

## ИКОНОМИКА



Анализ на Паскуале Джамбоу,  
УниКредит Булбанк:  
Какво се промени  
в банките през  
последните години?

На стр. 5

## АВТОМОБИЛИ



Chevrolet  
предлага  
ергономично  
и икономично  
комби

На стр. 24

## СПОРТ



Тенис  
Имунологът  
Андрей  
Кендеров взе  
Sargenor Cup

На стр. 23

тираж **300 000**

www.jivotatdnes.bg

Брой 8, 5 - 11 юни 2012 г. (зог. I)

# ЖИВОТЪТ ДНЕС

**actavis**  
think smart medicine

Светът на модерния човек

Снимка Росен ВЕРГИЛОВ

Арх. Петър Диков:  
Вярваме, че  
до 7.4 - 7.5  
по Рихтер  
няма страшно

Интервю на  
Микаела  
Въжарова  
на стр. 11



Гликираният хемоглобин (HbA<sub>1c</sub>) е златен стандарт за оценка на лечението на захарния диабет и е критерий за дългосрочния му контрол. Той отразява средната кръвна захар през последните 2-3 месеца. По стойностите на HbA<sub>1c</sub> може да преценим колко ефективно е настоящото ви лечение.

### ТЕМА НА БРОЯ

## Природосъобразно чисти

Все още не е ясно от кого е измислен сапунът, но в Европа употребата му тръгва от средновековна Италия. Векове след това сме достигнали до етапа, когато хигиенизиращите средства стават основен клон на химическата индустрия и запълват огромни щандове в хипермаркетите. Лесното изпиране и приятният дъх са безспорно големи предимства, но дойде времето да се замислим какво става с всички тези химикали, когато се върнат отново в природата. Модерните пречиствателни станции са добри "лечебници" на водата, но далеч не всички градове разполагат с тях. Затова всеки от нас може да действа така, че хем да е чист, хем да пази безценния ресурс на земята.

Още на стр. 12-13

# Allergodil®

Непримирум  
към сенната хрема!

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.

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

Екофарм

A-128/28.05.2009



## Уникално BMW е готово да превземе пътищата

На провеждащия се в околностите на езеро Комо, Италия, ежегоден конкурс за старинни автомобили и съвременни концепции d'Eleganza Villa d'Este известната дизайнерска компания Zagato представи новото си постижение - BMW Zagato Coupe, което е

творческа интерпретация на BMW Z4. Автомобилът е уникален, направен е ръчно в един екземпляр, а каросерията е изработена от алуминий. Все още не се знае всичко, което се крие под капака на невероятната машина, но слуховете твърдят, че шестци-

линдров двигател с мощност 306 к.с. е готов да вдигне от 0 до 100 км/ч за 5,1 секунди. Феновете на марката едва ли ще видят втори подобен модел, затова който се сдобие с BMW Zagato Coupe, няма да остави равнодушен нито един минувач.

## Дизайнерът на iPhone и iPad стана рицар

Главният дизайнер на Apple Джонатан Айв беше посветен в рицарско звание. Британецът, участващ в разработването на компютрите Mac, смартфона iPhone и таблета iPad, получи титлата "за заслуги в областта на дизайна и предприемачеството". Преди дни 45-годишният Айв пристигна със семейството си в Лондон от САЩ, където живее през последните години. Церемонията по посвещаване в рицарско звание се състоя в Бъкингамския дворец и беше проведена от принцеса Анна, дъщеря на кралица Елизабет II.

Айв работи в Apple от 1992 г. През 1997 г., веднага след връщането на Стив Джобс в компанията, той става старши вицепрезидент по промишлен дизайн. Айв е известен като водещ автор практически на всички ключови продукти на Apple.



## Кетчупът вече ще изтича бързо от бутилката

Много любители на кетчупа се дразнят, че той много бавно изтича от бутилката. Американски учени решиха да се справят с този проблем и дори заеха с изобретението си второ място в конкурс на Масачузетския технологичен институт. Технологиите на известна компания за производство на кетчуп

изчислили, че той изтича от бутилката със скорост 0,028 мили в час или 0,01 метра в секунда. Това е по-малко от скоростта, с която се придвижват галакоските костенурки. Проблемът беше разрешен с помощта на нанотехнологиите, като специалистите успели да ускорт мълниеносния процес, създавайки LiquiGlide. То-

ва е структурирана течност - твърда като твърдите тела, но хлъзгава като течностите. LiquiGlide е материал, одобрен от Управлението по санитарен надзор за качеството на хранителните продукти и медикаменти на САЩ, и може да бъде използван като вътрешно покритие за стъклени и пластмасови опаковки.

## Sony предлага ръчно зарядно устройство

Компанията Sony пусна ръчно зарядно устройство за екстремни ситуации. Под сложното име CycleEnergy USB CP-A2LAKS всъщност се крие зарядно с ръкохватка, която трябва да се върти, за да можете отново да ползвате мобилния си телефон. Иновационното устройство включва батерия с капацитет 4000 мА/ч и разглобяем елемент с ръчен генератор. На ползвателите се предлага да въртят ръчката в продължение на три минути, след което могат да говорят една минута по телефона. При пет минути въртене ще сърфират една минута в интернет. Зарядното устройство се включва към джигесема през USB портовете. CycleEnergy USB CP-A2LAKS ще струва около 100 долара.



## Facebook ще разработи собствен смартфон

Най-голямата социална мрежа в света - Facebook, възнамерява да направи собствен смартфон. Компанията вече се е договорила с няколко бивши сътрудници на корпорацията Apple. Между тях има няколко души, които са участвали в разработването на софтуера и технологичното обезпечаване на iPhone. Един от тях е работил и над създаването на iPhone. Засега се държи в тайна докъде е стигнала работата над новото устройство. Според експертите, ако Facebook пусне собствен смартфон, той по-скоро ще се конкурира не с Apple, а с компанията Google и нейната мобилна платформа Android, използвана в по-евтините устройства на различни производители. Това е трети опит на социалната мрежа да предложи смартфон. Идеята се появи през 2010 г., но проектът така и не се реализира. През 2011 г. Facebook се опита да направи смартфона Buffy заедно с тайванската фирма HTC, но и тогава намеренията на социалната мрежа не бяха осъществени.

Американският интернет гигант Yahoo ще зарадва феновете си с нов браузър, наречен Axis. Както обещават от компанията, иновационната платформа ще помогне да се опрости търсенето на различна информация в интернет. Целта на разработката е от стандартния процес на търсене да се отстранят междинните стъпки. Сега ползвателят въвежда търсената от него информация, гледа резултатите и след това отваря необходимата му страница. При новия браузър втората стъпка ще е излишна. Резултатите от търсенето ще са представени във вид на миниатюрни стра-

## Yahoo пуска нов браузър

ници на намерените сайтове. От Yahoo смятат, че така ползвателят по-лесно ще се ориентира и

ще открие това, което търси. Според експертите миниатюрните страници са по-удобни от пос-

ледователното отваряне на текстовите сайтове, докато стигнеш до това, което ти трябва.



# Само бедствие ли може да обедини българите?

**Албена ДОЙЧИНОВА:**



Бедстви-ята пораж-дат страх и паника, правят ни съпричастни към пострада-лите, но едва ли ще обединят българите. Можем да помогнем на пострадалите, но го правим само материално. Ако това ни обединява-ше, щяхме да им окажем и повече морална подкрепа. Най-големите ни обединители са езикът, вярата и свободата и историята го доказва. Затова една благородна кауза, стойностна и голяма колкото тях, би направила това възможно. А още повече ако зад нея стоят и едни истински достойни българи.

**Павел ГАЛЕВ:**



Какво ни обединява днес българите? Спортът ли обединява, или кухите фейсбук каузи, ограничаващите се с едно кликване на бутона на мишката? Не се досещам за мащабна гражданска инициатива, бликаща от средностатистическия българин. Защо не сме единни по въпросите с национална сигурност и значение? Знаем ли кои са?

Къде е она възрожденски плам, къде е българският дух, къде е общата кауза? Въпреки всичко смятам, че духовната красота на българина е жива. Нещо тлее в гърдите ни. То не гасне лесно и именно то може да ни обедини.

**Милена ГЕОРГИЕВА:**



Като цяло нещастията обединяват, но българите са малко поспецифичен случай. Преходът, проблемите, немотията овълчиха хората. Към всичко това се добавя и един негативизъм, дори бих казала фатализъм, че животът ни няма да се оправи, че става все по-зле... Живеем с мисълта, че негодниците и мошениците са преобладаваща част от обществото ни. Според мен не се показват добрите примери и каузи, които да обединят нацията. Българското общество се нуждае от хора, които да посочат обединяващата кауза. Всичко може да ни направи единни, стига нацията да осъзнае тия хубави мъдри думи "Обединението прави силата".

**Величка НИКОЛОВА:**



Мислите ли, че бедствията ни правят поединни? Според мен те не могат да ни обединят. Да, много хора започват да помагат на изпадналите в беда, но по-скоро това е форма на съчувствие и съпричастност. Затруднявам се да се сетя за някоя благородна кауза, зад която можем да застанем всички.

**Камелия БОЖКОВА:**



Според мен не. Защо започва да се изгражда едно национално самосъзнание, което ни обединява

по редица въпроси. Особено при по-младите хора се виждат първите прояви на открита гражданска позиция, инициативност и патриотизъм. Иначе бедствията може и да ни обединяват. Гледах репортаж за хората от Перник, как се събират по бензиностанциите и те наистина са готови да си помагат в трудни моменти, да си подадат ръка. Благородна кауза, която обедини българите от цялата страна, е например наводнението в с. Бисер. В този случай медиите помогнаха, за да се докоснем до трагедията на хората от с. Бисер.

**Анета КОЧАРОВА:**



Не само бедствията ни обединяват, а и начинът ни на живот. В трудни моменти естествено, че всеки ще е готов да помогне на другия. Имаме приятели от Перник, които по време на земетресението се бяха уплашили много и спаха няколко вечери в колите си. Предложихме им да дойдат да спят у нас или да им помогнем с каквото можем. Но може би национално обединение не би могло да съществува, ако самите ние не се променим като менталитет. Сещам се за обединението на всички около заболяването на Стилиан Петров.

**Алексей ПАВЛОВ:**



По край природни катаклизми хората стават по-сплотени. След трусовете отпреди седмица излязох през

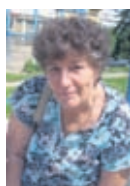
нощта и много хора бяха навън, говорехме си, успокоявахме се взаимно, дори се шегувахме. Има благородни каузи, които могат да ни обединят, но знаете ли, през последните години сякаш много се разединихме. Безработицата, липсата на средства и несигурността се отразяват и на човешките взаимоотношения. Има и нещо друго. Липсва ни силен човек, който да ни обедини. Личности като Левски, като Ботев.

**Георги КУНЧЕВ:**



По време на бедствия се обединяваме, разбира се. Ако не цялата нация, то поне един към друг ставаме по-внимателни. Българите по принцип са склонни да си помагат, да подадат ръка, когато си в нужда, да бъдат гостоприемни и любвеобилни. Например при трагедията на селата около Перник видяхме как те самите след уплахата се подкрепят един друг. Кой с труд, кой с време или пари - всеки помага, както може. Ние сме по-отдалечени, но това не пречи със събиране на левче например да ги подпомогнем материално.

**Ценка МАРИНОВА:**



Като че ли е така за съжаление. В такива моменти хората са поединни и готови да си помагат. Трябва да има и благородна кауза, която да ни обединява. Нека измис-

лят нещо народните представители. Нали затова ги избрахме, а не само да се карат в парламента. Би трябвало силни, изявени личности да ни поведат и посочат добри цели и вярвания. Преди години кампанията "Не сте сами!" за подкрепа на българските медицински сестри и палестинския лекар обединиха нацията ни.

**Нели СЕМКОВА:**



Бедствията ни обединяват, защото това е изпитание за човешката съпричастност и доброта. Нали затова сме хора - за да си помагаме. Сигурно има благородна кауза, около която хората се обединяват. Когато трябва да се помогне на деца без родители или около спортни постижения, хората са по-единни.

**Живка ТЕНЕВА:**



З а щ о трябва да чакаме само бедствията да ни обединят? За съжаление немотията и безпаричието обаче ни разделят все повече. Съзнанието ни се променя и всеки си гледа собствения живот. Ако промяната започне от самите нас обаче, ще се постигне голям успех. Нали затова казват, че капка по капка - вир става. Надеждата ни е, че от идните поколения, с младите хора ще дойдат нови, по-добри времена.

**Анкетата направи Мирослава КИРИЛОВА**

## ПОСОКИ

За кого вие сирената



**Петър ГАЛЕВ**

За съжаление Втори юни тази година пак ни раздели, вместо да ни обедини. Може би твърдението ми е пресилено, защото се основава единствено на наблюдението на две групи хора - тези, които спряха да се движат по време на сирените, и тези, които не откликнаха на сигнала за минута млчание и свеждане на глава. Няма какво да се лъжем - втората група беше доста многобройна! Точно в 12 часа на Ботевия ден бях в центъра на София и не можех да си обясня защо за позиция е да не притихнеш за момент в памет на хората, отдали се до смърт на духовна кауза. С отказа да спреш всъщност ти казваш без думи: "Абе не ме занимавайте с глупости, имам работа и нямам време за вашите церемонии". Вашите...?! За миг през съзнанието ми мина, че малко ни е било разтърсването наскоро, след като не можем да се опомним. Да пази Господ! Да, нещо драматично не се е случило на пръв поглед. Вчера някой хвърлил камък по иконата на Исус в Патриаршеския храм, днес самозабравили се персони, вкопчени в егоистичния си нагон, отказват да съучастват в елементарен жест на националната памет, а утре ще се чудим защо обществото ни се разпада. Видяното на Втори юни за мен е обобщение на невъзможността да сме единни по каквото и да е повод. Дори такъв, който не изисква никакво усилие. Ако това минава за индивидуализъм, благодаря! Защото приемам индивидуализма на гениите, чиито имена човечеството повтаря и до днес, но няма как да приема мижитурската демонстрация "кой е Ботев, че да му млча...". Дано сирените да звучат винаги и само в памет на героите, защото при другия им вой мижитурките първи ще зарежат околните в опит да се спасят от бедствието.

## СТОП КАДЪР



Йорданка Фандъкова, Кирил Вълчев, Кристалина Георгиева и Радосвет Радев на откриването  
Снимка Росен ВЕРГИЛОВ

## Да погледнеш в съседния двор

За мнозина Африка продължава да звучи далечно и екзотично, но в XXI в. разстоянията имат друго измерение. Само на 3 часа със самолет от нас милиони деца разчитат на паничка храна, за да оцелеят. В това лично се убеди журналистът от Дарик радио Кирил Вълчев, който отрази хуманитарната мисия на еврокомисаря Кристалина Георгиева в Нигер и Чад.

Във фоайето на театър "София" беше открита фотоизложба "Деца на Сахел", която съдържа визуален разказ на Кирил Вълчев за видяното от него в полупустинния район на Западна Африка. Лично Кристалина Георгиева присъства на откриването, заедно с другите организатори на изложбата - Столичната община в лицето на кмета Йорданка Фандъкова и Дарик радио начело с изпълнителния директор Радосвет Радев.

"След такова посещение човек започва да обръща внимание на неща, които иначе във всекидневието не забелязва", каза авторът на снимките Кирил Вълчев. "Това, че имаме храна и вода, лекарства и транспорт, за нас е даденост, но за хората в Сахел е просто мечта. А самата изложба в София има за цел, подобно на древногръцките трагедии, да ни помогне да преживеем катарзис - като видим чуждото страдание, да сме благодарни, че не го преживяваме ние, и да се опитаме да помогнем. Напълно не мога да приема, че българите се нареждаме много назад по удовлетвореност от живота си, след това, което видях в Африка. Иска ми се да се научим да оценяваме това, което имаме, и да бъдем по-човечни", казва журналистът. (ЖД)

## АНТИНОБЕЛ



Открития, които се приемат с чувство за хумор

На стр. 6

## НАВИГАТОР

Лондон за трети път посреща Олимпийския огън

На стр. 8



## АРТ

Григор Вачков възкръсна в книга



На стр. 9

## ОГЛЕДАЛО



Как да изглеждате по-слаби

На стр. 10

## СПЕЦИАЛИСТЪТ

Да не се оставяме на паниката



На стр. 18

## ХИМИЯ



В капана на синтетичните оцветители

На стр. 20



Кристина ПЕШИНА

**„Ф**рий София тур" е сдружение на група млади ентусиасти, готови да покажат столицата ни на всеки чуждестранен турист, и то напълно безплатно. Доброволческият им труд буди възхита, имайки предвид, че живеем във време, когато малцина биха направили нещо само от добра воля, без то да има финансово покритие. Идеята хрумва на Кристиан Митов, завърнал се от следването си в Германия. Ваня Никова се присъединява към него, а впоследствие още двама техни познати - Теодора Зарева и Бойко Благоев, и така четиримата узаконяват проекта си. Докато в редица западни държави подобни безплатни туристически обиколки са нещо обичайно, то у нас са абсолютно иновативни. Първоначално те са били един път на ден от 18 часа, но с разширяване на екипа от доброволци днес те се провеждат два пъти на ден - сутрин и вечер, без почивен ден. Какво мотивира тези млади хора да се занимават с това, и то безвъзмездно, разказва Ваня Никова.

"Мотивацията при всеки е различна. Едни искат да упражняват езика, други да разчупят ежедневиения стереотип "работавкъщи". Моята мотивация е възможността да се срещам и общувам с много и различни хора. Освен това в София липсват каквито и да е напътстващи и обозначителни табели. Трудно стига до информационните центрове, които у нас са само два и са все на труднооткриваеми места", споделя събеседничката ни.

Често може да видите чуждестранни туристи, разтворили карта на София, да се лутат по улиците. Да не говорим, че стигането до даден адрес понякога е истинско изпитание дори за столичаните.

Що се отнася до това дали има какво да покажем на чужденците, бяхме приятно изненадани. "София е един изключително разнообразен град. Всеки турист намира по нещо познато и по нещо екзотично. Тази комбинация се оказва печеливша. Хем

## На среща със... София



се чувстват спокойни, защото им напомня за дома, хем има и много различни неща, които им правят впечатление", продължава Ваня. Явлението "клекшоп" (пазаруване от мазета на нивото на тротоара) например е едно от тези екзотични неща, с които впечатляваме чуждестранните си гости, докато ги караме да се сгънат на две за бутилка минерална вода.

Разнообразната архитектура на София е силният ни коз. Липсата на строго обособен стар и нов град, както в Прага или Варшава, всъщност е плюс за столицата ни. От XXI век изведнъж попадеш в IV и обратно. Едно истинско пътешествие във времето!

Наред с достойнствата си градът ни притежава и редица недостатъци. Например мръсотията. Оказа се, че това са си предимно наши предубеждения. На доброволците не само не им се налага да се червят от срам заради боклуците, а впечатлението на туристите е точно противоположното. "Чужденците намират София за много чист и подреден град. Харесват им зелените площи в самия център на града. Малките и големите паркове. Има само един период в София, когато тя е мръсна, и това е, когато започнат да се топят снеговете и боклуците отдолу все още не са почистени. Но това трае някъде около седмица. Дори хора, идващи от градове, известни с

### Чужденците намират София за много чист и подреден град

бляска си, намират София за по-чиста. Даже не е необходимо да ги питаме. Те сами си казват, че им прави впечатление колко е чисто", разказва Ваня.

Туристическата обиколка започва от Съдебната палата всеки ден в 11 часа и в 18 часа. Без значение дали е делник или празник, зима или лято. Оттам покрай "Шератон", джамията и минералните извори. Продължава през Президентството, бившия Партиен дом и, разбира се, Ротондата. Разходката преминава покрай Двореца на царя, Руската църква, градинката "Кристал", църквата "Св. София", "Св. Александър Невски".

