТ-  
БОЛИСТ, БИВШ  
НАЦИОНАЛ

МАРКА ПАСТА  
ЗА ЗЪБИ

НАШЕ ВИСШЕ  
НАУЧНО  
УЧРЕЖДЕНИЕ

ПОПУЛЯРНА  
ГЕРОИНА НА  
ЛУИС КАРОЛ

КСТНИ  
ИЗРАСТЪЦИ  
ОТ ГЛАВА  
НА ЖИВОТНО

ИМЕНАТА  
НА НАША  
АКТРИСА  
„СТЪКЛЕН  
ДОМ„

ПОЕМА ОТ  
ПЕТКА Р.  
СЛАВЕЙКОВ

ЖИЛЕЩО  
НАСЕКОМО

ВОЙСКОВО  
ПОДЕЛЕНИЕ В  
ДРЕВЕН РИМ

ИНТЕГРАЛНА  
СХЕМА

ИЗКУСТВЕНА  
ПРЕЖДА

СТИХОТВОРЕ-  
НИЕ ОТ  
ИВАН ВАЗОВ

ВИД  
МУЗИКАЛНО  
ИЗПЪЛНЕНИЕ

ХОРА ОТ  
ЗНАТЕН РОД

РЕКА В РУ-  
СИЯ, СИБИР

ОБРАЗ

ШИФЪР

СОМНАМБУЛ

ФРЕНСКИ  
ФУТБОЛЕН  
ОТБОР

ВЪЛНЕНО  
КИЛИМЧЕ  
С РЕСНИ

НАШ ПОЕТ  
1885-1934  
„ЛЕС“

ЧАСТ ОТ  
МИКРОСКОП,  
ТЕЛЕСКОП

НАШ ХАН  
765-767

ОПЕРА ОТ  
ЖУЛ РИМЕ

ХАРДРОК-  
ГРУПА ОТ САЩ  
БИВШ  
ПОРТУГАЛСКИ  
ФУТБОЛИСТ  
„БЕНФИКА“

ЕДРИ СОЧНИ  
ПЛОДОВЕ

ИМЕНАТА НА  
КИНОАКТРИСА  
ОТ САЩ  
„ТОНИ УЛФ“

СПОРТНА  
ЧАНТА

КАЛАЕНО-  
ОЛОВЕН  
ПРИПОЙ

МЯРКА ЗА  
ЗЕМНА ПЛОЩ

ФРЕНСКО  
МОДНО  
СПИСАНИЕ

ДРЕВНОРИМ-  
СКА ПРОВИН-  
ЦИЯ НА  
БАЛКАНИТЕ  
СТРАНА НА  
МОНЕТА

ВИНИЛОВ  
АЛКОХОЛ

ЗАДНА ЧАСТ  
НА КОРАБНА  
ПАЛУБА

СЛАБО-  
АЛКОХОЛНО  
ПЕНИЛВО  
ПИТИЕ

ВЪТРЕШЕН  
ЧОВЕШКИ  
ОРГАН

ХИЖА В  
РОДОПИТЕ

ХИЖА НА  
ВИТОША

КОРЕЙСКА  
МЯРКА ЗА  
ДЪЛЖИНА

СЕМЕЙСТВО  
ЕДНОСЕМЕ-  
ДЕЛНИ  
РАСТЕНИЯ

ДЪРЖАВА В  
Ю, АМЕРИКА

ГРАД В  
ЕТИОПИЯ

АСИРО-  
БАВИЛОНСКА  
МЯРКА ЗА  
ПОВЪРХНИНА

СЪДЕБНА  
ПРЕТЕНЦИЯ

МУЗИКАЛНА  
НОТА

АЗБЕСТОВ  
ЦИМЕНТ ЗА  
ОГНЕУПОРНИ  
ПЛОЧИ  
СТАРОПЛАНИН-  
СКИ ВРЪХ

ЯПОНСКИ  
ТЕАТРАЛЕН  
ЖАНР

ГРАД В  
СЛОВАКИЯ

ДОБИТЬК

КИСЕЛИНА ЗА  
КЛИШЕТА

ГРАД В  
ИТАЛИЯ

ФРЕНСКА  
КИНОКОМЕДИЯ  
С ЖЕРАР  
ДЕПАРДИЙО

ГЕРОИНА ОТ  
ЕДНОИМЕНЕН  
ХЪРВАТСКИ  
ТВ СЕРИАЛ  
Г-Й НА ЕЛИН  
ПЕЛИН-„ЗЕМЯ“

МУЗИКАЛНИ  
ЗНАЧИ

ПОРЪЧИТЕЛ-  
СТВО ВЪРХУ  
ПОЛИЦА

РЕКА В РУ-  
СИЯ, ПРИТОК  
НА АНГАРА  
ДРУГО ИМЕ  
НА  
СЪСЪНКАТА

СТИХОТВОРЕ-  
НИЕ ОТ АДАМ  
МИЦКЕВИЧ  
ДЪЛГО ДЪРВО  
ОТПРЕД НА  
КАРУЦА

СЪРЦЕ (МЕД.)

БИВШ  
БРАЗИЛСКИ  
АВТОПИЛОТ  
ОТ „Ф-1“

ФрутиЛакс

Справихте  
ли се със  
запека?

РЕЧНИК : АМАДИС, АСИЗИ, ИЛИРИК, ИМИ, ИТИЛ ,КАДЕТЕ, МАКО, САР, УТАКА

МИХАИЛ МИЦЕВ

Отговори на кръстословицата от бр. 5:

**ВОДОРРАВНО:** Ямамото (Такахиро). "Българска мадона". "Етел". Лиани. "Аз и морето". Ето. Его. "Отело". "Ера". Аромат. Ана. Илитерати. Иран. Ар. Теке. "Опасен ум". Стамакс. Рос. Луса. Скаки (грета). ТТ. Сем. Аватара. "Терен". "Ту". Оса. Енот. Кан. Сан. Граница. Прилепи. Рагу. ТиВ. Веру (Пишар). Икона. Тик-так. Калина Цанева. Ибо. Ана Борисова. Ивет. Анали. Асенова (Светла). Скала.

**ОТВЕЧНО:** "Българска сватба". Лион. Тава. Дион (Селин). Яга. Амака. Гук. Ано (Жан-Жак). Емитер. Тал (Михаил). Критика. Анатани. Електроника. Скали. СтатуиВ. Ба. Азот. Кос. "Еми". Аваре. Амер. Елин. Адора. Присо (Нджонго). Оратор. Ринов. "Яне". Ипотеку. Ава. Мата (Хуан). Ас. "Ралица". Орис. "Сенека". Ме (Райни). Орелек. Поник. Отеманит. Синева. Теманус. ТА. Авел. Олом. Малини. "Ама".

ЛЕСНО

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

СРЕДНО

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

ТРУДНО

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

# „Ролан Гарос 2012“ -

## безсмъртие за Нагал или нов рекорд за Джокович



Станко ДИМОВ

На 27 май започва "най-прашният" турнир от Големия шлем - "Ролан Гарос". Предвид настилката - червен клей, напреварата по традиция вещае дълги и тежки битки, като двубои от по 3-4 часа се смятат за нещо напълно нормално.

Надеждите ни и на този голям турнир ще бъдат свързани отново с Цветана Пиронкова и Григор Димитров. Двамата започнаха фантастично година, като с представянето си на "Хопман къл" в

Австралия вдигнаха значително летвата на очакванията. За жалост розовите дни за Цвети и Гришо са в историята. Като изключим турнира в Доха (твърди кортове, февруари), където пловдивчанката достигна до трети кръг, представянето ѝ далеч не отговаря на предвидимото обявление от нея амбиции. Особено потресаващо Цвети започна сезона на клей, където в първите си 4 турнира записа загуби в първи кръг. Като прибавим към това и факта, че никога не е прескачала втори кръг на "Ролан Гарос", то

шансовете за някакъв сериозен прогрес в тазгодишното издание на турнира изглеждат илюзорни. Миналия сезон Пиронкова записа победа на старта в Париж, но във втори кръг отстъпи пред Хисела Дулко.

