

ИКОНОМИКА



Доц. Илиян Минков:
Няма да има
пинг-понг ефект
със замразените цени
на храните

На стр. 5

АВТОМОБИЛИ



Maybach
изчезва
от пазара

На стр. 24

СПОРТ



Защо Петър
Стойчев
отложи края
на кариерата си

На стр. 22

Разпространява се безплатно

тираж **300 000**

www.jivotatdnes.bg

Брой 23, 2 - 8 октомври 2012 г. (год. I)

ЖИВОТЪТ ДНЕС

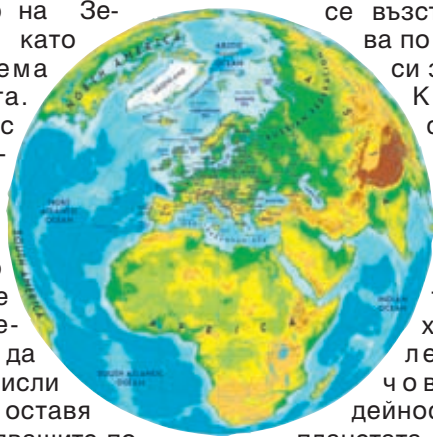
actavis
think smart medicine

Светът на модерния човек

Цивилизация на кръстопът

Напоследък доста спорове се водят за ролята на човека в бъдещето на Земята като обитаема планета. Но със сигурност е ясно, че е крайно време човечеството да се замисли какво оставя на следващите поколения. Добрата новина е, че със сигурност още не е късно да се превърнем от край-

ни в умерени потребители и в помощници на опитите природата да се възстановява по своите закони. Какви са различните аспекти на резултатите от хилядолетната човешка дейност на планетата



четете в темата
на стр. 8 и 17

Адвокатът
Хари Хараламбиев:

Процесът на живота ми е либийският

Интервю на
Румен ЛЕОНИДОВ
на стр. 19

Снимка Росен ВЕРГИЛОВ

ЖИВОТ и ЗДРАВЕ

Водният баланс
пази тялото от болести

Интервю с уролога
доц. Марин Георгиев на стр. 16

Четете специалното приложение на стр. 9 - 16.

Струва си да качите Полежан

Със своите 2851 метра този пирински връх сигурно не е изкушение за търсещите само най-големите височини в нашите планини, но изкачването му си струва. Най-малкото заради прекрасната гледка, която се очертава и в четирите посоки на света. Още повече достигането до върха е улеснено от седалков лифт, без обаче ходенето до каменната пирамида да е като градска разходка. Как се отива до връх Полежан и какво трябва да знаете за него четете

на стр. 20

Добрият Съсед наблизо!

T MARKET

ЦЕНИТЕ СА ВАЛИДНИ ОТ 02 ДО 08 ОКТОМВРИ 2012Г.

| | |
|---|---|
| 4.99 Краве сирене "Естур" 1кг, вакуум | 2.69 Слънчогледово масло "Golden Oil", 1л |
| 9.99 Разтворимо кафе "Nescafe" classic, 250г+50г | 4.99 Промопакет нектар Pfanner 2л, 100% портокал и 1л, 100% сусам |
| 9.99 Бонбони "Merci" 400 гр | 4.99 Промопакет нектар Pfanner 2л, 100% мандарина и 1л, 100% сусам |

Всички цени са в български левове, с изключение ДДС. Предложенията валидни до изчерпване на наличните количества.

Porsche 918 Spyder - най-икономичният спортен автомобил

Компанията Porsche публикува в интернет техническите характеристики на новия спортен автомобил 918 Spyder. Веднага прави впечатление, че той е изключително икономичен - изразходва само 3 литра гориво на 100 километра, при това мощността му е 800 к.с. Това на пръв поглед изглежда невъзможно, но тайната се крие във факта, че става въпрос не просто за спортен автомобил, а за хибрид. 800-те конски сили се делят между V-образен двигател

с обем 4,6 литра и два електромотора. За да вдигне скорост от 100 км/ч, на Porsche 918 Spyder са му необходими само три секунди и може да се движи с максималните 325 км/ч. Цената на икономичния автомобил също е впечатляваща - 645 000 евро. Клиентите могат да избират между 12 цвята, а в интериора са използвани предимно алуминий и карбон. Преди време беше съобщено, че от модела ще бъдат произведени само 918 броя.