"Хубавото на нашите турове е, че се стараем да им покажем неща, които нямат да открият в книгите. Показваме им забележителности, които не са описани там. Например камбаната, закачена на дърво пред църквата "Св. София", продължава Ваня. Най-вероятно дори мнозина от живущите тук не знаят за нея или не са я забелязвали. А още по-малко знаят историята ѝ. Как тя е посрещала руските войски освободители. С други думи, не става въпрос само за тур на забележителностите, а и за познаване с любопитни

подробности, свързани с бита, вярата и традициите на българите.

Силно впечатление на чужденците им прави алъш-веришът в подлезите. Магазинчетата за сувенири, заведенията за бързо хранене и всичко онова, което може да се намери там. Залепените некролози по стени, стълбове и прочие често ги стряскат, тъй като на някои места, особено в Източния свят, по подобен начин се разлепят лица на издирвани престъпници или изчезнали хора. "Една двойка от Хонконг, преди да дойде в София, посетила Велико Търново и там видяла цяла стена с некролози. Инстинктивно си помислили колко много престъпници има в тази страна и доста се бяха уплашили", разказва Ваня.

Често на гидовете им се налага да отговарят на въпроси, свързани с тоталитарното ни минало, а новооткритият музей на социалистическото изкуство жъне небивал успех. Е, случвало се и някой да попита какво е комунизъм, но като цяло са запознати с този период от историята ни. След обиколката туристите искат да посетят и други места, но не знаят кои и затова се обръщат за помощ към доброволците. "Препоръчваме им различни дестинации в зависимост от времето, с което разполагат. Често Бояна, Витоша, Рилски манастир, Пловдив. На такива, които искат да останат повече време, им правим специален график", споделя събеседничката ни.

Това, което озадачава почти всеки чужденец, е безхаберното пилеене на минералната вода. Чудно им е защо няма направена баня и така да се използва водата, а не да изтича в канализацията. Трудно е да се даде отговор на този въпрос.

"На мен лично ми се иска София да стане полесна за ориентирване. Да има повече табели и информационни центрове. Никъде по света не ти се налага да ги търсиш. Те изникват просто пред теб. Туризмът в София е целогодишен, а не сезонен, както много хора си мислят. Да, вярно е, през лятото има повече гости, но това не означава, че през зимата ги няма. През студения сезон развеждаме над 500 човека месечно. Трябва да използваме този потенциал и да направим града си по-гостопривен към тях", като за финал каза Ваня Никова.

От 13 април тази година сдружението стартира с туристически обиколки и в морската ни столица. Там се очакват повече хора със затоплянето на времето и откриването на летния сезон. След Варна в една по-далечна перспектива се нарежда и Пловдив.



Паскуале Джамбои, директор „Банкиране на дребно“ на УниКредит Булбанк

# Банките трябва да бъдат партньори с клиентите си

Г-н Джамбои има диплома по „Право“ и 35 години опит в банковата сфера. Присъединява се към Credito Italiano през 1977 г. Заема множество ръководни позиции в UniCredit, стигайки до директор „Банкиране на дребно“ в Италия. Бил е главен изпълнителен директор на първата специализирана банка за ипотечно кредитиране в Италия, както и Главен оперативен директор на банката на UniCredit за потребителско финансиране в Италия. През октомври 2004 г. е избран за италианския вицепрезидент на Европейската ипотечна федерация - European Mortgage Federation (EMF), а през април 2007 до декември 2008 е президент на EMF.

Обръчайки се към широката аудитория на вашия вестник, искам да започна от факта, че банките са институции, които съпътстват живота на семействата по целия свят. Това се приема от някои хора позитивно (надявам се те да са повече), от други - не толкова позитивно, но със сигурност в модерната история животът ни е тясно свързан с банките. Функционирането им може да се обясни и просто, те са нещо като двигател на икономиката - използват спестяванията на хората като гориво, с което захранват нуждаещите се от средства в момента. Повечето хора си представят работата ни по следния сценарий: взимаме пари от хората на влог, като им даваме например 4 процента лихва. След това даваме тези пари като кредит срещу 8 процента лихва и си слагаме 4 процента в джоба. За съжаление обаче нещата не са толкова прости. От една страна, ние нямаме право да раздадем всички набрани пари под формата на кредити. Защо? Защото сме длъжни да заделим част от тези пари като гаранция, че след определен срок ще ви дадем обратно парите с лихвата. Това увеличава разходите ни, защото е все едно, че сме купили стоки, които не можем да продадем, а трябва да държим на склад. От друга страна, ние бихме могли да изгубим част от приходите, идващи от кредити, по различни причини - например в случаите, в които клиентите изпадат в невъзможност да обслужват задълженията си. Това означава, че ние трябва

да сме разумни при отпускането на кредити, като вникваме в жизнения цикъл и възможностите на клиентите ни, в това какво ще е състоянието им в следващите няколко години. Колкото и добре да проучваме хората, на които даваме кредити, случва се някои от тях да не са редовни платци след това. Но ние не трябва да допускаме и не допускаме това да влияе на клиентите, които са ни поверили парите си. Те могат да разчитат да си получат сумата заедно с лихвата. Това има съответната цена, която се поема от капитала на банката.

В България БНБ постоянно наблюдава банките и изисква от тях да отговарят на строги параметри и това е много хубаво, защото само по този начин можем да говорим за стабилна и устойчива банкова система. Понякога потребителите ни чувстват като бюрократични организации. Усещането за жестоко отношение, формуляри, изисквания сякаш ни отдалечава от хората. Но понякога са необходими допълнителни данни, за да се намери най-правилното решение за нуждите ви. Точно както лекарят може да назначи различни изследвания, за да разбере какво ви е. Ето защо това се прави също и в полза на клиента. Ние не изискваме данни и документи заради любов към бюрокрацията, а само за да гарантираме, че нашият анализ на състоянието и нуждите на потребителя е коректен. Това е част от нашата социална отговорност и задължението ни да спазваме правилата и законите на държавата. Например постоянната проверка на самолич-

ността на клиента, сравняването на подписа между личната карта и банковите документи не се прави от издребняване, а за да сме сигурни и ние, и клиентите, че никой няма да се яви вместо тях с фалшива самоличност и да открадне средствата им.

Днес полагаме всички усилия да намаляваме дистанцията с клиентите ни, да бъдем максимално близо до хората. Това е съществена промяна в поведението на банките, която се надявам, че хората вече усещат. Стремим се да сме приятелски, партньорско отношение. За сравнение, нека си припомним какво представляваха банките от миналото - нещо като храм, в който човек влиза едва ли не със страхопочитание. А днес банковите салони са изградени с мисълта за максимално удобство на клиентите с цел те да осъществят ползотворен контакт с банката. За да се реализира напълно желанието ни да бъдем близо до хората, ние сме създали необходимите условия и канали, за да могат нашите клиенти да комуникират активно и открито с нас. Те разполагат с разнообразни възможности да направят това. Основното, но не и единственото място за непосредствен контакт си остават клоновете. Не трябва да пренебрегваме обаче и новите технологии. Всеки, който ни изпрати електронно писмо, трябва да е сигурен, че то ще бъде прочетено внимателно, след което ще получи отговор. Лично аз с готовност приемам всякакви мнения, критики, предложения от нашите клиенти чрез моя отворен имейл (Giamboni@UniCreditGroup.BG). Ние трябва да сме в тесен контакт с клиентите

**Неслучайно Господ ни е дал две очи, две уши, а само една уста. Само ако разбираме правилно хората, ще имаме доволни потребители**

те, за да решаваме заедно как да бъдем максимално полезни едни на други. Така се изгражда доверие.

Вярно е, че световната криза започна с проблеми в някои банки, за щастие те не бяха в Европа. Днес като представител на българската банкова система, мога да кажа без никакво съмнение, че тази система е много силна, стабилна и сигурна. Това е благодарение на много фактори. На първо място, ролята на БНБ, за която вече споменах. Другият важен фактор е добрата капитализация. УниКредит Булбанк е конкретен пример в това отношение.

Ако трябва да дам кратък отговор защо банките промениха поведението си, той ще е с три думи - конкуренцията и клиентската удовлетвореност. Преди банките бяха просто институция, често единствена в даден регион или държава. Днес, при огромното разнообразие, те вече функционират като компании в областта на финансовото обслужване. Клиентите са същите като преди, но вече могат свободно да избират с коя банка да работят. Това коренно промени сектора. Банките трябва да привлекат клиенти и

да заслужат тяхното доверие. Винаги казвам на моя екип: гледайте и слушайте хората, а после говорете! Неслучайно Господ ни е дал две очи, две уши, а само една уста. Само ако разбираме правилно хората, ще имаме доволни потребители. Пак ще дам пример с лекарите. Ако вие се оплачете на вашия доктор още при първите симптоми на дадено заболяване, той може много по-ефективно да ви помогне. Същото е и при банките. Ако още с първите признаци на затруднение да плащате вноските си отидете и разговаряте с вашия консултант в банката, той ще намери най-доброто решение. Не е вярно, че ние имаме интерес например да продадем имота, който сте ипотекисали в наша полза. Най-малко защото при една бърза продажба няма да получим реалната цена за жилището. За нас е най-добре вие да имате възможност да погасявате дългата си по обичайния начин. И ние правим всичко възможно да съдействаме за това. Но преди всичко трябва да имаме своевременно информация, ако изпитвате затруднения. Служителят трябва да чуе от какво се нуждаете, какво очаквате, какви са притесненията ви, за да предложи най-адекватното на вашите нужди и възможности решение. Ние като банка осъзнаваме отговорността да бъдем практически неразделна част от живота на хората. Затова се стремим да предлагаме допълнителни способности за защита на своите клиенти. Хората оправдано искат да са сигурни как ще се справят в бъдещето, за да защитят семействата си,

домовете си, стоките и парите си. Вече имаме доста съвършени механизми за постигането на тази цел - застраховка при кредит. Какво означава това? Когато сте взели кредит от банката, е добре да се застраховате предварително за определени неблагоприятни обстоятелства в живота, например загуба на работата, тежко заболяване или други причини, които могат да ви възпрепятстват да изплащате месечните си вноски. Тогава застраховката поема вноските за определено време, в което вие имате възможност да си стъпите на краката.

За всички е ясно, че в момента сме в трудни времена, бих казал, че ситуацията е най-неблагоприятната след Втората световна война. Кризата започна още през 2007 г., но днес вече сме в ситуация на стагнация. Сега е важно да няма нови спадове и постепенно да започнем придвижване нагоре в икономическо и финансово отношение. Смятам, че сме готови за това, но трябва да действваме благоразумно. Бих посъветвал хората при контакт с банките да използват нашите специалисти за свой личен банкир или персонален съветник, както искате го наречете. Той е подготвен с индивидуален подход да анализира личната ви ситуация и да предложи най-доброто и сигурното за вас. Тъй като сме в трудни времена, е добре да сме предпазливи, но понякога бихме могли да направим смела крачка напред, която да изпревари с една идея излизането от кризата. Точно това е ролята на персоналното банкиране - да се анализира добре балансът между ползата и риска. Ако трябва да дам кратък съвет - избере банка, която ви предлага модела на персоналния банкир. Ако нямате личния телефон на конкретен банков служител, който ви познава и се занимава с вас, или не можете да го намерите в банковия клон, най-вероятно не сте в правилната банка.



Антинобеловите премии или Ig Nobel се присъждат от 1991 г. за научни достижения, които или не могат да бъдат осъществени, или няма смисъл това да се прави. Първите церемонии по връчването на наградите се провеждаха в Масачузетския технологичен институт, а днес тази чест се пада на Харвард. Всяка година истински Нобелови лауреати с бутафорни очила и фесове или други куриозни атрибути пристигат в престижния университет, за да връчат Ig Nobel. Във величествената лекционна зала с 1166 места летят книжни самолетчета. Времето за изложение на всеки лауреат е ограничено до 60 секунди. След това девойка го прекъсва с възклицанието: "Моля ви, прекратете, скучно ми е!". Самата премия може да е във вид на медал от фолио или тракащи челюсти на поставка. На антинобелистите се полага и сертификат, подписан от трима истински носители на премията.

Антинобеловите премии в повечето случаи предизвикват смях, но понякога можем сериозно да се замислим за психичното състояние на псевдоучените. Убедете се сами.

**1992 г.** Група учени от Научноизследователския център в Йохоама открили, че при хората, които мислят, че краката им миришат лошо, това наистина е така и обратно.

**1993 г.** Е. Топол и неговите 975 сътрудници по-

лучили антинобелова премия за това, че публикували медицинско изследване, в което броят на авторите 100 пъти превишава броя на страниците.

**1994 г.** В областта биология са отличени У. Б. Суини, Б. Крафт-Джейкбс, Дж. У. Бритън и У. Хансен за изследването им: "Запекът при военните: разпространеност сред служещите извън пределите на САЩ". В областта медицина премията получават д-р Р. Дарт и д-р Р. Густафсон за докла-



## Науката се превива от смях

да: "Неефективност на електрошока при лечение на отравяне от ухапване на гърмяща змия".

**1995 г.** Наградата в област психология отива при Ш. Ватанбе, Дж. Сакamoto и М. Вакита за успеха им при дресиране на гълъби да различават картини на Пикасо и Моне.

**1996 г.** В областта биология антинобел отива при А. Бархайм и Х. Сандвик от Норвегия за изследването им: "Влиянието на бирата, чесъна и сметаната върху апетита на пиявиците". Учени от Гренландия и Осло получават награда за труда: "Предаване на гонорея чрез надуваеми кукли". Проучването "Падащият сандвич, законът на Мърфи и универсалните константи" донася на Р. Метюз от Англия приза в област-

та физика.

**1998 г.** Д-р М. Сидоли от Вашингтон е отличен за увлекателната статия "Освобождаването на организма от газовете със силен звук като защита от прекомерен страх".

**1999 г.** Наградата в област физика отива при двама лауреати - д-р Лен Фишер от Великобритания за изчисленията му как най-добре се топят бисквитки и сънародника му Жан-Марк Ванден-Броук за труда му как трябва да се налива чай, без да излеем и капка.

**2000 г.** Антинобел в област информационни технологии получава Крис Нисвандер от Аризона за създаване на програмата PawSense, предназначена за определяне на момента, когато по клавиатурата ходи котка. Кралският военноморски флот на Великобритания взима приза за предложението си по време на учения да не се използват оръжията, а военнослужещите да кресят "Бум". Така британската хазна ще спести милиони лири стерлинги от боеприпаси.

**2001 г.** П. Брас получава наградата в област медицина за научния труд: "Рани, причинени от падащи кокосови орехи". Ч. Андраде и Б. Срихари от Националния институт за психическо здраве и неврология в Бангалор взимат антинобел за откритието, че бъркането в носа е една от активностите при подрастващите, като авторите дори измислили термин - ринотилексомания. В областта технологии Дж. Кеф от Австралия получава наградата за това, че е взел патент под № 2001100012 за изобретяване на колелото. Дейвид Шмид от университета в Масачузетс взима антинобел за откритието му защо, когато пуснеш душа, завесата хлътва навътре.

**2002 г.** Математиците К. Срикумар и Гю Нирмалан от Индия са отличени за доклада им: "Изчисляване на общата площ на повърхността на индийските слонове". Трима учени от Стокхолмския университет взимат приза за откритието: "Пилетата предпочитат красивите хора".

**2004 г.** В областта психология призът отива при Даниел Симънс и Кристофър Чабрис за доказването на факта, че концентрирайки вниманието си върху нещо, човек изпуска друго.

**2005 г.** В областта химия Едвард Каслер и Брайън Гетелфингер получават антинобел за сравнението им между скоростта на човек, плуващ във вода и в сироп.

**2006 г.** В областта химия учени от Испания получават приза за откритието, че скоростта на звука в сирене "Чедър" зависи от температурата. Базил Одоли и Себастиан Нойкирх от Франция са наградени за откритието им защо сухите спагети в повечето случаи се чупят на повече от две части. В област наука призът отива при група американски учени, които провели редица експерименти, за да докажат защо хората се дразнят от скърцането с нокти по училищна дъска.

**2007 г.** Трима учени от САЩ, Харвард и Чили получават наградата за изследването на процеса на образуване на гънки в чаршафите.

**2011 г.** Ентомолозите Дерил Гвин и Дейвид Рентц взимат антинобел за откритието си, че определен вид австралийски бръмбари предпочитат бирата в кафяви бутилки с остатъци от пяна. Наградата за мир отива при кмета на Вилнюс за справянето му с неправилно паркираните автомобили - минава върху тях с бронетранспортьор. Приза в областта медицина получават две групи учени, които независимо една от друга откриват, че хората взимат най-добри решения, когато пикочният им мехур не е пълен. Джон Сандърс от университета в Торонто става носител на антинобел за серията експерименти, които провежда, за да проучи особеностите на шофиране, когато козирката срещу слънце непрекъснато пада и пречи на видимостта. (ЖД)

### ДУМИТЕ

#### Водещи новини



Румел ЛЕОНИДОВ

"Лошата новина продава!" - това е демократичният девиз на днешната ни преса. Но какво и на кого продават обществените ни медии, когато започват централните си новинарски емисии с това, че във Враца някакъв кретен изнасиллил малолетна и полицията го е заловила? Или: "Жена почина в линейка на път към болницата". И показват разгласената й дъщеря, която блъскала по стъклото на шофьорската кабинка, но лекарят, който бил седнал отпред, не я чул според нея навреме. Дотук слаб две на СЕМ: дреме, а пред очите му и пред ушите му обществените медии имитират булевардната преса. По цял свят има и ще има нещастни случаи, както и криминални престъпления, всекидневните гадости нямат край, но за тях в частните телевизии има отделни предавания, в друг времеви пояс, за друга зрителска група. Изнасилвачът може и да получи справедливата си присъда, ако не си намери разтропан адвокат, който да докаже обратното - че малолетната доброволно е правила секс с него. Докато този лекар вече е осъден. Той вече е обявен пред обществото за престъпник - не толкова по логиката на болезнено разтроената дъщеря, колкото по внушението на репортера, който тича с микрофон след доктора и го пита: "Вие не чувствате ли някаква вина?". Питам се: дали тази централна новина щеше да я има, ако болната бе издъхнала в ръцете на доктора? Дали тогава щерката щеше да се оплаче в държавната телевизия? Лекарите са най-интелигентното професионално съсловие в иначе доста нискоцелото ни общество. Това, че между тях се намират и калпави медици, спор няма. Но да нарочиш за убийци онези, които се грижат да закръпят и бездруго скапаното ни здраве, да обиждаш непрекъснато онези, които се налага да се борят за животоца ни, това е скверно. Да, нехайството трябва да се наказва, но когато е доказано. Както между впрочем и всички калпави новинари, които се имат за журналисти.