Бърз поглед към надеждата ни сред мъжете - Григор Димитров. Той дава сравнително подобна картина. Ако има настилка, на която хасковлята не се чувства в "свои води", то това са червените кортове. Сравнително "по-бавната" топка и дългите разигравания, с които се отличава играта на клей, далеч не са по вкуса на Гришо. Миналата година 21-годишният тенисист отпадна още в първи кръг, след като загуби класически в три сета от Жереми Шарди. И тази година резултатите на Гришо на червено не са впечатляващи. Всички силно се надяваме Димитров да се представи добре на клей в родната на новия си треньор Патрик Мураутоглу, тъй като тази година "Ролан Гарос" ще има двойна цел за него. При солидно представяне в Париж, което означава достигане на поне трети кръг, освен тлъст чек от организаторите Гришо ще заработи и доста точки за ранглистата. А те в този момент са повече от важни. До началото на Олимпийските игри остават по-малко от два месе-

ца, а ранкинът на българина към днешна дата не му осигурява място в Лондон.

Поглед към върха на световния тенис вещае само едно - несигурност и интрига, по-голяма от всякога. Първите трима в света - Джокович, Федерер и Нагал, по традиция са големите фаворити, а като прибавим към тях вечната надежда Анди Мъри, получаваме едно мечтано полуфинално каре. Впрочем точно четиримата достигнаха до полуфиналите в турнира преди година.

Може би фаворит №1, със съвсем лека преднина пред останалите, е Рафаел Нагал. Докато е в играта, без значение на кое място е в ранглистата, той ще бъде фаворит в двубоите на червено!

Най-силно притискан спанецът ще бъде от световния №1 Новак Джокович. Той държи в ръцете си последните 3 титли от Големия шлем, като при успех на "Ролан Гарос" ще направи т.нар. "кариерен шлем" (ще е спечелил всички трофеи от Големите 4 турнира в света на тениса). На какво се дължи бруталната доминация на сърбина през последните 18 месеца и може ли да спечели и "Ролан Гарос"? Най-добрият отговор на този въпрос излиза от устата на Ноле: "Знам, че до момента никога не съм достигал до финал в Париж,

но също така знам, че при тежавам необходимите качества, за да го сторя тази година. Знам също, че съм достатъчно силен, за да се справя с Федерер и Нагал на клей. Изгрява добре, победих ги многократно през последната година и не виждам защо да не го направя и във Франция", категоричен е сърбинът.

Макар и малко встрани от обективите, "старата лисица" Роджър Федерер ще дебне за грешка на големите си конкуренти. Нищо чудно на 10-ти юни, когато е финалът в турнира, точно Федерер да се снима с трофея в ръце. За разлика от Нагал швейцарецът не трябва "на всяка цена" да печели титлата, а също така за разлика от Джокович Роджър вече е триумфирал в Париж и отдавна е събрал всички от 4-те трофея от Шлема.

В схемата при жените както винаги е повече от непредвидимо. Виктория Азаренка започна много добре сезона, но славата в първите турнири на клей за сезона обреха Мария Шарапова и Серина Уилямс. Именно двете бивши №1 в света са и големите фаворити за трофея в Париж. Впрочем подобно на Джокович, Маша също ще сглоби кариерен шлем при успех в Париж. Серина пък отдавна има всичко, но това никога не я е карало да спре дотук.

