

## ИКОНОМИКА



Чавдар Киселичев,  
международен  
наблюдател:  
Слабото евро  
носи позитиви

На стр. 5

## АВТОМОБИЛИ



В Москва  
се събират  
над 1 милион  
любители  
на шофирането

На стр. 24

## СПОРТ



Какво  
ще се случи  
с ЦСКА?

На стр. 22

Разпространява се безплатно

тираж **300 000**

www.jivotatdnes.bg

Брой 19, 4 - 10 септември 2012 г. (зог. I)

# ЖИВОТЪТ ДНЕС

**actavis**  
think smart medicine

Светът на модерния човек

По-здравео  
общество,  
по-стабилна  
среда за бизнес

Мария Илиева,  
председател  
на УС  
и главен  
изпълнителен  
директор  
на МКБ  
Юнионбанк:

## Емоцията на 15 септември

От уменията на родители да контактуват с детето си зависи как първокласникът ще възприеме първия учебен ден. Детето не трябва да е пренавигирано от очаквания, нито да бъде изпратено като абитуриент. Но е добре да му се създаде празнична атмосфера.

Много семейства залагат на битовата подготовка за първия учебен ден и увлечени в покупки и избор на тоалети, пропускат да поговорят с малкия човек за неговите чувства и притеснения. Какво е важно преди първия звънец

**четете на стр. 18**



## ЖИВОТ и ЗДРАВЕ

Късната вечеря  
тормози целия  
организъм -  
интервю с д-р  
Антоанета Заркова

на стр. 10

Прочетете и  
другите теми  
в специалното  
приложение

9 - 16 стр.

Интервю на  
Микаела  
Въжарова  
на стр. 19

**NeOx**

Отново се движих!

НеОкс крем е комбинация  
от 5 оптимално подбрани  
природни съставки при активен  
начин на живот и натоварване!

За локално приложение!



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





## Porsche показва част от новото си лице

Феновете на Porsche бяха възнаградени за търпението си. В глобалната мрежа най-сетне се появи снимка на новите модели Carrera 4 и Carrera 4S - купе и кабриолет. И двата суперавтомобила са с четири зад-

вижващи колела 4WD. Производителите обаче не са свалили всичките си карти. Все още остават в тайна подробностите около техническите параметри на Carrera 4 и 4S. Базов за Carrera 4 си остава шестцилиндрови-

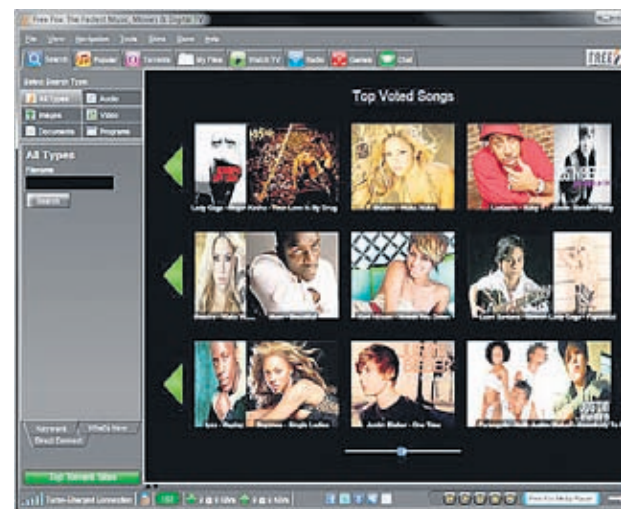
ят опозитен мотор с обем 3.4 литра и мощност 345 к.с. при 7400 об./мин. Carrera 4S пък ще е снабден с 3.8-литров мотор с мощност 394 к.с.

Световната премиера на двата модела ще

се състои по време на Парижкия автосалон, който се открива на 27 септември 2012 г.

## Теглиш песни от интернет - плащаш

Ако сваляш от интернет 30 песни и ги разпространиш, американското правосъдие може да прецени, че действията ти са незаконни, и да те глоби 675 хил. долара. Точно така постъпи Федералният съд в Масачузетс спрямо студента Джоел Тененбаум. В продължение на три години големите звукозаписни компании на САЩ отстояваха правата си и накрая спечелиха делото срещу 28-годишния пират. Той бил обвинен, че в продължение на две години, когато е бил студент в Бостънския университет, е свалял и разпространявал песни. Съдът докажа 30 такива случая. Всяка песен струва на младежа 22 хил. долара. Жалбите му са категорично отхвърлени и присъдата е окончателна.



## В Белгия още едно ученическо пособие - iPad



Новата учебна година в Белгия ще е по-скъпа от предишната, а родителите, чиито деца са записани в Sint-Pieter и Sint-Jozef, ще трябва да се изръсат още повече. От 3 септември (когато започва учебната година) наследниците им задължително трябва да разполагат с iPad, който струва 400 евро. Според ръководствата на двете учеб-

ни заведения продуктът на Apple ще помогне на възпитаниците им успешно да усвоят учебната програма и да се справят с домашните си. Много родители обаче не са във възторг от високотехнологичното изискване и са преместили децата си в други училища, а някои са изпратили жалби до министъра на образованието на Белгия.

## Обувки на бъдещето

Въпреки предупрежденията на лекарите за негативното влияние върху здравето на застоялия начин на живот хората продължават да се движат все по-малко. Наскоро дизайнерът Питър Тредуей от Южна Калифорния дори предложи любопитна концепция за обувки на бъдещето. Те ще ни облекчат дори когато ходим. SprnKiX се слагат върху обикновените обувки и са снабдени с електромотор, който привежда в действие две колела. Електрическите обувки могат да се управляват посредством безжичен контролер, закрепен на ръката на собственика. Единственото, което той трябва да направи, е да научи да пази равновесие, което според автора на изобретението е по-лесно от умението на караш кьнки.

Теглото на обувките е около 8 кг, а

те работят с литиево-йонен акумулатор. Максималната скорост, с която човек може да се придвижва, е 15 км/ч. С едно зареждане на

на SprnKiX, което продължава около 5 часа, може да се изминат до 10 километра. Има и едно условие - собственикът не бива да тежи повече от 80 кг.

Цената на електрическите обувки е 699 долара. През септември тази година се очаква да се появят и по магазините в Европа.



Подходящ  
за бременни и деца

тек лаксативен ефект

възстановяване  
на физиологичния ритъм



www.ecopharm.bg

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



Трябва ли живеещите в центровете на големите градове да плащат за паркиране на собствените си автомобили пред домовете си?

**П. Христева**



Не е редно подобно нещо. Все пак какво са виновни хората, че живеят в центъра? Въобще проблемът с паркирането и движението в столицата е много сериозен. Аз живея в "Дървеница" и мога да ви кажа, че и тук трафикът е много натоварен. Особено покрай басейна на "Дианабад" е страшно - колиите карат с високи скорости, не спират на пешеходна пътека, а и видимостта е ограничена заради завоя. Не знам как децата, които идват в спортния комплекс самички, се справят. Знаете ли обаче, гледах репортаж за организацията на движението в Загреб. И се влюбих в града, в начина, по който са уредили всичко. Градският транспорт е безплатен, чист и бърз, има изградени много велоалеи.

то и движението в столицата е много сериозен. Аз живея в "Дървеница" и мога да ви кажа, че и тук трафикът е много натоварен. Особено покрай басейна на "Дианабад" е страшно - колиите карат с високи скорости, не спират на пешеходна пътека, а и видимостта е ограничена заради завоя. Не знам как децата, които идват в спортния комплекс самички, се справят. Знаете ли обаче, гледах репортаж за организацията на движението в Загреб. И се влюбих в града, в начина, по който са уредили всичко. Градският транспорт е безплатен, чист и бърз, има изградени много велоалеи.

**А. Тасев**

Напълно съм съгласен с такава такса, за да не се превръщат централните улици в паркинги и пешеходците да няма откъде да минат. В този смисъл са оправдани и двата лева на час, които ще се плащат за престой в синя зона от 1 септември. Въпреки че би трябвало тези увеличения да станат на фона на повишаване и на работната заплата. Иначе инфраструктурата би могла да се подобри, за да се облекчи трафикът. Не говоря за разширяване на пътните артерии, защото София няма капацитет за подобно нещо. Тя просто не е пригодена за толкова много хора и автомобили. По-скоро може да се разшири линията на метрото, за да обслужва повече хора, и така въпросът ще се реши наполовина.

**А. Понджева**



Не е нормално данъкоплатците да са рекетирани отвсякъде. Аз живея в по-малък град, но имам отн

ош е н и е към паркирането и движението в столицата, защото често идвам по работа. Мярката е взета, за да се намалят автомобилите в центъра на София и тя да стане по-достъпна и освободена от коли градска среда. Но не това е начинът. Скъпата синя зона и допълнителните такси няма да откажат хората, които са свикнали да се движат със собствените си автомобили. Градският транспорт не е алтернатива за всички, защото не е евтин, а е и доста бавен. Метрото не ходи навсякъде. Макар че именно

# Адрес: София 1000

подземният транспорт може би е спасението - спестява време и е наистина комфортен.

**Л. Йотова**



Да плащаш, за да паркираш пред дома си, е направо безумно. Повишаването на цената при паркиране

то в синя зона - 2 лв. на час, било оправдано, за да могат по-малко хора от крайните квартали да идват с автомобили. Според управниците така трябва да се стимулират гражданите да използват повече градския транспорт. Но знаете ли, ако пътувате всеки ден, това ще ви излезе по-скъпо. 1 лв. за билет по принцип не е много, при положение че и горивата поскъпнаха. Но ако човек сменя няколко превозни средства до работа или до университета, му идва в повече. Самите условия на градския транспорт също трябва да се подобрят.

**Г. Томов**

Абсолютно съм против. Не е редно да се повишава и цената за паркинг в синя зона от 1 септември. Не стига, че горивата поскъпнаха, а сега и центърът стана по-недостъпен. А на хората им се налага да идват - по работа, за да учат. Разбирам средната заплата да беше вдигната, за да могат хората да понесат по-леко таксите, за да паркират автомобилите пред домовете си. Но такова нещо няма. Всичко поскъпва - горива, комунални услуги, най-употребяваните храни. Аз живея в покраен квартал и се съобразявам със синята зона. Макар че работя в центъра, използвам метрото, а до него понякога стигам с кола. Пътувам с автомобил си и в почивните дни, когато няма платено паркиране из целия център. Сега усложниха и това - с удължение на работното време на синя и зелена зона и в събота до обяд.

**М. Илиева**



Не би трябвало да е така. Животът в центъра по принцип е по-скъп, а сега и с тази такса за паркиран автомобил гражданите никак не се улесняват. Може би желанието на хората, приели новите правила за паркиране, е да намалят движението в центъра, защото трафикът е ужасно натоварен. Но практиката показва, че хората, които са свикнали с автомобил, няма да го оставят. Синът ми

работи в центъра и колата просто му трябва, за да си върши работата адекватно и навреме и за да може да бъде мобилен. На Запад има много градове, които са десетки пъти по-големи от София, но там няма такъв проблем. Проблемът може би идва от мисленето на самите хора - от културата и възпитанието им.

**С. Мавров**

Да, според мен е нормално. Аз живея в центъра, но нямам автомобил, така че тези мерки не ме засягат пряко. Но ако имах кола, щях да плащам за паркомясто. Покачването на таксите за синя зона също е оправдано. Допреди седмица бях в Западна Европа, където паркирането в центъра е немислимо скъпо. На теория новите правила за паркиране би трябвало да облекчат движението в столицата. Ще видим, практиката ще покаже. Въпросът може да бъде решен и с подземни паркинги. А използването на метрото е алтернатива за хората, които работят в центъра, но живеят в по-крайни квартали. Дали обаче ще си оставиш колата и ще дойдеш с метрото в центъра е въпрос на възпитание. Пътуването по един човек в автомобил също е разхищение на място, време и пари, така че може би пак опираме до културата на българина.



**Н. Фъртункова**



Не е редно хората да бъдат тормозени така, те какво са виновни, че живеят в центъра? Според мен няма как по този начин да се намалят задръстванията и българите да карат по-малко колиите си. Много автомобили минават транзитно през центъра. А за гражданите от столицата използването на градския транспорт понякога е скъпо и не-изгодно. Метрото донякъде е спасение, но то не стига навсякъде. В Германия например улиците са спокойни и въобще няма такъв ужасен трафик. Шофьорите са по-дисциплинирани и още преди да си стъпил на пешеходната пътека, спират. В Западна Европа има изградена гъста мрежа от велоалеи, които стимулират хората да използват колела. Хем не замърсяват, хем пристигат бързо и са икономични. Просто трябва да се промени менталитетът на българина, за да потръгнат нещата.

**М. Пиргова**

Абсолютно не би трябвало да е така. Увеличението на цените за паркиране в т.нар. синя или зелена зона в София също е безумно. Аз и сега



идвам и паркирам в центъра по работа, но повишените цени не са решение на проблема с трафика. Би трябвало да се изградят повече велоалеи, повече подземни паркинги за хората, които имат нужда от автомобил си и от това да са мобилни. В развитите страни имат невероятен, точен, чист, бърз и много удобен градски транспорт. Което у нас липсва. Намерението на Йорданка Фандъкова с тези мерки и със задръстването на цената на билета да облекчи движението няма как да се случи. Тя просто трябва да разбере, че София няма нищо общо с другите европейски столици.

**Н. Валентинова**



Какво да ви кажа? Аз нямам кола и не живея в центъра, но често идвам по работа и за да гледам внуците. Синът ми работи и живее в центъра и семейството му има автомобил. Паркират го пред къщи, нямат избор - все пак са с деца, и плащат годишната такса. Градският транспорт е доста скъп за хората, които не използват намаление. Допреди години си взимах едnodневна карта, защото пътувам много, но наистина е ужасно скъпо и човек се ограничава. Сега пътувам спокойно, защото съм с карта за пенсионери. Има начин за справяне със задръстванията и това е промяната на мисленето на самите хора. Виждам как хората сами се возят в автомобил, където могат да се поберат най-малко още 3-4 души.

**С. Тасев**

Не знам доколко е редно, но според мен това не е начинът да се стимулират хората да изоставят автомобилите си и да използват повече градски транспорт. По-скоро трябва да се направят повече паркоместа под земята, а също и да се създаде голяма, достъпна и безопасна мрежа от велоалеи. Велосипедът е бърз, евтин и екологичен начин за придвижване из цяла Европа. Иначе да си оставиш колата в центъра е скъпо навсякъде. Единствено по телевизията чух, че в Румъния е поевтино паркирането в центъра на големите градове, отколкото у нас. Но не знам доколко е вярно. Важно е хората сами да преосмислят как е по-добре да се придвижват според възможностите си. А общината би трябвало да осигури повече условия за алтернативен транспорт. Това включва и подобряване условията в сегашните превозни средства. Някои от тях са много стари, с лоша поддръжка и хигиена.



## ПОСОКИ

Тройкаджии и по здраве



Петър ГАЛЕВ

Престижната аналитическа агенция „Блумбърг“ нареди България на незавидното 73-то място в света по здравен статус на населението (вж. на стр. 9). Агенцията прави ежегодната си класация на базата на обективни данни от ООН, СЗО и други достоверни източници. В списъка влизат общо 145 държави с население над 1 милион души. По-здрави от българите се оказват например жителите на Албания, Коста Рика, Чили, Никарагуа, Виетнам и други страни, където социално-икономическите проблеми съвсем не са малко. Нормалната обществена реакция при тази класация е засилване на недоволството към институциите, които управляват здравеопазването. И тази реакция е напълно оправдана, защото вече 20 години чакаме някой да направи здравните вноски неотменими за всички, болниците да отговарят на сегашния, а не на миналия век, лекарите и другите медицински специалисти да имат реален мотив да остават тук и да ни лекуват, а лекарствената политика да позволява максимално широк достъп до препарати на поносими цени. Но всичко това е само едната страна на проблема. Другата страна е прословутото нашенско negliжиране на собственото здраве. Защото каквото и да направи държавата, ако сам не мислиш за себе си, нищо не може да ти помогне. И какво се получава? Държавата прави, да кажем, половината от необходимото, за да имаме нормално здраве, но ние упорито не се възползваме дори и от това. В България понятието като здравословно хранене, въздържане от вредни навици, ежедневна физическа активност и профилактични прегледи са нещо като оксиморон. Така че средата на класацията си е цяло чудо!



## КАРИЕРА



Подготвени  
на интервю  
за работа

На стр. 6

## КОСМОС

В памет  
на Нийл  
Армстронг



На стр. 7

## СЕТИВА



В Горна Липница на Арт  
резиденция

На стр. 8

## ТРАДИЦИИ



Домашната  
ракия се  
компрометира

На стр. 15

## НА ДОБЪР ЧАС!

Да помогнем на  
първокласника



На стр. 18

## МОЯТ ДОМ



Вилата  
се нуждае  
от грижи,  
за да ни служи

На стр. 20

# Нелепи идеи, които носят милиони

Как да забогатееш? Откъде да започнеш? Тези въпроси си задават всички, но малко успяват да постигнат така желанния успех. Като правило се започва с търсенето на конкурентоспособен продукт, разработването на сложен бизнес план, привличане на инвеститори. Но главното е идеята, която е в основата на начинанието. Това е и най-трудната част - да ти хрумне бизнес, който ще осигури прилив на пари от клиенти. Понякога обаче начинаещите тръгват по доста нестандартен път, което съвсем не означава, че приходите им са малко.

## 2. Очила за кучета

На кого ли би му хрумнало, че кучетата могат да се снабдят със слънчеви очила? При всички положения не на самите домашни любимци. Но техните собственици нямат нищо против да накичат питомеца си с модния аксесоар. Днес този бизнес е широко разпространен в САЩ и носи на компаниите милиони долари годишно. Освен това очилата бяха само първата крачка. Вече се произвеждат раници, жилетки, тениски, шапки, обувки и какво ли още не.



## 4. Пластмасов ядец

В САЩ има традиция в Деня на благодарността да се чупи ядецът на пуйката и да си пожелаващ нещо. Но до следващия празник трябва да чакаш цяла година. Нетърпението на хората да заявяват желанията си е използвал днешният милионер Кен Ахрони, който започнал серийно производство на заветните костички. Компанията му LuckyBreak произвежда по 30 хил. броя всеки ден, а купувачи са не само редовни граждани, а и корпорации. Находчивостта на Кен Ахрони му носи 2,5 млн. долара всяка година.



## 1. Сайт за запознанства на семейни хора

Звучи странно, но този сайт е създаден от Ноел Бидерман, женен мъж, бивш юрист, който твърди, че бракът му е много щастлив. Проектът на Бидерман е само за семейни или сгодени ползватели. Независимо от леко аморалния привкус на сайта създателят му стана милионер, а общият брой на ползвателите превишава 3,2 млн. души.



## 3. Търговия със сладкото на баба

Много домакини си имат собствени рецепти, които се пазят в дълбока тайна. Британецът Фрейзър Дохърти обаче изгради цяла империя, продавайки сладка по рецепти на собствената му баба. Започвайки на 14-годишна възраст, на 16 Дохърти вече е основал сладкия си бизнес, напуска училище, за да създаде SuperJam. Ежегодните продажби са около 500 хил. буркана, а компанията заема 10% от британския пазар на сладка. Състоянието на Дохърти се оценява на близо 2 милиона.

## 5. Възглавничка за микровълнова печка

Американката Ким Левин е основател и собственик на империята Wuvit. Всичко започнало, когато й хрумнала гениално простата идея - ако си ушите калъпка за възглавничка, вътре сипете царевича и я поставите в микровълновата печка, накрая ще получите любимата на американците закуска - пуканки. В началото Левин ушила такива възглавнички за съседските деца, после започнала да ги продава, докато се захванала със серийното им производство. Днес тя притежава милиони, дори е написала книга за тайните на успеха си.