Човешките пръсти стават по-чувствителни

риозно постижение, защото чрез пръстите ние определяме много параметри на заобикалящия ни свят - топло, студено, влажно, сухо, грапаво и т.н. Но тяхната чувствителност според специалистите не е достатъчно висока. Изобретената специална мембрана представлява тънка силиконова лента, пронизана с електроди. Тя има формата на пръстите и

лесно се разтяга. Една от причините за създаването на наномембраната е да бъдат усъвършени медицинските ръкавици. Новата технология ще ги направи свръчувствителни и много по-ефективни при осъществяване на различни манипулации и операции. Наномембраната може да бъде използвана и при много други човешки дейности.

Учени успяха да увеличат няколко пъти чувствителността на човешките пръсти с помощта на наномембрана. Това е се-

И хората ще могат да махат доволно с опашка

Любителите на необичайни украшения, а и на кучета, ще бъдат особено доволни от последното изобретение, наречено Shippo. Компанията Neurowear, известна с необичайните си хрумвания, пусна опашка, която може да се управлява със силата на мисълта. Очевидно собствениците ѝ ще имат възможност по-лесно да намерят общ език с домашния си любимец. Shippo използва евтино приспособление, което измерва активността на мозъка и честотата на сърцебиенето. Чрез получените данни устройството определя настроението на ползвателя и изпраща команда до опашката посредством Bluetooth. Когато човек е спокоен, тя е неподвижна, но когато е развълнуван или изплашен, устройството се задвижва.

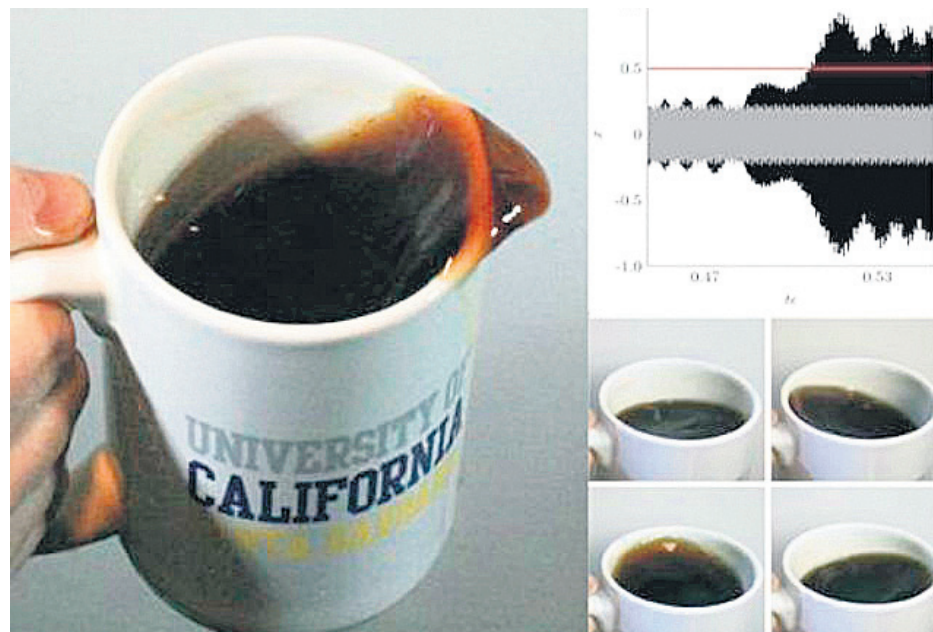


Раздагоха за 22-ри път наградите анти-Нобел

Харвардският университет за пореден път тържествено връчи Антинобеловите награди. Церемонията се провежда от 22 години и учените отдавна смятат за чест да получат своеобразното признание за постиженията си. Още повече че призьт се връчва от истински Нобелови лауреати. В раздела "Хидродинамика" победителите са два-

ма специалисти, които установиха защо, когато носеш кафе, то често се разлива. Резултатите от серия експерименти със съвременна апаратура доказали, че напитката се разлива вследствие на сложно взаимодействие между механиката на човешкия ход и колебанията на течността. Влияние оказват още възрастта, полът и здравето на чове-

ка, носещ кафето, широчината на крачките му, ускорението, формата и размерът на чашата. Изводът на учените не учудил никого - те съветват да се движим бавно с постоянна скорост и да не пълним чашата до ръба. Това е само едно от многото "гениални" открития, които поддържат жива традицията на наградите анти-Нобел.



N-Ti-Tuss

Хранителна добавка

Биаков сироп

Действа благоприятно
върху лигавицата на гърлото.
Подпомага отхрачването.

Ecopharm

Какво е да си интелигентен в днешно време?