Tennis24.bg

### TV АКЦЕНТИ

#### Вторник, 22 май

10:30 ч. Плуване (ЕП в Дебрецен) по Евроспорт  
17:25 ч. Баскетбол (финална среща от НБЛ, мъже) по БНТ свят  
20:00 ч. Футбол (Мач на звездите) по Евроспорт

#### Сряда, 23 май

10:30 ч. Плуване (ЕП в Дебрецен) по Евроспорт  
13:00 ч. Тенис (Демонстративен турнир Гино Мари Кор Мастерс) по Евроспорт 2  
16:00 ч. Левски - Светкавица и Литекс - Локо Пг (А група) комб. предаване по ТВ7  
17:45 ч. Лугогорец - ЦСКА (А група) по БНТ1, БНТ свят

#### Четвъртък, 24 май

17:25 ч. Баскетбол (финална среща от НБЛ, мъже) по БНТ 1  
19:00 ч. Мароко - Мексико (футбол, фестивал в Тулон) по Евроспорт 2  
20:00 ч. Тенис (WTA в Брюксел) по Евроспорт  
21:00 ч. Беларус - Франция (футбол, фестивал в Тулон) по Евроспорт

#### Петък, 25 май

18:00 ч. България - Аржентина (Волейбол, Световна лига) по БНТ 1  
22:00 ч. Бокс (Бузъс Бетър) по Евроспорт

#### Събота, 26 май

18:00 ч. България - Португалия (Волейбол, Световна лига) по БНТ 1  
18:45 ч. Беларус - Мароко (футбол, фестивал в Тулон) по Евроспорт 2  
21:00 ч. Франция - Мексико (футбол, фестивал в Тулон) по Евроспорт

#### Неделя, 27 май

12:00 ч. Тенис (Ролан Гарос) по Евроспорт и Евроспорт 2  
16:00 ч. Германия - България (Волейбол, Световна лига) по БНТ 1  
18:30 ч. Тенис (Ролан Гарос) по Евроспорт

#### Понеделник, 28 май

12:00 ч. Тенис (Ролан Гарос) по Евроспорт и Евроспорт 2

**Забележка:** Това е предварителна програма и "Животът днес" не носи отговорност за промени след публикуването ѝ.

## Чудото „Лугогорец“ - този филм вече сме го гледали

Валентин МАРИНОВ

"Лугогорец" спечели Купата на България и може да стане шампион. Още в първата си година в елита. И реално като присадено дърво, защото Разград никога не е бил голям футболен град. Нито пък школа. Оттам не са излезли величия, за разлика от места като Благоевград, Враца, Плевен, Русе, да не говорим за София, Пловдив, Варна, Бургас и т.н.

Похвално. Страхотно. Дори премиерът, който тия дни се хвана да оправя бакиите във волейбола, препоръ-



ча на останалите футболни босове да минат на курс при Кирил Домусчиев. Хубаво, ама този курс, филм, театър, хит и т.н., вече сме го минали.

Филмът е почти Оскар и се казва "Литекс". Още в

първия си сезон в елита през 1997/1998 г. тимът на Гриша Ганчев стана шампион. Тогава се говореше, че босовите в "Левски" и ЦСКА трябва да минат по покрития мост и да си водят бележки. Не може да се каже, че проектът на Ганчев е провал, напротив. Той направи гранд в един нефтотопен град. Като изключим обаче 2-3 добри гастрола в евротурнирите, "оранжевите" не нагсочиха българските мостове. През миналата година "Литекс" изглеждаше доста зле в Европа - 15-ина години след като стана хит и му се чертаеха бляскави хоризонти. Нещата там вървят на приливи и отливи - според настроението на боса. Поиска ли той, става шампион. Този сезон пасува откъм селекция и цели и резултатите са видни. Защо ли?!

Така че може би пък Домусчиев е човекът, който трябва да мине един курс. Да изгледа филма, като поотминат емоциите, на които и той се поддаде. Защото през лятото в Европа ще разбере, че да играеш силно и да мачкаш в България в момента не стига дори за средно равнище там. Което няма да е най-голямата болка. Нека не говорим за Рим, дори Разград не е бил съграден за един ден. Въпросът е да не се завърти отново постановката на "Литекс".

А на мачовете в Стария континент г-н Домусчиев ще разбере най-малко едно нещо. Че там няма как да платиш на даден противник, за да излезе с голобради срещу теб и да се хвърли яко на спърниците ти. Може и да се прилага в Испания, но нужно ли е жабата всеки път да си вдига крака, щом види как подковават коня?!