## 6. Продажба на пиксели

През 2005 г. 21-годишният английски студент Алекс Тю пуска проекта Million Dollar Homepage, предлагайки за продажба пиксели за екран 1000x1000. Всеки пиксел се предлагал за 1 долар. В крайна сметка умникът спечелил 1,037 млн. долара. Простата идея привлякла огромно внимание. За правото да станеш собственик на пиксели дори се устройват търгове. Между другото последния си пиксел Тю продал за 38,1 хил. долара.



## 7. Извинителни писма

Компанията Excused Absence Network предлага на всички желаещи срещу неогламо заплащане да се снабдят с писмо до работодателя или преподавателя, в което се извиняват за отсъствието си. Стойността на бележката е 25 долара. Любопитното е, че създателят на бизнеса, в който е вложил 300 долара, и до момента живее в малкия си дом в Оклахома и работи само с един ноутбук. Всеки месец поръчките за писма надхвърлят 15 хиляди.

## 8. Служба за почистване след кучешка разходка

В далечната 1987 г. едва ли някой е предполагал, че Матю Осбърн от Охайо изведнъж ще стане милионер. Тогава той е работил за 6 долара на час. Късметът му обаче проработва, когато собствениците на кучета не остават равнодушни към услугата, която той решил да предлага - почистване след домашните им любимци. Бизнесът тръгва към върха и Осбърн наема първите седем работници, а сам се захваща да ръководи компанията. Днес тя се радва на растяща клиентела.







**Чавдар КИСЕЛИНЧЕВ,**  
международен  
наблюдател

**З**а една година еврото загуби 15% от котировката си спрямо долара. Това може да се смята за единствения положителен момент на кризата. Сега за едно евро се дават \$1,21. Ако еврото спадне с още 15%, между двете основни световни валути ще има паритет. Само отслабването на еврото практически осигурява възможност за реанимиране на еврозоната, която все повече потъва в рецесия.

Прогнозата на Международния валутен фонд предвижда 0,31% спад на brutния вътрешен продукт на еврозоната през тази година и прираст само от 0,7% за 2013 г.

Спадане на котировката на еврото означава повишение на конкурентоспособността на износа извън еврозоната, но в същото време поскъпване на вноса на незаменими стоки като енергосителите например. Като цяло все пак това ще се отрази положително, особено на такива проблемни страни като Испания. В резултат ще

се подобри платежният баланс на държавата и ще се докаже, че тя повече не се простира извън чергата си.

Щом като страните в еврозоната не могат да направят много за подобрене на ситуацията, всички погледи са обърнати към Европейската централна банка (ЕЦБ). Тя намали своите лихви, но все още разполага с пространство за маневри. По същество ЕЦБ трябва да предприеме допълнителни стъпки за намаляване на лихвите в засегнатите от кризата държави. Президентът на банката Марио Драги обяви за готовността на ЕЦБ да направи всичко необходимо за спасяване на еврото.

Въпреки това, ако еврозоната иска да разшири поддръжката си за икономическата активност и трудовата заетост, еврото е необходимо да продължи да губи позиции по отношение на долара. За съжаление това благотворно спадане на курса на европейската валута се натъква на две препят-

# Да живее слабото евро



ствия. Първото има вътрешен характер - това е консерватизмът на немците. Германия винаги се е стремела към силна марка, а сега към силно евро. От друга страна, италианецът Марио Драги заема много по-гъвкава позиция по този въпрос.

Другото препятствие идва отвъд Атлантика. Става дума за американската реакция на "силния долар" при "слабо евро". През последните години изглеждаше, че Вашингтон се стреми към слаб долар за поддръжка на американския износ.

Властите в САЩ официално твърдят обратното, но в действителност продължават курса си за задържане на долара на ниско равнище. Възможно ли е Вашингтон да измени своята позиция? В статията си във в. "Файненшъл Таймс" американският икономист Мартин Фелдщайн привежда своите доводи при такава перспектива. По неговите думи възстановяването на конкурентоспособността на европейския износ ще се отрази отрицателно на американския износ, обаче последствията ще

са незначителни, тъй като само 5% от външната търговия на САЩ се падат на еврозоната. Освен това, както отбелязва Фелдщайн, федералната резервна система не може и по-нататък да намалява своя лихвен процент, за да направи долара по-малко привлекателен. И в резултат на това да даде отговор на намаляване на лихвените проценти в Европа. Федералният резерв просто не може да постъпи така, даже и да иска. Освен това, напомня Фелдщайн, президентът на САЩ Барак Обама и

ръководителят на Федералния резерв Бен Бернанке нееднократно повтаряха, че американската икономика страда от кризата в Европа. По този начин отслабването на еврото няма да бъде безболезнено за САЩ, но ще бъде най-малкото зло. Всички тези съображения позволяват на европейските ръководители да се надяват на доброто. Намаляването на котировката на еврото спрямо долара - това е възможна, и при това устойчива перспектива. С други думи, "да живее слабото евро"!

## 10 компании, чийто провал е опасен за държавите



В състояние ли са държавите, на чиито територии се намират щаб-квартирите на крупни транснационални компании, да се задържат над водата, ако отрасловите гиганти тръгнат надолу? При подобна ситуация рискът корпорациите да дръпнат към дъното икономиката на цялата страна е доста голям. Доказателство за това твърдение е фактът, че от 1998 г. до 2007 г. компанията Nokia обезпечаваше една четвърт от brutния вътрешен продукт (БВП) на Финландия. Освен това за разработката и развитието на технологиите компанията обхваща 30% от

Специалистите определиха десет компании, чиито мащаби представляват риск за икономиката, ако загубят позициите си:

1. ArcelorMittal (Люксембург) - процент от БВП за 2011 г.	- 161%
2. Essar Energy (Мавриций)	- 132%
3. Royal Dutch Shell (Холандия)	- 56%
4. China Mobile (Хонконг)	- 34%
5. Glencore (Швейцария)	- 29%
6. Statoil (Норвегия)	- 24%
7. PTT (Тайланд)	- 23%
8. Hon Hai (Тайван)	- 20%
9. Nokia (Финландия)	- 20%
10. Mol Group (Унгария)	- 19%

целия обем на инвестициите в страната. Не на последно място за споменатия период Nokia обезпечи 20% от финския експорт, внасяйки в бюджета на страната 23% от всичките събрани данъци. Оттогава нещата се промениха. Доскоро производителят на мобилни телефони беше лидер в сегмента, но през второто тримесе-

чие на 2012 г. пазарният му дял е паднал под една пета. Ако приходите на Nokia днес са съпоставими с 20% от БВП на страната, то съществуват далече по масивни организации, чиито доходи се оценяват на половината от размера на икономиката на държавите, където са позиционирани, че и над това ниво.



# Подводните камъни на интервюто за работа



Дори и само веднъж да сте ходили на интервю за работа, сигурно са ви задавали поне един от тези въпроси. Те са универсални, независимо коя е компанията, в коя част на света се намира, колко е голяма и с какво се занимава. На пръв поглед тези въпроси нямат никакво отношение към бъдещата ви професия и само запълват паузата между важните теми. Но всъщност от отговорите ви точно на тях опитният интервюиращ ще научи за вас повече, отколкото от резюмето ви.

Затова трябва да сте готови. Предлагаме ви най-честите отговори, задавани на интервюта за работа, и отговорите, които биха ви гарантирали успех.

## 1. Разкажете ни нещо за себе си.

**Каква е уловката:** Да разкажете нещо за себе

си е невъзможно. Въпросът е прекалено общ, а и не можеш да отгатнеш точно какво иска да узнае интервюиращият. Ще ви се наложи да помолите въпросът да бъде конкретизиран, което няма да завърши с нищо добро. Всъщност събеседникът ви не иска да се запознае с вас по-отблизо, а прове-

рва способността ви да се представите в професионален план. По този начин ще взаимодействате с хора в рамките на компанията и извън пределите ѝ.

**Как да отговорите:** Не бива да изтъквате професионалните си заслуги, за тях бъдещите ви работодатели ще узнаят от презентацията ви. Помислете какви качества цените най-много у себе си, добавете малко факти от миналото си - къде сте учили, защо сте избрали тази професия, имате ли хоби. Може и да пофантазирате малко, но в никакъв случай не започвайте да гле-

дате с кръгли очи и да заеквате. От това ще стане ясно, че създаването на контакти не е силната ви страна.

## 2. Кой е главният ви недостатък?

**Каква е уловката:** Естествено, никой никога не е отговорил честно на този въпрос. Интервюиращият е наясно с това. Той разбира, че в отговор по-скоро ще чуе заучени фрази или неумел опит за шега като: "Моята слабост е моята работохолизъм". Но по това, което ще чуе, интервюиращият може да се ориентира доколко сте честни и можете ли да се справите със слабостите си.

**Как да отговорите:** Колкото може по-сериозно и обмислено. Например можете да признаете, че не можете да работите в стресова ситуация или че изпитвате страх от публични изяви. Но веднага трябва да добавите, че това няма да попречи на професионалните ви ангажменти и можете да приведете пример как се справяте с тази слабост.

## 3. Като какъв се виждате след 5 години?

**Каква е уловката:** Можете да се виждате какъвто си искате - като датския принц, космонавт или фикикус. При всички случаи животът почти винаги се различава от представите ни за него, а и интервюиращият никак не се вълнува от тях. Въпросът поставя на изпитание вашата преданост към компанията и готовността ви да градите кариера именно в нея.

**Как да отговорите:** Съвсем не е необходимо да се кълнете на работодателя във вярност до гроб. Този въпрос ви дава шанса да разкажете за своите достойнства, професионални и лични постижения, нещо за характера си, амбициите и т.н., които според вас ще ви помогнат да направите успешна кариера и съответно да бъдете полезни за компанията.

## 4. Защо искате да работите при нас?

**Каква е уловката:** Очаква се отговорът на този въпрос да съдържа суперлативи за компанията. Всъщност на повечето интервюиращи им е дошло до гуша от подобни похвали. Няма никакво значение защо сте предпочели тази компания. Професионалистът трябва да умее да отговаря и на най-тъпите въпроси, особено ако ще му се налага да контактува с повече хора.

**Как да отговорите:** Не хвалете компанията, а говорете за собствената си мотивация. Ако ви е привлякла високата заплата, интервюиращият ще бъде разочарован. Повечето работодатели търсят хора, които се стремят към самореализация, развитие и кариера. Т.е. трябва им не просто изпълнители, а служители, които могат да помогнат компанията да се придвижи напред. Но не бива и съвсем да отричате материалната си заинтересованост, защото това ще изглежда глупаво и неискрено.

## 5. Имате ли увлечения?

**Каква е уловката:** Повечето смятат, че въпросът е незначителен и няма никакво отношение към работата. В резултат те дават необмислени и несериозни отговори или просто казват: "Нямам", което не е най-правилната тактика. От отговора на въпроса интервюиращият може да си състави попълна картина за вас, защото увлеченията много говорят за характера на хората.

**Как да отговорите:** Откровено. Ако нямате никакво хоби, разкажете как прекарвате свободното си време, без да се впускате в детайли. Ако един-два пъти сте пробвали някакъв спорт или екстремно развлечение, споменете го и кажете, че ви е харесало. В никакъв случай не пропускайте фитнес клуба, ако го посещавате. Съвременните работодатели ценят хората, които водят здравословен начин на живот.

## 6. Как биха ви описали колегите ви?

**Каква е уловката:** Още един въпрос, който ви кара да отговорите иронично. Старайте се да не доставите на интервюиращия това удоволствие. Ако започнете открито да се хвалите, ще излезете лъжец и събеседникът ви няма да получи необходимата му информация. Целта му е да си изясни можете ли да се оценявате от страни и при необходимост да коригирате професионалното си поведение.

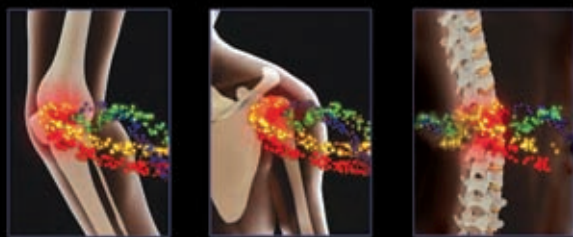
**Как да отговорите:** Не забравяйте - скромността краси човека. Пренесете разговора на тема: "Мисля, че повечето ценят у мене..." или "Бих искал да се покажа в едни-какви си светлина...". Това ще ви даде възможност да не се покажете като самохвалко и в същото време да подчертаете своите достойнства и стремежи в кариерата.

## 7. Защо искате да напуснете или сте напуснали предишната си работа?

**Каква е уловката:** Какъвто и да е отговорът ви, той ще бъде оценен като предупреждение - аналогична причина може да ви накара да се разделите и с бъдещия си работодател.

**Как да отговорите:** Чувайки отговора на въпроса си, интервюиращият трябва да бъде убеден, че: а) причината за напускането на предишната ви работа не е ниската ви квалификация; б) след вашето напускане интересите и репутацията на бившия ви работодател не са пострадали; в) че подобна ситуация не може да се повтори по каквато и да е обективна причина. Най-добре е да не се разпростирате върху въпроса защо не ви е харесала бившата ви компания, а да обясните, че предишната ви позиция не ви е позволявала в пълна степен да достигнете това, към което се стремите в кариерата. И, естествено, споменете защо според вас новата работа ще ви удовлетвори повече. (ЖД)

Времето променя ставите...



С грижа за всяка става!



**CHONDROSAVE**

Хранителна добавка

Есopharm





# Нийл Армстронг завинаги напусна земната орбита

В памет на първия човек, стъпил на Луната

е избран за командир на кораба "Аполо 11".

През 1969 г. космическият екип на САЩ е готов да изпълни обещаното от Кенеди. Армстронг, Бъз Олдрин и Майкъл Колинс се насочват към Луната с изключително мощен за времето си кораб. Хората по целия свят купуват телевизори, за да станат свидетели на подвига на тримата астронавти. На 20 юли над 500 млн. души от цялата Земя наблюдават момента на кацане на "Аполо 11" на лунната повърхност. Интересно е, че Олдрин е трябвало да стане първият човек, стъпил на Луната - така било записано в плана на мисията. Само че вътрешното устройство на лунния модул не позволило това да се случи. Люкът се отварял навътре и не позволил на Олдрин да излезе преди командира си.

## Малката крачка

Армстронг маневрира, за да избегне кацането върху район с огромни

кратери. Имал е гориво за 20 секунди полет и когато най-сетне приземява кораба, той съобщава на центъра в Хюстън: "Орелът кацна". След излизането от капсулата Армстронг произнася знаменитата фраза: "Една малка крачка за човека, но гигантски скок за цялото човечество". Телевизионните зрители на Земята с благоговение гледат как Армстронг и Олдрин опитват различни начини за придвижване по лунната повърхност - с тичане, бърз ход, подскоци. Двамата астронавти забиват американския флаг в т.нар. Море на спокойствието и даже за кратко играят голф.

Връщайки се на Земята, астронавтите на НАСА стават знаменитости. Армстронг обаче напуска НАСА две години след знаменития си подвиг. Награден с Президентския медал на свободата, Армстронг се отказва от публичния живот и се оттегля в своята ферма в Охайо. Дълги години пре-

подава в университета на Синсинати. "Не искам да бъда жив паметник" - заявява Армстронг. В едно от последните си интервюта той споделя: "Всички ние дълбоко вътре в себе си искаме да ни уважават не заради някакви моменти от биографията ни, а заради сбора от всичко, което сме направили, създали и казали".

## Да му намигнем

Армстронг учудва почитателите си, когато се появява в рекламна кампания на автомобилния гигант "Крайслер" през февруари 2012 г. Колегата му Бъз Олдрин става алкохолик и получава нервен срив. Самият Армстронг винаги е избягвал шумните празненства и рядко присъства на събиранията, организирани от негови колеги астронавти по случай годишнини от кацането на Луната.

Сега целите на космическите програми са насочени най-вече към Марс. Но хората, които седяха през юли 1969 г. пред телевизорите, видяха как една фантастична човешка мечта се сбъдва. А срамежливият американец от Охайо откри нови хоризонти за човечеството.

Посмъртно Барак Обама го нарече "един от най-великите герои в историята". Стоици знаменитости също изрекоха трогателни думи на почит в негова памет. Това обаче едва ли щеше да се хареса на Нийл толкова, колкото скромната идея на семейството му след смъртта му. Те предложили на всеки, който иска да почете паметта му - да погледне вечер към Луната, да ѝ се наслади и, спомняйки си за Нийл Армстронг, да му намигне. Някъде там, почти на 400 000 километра от Земята, покрита със сива пелена, остава онази малка първа крачка на човека, чиято смърт е огромна загуба за човечеството.

В интервю за изданието Esquire през 2011 г. Армстронг заявява: "Астронавтите не умират в събота. В крайна сметка не съм чувал за нито един такъв случай". По ирония на съдбата вече заем, че не е бил прав.

Мира ВАЛЕНТИНОВА

На 82 години почина Нийл Армстронг, първият човек, който стъпи на Луната през 1969 г. На въпроса как се е чувствал в този ден той отговаря: "Много, много малък". По-късно самият Армстронг изразява съмнение за значимостта на подвига си заради политизирането на стремежа към усвояване на Вселената и намаленото финансиране на космическите програми. Великият астронавт издъхва, след като три седмици преди това претърпява сърдечна операция.

## Надпреварата

През 1962 г. президентът на САЩ Джон Кенеди заявява, че човешки крак ще стъпи на Луната още преди края на десетилетието. Неговата прогноза се сбъдва. В същото време СССР надделява над Щатите във вечната им надпревара по усвояване на Космоса. Битката започва на 4 октомври 1957 г., когато Съветският съюз извежда в околоземна орбита първия в света изкуствен спътник на Земята. Нов успех принадлежи не кой да е, а едно смело московско куче. Лайка става първото живо същество, което полита в Космоса. Невинното животно умира след помалко от 3 часа от страх и ужас. То е изстреляно на борда на съветския изкуствен спътник "Спутник 2" на 3 ноември 1957 г.

На 12 април 1961 г. руският военен пилот и

космонавт Юрий Гагарин става първият човек, който поема към Космоса. Полетът се осъществява с космическия кораб "Восток 1", който обикаля веднъж Земята. Съветският съюз продължава да трупа активи, затова експертите сочат Армстронг като американския отговор на Гагарин.

По време на първия си полет в Космоса на

борда на "Джемини 8" през 1966 г. американецът успява да спре въртенето на космическата капсула след стиковката със спътник. Така той спасява не само своя, но и живота на втория пилот. Армстронг е бил известен със своята срамежливост, бил доста мълчалив, но благодарение на изключителните си умения



Нийл Армстронг е роден на 5 август 1930 г. в щата Охайо. Баща му е работил на правителствен щат, а майка му постоянно пътува. На 6 години Армстронг за първи път полетял в небето и оттогава у малкия американец се заражда любовта към висините. За него истински герой е Чарлз Линдберг, американски летец, който първи прелетява над Атлантическия океан. На 16-годишна възраст Нийл получава свидетелство за управление на самолет още преди да вземе шофьорска книжка. По време на войната с Корея (1950 г.) е един от пилотите на военноморските сили на Америка. През 1962 г. става част от елитната група астронавти на САЩ и започва подготовка за космически полет.