ДО

АЗМА

Без такса багаж

Без предварителни резервации

Всеки ден от 10:00 до 18:00

САМО ЗА 2€

НАМАЛЕНИЕ ЗА УЧАЩИ 0,50€

NPM TRAVEL

Пътуешествай без граници

facebook.com/NPMTravel

# Поради подмяна на асортимента: ТОТАЛНО НАМАЛЕНИЕ НА МНОГО ПРОДУКТИ!



Спалня **MURANO**, фронт – бяло, елементи - лешник, състои се от:

– петкрилен гардероб с 2 чекмеджета и 1 огледална врата, ШхВхД: 226x210x54 см  
– легло с 2 нощни шкафчета, леглова площ 160x200 см, без матрак и подматрачна рамка, ШхВхД: 268x81x212 см

Комод с 5 чекмеджета, ШхВхД: 149x86x38 см

Вместо 899,-  
**599,-**

№ 95096  
№ 95096/01

599,-  
349,-



Спалня **LIMONE EXTRA**, бяло и пясъчно сиво, състои се от:

– чекмедже за под легло, на колелца, ШхВхД: 59x16x121 см  
– легло с 2 нощни шкафчета, за матрак 160x200 см, без матрак и подматрачна рамка, ШхВхД: 264x86x206 см

– петкрилен гардероб с 3 огледални врати и 2 чекмеджета, ШхВхД: 226x212x56 см

№ 95095/02

129,-

№ 95095/01

399,-

№ 95095

599,-



Холна секция **AQUA**, корпус: бяло, фронт: бял гланц, ШхВхД: 299x198x50 см

LED-осветление, сет 2 бр. с трансформатор, сменящи се цветове - червено, зелено, синьо

№ 94009  
№ 94009/01

1.499,-  
299,-



Детска стая **CINDERELLA**, бяло и розово, състои се от:

– трикрилен гардероб, ШхВхД: 139x199x58 см  
– закачалка за детски гардероб, ШхВхД: 32x179x12 см

– бюро, ШхВхД: 123x85x70 см

– легло, за матрак 90x200 см, без матрак и подматрачна рамка, ШхВхД: 96x71x206 см

– нощно шкафче, ШхВхД: 46x38x40 см

– сайдборд, ШхВхД: 155x105x41 см

– възможност за поръчка в синьо!

№ 215010/01

479,-

№ 215010/02

89,90

№ 215010/04

249,-

№ 215010/05

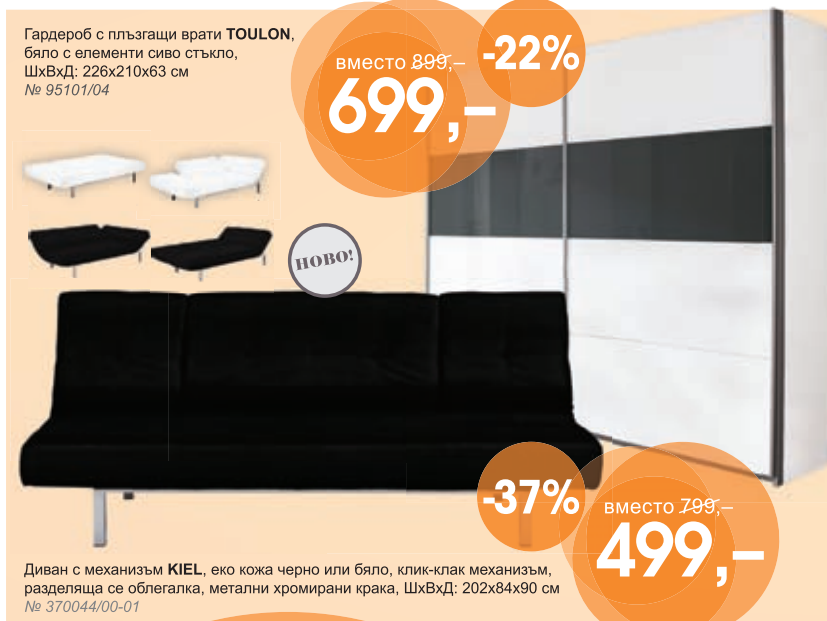
219,-

№ 215010/06

99,90

№ 215010/03

359,-



Гардероб с плъзгащи врати **TOULON**, бяло с елементи сиво стъкло, ШхВхД: 226x210x63 см

№ 95101/04

Вместо 899,-  
**699,-**

-22%



Ъглова гарнитура **OHIO**, еко кожа, кафяво, крака - хром, пълнеж - пружина и дунапрен, ШхВхД: 173x75x243 см

№ 163006

Вместо 699,-  
**299,-**

-57%



Ъглова гарнитура **DOVER**, дамска кафяво, възглавници, гръб дамска, крака цвят венге, ракла, легло ШхД: 140x215 см, ШхВхД: 248x83-68x220 см

№ 335004

Вместо 1.559,-  
**999,-**

-35%



НАМАЛЕНИЕ НА ВСИЧКИ ЕТАЖЕРКИ, РАФТОВЕ, ВИТРИНИ, БЮРА, ШКАФОВЕ ЗА ОБУВКИ ОТ СЕРИЯТА CS SCHMAL, НАЛИЧНИ НА СКЛАД!

\*Намаляването не важи за преоценена стока или стока в промоция! Валидно до изчерпване на количеството.

София, ж.к. Младост IV  
ул. „Околовръстен път“ 267  
тел.: 976 70 70 факс: 976 70 71  
e-mail: info@como.bg www.como.bg  
РАБОТНО ВРЕМЕ  
Понеделник – Неделя 10.00 – 20.00

**04. юни – 10. юни 2012**

Валидно до изчерпване на количеството!

**como**

живей цветно

# N-Ti-Tuss

За малки и големи...

Билков сироп  
и билкови капсули  
при суха и влажна  
кашлица!



Няма начин да сте фен, който ще посети Летните олимпийски игри в британската столица, и билетите вече да не стърчат от джоба ви. Но Лондон - единственият град в света, който за трети път ще посрещне Олимпийския огън - е уникален, неизбрим и неутрим за туристическото любопитство. Биографията му е хилядолетна: създаден е на река Темза от римляните, с предградията има повече от 12 милиона жители, разстоянието от западните до източните покрайнини може да се сравни с това от София до Пловдив, а първият кмет е бил избран преди 800 години. Затова днес ще ви посъветваме какво не бива да пропуснете, когато не сте по стадионите, а ние, всички останали - ще намираме забележителностите в мрежата и ще бъдем виртуално с вас.

Тази година, когато Елизабет Втора ще направи годишното си посещение в Шотландия, не може да пренебрегнем Бъкингамския дворец не само заради 60-годишния юбилей от възкачването ѝ на престола. Комплексът сгради е олицетворение на британската корона, а в градините има над 350 дивни цветя. Или поне да проследим смяната на стражата всеки ден към 11:30 ч. Задължителни са за разглеждане поне отвън сградите на парламента, Биг Бен, централните улици и площади в ситито.

Катедралата "Сейнт Пол" е от шедьоврите, проектирани от Кристофър Рен. Само кампанията по почистването и реконструкцията по повод 300-годишнината ѝ глътна 40 милиона паунда. От Златната галерия на 530 стъпала над земята се откриват спираци дъха гледки във всички посоки, включително моста Милениум през Темза и галерията за модерно изкуство "Тейт". Тук са погребани исторически титани като лорд Нелсън и дука на Уелингтън.

Градините на двореца Кенсингтън - "белите дробове на Лондон" - са в центъра на града и заемат 110 хектара. Проектирани са по италиански модел с фонтани, паметници (има дори на Питър Пан), градини с рози и са прекрасно, идеално поддържано място за почивка. Тук се намира мемориалът на Даяна - модернистичен кръгов фонтан с водоскоци, приканващ посетителите да приседнат на каменния му бордюр, да потопят ръцете и краката си в прохладните му води и да си починат. Самият дворец, реновиран наскоро, разказва в нароч-



ни инсталации зашеметяващи истории за принцесите, чиято резиденция е бил. Сега той е витрина на някои от най-известните британски дизайнери (като Вивиан Уестууд), създавали уникални костюми. Само серпентина го дели от Хайд парк, където повече от 250 години служителите от околните офиси прекарват обедната си почивка, десетки хора слушат неделните оратории, а хиляди се стичат на концерти на световни изпълнители.

В изключителните с богатствата си музеи на Лондон нямате шанс да

оцелеете без главоболие, ако не си направите план. На входа ще проверят багажа ви и ще получите схема на етажите, по която лесно да се ориентирате какво е експонирано в различните зали. Ако нямате много време, струва си да посетите поне Британския музей дори за четвърт час (безплатно е), колкото да се насладите на купола - шедьовър от стъкло и метал, проектиран от сър Норман Фостър, и да видите Розетския камък, по който са били разчетени египетските йероглифи.

**Препоръка:** Преди пътуването направете план какво искате да видите и си купете билети онлайн, иначе времето в Лондон няма да ви стигне за нищо.

**Как да стигнем:** Няколко месеца предварително ще си намерите изгодно билети от интернет за Wizzair и Easyjet. От летище Лондон-Лутън взимате влака за гара Фарингдън (около 10 паунда). Ако останете в града повече от три дни, си струва да си купите карта за градския транспорт (напр. 3 денонощия неограничени прекачвания в 1 и 2 зона ще ви струват около 20 паунда, а цената само на единичното билетче е 2-4).

**Къде да се храним:** Във всеки лондонски пуб има почти еднакво меню: прочутото "фиш енд чипс" - панирано филе бяла риба с пържени картофи - струва 6-8 паунда, също толкова са овчарският пай, панираните скариди, пилето по киевски и канелоните. Малко по-скъп е говеждият стек. Салатите са около 5-6 паунда, а чаша бира - около 2-3 паунда. Направете си тур по старите лондонски кръчми, за да опитате различни ейлове. В китайски и индийски ресторантчета се предлага обедно меню - два хода на цената на едно ядене или бюфет "колкото можеш да изядеш".

**Как да се придвижваме:** Лондонското метро е най-старото в света, има десетина линии и 300 спирки. Затворените за ремонт станции се обозначават ясно, указателните табели са много начесто. Прочутите двуетажни лондонски автобуси прекосяват целия град - можете да се возите, разглеждате

# Планетата ЛОНДОН

Лондон може да се усети и разгледа и от високо: от купола на катедралата "Сейнт Пол"; от върха на мемориалната колона на Рен (тя напомня за пожара от 1666 г., погълнал 13 хиляди къщи); от кулите на Тауър Бридж (прекосяван дневно от над 40 хиляди пешеходци и МПС) ще научите как е бил построен мостът и, разбира се, от Лондонското око (стандартен билет онлайн струва около 17 паунда и включва завъртане за половин час, както и новата 4D емоция)



Най-пищният световен музей за изкуство и дизайн "Виктория и Албърт" е платен и предлага исторически тур сред уникални шедьоври от цял свят - мебели, пор-

целан, тъкани, гоблени.

Шопинг иконата "Хародс" не престава вече век и половина да бъде една от задължителните атракции за гостите на модната столица Лон-

дон. Под неговия покрив световните брандове представят най-новите си модели и колекции. Тук можете да си поръчате дизайнерски мебели или да се сдобие с антикварни предмети. Кулинарните щандове показват деликатеси от много национални кухни. Можете да му отпуснете края и да се почерпите с половин дузина стриди с шампанско на специалния бар, и да се снимате пред месинговата скулптура на Даяна и Доди. Цените съвсем няма да ви се видят така скандално високи, особено ако скоро сте правили тур по "Витошка". Може да пазарувате на воля и на Оксфорд стрийт, Нотинг хил или някой от емблематичните пазари. Неизпускаеми са восъчните фигури на знаменитости в музея на мадам Тюсо и реставрираният Шекспиров Глоуб тийтър.

Сред модните места на Лондон е и гарата Сейнт Панкрас. Старата викторианска постройка

днес е инкорпорирала червените си тухлени стени в многофункционална конструкция от метал и стъкло, глътнали 800 милиона паунда. През седмицата има кулинарни дегустации и различни светски събития. От тук тръгват Eurostar, 400-метровите луксозни влакове-стре-ли, които минават под Ламанша и ви хвърлят в Париж само за два часа и 15 минути.

Екскурзията с кораб по реката е като десерт на гостуването на планетата Лондон - не само защото ще стигнете до Гринуич, нулевия меридиан, и Обсерваторията, но ще видите и прословутия Къти Сарк и невестините нови сгради от стъкло и метал, които заместваха старите докове по брега. И не се притеснявайте от "студените англичани" - когото и да попитате за посоката на автобуса или някоя забележителност, ще ви упътят с усмивка и удоволствие.

забележителностите. Не забравяйте, че движението е ляво, и изучавайте подробно картите на спирките.

**Къде да се информираме:** Туристически информационни центрове има на летищата и големите гари. В централния офис на Regent Street 1 можете да получите брошури за всяка забележителност из цяла Великобритания или да си вземете билети за прочутите спектакли на Уест енд.

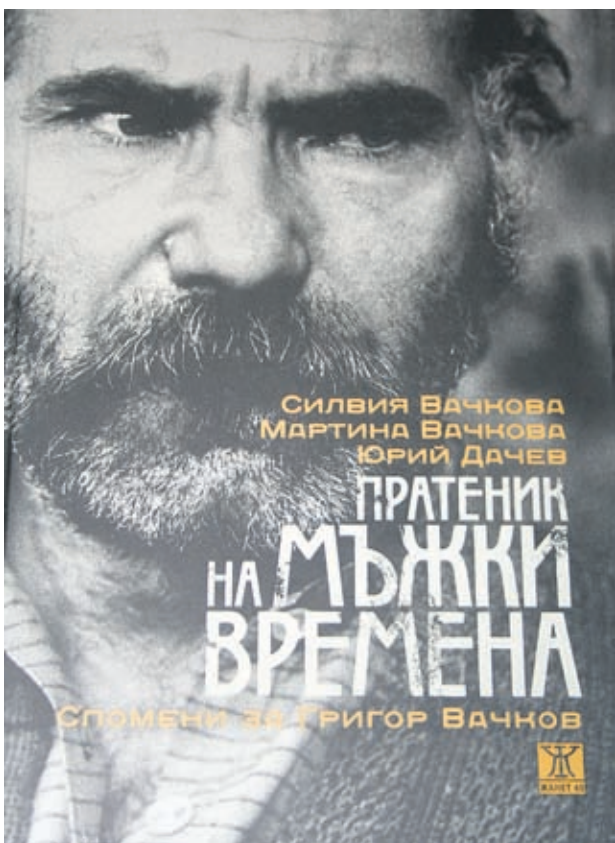
**Полезен опит:** За да посетите първостепенните забележителности - действащата резиденция на кралица Виктория Уиндзор (намира се извън града); Крепостта на Лондон (с уникалните короновъчни ценности на Британската общност); катедралата "Сейнт Пол"; да направите разходка по Темза; да посетите Уестминстърското абатство и много други, трябва да си купите билети (по 10-15 паунда всеки). Изгодният вариант, който включва над 55 забележителности, е London pass. Най-евтино излиза картата за 6 дни (99 паунда), тъй като градският транспорт (1-6 зона) влиза в цената без ограничения на часовите пояси. От летищата се покрива само Хийтроу и никакви експресни влакове до другите летища. Можете да си поръчате London pass и по интернет, но внимавайте валидацията на началната дата да отговаря на заявената. Ще получите и книжка с подробно описание на обектите. Огромното предимство да имате карта по време на Олимпиадата е, че ще ви пускат пред опашката от чакащи.

Текст и снимки:  
Бойка ВЕЛИНОВА

За първи път излизат дневниците му, ревниво пазени между семейните ценности

# Духът на Григор Вачков възкръсна в книга

Григор Вачков не беше просто голям актьор, а небивало актьорище - той бе пратен от небесните сили, за да оприличи чрез себе си българския народ, неговата земя, експлозивната му енергия и причудлива виталност.



Днес, три десетилетия след като Гришата внезапно катапултира и полетя към Горната земя, необикновеният му дух възкръсна в книга, посве-

тена на 80-годишнината от рождението му. Това е много жива, сърдечна, пулсираща книга, защото е написана по спомените на двете му най-любими жени: Силвия Вачкова,

която едва 14-годишна се влюбва в бъдещия си съпруг и само три години и половина по-късно се омъжва за него, и дъщеря му Мартина, която е наследила от баща си таланта да бъде обичана заради своята откритост, естественост, жизненост във всяка роля на сцената и в живота.

"Още след смъртта на Гришата през 1980 г. Йордан Радичков, който бе най-добрият приятел на съпруга ми, предложи и задвижи идеята за издаване на книга със спомени за него", разказа Силвия Вачкова. Трийсет и две години по-късно някогашната болка на Радичков по своя събрат е на път да бъде успокоена, макар че двамата отдавна са заедно и седят от дясната страна на Бога. Защото е казано: по-доб-

ре късно, отколкото още по-късно. Ето защо трябва да поздравим театралата Юрий Дачев, който освен почитател на големия актьор е и близък приятел на Мартина. Той се е справил блестящо със задачата да напише книга за човека, оставил след себе си 41 роли в киното и едни от най-незабравимите театрални превъплъщения. "Семейство Вачкови ми повериха един голям сандък с материали и публикации за него. Там бяха и дневниците на актьора, които никога не са излизали от дома им и за първи път могат да бъдат прочетени в книгата", разказа Юрий, който месеци наред е събирал трохица по трохица съхраненият от и за необикновения актьор, любимец на обикновените хора. И се е получила топла и дъ-

хава като ръчен бял хляб книга, за която читатели вече чакат на опашка.

В "Пратеник на мъжки времена" има и задължителните за всяко биографично четиво подробни списъци с филмовите и театралните роли на Григор Вачков, както и много неизвестни снимки, излезли от личния архив на семейството, приятелите и колегите на великия актьор. Благодарение на щедрия жест на БНТ книжното тяло на изданието е придружено и от DVD, на което е записан култовият спектакъл "Ние, духовата музика". За помладите ще спомена, че този телевизионен шедевър се появи през далечната 1973 г., режисьор е Иван Младенов, а сценарист е най-благият магьосник - Йордан Радичков. В тази станала

вече класика постановка освен осенения от Бога Григор Вачков на екрана вилнеят и халите Георги Парцалев и Георги Калоянчев.

"Пратеник на мъжки времена" е действително дишащ споменик, възкресяващ духа на Гришата, и е пореден успех за издателство "Жанет '45", защото книгата вече успя да зарадва хилядите му почитатели, като осъществява тази толкова неочаквана среща с героя от тяхната младост.

Григор Вачков (26 май 1932 - 18 март 1980), или, както го наричат колегите, Гришата завършва ВИТИЗ през 1955 г., след което става член на колектива на Държавния сатиричен театър от самото му основаване. Дебютът му в киното е през 1960 година. Популярността му добива широки размери, след като изиграва ролята на капитан Димитър Бомбов (Митко Бомбата) от телевизионния сериал "На всеки километър" (1967-1971). Там се превъплъщава в образа на комунист революционер. Едни от филмите му, получили международно признание и награди от кинофестивали, са "Последно лято" (1974) и "Мъжки времена" (1977). Последният му филм е "Мера според мера", в който неговата роля остава недовършена.

## В Кан отново заговориха за българското кино



Д-р Красимир Йорданов

Между новините за поредните ситни земетръси и големите световни тревоги дойде и благата вест, че съвсем младият режисьор Илиян Метев предизвикал овации в Кан, където филмът му "Последната линейка на София" е спечелил втората по значимост награда на паралелната програма "Седмичата на критиката", провеждаща се от повече от пет десетилетия в рамките на кинофестивала. Този приз се дава от телевизия France 4 и това нарежда документалната лента на Метев сред най-ярките тазгодишни изненади в света на световното кино.

"Последната линейка на София" е заснет в продължение на година и нещо, като през целия снимачен период двама души - режисьорът и помощникът му, спец по звука, с няколко камери

проследяват денонощията на един лекар, една медицинска сестра от "Бърза помощ", както и на шофьора на линейката, която също става "герой" на този реалити разказ. Силното внушение и екранното въздействие идват не само заради отличната сюжетна находка - да надникнеш в делника и нощта на трима обикновени българи, чиито дежурства са една малка, но непрекъсната житейска драма. Тайната на успеха на филма не е и от това, че кинокамерата явно е харесала лицата на доктора Красимир Йорданов, медицинската сестра Мила Михайлова и това на шофьора Пламен Славков. Тяхното отлично присъствие дори може да заблуди зрителите, че гледат художествена постановка, а не истинска действителност.