**ФУТБОЛА**  
в един сайт  
bgfootball.com  
bgfootball.com  
bgfootball.com  
bgfootball.com  
bgfootball.com



Президентът на волейболната федерация Данчо Лазаров се оказа в матова ситуация в една партия, която се опитваше да изиграе хитро, но накрая нахитри само себе си. Сега не му остава нищо друго, освен да се предаде. Все пак волейболният цар разполага с около три седмици да

поразишиява върху следващия си ход, преди да изпадне в цайтнот. На 10 юни ще стане ясно дали мъжкият национален отбор на България ще играе на Лондон 2012, или не. И в двата случая обаче на Лазаров май ще се наложи да сграде поста си.

Той обясни всичките си безумни решения от пос-

# Мат за Волейболния цар

ледните дни с голямата цел - класиране на олимпиада. Логично бе попитан ще си подаде ли оставката, ако България се провали и при последния си опит, на което, макар и не съвсем категорично, той отговори: "Защо да не си я подам, аз да не съм сватосан за волейбола?". Ако волейболните национали наистина не се класират за Лондон, това няма как да не му бъде припомнено и натисъкът върху Лазаров да си ходи и от феновете, и от волейболната общественост, и от държавата ще бъде непреодолим.

Ако пък нашите спечелят олимпийска квота, героят ще е Радостин Стойчев, а не президентът на федерацията. Последният вероятно дори няма да е в залата, защото нито ще иска да ръкопляска на евентуалните успехи на Стойчев, нито ще иска да изтърни освиркването на 12 хиля-



Снимки БУЛФОТО

ди по трибуните. До олимпиадата ще останат само седем седмици, за абсурдни и ненавременни тренинговски смени няма да може и дума да става, но Стойчев ще

удържи думата си да остане само ако Лазаров си тръгне.

Волейболният цар ще падне. Остава само да видим дали останалите черни

физикури около него ще се опитат да продължат играта по техните си абсурдни правила, или дъската ще бъде разчистена за една съвсем нова партия

## СВЕТОВНА ЛИГА 2012

### ПРОГРАМА

#### Група D Първа седмица (Франкфурт, Германия) 25.05.2012 г.

България - Аржентина	18:00 ч.*
Португалия - Германия	21:00 ч.

26.05.2012 г.

Португалия - България	18:00 ч.
Германия - Аржентина	21:00 ч.

27.05.2012 г.

Аржентина - Португалия	13:00 ч.
Германия - България	16:00 ч.

#### Втора седмица (Буенос Айрес, Аржентина) 16.06.2012 г.

Португалия - Германия	00:00 ч.
Аржентина - България	03:00 ч.

17.06.2012 г.

Португалия - България	00:00 ч.
Аржентина - Германия	03:00 ч.

18.06.2012 г.

Германия - България	00:00 ч.
Аржентина - Португалия	03:00 ч.

#### Трета седмица (Гимараеш, Португалия) 22.06.2012 г.

България - Аржентина	16:30 ч.
Португалия - Германия	19:30 ч.

23.06.2012 г.

Аржентина - Германия	16:30 ч.
Португалия - България	19:30 ч.

24.06.2012 г.

Германия - България	16:30 ч.
Аржентина - Португалия	19:30 ч.

#### Четвърта седмица (София, България) 29.06.2012 г.

Аржентина - Германия	17:30 ч.
България - Португалия	20:45 ч.

30.06.2012 г.

Португалия - Германия	17:30 ч.
Аржентина - България	20:45 ч.

01.07.2012 г.

Португалия - Аржентина	15:30 ч.
Германия - България	18:00 ч.

#### Финали (София, България) 04-08.07.2012 г.

\*часовете са в българско време.

Заб.: България се класира по право за финалите като домакин.

## Фенове поискаха оставки в БФВ

През миналата седмица в електронната поща на БФВ всеки ден вляха стотици писма от почитатели на българския волейбол. В тях феновете изразяваха възмущението си от освобождаването на Радостин Стойчев и искаха оставката на целия Управителен съвет на централата начело с нейния президент Данчо Лазаров. В повечето случаи копия бяха изпратени и до различни държавни институции, като правителство и президент, както и до медиите. В същото време петиция "Ние искаме оставката на членовете на управителния съвет на БФВ!" събра близо 5000 подписа.