# В Горна Липница пре

Арт резиденция „Старото училище“ обедини световните и местните легенди

Мария АТАНАСОВА

В павликентското село Горна Липница група артисти от България, САЩ, Япония, Мексико, Израел и Египет през август повече от седмица създаваха изкуство под вековните дървета на старото училище. В обширния двор и класните стаи, които вече не функционират по предназначение, за трета поредна година се проведе Арт резиденция „Старото училище“. Стаите бяха превърнати в ателиета по живопис, визуални изкуства и фотография. Темата тази година бе „Краят като начало: Горна Липница и началото на света, 2012“. Заявки за участие



бяха подали повече от 100 души от всички континенти. С помощта на доц. д-р Андроника Мартонова от Института за из-

ледване на изкуствата към Българската академия на науките и Венета Захаријева - гл. редактор на фотографско списа-

ние, бяха избрани девет творци. Тяхната задача бе да претворят световните, националните и местните легенди за края

## По пътя към звездното небе наг Холивуд



● Чаровният и най-трудно умиращ холивудски актьор **Брус Уилис** се е трудил усилено в химически завод. Защо усилено обяснява самият той: „Тогава мечтаех да обикна работата си като баща си“. За щастие на цялата филмова индустрия Брус не се задържа дълго на производственото поприще.

„Американски графити“. Новият клиент на Форд се казва Франсис Копола, който оценява не само таланта му на дърводелец, а и пред камерата. Гениалният режисьор му поверява роля в „Апокалипсис сега“, което слага началото на звездния път на Харисън Форд. „Даже когато бях дърводелец, бях щастлив“, казва световноизвестният актьор.

кратък: „Анджи ми каза - отиваш да учиш за фризьор. И аз отидох“. Дани де Вито боядисвал, подстригвал и къдрил цели пет години.



● Звездата от сериала „Приятелите“ **Дженифър Анистън** от детството си е била привлечена от киното, но първо е работила като куриер. Днес бившата половинка на Брад Пит си спомня: „Уволниха ме поради непригодност - карах колело добре, но доставях пратките лошо“.



● Красавицата от „Убий Бил“ **Ума Търман** изключително ловко върти оръжията, а някога също така добре се е справяла с купища мръсни чинии... „Намерих си работа в пицария, миех съдове, а през свободното си време шурмувах кастингите. И ми потръгна“, спомня си късметлиятка, успяла да замени кухнята със снимачната площадка.



● Преди да започне да разсмява зрителите, **Упи Голдбърг** е работила в доста мрачно място - моргата. „Гримирах покойници, работих като пазач... Киното е най-лесната професия, която съм упражнявала“, твърди Упи.



● Другият веселяк - **Дани де Вито**, по настояване на сестра си става фризьор. Както казва самият актьор, разговорът със сестра му е бил



● **Харисън Форд** дълго и упорито се е опитвал да стане актьор, но името му дори не го изписвали в титрите на филмите. За да издържа съпругата и детето си, Форд се преквалифицирал в дърводелец, при това кадърен. Тук най-накрая му провървяло. Режисьорът Джордж Лукас го наел да му направи мебели за кабинета. Заедно с това му поверил неголяма роля в

## Галерия „Възраждане“ стана на 17 години

за постижения в изобразителното изкуство - пластика, изработена от проф. Георги Чапкънов - Чапа. Носители на тази награда са доц. Владимир Геннадиев, Георги Йорданов, Димитър Войнов - син, Димитър Лалев, Димитър Рашков, проф. Емил Попов, Матей Матеев, проф. Николай Майсторов.



Пловдивската галерия „Възраждане“, една от най-престижните в страната, ще отпразнува своята 17-а годишнина на 4 септември. В предстоящия сезон галерията ще осъществи своята юбилейна 400-на изложба.

Галерия „Възраждане“ е създадена по идея на пловдивския писател Димитър Атанасов, а се ръководи от творческия тандем Краси и Симеон Алексиев. Тук се показва само съвременно фигуративно изкуство както от утвърдени имена, така и от млади и търсещи известност творци.

Галерията полага много труд и усилия в издаването на каталози и албуми, които ще бъдат ценен извор на познание за бъдещите поколения, интересувачи се от случващото се в изобразителното ни изкуство днес. В богатото депо на галерията, при подходящи атмосферни условия, се поддържа и многообразна колекция от маслена живопис, графики и рисунки, скулптури, като те са особено впечатляващи за колекционерите.

От 2001 г. галерията дава награда „Медия“ за арт журналистика, а от 2005 г. връчва приза „Сребърно възраждане“

През 2010 г. галерия „Възраждане“ бе удостоена със знака „Златна книга“ и със специален сертификат за почетен статут на институция с висок престиж и обществено признание в областта на културата. Наградата се дава от Съвета на европейската научна и културна общност.

Рожденият ден на галерията съвпада с откриването на изложбата на пловдивския скулптор Веселин Ламбрев. Авторът е носител на наградата за скулптура на Министерството на културата на „Първи есенен салон за изящни изкуства“ (1990) и има номинация за наградата „Пловдив“ (1993). Експозицията му може да се види във „Възраждане“ до 18 септември.





# ЖИВОТ И ЗДРАВЕ

## Марихуаната понижава интелекта

Пушенето на марихуана от подрастващи води до снижаване нивото на интелекта им. Това съобщиха група психолози от САЩ, Великобритания и Нова Зеландия. Те провели изследване с участието на 1037 души, родени между 1972 и 1973 г. Психолозите ги наблюдавали от раждането им до навършването на 38-годишна възраст. Те периодично били подлагани на тестове за оценка на интелекта им. Част от изследва-

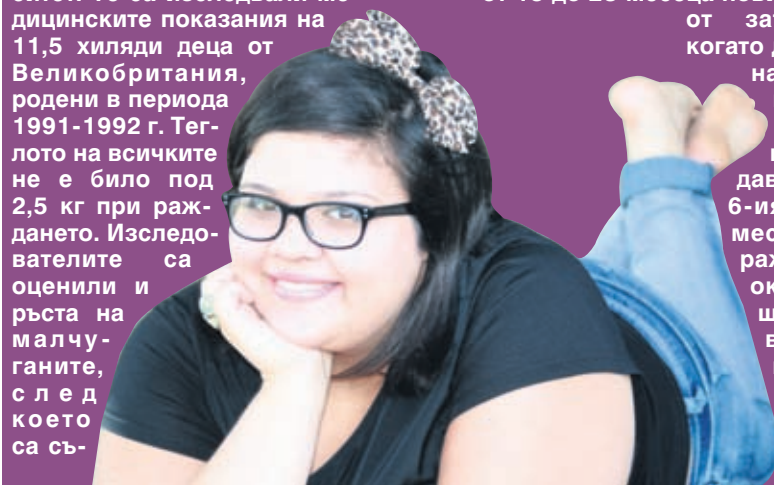


нето било допитване до приятели и роднини на доброволците. Крайните резултати показали, че при хората, които са започнали да употребяват марихуана като подрастващи, се наблюдава понижено IQ с осем бала, което не се променило след отказ от пушенето. Един от авторите на изследването споделя, че за някои хора осем бала може да е незначително, но по-ниският интелект може да доведе до ниски доходи в бъдеще.

## И антибиотиците виновни за гетското затлъстяване

Предписването на антибиотици в ранна детска възраст повишава риска от наднормено тегло. До този извод са стигнали група американски учени от Нюйоркския университет. Те са изследвали медицинските показатели на 11,5 хиляди деца от Великобритания, родени в периода 1991-1992 г. Теглото на всичките не е било под 2,5 kg при раждането. Изследователите са оценили и ръста на малчуганите, след което са съ-

поставили данните с назначаването на антибиотици през първите месеци от живота им. Резултатите недвусмислено доказват, че приемът на тези медикаменти във възрастта от 15 до 23 месеца повишава риска от затлъстяване, когато децата стигнат 7-годишна възраст. Антибиотиците обаче, давани между 6-ия и 14-ия месец след раждането, не оказват съществено влияние върху теглото на децата след време.



### НОВОТО В HEALTH.BG



Под лупа:  
Диета според  
кръвната  
група  
[www.health.bg/17422](http://www.health.bg/17422)



Огледалце,  
огледалце... -  
съвети за  
красива кожа  
[www.health.bg/17427](http://www.health.bg/17427)



Нещо  
сладичко  
за закуска  
[www.health.bg/17428](http://www.health.bg/17428)

## Най-щастливата възраст



Експерти от университета "Уорик", Англия, са изчислили, че най-щастливата възраст за хората е 45 години. Този извод те са направили, след като са провели изследване с участието на 10 хиляди жители на Великобритания и САЩ. Участниците в проучването отговори-

ли на осем въпроса, отнасящи се за здравето им, социалния статус, качеството на умствена им дейност. Независимо че физическото състояние след 40-те се влошава, най-позитивни са били отговорите на хората около 45-годишна възраст. Специалистите, провели изследването,

смятат, че причината за това е фактът, че на тези години хората по-лесно се справят с неприятностите, които им се случват. Освен това на 45 очакванията от живота не са така високи и хората не се стресират, стремяйки се към лични и професионални върхове.

# Ogestan®

НОВО



Точно  
най-необходимото  
за бъдещата  
майка!



Уникална комбинация от фолиева киселина и  
Омега 3 (DHA) мастни киселини, необходими  
за нормалното протичане на бременността

Ecopharm

Маркетинг от ЕКОФАРМ ЕООД  
1421, София, бул. „Черни връх“ 14, бл.3  
тел.: 02/ 963 15 96; 963 15 97



# Късната вечеря задръства организма с токсини

С д-р Антоанета Заркова, специалист по вътрешни болести и Аюрведа, разговаря Галина Спасова

**Д**-р Заркова, защо при болест, а и за да се съхрани здравето, още древните са придавали първостепенна важност на методите за прочистване на организма?

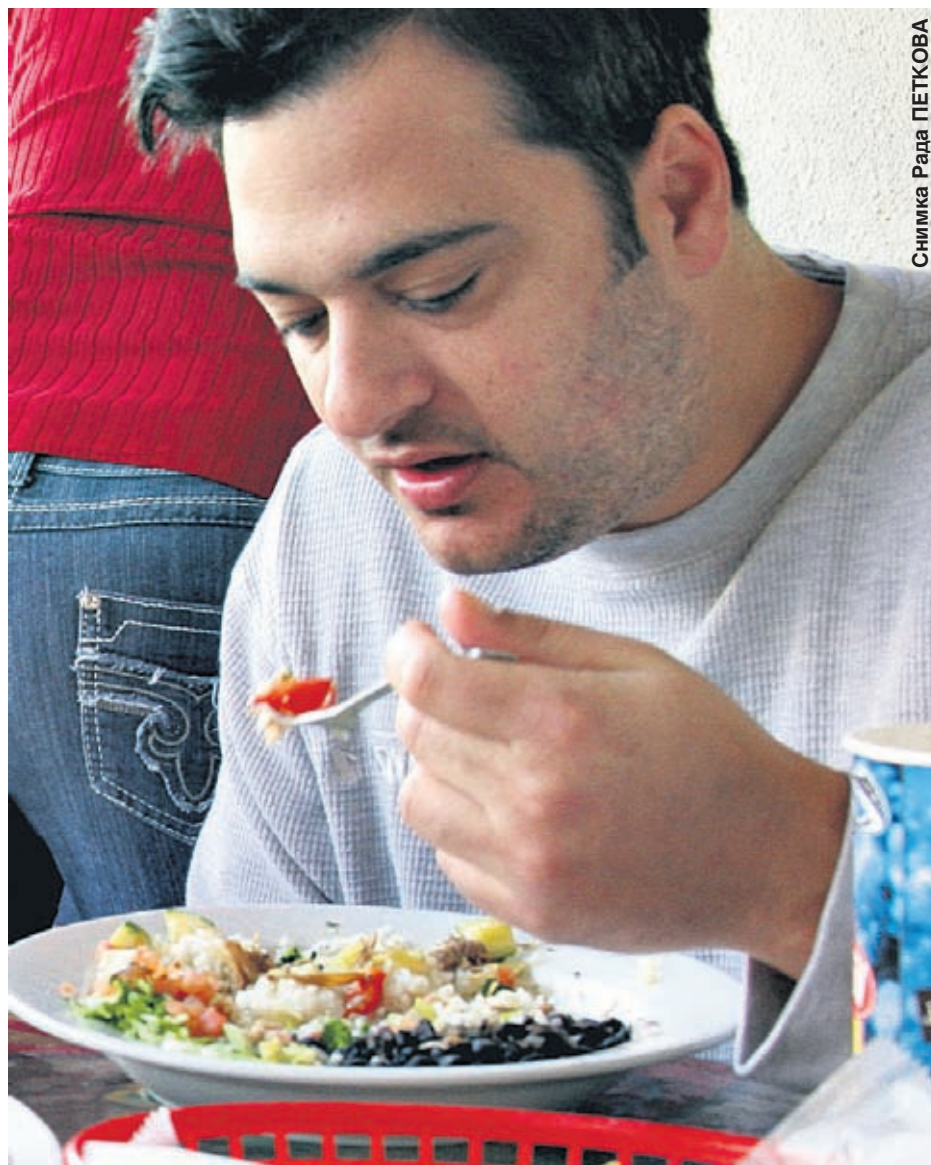
- Защото токсините имат роля при много заболявания. От гледна точка на Аюрведа токсините се увеличават в резултат от разбалансиране на енергиите, нарушава се процесът на смилане на храната, усвояването ѝ става непълноценно. Останалите несмлени части заедно с дебалансираните



Д-р Антоанета Заркова

енергии образуват токсините, които се установяват в слабите места на организма. Затова древната система е толкова фиксирана върху премахването на токсините.

И сега, в края на лятото и началото на есента, е най-подходящото време за начало на пречистванията. Когато се сменят сезоните, енергиите в организма се дестабилизируют и точно това е моментът, в който токсините стават податливи за извеждане. Другият подходящ период е ранната пролет. Особено по отношение на черния дроб сега времето е много подходящо, защото според Аюрведа той е огнен орган и през горещия сезон в него е натрупана огнена енергия. А знаем, че чер-



Снимка Рада ПЕТКОВА

ният дроб е изключително ангажиран в детоксикацията.

**- Най-преките пътища за натрупване на токсини?**

- Най-вече неправилното хранене и неправилният режим. Не може да се поема храна преди предишната да се е смляла или да се яде късно вечер. По принцип много се разчита на периода в полунощ - тогава черният дроб е най-активен в пречистващата си функция. Но ако по същото време сме го ангажирали да храносмила пържоли, той прави това и отлага пречистването. То обаче не настъпва, защото същата грешка се прави и през следващите дни. Честото приемане на храна също обърква храносмилането, защото слагаме в стомаха храна още докато предишната порция не е преминала поне донякъде "по трасето". Вредно е заедно с храната да се пият големи количества ледени течности. Храносмилателните ензими трябва да са с оптимална температура и концентрация. Когато охладим системата и силно разредем ензимите, те не могат да свършат своята работа. Ако храната е суха, е допустимо малко количество течност, но не силно изстудена. За да не се акумулират токсини, не трябва да се приемат много различни продукти в рамките на едно хранене.

**- Има ли външни признаци за натрупани токсини?**

- Налеп по езика, лош

**За да не се акумулират токсини, не трябва да се приемат много различни продукти в рамките на едно хранене**

дъх, лоша миризма на потта, сутрешна скованост в ставите (околоставните структури са любимо място за токсините). Практикуващите йога усещат това много ясно - ако само една вечер хапнат късно и много, сутринта не могат да направят упражненията в пълен обем. Но човек, чието сутрешно движение се изчерпва с навеждане за завързване на обувките, няма как да разбере това.

**- Какво е най-достъпното пречистване?**

- Има различни средства. Полезно е един път дневно да се пие чай от джиднжифил и сладък корен. Специфична билка, мощно пречистващо средство на черния дроб, е аюрведичната пикрориза куруа. У нас тя е регистрирана като препарат "Хепасейв". Добре е да се приемат 1-2 супени лъжици зехтин сутрин на гладно заедно с една или две капсули "Хепасейв", после се изпива голяма чаша топла вода. Желателно е курсът на пречистване да се съпровожда с повече растителна храна.

Неслучайно аюрведичната система за пре-

чистване е много стройна, основана на строги принципи, открити още в древността. Организмът се омаслява - и вътрешно, и външно, за да се изведат навън мастноразтворимите токсини. Човешкият организъм се справя по-лесно с извеждането на водноразтворимите. Токсините могат да се отложат навсякъде, по принцип - в най-кръвоснабдените органи като черния дроб и бъбреците. Свообразиено депо за токсини е мастната тъкан. Затова, когато хората с наднормено тегло започват да отслабват, в организма им се отделя голямо количество токсини. Така че в периода на отслабване трябва да се помогне на черния дроб и "Хепасейв" е много подходящ за целта.

**- Мотивация ли не достига, за да се грижим за здравето си?**

- Според Аюрведа тялото е материализация на съзнанието. И всички проблеми в тялото имат корен в психиката и съзнанието. Оттам тръгват нещата. Ако се ориентираме само към физическото тяло, всъщност се насочваме към крайните етапи на процеса. Ако на ниво съзнание има инертност, липса на динамика - това се материализира в тяло, което кореспондира с психическата настройка. Тежко тяло, мързел, липса на желание за движение и активност.

**За консултация с д-р Заркова: 0887 485341**

Хранителна добавка

## HEPA SAVE S<sup>PLUS</sup>

125 mg Silymarin + Vit. B1, B2, B6, B12

**НОВО**

**Хепасейв S plus оказва благоприятно въздействие върху функцията на черния дроб**

ЕКОФАРМ

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



Снимка Рада ПЕТКОВА



# Простуда на краката и кръста докарва цистит

С проф. Митко Цветков, председател на Българското урологично гружество, разговаря Галина Спасова

то, обикновено през пролетта и есента, оплакванията се засилват. Причината е простудата. Трябва да акцентираме специално върху простудата, и то на краката и на кръста.

**- Може ли да се избегне превръщането на цистита в хронично страдание?**

- За да хронифицира което и да е възпаление - дали ще е цистит, отит, фарингит или гастрит - причината на първо място е неадекватното лечение, когато заболяването е недолекувано. При остро възпаление трябва да се докаже причинителят - обикновено това са микроби и най-често Ешерихия коли. Но може да е и друг вид. Прави се антибиограма, за да се установи кой точно антибиотик ще е ефикасен и към кой причинителят е резистентен. Важно е освен да се докаже, да се види и количеството на причинителя. Това е от голямо значение, ако искаме да има резултат.

**- Кои са най-сигурните признаци за наличие на цистит и как се поставя диагнозата?**

- При жените на първо място е много честото уриниране - на половин час, понякога и още по-често. Вторият симптом е силното, дразнещо парене, понякога при острия цистит в края на уринирането има капки кръв. Ако кръвенето е в края на уринирането, това е признак, че става въпрос за цистит, а кръвенето не е от бъбреците. Защото мехурът се е свил силно и спуканите съдчета дават няколко капки кръв. А има и случаи, при които в урината има кръв - при силно възпален мехур.

За диагноза първо се провежда подробен разговор с пациента, после се прави общо изследване на урината - ако нормата за левкоцитите (8-12) е надхвърлена, това показва, че има загинали "войници". Защото левкоцитите са войници срещу възпалението и ако някои от тях са загинали, значи се води война. Ехографският преглед също може да покаже оток, което е признак за наличие на инфекция. Най-точният и достоверен метод е цистоскопията - защото ако



Проф. Митко Цветков

има кръвене, то може да не е заради цистит, а в резултат на нещо по-сериозно. Препаратите на боровинкова основа, както изобщо билковите екстракти, са препоръчителни дори и да се провежда антибиотично лечение. Убеден съм, че екстракти като "Уроком-форт" при всички случаи помагат. Защото създават благоприятна среда. При възпалението, независимо къде е, средата по правило е кисела. С

билкови продукти винаги ще помогнем на пациента, и то не за сметка на черния дроб, бъбреците и т.н.

**- Как действат?**

- Подобрява се диурезата, изхвърлянето на урина. От друга страна, променя се рН на урината, киселинността ѝ. Влияят върху адхезията, т.е. върху способността на микробите да се прилепват към повърхността на пикочния мехур. Антибиотикът може да спре бактериите и да ги убие. Но той не притежава останалите свойства - не променя рН, не влияе на диурезата, нито на адхезията.