Успехът на Илиян и не-

говия "Последната линейка на София" в Кан, където и режисьорът, и авторският му продукт бяха наградени в раздела "Открития", е повече от оптимистичен. За разлика от факта, че в близо тримилонната ни столица има около 17-18 линейки, които могат да се пуснат в действие само при пълна мобилизация. Иначе броят им е по-малък. Но това, да се надяваме, е поправимо, защото става дума за материална, битова култура. Много по-трудно е на съвременната ни култура и по-специално на днешното ни киноизкуство да впечатли арт средите. Защото всички знаем, че сме най-бедната страна в Евросъюза, но не всички знаят, че все още сме талантлива нация, която не ражда само ярки футболисти, но и духовни чада като Илиян Метев.

Без да го превъзнеся-



ме до небесата, трябва да му благодарим за този художествен пробив, макар и в малката, паралелната кинопрограма на Кан, защото той има стойността на дръзка заявка, че Метев много успешно се приближава до голямото кино.

Страницата подготви  
Румен ЛЕОНИДОВ

Как да се облека, за да изглеждам по-млада? Този въпрос вълнува жените, защото всяка, независимо на каква възраст е, иска годините да не ѝ личат. Когато са на 30, искат да са на 20, на 40 се оглеждат в 30-годишните и т.н. Специалистите твърдят, че при правилен избор на облекло може да се свалят 5-10 години, че и повече. Ето техните съвети:

#### Силуетът

Многослойните дрехи, независимо от своята актуалност, добавят към възрастта на собственичката си няколко години. Рокля, елек или яке, колан или пояс, а отгоре голям шал - даже най-красивата фигура, скрита под такива амуниции, ще изглежда безформена. Ако искате да изглеждате по-млади, ориентирайте се към дреха с ясно изразен силует. Откажете се от прекалено широките и обемни облекла. Заредете гардероба си с леко прилепнали тоалети. Колкото по-добра е фигурата ви, толкова по-прилепнали дрехи можете да си позволите. Преди да си купите нещо модно, разходете се пред огледалото и се убедете, че то идеално ви подхожда и ви прави по-чаровни, съответно млади, а не обратното.

# И дрехите могат да свалят години



#### Цветът

Много е разпространено мнението, че черното ни прави по-стройни и елегантни. Възможно е да е така, но този цвят прибавя 5-10 години към възрастта. Ако искате да изглеждате също така строй-

ни и елегантни, но без да натоварвате годините си, "разредете" тъмните дрехи със светли и ярки аксесоари. Ако всекидневното ви облекло е строг костюм за офиса в тъмен цвят, облечете светла блуза, риза или сложете ярък копринен шал. Налага ли ви

се да сте с черна официална рокля, допълнете я с ярък колан, мъниста или цветна кърпичка, кокетно надничаша от джобчето. Може да използвате и модерните сега жакети-болеро, изящни вталени жилетки, ажурни шалове, големи вериги.

Най-добре изглежда класическата комбинация черно-бяло. Ако тя не ви допада, изберете други цветове. Виолетовото прави лицето на жената по-младо, а светлосиньото освежава и отклонява погледа от бръчките.

#### Тъканите

Не се увличайте по груби и тежки тъкани. Те ви състаряват, а фигурата ви изглежда по-обемиста. Избирайте дрехи, ушити от леки, "летищи" и плавно падащи платове. Те прекрасно подчертават фигурата, вкарват нотка на безгрижност, младост и свежест.

#### За дънките с любов

Тази дреха безспорно ще ви подмлади. Неслучайно дънките са завоювали такава любов и популярност в целия свят. Преди години те бяха приоритет на младежите. Днес дънкови поли, рокли, сукмани, шорти, ризи

и какво ли още не присъстват в гардероба на всички независимо от възрастта.

Естествено, ако не сте на 20 или 30 и фигурата ви не е идеална, не е нужно да обличате тесни дънки. Модели има всякакви и винаги ще можете да си изберете нещо подходящо за вас. Откажете се от ултрамодерните дънки - скъсани, варени, украсени с ярки кристали, орнаменти или апликации. Те наистина са създадени за млади хора и една 40-годишна дама ще изглежда комично в тях.

#### Аксесоарите

Разпространена грешка при жените на средна възраст е злоупотребата с украшенията. Много представителки на нежния пол си мислят, че изобилието от обици, верижки, гривни и висулки може зрительно да ги подмлади. В действителност жената, накичена като коледна елха с пластмасови аксесоари, предизвиква у околните недоумение и съжаление. Ако сте на средна възраст и обичате украшенията, слагайте бижута от благородни метали или скъпоценни камъни. При това трябва да знаете, че минимални-

ят им брой говори за добрия ви вкус. Обърнете внимание на дизайнерските бижута, например от сребро. Те могат да бъдат много интересни и прекрасно да освежат вида ви, както и да привлекат внимание.

#### Обувките

Имайте предвид - тежките боти, грубите ботуши, грозните обувки на ниски и широки токове увеличават възрастта дори на младите момичета. Жената, която иска да изглежда по-млада, трябва да се движи с красиви обувки на изящни токчета. Неправилният им избор може да обезсмисли всичките ви усилия да изглеждате по-млади.

#### И още...

Положителните емоции ще ви помогнат да скриете възрастта си. Веселата, радостна и усмихната жена е приятна гледка. Тя автоматично губи 10 години в сравнение с угрижената и тъжна наследничка на Ева.

На второ място е физическата активност и жизненост. Чудесно ще е, ако посещавате фитнес залите или басейна. Ако нямате такава възможност, разходките също ще помогнат да сте в добър тонус. При първа възможност излизайте от града и прекарвайте времето си на свеж въздух.

Трето - леката пружинираща походка ще ви отдалечи от тромавата старост. Такава походка най-сигурно се изработва при танците. Ако не можете да посещавате такива зали, танцувайте къщи. Това ще ви научи правилно и красиво да се движите, а и ще ви помогне за по-добра координация на движенията. (ЖД)

## Колко „струва“ Виктория Бекъм

Докато ние се учим как правилно да разпределяме доходите си и да не пилеем парите си, които трудно ще ни стигнат да задоволим голяма част от прищевките си, някои представителки на нежния пол безогледно ръсят крупни суми само за да изглеждат добре. Те не са толкова много, а снимките им не слизат от страниците на глянцестите списания. Животът им е пред обектива на обществено любопитство и винаги има с какво да ни удиви.

Майка на четири деца, светска лъвица, Виктория Бекъм маниакално следи не само теглото си. Звездата плаща на личен козметолог за процедури за

лице и тяло, за масажи, пилинг и солариум. Не помалки суми харчи за покупка на декоративна козметика. Освен това слабостта ѝ към шопинга е прераснала в мания. Съпругата на един от най-високотелените футболисти неведнъж е припадала след продължителен маратон по магазините.

Журналистите от вестник Daily Mail си направили труда да пресметнат колко харчи за себе си мисис Бекъм:

■ 5 хиляди долара на месец за прическа и боядисване на кичурите, късат коса излиза две хиляди долара.

■ Трайният загар и особено краката с шоко-

ладов цвят струват 300 долара на седмица.

■ Макияжът за едно излизане навън опразва сметката на Виктория Бекъм с 2500 долара, около 5000 получава козметологът на месец. Самите средства за разкрасяване след продължителен маратон по магазините.

■ За маникюр и лак за нокти също отиват 1000 долара на седмица.

■ Всеки ден мисис Бекъм оставя в магазините около 40 хиляди долара, като голяма част от покупките си остават неразпаковани. Само предпочитаният от нея модел чанти Hermès се продава до 35 хил. долара всяка.





# Ще си върнем елегантното градско стъргало „Витошка“

С главния архитект на София Петър Диков разговаря Микаела Въжарова

**Арх. Диков, кой е най-важният извод за вас, експертите, след сериозния земен трясук, който ни събуди преди дни - и в пряк, и в преносен смисъл?**

- Минахме за късмет без жертви и много тежки поражения, сериозен стрес тест. Затова казвам без смущение, че нашите сгради са сигурни, проектантите и строителите ни са добри. И доста "понатежалата" от модерния строителен бум София, и панелните соцстарци не поддадоха. Има защо да вярваме, че до 7.4-7.5 по Рихтер няма страшно. Имаме коректно зонироване, добри проектни норми, качествено строителство. Но има нещо, което нямаме - нямаме експертната, снимката, доказателството за скритото от погледа конструктивно състояние на нашите сгради. Експертизата вече ни трябва и за да знаем какво и колко е увредило сегашното земетресение. Рязко трябва да ускорим работата по т.нар. технически паспорти на сградите. Има закон, правила, но и държавата, и общините нехаят, още повече - самите граждани. Няма време, няма пари, що не ни оставите на мира, казват и едните, и другите. Но като вземе да тъне под краката ти, да скърца и да се клати... започваш да мислиш. Събуждаш се.

**- Въпрос на мислене е, но, казват хората - и на пари. Трябват първо за проверката на дъреджето на собствената сграда, сетне, при лоша диагноза, при лош паспорт - още пари за къртене, укрепване, ремонти...**

- Въпреки че 98% от жилищата в страната са частна собственост, държавата и общините трябва да намерят как да подпомогнат финансирането на укрепването на сградите. Трябва да бъде открит начинът, защото - казвал съм го вече по повод на санирането и панелите, в които впрочем живеят повече от една трета от българите но ще го кажа пак: без яснота за състоянието на конструкциите, без необходимите

ремонти, без подмяна на инсталациите живеем в постоянен риск. В крайна сметка удължаването на живота на сградите има неизмерима цена - животът на хората в тях. А когато става дума специално за кварталите от панели - за над 780 000-те семейства, които ги обитават, бих казал, че вече говорим не просто за проблем на отделния гражданин и община, а за проблем на държавата като цяло, дори за въпрос на национална сигурност. В Япония примерно разпореждането за контрол на сградите е на всеки 20 години.

**- Видяхме неприятни репортажи, поглед отдолу към 120-метрови виадукти, мостове на магистрали, стърчат корозирали арматурни желяза, проф. арх. Иванчев каза направо: от постоянна влага бетонът се раздува, заприличва на гъба. Паникьорско предположение ли е, че видимо при тези съоръжения може да го има скрито и в скелета на панелките, чиято възраст вече е над половин век?**

- Именно за да сме наясно с картината, ни трябва техническите паспорти, нека всички го проумеят. Защото виждате Италия - излезе, че невинна първият и най-силен трясък е най-разрушителният. Вторият взе повечето жертви, след като събори вече веднъж увредените при първата по-мощна вълна сгради. При мостовите има правила за постоянно наблюдение. Щом се констатира дефект - трябва да се поправи. После става и по-трудно, и по-скъпо, понякога дори невъзможно.

**- По повод санирането много експерти отдавна алармират, че трябва преосмисляне на модела на работа по тези програми. Защото се бавим, защото няма пари за конструктивни експертизи и за съответен ремонт, а само за външно саниране, няма ги и хитрите схеми за финансово подпомагане на целия процес - ЕСКО схеми, малки блокови центрове за ток и прочее.**

- Продължаваме да



Главният архитект на София като рекламно лице на велоалеите  
Снимка Росен ВЕРГИЛОВ

прахосваме маса възможности и дадености, да, малко говорим за всичко това. Приклепени сме в купища бюрократични ограничения и в особен административен немукателък. Да не говориш и да не показваш как го правят по света, за да събудиш или държиш будно мисленето на хората, е равно на нарочен проект да държиш собствените си граждани в неведение. София може да произвежда сериозни количества ток от мини-ВЕЦове по водопроводите, от фотоволтаици, че и от отпадъци. В столицата има 350 хил. кв. метра покриви на общински училища и детски градини, на които могат да се поставят слънчеви панели. Покривите само на панелните блокове са с обща площ от 2 млн. кв. м, като и те могат да се използват. Подпомагам собственото си дома-

кинство с ток, може и да се продава - ти печелиш, така е по света. Що се отнася до санирането, след десетилетия неохотно мотае то вече е в дневния ред. Важното сега е да стартираме реално процеса. Обаче без енергията, желанието и финансовото съучастие на собствениците - на гражданите, няма да стане. Без те да осъзнаят, че това е важна инвестиция за ново качество на собствения им живот - по-сигурен, по-икономичен, по-красив, ако щете. В превод: укрепени, стабилни сгради, пазещи топлината, икономични на ток, красиви. Но аз съм категоричен и в друго - че трябва да бъде направено всичко възможно финансовият ангажимент на гражданите да бъде намален до около 20%.

**- Щом братята румънски успяват, защо не?**

- Каузата, залогът,

**Без яснота за състоянието на сградната конструкция живеем в постоянен риск**

икономиите тук са толкова големи и сигурни, че и общините, и държавата трябва да могат да поемат по-голямата тежест. Милиардите, които биха отишли иначе, примерно за "Белене", да отидат за саниране. И няма губещи. Хич не ми е приятно да говорим за Румъния в конкретната тема, но как да избегаш? Румъния вече е усвоила 1,1 милиард евро за саниране, а ние тепърва започваме, очакваме следващите две години да усвоим... 65 милиона лева.

**- Помечтахме и за преобработени панели, и за ток от боклук, и за милиарди в евро, вложени в саниране, но да се приземим. И за целта предлагам... Женския пазар. Докога ще го живеем и това?**

- Дойде му времето и на това място. Предстои сериозна реконструкция, за да върнем духа на красивата историческа атракция Женски пазар. По този повод ще си позволя... не мечта, а нещо като градска приказка. Обичам да я разказвам: за загубената нашенска традиция на едnodневните пазари. Сутринта излиза продавачът на площада, който временно е пазар, знае, че в 8 часа вечерта трябва да е разчистил всичко; в 9 часа идват хората от чистотата, лъсват го и на другия ден няма помен, че там е имало пазар. Има площад. А площадът един ден в седмицата е пазар на антиките, друг ден е пазар на книгите, после - на художниците... Всеки столичанин си има своя ден тръпка, всеки чуждоземец - своята атракция. Женският пазар е от 120 години. Той няма нищо общо с това, което беше дори само преди 20 години. Женският пазар е бил петъчен селскостопански пазар пре-

ди 60 години. Беше пазар за плодове и зеленчуци преди 30 години. След 1990 г. полета-лека го завзеха джапанки, маратонки, сутиени, дънки, килими, гащи. Нощем е свърталище на плъхове мутанти, на пияни цигани, на продавачи на дрога и контрабандни стоки. Ще ми се и можем да върнем романтичната приказка тук - от времето на австрийските и чешките архитекти на класическата София след Освобождението.

**- А как гледате на матрицата стъклен дом, обрастващите ни отвсякъде молове?**

- В съвременните таблици за качествата на живот в един град голямото количество молове свалят оценката за добър град, не я вдигат. Някога имахме прекрасен МОЛ на открито - "Пиротска", сега там е мъртвило. Нещо вече умря.

**- Както умря и старата "Витошка", макар май да не го очаквахте. Умряха безистените, умря тръпката на елегантното градско стъргало.**

- Ще си върнем елегантното градско стъргало. Точно днес, час преди този разговор, мина проектът през Столичния общински съвет. Вече е въпрос само на пари, но и тях има как да ги намерим. "Витошка" е най-естествената пешеходна зона, която може да има един град - излиза направо от сърцето му с директен поглед и възможност за достъп до Витоша.

**- Другият архитект Диков, Калин, т.е. брат ви, казва за вас: Петър не е архитект къшар. Как да го разчета - като братски упрек, професионален комплимент или какво?**

- Колегата Калин казва само това, което казва. Моята страст е градоустройството. Да, имах период 15-16 години да работя само сгради, по различни причини, включително чисто финансови, но сега отново се върнах към градоустройството - за мен най-висшата форма на архитектура.

# Какво ни коства скърца

Едно от първите неща, които научаваме, прохождайки в живота, е да си мием ръцете. В недалечното минало хигиенните ни навици бяха поверени на сапуна "Петел". По-късно западният свят ароматизира баните ни, а чрез жадуваните от много българи магазини на "Кореком" телата ни замирисаха не на луга, а на цивилизация. Днес изборът от пенещи се средства е огромен. Въпреки това човечеството все още не е сигурно на кого трябва да благодарим заради безценния дар, наречен сапун. И дали въобще трябва да благодарим.

По времето на Омир това благо все още не е било познато. Древните гърци са използвали пясък, като по-заможните предпочитали ситния, донесен от бреговете на Нил. Едновременно египтяни пък се миели с паста от пчелен восък, разтворен във вода. Дълго време работа е вършела и дървесната пепел.

За правото да са изобретили сапуна спорят няколко древни народа. Римският учен и политик Плиний Старши твърдял, че появата на миешите средства не се дължи на високоцивилизованите египтяни или находчивите гърци и вавилонци, а на дивите галски племена. Според историка те правели от мазнини и пепел от бук чудодейна смес, която използвали за миене, а и за лечение на кожни заболявания.

Учените обаче си ня-



## Сапунът и шампоанът - между възторга и тревогата

мат друга работа, а самороят. Неотдавна те открили описание на процеса на варене на сапун върху шумерски глинени плочки.

Миешото средство дълго време е било признак за разкош. Но дори заможните хора не могли да си позволят да перат със сапун. Използвали глина и различни растения. Затова и прането било трудна работа и задължение предимно на мъжете.

Така че кои са "авторите" на сапуна едва ли някога ще се знае категорично. Ясно е обаче, че производството на

миешите средства е тръгнало от средновековна Италия. Сто години по-късно тайната на занаята стига до Испания.

В интерес на истината трябва да споменем, че средновековните жители на европейските страни не са злоупотребявали с чистотата. Сапун са ползвали само представителите на дворяните и свещениците, и то не всички. Модата на миенето и къпането дошла с рицарите, които по време на кръстоносните походи минали през арабските страни. Затова през XIII столетие започва разцветът на про-

изводството на миешите средства първоначално във Франция, а после в Англия. Крал Хенри IV дори издал закон, с който забранил на занаятчиите, които варят сапун, да докосват под един покрив с другите занаятчии. Тайната трябвало да се пази с всички средства.

Първият твърд сапун се появил в Италия през 1424 г. А изобретяването на шампоана се свързва с името на англичанина Кейси Хърбърт. Първият шампоан бил смес от сапунена пудра и треви. Бил наречен Shaemproo. Течният вариант на шампоана бил разработен от

немската компания Schwarzkopf през 1927 година.

Днес никой не спори дали да използваме или не средства за лична хигиена. Но специалистите все по-сериозно сигнализират, че сапуните, шампоаните или гелове за душ не само вредят на околната среда, а носят рискове и за здравето на хората. Възторгът от скърцащия звук на чистота постепенно премина в тревога, защото химическите вещества, използвани за производството на миешите средства, проникват във водата и почвата. Малко

хора обаче се замислят както става с шампоана, който измиваме под душа. Британски експерти от Кралското общество по химия засилиха тъмните краски, като съобщиха, че и най-съвременната технология за пречистване не може напълно да предотврати попадането на вредни химикали в питейната вода. Особено безпокойство сред еколозите предизвиква триклозанът, който се съдържа в течните миешки препарати, пастата за зъби, дезодорантите и сапуните. Около 90 тона от този антибактериален компонент попадат всяка година в домовете ни. Триклозанът е вреден, а специалистите понякога го откриват в рибата, която може да попадне на трапезата ни. Понякога присъства дори в майчиното мляко. Все още не са доказани всичките негативни ефекти на това вещество за здравето ни, но учените вече са установили, че то предизвиква хормонални изменения при животни, а тези изменения може да доведат до сериозни заболявания и изоставане в развитието. Има съмнения, че триклозанът може да доведе до резистентност на микроорганизмите към антибиотици.

Така че пътят може би е връщане към природата, преди да сме я унищожили. Неслучайно набира скорост тенденцията за правене на домашен сапун с помощта на органични съставки. Все пак посоката е зададена, а тя е раздала с Менделеевата таблица.