Няколко различни текста циркулират едновременно в мрежата. "България показва, че стои зад своя отбор и своя тренинг! Във времена, когато народът намира все по-малко поводи за обединение, 12 500 души подкрепяха безрезервно момчетата в най-трудния им мач срещу Германия и ги изпратиха с аплодисменти въпреки загубата! Факт, който безкомпромисно доказва, че феновете не са разочаровани. Спортът е низ от възходи и падения и хората го осъзнават. За съжаление група чиновници решиха, че могат да правят всичко с единствения колективен спорт, който носи успехи на България в последните години, и да унижават най-успешния български тренинг по волейбол!", гласи един от тях. "Кога отговорните фактори в Министерството на физическото възпитание и спорта ще вземат отношение във връзка с безумните действия на ръководството на БФВ и в частност на нейния президент Данчо Лазаров? Ние заявява-

ме своята твърда позиция, че въпросният господин, както и целият Управителен съвет трябва незабавно да подадат оставка и да понесат нужните последици за всички ощетяващи българския волейбол решения, взети по време на техния мандат!", се казва още в писмото.

"Аз ще направя всичко възможно и ще организирам тези, които споделят моята позиция - не за да върна Радостин Стойчев, защото човек, притежаващ дори малко достойнство, няма да се съгласи да се върне след всичко това, а за да извоювам оставката на Данчо Лазаров." Тези думи пък са част от друго циркулиращо писмо.

Много от почитателите на волейбола си направиха труда да напишат собствени протестни писма. "Тренингите на двата национални отбора се менят като носни кърпички. Това ясно показва, че ръководството на БФВ няма дългосрочна програма за развитие на мъжкия и женския ни национален отбор", пише Моника Митева. Друг волейболен фен - Калин Мирчев, е на подобно мнение: "Страшно е, когато националната кауза е класиране на всяка цена, а не дългосрочно развитие на спорта. Още по-страшно е, когато се уволняват хората, работещи в дългосрочен план, за да се постигнат краткосрочните цели и да се оправдаят вложените средства".

Според Теодора Анкова "най-успешният клубен тренинг в света бе изритан по най-долния начин от собствената си държава - човекът, който развява българското знаме след всеки успех в Италия, който дава сърце и душа за родината си, който пожерт-

ва себе си, както и семейството си, за да се посвети на националния отбор". Виктория Петрова пък написа: "Когато в една държава, в която нищо не върви или върви наопаки, се намери едно-единствено нещо, което да обедини цял народ под един покрив и най-важното - под едно знаме, и то не кое да е, а онова с трите свещени цвята, за което са дали живота си толкова хора, все нещо ще се обърка. Само за ден някои хора с адски странни и необясними решения събориха всичко, градено толкова дълго време".

"Според ръководството Радостин Стойчев си тръгва заради сериозна грешка, а по тази логика цялата федерация трябва да е изчезнала досега 100 пъти!!!", възмущава се Петя Симеонска. "Те правят грешка след грешка, но остават безнаказани! Грешка като тази да лишат българския национален отбор от такъв класен тренинг, и то по средата на сезона, е сравнима с апокалипсис!"

Като цяло запаленковците са обединени в желанието си националният отбор да успее и без Стойчев. "По-

желаваме успех на момчетата и на Силвано Гранди (б.р. - текстът е от преди да стане ясно, че Гранди отказва да поеме националния отбор). Вярваме, че ще стигнат до олимпиадата и ще ни направят горди", се казва в едно от писмата. Антония Спасова обаче предупреждава: "Ако се стигне дотам и Матей да си отиде, тогава вече нашето недоволство наистина ще избухне по непредсказуем начин!"