**- Какви съпътстващи мерки препоръчвате при цистит?**

- Номер едно - топли чорапи. Най-често се изстива вкъщи, не навън. Неслучайно бабите ни слагаха тухла на печката

и затопляха краката и областта на кръста и корема ниско. Над 2 литра течности, топлите са за предпочитане - всякакви билкови чайове. Негативно е отношението ми към газирани напитки. Особено към бирата - тя е силен диуретик, но и голям провокатор на инфекция. Пикочният мехур е много чувствителен орган, значително се влияе от питиетата и от храната. Всякакви силни подправки - лютивни, кисели, черен пипер, дразнещите храни са нежелателни. Те не са необходими на организма и той ги изхвърля. Ако се предозира, алкохолът при всички положения има негативно въздействие. А никотинът абсолютно доказано вреди на лигавицата на пикочния мехур по същия начин, по който уврежда лигавицата на стомаха.

**Проф. Цветков, в този сезон свързваме цистита с морето, басейните. Защо жените страдат повече?**

- Причината жените по-често да страдат от инфекция на пикочните пътища е анатомична - при тях пикочният канал е къс, само 4 см, широк и прав. Докато при мъжете дължината му е 18 см. Освен това простатната жлеза е бариера пред бактериите - те се настаняват там, защото има топлина и храна. На практика при мъжете инфекция на пикочния канал се получава най-често като следствие от някаква манипулация.

При жените причините за възпалението на пикочния мехур може да идват и заради съседството с влагалището, да се предизвика от бяло течение. Затова при съмнение за

**Никотинът абсолютно доказано вреди на лигавицата на пикочния мехур по същия начин, по който уврежда лигавицата на стомаха**

цистит винаги питаме пациентката дали няма бяло течение.

**- Какъв е пътът на инфекцията при жените?**

- Единият е да влезе отвън, вторият е вътрешната инфекция - например тя може да "слезе" от възпалени бъбреци. Циститът хронифицира. И когато се променя по-рязко време-

Хранителна добавка

# URO COMFORT

Благоприятно повлиява функцията на пикочните пътища

**НОВО!**

**За комфорт по всяко време**

Уникална комбинация от стандартизирани екстракти, на червена американска боровинка и коприва

Есopharm

ОЧАКВАЙТЕ В АПТЕКИТЕ ПРЕЗ МЕСЕЦ СЕПТЕМВРИ 2012



# Онкология и фунготерапия



**Д-р Милен Христов е специалист по вирусология с 38-годишен лекарски стаж. Работил е 20 години като завеждащ лаборатория по клинична вирусология във Военно-медицинска академия в гр. София и близо 5 години в НПЛ по ХИВ към НЦЗПБ - София. От 2004 г. е консултант по фунготерапия.**

**гр. София  
д-р Христов,  
тел.: 0878 931 252**

**Д-р Христов, вие сте вирусолог. Как решите да се занимавате с фунготерапия?**

Фунготерапията е древна медицина, разпространена особено в Япония (от 2000 години) и в Китай (от 5000 години). От 2004 г. консултирам пациенти с най-различни заболявания как да приемат лекарствените гъби и за моя голяма радост имам случаи на оздравели дори и от рак с метастази. Обучаван съм от руски и германски фунготерапевти, техните школи са водещи в Европа.

**Как лекарствените гъби се борят с рака?**

В състава на гъбите са представени балансирани от природата комплекси от различни биологично активни вещества. Едни от тях - гъбените полизахариди (лентинан, ланостан, ганодеран, ланопил, грифолан и др.) - имат мощни противотуморни свойства, които нямат аналог в растителния свят. Те стимулират Т-лимфоцитите, те пък -

макрофагите, и организмът започва да отделя веществото перфорин, един високомолекулен белтък с ензимна природа, който унищожава злокачествени клетки. Перфоринът създава отворстия във външната мембрана на туморните клетки ("перфорира" ги), вследствие на което те губят течност и загиват.

**Какво бихте предпоставили при най-често срещаните видове рак?**

При всички тези видове рак почти винаги съветвам болния да приема най-силния комбиниран гъбен препарат "Имюн Модулятор" на фирма "Доктор Биомастер". Той съдържа най-силните шест "противоракови" гъби, и то като 40-процентен екстракт, защото това е оптималната концентрация на полизахариди.

Всички големи резултати съм постигнал с използването на комбинацията от няколко лекарствени гъби. Например при рак на гърдата е добре да се приема освен

"Имюн Модулятор" и висококачествени (с 20-40% полизахариди) монопрепарати от гъбите Мейтаке, Агарикус блазеи и Кориолус. При рак на стомаха - Херициум, Рейши и Шиитаке и т.н.

**Каква е разликата между евтините и скъпите гъбени препарати?**

Наистина има гъбени монопрепарати, носещи името на една и съща гъба, но единият струва 14 до 30 лв., а другият - 60 лв. Най-силният комбиниран гъбен препарат "Имюн Модулятор" струва 105 лв. По-евтините гъбени препарати са приготвени само от мицела на гъбата, който се размногожава за около 10 дена във вани, пълни с трици. Скъпите продукти се приготвят от плодното тяло на гъбите, които са отглеждани от 6 до 12 месеца в специални екологично чисти райони. За тези месеци гъбите натрупват голямо количество полезни за човека вещества.

**Може ли да се приемат гъбите и по време**

**на лъче- и химиотерапия?**

Особено при такива терапии гъбите могат и трябва да се приемат, даже е по-добре да се приемат още преди пациентът да е започнал химио- или лъчетерапия. Лекарствените гъби намаляват в голяма степен негативните странични ефекти от химиотерапията и лъчетерапията и помагат за по-бързо възстановяване след това.



**Д-р Лилия Евтимова 35 години лекарски стаж. Фитотерапевт от 1988 г. Фунготерапевт от 2007 г. Ендокринолог**

**гр. Пловдив  
тел.: 0878 790 336**

- Наблюдавала съм стотици случаи, в които лекарствените гъби са помогнали на онкологично болни да преминат през химио- и лъчетерапия по един отличен начин. Тези продукти наистина помагат на имунната система да работи по-добре, което е особено важно в такива тежки моменти.

## Баща ми оздравя от рак



Баща ми е на 70 години. Преди 5 години беше опериран от рак на дебелото черво. Туморът беше голям колкото ябълка и беше запушил червото. В Бургаската онкология отстраниха по-голяма част от дебелото черво, тъй като имаше и разсейки. Беше поставена колостомата. Лекарите решиха да не правят лъче- и химиотерапия, тъй като баща ми има пейсмейкър. Освен това баща ми има отстранен жлъчен мехур заради го-

Разказано от Борислав Пеев (ветеринарен специалист), тел.: 0879 890 242

лям камък и дългогодишна язва на стомаха. Дебелото му черво беше "прибрано" на 6-ия месец. Две години му правихме инжекции с ваксина на основата на БЦЖ. След тези 2 години се появиха много силни болки. Изследвахме го с рентген и ехограф и открихме много ракови разсейки в черния дроб с размер около 4 мм. Онколозите казаха, че в случай като този не могат да предложат никакво лечение. Тогава ми попадна вестник, в който имаше информация за д-р Милен Христов и това, което той предлага да се използва в подобни случаи. По негова препоръка първите 4 месеца приложихме възможно най-силната схема, която включваше препарата „Имюн Модулятор“, Мейтаке, Херициум, ленено олио, Алое Арборесценс, сребърна вода и много строга вегетарианска диета. Баща ми беше загубил мно-

го килограми и нямаше апетит. Още след втората седмица се появи апетит и той започна да се храни нормално. След четвъртия месец той продължи да приема само „Имюн Модулятора“ и така вече 3 години. През този период той не пожела да се изследва, тъй като много се притесняваше какво ще се открие при изследванията. Скоро го поканиха за планово изследване и за 3 дена му направиха изследвания с рентгенов апарат, ехограф, скенер, гастро- и ректоскопия и не откриха никакви проблеми. Бяха изчезнали метастазите в черния дроб и язвата. С изключение на сърцето всички други органи бяха в норма. Лекарите в Бургаската болница бяха удивени от резултатите. Много се радваме, че баща ми се възстанови и през последните 2 години работи нележа физическа работа на село.



Г-жа на 45 год., от гр. София

Огромна фиброзна киста, която обхваща почти целия ляв яйчник. По указание на д-р Христов след четири-месечно приемане на два от гъбените продукти на фирма "Доктор Биомастер" кистата изчезва напълно. Туморният маркер (Ca125) от 162 единици спада на 52,4 U/ml.

### КЪДЕ ДА НАПРАВИМ КОНСУЛТАЦИЯ

● **СОФИЯ**  
ул. "Лайош Кошут" №24, вътрешен двор, офис 8, от пон. до пет. /9-19 часа/, тел.: 02/ 952 34 49  
д-р Милен Христов /9-17 часа/, тел.: 02/952 51 99, GSM: 0878 931 252

● **ПЛОВДИВ**  
Търговски център КИАРА, бул. "Васил Априлов" №20 Б, ет. 5 тел./факс: 032/62 24 55, GSM: 0878 780 742  
д-р Лилия Евтимова, GSM: 0878 790 336

● **БУРГАС**  
Магазин и консултация ул. "Трайко Китанчев" №23 тел. 056/ 82 11 70, GSM: 0878 95 03 97  
д-р Николай Ненчев, GSM: 0896 888 589  
д-р Цветан Балкански, GSM: 0878/80 00 44

● **ВАРНА**  
Научно сдружение по натурална медицина Свилен Лапаков, тел.: 052/65 13 65, GSM: 0878 10 54 76

● **СТАРА ЗАГОРА**  
Магазин и консултация бул. "Цар Симеон Велики" №158, ет. 2, офис 2 (срещу сладкарница "Неделя"), тел./факс: 042/62 62 22 GSM: 0878 780 306

● **РУСЕ**  
д-р Борисов, GSM: 0896 83 15 79  
д-р Кънева, GSM: 0896 83 15 80

● **ПЛЕВЕН**  
д-р Косева, GSM: 0886 07 50 24

● **ВЕЛИКО ТЪРНОВО**  
д-р Запрянова, тел.: 0898 46 63 76

● **КЮСТЕНДИЛ**  
д-р Василка Захаријева, тел.: 078/52 32 39

● **МАДАН**  
д-р Недко Димитров, тел.: 0897/922 230

Обучаваме лекари за представители! тел.: 0878/780 302





# И птиците пренасят кърлежи



Доц. д-р Камен Плочев

**Доц. Плочев, имаше ли много инфекции, причинени от кърлежи в разгара на лятото?**

- Отбелязваме доста голям брой на хора, които се оплакват, че са ухапани от кърлежи. Но по-притеснителното е, че са много и хората, които идват с клинични прояви на заболявания, причинени от членестоногите, а не помнят да са хапани от кърлежи. Това означава, че механизмите на разпространение на кърлежите вече не са само чрез тревите и кучетата, а участват и птиците. Ако от прелиташа над човек птица върху него падне малкото имаго на кърлеж, той може и нищо да не заподозре, но да бъде ухапан и да развие инфекция. У птиците обикновено живеят младите форми на кърлежите, но и те се вливат и смучат кръв, защото така оцеляват, но доста по-трудно се забелязват. Освен това големите кърлежи предават по рождение на малките си причинителите на заразните болести. Така малките кърлежчета още от първия си ден носят например борелиите, които предизвикват лаймската болест.

**- Тогава как навреме да се реагира срещу опасността от тези инфекции?**

- Трябва да променим концепцията си за поведение при съмнение за предаване на инфекция от кърлеж. В момента изчакаме двама дни, за да видим дали в организма ще се създадат антитела срещу определена болест, и така се разкрива инфекцията, след което следва лечение. Сега още при идването на пациента с анамнеза за ухапване трябва да се вземат кръвни проби, за да се изключи възможността той и преди да е имал ухапване, от което да се развива заболяване. Ако резултатът

**С доц. г-р Камен Плочев, началник на Клиниката по инфекциозни болести във Военномедицинската академия - София, разговаря Петър Галев**

превенция и ранно лечение.

**- Какъв процент от ухапаните развиват инфекция?**

- На този въпрос е много трудно да се отговори обективно, защото не всички ухапани се обръщат към лекар. Но от идващите при нас след ухапване от кърлеж над 70 процента се оказват инфектирани с различни причинители на заболявания.

**- Кое е най-честото?**

- Лаймската борелиоза, която, ако се открие навреме, се лекува успешно. Но често ранните стадии се изпускат и се поставят различни други диагнози - най-често алергия, заради кожните обриви. Затова ние всяка година провеждаме обучение на колегите, за да мислят активно за кърлежови инфекции при съмнителните случаи.

**- А кое е най-тежкото заболяване, причинявано от кърлежи?**

- Кримската хеморагична треска, която е вирусно заболяване с много висока смъртност. При разгърнато заболяване се получават жестоки кръвоизливи от цялото тяло. И няма специфично лечение, само животоподдържащо. Преди време Националният център по заразни и паразитни болести произвеждаше хиперимунен серум срещу болестта, но сега няма финансиране. У нас има починали и около 10 медицински специалисти, които са се заразили при обслужването на болни с Кримска хеморагична треска.

**- Какво е правилното поведение, ако видим впит в тялото кърлеж?**

- Членестоногото трябва да бъде извадено от лекар, най-добре хирург. Не се хващайте на приказките за мазане на кърлеж с мазнини, въртене в различни посоки, дърпане и какво ли още не. И в никакъв случай кърлежът да не се пипа с голи ръце от самия ухапан или от околните.

**Не се хващайте на приказките за мазане на кърлеж с мазнини, въртене в различни посоки, дърпане и какво ли още не**

е отрицателен, след двама дни се взима нова проба. Защото, ако човек пребивава в рискова от гледна точка на среща с кърлежи среда, често се случват многократни ухапвания и така наречените коинфекции.

**- Има ли ефективен начин за предпазване от кърлежови ухапвания?**

- Човешкото тяло трябва да е предпазено основно до коленете, например с плътни чорапи, както и главата и раменете чрез шапка с широка периферия. Преди излизане да се използват препарати за отблъскване на членестоноги. У дома да се прави оглед на тялото. Притежателите на домашни любимци трябва да минимизират контактите им с бездомни и непознати кучета и да ги разхождат по окосени тревни. След разходка кучето трябва да се огледа и ако се видят кърлежи, да се вадят само с дебела ръкавица или най-добре от ветеринар. Специални предпазни мерки трябва да взимат ловците, както и занимаващите се с животновъдство. По отношение на военнослужещите, които също са в рисковата група, имаме специална програма за

## Важна информация!!!

Ако ви мъчат болки, имате различни проблеми със здравето и търсите бързо и ефикасно решение на много изгодна цена, нека ви помогнем с:

## Класация на 10 - те най-добри здравни продукти в България\*

### При болки и дискомфорт в ставите

Най-добър продукт – „Реставит Алфа + Омега“ – Допринася за премахване на болки и скованост в ставите, износване, възпаления и дегенеративни изменения в ставите - артроза, артрит, ревматоиден артрит, остеоартрит и др. *Цена за 60 капсули - 16 лв., а за 120 капсули - 28 лв.*



### При проблеми със ставите, костите, съединителната тъкан, кожата, косата, ноктите

Най-добър продукт – „Колаген комплекс“ – Допринася за възстановяване на ставните хрущяли, сухожилия и връзки, увеличава здравината и плътността на костите. Възстановява след тежки контузии. Регенерира кожата и изглажда бръчките, заздравява ноктите, косата и зъбите. *Цена за 100 табл. - 16 лв, за 50 табл. - 9 лв, а за 200 табл. - 28 лв.*



### При проблеми с паметта и кръвооросването

Най-добър продукт – „Виногин макс“ – Допринася за подобряване на паметта и концентрацията, кръвооросването на мозъка и крайниците, спиране на шума в ушите, за подобряване работата на сърцето и кръвоносната система, особено важно за намаляване на риска от инсулт и инфаркт и за педотвръщане на схващания и крампи. *Цена за 30 капсули - 12 лв, а за 60 капсули - 20 лв.*



### При цистит, проблеми с бъбреците и пикочните пътища

Най-добър продукт – „Урохелп“ – Допринася при оплаквания от цистит, дискомфорт при уриниране, парене, песчинки в бъбреците, задържане на излишни течности в организма и др. *Цена за 30 капсули - 12 лв.*



### При проблеми с простатата – болки и трудно уриниране

Най-добър продукт – „Конпроста“ – Допринася за по-бързо и трайно облекчаване на симптомите при доброкачествено уголемяване на простатата, премахване на дискомфорта и паренето по време на уриниране, намаляване на позивите за уриниране, намаляване обема на простатната жлеза, и поддържане на нормална сексуална функция. *Цена за 60 табл. - 12 лв.*



### При проблеми с наднорменото тегло

Най-добър продукт – „Витаголд слим кафе“ – вкусно и ароматно кафе за отслабване. Допринася за намаляване на апетита, засилва процесите на изгаряне на мазнините в клетките, почиства организма от токсини. *Цена за 15 пакетчета за 15 дни - 16 лв.*



### При проблеми с имунитета и често боледуване

Най-добър продукт – „Коластра фемели протект“ – Подпомага при срив на имунната система, грип и вирусни заболявания, ангина, бактериални инфекции, възпаления на дихателните пътища и нарушена микрофлора. Подходящ и за деца. *Цена за 30 капсули - 16 лв.*



### За повече енергия и тонус, за засилване на имунитета - организма се нуждае от витамини, минерали и важни биологично активни съставки.

Най-добър продукт – „Витаголд лайф от А до Z“ – съдържа всички най-важни витамини и минерали в оптимално съотношение, както и едни от най-ефикасните и модерни лечебни съставки на 21 век. *Цена за 30 табл. - 12 лв и 60 таблетки за 20 лв.*



### При чести алергии, проблеми с белите дробове и имунитета.

Най-добър продукт – „Масло от черен кимион“ – Подпомага при нарушен имунитет, хронична податливост към инфекции, чести респираторни заболявания. Подобрява състоянието при алергия и сезонна хрема, повлиява кожни проблеми - екземи, акне, пъхот. *Цена за 30 капсули - 16 лв.*



### При висока кръвна захар

Най-добър продукт – „Канела с хром и цинк“ – Подпомага за регулирането на кръвната захар в организма. Подходящ за хора с риск от диабет тип II. *Цена за 30 капсули - 12 лв.*



**Мнението на специалисти:** Маг. фарм. Иво Ковачев: В продуктите на Витаголд се използват най-новите достижения на биотехнологиите и на съвременната наука, което ги прави изключително ефективни за укрепване на здравето. Използваните ingrediente са от водещи лаборатории от Германия, Франция, Италия, Швейцария и Китай.

**Мнението на потребители:** След направено проучване **Българската Асоциация за Здравословен Живот** препоръчва продуктите на Витаголд заради съчетанието в тях на високо качество, доказан произход, ефективност и приемлива цена. Те са регистрирани в Българската агенция по храните и действително са ценен помощник на хората от всички възрасти.

от - **VITAGOLD - ЖИВЕЙ ЗДРАВΟΣЛОВНО**

Търсете в аптеките.

Биологично активни хранителни добавки от природата! За информация: 0886 73 63 73, [www.vitagold.bg](http://www.vitagold.bg)

\*Класацията е направена само между най-продаваните продукти на Витаголд в българските аптеки.



# Уважението на българския лекар към болните не е изчезнало

Инж. Аня ВАСИЛЕВА

Скъпи приятели от ХЕЛТ медия, сигурна съм, че и вие като здравната администрация получавате десетки писма за неуредени въпроси и лошо отношение в здравни заведения. Аз обаче като пациент бих искала да помоля да ми дадете малко място, за да благодаря - на българските лекари, които и в условията на тежка криза, притиснати от финансови лимити, остават високи професионалисти, човеци, успяват да спасят не един живот, да облекчат много болка. Искам да кажа на колкото може повече хора, че професионализмът, човешкото отношение, уважението на българския лекар към болните не са

изчезнали.