Велизара Кирилова



Да бъдеш интелигентен е като да бъдеш себе си с всички. Пасваш тук-таме, но не навсякъде. Някои хора не те харесват, защото не си като тях, други те харесват по същата причина. Познавам множество доста интелигентни хора, но за съжаление живеем във век, в който да бъдеш такъв не е чак толкова печеливша карта, колкото е била някога. Затова и повечето интелигентни хора в днешно време се преструват, че не са такива, просто за да пасват. Все пак обаче човек трябва да се стреми да се самоусъвършенства. Кое означава не просто да се посветиш на повече четене на книги, на преоткриване на нови неща, но и морално да се опитваш да бъдеш по-добър. Интелигентният човек се познава още от разговора - той е ерудиран, може да разговаря спокойно на всякакви теми, изслушва те, говори с мярка, когато е необходимо. На някои хора им е вродено да са интелигентни. Компютрите могат да ни бъдат голям помощник в това да бъдем информирани, но те като цяло ни затъпяват. Лишават ни от времето и възможността да се насладим на една книга, да дадем път на въображението си и да развием собствено мнение и представа за света. Аз лично обичам да седя пред компютъра, но не за сметка на четенето. Чета всякаква литература, но обожавам английската.

Петър Величков



Да бъдеш интелигентен означава да не пречиш на другите и да не позволяваш на никого да ти пречи. Интелигентността я има у всеки човек, просто е развита до различна степен. Имали ли сте възможността да общувате с дете, лишено от родителски грижи? Ако няма никакви здравословни проблеми и това дете е много умно, то пак се различава ужасно много от децата с родители. Малчуганът е израснал без ласка, любов и грижи и това се отразява на интелигентността му. То не знае как да общува, иска да привлече внимание, няма ценностна система. Затова са особено ключови първите седем години. Не бива да се negliжират бабите и дядовците, които отглеждат младия човек, защото те формират характера му. Детето е като восък и от нас зависи как ще го изваем. Родителите, въпреки че работят, не бива да загърбват задълженията си, а да обръщат внимание на личностното развитие на детето. Любовта към книгата е въпрос на възпитание и на продължителни усилия в тази насока. Малките деца са много любопитни. Ако им подаряваме често по една книжка, можем заедно да я разглеждаме. Да четем приказки, да играем на интерактивни игри. Важно е и да изпратим детето на детска градина, защото то не е растение - да си го гледаме само вкъщи. Полезно е за него да се социализира, за да не изпита огромен стрес и страх при пристъпването през училищния праг.

Живка Хидрова



Да бъдеш интелигентен е комплексно понятие. Човек развива интелекта си, докато е жив. Но много важно е да бъде възпитан добре още в най-ранни детски години. Затова е и много адекватна приказката: "На някого му липсват първите седем години". Истината е, че семейните ценности и възпитание изграждат основата за личностно развитие, на нагласата и посоката, която ще поемеш в света. Аз съм фармацевт, но само едното образование не може да те направи интелигентен. Да си умен и възпитан човек означава да се отнасяш към света по правилния начин - важни са взаимоотношенията с хората, дали пазим околната среда чиста, дали четем книги, дали обичаме културата и т.н. С дъщеря ми много спорим по темата как влияят компютрите на интелигентността. Новите поколения стават все по-мобилни и свързани с новите технологии. Но лошото е, че в много случаи "мишката изяде книжката". Според мен детето трябва да бъде лишавано не изцяло, но поне отчасти от възможността да прекара цялото си време пред екрана. Любовта към книгата се възпитава. Колкото и да чете подрастващият в интернет, друго е да отвори книгата, да му замислише на мастило, да вземе от библиотеката си творбите на Димов, Талев и т.н.

Надежда Иванова



Интелигентността е разноаспектно понятие - да имаш богата обща култура, да умееш да общуваш, да четеш и да се информираш. Тази ценност е вродена, но тя се и развива и надгражда в зависимост от усилията на всеки човек. Категорично съм на мнение обаче, че днешните млади поколения не са по-интелигентни от предишните, напротив. Децата са ужасно арогантни, нахални и недисциплинирани. Имат всичко материално и това става мерило и за духовното им развитие. Аз имам педагогическо образование, но 3 месеца стаж ми бяха напълно достатъчни, за да се откажа от професията и да се насоча към друга област. Нямате представа за какво става въпрос в училище. Днешните деца не могат да бъдат насочени и да разберат какво се изисква от тях. Те не понасят някой да им казва какво да правят. А учителите са с вързани ръце - и да му пишеш двойка, на него не му пука. За забележката да не говорим. Ако го изгониш от час заради лошо поведение, трябва да намериш друг свободен колега, който да го гледа, защото носиш отговорност за него - да не хукне по улиците например. На заден план остава просветителската дейност на учителя като будител и партньор в цялостното изграждане на личността на подрастващия, ти си просто озаптител...