Може би тези писма също оказаха своето влияние върху развитието на събитията в средата на миналата седмица, когато под натиска на премиера Бойко Борисов УС на федерацията върна Радостин Стойчев. 24 часа по-късно пък той поиска оставката на президента Данчо Лазаров, за да продължи да работи с тима и след олимпийската квалификация в София между 8 и 10 юни. Естествено, ако България се класира за Изгрите в Лондон. До битката в "Арена Армеец" обаче на Лвовевите предстоят мачове от Световната лига (б.р. - вж. таблицата с програмата). Така че време за почивка няма!

**ВОЛЕЙБОЛА**  
в един сайт

[bgvolleyball.com](http://bgvolleyball.com)  
[bgvolleyball.com](http://bgvolleyball.com)  
[bgvolleyball.com](http://bgvolleyball.com)  
[bgvolleyball.com](http://bgvolleyball.com)  
**bgvolleyball.com**



# Опасната Opel Astra OPC

В средата на лятото на европейския пазар стартира с продажбите си спортното изпълнение на Astra OPC (Opel Performance Center). Тя е продължение на традицията от предишните спортни сестри на моделното семейство на Astra. Първа на пистата се появи през 2005 г. на автомобилното изложение в Женева модификацията с 2-литров турбо мотор с мощност 240 к.с. След това през 2007 имаше фейслифт, за да се стигне до новата генерация на Astra OPC, която беше показана през

март т.г. в Женева.

Изцяло алуминиевият агрегат с турбокомпресорно принудително пълнене, директно впрыскване на горивото, има работен обем 1998 куб. см, разполага с максимална мощност от 280 к.с., която постига при 5300 об./мин, но има литров въртящ момент от 200,2 Нм/л, най-високия от всички конкуренти - по-висок дори от този на спортен автомобил. Стойността му от 400 Нм се постига при 2450 об./мин и се запазва на това ниво до

почти 5000 об./мин.

Инженерите на Opel извършиха сериозни промени по съществуващия турбокомпресорен двигател с директно впрыскване и работен обем от 2,0 л, използван в Insignia, като добавиха нова всмукателна система. Турбокомпресорът е

конструктивно и в него променен с използване на нови компоненти. Налагането на състезания въздух нараства значително още при около 1400 об./мин и рязкото подаване на газ директно се отразява на тягата. Максималното налягане на пълнене е увеличено до 1,5 бара - стойност, която е с 25% по-висока от тази на

използваният в Insignia агрегат. Astra OPC се предлага със Start/Stop технология като част от стандартното оборудване, изразходва 8,1 литра на 100 километра, съответстващи на стойност на CO<sub>2</sub> от 189 г/км, което е невероятно постижение за спортен модел. В сравнение с предишния модел (221 г/км, 9.2 л/100 км), CO<sub>2</sub> емисиите и разходът на гориво са по-ниски съответно с 14% и 12%. Изразителното спортно купе ус-

корява от 0 до 100 км/ч за 6,0 сек, максималната скорост на колата е 250 км/ч. Преди да започне серийното производство на модифицирания двигател на Astra OPC, агрегатът премина серия от сериозни изпитания в тестове. При проверката за издръжливост автомобилът измина 10 000 км на Северната отсечка на „Нюрбургринг“ в състезателно темпо - еквивалент на 180 000 км пробег в нормални пътни условия.

## БГ ПРЕМИЕРА

# Германски нрави за Hyundai i30

Когато в компактният клас на Golf навалицата стане прекалено голяма, всеки производител се опитва да изтъкне с нещо по-различно. Южнокорейците от Hyundai осъзнаха, че с малко повече нови технологии и по-високо качество на разумна цена може и да са конкурентоспособни на европейските марки. Така дебютът на модела у нас стане по нетрадиционен начин - записванията за тестово шофиране станават през Facebook. И не само заради предварителните положителни отзвучи навалицата беше голяма. С колега решихме да разменим колите, за да усетим разликите между дизеловите и бензиновите агрегати.