Казвам се Аня Василева и доскоро имах динамичен и щастлив живот с добре развиваща се кариера като висш държавен служител - директор на дирекция "Административен контрол, регионално развитие и държавна собственост" в Областна администрация Видин. Изписах пълното име на структурата, която ръководя, за да подчертая, че за разлика от много болни и придружители в болницата аз и като администратор си давам сметка за цената и постигнатите резултати, за поеманите рискове от страна на ръководствата на болниците, от отделните лекарски екипи. Моят повод да кажа това е Националната хематологична болница - София.

Преди 8 месеца в хематологията на университетската болница в провинцията ми поставиха диагноза Неходжкинов лимфом. Наложих се спешна химиотерапия и дълъг престой там. Ужаса, който изпитах, както всеки друг човек с такава диагноза, не беше единственият. Беше ми демонстрирано, че онкоболните са оставени на доизживяване, лишени от елементарни битови условия, които биха облекчили болките им или най-малкото - биха върнали самочувствието им на хора, на които обществото държи. Не искам да коментирам и отношението на медицинския персонал. Чувствах се излишна, унижена и тежаша на държавата, за която съм работила години. Семейството ми ме



премести в София - в Националната специализирана болница за активно лечение на хематологични заболявания. Професионализмът, обслужването, отношението на медицинския персонал и на администрацията бяха направо не за вярване. Още при първото си посещение в Клиниката по хематология с началник д-р Михайлов и в Отделението за химиотерапия, хемотерапия и наследствени заболявания на кръвта на д-р Хрисчев бях силно впечатлена от разликата между двете болници. Повече от 6 месеца бях лекувана и обгрижвана в това отделение. Въпреки стълпотворението от болни, малките пространства, в които работят лекари и сестри, никой от персонала не си позволи да повиши тон, да пренебрегне наш проблем, да даде воля на емоционалното си състояние от напрежението. И в Отделението по клинична хематология на д-р Пейчев аз пак се чувствах направо специална като пациент. Бях в болница с прекрасни условия, със специално отношение към всеки. Да не говорим за изключителната хигиена, за това, че всяка стая има санитарен възел. Защо казвам и това? Като процедура от моето лечение бях прикачена 5 денонощия към апаратура, чрез която едновременно ми се вливаха няколко медикамента (4-5). Процесът е непрекъснат. Санитарният възел в стаята ми позволяваше да бъда независима по всяко време. Не се наложи някой от моето семейство да ползва отпуск и да ме

придружава, нито да привиквам медицинска сестра и санитар едновременно, когато имах необходимост. През тези 5 денонощия исках направо да се поклоня в знак на благодарност на ръководителя, успял да направи възможно един болен български гражданин да се почувства човек и европейец. Поклон и за специалистите в направлението за подготовка и съхранение на стволови хемопоеични клетки в Отделението за трансплантация на стволови хемопоеични клетки на д-р Арнаудов. Поинтересувах се, разбираемо, кои са тези хора, за ръководството и екипа на болницата и нейния изпълнителен директор доцент д-р Тошков. И твърдя убедено на базата на всичко видяно и преживяно, че само личности с много добри управленски умения биха могли да постигнат тези резултати: подбран екип от много добри специалисти, повишаващи квалификацията си и обменяйки опит в Европа и света; създаден колектив от сработили се като перфектен механизъм лекари, медицински сестри, санитарни и администрация; постигнати европейски условия за лечение на пациентите и работа на персонала въпреки рестриктивните финансови условия.

Дните на престоя ми в болницата съвпаднаха с медийни публикации за извършени проверки за "нарушаване на финансовата дисциплина". Кой какво е видял и написал не знам, но твърдя, че тук всичко е само в полза на пациентите. Тези от про-

винцията могат само да са доволни от създадената хотелска част в двора на болницата, защото ползването на хотел в София оскъпява в пъти престоя им, наложителен заради многото процедури извън стационара, продължаващи с дни. Ще си позволя дори да кажа, че ако имаше повече такива болнични ръководни екипи, които да правят подобни "финансови нарушения" в полза на хората, сега не само здравеопазването, а и други сектори от социалния живот и икономиката щяха да са в друго състояние. Неразбираема за мен е и идеята за сливане на хематологията с онкологията. Не знам основанията, но българският опит сочи, че най-лесно разрушаваме нещо, което работи, чрез реорганизации и трансформации. Тук ще си позволя да се обърна вече и към министър Атанасова и да помоля за нейната лична ангажираност: Уважаема госпожо Министър, не допускайте каквито и да било трансформации, без да бъде отразено подобаващо в годишната оценка за работата на управленския екип на НСБАЛХЗ постигнатото в тази болница, без да бъде направен задълбочен анализ за ползите и загубите от сливането на двете лечебни заведения, без да бъдат чути и пациентите. Аз като пациент твърдя, че Националната хематология в София заслужава само адмирации, дава не само надежда, а и вяра на пациентите, че те заедно с екипа на болницата ще бъдат победители в битката с коварните болести.

Хранителна добавка

# Lacto

пробиотични капсули

**ЖИВИ ЛАКТОБАЦИИ**

Поддържа жизнеността на чревната микрофлора  
Подпомага храносмилането





Доц. д-р Димитър ПОПОВ

Който не е преживял атмосферата на опушената, пропита с мириса на ферментирани джибри и алкохол селска казанджийница, закътала в себе си спомените и емоциите на не едно поколение, той не може да претендира, че познава народопсихологията на българина. Защото варенето на домашна ракия си е ритуал, неопишуема тръпка за цялото домочадие. Най-същественният елемент при варенето безспорно е огънят, чието поддържане в хода на цялата операция е истинско изкуство, висш пилотаж, който се усвоява с много практика и немалко провали. Трудно могат да се опишат трепетът и възлението, съпътстващи първите капки от скъпоценната напитка! Защото получаването на добра ракия - мека, пивка и ароматна, при повече от примитивните условия на селската казанджийница е безспорен майсторлък и повод за законна гордост и завист. Квинтесенция на този, идващ от дълбините на вековете, ритуал, е, че тя - домашната ракийка, е по-чиста, по-качествена и по-безопасна от "купешката". Основният "железен" аргумент на горещите привърженици на домашния "еликсир", че тя е приготвена от чисти и качествени продукти, за съжаление е несъстоятелен. По простата причина, че в хода на спонтанната (а не със селектирани щамове винени дрожди) ферментация освен етилов алкохол се получават и множество други химични съединения, немалка част от които са изключително опасни за човешкия организъм. За съжаление следващият етап от това производство - дестилацията, който в условията на селската казанджийница протича при произволна и неконтролирана

## среща с дявола

температура, с нищо не спомага за получаването на чист продукт. Тъкмо обратно. В резултат на стихийните температурни условия на процеса освен етилов алкохол в дестилата попадат голям брой вредни за здравето вещества, т.нар. конгенери (съпътстващи компоненти). Условно те се разделят на две групи - такива, които кипят при температура, по-ниска от температурата на кипене на етиловия алкохол (78,1 °C), и такива, които кипят над тази температура. В първата група влизат главно ацеталдехидът, ацетонът, метиловият алкохол, етилацетатът и т.н., едно от друго по-вредни. Те се съсредоточават главно в т.нар. първак, който би следвало да се отдели и да не се смесва с истинската ракия, въпреки че неговият алкохолен градус е най-висок (над 70). Ориентировъчно той съставлява около 0,5% от дестилацията. Като правило първакът се предоставя за разтривка на тъщата или се ползва за почерп-



Снимки Рада ПЕТКОВА

ка на враговете и завистниците. Улавянето на онзи тънък момент, в който тези опасни вещества вече са се отделили и започва същинската дестилация, си е чиста утопия. А и нерядко желанието да се съхрани и използва всяка капка от безценната течност взема връх над елементарните мерки за безопасност. При температура над 78,1 °C кипят голям брой токсично действащи вещества, които са обединени под събирателното название фузелово масло. В неговия състав влизат главно пропиловият, изопропилови-

ят, амиловият, изоамиловият, изобутиловият и някои други висши алкохоли и естери, както и фурфуролът. Една част от тях се отделя с патоките, т.е. с онази част от дестилата, в която алкохолният градус спадне под 40. За съжаление немалка част от изброените вещества поради отсъствието на температурен контрол на процеса попадат и в ракията, предназначена за консумация. В резултат съдържащото се в нея изоброените и други вредни компоненти, съставляващи фузелово-масло, достигат стойности, десетки, а нерядко

Получаването на добра ракия - мека, пивка и ароматна, при повече от примитивните условия на селската казанджийница е безспорен майсторлък и повод за законна гордост и завист

и стотици пъти над пределно допустимите здравни норми, които задължително се спазват при едно коректно промишлено производство. Каква е "съдбата" и действието на всички тези вещества в главата с етилов алкохол след попадането им в организма, на който сме натрапили този умопомрачителен коктейл?

Установено е, че до 5% от етиловия алкохол се поглъща още в устната кухина, около 25% - в стомаха, а останалите 70% - в тънките черва. Основната част от него се разгражда в главната биохимична лаборатория на организма - черния дроб, където става детоксикацията на повечето опасни вещества. Под действието на два ензима той последователно се превръща в ацеталдехид и оцетна киселина, която в крайна сметка се трансформира във вода и въглероден диоксид.

Капацитивните възможности на първия от тези ензими съставляват около 150 г алкохол дневно, като тази стойност е твърде условна и зависи от расата, индивидуалните особености на организма, пола, възрастта и натрупания "опит" в тази област. Непреработеният алкохол има цял набор от вредни въздействия върху организма - забавя метаболизма, дехидратира клетките и нарушава водния баланс (отгук и силната жажда след алкохолно опиянение), понижава усвояването на белтъчините, забавя реакциите и нарушава координацията и говората, намалява нивата на тестостерон, предизвиквайки полово немоощ, повишава кръвното налягане и пулса, блокира усвояването на важни минерали (желязо, калций, магнезий, калий, фосфор и др.) и осигурява значителен брой "празни", ненужни на организма, калории. 1 г етилов алкохол освобождава 7 ккал, почти двойно повече в сравнение с 1 г въглехидрати или белтъчини.

Това са само част от "деянията" на етиловия алкохол. Установено е, че от вредното въздействие на вече споменатото фузелово масло, общо взето, не са пощадени никои от органите и системите ни.

Особено токсичен е изоамиловият алкохол, който съставлява около 60% от фузеловото масло. Смъртоносна доза фузелово масло е около 14 мл, а в половин литър домашна ракия нерядко се съдържа около една трета от това количество. Изоамиловият алкохол силно дразни и уврежда слизестите обвивки на организма, амиловият алкохол действа на главния мозък, пропиловият и изопропиловият алкохол потискат трансформацията на въглехидратите в черния дроб, а фурфуролът предизвиква нарушение на кръвообращението в главния мозък, белия и черния дроб, както и сериозни смущения в дейността на централната нервна система. В общи линии организмът се справя относително бързо с трансформацията на етиловия алкохол (все пак налице е богат, многовековен опит!), преработвайки около 10 г алкохол за час. Детоксикацията на компонентите на фузеловото масло, както и на изброените по-горе леки фракции го затруднява много повече, трае значително по-дълго и има много по-пагубни последствия за организма. Тези вещества са главната причина за т.нар. махмурлук - особено състояние на духа и тялото, понятие, за което може да се добие представа единствено с практически опит. Основните симптоми на това състояние, за което малко народи имат подходящата дума (на автора са известни само два - руснаци и българи), са световъртеж, главоболие, гадене, стомашно-чревни смущения, при които диарията не е изключение, ниска кръвна захар, критично занижен тонус, раздразнителност със склонност към конфликти и т.н. При невъзможност ензимните системи на черния дроб да преработят натрупания в резултат на трансформацията на етиловия алкохол ацеталдехид неговото токсично действие също се наслаждава към описаната картина. Някои раси, например монголоидната (корейци, японци, китайци и др.), имат генетично заложена ниска активност на ензимите, отговорни за усвояването на етиловия алкохол, поради което в техните национални традиции алкохолните напитки са с по-слаб градус и се консумират в твърде малки съдинки.

Един от начините за частично отстраняване на изброените токсични продукти и получаване на относително по-чист продукт е т.нар. преварка, още по-добре - двойна. Ако това се съчетае с обработка на дестилата с активен въглен, резултатът е твърде приемлив. Стига, разбира се, да не се прекалява с получения "еликсир".

gpopov\_bg@yahoo.com

- Алкохолът е наркоза, която ни помага да понесем тежката операция, наречена живот.
- Алкохолът причинява кратковременно разширение на кръвоносните съдове и кръга от приятели.
- Алкохолът не помага да се решат проблемите, но същия ефект има и млякото.
- Алкохолът е създаден, за да се харесват и грозните жени.
- Алкохолик е този, който пие повече от теб.
- Алкохолът е спорт, който не е за слаби. Само при всекидневна и изнурителна подготовка могат да се постигнат добри резултати.
- Възрастен е този, който намалява, а не увеличава количеството на изпития алкохол.
- Внимание! Консумацията на алкохол може да ви създаде илюзията, че сте по-як от едрият тип до вас.



### Повече пресни салати

Смесените сурови зеленчуци могат да се окажат калорична бомба, ако са допълнени от пържен бекон, панирани филенца и сиренца, богат дресинг и дебела филия бял хляб. Това се случва особено когато сме на заведение и се зальгваме, че си поръчваме "нещо леко".

В домашни условия можем да намалим калориите, като използваме марината от лимонен сок, сол, черен пипер и лъжица зехтин за предварително нарязаните краставици и свежи или печени чушки. Вкусни са и тънки жулиени сурови пресни тиквички и печурки. Като добавите към салатата маслини, сушени домати, печен сусам или орехи и много зелени подправки, ще имате идеален вкус без компромиси. Зехтина сервирайте в шишенце на масата за тези, които не броят калориите. Остатъците от печено месо, варено пиле и парченца кашкавал почистете от кожи и мазнини и нарежете на ситно.

- Наблягайте на сезонните и местните зеленчуци. Зелените салати например обичат да другаруват в салатата със зелена ябълка, пулпата на грейпфрута или помелото, грудката на фенела. Така ще опитате и нови за вас вкусове. Салатата от краставици обича зърна от нар, а стърганите миксове от зеле, морков и червено цвекло - печени орехови ядки и дресинг от класически винегрет. За по-голямо количество и по-малко калории добавете към лимонения сок също толкова вода за сметка на намаляната мазнина.

- За вкусни студени сосчета разбийте две лъжици нискомаслено кисело мляко и лъжица лека майонеза с 50-80 мл вода и сока от половин лимон. Към тази основа можете да добавите подправки според вкуса си: капери, настъргана кора от портокал, девисил и чер пипер за бяла риба, наситнени зелени билки и смачкана скилидка чесън за зелени салати, лъжица кетчуп за печени картофи, горчица за печено пиле.

- Пробвайте ръжените и многозърнестите хлябове: засищат по-добре, доставят фибри и минерали и са по-нискокалорични. Препечете две малки филийки към салатата си.

# За по-малко калории в храната

Никоя диета и "вълшебно" хапче за отслабване няма да помогнат, ако хапваме двойни порции. Приемът и разходът на калории си е просто събиране и изваждане, но има практични трикове, с които можем хем да сме сити, хем да не трупаме свръхтегло.



На снимката: Печенето на месо на скара също е начин за премахване на излишните мазнини. Мариновайте го предварително във вино и билки, за да не се налага да го мажете с олио преди печене

- Опитайте хрупкавите ръжени, оризови или други видове сухари, които се предлагат в по-големите хранителни вериги. Те имат около 350 калории за сто грама, но едно парче съдържа под 50 и са подходящи и за сандвичи или канапета. Две ще са ви достатъчни, докато 100 г хляб има средно 250 кал и се изяжда много по-лесно.

### Любимата паста

Десетките видове макаронени изделия или пастата, както наричат любимото си ядене италианците, е икономична, бърза и удобно настанена на трапезата на българина. Тя съдържа над 350 калории само в сто грама сух продукт, а обичайната порция на човек е около 150 г без соса и настъргания кашкавал отгоре. Така, като теглим чертата, може да се окаже, че с едно ядене сме излапали повече от половината от препоръчителния дневен калориен прием за хора без активно натоварване.

Решението може да

бъде много просто: предвидете по не повече от 80 г суха паста (за предпочитане от твърда пшеница или пълнозърнеста) на човек, но обърнете по-специално внимание на соса: задушете в лъжица мазнина и малко вода 2-3 настъргани тиквички и голям морков, пасирана глава лук и няколко скилидки чесън. Към тях добавете по 50 г кайма за порция, подправете с риган, сол и черен пипер и бъркайте, докато стане на трохи. Накрая сипете и по-голяма консерва домати на кубчета. Овкусете и имате доста по-нискокалоричен сос болонезе и порция като цяло.

- Експериментирайте с оризови спагети, макарони от елда или други брашна с нисък гликемичен индекс и такива с дехидратирани домати и спанак - все нови вкусове, които можете да вкарате в калъпа на собствените си предпочитания.

- За повече обем и по-малко калории пробвайте и паста със сосове от задушени патладжани, броколи,

карфиол и всички други зеленчуци, които ни предлага есенната градина.

- Ограничете количеството на пармезан накрая и спестете струйките зехтин за вкус - по-богатият сос и повечето подправки ще ги заместят напълно, без да ви помпат.

### Гъстите супи

Това е домашно сготвената храна без минуси - по силите и на начинаещи кулinary, използват се всички налични зеленчуци и остатъци от хладилника, засища и затопля, а така гладният мозък получава инфо, че е удовлетворен.

- Използвайте по-малко картофи за сметка на тиквички, целина, морков. Вместо фиде от бяло брашно сложете 3-4 супени лъжици жито, овесени ядки или кафяв ориз. Лукът и чесънът дават допълнителен вкус и текстура.

- Варете месото за супата от предишния ден. Така след изстиването на повърхността ще изплува излишната мазнина, ко-

ято можете да отделите и изхвърлите. Използвайте прецедения бульон, а не кубче. Сгъстявайте с чаена лъжичка разтворено във вода нишесте, а не със сметана.

- Към кремсупите прибавяйте равни количества нискомаслено прясно (или соево) мляко и домашен бульон вместо сметана. Желаната гъстота ще постигнете, след като пасирате сварените продукти и доливате бавно затоплените течности. Преди поднасянето подправете цялото количество супа с лъжица преварено масло или тънка струйка зехтин и поръсете със зелени пресни подправки.

### По-малко мазнини

Само в една супена лъжица има 10 грама мазнина или около 90 килокалории. С няколко лесни препоръки менюто на всяко семейство може да е и по-диетично, и достатъчно вкусно:

- Използвайте тигани с незалепващо покритие и добре прилепващи капаци, които заду-

шават продуктите. За да съхраните за по-дълго време повърхността им, ползвайте силиконени или дървени шпатули. Мийте с мека гъба без абразивни препарати.

- В модерната кухня се използват все повече спрейове. Така попадането върху съда количество мазнина е минимално и само препятства залепването на храните. Ако нямате мазнина на спрей, ползвайте малко парче марля, за да намажете повърхността с олио, или си купете пулверизатор (от аптека и магазин за домашни потреби).

- Готвенето на пара на пресни зеленчуци ги прави много здравословни и вкусни и е достатъчно да бъдат подправени с разреден лимонен сок и подправки.

- Задушаването на риба в "собствен сос" в пергаментова хартия за печене или фолио без олио също спестява много калории. Добре балансираните билки, морската сол и прясно смленият черен пипер ще допринесат достатъчно за вкуса.