## Ръкавиците - нож с две остри

Случаите на алергични реакции, предизвикани от перилни, почистващи и други препарати на битовата химия, днес не са рядкост. Всъщност тяхната честота се увеличава през последните 20 години с масовото навлизане на пазара и съответно в ежедневието ни домакинска работа на всякакви синтетични, високоактивни химически съединения. Е, разбира се, алергиите към битовата химия не могат да съперничат на сennата хрема по масовост, но появата им говори сама по себе си достатъчно красноречиво. Като че ли колкото повече улесняваме битието си, толкова повече организмът ни негодува, а хората стават все по-чувствителни и податливи към какви ли не алергени. Днес вече не търкаме до припадък замърсените повърхности и дрехите ни не миришат на домашния сапун на баба, но на каква цена?

За да разберем повече за този тип алергии и как да се преборим с тях, се срещнахме с алерголожката проф. д-р Жени Милева.

Всеки един от препаратите, намиращи се в дома ни, съдържа различни съставки в зависимост от неговото предназначение. Един ползваме при почистване на пода, друг за фаянса, трети за мазнините. Веществата, към които организмът най-често реагира, са различни: ароматизатори, стабилизатори, оцветители и консерванти в състава им. Те могат да предизвикат дразнене на кожата. На етикетите на много от тях ще видите указания да се използват с ръкавици. Да, но сигурно не знаете, че обикновените латексови (гумени) ръкавици също могат да предизвикат алергична реакция. "Каучукът е биологичен продукт, който се извлича от каучуковото дърво. Той съдържа латексови белтъци, а това може да предизвика различни алергични реакции", сподели проф. Милева. До началото на 80-те години медицинците не са имали достатъчно данни по въпроса и не са обсъждали подобен ефект. С бума на СПИН и откритието, че предаването на някои от агресивните хепатити като В и С става и по кръвен, и

по полов път, се въвежда при всички медицински манипулации задължително използване на латексовите ръкавици. Това става причина производителите да не могат да задоволят пазара. От друга страна, една от най-опасните за екологията е каучуковата индустрия. В резултат на това много от предприятията, произвеждащи каучукови изделия, включително ръкавици, биват преместени на Изток - в Азия, и там започва масовото производство на латексови ръкавици. За съжаление контролът е занизен, а спазването на необходимите изисквания липсва. На пазара се появяват ръкавици, богати на латексови белтъци. Описват се изключително рядко наблюдавани преди алергични реакции. Така се появява понятието „латексова алергия“. Някак си като на шега, имайки предвид, че човек от самото си раждане, та през целия си живот е в контакт с каучука. Като започнем още от бибероните, детските играчки, кондомите и стигнем до катетрите, апаратите за кръвно налягане, антидекубиталните

# ищият звук на чистота

Всеки перилен препарат може да съдържа вещества, които не са напълно или лесно биологично разградими. Попадането им в отпадните води може да доведе до негативен екологичен ефект, затова и производителите на перилни препарати са длъжни да докажат, че повърхностно активните вещества в състава им са безопасни. Опитът обаче показва, че независимо от въведените норми, стандарти и правила прескачането и заобикалянето им е редовна практика. Колкото и банално да звучи фразата, че опазването на околната среда е в ръцете на всички ни, толкова и вярна е тя. Изискванията към производителите не елиминират нашата отговорност като потребители и като обитатели на тази планета. И не се искат от нас чудеса от храброст. Достатъчно е да изберем този прах за пране или препарат за миене, който ще нанесе по-малко вреди върху екологията.

Все повече се говори за перилни препарати без фосфати, които всъщност са основните причинители на евтрофикация на водите. Какво точно представлява този процес и защо е толкова важно да се избегне, ни обясни химичката Мая Енчева, която се занимава с пречистване на отпадни води.

Фосфатите представляват хранителна субстанция за фитопланктона и заедно с широкоразпространените нитрати внасят допълнително хранителни вещества във

## От пералнята до природата пътят е кратък



водните басейни. Вследствие на това се предизвиква бързо развитие на микроскопичните водорасли или тъй нареченият "цъфтеж на водата". Процесът води до изчерпване на хранителните ресурси и кислорода във водата. Липсата на достатъчно кислород е причина за изчезването на водни организми, включително и риби.

Ако не искаме да погубим цялата водна флора и фауна, добре е да се замислим и да поемем инициативата в свои ръце. А и е време най-накрая да оправдаем твърдението, че човекът е върховното творение. Гордият стопанин и ползвател на природните блага, който досега се представя предимно като алчен експлоататор.

Днес на пазара се предлагат какви ли не универсални перилни препарати. Как да се ориентираме в цялото това многообразие и какъв по-малко вреден препарат да изберем?

Самото название "суперконцентрати" говори за високоефективна комбинация, несъдържаща други допълнителни вещества. Може да различите суперкомпактните от компактните с помощта на указанията върху опаковката. Използването на суперкомпактни прахове в двойна или модулна система намалява отделянето на химикали във водата при всяко пране.

Досегашните препарати са готови смеси, а модулните системи предлагат поотделно основен перилен препарат, омекотител на водата и избелващи вещества. Всеки от модулите се дозира и добавя независимо един от друг в зависимост от степента на замърсяване, твърдостта на водата и наличието на упорити петна. По този начин при пране с мека вода може да се спести употребата на омекотител, а белина да се добавя само при нужда.

Препарати с двойни системи са тези, подходящи за всякаква температура, и компактните прахове специално за цветно пране. Тези, изпиращи при всяка температура, са най-подходящи предимно за бяло, силно замърсено пране. Освен активните почистващи съставки те съдържат неутрализатори на твърдостта на водата и белина. Праховете за цветно

пране са без белина, но могат да съдържат допълнителни компоненти за защита на цветовете. Те обаче не са подходящи за вълна и коприна. За капризните материи си има отделно направление препарати с ензими, предпазващи влакната. Добрата новина е, че днес на пазара се предлагат суперкомпактни перилни препарати за всяко едно от споменатите направления. Така с по-малка доза можем да получавме същите добри резултати, като се грижим и за природата.

На няколко пъти стана дума, че е важно да съобразим твърдостта на водата. Но какво всъщност имат предвид специалистите, когато говорят за твърда и мека вода? "Твърдостта се определя с класическия метод на аналитичната химия. Измерва се в dH (немски градус). Има два вида

твърдост на водата - обща и карбонатна. Общата се определя от всички разтворени в нея соли, а карбонатната - само от количеството разтворени във водата калциеви и магнезиеви карбонатни соли. Вода, която е с обща твърдост 0-6 dH, се смята за мека, до 17 dH - средно твърда, и над 18 dH - за много твърда", разясни събеседничката ни. В София водата е с твърдост от 0 до 6 немски градуса, което я определя като мека.

Отстраняването на петна не се дължи само на ПАВ (повърхностно активните вещества). Добавят се и ензими. Днешните препарати са немислими без тях, защото въпреки малкото си количество те значително увеличават почистващия ефект, и то при ниска температура. Голяма част от ензимите се произвеждат с помощта на генни технологии.

## Ако не можем да помогнем, поне да не вредим

Освен с избора на перилен препарат може да помогнете в защитата на екосистемата, като следвате и няколко прости правила.

- Не е необходимо да използвате прекалено висока температура. 40 градуса е достатъчно, за да стане бялото истински бяло. Прането с вряла вода е изключение, например в случай на заразна болест.

- Пускайте пералната машина само когато е достатъчно пълна. Така ще спестите разход на перилен препарат, вода и енергия. Забравете за предпрането. При днешните прахове то на практика е ненужно.

- Не надхвърляйте посочената доза. По този начин няма да получите по-добър резултат, а ще увеличите само количеството на изхвърляните вредни съставки. Оптималната доза обикновено е тази за леко или нормално замърсено.

- Добавяйте съвсем целенасочено специални препарати, например като тези за фино пране. Течните препарати натоварват пречистващите станции и водните басейни в пъти повече от компактните прахове поради високото съдържание на повърхностно активни вещества (ПАВ).

- Имайте предвид твърдостта на водата при дозиране на перилните препарати. Дозирането според различните нива на твърдост на водата и степента на замърсяване на прането трябва да бъде ясно посочено и видимо върху опаковката.

- Употребата на омекотители стана честа практика в повечето домакинства. Наред с предимствата им да правят материите "по-меки" и да премахват статичното електричество, а също и приятният им аромат, те са изключително вредни за природата. Активните им съставки обикновено са катионни ПАВ. Вредният им ефект върху водните организми може да бъде изключен само тогава, когато е гарантирано биологичното пречистване на отпадните води в биобасейните на градските пречиствателни станции и е възпрепятстван директният им достъп до водоприемниците. Това за съжаление рядко е напълно осъществимо и затова тук отново идва нашата роля. Ако не можете напълно да се разделите с приятно ароматизираните дрешки, то поне използвайте омекотителя разумно и възможно по-икономично.

Темата на броя подготви Кристина ПЕШИНА

## триета

кръгове, гумените чаршафи и пр. Занижените изисквания при производството не са единственият виновник за появата на новия вид алергия - днешният хомо сапиенс като цяло е по-склонен към тези заболявания.

За по-лесното слагане и съответно сваляне на ръкавиците в тях се слага талк, който се свързва с белтъците. При свалянето на ръкавиците талкът се разпръсква във въздуха и може да бъде инхалиран, което да доведе до появата на алергична хрема и бронхиална астма. Този контакт е особено неприятен за хора, страдащи вече от астма.

Всичко казано дотук не бива да ви отказва да ползвате ръкавици при работа с препарати на битовата химия, но когато следващият път отидете да си купувате, бъдете внимателни. Вместо да се спрете на най-обикновените ръкавици (с талк), може да изберете гумени без

талк или латексови, които всъщност не съдържат латекс (тоест белтъците от тях са извлечени).

Някои съставки в праха за пране също могат да предизвикат дразнене и алергична реакция. Често това са използваните в тях и в омекотителите парфюми за ароматизиране на дрехите. Затова е добре дрехите да се изплакват няколко пъти, а при пране на ръка да бъдат оставяни под течаща вода за по-дълго време. Това важи особено за детските дрешки дори и при употребата на препарати, специално направени за деца, съветва проф. Милева. Все пак говорим за химия!

Най-често срещаните алергични реакции са контактните дерматити. Те могат да бъдат иритативни и алергични. "Смята се, че няма човек, който дълго време да пере на ръка и да не получи иритативен дерматит. Независимо колко уникален прах за пране използва", казва специалистката. Кожата се изсушава, загарува, нарушава се водно-липидната бариера, която я предпазва, а когато вече е нарушена, през нея може да премине

всичко, включително и алергени, които да превърнат иритативния дерматит в алергичен. Използването на омекотяващи мазила и преустановяването на контакта с алергена са достатъчни, за да възстановят кожата на ръцете. За справяне с алергичния дерматит обаче това не е достатъчно. При него нещата са по-сложни. Кожата е болезнено зачервена, нацепенена, сърбяща. Лющи се, бели се и се разранява. Възможни са обриви под формата на мехури. Предразположени към него са всички хора, които поначало са податливи на алергии.

Трайно отървяване от досадната алергия няма. Дори да минат години, ако не при първия, то при последващите контакти със същия алерген организъмът ще реагира. Контактните дерматити не застрашават живота на болния, но ако не се лекуват и провокиращият фактор не бъде отстранен, клиничната картина се усложнява (включително и с инфекции) и значително нарушава качеството на живот на пациента. Контактните дерматити могат да се разглеждат като рисков фактор за поява на други алергии.



## Средиземноморската диета е най-здравословна

Резултатите от мащабно изследване, проведено от няколко университета в Испания, показват, че най-ползвателната диета от стотиците, съществуват днес, е средиземноморската. Учени анализирани състоянието на повече от 11 хиляди млади хора от няколко страни в Европа, които се хранели съобразно препоръките на различ-

ни диети. В крайна сметка изводът бил, че средиземноморският начин на хранене, включващ основно много зеленчуци, плодове, риба, морски продукти, ядки и зехтин, до голяма степен снижава риска от развитието на редица разпространени сред съвременния човек заболявания. Придържайки се към тази диета, човек дори може да

предотврати развитието на неврологични и психически разстройства. Специалистите отбелязват, че имайки предвид нарастването на дела на възрастното население по света, въпросът за диетите, които биха гарантирали не само удължаването, а и повишаването на качеството на живота, става все по-актуален.

## Национална кампания „Животът обича непушачите“

Традиционно отбелязваният Световен ден без тютюнев дим през 2012 г. за България бе и последният, в който законът допускаше пушенето в закрити обществени помещения. Публичните дискусии около решението на парламента се фокусираха основно върху две тези: материалните загуби за търговците и нарушените "права" на пушачите. Вероятно затова десетки организации, включили се на 31 май в разнообразните информационни кампании в цялата страна, акцентираха върху същите аргументи, но от друга страна на медала: цената, която плащаме като индивиди и като общество, гълтайки цигарения дим, е несъпоставимо по-висока от сметките в ресторантьорските тефтери, защото загубата на здравето струва много пари, но то не може да се купи с тях. Това бе и ос-



Всеки можеше да провери състоянието на белите си дробове и да получи компетентен съвет

новният патос в презентацията на д-р София Ангелова "Пасивното пушене - криворазбраната толерантност и как да се извадим от нея?", както и на образователните филми, проектирани в рамките на целодневните прояви пред Народния театър в столицата. В навечерието на Международния ден на детето пък отново бе напоменено, че 63% от българчетата са изложени на пасивно пушене у дома, като така родителите ги подлагат на риска от 10-15 пъти по-чести белодробни инфекции и 50% повишена опасност от развитие на бронхиална астма. А що се отнася до обществени места - там са пасивни пушачи седем от всеки десет деца в особено важната за растящия организъм възраст между 13 и 15 години.

## Болестите на XXI век

Експерти от Световната здравна организация проучиха данни за заболяемостта и най-често поставяните диагнози в 194 държави и съставиха списък със заболяванията на XXI век.

На първо място е хипертонията. Броят на хората, страдащи от високо кръвно налягане, всяка година се увеличава с няколко милиона. Доктори-

те са особено обезпокоени от хипертонията при 30-40-годишните. Основните виновници за заболяването са пушенето, алко-

холът, пренапрегнатата работа, вегетативните нарушения. Според статистиката в СЗО всеки трети жител на планетата страда от високо кръвно. А сърдечно-съдовите заболявания вече няколко години са водеща причина за смърт по целия свят.

На второ място е захарният диабет. През 2012 г. той за първи път попадна в тревожния списък на СЗО. Днес повишено съдържание на захар в кръвта се регистрира при всеки десети жител на Земята. Шампиони по брой

на диабетици са тихоокеанските острови - там заболяването засяга всеки трети.

На трето място е затлъстяването. Според експертите от 1980 до 2010 година броя на хората с наднормено тегло се е увеличил два пъти. Днес от затлъстяване страдат 12% от цялото население на планетата. Това означава над 1 милиард души. Статистиката показва, че най-дебели са жителите на Северна и Южна Америка - 26% от възрастното население. Най-малко са хората с наднормено тегло в Югоизточна Азия - около 3%.

Специалистите от СЗО отбелязват, че почти две трети от смъртните случаи в света са предизвикани не от инфекциозни заболявания, а от такива, свързани с нездравословния начин на живот, непълноценното хранене и стреса.



## НОВОТО В HEALTH.BG



Още една хапка... младост?

[www.health.bg/16988](http://www.health.bg/16988)



Ползи от намаляването на кофеина

[www.health.bg/16985](http://www.health.bg/16985)



За земетресенията и здравето

[www.health.bg/16982](http://www.health.bg/16982)

# VAGILACT NTC

## 10 ВАГИНАЛНИ ТАБЛЕТКИ

### Комфорт във всяка възраст

Всяка вагинална  
таблетка съдържа:

- Стандартизиран екстракт от соя /фитоестрогени/ 18 мг.
- *Lactobacillus acidophilus* 500 милиона CFU
- Млечна киселина (60%) 15 мг.



Есopharm

ЕКОФАРМ ЕООД 1421 София  
бул. Черни връх № 14 61.3  
тел: 963 15 96; 963 15 97  
факс: 963 15 61



Снимка Рада ПЕТКОВА

# Коленете са природният амортизатор

крака, с 3-5 см ток. За почивка и спорт на открито най-добрият избор са ортопедични маратонки и професионално подобрени стелки. Лекарите акцентират върху уязвимостта на коленете, защото именно те поемат главната тежест при всяко натоварване.

Споменахме за увредите от прекалено високите обувки във всекидневието, но съвременните хора със своя начин на живот подлагат коленете си и на много други изпитания, и то дори без да подозират това - обилно и небалансирано хранене, минимум двигателна активност, наднормено тегло и затлъстяване. Като се прибавят травмите и продължителната употреба на обезболяващи (често като самолечение), болката в коленете започва да се появява дори преди 35-40-годишна възраст. За да се отдалечи този момент, трябва да се познава механизмът, водещ до първото прищракване в ставата, което е сигнал, че хрущялът започва да се износва. Ако се позовем отново на специалистите ортопеди и ревматолози, съветът им е еднозначен - правете упражнения за заздравяване на бедрените мускули. Тогава те ще са в състояние да поемат голяма част от тежестта, падаща върху нашите природни амортизатори - коленете. Най-подходящи са физическите упражнения, които ги щадят, защото травмите удвояват риска от остеоартрит. Много по-решаващо е често срещаната практика да се предприемат силови натоварвания, при това нередовни и без предварително загряване. Поне половин час дневно умерени упражнения - ходене, плуване, каране на колело, йога, активизират кръвообращението, стимулират общата подвижност и укрепват мускулите около коленете

По-голямата част от проблемите с коленете са свързани с неправилна походка, твърде дълго ходене, каране на колело, йога, активизират кръвообращението, стимулират общата подвижност и укрепват мускулите около коленете

обувки, се оказали силно увредени тъкмо в областта, където най-често се развива това изместване. Всекидневната обувка трябва да е удобно прилепнала към

при активно движение. Следователно, ако сме постоянно бездвижни, хрущялът не може да се храни" - казва ревматоложката д-р Родина Несторова. Но и при претоварване на ставите хранителната мембрана се изчерпва, хрущялът отново е недохранен и ставата започва да боли.

Стойката е изключително важна за подвижността на коленните стави. Всички знаем правилата, но колцина ги спазват или създават у децата си от малки навика да държат раменете и главата изправени, корема прибран, като тежестта на тялото се разпределя равномерно върху двата крака.

Когато все пак болката в коляното се появи, обикновено в началото се приспособяваме към нея, изчакаме да отmine и понеже това не става, инстинктивно започваме да ограничаваме движенията. Като и при всяко друго заболяване, правилото е - колкото по-рано се потърси специалист, толкова повече страдания ще се спестят. Преодоляването на възпалението и болката се постига в началото с нестероидни противовъзпалителни средства. Но те трябва да се приемат много кратко време заради нежеланите им странични действия. А тъй като лечението на ставната

болка по правило е твърде продължително, на помощ идват продуктите на природна основа. Д-р Несторова посочва: "Имам много добър опит със серията "Неокс", която представлява крем и олио за втриване в болните участъци, както и капсули за вътрешен прием. Това е уникална комбинация от осем стандартизирани билкови екстракта, действащи противовъзпалително и болкоуспокояващо. Тази научно разработена комбинация има наистина отличен ефект и не предизвиква никакви странични действия." (ЖД)

## При мускулни и ставни болки



**NeOx**

Отново се гвижиш!