Новият i30 приковава вниманието с изразителните плажни линии, които преливат от предната решетка през калниците и до фаровете. С типичния си атлетичен вид спортният има отличителна стойка на пътя. Светодиодните дневни светлини подобряват

видимостта на пътя и същевременно осигуряват на i30 още една елегантна стилна характеристика. Комбинираните светодиодни задни светлини се включват за части от секундата по-бързо от конвенционалните фарове за допълнителна сигурност. В тъмното лампи на вратите осветяват дръжките при отключване и отваряне на колата. Спортната фигура няма да е същата, ако не се открояват 17-инчовите алуминиеви джанти с висококачествен хром. Вътре в купката спортните предни седалки са в елегантна бежова кожа, която предлага мека структура за по-пълно и топло усещане. Навигационната система разполага със 7-инчов цветен сензорен екран и се управлява посредством бързо и интуитивно

организирано меню. Изображението от камерата за обратно виждане се появява на него автоматично при включване на задна предавка. Hyundai i30 предлага впечатляващите 378 л пространство за багаж, когато задните седалки са на мястото си. При събването им си осигурявате равен под и невероятните 1316 л обем на багажника. В модела има новаторска адаптивна система на предните светлини (AFLS), която повишава сигурността във всеки завой. Системата въсъщност насочва светлината в посоката, в която завъртате волана, като по този начин повишава видимостта и намалява времето за реакция на водача. Безопасността на пътниците е гарантирана от 9 въздушни възглавници, които могат да обгърнат всички пътници в купето при удар. Комбинация от предни, странични и тип "забеса" въздушни възглавни-

ци защитава пътниците на предните и задните седалки, а допълнителните въздушни възглавници за коленете осигуряват безопасност за шофьора. Бензиновите агрегати са 1,4-литров (100 к.с.), 1,6 (135 к.с.) и 1,8 (150 к.с.). Дизеловите предложения са 1,4-литров CRDi (90 к.с.), 1,6 (110 к.с.) и 1,6 (128 к.с.). Всеки от двигателите е куплиран с плавно превключваща 6-степенна механична или 6-степенна автоматична трансмисия. Спортното пътно поведение и плавно ускорение осигуряват непогрешливо удоволствие от шофирането на всякакъв тип пътна настилка, а ниските емисии от всичките шест двигателя гарантират опазването на околната среда. Главното усещане освен типичната по немски спортна возия е, че се намирате в по-голям и по-люксов автомобил, отколкото сте си представяли, преди да седнете зад волана. Ако имате повече пари на разположение, можете да натърпчате автомобила с екстри, но цената вече ще е много солена.



Страницата подготви  
Станчо ШУКЕРОВ

## СПЕЦИАЛИСТЪТ СЪВЕТВА

# Сменете перата на чистачките

Дойдат ли големите дъждове, веднага се сещаме, че перата на чистачките ни не са в най-доброто състояние, защото не могат да се справят своевременно и качествено с предното стъкло. Да, истинският стопанин винаги проверява чистачките на колата си преди началото на зимния и пролетния сезон. След снеговете и студовете може каучукът на перата да се е нащърбил, да е нахъсан и напукан. При включване на най-бързия режим на чистене в последния момент разбираме, че перата са замяна. На прозореца се вижда една мазна дъга, остава неприятна следа, която пречи на видимостта. Най-добре е да видите на коя марка са

оригиналните пера, да си запишете размера им и да потърсите откъде да купите нови. Някои рисуват и вземат евтини марки (по 4-5 лева), защото смятат, че от нормални чистачки ще имат нужда не повече от месеца през лятото. С оригинални обаче може да се изкара две и повече години, ако ги експлоатирате нормално и не издевателствате върху тях да ви чистят замръзналите на прозореца сняг или обледени блокчета. Заради дъждовете е добре да имате изчистено предно стъкло, защото в противен случай при намалена видимост рискувате да попаднете в дълбока локва, да направите аквапланинг и да катастрофирате.

# Allergodil®

2 пъти  
на ден

Лекарствен продукт без лекарско предписание за възрастни и деца над 6 г. при стандартна доза и деца над 12 г. при по-висока доза.  
Съдържа ацеластин хидрохлорид. Преди употреба прочетете листовката.