- Ограничете пърженето или панирането до веднъж на две седмици. Използвайте силно загрят олио, галета и само белтъка на яйцето.

- Гответе боба, лещата и другите варива без мазнина. Допълвайте ги с много пресни или натурално сушени зеленчуци (без сол) и едва накрая подправяйте с малко олио.

- Сирената и кашкавалите имат много калории и от 25 до 70 на сто животински мазнини. Хапвайте ги рядко, като деликатес, и ги заменете с пастет от извара (80-140 ккал за 100 г), чесън и зелени подправки.

- Приемете каузата на здравословното хранене и спрете маргарина и готовите сосове. Освен скрити мазнини те съдържат и поредица от добавки, които вредят на организма.

Текст и снимки:  
Бойка ВЕЛИНОВА



# Творят края на света

на този и началото на новия свят.

Ден след стартирането на Арт резиденцията (на 17 август) с това се захванаха художниците Слав Недев и Константин Константинов от България, египтянинът Уел Деруиш и американецът Майкъл Хан, който за своите картини използва запазени в старата класна стая портрети на Христо Смирненски, Пеньо Пенев, Веселин Ханчев. Визуалният артист Густаво Пласценсия, роден в Мексико, но живеещ в САЩ, също предпочете подръчни материали, за да ги отпечата върху платното си, наречено "Беседвам". Фотографите Ая Мамура от Япония и българката Ели Иванова, живееща от десетина години в Америка, уловиха неповторими моменти от битието на Гор-

на Липница. По време на заключителната изложба на 25 август японката представи готовата фотоинсталация. Творбата на Ая Мамура представлява сглобен клип от снимки, който можеше да се види единствено през малка дупка в ключалката на една от класните стаи. Ели пък използва за фотографите си стар филм с изтекъл срок на годност, произведен от несъществуващата вече ГДР, а после ги отпечата на стара хартия отпреди 13 години. Израелката Тамара Ерде, която участва в дисциплината Късометражен филм, създаде 15-минутно видео за Горна Липница и пърформанс, в който танцува върху специално създадените мелодии от американския музикант Билва. Няколко дни той обикаляше и се срещаше



с местните жители, за да запише типични за селския бит звуци.

Според Димитър Павлов, основния организатор на инициативата, тазгодишната Арт резиденция му е любимата. Една от причините е създаденият Манифест "2012" за началото на новия свят. Той беше подписан от всички артисти. В документа се казва, че раждането на всяко нещо трябва да бъде ръководено единствено от творчески подбуди. За целта са нужни нови политици и лидери, на които хората искат да подражават; ново общество в контакт с Вселената, което да защита нейните закони; ново изкуство, което ще замени съществуващото в момента, заключено в рамките на една държава, един континент и една земя.

## ДУМИТЕ

### Осъдените светци



Румел ЛЕОНИДОВ

Докато сме били част от Османската империя, старите българи са гледали на иконата като на небесно огледало, в което са различавали своите светци, богове и националност. Чрез вярата си са слагали знак за равенство между българин и християнин. Неотдавна в Криптата мина и замина странна изложба на икони, изографисани между XVI и XIX в. Тази безценна старина бе събрана от ареала на Родопите. Някои икони носеха непоправими белези - били са съсичани с ятаган, горени, обезобразявани, но повечето бяха оживели в унищожителната влага на депата към родопските регионални музеи. Тези светини бяха живо доказателство, че през целия период на мюсюлманско владичество християнската духовност не е прекъсвала своята жизненост, и то не къде да е; че в родопската обител са работили майстори на икони, които са създавали шедьоври, най-добрите образци за времето си. След края на пребиваването си в София светиите отново бяха върнати във влажните депа на местните музеи, където служителките - млади, красиви и читави мюсюлманки - нямат и грам понятие какво съхраняват, какви грижи трябва да се полагат към светиите ни, колко слънце и каква влажност трябва да има в мизерните мазета, за да се предпазят от мухъл хармонията на цветовете, огретите с вътрешна светлина образи, за да остане непокътнато чувството, вложено в душата на дървото от забравените ни иконописци... Пет века по-късно европейската ни държавност не знае как да се държи със себе си - тя не знае, че е вампирясала и че бързо ни превръща в племе без семе, без памет, без помен, без почит, без почтеност... Кой ще помириса осъдените на мухъл икони, кой ще отмени доживотната им присъда да гният, заключени в мазетата на родопските градчета. Кой ще върне към живот удушната душица на вярата, че някой ден ще освободим България от българското ни робство? Кой...



## Мураками е най-близо до „Нобел“ за литература

Японският писател Харуки Мураками може би ще спечели Нобеловата награда за 2012 г., съобщи "Гардиън". Вестникът се позовава на предварителна класация на букмейкърите от сайта за залагания Ladbrokes, чиято прогноза се смята за една от най-достоверните. Според "Гардиън" засега залозите за японския писател са 10:1. На второ място с 12:1 са китайският поет Мо Ян и холандският писател Сеес Нотебоом. Следват ги албанецът Исмаил Кадаре, сириецът Адонис и кореецът Ко Ун с 14:1. Италианската писателка Дачия Марайни, американците Филип Рот и Кормак Маккарти, както и израелецът Амос Оз допълват челната десетка с по 16:1. Филип Рот и Амос Оз постоянно попадат в залозите на букмейкърите като кандидат-нобелисти, но засега призът им се изплъзва.

Интересно е, че вероятността Умберто Еко да е носител на тазгодишния "Нобел" за литература се оценява на 25:1, за Боб Дилън съотношението е 33:1, а за Милан Кундера и Салман Рушди - 66:1.

Председателят на Шведската академия, присъждаща премията, Петер Енглунд обяви, че 46 от общо 210-те обсъждани тази година автори са номинирани за първи път. Кой ще е победителят ще стане известно в началото на октомври.

Кой е Мураками? Баща му е будист-

ки свещеник. Майка му е дъщеря на търговец от Осака. И двамата са преподавали японска литература. Синът им обаче винаги се е интересувал повече от американската литература, на което се дължи западният му стил на писане, отличаващ го на фона на основните японски литературни течения. Докато учи театрално изкуство, за да се издържа, работи в музикален магазин за плочи. След като завършва следването си, отваря джаз бар в Токио и е негов собственик до 1982. Мураками започва да пише проза на 29 години. Той постига най-големия си успех и признание в Япония през 1987 г. с излизането на "Норвежка гора". От книгата се продават милиони екземпляри, тя го прави идол сред японската младеж. Мураками се проявява и като преводач - интерпретира произведения на Франсис Скот Фицджералд, Реймънд Карвър, Труман Капоти и Джон Ървинг.

У нас са преведени романите му "След мръкване", "Норвежка гора", "Танцувай, танцувай, танцувай", "Преследване на дива овца", "Кафка на плажа", "На юг от границата, на запад от слънцето", "Хроника на птицата с пружината" и "Страна на чудесата за непукисти и краят на света", така че българските читатели няма да бъдат изненадани, ако японецът грабне най-престижната награда за литература в света.

## Филмова музика и класически парчета във „Фортисимо фест“



Максим Ешкенази отново кани всички свои почитатели на класически концерти под звездите с "Фортисимо фест". Този път фестивалът, чието сегашно издание е трето по ред, продължава от края на август до 8 септември. Концертите се провеждат на централни "култови" места - Античния театър в Пловдив, пространството пред Народния театър в София, терасата на бургаското Морско казино, варненския Летен театър, и задължително на открито, за да може достъпът да бъде винаги безплатен.

След Бургас и Варна "Фортисимо" дебаркира в Пловдив, в Античния театър, датата е 7 септември, часът - точно

20:30. На другия ден по същото време музикантите ще се качат на сцената пред столичния Народен театър. В концерта ще вземат участие цигларят Веселин Пантелев-Ешкенази, секстетът на Михаил Йосифов и Софийският фестивален оркестър под диригентството на Максим Ешкенази. Класическата програма включва пиеси на Чайковски, Стайнов и Копланд, но новото е присъствието и на филмови хитове (от "Гладиатор", "Списъкът на Шиндлер" и "V като вендетата"), на музика към популярни игри (HALO, World of Warcraft, четвъртата Civilization), както и джаз разработки по Моцарт и Жобим, дело на В. Спасов.



Мирослава КИРИЛОВА

Есента освен носталгично настроение носи и емоции около първия учебен ден. Дали ще са положителни или отрицателни зависи от това доколко сме подготвени за вълнуващото събитие. Тази година повече от 60 000 малчугани ще прекратят училищния праг за първи път. До школския звънец останаха броени дни, така че повечето родители на първокласници вече сигурно са отишли на

### задължителната родителска среща.

"Тя е ключова, защото запознава родителя както с възможностите, които се предоставят на сина или дъщеря му, така и със задълженията и изискванията към малчугана", обясни Яна Алексиева - училищен психолог и координатор на проекти в Асоциация "Родители". На тази среща не само ще се запознаете с учителя, който ще прекарва понякога повече време с наследника ви от самите вас, но и ще можете да уточните начините за комуникация с него. Добре е предварително да се разберете - до колко ча-



# Да помогнем на първокласника да открие новия свят

са и кога е удобно да се позвъни при проблем, кога са приемните часове на преподавателя за

консултация и въпроси и т.н. Обсъждат се варианти за комуникация с всички родители чрез

социалните мрежи или с помощта на електронната поща. Началният педагог разяснява и как ще протичат часовете и какво е необходимо на всяко първолаче.

Според думите на Яна Алексиева обаче не е толкова важно съветенето около детайлите като закупуване на раничка, костюмче за 15 септември или обувки за физическо възпитание.

### Първо трябва да подготвим психически детето.

Къде отива, с кого ще се срещне, как ще протича денят му. Малчуганите са много емоционални и трябва да усещат спокойствие, че всичко е наред, както и нашата подкрепа" - казва събеседничката ни.

Ето защо един от полезните съвети на семейния консултант е още преди 15 септември да разведем първокласника из училище. "Едва ли някой ще има нещо против, а такава разходка ще успокои бъдещия ученик, защото сградите са огромни и децата често се губят в тях. Запознаването със средата - чина, дъската, салона, тоалетната, ще подпомогне емоционалната подготовка на детето", добави още Яна Алексиева.

Каквито и спомени да буди у вас училищният звънец, това е един нов етап в развитието на всеки човек. Малчуганът може да усети очарование на това да се учиш, да бъдеш откривател, да те чака ново приключение всеки ден. "Когато по-

сажда бобче в памуче и то пониква или пък изписва без чужда помощ името си, детето вече извоюва малка победа, става по-амбициозно и преоткрива света" - сподели с усмивка детско-юношеският психолог. Ето защо

### родителите би трябвало да се доверят на училището

като институция - там са професионалистите, които ще обгрижват детето. Там то ще изкачва стъпала, може и да пада, но ще се научи да става.

"Училището е партньор на родителите. Старайте се да не конфронтирате мнението си с това на учителя и да не уронвате авторитета му пред детето. Ако все пак с нещо не сте съгласни, намерете верния и спокоен тон да поговорите и с детето си, и с преподавателя" - акцентира Яна Алексиева.

Въпросът за това дали първокласникът трябва да има джобни пари също е доста дебатиран сред родителите. И те самите не са единни в мненията си. "Ами ако огладнее или ожаднее? Ако му свърши химикалката и иска да си купи нова?" - се чува от единия лагер. Други родители се притесняват, че детето може да си купи некачествена храна или напитка, да изгуби парите или пък да ги харчи за ненужни неща. От Асоциация "Родители" са категорични, че ако сме осигурили шишето с вода за детето и сме му сложили кутийка със сандвич, моркови или ня-

Снимка Рада ПЕТКОВА

Когато посажда бобче в памуче и то пониква или пък изписва без чужда помощ името си, детето вече извоюва малка победа, става по-амбициозно и преоткрива света

какъв плод, джобните не са необходими. Не забравяйте, че има програма за безплатна закуска и чаша топло мляко или чай в училищата, така че наследникът ви няма как да остане гладен.

От друга страна обаче, ако повечето деца си носят някакви пари, а ние смятаме, че това не е необходимо, детето може да се почувства онеправдано. Тези въпроси трябва да се обсъдят на родителската среща.

### "Ясните правила създават баланс

и в ученика се възпитава финансова култура" - уточни Яна Алексиева. Въпросът дали да пуснем първокласника на занималня е доста индивидуален. Това е добра алтернатива за родителя, който е зает и работи. По време на занималня ученикът ще може да си напише домашните и да е под наблюдение на педагози. От друга страна обаче, еднообразието натовава детето допълнително. То се обездвижва, защото по цял ден е зад чина, и често не успява да се съсредоточи. "Особено в по-малките градове въпросът за занималнята въобще не се обсъжда. Просто е задължително. Майка от едно село до Враца ми разказа как синът ѝ излиза в 6.30, за да го вземе училищният автобус. Той седи по цял ден в класните стаи, включително и на занималня, защото е на километри от дома си и няма как да се прибере за обяд и вечер се прибира към 18.00 - 18.30 ч." - разказа ни Яна Алексиева. Натоваването на едно 7-годишно дете по 12 часа е непосилно за невръстния организъм.

След всички тези съвети, препоръки, задължения и очаквания не забравяйте, че детето трябва да се забавлява. Да се учиш означава и да откриваш новото, да завържеш приятелства, да се потопиш в света на неподозирани случки, факти и истории, да докажеш на какво си способен. Училището възпитава, оформя личността и създава представа за света. Така че нека му се доверим, а така ще насърчим и детето си.

хранителна добавка

COMFORTEX®

5 билки за добро храносмилане



2 капсули след хранене



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





# Пари за кредити има, но бизнесът изчаква

**С Мария Илиева, председател на УС и главен изпълнителен директор на МКБ Юнионбанк, разговаря Микаела Въжарова**



**Г**-жо Илиева, тези дни медиите опитаха да заинтригуват масовия читател с популярно обобщение за състоянието на банковия пазар от рода: "лихвите по депозитите падат, кредитите поскъпват отново". Какво е положението в средата на поредната кризисна година?

- Лихвените нива по кредити и депозити запазват линията си на поведение - без много и големи промени, каквито бяха и нашите банкови предвиждания като цяло за 2012-а. Към средата на годината има малко позабележимо движение само при лихвите по потребителските заеми в левове, като втори месец те вървят леко нагоре. При жилищните кредити, към които обикайно има най-голям интерес, има дори слабо понижение както при левовите, така и за тези в евро. Що се отнася до депозитите - и там лихвите не се отличават с особена динамика, но продължава установилият се от доста време бавен и постепен спад, като категорично мога да заявя, че времето на големите лихви по влогове окончателно отмина и те вече стигат предкризисните нива.

**- А какво се случва с бизнеса, започна ли отново да набира смелост и да търси кредитиране? Официално се изнасят данни за известно оживление в сектора, което няма как да се случва без живи пари.**

- За съжаление и при бизнеса, както и при населението, доминираща продължава да е изчаквателната позиция. Потреблението като цяло остава свито и се налагат наистина сериозни усилия, включително от страна на държавата, това да се промени. Ние като банка даваме своя принос, като предлагаме все по-благоприятни условия за финансиране. От тази седмица намаляваме с още 2 процентни пункта лихвата по отпусканите бизнес

**От тази седмица намаляваме с още 2 процентни пункта лихвата по отпусканите бизнес кредити**

кредити. Така бизнесът може да финансира своята дейност при цена на заема от 6,95 на сто. На практика нивата днес са по-ниски от тези преди началото на икономическата криза. Данните сочат, че през юли 2008 г. българските фирми са теглили заеми средно при 10,91%, като четири години по-късно този процент вече е 8,33.

**- Какво конкретно трябва да се очаква от държавата?**

- Държавата може и трябва да насочи всичките си усилия към създаването на по-благоприятна бизнес среда. Това ще поведе към разкриване на нови работни места. След като безработицата спадне, ще намалее и несигурността. Ще престане това постоянно изчакване, пазене, хората ще започнат да потребяват повече. Това е възловото, за да се пречупи трендът. В тази посока - за подобряване на бизнес средата - са и очакванията на много външни експерти и институции. Ще си позволя да обърна внимание на едно от последните за тази година проучвания на Германско-българската индустриално-търговска камара. То показва неудовлетвореност от бизнес средата при близо 40% от анкетираните компании. Данъчната система получава своята добра оценка, но остават проблем административните тежести, размерът на държавните и местните такси, корупцията, забавянето на електронното правителство, правната сигурност и предвидимостта, реформата на съдебната система и не само.

Мария Илиева ръководи МКБ Юнионбанк от 2006 г. Преди това работи пет години в HVB Bank, като извършва и сливането с Биохим. В HVB Bank Илиева е член на Управителния съвет и изпълнителен директор на "Банкиране на дребно". Кариерата ѝ в сектора започва през 1995 г. като главен счетоводител в БНП Париба. През 1997 г. става мениджър на "Частно банкиране" и "Бизнес развитие" - до 2001 г. Има икономическо образование от УНСС. През 1994 г. учи в Англия, в Американския колеж в Ричмънд.

**- Вие говорите за бизнес среда, но и хората, и фирмите говорят единствено за липса на пари. Казват: нито имаме налични пари за нов старт, нито можем да посегнем към кредити, защото хем много трудно ги дават, хем лихвите са непосилни.**

- Данните на банките показват, че не е вярно, че няма пари. За 2011-а спестените пари от българите в банките са били над 6 млрд. лв. - домакинства, големи и средни предприятия, малки фирми. Пари има, но проблемът е, че няма потребление, което ражда несигурността какво ще стане утре. И лихвите не са високи, но и тук работи страхът. Знаете, че и народът казва - на страха очите са големи, т.е. затова и лихвите се привикват големи. За да тръгнем пак напред, отново го казвам, най-важното е стабилността на средата и да започне успокояване, утешителен ден да стане по-предвидим.

**- А как приемате обвиненията, че самите вие, българските банкери, имате сериозна вина за застоя, защото цените на кредитите тук остават далеч над тези в Германия, САЩ и в много други държави?**

- Отдавна тече дискусия дали това е така и мненията за цената са

много различни. Но и Германия, и САЩ, и много други държави са с доста по-висок рейтинг от този на България, кредитните институции там получават по-евтино финансиране от централните банки и всичко това се отразява сериозно върху крайната цена на кредита. Не мисля, че раздвижването на пазара и на икономиката зависи от цената на кредита. Просто е да се каже, че ако банките дават кредити на 0-1%, фирмите ще произвеждат много стоки евтино, съответно хората ще ги купуват и икономиката ще се задвижи. Банките са посредник в процеса между производител и потребител, а не движещият фактор. Ако има гарантирано потребление на дадена стока, ние можем да посредничим без проблеми в процеса по производството ѝ. Ако обаче няма потенциално търсене на тази стока от клиентите, дали лихвата е 10, 20 или 2%, е без значение, тя няма да се купува и кредитът няма да бъде върнат. Въпреки ниските лихви в Западна Европа там кредитиране на практика няма, значи... проблемът не е в лихвите.

**- Заради новата крайна фаза на кризата в Гърция, Испания, Португалия, Италия, Унгария и други българите имат и нови опасения, свърза-**

**ни с някои наши банки. Че свързаността им с банки майки в някои от тези страни може да доведе тукашните им филиали до крах или най-малкото още да обърка възможностите за кредитиране...**

- Няма такива рискове, ние стоим стабилно, моделът е такъв, че повличане не може да стане. Няма риск да се затегне и кредитирането заради намаляването на ресурса на централите. У нас кредитирането, подчертавам го пак, не е затегнато поради липса на пари. Нито поради обезкървяване на определени отделни банкови институции, а защото икономиката не се развива с темпото от преди кризата. При малко общо търсене на кредити ни трябват и по-малко пари в обръщение. Иначе казано - ликвидността ни е и остава висока, не сме застрашени от разклащане.