Алтернативна серия

www.ecopharm.bg

Вихри се модата на свръхвисоките токчета. Нищо страшно, ако говорим за най-важното допълнение към официалния тоалет. Но когато по улици и разбити тротоари млади дами балансират върху тях с видимо усилие и напрегнато изражение, гледката буди не само усмивка, но и съчувствие. Ако оставим настрана априори изгубената битка за грациозна и секси походка, момичетата и техните близки би трябвало сериозно да се разтревожат за здравните последици. Специално изследване на учени от Харвард напоследък установи пряка връзка между високите токчета и риска от остеоартрит, тъй като коленете на жените, носещи такива

# Разширените вени - болест на модерното време



Доц. Кузман Гиров

**Доц. Гиров, изглежда, и разширените вени са болест на модерното време?**

- Несъмнено заболяването се среща все по-често и е свързано със застоялия начин на живот. Преди 50 години хората на физическия труд са били много повече, сега предимно се работи на бюро. Вените са система, в която кръвта се движи не от сърдечните пулсации, а основно от движението на мускулите на долните крайници, както и от дишателните движения. И затова, говорейки за по-

**С доц. Кузман Гиров, началник на Клиниката по съдова хирургия във ВМА, разговаря Галина Спасова**

явата на разширени вени, обикновено акцентираме върху хигиената на труда. При хората, които работят прави и без да се движат, се получава венозен застой, клапа на недостатъчност, като в началото се засягат повърхностните вени. С развитието на заболяването се увреждат тъканите, в последната степен се появяват варикозни язви.

**- Какви са първите сигнали?**

- Отначало започва леко - с болка и напрегнатост в долните крайници след продължително стоене прав. Това е още далечен сигнал. После следват още 6 стадия. В първия се забелязват малки разширени вени, метлички, наричат ги още паяжини. Във втория стадий разширените вени са видими. Третият стадий е на постоянните отоци по крайниците. Ако началните признаци, т.нар. тежки крака, се игнорират, в четвъртия стадий кожата променя цвета си. В петия и шестия се отварят язви, които са много упорити и се лекуват трудно, понякога с години.

**- Как хората със "стоящи" или "седящи" професии да ограничат този ефект и само те ли са застрашени?**

- Достатъчно е на всеки час да се поразходят, да се раздвижат, за да се преодолее този застой на кръвта. Освен тях застрашени са хората с фамилна обремененост. При пациентите с хронична венозна болест почти винаги установяваме, че в рода им има хора с разширени вени. Дълги години са страдали, някои са полу-

чавали емболии. Но тъй като по традиция това заболяване у нас се възприема като леко, често проблемът се игнорира.

**- Какви са първите сигнали?**

- Отначало започва леко - с болка и напрегнатост в долните крайници след продължително стоене прав. Това е още далечен сигнал. После следват още 6 стадия. В първия се забелязват малки разширени вени, метлички, наричат ги още паяжини. Във втория стадий разширените вени са видими. Третият стадий е на постоянните отоци по крайниците. Ако началните признаци, т.нар. тежки крака, се игнорират, в четвъртия стадий кожата променя цвета си. В петия и шестия се отварят язви, които са много упорити и се лекуват трудно, понякога с години.

**- Какво означава да**

**се вземат мерки навреме?**

- Да не се стига до напредналите стадии, за да се установи, че наистина има проблем. Всяко оплакване би трябвало да ни заведе при личния лекар. Той може веднага да се ориентира, че има проблем с венозната система, и да препоръча лечение още на първите етапи с венотоничен препарат, какъвто е "Детралекс" например. Това значително забавя развитието на болестта. Венотоници влизат и задължително в медикаментозните схеми при лечението в различните етапи. Повече от 20 г. работим с "Детралекс" с добри резултати, с право е добил популярност. Често именно той е решението, не едни или други хранителни добавки, в които не се знае точно какво има, не са минавали контрол и изпитания.



## Ханче против шопинг?

Някои смятат пазаруването за болест и сега учените вече имат лек.

Лекарство, разработено за пациенти с алцхаймер, показало отлични резултати при третирането на шопинголици - хора, които изпитват нужда да пазаруват без мярка.

Пристрастеността към пазаруването е форма на обсебивно-компулсивно разстройство.

Доброволците, участвали в експерименталното изследване, приемали въпросните таблетки и след известен период от време започнали да изпитват все по-рядко нуж-

да от импулсивна покупка.

Жертвите на шопинг манията най-често са жени, които често задлъжняват с големи суми, защото не могат да се контролират, въпреки че са наясно, че не могат да си позволят даден артикул.

Медикаментът се използва за лечение на пациенти с алцхаймер, като предотвратява влошаването на симптомите им. Учените смятат, че химикал в мозъка, който участва в развитието на деменция, също играе роля и при обсебивните разстройства.

## Кога хиперсексуалността се превръща в проблем

Има много термини, които описват поведението на хората, обсебени от мисълта за секс - натрапчиво сексуално разстройство, промискуитет, сексуална пристрастеност, нимфомания. Често хиперсексуалността става повод за шеги и вицове, но за самите засегнати състоянието понякога е причина за притеснение, защото може да промени в негативен план целия им живот - работата, здравето, контактите с околните и други аспекти от всекидневието.

### Натрапчивото сексуално разстройство

може да се изразява в желание за постоянно удовлетворяване на половия нагон по общоприетите начини, често с безразборни контакти, но може да включва поведение, фантазии и действия извън културните, правните и моралните норми на обществото.

Повечето хора в определени периоди от живота си преминават през състояние на физиологично засилен интерес към секса, без това да е признак на отклонение. Обикновено в началото на половия живот младежите изпитват постоянно желание за сексуални контакти - нещо като необходимост от начално насищане със "забранения плод".



### Сексуалното поведение се определя като проблематично,

ако - от една страна - самият човек не може да го контролира и - от друга страна, - ако става въпрос за практики, обявени от закона за наказуеми, каквито са изнасилванията, блудствата, педофилията и др.

Един от признаците на натрапчивото сексуално разстройство е липсата на чувство за удовлетворение въпреки интензивните и разнообразни сексуални практики и често множество партньори. Когато такова поведение се явява като своеобразно бягство от други проблеми - самота, стрес, тревожност, депресия, това със сигурност води до междуличностни конфликти. Защото

сексът при хората не е само физиологична потребност, но и висша форма на общуване, която сериозно се накърнява от "механичния" подход към акта.

Проблем имат и хората, които въпреки осъзнатия риск да се заразят или да предадат на другите различни заболявания, включително СПИН, не могат да се откажат от рисковото си поведение. Такова поведение включва и невъзможност от въздържане дори когато засегнатият рискува да загуби работата си, да се раздели с постоянния си партньор или да има проблеми със закона.

Науката все още не е изяснила причините за сексуалната обсебеност. Някои от възможните причини са:

• Дисбаланс на специфични вещества в мозъка, наречени невротранс-

митери, като серотонин, допамин и норепинефрин. Те имат връзка и с регулацията на настроението.

• Промяна в равнището на половите хормони. Андрогените са хормони, които се съдържат в организма и на мъжете, и на жените. Въпреки че те имат ключова роля в определянето на сексуалните желания, все още не е напълно ясно как могат да отключат хиперсексуалност.

• Определени състояния и заболявания, които засягат специфични зони в мозъка, имат отношение към сексуалното поведение. Някои видове травми, операции на мозъка, множествена склероза, специфични форми на епилепсия, както и част от лекарствата срещу паркинсонизъм могат да променят сексуалното поведение.

Хиперсексуалността се среща и при двата пола, но е по-честа при мъжете. Също така няма значение дали съответният човек е хетеро- или хомосексуален.

По-често състоянието засяга хора, злоупотребяващи с алкохол или медикаменти. Други поведенчески разстройства също имат значение.

В медицинските среди все още има различни мнения кога едно сексуално поведение прекрачва границата. Затова в момента се оказва помощ основно на хора, които сами смятат, че имат проблем. Винаги се започва с психотерапия, но има и различни психоактивни и хормонални медикаменти, които могат да помогнат под строг лекарски контрол. (ЖД)



**Д**-р Бакалова, за страдащите от сenna хрема без крайните пролетни дъждове не само не са отегчителни, а са направо глътка въздух. Как се обяснява облекчението?

- Наистина, за тези пациенти хубавото пролетно време може да се превърне в кошмар, а дъждът отмива полениците. Броят на страдащите от алергии драстично нараства през последните години и причините още не са научно доказани, но има данни, че промените в климата са сред основните фактори. Много растения започват цъфтежа по-рано и той е по-продължителен. И така сenna хрема заплашва да се превърне за милиони хора по света от сезонен в целогодишен проблем. Сenna хрема, предизвикана от тревни поленици, е най-разпространена у нас. На второ място по честота е алергията към брезовия поленик, но сега страдащите от нея се чувстват добре, защото цъфтежът отмина още през март. Полениците произхождат от микроскопични зрънца - това са мъжките семена на растенията.

У нас в момента най-активен е груповият тревен поленик - райграс, също тимотейка и ливадина. Сenna хрема е много по-разпространена в градовете, защото този прашец се полепва по носите,

**При правилно поведение и подходящи препарати симптомите могат да бъдат максимално контролирани и дори да се постигне излекуване**

тели - газове, петролни продукти. На морето например симптомите са по-слаби, защото големите въздушни течения прочистват въздуха. Затова ние препоръчваме на пациентите в най-активния за техните алергени сезон да отидат на море.

**- Повече хора ли ви търсят за диагноза и лечение?**

- Оказва се, че почти половината от пациентите с алергичен ринит изобщо не се обръщат към лекар и не предприемат лечение. Привикват да дишат през устата, смятат, че сenna хрема е хронично и nelечимо заболяване. Истината е, че при правилно поведение и подходящи препарати симптомите могат да бъдат максимално контролирани и дори да се постигне излекуване. Лечението е тясно свързано с точната диагноза и затова консултацията с алерголог е абсолютно

# Пълноценни въпреки сenna хрема

**С алерголожката д-р Росица Бакалова  
разговаря Галина Спасова**

задължителна. Той ще препоръча какви мерки трябва да се вземат, за да се ограничи чисто физическият контакт с алергена. А при лечението има два пътя - облекчаване на симптомите и имуноterapia.

Според силата и тежестта на симптомите делим пациентите ориентировъчно на две групи. При т.нар. "течащи носове" има хрема, кихане, запушване на носа заради набъбване на лигавицата и симптомите са предимно дневни. Другата група са "блокиран нос" - носът е запушен, секретът е жълто-зелен. Почти няма кихане и симптомите са предимно през нощта. При първата група много подходящ е неседативният локален антихистамин "Алергодил". Защо го избираме? Има значение, особено при учениците, дали месеци наред ще взимат антихистамини през устата, които водят до разсеяност и съответно понижаване на успеха. Особено сега, в края на годината, това е важно, ученикът има нужда от добра концентрация и в същото време и от лечение.

**- Как се развива това страдание?**

- Искам да кажа, че е тревожна тенденцията за по-ранна поява на сenna хрема - преди се смяташе, че не започва преди 5-6-годишна възраст, а сега вече имаме 4-годишни деца с изявена сenna хрема. Симптомите и тежестта варират при отделните индивиди, но основните са сърбеж в носа и гърлото, главоболие, многократно кихане, запушване на носа, отделяне на бистър секрет, съезене. Понякога пациентите казват, че се чувстват общо много зле. Причината е, че се получава поленова интоксикация, тъй като алергените предизвикват освобождаване на хистамин, а той е основен медиатор на възпалението и основен причинител на сenna хрема. Затова първи избор при лечението са антихистаминовите препарати - те блокират



Д-р Росица Бакалова

ри.

**- Какви биха могли да са усложненията при сenna хрема?**

- Понякога е възможно увреждане на синусите,

те, бронхите, дори поява на проблеми със слуха. При по-тежки случаи се налага да се потърси спешна помощ - защото може да се стигне до оток на ларинкса и задушаване. Не бива да се забравя, че след четири сезона от началото на поленовата алергия има сериозен риск от развитие на сезонна бронхиална астма. При различните хора алергията протича различно и е правилно лекарят да избере медикамента, а не фармацевтът. Защото е добре да се из-

ползват препарати с по-мекото действие и с по-голяма степен на безопасност. Повечето хора водят динамичен начин на живот и особено при шофиране предимството на "Алергодил" е, че няма общите неудобства на антихистамините, приемани през устата, като отпадналост, умора, понижаване на кръвното налягане.

**Кабинетът  
на д-р Бакалова  
е на ул. "Янтра" 10,  
Пловдив**

Алергология

# Allergodil®

*Непримирим към сenna хрема!*

**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.

МЕДА

Ecopharm

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

# Не позволявайте паниката да ви завладее трайно

С проф. Иван Миланов, невролог, изпълнителен директор на Университетската неврологична болница „Свети Наум“ - София, разговаря Петър Галев

**П**роф. Миланов, в Перник тези дни хората изкупили всички успокоителни лекарства, това ли е начинът да се справим със стреса от природните бедствия?

- Доказано е, че след природно бедствие около 40 до 50 на сто от хората, които са го преживели, получават различна степен на нервно напрежение. Това може да бъде една проста уплаха, която да премине след известно време, но може да се превърне в така нареченото паническо разстройство. Това заболяване също може да отзвучи спонтанно, но при значителен процент от пациентите се налагат преглед и медикаментозна терапия за известен период. Но при всички случаи не препоръчвам самолечение от типа "съседката пие хапче, което й помогна, значи ще помогне и на мен". Лично аз вече имам няколко пациенти, на които след земетресението се наложи да изпиша антидепресант.

**- Израз на слабост ли е да се уплашиш от бедствие?**

- Не, това е една нормална човешка реакция. А самото паническо разстройство е състояние, което настъпва



Проф. Иван Миланов

след уплаха за собствения живот. Причината за уплахата може да е земетресение, катастрофа, убийство или смърт на близък човек и др. А при мъжете, понеже сме малко по-страхливи, често след прекаляване с алкохол на другата сутрин се явява страх, че нещо фатално се случва в организма. А обикновено става въпрос за абстинентния синдром - повишено кръвно налягане, главоболие, тежест. Пристъпите на паника в началото могат да изглеждат безобидни, но ако не се лекуват, започват да зачестяват - от един-два дневно до няколко пъти в денонощието, а това вече нарушава целия живот на човека.

**- Как протича пристъпът на паника?**

- Обикновено той продължава от 10 до 20 минути и се характеризира с повишаване на кръвното налягане и пулса, затруднено диша-

не и страх. Тези симптоми възникват, защото в кръвообращението се изсипват специфични медиатори - стресови хормони от типа на адреналин и норадреналин, които свиват кръвоносните съдове. Това е несъзнателен процес и не подлежи на волеви контрол. Хората, които изпитват паника, в никакъв случай не бива да бъдат обвинявани за състоянието си. Те се нуждаят от специализирана помощ.

**- В България обаче все още има един страх на първо място от посещение при психиатър, а след това и от прием на антидепресанти...**

- Наистина у нас страхът от консултация с психиатър трудно се преодолява. На практика въпросните панически разстройства би следвало да ги лекуват психиатрите, но често невролозите се занимават с това, защото пациентите категорично отказват да ходят на психиатър. Една от причините за това нежелание е фактът, че дълги години психиатричната помощ беше изтикана в периферията на държавата, в едни затворени болници, които навяха много лоши мисли. От доста време психиатрите са във всички нор-



мални здравни заведения, но инерцията се преодолява трудно.

**- А по отношение на медикаментите?**

- Също има интересни реакции. Когато кажа на пациент, че трябва да пие антидепресант, често това се приема като някаква сериозна заплаха. Хората са готови да пият всякакви таблетки, които се изписват по зелена рецепта, но каже ли им антидепресант, това става табу. Аз винаги питам тези хора знаят ли защо популярните сред народа успокоителни са на зелени рецепти. Ами защото към тях може да се развие зависимост. А антидепресантите са на обикновена рецепта, защото те не предизвикват такъв феномен. Няма логично обяснение защо хората толкова се страхуват от антидепресантите, ако се налага лечение с тях. Може би част от хората си представят, че пийки такива лекарства, придобиват статут на психично болни. А това е една дълбока заблуда. Дозите, които изписваме на хората с паническо разстройство и тревожност, нямат нищо общо с дозите на пациентите със сериозни психиатрични заболявания. Да не забравяме, че в икономически най-развитите държави, като САЩ, където фоновият стрес е много повече от нашия просто заради динамиката на общест-

**Дозите, които изписваме на хората с паническо разстройство и тревожност, нямат нищо общо с дозите на пациентите със сериозни психиатрични заболявания**

вото, до 80 процента от работещите хора приемат в някакъв етап от живота си антидепресанти, за да се справят с напрежението от много високите изисквания към тях. Изобщо не е необходимо да си в дълбока депресия, да плачеш постоянно и да искаш да сложиш край на живота си, за да пиеш антидепресант. Това също е разпространена заблуда.

**- Защо няма привикване към антидепресантите?**

- Техният механизъм на действие е по-бавен, не успокояват веднага след приема, както става с лекарствата по зелени рецепти. Антидепресантите разгръщат пълното си действие след месец, месец и половина и е добре да се приемат около 6 месеца. След това могат да се

спрат без никакви негативни последици за физиката и психиката.

**- А защо имаше хора, които направиха хипертонични и сърдечни кризи в часовете след земните трусове?**

- Това не е само от страх. Самото природно явление е свързано с рязка промяна на определени параметри в околната среда. Не съм специалист в конкретната област, но геофизиците могат да кажат какви аномалии настъпват в периода около почувствителните земетресения. Самият аз преди години изпитвах един-два дни нетипично за мен главоболие, след което то се засили неимоверно, после стана земетресение, макар и не толкова силно като сегашното, и болката ми мина като отрязана с нож. Очевидно някои организми реагират по този начин. Все още няма научни доказателства, но практиката го показва.

**- Забелязвате ли хората да правят преоценка на стойностите в живота си по повод бедствието?**

- Има такива размисли, но те за съжаление са много краткотрайни. Много хора си казват, че трябва да обръщат внимание на важните неща и да не се ядосват от дреболии, но сме така устроени, че скоро пак си тръгваме по обичайния път.

## Природни средства срещу стреса

**1. Споделяне на притесненията:** Ако проведете честен и подробен разговор за своите страхове с човек, на чие мнение държите, много е вероятно да снижите стреса. Обсъждането на проблемите с адекватен събеседник подрежда собствените ви мисли.

**2. Физически усилия:** става въпрос за активност, надхвърляща обичайната за даден човек. Ако работите на бюро, може да е достатъчно бързо ходене две спирки или отказ от асансьор през целия ден. При по-активните хора най-добре влияят плуването, колоезденето, по-дълги пешеходни преходи. Натоварването на мускулатурата, сърцето и дихателната система след това води до релаксация, по-добър сън и снижаване на напрежението.

**3. Топла вана:** прилага се само ако нямате хронични сърдечно-съдови или неврологични заболявания. Топлата вода разширява кръвоносните съдове, разтваря порите на кожата и извлича токсините от тялото.

**4. Билкови отвари:** известно е успоко-

ителното действие на широколистни растения - валериана, маточина, липа. Добре е чай от тези билки да се пие непосредствено преди заспиване, леко подсладен.

**5. Малки дози алкохол:** доказан е отпускателният ефект на умерените дози. Това потвърждават дори лекарите, които са установили, че пиещите умерено са с по-нисък риск от сърдечно-съдови инциденти в сравнение с абсолютните въздържатели. Но тук има доста ограничения. Ако не сте сигурни, че можете да спрете с 50 милилитра концентрат, 150 милилитра вино или 400 милилитра бира, по-добре изобщо не започвайте! Надхвърлянето на дозата превръща алкохола в тежка отрова за тялото. Не давайте алкохол на непълнолетни.

**6. Кратко напускане на дома:** посещение при приятели в друг град, екскурзия, санаториум или каквато и да е смяна на обстановката действа много добре за снижаване на напрежението.

Тина БОГОМИЛОВА

*Плод от Райската градина, любим на Бог, но и на самогивите.*  
*Черешата*

**И** на Изток, и на Запад тя носи добро. В Китай и Япония дръвчето е символ на младост и любов, а в Англия привлича добрия късмет. В началото на лятото пък задължително носим череша и там, откъдето няма връщане.

Пазарните реалности напоследък в началото на май пък ни препращат към древния Рим, когато сладките плодове попадали само на трапезата на богаташите.

Черешите зареждат тялото и душата. Още Авицена ги е препоръчвал като лекарство за сърцето и укрепване на организма. Те са богати на флавоноиди - мощни антиоксиданти, които бавят стареенето и укрепват имунитета. Съдържат по много витамини А, В, С, магнезий, желязо, калций, фибри и други куп полезни вещества. В черешите има и големи количества вода, а това ускорява метаболизма и подобрява храносмилането.

Алтернативната медицина ги препоръчва и при болки в ставите и мускулите. Заради желязото се препоръчват и при анемия.

Хапването на черешки ни пречиства и от токсините, и от стреса. С шепа от вълшебните плодчета преди лягане се заспива по-лесно.

Тъй като лесно засищат, помагат и за отслабване. Черешовата диета е добре дошла в началото на лятото за отървяване от излишните килца.

Достатъчно е 5 дни да хрупате по 300 грама черешки, салатки от пресни плодове и супи.

Много бързо възстановяват и след фитнес залата, както и след каквото и да било спорт. Доказано е, че сокът от череша светкавично прогонва мускулната треска.

В народния ни фолклор ненапразно най-сочните устни са черешовите. Червените плодчета



## Животът е просто купа с череша

**Пазарните реалности ни връщат в древния Рим, когато попадали само на трапезата на богаташите**

„овкусяват“ и кожата. Махат се костилките, добавя се мъничко зехтин и лицето грее. Кожата става по-сияйна и ако към черешите се прибавят лимонен сок и мед. Черешите често се оказват златни. Не само заради вкуса и полезните им свойства, но и заради цената. Едва ли има някой, който да не се шокира при мяркащи се по сергийте цени от 50 лева за килограм в началото на април. Все едно черешата е екзотично дърво, растящо не в почти всеки нашенски двор, а само в далечен край на света.

Производителите обикновено се оправдават със суровата зима. Казват, че цената им скача поне 5 пъти от овощната градина до сергията, но логично обяснение за това липсва. Между три и седем лева вървят в края

на май, което пак си е доста тайнствено формулиране на цени.

Сладкият плод излиза солена, а търсенето му преди голямата лятна задушница никога не спира - поне килце, за да се спазва традицията.

Черешите радват и очите, тъй като зареждат с ведрост и оптимизъм. Ненапразно хит в Щатите по време на Голямата депресия през миналия век става песента "Животът е просто купа с череша". Пее се, че въпреки трудностите не бива да губим усмивката си.

Древните кулинари са оценили достойнствата на черешите векове преди нашата ера. Естествено, тогава за култивиране и дума не е можело да става и хората са използвали това, което директно им е поднасяла природата. А тя се е престарала, като е създала черешовите дървета с гигантски ръст. И преди появата на новите сортове са били градинските великани. Истински проблем обаче било брането на вкусните плодове. Предците ни са разчитали главно на птиците, защото директното им достигане на дървото е било почти невъзможно. При култивирането им първото, което са направили хората, е било да създадат сортове, чиято височина е удобна за бране.

### COMFORTEX®

**5 билки за добро храносмилане**



**2 капсули след хранене**



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



# От синтетичните оцветители ще се спасяваме поединично

Доц. д-р Димитър  
ПОПОВ

При технологичните преработки, включващи процедури като варене, стерилизация, пържене, печене, замразяване и т.н., в повечето случаи суровините губят естествения си цвят и придобиват неприемлив за потребителя вид. Например при преработката на зеленчуците хлорофилът, на който се дължи зелената им окраска, се превръща във феофитин, който е кафяв. При механичната и топлинната преработка на плодове, както и при промяната на киселинността антоцианите, осигуряващи ярките им и привлекателни цветове, претърпяват химични промени, водещи до загуба на естествения им цвят. При технологичната преработка месото също губи своя първоначален свеж вид, в резултат на което получените продукти придобиват неприятен, дори отблъскващ, сивкав оттенък.

Отдавна е известно, че съществува пряка връзка между цвета, психиката и определени системи на човешкия организъм. Концепцията за въздействието на цветовете върху човека е разработена от немския писател и поет Йохан Волфганг фон Гьоте в труда му "Теория на цветовете", публикуван в далечната 1810 г. Според Гьоте цветовете са особени психогенни катализатори, чието въздействие, преминавайки през очите, достига всички органи и системи на човешкото тяло.

За производителите на хранителни продукти рационално зърно в концепцията на Гьоте за цветовете е възможността да се "манипулира" психиката на потребителя и да се стимулира неговият интерес към определен продукт.

Използването на оцветители за придаване на по-привлекателен вид на хранителните продукти датира от дълбока древност. За целта нашите предци са използвали извлекци от корени, листа и цветове на различни диворастящи и културни растения, както и части от някои животни. Съществен недостатък на природните оцветители е относително слабата им багрилна мощ и чувствителността им към различни въздействия. Нещата съществено са променят след синтезирането през



1856 г. на първия синтетичен оцветител - мовеина, от английския химик Уилям Перкин. При опита си да синтезира хинин от анилин той случайно получил лилавото багрило, което му донесло богатство и слава. Самата кралица Виктория облякла дрехи, оцветени с откритото багрило! От тогава до наши дни са синтезирани неизброимо количество оцветители, които намират най-разнообразни приложения, в това число и при производството на храни и напитки.

Съгласно европейското законодателство оцветителите са "карботекирани" от E100 до E181. Значителна част от тях представляват природни багрила. Към тях се отнася бета-каротинът (E160a), който се съдържа в морковите, броколито, спанака, аспержите, кайсиите, прасковите и т.н. Това е първият природен оцветител, получен и по синтетичен път през 1950 г. Той се използва за оцветяване от жълто до оранжево на растителни масла, маргарин, млечни продукти, сухи супи, безалкохолни напитки и др. Бета-каротинът е безспорно полезен за организма - в черния дроб се превръща във витамин А. Ликопенът (E160d) се извлича от червените домати. Използва се за оцветяване на сосове, майонези, рибни продукти, напитки, лекарствени и козметични продукти. Той е мощен антиоксидант с доказано антиканцерогенно действие. Хлорофилът (E140) се извлича от листата и стеблата на растения като люцерна, спанак, коприва и др. Натуралният

хлорофил е твърде нестабилен, поради което значително по-често се използва неговият меден комплекс (E141(i)), който е много по-устойчив. Използва се за оцветяване на захарни изделия, сиропи, млечни продукти, растителни масла, желета, кремове и др. Бетанинът (E162) е природно червено багрило, получавано от сока на червеното цвекло. Той е безвреден естествен оцветител, който се използва при голям брой хранителни продукти и напитки. В зависимост от киселинността на средата окраската му варира от червена до синьо-виолетова. Широко приложение намират антоциановите багрила (E163), извличани от червеното грозде и плодчетата на бяза. В зависимост от киселинността цветът им варира от оранжево-червен до виолетов. Предвид антиоксидантните им свойства те имат изявено антиканцерогенно действие. Карминът (E120) е безвредно природно багрило, което се получава от самките на дребното насекомо кошенил, обитаващо кактусите на Южна Америка. Използва се за оцветяване на захарни изделия, кремове, млечни продукти, колбаси, напитки и т.н.

Значително по-сериозни са резервите, що се отнася до действието върху организма, спрямо синтетичните оцветители, чиито основни предимства са голямото многообразие от цветове, високата багрилна мощ и голямата устойчивост. Неотдавна Агенцията по хранителните стандарти (FSA) на Великобритания забрани шест оцветителя

- Тартразин (E102), Хинолин жълто (E104), Жълт залез (E110), Азорубин (E122), Понсо 4R (E124) и Алура червен (E129), които съгласно обширно медицинско изследване, ръководено от професор Джим Стивънсън, предизвикват хиперактивност у децата. Има редица сведения, че Азорубинът влияе негативно и на стомашно-чревния тракт, бъбреците и черния дроб, а Понсо 4R провакира пристъпи на задъшаване у астматиците и алергични реакции у хора, чувствителни към аспирин.

Амарантът (E123) е червен синтетичен оцветител, който се получава от каменноуглената смола. Има информация, че предизвиква хрема, копривна треска и влияе негативно на функциите на бъбреците и черния дроб. Поради убедителни доказателства за неговото канцерогенно действие използването му в САЩ е забранено. Съществува информация, че Амарантът може да предизвика малформации и порок на сърцето при новородени. По тази причина настоятелно се препоръчва да се избягва от бременни. Използва се в сладкарството и при производството на безалкохолни напитки. Според някои специалисти брилянтното синьо (E133), което се използва за производство на сладолед, сладкиши и безалкохолни напитки, предизвиква пристъпи при астматиците и алергични реакции. Често се прилага с Тартразина за получаване на различни зелени оттенъци. Еритрозинът (E127) е червен синтетичен оцветител, който се



използва при производството на различни плодови консерви, кисело-млечни продукти, сладки, фармацевтични и козметични препарати. Предизвиква редица негативни въздействия върху организма - астма, хиперактивност, нарушения на функцията на сърцето, черния дроб, щитовидната жлеза и стомаха. Съобщава се и за канцерогенно действие. Съществуват сериозни опасения, че Индигокарминът (E132), който се получава от каменноугления катран, предизвиква покачване на кръвното налягане, астма и алергични реакции. Според някои изследвания има и канцерогенно действие.

Като вещества, чужди на естествения метаболизъм, синтетичните оцветители съвсем логично предизвикват редица негативни ефекти, чиито интензитет и посока зави-

Неотдавна Агенцията по хранителните стандарти (FSA) на Великобритания забрани шест оцветителя - Тартразин (E102), Хинолин жълто (E104), Жълт залез (E110), Азорубин (E122), Понсо 4R (E124) и Алура червен (E129)

сят от индивидуалните качества на съответния организъм, състоянието на неговата имунна система, наследствената предразположеност и т.н. За почти всички оцветители са установени пределно допустими дневни норми. Опитайте се обаче да откриете върху опаковката на който и да е хранителен продукт количеството на използвания оцветител. Подобна информация липсва, както и такава за риска за здравето, който поемате, посягайки към определен продукт. Факт е, че в повечето страни съответните правителства и институции предпочитат "окопната война" с производителите. Периодично, за кураж, се обменя по някой изстрел, но по същество позициите остават непроменени и напълно приемливи за последните. Публична тайна е, че производителите разчитат на стабилно лоби в законодателната, изпълнителната и съдебната власт, разполагат с армия добре платени адвокати и сериозен финансов ресурс, към който винаги се намират небезразлични. От друга страна, негативните ефекти на повечето хранителни добавки са, така да се каже, с "отложен старт" и по презумпция ще създадат проблеми на друга администрация, на друго правителство... В резултат нещата опират до знаменитата фраза на великия комбинатор Остап Бендер: "Спасението на днешните се е дело на самите днешни се".

В случая може да се даде един прост и много ефикасен съвет: Не купувайте ярко оцветени хранителни продукти. Почти сигурно в тях присъства някой от изброените синтетични оцветители. А децата се привличат като магнит именно от тях...

ЛЕКАРСТВО ПРИ ПЕРДЕ И ЗАМЪГЛЯВАНЕ НА РЕТИНАТА

ШАХМАТЕН КОЕФИЦИЕНТ РУСКА ПРИМА-БАЛЕРИНА 1910-1998

ГЕРОИНЯ НА А. ГЛОБА „ПРОЛЯТАТА ЧАША“

ВИД ФРЕНСКО КРАВЕ СИРЕНЕ

ДЪРЖАВА В БЛИЗКИЯ ИЗТОК ОСНОВЕН ЛИТЕРАТУРЕН РОД

МАРКА СТАРИ ГЕРМАНСКИ КАМИОНИ

ГОЛЯМ МОР-СКИ РАК

СПЛАВ ОТ НИКЕЛ И ЖЕЛЯЗО СТАР МОДЕЛ НА МОТОЦИК-ЛЕТИ BMW

КРАСИВИ ГОРСКИ ПТИЦИ

МОДЕЛ НА „ФИЛАТ“

ЛЕКАРСТВО ЗА УМОРЕНИ ОТ ШОФИРАНЕ ОЧИ

ЛЕКАРСТВО ПРИ КЛИМАКС

КИНОКОМЕДИЯ ОТ САЩ С РЕБЕКА ДЖЕНКИНС НАША ПОППЕВИЦА

ПРОВИНЦИЯ В БЕЛГИЯ МЕДНО НАХОДИЩЕ КРАЙ ПАНАГОРИЩЕ

ВДОВИЦАТА НА ДЖОН ЛЕЪНЪН

ПЛАНИНСКА НИМФА ОТ ЕЛИНСКАТА МИТОЛОГИЯ

ИНСТРУМЕНТ ЗА РЯЗАНЕ НА ДЪРВО

НЕУЖНО УПОРСТВО

МОДЕЛ НА „ХЮНДАЙ“

ПОЙНА ПТИЧКА АРЖЕНТИНСКИ ФУТБОЛИСТ, НАЦИОНАЛ БАРСЕЛОНА

ДРУГО ИМЕ НА БЕЛОРЪКЪЯ ГИБОН

ИТАЛИАНСКИ ВОЛЕЙБОЛЕН ОТБОР

ГРАД В ИРЛАНДИЯ

ТИШИНА, СПОКОЙСТВИЕ НАША КИНО-АКТРИСА „ЗОНА В-2“

ЦИЛИНДРИЧНИ МЕМАЛНИ СЪДОВЕ РУСКА ПИСАТЕЛКА „ЕДИНАКЪТ“

МОРЕСКА ПТИЦА, СРЕБРИСТА ЧАЙКА

ГЕРОИНЯ НА Г. МИШЕВ „ДАМИ КАНЯТ“

ГОЛЯМ УНИВЕРСАЛЕН МАГАЗИН

ХОЛИВУДСКИ АРТИСТ „ГЕРОЙ“

МОДЕЛ НА „ФОРД“

ГРАД В ЙЕМЕН

ОПЕРА ОТ ПИЕТРО МАСКАНИ

ДЪЛЖНОСТНИ ЛИЦА В ДРЕВЕН РИМ РУСКИ ПОЕТ 1895-1925 „АНА СНЕГИНА“

ДРАМА ОТ У. ШЕКСПИР

ДУНАВСКИ ПРИТОК В ГЕРМАНИЯ

ХУНСКИ ВОЖД

ГРАБЛИВА ПТИЦА

ГРАД ВЪВ ФРАНЦИЯ

СИМФОНИЧЕН ТАНЦ ОТ П. ВЛАДИГЕРОВ

ПИТИЕ ОТ РАЗМИТ С ВОДА МЕД

НАШ ЦИГУЛАР ВИРТУОЗ

АНГЛИЙСКА КИНОАКТРИСА „СЕДМОРКАТА НА БЛЕЙК“, ТРАКИЙСКО ПЛЕМЕ

ФЕОДАЛНО ВЛАДЕНИЕ В АНГЛИЯ ПОПУЛЯРЕН ГЕРОЙ НА ЖУЛ ВЕРН

АНГЛИЙСКИ АРТИСТ 1787-1833 НОЩНА ПТИЦА НАША РЕКА

ГЕРОЙ НА АЛ. РАЙЧЕВ „ХАН АСПАРУХ“

СПЪТНИК НА САТУРН

ГРАД В РУ-СИЯ, ЕКАТЕ-РИНБУРГСКА ОБЛАСТ

ИЗРАЕЛСКИЯ ПАРЛАМЕНТ

СТОЛИЦАТА НА ЕСТОНИЯ

ГРАД В ШВЕЦИЯ

КУЛТОВ ФИЛМ НА ДЖЕЙМС КАМЕРЪН

ВЕЛИКАН В ЕЛИНСКАТА МИТОЛОГИЯ

„БАЩАТА“ НА КИБЕР-НЕТИКАТА

МУЗИКАЛНА НОТА

ГРАД В ИТАЛИЯ

МАЛОАЗИАТ-СКА БОГИНЯ-МАЙКА

МУЗИКАЛНА НОТА

БЕЛГРАДСКА КИНОСТУДИЯ

ПОЛИЗАХАРИД В НЯКОИ РАСТЕНИЯ

ГРАД В СЪРБИЯ

УСПОКОИТЕЛ-НО ЛЕКАРСТВО

ПЕСЕН НА „Д-2“

ИМЕНАТА НА НАША КИНО-АКТРИСА „ОТ НИЩО-НЕЩО“

САРГЕНОР

3 x 1 дневно

Нагвиу умората!

РЕЧНИК : ЕДЕМА, ЕНО, ЛИМЕРИК, МАНОР, ОЛИВИНИТ, ОРЕАДА, ПИНОТА, СУНЕ

МИХАИЛ МИЦЕВ

Отговори на кръстословицата от бр. 7:

ВОДОРАВНО: "Замирисва на море". Ама. Арена. Либи́до. Оратор. Аба. Олеин. Нани Морети. Ебонит. Абанос. На. Кли́н. Нал. МАПАГУТИ. Кенана. Салон. Укази. Оз (Амос). Мит. "Нора". И́кола (Хейки). "Ева". Ин. Скене́р. Анри (Тиери). Нок. "Але". О́лег. ЛАН. "Га". Як. "Ще потъна в очите ти". Опано́л. Доне́ва (Виолета). Ота́ре. ИЛИ. Анофе́лес. Лано́лин. Ами́р. Вале. Тропи. Исо.

ОТВЕСНО: "Изабел". Кока-кола. Ара́бика. Ел. Пим. Еме (Анук). "Онези неща". Ино́н. Нике. Ена́р. Пра́лина. Оро́пон. Ета́нол. Ло́лов (Ибро). Я́сли. Лаза́рет. ФА. Вина. Гъ́дел. Ма́б ("Кралица Ма́б"). Но́ле.Нина. На́не. Ма́дан. Ве́ст. Моно́м. Ало́в (Алекса́ндър). По. Исаси (Анто́нио). Нача́ло. Ром. Ла́терни. АП. Ве́ронал. Ви. То́ни. Араго́на. Ге́то. Ма́те. УНО. Ната́ли. Моте́т. РИО. Ири́с. Ка́ри. "Иванко". Ено.