**- А как стои въпросът специално за МКБ Юнионбанк с необслужваните кредити?**

- В това отношение ние сме в много добра позиция. Държим ниво на проблемните кредити под това на банковата система като цяло. Примерно при най-популярните ипотечни заеми проблемните ни са около 7% от портфейла, докато при банковата система като цяло този процент е 20.

**- Като компания вие отделяте доста време и средства за социални и екологични ангажименти. Кои бяха акцентите през 2012-а дотук и какво предстои? И изобщо... защо правите това?**

- Само за полугодieto в МКБ Юнионбанк имаме над 50 инициативи в цялата страна, като 10 от тях са за защита на природата, почти половината от екипа ни участва пряко. Един от най-значими

те проекти е "Заедно в бедствието" - в помощ на пострадалите от наводненията в Югоизточна България. До дни ще открием възстановената Здравна служба в село Бисер, която бе в центъра на дарителската ни кампания, с която събрахме 25 000 лв. Здравото е едно от най-важните ценности и, помагайки село Бисер отново да има здравни услуги в нормални, европейски условия, банката реално помага на тази най-голяма ценност. Подпомогнахме и над 10 детски дома в цялата страна, участваме в инициативи по почистване, като най-значимите са в Екопарк "Златни пясъци", до язовир "Долна Диканя", в парк "Кенана", Кайлъка, активни кръводарители сме. Предстои ни нов мегапроект с една от най-утвърдените фондации в България, занимаваща се с грижата за изоставени деца. Подготвяме и продължение на Зеления ни ипотечен кредит. Концепцията ще бъде реализирана за първи път в България. Правим всичко това просто защото сме част от този свят, не можем да стоим изолирано и безразлични при толкова много проблеми. Три са основните ни приоритети: екологията, образованието и подпомагането на хората в неравностойно положение. Искаме и даваме своя принос за по-чист и хубав свят, помагаме на хората в затруднение да преодоляват по-лесно проблемите и да усетят живота си отново по-добър. Това има значение и за жизнената ни среда, и за бизнес средата, и за обществото. Колкото по-здраво е обществото, колкото повече отношенията между хората са в хармония, толкова по-добра, благоприятна и стабилна ще е средата и за бизнеса.





# Още грижи за лятното убежище

Топлите дни до края на сезона стават все по-малко, а вилата пита за още подобрения, преди да я напуснем до следващата пролет. Дали да не ѝ отделим време и да се развихрим за още един-два уикенда?

## Профилактика на покрива и уллиците

Както рибата се вмиришава от главата, така домът се скапва от горе надолу. Достатъчен е дори един малък, но редовен теч, за да подгизнат стените и да плъпне плесента. А в идващите сезони на дъжд, студ и сняг положението няма да се поправи от само себе си и скоро ремонтът ще е още по-труден и скъп.

● Проверете здравината на конструкцията и наемете майстори да подменят изгнилите греди и счупените керемиди с нови. Контролирайте качествено поставяне на влагоизолационните материали. Не правете компромис с качеството!

● Огледайте уллиците и водостоките и ги почистете. Дори да нямате дървета наблизко, при силен вятър непременно ще се пълнят с листа или борови иглички, а те загиват и задръстват. Често проблемът тръгва именно от тях. Сложете специален пластмасов сифон на всеки водосток, за да спира боклука. Евтини са и много ефикасни. Задължително се обезопасявайте поне с въже, когато работите по покрива!

Ако ви е посетил "малкият дявол" и можете да си направите необходимата профилактика сами, в строителните хипермаркети вече има качествени водоустойчиви

уплътнители от западни марки за течове край комина или при връзката на скатовите при по-сложна конструкция. Те служат също срещу пропускане на влага при остъкляването на балкона, в мазето или караваната. Такива "аквастопове" се използват много лесно, с универсален пистолет за силикон и имат някои много важни качества - устойчиви са на атмосферните влияния и могат да се прилагат върху мокро, т.е. дори върху тръбата на прокапалата мивка в кухнята. С тях можете да извършите качествен ремонт върху различни материали - зидарии, мазилки, камък, дърво, метал, стъкло, пластмаси. Само си представете възможните комбинации и приложения - между рамката на прозореца, стената и перваза, между колоните и стената, покрай ръбовете на входната врата. Цената на флакона е до десетина лева. Сред достойнствата му са, че може да се боядисва и е устойчив на мухъл и плесен.

Когато положението е неспасяемо, планирайте внимателно подмяната на покрива с нов през следващия сезон. Това е скъпо удоволствие и изисква специално отношение: по-добре изберете фирма, която ще ви предложи варианти за изпълнение с различни

екстри (и съответно цени). Ще получите не само фактура, но и гаранция за изпълнението. Настоявайте за качествена топлоизолация и изберете капандури от реномиран производител. Не разчитайте на дадената дума на случайни "майстори" и не се оставяйте да бъдете излъгани за пореден път с празни обещания, защото това винаги излиза много скъпо като пари, време и нерви.

Всички неждовни дни до настъпването на есента са подходящи и за

## Боядисване на оградата.

Това е една от дейностите, които можем да извършим сами, докато си почиваме - да почистим старата боя, да посетим мрежата и да нанесем новата. Струва си да вложим пари в по-нов и по-качествен материал, вместо да викаме майстори, защото те обикновено работят, както си знаят, ползват посредствени или морално остарели продукти с цел по-голяма печалба за себе си. Дори и да цаним някога да свърши дадена работа вместо нас, добре е да внимаваме какви бои ще ползва - много от тях са като шапката в комината: само след един сезон поправеното отново плаче за... ремонт. Затова направете предварително проучване в строител-

ните магазини, където има най-голям избор. Бои за метали има всякакви - и по-евтини, и по-скъпи, и местно производство, и вносни. Не се подвеждайте по най-ниската ценова категория - и този път икономията излиза през носа и боята пада преди първата си годишнина. Някои от смесите съдържат модерните сега ТРИ В ЕДНО - грунд, основна боя и лак. Така се пести много време - не се чака по едно денонощие да съхнат отделните слоеве и работата може да се извърши дори за един ден. Ориентирайте се към продукти, които могат веднага да се нанасят върху почистения метал. Тяхната специална структура и крайният резултат си струват всяка стотинка, защото отблъскват влагата и предлагат дълготрайна защита на металните повърхности. Английската боя, която вече е много популярна на пазара, например е устойчива на дъжд още след два часа и вторият ѝ слой се полага от 1 до 4 часа след първия. Тя спира корозията на метала и дава прекрасен финиш. Може да се нанася с четка и пистолет, не се разрежда и има няколко вариации за градинските мебели и улци, имитиращи кована мед. Цената ѝ е около 20 лева кутията и при спазени правила за нанасяне има гарантиран ефект от 8 години. Вече се предлага и под формата на спрей, лесен за ползване и от ентузиастични домакини. Допълнителен финансов бонус идва от факта, че с остатъка

от боята ще разкрасите и освежите всичките си метални кашпи, столове и осветителни тела в градината и няма да купувате нови. Изделията от специални метали като цинк, мед и неръждаема стомана могат да се реновират след добро почистване на повърхността и нанасяне на праймър преди боята.

Всеки сам може да си поднови и

## Обшивката на верандата,

дървените капаци на прозорците или да фиксира дървените подложки за саксиите върху стена. След първоначалния оглед вече знаете кой от елементите плаче за подмяна и във всеки строителен склад можете да изберете и оразмерите точно негово копие. Вместо пирони, които счепват дъските и не стоят красиво, може да "заковете" новите елементи с монтажното лепило, каквито в много варианти вече има в железариите. Особено когато бързате, нов и ефективен материал е експресното монтажното лепило "необикновен магнит", защото без винтове и пирони моментално прикрепя тухли, закачалки, фризове върху повърхности от камък и метал и много други. В някои от вариантите си то е изключително здраво - издържа до 120 кг/кв. см и гарантира 15-годишна еластична връзка. С "магнита" се работи мно-

го лесно, с обикновен пистолет за силикон - наляят се точки или ивици върху едната повърхност (в зависимост от тежестта ѝ), фиксира се и се притиска здраво. Винаги четете подробно и предварително описанието на продукта, за да имате идеален краен резултат.

Когато повредите ви са само върху дървените части - обшивки, греди, дървени пейки, маси, дограми и подове, - тогава ще ви свършат работата цветните акрилни уплътнители. (Внимание: силиконът НЕ Е нито лепило, нито уплътнител/кит и обратно!) Те се предлагат от няколко фирми, а цената им е в диапазона 4-7 лева. Естествено, по-скъпите не се свиват и не се напукват, могат да се използват на открито и дори да се лакират.

Почистването и шкурването на дървените повърхности можете да направите ръчно или с машинки. Те, както и плънителите за дърво, които ще са ви най-подходящи, ще ви бъдат препоръчани в магазините за домашен майстор. Отгоре нанесете качествени лакове с утвърдена позиция на нашия пазар. Когато спазвате препоръките на производителя, и те като другите продукти дават много добри и дълготрайни резултати.

Текст и снимки:  
Бойка ВЕЛИНОВА

Първата част по темата за подобренията във вилата можете да прочетете на <http://jivotatdnes.bg/index.php?page=article&id=12711>





МЕЖДУСТАВНА ХРУЩЯЛНА ПЛАСТИНКА

ЧАСТ ОТ ОКОТО

СОРТ КАРАМФИЛИ

ЦВЯТ НА КОЖАТА

ТУРИСТИЧЕСКИ РЕМАРКЕТА

ДЪРЖАВА В АФРИКА

ИЗЕДНИЦИ ПОХИТИТЕЛИ

ВАРЯЖКИ КНЯЗ

ГРАД В АВСТРИЯ

ПРИБОР ЗА ГЛАДЕНЕ

ДЕЙСТВИЕ ПОСТЪПКА

СРЕДНО-ВЕКОВНА ГРУЗИНСКА ТИТЛА

НАША ПОППЕВИЦА

ВРАБЧОВА ПТИЦА

БИВША ШВЕЙЦАРСКА СКИАЛПИЙКА

МАРКА ГЕРМАНСКИ КАМИОНИ

СТАРО-ПЛАНИНСКИ КУРОРТ

ФРЕНСКИ АРТИСТ, ПАЗИ СЕ ОБИЧАМ ТЕ"

РАЗЛАТ ДОМАКИНСКИ СЪД

МУЗИКАЛЕН ЗНАК

НАШ ИГРАЛЕН ФИЛМ, РЕЖ. РАНГЕЛ ВЪЛЧАНОВ

МЪЖКА РОХБА

Артилерийско оръдие

СТИХОТВОРЕНИЕ ОТ ВЪТЪ РАКОВСКИ

ЛЕКАРСТВО ОТ СОКОВЕ НА ЛЕЧЕБНИ ВЕЩЕСТВА

ФРЕНСКИ ПОЕТ-СИМВОЛИК 1501-1560

РЕКА В СИБИР, ПРИТОК НА АНГАРА

МИНЕРАЛ СЪС СИН ЦВЯТ

ГРАД В ГЕРМАНИЯ

СТИХОТВОРЕНИЕ ОТ ПЕЙО ЯВОРОВ

ГЕРОИНЯ НА Д.ДИМОВ "ТЮТОН"

ОТВЕСНА ПРАВА ЛИНИЯ

КРЪВЕН РОДНИНА

ЛИТЕРАТУРНИ ТВОРБИ

ПЪРВИЯТ НАШ ЕКСАРХ 1816-1888

ШАХМАТНА ФИГУРА

ПРИСТАНИЩЕ С КЕЙ

СТОЛИЦАТА НА ЙЕМЕН

БИВША СВЕТОВНА ОРГАНИЗАЦИЯ

МАРКА РУСКИ ПИСТОЛЕТИ

ПСЕВДОНИМ НА ДОРА ГАБЕ

АВСТРАЛИЙСКИ АРТИСТ "ЗАВРЪЩАНЕ В РАЯ"

КАТОЛИШКИ СВЕЩЕНИЦИ

РЕКА В АНГЛИЯ

АСТРОНАВТ ОТ САЩ

РУСКИ ПИСАТЕЛ 1907-1978

РАСТИТЕЛНО МАСЛО ЗА ГРУНДИРАНЕ

ЧАСТ ОТ ОБУВКА

ПОВЕСТ ЗА ПЪРВАТА ЛЮБОВ

РАСТИТЕЛНО МАСЛО ЗА ГРУНДИРАНЕ

РОМАН ОТ ВИКТОР УЗУНОВ

ХУДОЖЕСТВЕН МЕТОД В ИЗКУСТВОТО

ПАРИЧНА ЕДИНИЦА НА ИРАН

БИВША СОМАЛИЙСКА ТОПМОДЕЛ

КОРЕЙСКА МЯРКА ЗА ДЪЛЖИНА

ФУТБОЛИСТ ОТ КОТ Д ИВОАР

"СЕНТ ЕТИЕН"

ГРАД ВЪВ ФИНЛАНДИЯ

КИНОАРТИСТ ОТ САЩ "КЪРВАВ ПРАХ"

ГЕРОЙ НА ЕЛИН ПЕЛИН "КОСАЧИ"

НЕЧЕТНО ЧИСЛО ТАБЛИЦА ЗА КУРСОВЕТЕ НА ДВИЖИМИ ЦЕННОСТИ

БУДИСТКИ СВЕЩЕНИК

УЧЕНИК НА КИРИЛ И МЕТОДИЙ

ИМЕНАТА НА НАШ КОМПОЗИТОР И ДИРИГЕНТ 1934-2008

БЪРДО, ХЪЛМ

ПОРЕДИЦА

МАРКА ЧЕШКИ ТРАКТОРИ

НОРВЕЖКИ КРАЛ 995-1030

ЗЛАТАРСКА МЯРКА /МН.Ч.

МОДНО ФРЕНСКО СПИСАНИЕ

ГЕОМЕТРИЧНА ФИГУРА

СБОРНИК С ПОЕМИ И ЕСЕТА ОТ ЛАМАР

НАРОДНОСТ В ИНДОКИТАЙ

БИВШ ЯПОНСКИ ФУТБОЛИСТ, НАЦИОНАЛ

ИЗЕДНИЦИ ПОХИТИТЕЛИ

ВАРЯЖКИ КНЯЗ

КИТАЙСКА ЕТНОГРАФСКА ГРУПА

РЕКА В СИБИР, ПРИТОК НА АНГАРА

МИНЕРАЛ СЪС СИН ЦВЯТ

ГРАД В ГЕРМАНИЯ

СТИХОТВОРЕНИЕ ОТ ПЕЙО ЯВОРОВ

ГЕРОИНЯ НА Д.ДИМОВ "ТЮТОН"

ОТВЕСНА ПРАВА ЛИНИЯ

КРЪВЕН РОДНИНА

ЛИТЕРАТУРНИ ТВОРБИ

ПЪРВИЯТ НАШ ЕКСАРХ 1816-1888

ШАХМАТНА ФИГУРА

ПРИСТАНИЩЕ С КЕЙ

СТОЛИЦАТА НА ЙЕМЕН

БИВША СВЕТОВНА ОРГАНИЗАЦИЯ

МАРКА РУСКИ ПИСТОЛЕТИ

ПСЕВДОНИМ НА ДОРА ГАБЕ

АВСТРАЛИЙСКИ АРТИСТ "ЗАВРЪЩАНЕ В РАЯ"

КАТОЛИШКИ СВЕЩЕНИЦИ

РЕКА В АНГЛИЯ

АСТРОНАВТ ОТ САЩ

РУСКИ ПИСАТЕЛ 1907-1978

РАСТИТЕЛНО МАСЛО ЗА ГРУНДИРАНЕ

ЧАСТ ОТ ОБУВКА

ПОВЕСТ ЗА ПЪРВАТА ЛЮБОВ

РОМАН ОТ ВИКТОР УЗУНОВ

ХУДОЖЕСТВЕН МЕТОД В ИЗКУСТВОТО

ПАРИЧНА ЕДИНИЦА НА ИРАН

БИВША СОМАЛИЙСКА ТОПМОДЕЛ

КОРЕЙСКА МЯРКА ЗА ДЪЛЖИНА

ФУТБОЛИСТ ОТ КОТ Д ИВОАР

"СЕНТ ЕТИЕН"

ГРАД ВЪВ ФИНЛАНДИЯ

КИНОАРТИСТ ОТ САЩ "КЪРВАВ ПРАХ"

ГЕРОЙ НА ЕЛИН ПЕЛИН "КОСАЧИ"

НЕЧЕТНО ЧИСЛО ТАБЛИЦА ЗА КУРСОВЕТЕ НА ДВИЖИМИ ЦЕННОСТИ

БУДИСТКИ СВЕЩЕНИК

УЧЕНИК НА КИРИЛ И МЕТОДИЙ

ИМЕНАТА НА НАШ КОМПОЗИТОР И ДИРИГЕНТ 1934-2008

БЪРДО, ХЪЛМ

ПОРЕДИЦА

МАРКА ЧЕШКИ ТРАКТОРИ

НОРВЕЖКИ КРАЛ 995-1030

ЗЛАТАРСКА МЯРКА /МН.Ч.

МОДНО ФРЕНСКО СПИСАНИЕ

ГЕОМЕТРИЧНА ФИГУРА

СБОРНИК С ПОЕМИ И ЕСЕТА ОТ ЛАМАР

НАРОДНОСТ В ИНДОКИТАЙ

БИВШ ЯПОНСКИ ФУТБОЛИСТ, НАЦИОНАЛ

РЕЧНИК : АБИНЕРИ, АТАРОВ, ДЮВАЛ, ИВАЛО, ИМАН, ИНАМОТО, ИЛАТ, КИАНИД, РЮРИК

МИХАИЛ МИЦЕВ

Отговори на кръстословицата от бр. 18:

ВОДОРАВНО: Ажур. Наварин. Ретинол. Елена Каракочева. АРО. Ина. "Ако". Асо. Сноп. Рев. Ели. Ини. Авицена. Араго (Доминик). ИМАЛИН. Стаж. Лар. Отит. Ар. Кила. Арагонес (Луис). Крепон. Тес ("Тес от рода Д'ърбървил"). Лама. "Ел". Тил. Ра. Ено. Абориген. Лоне (Луи дьо). Минога. Ива Тепешанова. Ивон. "Вината на Рафаела". Ковачев (Никола). Лил. Чип. Твар.

ОТВЕСНО: АТОМИК. "С жени на море". Иво. Уланова (Галина). Асенов (Драгомир). Оре. Епилог. Нона. Нат (Мари Жозе). Цитолог. "Ана Каренина". "Аве". Акорен. ТЕМА. Ив (Артур). ЯВА. Авар (Ишван). Сабин. Арад. Овал. Прасе. Арати. ИКОВ. Итал (Иоан). УНО. Еген (Дан). "Лице". Клепач. Аренал. Тар. Нери (Франческа). "Ева". Имарет. Шап. Стана. Еж. Пилаф. "Арис". Колонат. Яна. Анилин. Ноев (Божидар). Оригинал. Ревла. "Алото". Арома. Аар.

ЛЕСНО

СРЕДНО

ТРУДНО

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

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

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





# Фалит, след което „В“ група - най-добрият сценарий за ЦСКА

Валентин МАРИНОВ

„Дори не искам да се замислям за план Б, не ми се ще да стигаме до такъв вариант“, рече пред журналисти депутатът Емил Димитров, оглавил заверата от бизнесмени, общественици и бивши играчи за възраждането на ЦСКА. Иронията е, че малцина в залата се сетиха до какво Димитров не иска да се стига, но за тях ще стане дума по-нататък.