ЛЕСНО

СРЕДНО

ТРУДНО

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

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

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

ЖИВОТЪТ ДНЕС

Издава Хелт ЕООД

Адрес на редакцията: София 1574, бул. „Шипченку прохог“ 65

Реклама: ХЕЛТ МЕДИЯ София, тел.: 0887/93 98 89, m.vazharova@health.bg

Печат: Алианс Медиапринт АД, Адрес: София, ж.к. „Дружба 1“, ул. „Илия Бешков“ №3

Безплатен абонамент за електронното ни издание В PDF формат на: info@health.bg

Главен редактор

Петър Галев

Отговорен редактор

Светлана Любенова

Графична концепция

РЕМЕ-син

Редактор

Галина Спасова

Наблюдатели:

акад. Румен Леонидов, акад. проф. г-р Григор Велев

Репортер

Мирослава Кирилова

Предпечат:

Веселка Александрова, Росица Иванова

Коректор

Татяна Джунова

Health MEDIA

ISSN 1314-6092

Група „А“	Група „В“
1. Полша	1. Холандия
2. Гърция	2. Дания
3. Русия	3. Германия
4. Чехия	4. Португалия

Група „С“	Група „Д“
1. Испания	1. Украйна
2. Италия	2. Швеция
3. Р Ирландия	3. Франция
4. Хърватия	4. Англия

## ПРОГРАМА:

<b>Петък, 8 юни 2012</b>
Мач 1: Полша - Гърция, 19:00 ч., Варшава
Мач 2: Русия - Чехия, 21:45 ч., Вроцлав
<b>Събота, 9 юни 2012</b>
Мач 3: Холандия - Дания, 19:00 ч., Харков
Мач 4: Германия - Португалия, 21:45 ч., Лвов
<b>Неделя, 10 юни 2012</b>
Мач 5: Испания - Италия, 19:00 ч., Гданск
Мач 6: Ирландия - Хърватия, 21:45 ч., Познан
<b>Понеделник, 11 юни 2012</b>
Мач 7: Франция - Англия, 19:00 ч., Донецк
Мач 8: Украйна - Швеция, 21:45 ч., Киев
<b>Вторник, 12 юни 2012</b>
Мач 9: Гърция - Чехия, 19:00 ч., Вроцлав
Мач 10: Полша - Русия, 21:45 ч., Варшава
<b>Сряда, 13 юни 2012</b>
Мач 11: Дания - Португалия, 19:00 ч., Лвов
Мач 12: Холандия - Германия, 21:45 ч., Харков
<b>Четвъртък, 14 юни 2012</b>
Мач 13: Италия - Хърватия, 19:00 ч., Познан
Мач 14: Испания - Ирландия, 21:45 ч., Гданск
<b>Петък, 15 юни 2012</b>
Мач 15: Швеция - Англия, 19:00 ч., Киев
Мач 16: Украйна - Франция, 21:45 ч., Донецк
<b>Събота, 16 юни 2012</b>
Мач 17: Чехия - Полша, 21:45 ч., Вроцлав
Мач 18: Гърция - Русия, 21:45 ч., Варшава
<b>Неделя, 17 юни 2012</b>
Мач 19: Португалия - Холандия, 21:45 ч., Харков
Мач 20: Дания - Германия, 21:45 ч., Лвов
<b>Понеделник, 18 юни 2012</b>
Мач 21: Хърватия - Испания, 21:45 ч., Гданск
Мач 22: Италия - Ирландия, 21:45 ч., Познан
<b>Вторник, 19 юни 2012</b>
Мач 23: Англия - Украйна, 21:45 ч., Донецк
Мач 24: Швеция - Франция, 21:45 ч., Киев
<b>Четвъртък, 21 юни 2012</b>
Мач 25: А1 - В2, 21:45 ч., Варшава
<b>Петък, 22 юни 2012</b>
Мач 26: В1 - А2, 21:45 ч., Гданск
<b>Събота, 23 юни 2012</b>
Мач 27: 1С v 2D, 21:45 ч., Донецк
<b>Неделя, 24 юни 2012</b>
Мач 28: 1D v 2C, 21:45 ч., Киев
<b>Сряда, 27 юни 2012</b>
Мач 29: Победител от мач 25 - Победител от мач 27, 21:45 ч., Донецк
<b>Четвъртък, 28 юни 2012</b>
Мач 30: Победител от мач 26 - Победител от мач 28, 21:45 ч., Варшава
<b>Неделя, 1 юли 2012</b>
Мач 31: <b>ФИНАЛ:</b> Победител от мач 29 - Победител от мач 30, 21:45 ч., Киев



## Футболните запалянковци вече изстудяват бирата

**В** петък (8 юни) започва Европейското първенство по футбол в Полша и Украйна. То е под номер 14 и логично без участието на България. Впрочем нашият национален отбор има само две присъствия на еврофинали - 1996 и 2004 г., но и в двата случая не успя да премине груповата фаза.

Въпреки отсъствието на "триколюрите" тръпката в родния запалянко от предстоящото по терените в Полша и Украйна е голяма и със сигурност бирата вече е изстудена. Положителното е, че началните часове са удобни и няма да има отсъствия от работа. При липсата на избраниците на Любослав Пенев всеки си има свой фаворит. За специалистите те са основно три - настоящият първенец Испания, Германия и Холандия. Букмейкърите пък дават предимство на първите два. Коефициентът за титла на иберийците варира между 3.50 и 3.75. За Германия - 4.00 - 4.50. По-назад са Холандия, Англия, Франция, Италия. Аутсайдерите с над 80 коефициент са Гърция, Дания и Ирландия.

Ла Фурия вече показва и доказва на света, че може да направи красивия футбол печеливш, като залага на една успешна сплав от футболисти на двата най-силни клуба в последно време Барселона и Реал Мадрид. Селекционерът Дел Боске, който обяви, че независимо

от резултата си тръгва след първенството, обаче има проблеми с контузени футболисти в защита и нападение. Големият отсъстващ ще е голмайсторът от миналия шампионат Давид Вия. Друг минус за евентуална нова титла е пренасянето с трофеи. Ако все пак иберийците достигнат до върха, Испания ще бъде първата страна, която е защитила титлата си.

Германия като че ли разполага с най-балансиран и гладен за успехи отбор. Той е доста млад, но вече притежава нужния опит. Непримирият боен дух е налице, но Бундестимът за разлика от представите за този отбор от миналото вече разполага с много технични футболисти. Това е благодарение основно на играчите от чужд произход. Цели 16 години Германия не е печелила значим международен форум. За последно тимът бе на европейския връх през 1996 г. в Англия, когато Оливер Бирхоф вкара два гола, единият бе "Златен". И като че ли е време най-успешната европейска футболна нация да сложи край на тази суша.

Холандия пък няма трофей от Евро '88. Селекционерът Берт ван Марвайк има проблем кой от нападателите да играе - Хунтелаар или Робин ван Перси, тъй като схемата на отбора е с един, а и двамата са в отлична форма.

Сред "скритите фаворити" без съмнение трябва

ва да причислим Франция и Италия. И двата тима направиха слабо световно първенство, но пък имат амбициозни и интелигентни треньори. Преди четири години "петлите" не успяха да излязат от групата, но сега под ръководството на Лоран Блан в няколко контролни мача показва, че има амбиция за нещо значимо. В края на март бе надигран по всички показатели отборът на Германия, което е показателно за потенциала на тима.

Естествено към кандидатите за титла трябва да добавим и Англия. Страната, известна като "родина на футбола", дори не е била на финал на европейско първенство. От седем участия тимът има трето място, полуфинал и четвъртфинал. Сега "Трите лъва", които имат много привърженици в България, са в група с Франция, Швеция и домакина Украйна. Наскоро 64-годишният Рой Ходжсън бе назначен за селекционер на английския национален тим. В първите два мача няма да играе Уейн Рууни, който е наказан.

Не трябва да се подценяват и останалите участващи отбори, защото не рядко се е случвало някой аутсайдер да стане фаворит. Евро 2012 ще бъде и последното първенство с 16 финалиста. От следващия шампионат във Франция през 2016 г. отборите ще са 24, което пък дава по-големи шансове и България да запише участие.

## TV АКЦЕНТИ

**Вторник, 5 юни**

15:00 ч. Тенис (Ролан Гарос) по Евроспорт и Евроспорт 2  
20:00 ч. Швеция - Сърбия (футбол, приятелски мач) по Нова спорт

**Сряда, 6 юни**

15:00 ч. Япония - Китай (волейбол, ОК) по Евроспорт 2  
15:00 ч. Тенис (Ролан Гарос) по Евроспорт и Евроспорт 2

**Четвъртък, 7 юни**

15:00 ч. Япония - Австралия (волейбол, ОК) по Евроспорт 2  
15:00 ч. Тенис (Ролан Гарос) по Евроспорт  
18:00 ч. Тенис (Ролан Гарос) по Евроспорт 2

**Петък, 8 юни**

18:40 ч. Церемония по откриването на Евро 2012 по БНТ1  
19:00 ч. Полша - Гърция (Евро 2012) по БНТ1  
20:30 ч. България - Пакистан (ОК, волейбол, мъже) по БНТ свят и БНТ2

21:35 ч. Русия - Чехия (Евро 2012) по БНТ1

**Събота, 9 юни**

17:25 ч. България - Франция (ЕЛ, волейбол, жени) по БНТ свят и БНТ2

19:00 ч. Холандия - Дания (Евро 2012) по БНТ1

20:30 ч. България - Франция (ОК, волейбол, мъже) по БНТ свят и БНТ2

21:35 ч. Германия - Португалия (Евро 2012) по БНТ1

**Неделя, 10 юни**

17:25 ч. България - Турция (ЕЛ, волейбол, жени) по БНТ свят

19:00 ч. Испания - Италия (Евро 2012) по БНТ1

20:30 ч. България - Египет (ОК по волейбол) по БНТ 2

21:35 ч. Ирландия - Хърватия (Евро 2012) по БНТ1

**Понеделник, 11 юни**

19:00 ч. Франция - Англия (Евро 2012) по БНТ1

21:35 ч. Украйна - Швеция (Евро 2012) по БНТ1

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

**БАСКЕТБОЛА**

в един сайт

**BG**  
basket

bgbasket.com  
bgbasket.com  
bgbasket.com  
bgbasket.com  
bgbasket.com

**ВОЛЕЙБОЛА**

в един сайт

**BG**  
volleyball

bgvolleyball.com  
bgvolleyball.com  
bgvolleyball.com  
bgvolleyball.com  
bgvolleyball.com

**ФУТБОЛА**

в един сайт

**BG**  
football

bgfootball.com  
bgfootball.com  
bgfootball.com  
bgfootball.com  
bgfootball.com

# Турнирът Sargenor Cup отново с двоен победител

Д-р Андрей Кендеров е № 1 в сингъла и по двойки

Румен АЛЕКСАНДРОВ

Шестото издание на тенис турнира за медици Sargenor Cup завърши триумфално за д-р Андрей Кендеров, който взе отличен реванш за миналата година, когато малко неочаквано загуби почти спечеления финал от пловдивския хирург д-р Емануил Йорданов. Тогава по-мощният физически доктор от Филибето успя да вземе приза не само в състезанието поединично, но и се окичи с шампионска титла в надпреварата по двойки.

Този път в "двоен" герой се превърна много техничният софиянец Андрей Кендеров, който си тръгна освен с две купи, и с наградата на "Порше София Запад". Тази фирма предоставя на победителя безплатен уикенд в курорта Банско, докдето може да отиде с лека кола "Ауди", като моделът е по избор.

За най-любопытните фенове на статистиката ще спомена, че д-р Кендеров за втори пъти става двоен шампион - през 2008 г. в индивидуално класиране той е №1, а в класацията по двойки също заема 1-во място заедно с харизматичния д-р Евгений Медникар.

Състезанията от тенис веригата Sargenor Cup се осъществяват по идея на д-р Петър Велев, собственик и управител на фирма "Екофарм" - основен спонсор на трите ежегодни турнира - за професионалисти, медици и за ВИП аматьори. Самият той всяка сутрин започва деня си с едноточасов мара-



Sargenor Cup доказва, че има бъдеще

тон на корта и е редовен участник в турнирните мачове между непрофесионалистите.

По традиция домакин на турнирите е Тенис клуб "Левски София", чиито отлично подготвени червени терени в Борисовата градина отдавна са притегателно място за привържениците на този спорт, както и за онези, които редовно го практикуват. И тази година в продължение на два дни - на 2 и 3 юни, въпреки доста необичайното за сезона мокро време 30 любители от цялата страна дойдоха, за да покажат техническите си умения в тениса, своя състезателен хъс и волята си за победа.

По принцип в турнирите Sargenor Cup участват само мъже, но по изключение този път взеха участие и две жени - д-р Марияна Динкова от Пазарджик, психиатър, и Антония Иванова-Бикова, зъболекарка от Благоевград. И двете са научили за турнира от интернет и бяха пристигнали в столицата специално за това състезание. Главният съ-



Победителите на двойки заедно с основния спонсор д-р Петър Велев (в средата)

дия на турнира Димитър Войнов, в миналото известен национал, постъпи като истински кавалер и удовлетвори искреното желание на двете медицинки да премерят сили с колегите си. Нещо повече - за да бъде началото наистина празнично, вече популярният турнир бе открит с демонстративен мач между двете тенисистки.

Повечето състезатели участваха за шести път в Sargenor Cup. Между тях

имаше медици от различни специалности - ортопеди, невролози, кардиолози, имунолози, стоматолози и фармацевти, но до полуфиналите и финалите достигнаха най-много представители на хирургите. Каквото и да означава това. По-важното обаче бе джентълменското поведение на терена, интелигентният дух, който властваше и през двата турнирни дни, което не пречеше на спортната

злоба да се развихри - видяхме както топовни забивания, така и много хитроумни, "гаднярски" отигравания.

Най-любопитен в реакциите си и този път бе д-р Кендеров - през целия финален мач за индивидуалното класиране при всяка своя грешка той гласно недоволстваше от себе си, самоупреждаше се с реплики като: "Не, бе! Не така, смешно еееее... Не, не, това не е удар! Какви са тия глупости? Що си правиш експерименти! Как можа да се спънеш!?"

Според него препаратът срещу умората Sargenor наистина е способен на чудеса - особено след голямо физическо натоварване. "Много е подходящ при възстановяване на силите, употребявах го и през двата състезателни дни, при това няколкократно. Мачовете бяха тежки и продължителни, а и силното слънце си каза думата..."

Партньорът му Георги Куков, фармацевт по образование, за четвърти път мери сили в този турнир, но за първи път играе в тандем с д-р Кендеров. Срещу намерението на тази двойка софиянци да напуснат турнира само като шампиони се изправиха миналогодишните победители Иво Дойчинов и Петко Димов, единият от Враца, другият от София. Те бяха амбицирани на всяка цена да повторят успеха си, шумно ги подкрепяха съпругите им и децата, получи се рядко красив и зрелищен "четирибой" - карето медици се хвърли страстно в играта като четирима мускетари, които вместо шпаги размахваха тенис ракети. Софиянци обаче бързо взеха предимство с 4:3, стигнаха до 7:3, но мачът за тях зацikli и резултатът стана 7:6, 8:7, и чак тогава се стигна до заветното 9:7...

Всички класирали се на първите три места в двете версии на турнира получиха купи, както и спортни екипи и комплекти Sargenor и NeOx от "Екофарм". А само "отличниците" в състезанието по двойки - Кендеров и Куков, и по един марков сак от "Ауди".

Наградите, както всяка година, връчи д-р Петър Велев, чийто тенис "дуе" с д-р Георги Милев заслужено спечели третото място.

Ето и имената на всички, заели първите три призови места:

## ИНДИВИДУАЛНО КЛАСИРАНЕ:

1. Андрей Кендеров, София
2. Емануил Йорданов, Пловдив
3. Иво Мильотиер, Пловдив

## КЛАСИРАНЕ ПО ДВОЙКИ:

1. Андрей Кендеров и Георги Куков, София
2. Иво Дойчинов и Петко Димов, Враца, София
3. Емануил Йорданов и Боян Костов, Пловдив



Д-р Андрей Кендеров с двата приза, които извоюва

Снимки Росен ВЕРГИЛОВ



# Радост с Chevrolet Cruze комби

Съвременните градски семейства напоследък преориентираха интересите си към комби автомобилите и това е напълно логично - купуваш кола, еднакво удобна и за работа, и за цялата фамилия, когато трябва

през уикенда да сте на открито. В страните от Западна Европа комби моделите формират 11% от общите продажбите през 2011 година. Chevrolet Cruze комби се превърна в любимец на хиляди, защото наследи най-доброто от хечбека и

седана и прибави нов дизелов двигател. Премиерата на 1,7-литровия турбодизелов агрегат с директно впрыскване на горивото Common Rail се състоя през март в Женева. Преди това клиентите познаваха комби на 2-литровия мотор с мощ-

ност 163 к.с. По-малкият събрат има работен обем от 1686 куб.см. 4-цилиндровият двигател развива максимална мощност от 130 к.с. при 4000 об./мин. Максималният му въртящ момент е 300 Нм, който се постига в диапазона между 2000-2500 об./мин. Ком-

бито тежи 1380 кг, а максималното му тегло може да е 1940 кг. Максималната му скорост е 190 км/ч, средният разход е обидно малък - едва 4,5 л на 100 км. Този модел на Chevrolet Cruze е оборудван с 6-степенна механична скоростна кутия. Новата комби версия, която ще бъде на разположение на търговците на марката от лятото, е създадена напълно в съответствие с претенциите на съвременните семейства за удобство и комфорт на прилична цена и нисък разход на гориво.

Комби моделите възникват като специални автомобили, използвани в миналото от железниците в Европа и САЩ за превозване на пътници и багаж от и до жп гарите. Познати и под название carryall, тези "гарови

автомобили" (station wagon) разполагат с по един или с по няколко реда седалки и задължително с по-голямо пространство за багаж. Днес комби моделите са "лайфстайл" и отразяват начина на живот на своя собственик. Вътрешното пространство на новата комби версия на Chevrolet Cruze е създаден с цел да предложи на пътниците максимална гъвкавост, практичност, ергономичност. Продажбите на Chevrolet Cruze от премиерата през 2009 г. досега в световен мащаб надхвърлят един милион екземпляра, превръщайки го в най-продавания модел на Chevrolet на планетата в момента, и създаването на нови комби предложения е съвсем резонен ход на производителя.

## CHEVROLET AVEO

+ два модела = един силен избор



**ЦЕНА 19 980 лв.**  
С ДДС ЗА 1,2 LT 86 К.С. СЕДАН  
ГАРАНЦИЯ 5 ГОДИНИ ИЛИ 150 000 КМ (СПЕЦИАЛНИ УСЛОВИЯ).

**ЦЕНА 19 450 лв.**  
С ДДС ЗА 1,2 LT 86 К.С. С 5 ВРАТИ  
ГАРАНЦИЯ 5 ГОДИНИ ИЛИ 150 000 КМ (СПЕЦИАЛНИ УСЛОВИЯ).

С енергично поведение, иновативна функционалност на интериора и богат избор от бензинови и дизелови двигатели, новият Aveo седан и Aveo с 5 врати правят всяко пътуване забавно и леко. Единственото предизвикателство пред вас е кой от двата модела да изберете. Новият Chevrolet Aveo. Създаден за забавление.

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

Среден комбиниран разход на гориво: 3,6-7,2 л/100 км, среден комбиниран разход на CO<sub>2</sub>: 95-169 г/км. Посочените цени са препоръчителни и се отнасят за Aveo седан 1,2 LT 86 к.с. и Aveo с 5 врати 1,2 LT 86 к.с. Гаранция 5 години или 150 000 км (специални условия). Показаните модели са само с илюстративна цел.



## БГ ПРЕМИЕРА

# Opel Ampera завладя софиянци

Револуционният електрически автомобил Opel Ampera с удължен пробег, който стана кола на 2012 година за Европа, направи своя дебют пред храм-паметника "Св. Александър Невски", а презентацията беше на територията на Националния исторически музей в квартал "Бояна". Сред многобройните гости бяха поканени личности, ангажирани с проблемите на околната среда, въвеждането на екологичен транспорт в страната ни, и потенциални клиенти. Ampera още със създаването си стана фаворит на медиите, а от Opel са убедени, че тази година ще бъдат реализирани 10 000 продажби.

Opel Ampera се доставя на клиентите в Западна Европа от февруари. Неговата литиево-йонна батерия с капацитет от 16 кВтч захранва електрически двигатели с мощност 150 к.с. В зависимост от стила на шофиране и пътните условия автомобилът може да измине между 40 и 80 км само на електрическо захранване от батерията, без да се отделят вредни емисии. Колелата на Ampera се задвижват по електрически път по всяко време. В режим на удължен пробег, който се активира, при условие че батерията е достигнала своето минимално ниво на заряд, бензиновият двигател с вътрешно горене задвижва генератор, който осигурява ток за електрическия мотор. Този удължаващ пробега агрегат позволява достигане на оперативен пробег над 500 километра. Системата за задвижване на Ampera осигурява въртящ момент 370 Нм още при потегляне и дава възможност за постигане на ускорение от 0 до 100 км/ч за около 9 сек и максимална скорост 161 км/ч. Opel Ampera ще се продава в България от средата на юни от единствения оторизиран за модела дилър "Дженеръс Ауто".