Тези дни покрай някои разкрития на бунтарите, че дълговете на ЦСКА възлизали на 80 милиона лева, и зациклянето на уж формалните преговори по прехвърляне на акциите план Б взе да изплува на хоризонта. Борчовите са огромни, акциите - запорирани. Юридически каша - невъзможни за разплетане до края на септември. План Б се мярва като зловеща, призрачна фрегата, изгубена в Бермудския триъгълник и върната, за да всява

ужас. Бермудският триъгълник за ЦСКА не са някогашните военни подразделения в Грудово, Елхово и Звездец. А некадърно управление, разделените привърженици и платени журналисти, които почти успяха да ни убедят в последните години как "Титан" спасил клуба, като погасил стари задължения и бдял на Армията.

ЦСКА във "В" група?! Ти луд ли си?! Този не е нормален! Та това е ЦСКА! Дори премиерът - отявлен левскар, отчете водещата роля на ЦСКА в родния футбол и спорт. Чувам как кълнат тези думи...

Какво представлява ЦСКА в момента? За дълговете казахме - дори да са по-малко от изнесените от бизнесмена Чезари, във времена на тежка икономическа рецесия всичко с осем цифри "на червено" изглежда трудно за наваксване от един неработещ клуб.

Да, ЦСКА е неуправляем самолет в триъгълника на лъжите. Без отбор, без школа, с тре-

нор комисионер и любител на хаотичните селекции - всичките без визия и посока. Будилникът отдавна звънеше зловещо, но нямаше кой да го чуе. ЦСКА изпадна в нещо много по-страшно от липсата на титли, точки и победи. Клубът посече корените си и оцапа емблемата със съмнения за то то мачове и продадени титли.

Изгубиш ли името си и доверието в свои и чужди, всичко си пропилял. Точно поради тази причина ЦСКА няма какво да губи вече. Всяко едно управление след промените го водеше към съсипия и май стигнахме критичната точка, от която няма връщане назад.

Клубът трябва да мине през чистилището, да се отърси от илюзиите и разни "ремаркета" и да опита да се върне наистина по-силен. Вариант А всъщност не се оказва спасителен. Защото "Титан" ще остане в управлението, акциите щели да се поделят. Нали се сещате какво ще да е това управление с една дузина фирми и бизнесмени - стари, нови, големи и още по-големи...

Нека разгледаме възможностите. Какво печели ЦСКА, ако спаси някак професионалния си статут и все пак "изплува"?

Да, няма да играе във "В" група, ще си спести подигравки, ще се бори за шампионската титла, понеже целите на ЦСКА винаги са високи, най-високите! Поне ще спечели Купата и пак ще играе в Европа. ЦСКА е за Европа, къде другаде да играе?! Клубът трябва да мине през чистилището, да се отърси от илюзиите и разни "ремаркета" и да опита да се върне наистина по-силен

Клубът трябва да мине през чистилището, да се отърси от илюзиите и разни "ремаркета" и да опита да се върне наистина по-силен

А сега малко реализъм. За какви подигравки говорим, когато няма как да паднеш пониско от забъркването в тото схемите и това да губиш титлата със 7-8 точки аванс?! Дори да се оправят нещата и новите да заиграят, смятате ли, че отборът просто ще тръгне силно от първия мач и няма да губи от преките си конкуренти, при условие че вече натрупа изоставане? Шампион няма как да стане, а ползата от нов гастрол в Лига Европа догодина с трениор неудачник в турнирите като Стойчо Младенов е не спорна, а направо никаква.

В същото време дълговете ще се трупат ли трупат, по базата, дадена на концесия на "Титан" кой знае защо, нищо няма да се прави, безвластие ще властва, ще продължат да се влачат разни чужди гастролъри, да се плащат комисиони... Ще си върви подигравката с трениорите, децата и юношите от школата.

И сега - какво печелят "червените", ако изберат аматьорския статут? Все ще се намери кой да да-

де лиценз си на ЦСКА във "В" група. А горната въпросителна просто ще отпадне, в случай че УЕФА наистина отнеме лиценза на ЦСКА за три години. Хоризонтът може и да не се окаже толкова отчайващ. "Титан" ще се разкара по-бързо, отколкото при план А, а през двете години, в които клубът се връща в елита, може да се отърве поне временно от пиявиците. За тази група португалски говорещи чужденци не трябва да се вълнуват от мениджъри ще намерят поне на първо време. Клубът ще се принуди да използва момчета от школата - за две години някои от тях може и да станат футболисти. Няма как да разберем иначе, при условие че не им се дава шанс. Може пък да дойдат хора с визия за развитие на клуба и базата му. Сигурно има вариант концесията да се даде на хора, които действително имат желание да превърнат "Българска армия" в кътче за истински футбол.

Примерът е Ботев (Пловдив), който в долните ешелони събирал повече публика, отколкото ЦСКА. Клубът сам избра аматьорството, но вижте го сега. Вярно, и там премиерът трябваше да посочва благодетел, но явно на този етап няма друга формула при сегашното управление на държавата. А за ЦСКА все ще се намерят желаещи, когато убийствените воденични дългове и съмнителни "бизнесмени" ги няма.

Глазгоу Рейнджърс е много по-голям клуб от ЦСКА, при това в нор-

## TV АКЦЕНТИ

**Вторник, 4 септември**

**10:00 ч.** Полуфинал на СП по футбол за девойки до 20 г. по Евроспорт

**13:30 ч.** Полуфинал на СП по футбол за девойки до 20 г. по Евроспорт

**18:00 ч.** USA open (тенис) по Евроспорт 2 и Евроспорт

**Сряда, 5 септември**

**17:00 ч.** Обиколка на Испания (колхозеене) по Евроспорт

**18:00 ч.** USA open (тенис) по Евроспорт 2 и Евроспорт

**Четвъртък, 6 септември**

**17:00 ч.** Обиколка на Испания (колхозеене) по Евроспорт

**18:00 ч.** USA open (тенис) по Евроспорт 2

**Петък, 7 септември**

**17:00 ч.** Обиколка на Испания (колхозеене) по Евроспорт

**18:00 ч.** България - Латвия (ЕК, волейбол, жени) по БНТ свят

**18:00 ч.** USA open (тенис) по Евроспорт 2 и Евроспорт

**21:45 ч.** България - Италия (СК, футбол) по БНТ 1

**Събота, 8 септември**

**13:15 ч.** Финал (СП по футбол за девойки до 20 г.) по Евроспорт

**17:00 ч.** Обиколка на Испания (колхозеене) по Евроспорт

**18:00 ч.** България - Люксембург (ЕК; баскетбол, мъже) по БНТ 1

**18:00 ч.** България - Унгария (ЕК, волейбол, жени) по БНТ свят

**18:45 ч.** USA open (тенис) по Евроспорт

**Неделя, 9 септември**

**17:00 ч.** Обиколка на Испания (колхозеене) по Евроспорт

**18:00 ч.** България - Чехия (ЕК, волейбол, жени) по БНТ свят

**23:00 ч.** USA open (тенис) по Евроспорт и Евроспорт 2

**Понеделник, 10 септември**

**00:05 ч.** Закриване на Паралимпийските игри по БНТ 1

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

мална страна с ясни икономически закони. Драмата му беше голяма, но отборът и привържениците му си поеха кръста. Сега, в третото ниво на шотландския футбол, на "Айброкс" ходят толкова зрители, колкото и ако беше в елита.

А ЦСКА отдавна не е флагман на българския футбол. То пък един футбол. Няма как да си флагман на нещо, което го няма.

BGfootball.com







Вестник "Животът днес" продължава да запознава своите читатели с изгряващите звезди на българския спорт. Днес ще прочетете за едно момче от София, което със сигурност няма да участва на Олимпиадата в Рио, защото родният баскетбол няма шанс да се класира за игрите. Гардът Деян Карамфилов обаче е един от най-добрите на поста си в Стария континент. Той е подавач №1 на Евро 2012 в Латвия и Литва. В мача срещу Словения Карамфилов направи фантастичните 15 асистенции. Роден е на 21 януари 1994 г., а с баскетбол се занимава от 10-годишен. Играл е в столичните "Септември", "Овергаз", а сега е в "Левски". От четири години е национален състезател. Има две европейски титли в дивизия Б.

# Деян Карамфилов прави избора си на 14 години

**Баскетболният талант е подавач №1 на европейския шампионат**

**Мара КАЛЧЕВА**

Срещата на Деян с баскетбола е като любов от пръв поглед. Приятел от училище го води в залата на "Септември" и момчето остава очаровано от магията на оранжевата топка. Дори не обръща внимание на олющената мазилка, счупените прозорци и мизерните съблекални. Сега Деян е на 18 и има чудесна техника, организаторски способности и поглед върху играта. Висок е 180 см и едва ли ще порасне повече, но компенсира ръста с желанието да се раздава на терена, да играе за другите, да създава ситуации, при които съотборниците му да атакуват успешно коша. В четвъртфиналния мач от европейското срещу Сърбия удрят Деян в лицето и му чупят носа. Така той не може да играе в последните 2-3 минути на решителния двубой, а момчетата на Петко Делев не успяват да се класират за финалната четворка. Лекарите са категорични, че гардът не трябва да излиза на игрището до края на шампионата. Но Деян не се предава. "Не можех да седя на пейката в последните два мача срещу Латвия и Италия. Исках да се класираме на световното, като станем поне пети. Когато се върнах в България, ми наместиха носа в ИСУЛ. Няма проблем, препоръчаха ми само една седмица почивка", разказва талантът, без излишно да драматизира и да се прави на ге-

рой. Не за първи път носът на Деян е разбиван на терена. Същото го сполетява във вътрешния шампионат през 2010 г. Тогава се налага да доиграе сезона с маска на лицето.

На Евро 2012 плеймейкърът впечатлява всички специалисти, които са в Латвия и Литва. С перфектните си пасове по конец и с фантазията, с която дирижира атаката на националния отбор, младият българин предизвиква възхищението на всички тях.

Деян очаква скоро да подпише първия си професионален договор. Не е ясно какво ще решат за кариерата му в "Левски". Няколко мениджъри му търсят отбор в чужбина и се конкурират за договор със златното момче. 18-годишният Деян не се хвърля на голяма заплата. За него е важно в този момент да играе и да израства.

Напористият тийнейджър постоянно работи над себе си, за да заслужи мястото си в мъжки тим - иска да подобри всичко, но най-вече да бъде по-бърз и по-ефективен в защита. Прекарва доста часове във фитнеса, а в залата изпълнява стриктно указанията на треньорите. Стремешът му е да разчита по-бързо ситуациите, да действа на бързи обороти. Затова не пести сили, за да дошлифова своята техника, стрелба, защита, нападение.

Деян изобщо не може да си представи живота без баскетбол. Въпреки

че майка му е учителка по биология и химия и настоява момчето ѝ да учи. Нейната мечта е да го види преуспяващ адвокат. Но той няма такива амбиции. "Чак в последните години майка ми разбра, че няма как да не се занимавам със спорт, и ме остави на мира. А баща ми, който работи в строителна фирма, още от начало ми каза аз да решавам. Направих избора си, когато бях 14-годишен", споделя Деян Карамфилов. Той е благодарен на родителите си, че го подкрепят и че са му дали спортния ген. Макар и за кратко в детството, майката е тренирала хандбал, а бащата - футбол.



Заради Карамфилов-младши семейството променя кухнята си и всичко се готви по негов вкус - повече салати и задушено или печено месо. Семейният бюджет също има един приоритет - кариерата на Деян. Макар че синът няма претенциите да бъде облечен по последна мода, нито пък маратонките му да струват повече от една средна работна заплата.

Деян също прави ежедневни жертви заради баскетбола. Отказва, когато приятели го канят да ходи на кино или в заведения, защото не може да пропусне дори една тренировка. Хоби извън спорта няма. Почива си пред компютъра, но пак играе - този път виртуално - НБА, футбол или се

**На Евро 2012 плеймейкърът впечатлява всички специалисти, които са в Латвия и Литва**

състезава в автомобилни ралита на плейстейшън. Вече е изкарал шофьорска книжка, но няма собствена кола.

Талантливият играч говори с добро чувство за всичките си треньори. Благодарен е на Ивайло Желев, който му е дал началните стъпки в играта, а също и на Виктория Маринова, която близо пет години шлифова таланта му в "Овергаз". Деян признава, че му е било трудно да се адаптира към изискванията на различните селекционери в националния отбор. "Първо бях при Георги Димитров, който има предпочитание към зоновата защита. Изведнъж попаднах при Любо Минчев, който почти не играе зона. Той доста ми викаше, докато свикна. Няма как. Беше трудно, но успях да заиграя по неговия начин и спечелихме европейското във Варна. Това лято с Петко Делев ми беше полесно, защото съм научен и на зонава, и на лична защита. На две от четирите европейски първенства, на които съм участвал, печеля индивидуален приз. Просто играя моята игра, старая се да изпълнявам указанията на треньорите, да взимам правилни решения, а статистиката показва, че

съм успял", обяснява с усмивка Деян Карамфилов.

Няма опасност обаче гардът на "Левски" и националния тим да се помисли за звезда и да заиграе егоистично. Неговата философия в баскетбола е доверието в съотборниците, че те могат да уцелят коша вместо него, когато не е на позиция за стрелба. Деян е благодарен на съдбата, че се е захванал с отборен спорт. "Така и извън терена е по-забавно. В отбора има още 11 като мен, всички сме приятели и намираме начин да се забавляваме", споделя младият плеймейкър.

Тийнейджърът слуша разнообразна музика, дори кючеци, но предпочита R&B, хип-хоп и денс ритми.

Негов идол е Рики Рубио. Като малък се възхищава на Дуейн Уейд от НБА, а сега е почитател на плеймейкъри като Дерек Роуз. На международния камп в Любляна през 2011-а стои очи в очи със звезди като Дино Раджа и Владе Дивац. А Бошян Нахбар му връчва наградата за най-добър стрелец от зоната за три точки.

Предстоящата учебна година ще му е последна в столичната гимназия "Емилиян Станев", профил Информационни технологии с английски и испански език. "Зная английски, но с испанския съм зле. Вярвам обаче, че ако имам късмета да играя в Испания, ще го науча много бързо", казва Деян, който мечтае някой ден да бъде част от голям отбор в Евролигата.





# Шоуто в Москва е уникално

Московският международен автомобилен салон се смята за най-важното автомобилно изложение за годината в Източна Европа. На него производители от целия свят представят актуалните

си модели и иновации. Специализираното изложение, което се организира веднъж на две години и през 2010 г. привлече повече от 1 милион посетители, се провежда в палатите на изложбения комплекс Crocus Expo, разположен в се-

верозападната част на руската столица, и ще продължи до 9 септември. Най-интересното е, че повечето големи компании предпочетоха да направят своите световни премиери в руската столица, а не по време на Парижкия автосалон, който стартира в края на септември. Това е достатъчен довод да се твърди, че руският пазар е много по-интересен за производителите, отколкото западния, който отбелязва напоследък рецесия.



## Темпераментният Mini Countryman

Представянето на Mini на Moscow International Automobile Salon 2012 е подчинено на страстта към моторните спортове. Британският производител на премиум компактни автомобили акцентира върху John Cooper Works Countryman. Моделът е първият изключителен атлет, който пренася мощността на разработения благодарение на опита от състезателните спортове двигател чрез системата за двойно задвижване ALL4. Силната и богата на традиции връзка на Mini с рали спорта се подчертава и от разработеното специално за руския пазар Edition Mini Countryman Dakar. С този модел марката Mini ще отпразнува пълната победа на Mini ALL4 Racing в популярното рали Dakar от началото на годината. В екипа на легендарния отбор X-raid Team бе и руският пилот Леонид Новицкий, който заедно с германския си навигатор Анди Шулц се класира на четвърто място в крайното подреждане. Mini John Cooper Works Countryman залага на новоразработения 4-цилиндров темпераментен турбодвигател с мощност 218 к.с. Най-мощният серийен модел на марката за цялата ѝ история поставя нови стандарти и по отношение на практичността. Благодарение на двойното задвижване екстремните пътувания извън пътя са приятни изживявания, а гъвкавият интериор предлага място и за 5 пътници. Актуалните иновации в областта на In-Car-Infotainment и комуникациите включват интернет базирани услуги, които стават възможни благодарение на интеграцията на Apple iPhone в системата за управление на Mini. Функциите, освен уеб радио, включват и достъп до Facebook и Twitter директно в купето на автомобила.



## Духът на движението в Mazda6

Дебютиращата в Москва Mazda6 е вторият автомобил от новото поколение модели на японския производител, който използва пълната гама от технологии SKYACTIV, както и новата дизайнерска линия KODO - "Духът на движението". Спортният седан е първият модел, оборудван със системата за регенериране на енергията на Mazda, i-ELOOP. Въвеждането на i-ELOOP бележи втория етап от замисъла на компанията, включващ нови, опазващи околната среда технологични автомобили. Стратегията има за цел извършване на значителни подобрения в настоящите автомобилни технологии преди въвеждането стъпка по стъпка на електрически устройства, които допълнително ще намалят разхода на гориво и вред-

ните емисии. Флагманът на Mazda създава усещане за неповторим стил, чувство на лукс, комфорт и престиж, предлага удоволствие от директното и прецизно управление. Дебютният екземпляр в Москва е съобразен със специфичния руски пазар и е оборудван с 2-литров бензинов двигател SKYACTIV-G с директно впръскване и 6-степенна автоматична трансмисия SKYACTIV-DRIVE.

### ПРЕМИЕРА



Audi демонстрира още по-динамично и привлекателно оформление за своя суперспортен модел R8. В лицето на версията R8 V10 plus гамата се увенчава с нов върхов модел, а към трансмисиите се добавя изцяло новоразработената 7-степенна S tronic. Предните светлини с LED елементи и новите задни мигачи с динамична функция са част от серийното оборудване на всички варианти на модела. Разработеният и произвеждан от quattro GmbH суперспортен модел Audi R8 стъпва стабилно на пътя и изглежда

винаги готов за скок. Големата предна Singleframe-решетка със скосени ъгли в горната част се отличава с лакирана в бляскаво черно вътрешна част, като при вариантите с двигател V10 ламелите са допълнени с хоризонтални хромирани лайстни. Изцяло нова е и предната броня, чиито отвори за въздух са с по три хоризонтални ламела. По желание Audi предлага допълнителен преден спойлер от усилен с въглеродни влакна композитен материал, а при новия R8 V10 plus той е част от серийното оборудване.

## Свръхзвукът спринтър Audi R8

При 10-цилиндровите версии страничните отвори са изнесени по-навън, отколкото при версиите с V8 мотори и разполагат със специални кантове. Корпусите на страничните огледала и страничните отвори на каросерията (т.нар. "Sideblades") при версията Coupé при върховия модел R8 V10 plus са изработени от усилен с въглеродни влакна композитен материал. Цветът на вентилационните решетки в близост до задния прозорец при версията R8 V10 plus е черен мат. LED осветлението на двигателя отсек и частичната облицовка от въглероден композит на мотора са част от серийното оборудване на болида. Върху панела между отворите за въздух, който при версиите R8 V10 е лакиран в бляскаво черно, е разположена новата емблема при буквата R, като

застъпва частично червения ромб, използван за символ на Audi Sport. Върхова версия в двигателната гама на Audi R8 носи означението V10 plus. Новата максимална мощност достига 550 к.с., а максималният му въртящ момент е 540 Нм при 6500 об./мин. В съчетание с новата трансмисия S tronic, предлаганият само с каросерия Coupé R8 V10 plus се изстрелва от 0 до 100 км/ч за 3,5 сек и постига максимална скорост 317 км/ч при среден разход на гориво от 12,9 л/100 км. Новата седемстепенна предавателна кутия S tronic е с тривалова конструкция и компактни размери с дължина под 60 сантиметра. При версията с механична предавателна кутия съответните стойности са 3,8 сек, 319 км/ч и 14,9 литра.

Страницата подготви  
Станчо ШУКЕРОВ

# NeOx®

Отново се движим!



За локално приложение!

NeOx крем е комбинация  
от 5 оптимално подбрани  
природни съставки при активен  
начин на живот и натоварване!