Добринка Константинова



Да си интелигентен не само в днешно време, но и по принцип, означава не просто да четеш много, но и да общуваш с любов и разбиране с хората около теб. Интелигентността е преди всичко отношение, не толкова образование. Има много хора, които са добре осведомени, но не знаят как да се държат в обществото. Ето защо трябва да се обърне внимание на семейното възпитание, на насоките за живота, които се дават на младия човек още от вкъщи. Какво да ви кажа, преди да навърша 60 г., аз не смеех да седна в автобуса и винаги съм отстъпвала място на по-възрастни, защото така са ме учили. Уважението, вниманието, състрадание, любовта към ближния са патриархални човешки ценности, които много родители не успяват да предадат на децата си. Проблемът е, че родителите на младото поколение също бяха "изпуснати", те израснаха във време на преход и това се отрази и на интелигентността им. В резултат малчуганите сега станаха много разлезени и презадоволени, отнасят се лошо с непознати, а понякога и с близки, и нямат мерило за доброта и нормални човешки взаимоотношения.

Христина Рендакова



Общата култура, отношението към другите хора, към околната среда, към живота и света са част от опорните точки на интелигентността. Аз съм на мнение, че голяма част от характера на човека се изгражда не само в семейството, но и в училище, в университета, в детската градина. Средата на израстване е много важна. Ето защо е хубаво едно дете да ходи на ясла и след това на градина, за да комуникира с децата, за да вижда връстници. Училището пък е основният елемент от образованието, което всеки индивид получава. За съжаление обаче децата днес са крайно недисциплинирани и нехаещи за учебния процес. Те не четат книги, а предпочитат да седят пред компютъра. Лошото е, че те не използват предимствата на интернет, за да се оградят, да четат нещо полезно и интересно, а играят на игри. А любовта към четенето въобще я няма. Човек не може и да получи качествено образование, особено в България. Имаме лоши условия, материална база и въобще методика на получаване и даване на знания. Но ако се замислим, дори и човек да е интелигентен и ерудиран в България, да се е самоусъвършенствал, той не може да се реализира. Хора със сертификати, с езици и две висши образования масово са без работа или изкарват мизерни заплати, по-малки от тези например на 18-годишен сервитьор.

Анкетата направи Мирослава КИРИЛОВА

ПОСОКИ

Нехайство на пилон



Петър ГАЛЕВ

Преди няколко дни едно дете на около 10 години попита в центъра на София дядо си на коя държава е знамето със сив, син и оранжев цвят. Възрастният човек се учуди, защото се оказа, че момчето гледа към българското знаме, поставено на покрива на знакова сграда в столицата. Или по-точно към това, което трябваше да представлява националния флаг. Защото не само в ясения детски поглед цветовете отдавна бяха далече от бяло, зелено и червено. Но възрастните, обрънали от какво ли не, просто не забелязват вече такива неща. Тази случка, още преди конкретния повод за дискусия по темата, доказва, че не само пошли текстове на песни или умишлена подигравка могат да накърнят националните ни символи. По немарливост това се случва на много места в страната, където на пилони и фасади се веят опърпани, избелели и изпокъсани платове. И само по презумпция трябва да се досетиш, че това е родното знаме. Питам се не е ли по-добре да не сложиш нищо, свързано с националната чест, отколкото да окичиш триколяра и след това да забравиш, че всяко нещо иска поддръжка и подмяна. И ако много от елементите на градоустройството изискват доста пари, за да изглеждат добре, сигурен съм, че всяка институция може да си позволи няколко лева за редовната подмяна на знамето върху покрива си. И това трябва да е въпрос не само на досетливостта на някой байчо от поддръжката, а на цялостното ни възпитание още от детинство.

ТЕХНОЛОГИИ



Дигитален
дневен рел
на Европа

На стр. 6

ПОРОЦИ

След като
цигарите
напуснаха
заведенията



На стр. 7

ПЛАНЕТА



Тежки проблеми надвиснаха над
цивилизацията

На стр. 8

СЕТИВА



„Вариациите“
на художника
Любен Генов

На стр. 18

НАВИГАТОР

Пирин плаши
и омайва



На стр. 20

ШАМПИОНИ



Петър Стойчев
остава
в големия
спорт

На стр. 22



Кайманови острови

Къде е данъчният рай на Земята

На Бенджамин Франклин принадлежи знаменитата фраза: "В този свят неизбежни са само две неща - смъртта и данъците". Съществуват обаче страни, където не се плаща данък общ доход. Затова и бизнесмените там твърдят, че се намират в данъчния рай на планетата. Кои са тези държави:

1. Обединени арабски емирства

Това е една от страните с един от най-висок брутен вътрешен продукт на глава от населението, при това няма нито данък общ доход, нито данък печалба. Държавата използва други финансови лостове, за да пълни хазната. Тъй като Обединените арабски емирства са третият най-голям износител на нефт в света, постъпленията са именно от корпорациите, занимаващи се с този бизнес - техният данък достига 55%. А приходите от нефта в бюджета на страната са около 80%. Жителите на емирствата плащат за социално осигуряване само 5% от дохода си. Данъкът върху производството на алкохол обаче е 50%.

2. Катар

Разполагаща с огромни запаси от газ, които нареждат Катар на трето място в света, държавата е най-богата по брутен вътрешен продукт на глава от населението. В Катар няма данък общ доход, данък печалба или налог върху собствеността. Гражданите плащат 5% от доходите си за социална осигуровка, а работодателите - 10%.

3. Оман

Както и други страни от Близкия изток, Оман осигурява основния си приход от продажба на нефт. Ежемесечната сума, която влиза в държавата, превишава 8 млрд. долара. Това позволява

Кувейт



на хората да живеят без данък общ доход или данък печалба, а от заплатите си плащат 6,5% за социално осигуряване. Въпреки привидното благоденствие обаче безработицата в страната достига 24%, което доведе до стачки срещу решението на властите да предоставят 800 хиляди работни места на чужденци.

4. Кувейт

95% от бюджета на държавата, която е шеста в рейтинга на най-големите износители на нефт в света, се осигуряват именно от течното злато. Това гарантира липсата на данъци, а кувейтците плащат за социални осигуровки 7,5% от доходите си. Заплатите на жителите обаче не ги удовлетворяват и след многочислени протести правителството беше принудено да увеличи доходите на населението с 25%. Международният валутен фонд се намеси и предупреди властите, че това решение може да доведе до проблеми в икономиката, защото само 7% от кувейтците работят в частния сектор.

5. Кайманови острови

Те са широко известни като място за офшорни фирми. Тук няма система за социална защита, затова и данъци не се събират. Въпреки това работодателите са принудени да плащат пенсионни осигуровки на служителите си.

6. Бахрейн

Нефтът и в Бахрейн осигурява основните постъпления в хазната - до 70% от приходите. Данъци няма, но икономическото благополучие на страната е под въпрос. Бюджетният дефицит на Бахрейн за миналата година стигна 83 млн. долара.



Оман

7. Бермудски острови

Бермудските острови се смятат за едно от най-богатите места на света. Тук и животът е най-скъп. Данъци не се събират, а работодателите плащат 30 долара на седмица за социално осигуряване на всеки служител. Съществува и данък върху имуществото, който е 19% от годишната аренда на земята, която се определя от правителството. С такси се облага износът, което е и основен приход за държавата. Заради финансовата политика на властите Бермудските острови са притегателен център за много международни фирми, затова чужденците са 20% от населението на страната.

8. Бахамски острови

Бахамските острови са сред най-богатите страни в Карибския басейн, които силно зависят от туризма и офшорните пари, влизащи в бюджета. Около 70% от държавните приходи постъпват от плащания върху импорتنите стоки. Независимо че няма данъци, работниците плащат 3,9% от заплатите си за осигуряване. Максималната сума е 26 хил. долара на година. Данъкът върху имуществото е 1%. На Бахамските острови обаче нивото на безработицата е 15%, а политическите партии водят сериозни битки за контрол над нефтените залежи.



Замразените цени на храните няма да скочат драстично

С доц. д-р Илиан Минков, ръководител на катедра „Икономика и управление на индустрията“ в Икономическия университет, Варна, разговаря Мирослава Кирилова

Доц. Минков, смятате ли, че замразените цени на храните, които въведе министър Мирослав Найденов, ще скочат след изтичане на тримесечния срок?

- Мисля, че съществен скок няма да има, тъй като това са десет продукта в нисък ценови клас и засягат политиката на няколко вериги магазини от търговската мрежа. Като цяло дори евентуално да поскъпнат, основните храни и продукти ще си останат търсени, защото са характерни с ниска ценова чувствителност. Т.е. потребителят не може да се лиши изцяло от тях. По време на криза се свива потреблението на неща, които не са от първа необходимост, и не се правят толкова дългосрочни инвестиции. Закупуването на черна и бяла техника например може да се отложи във времето, ето защо и този бранш бележи загуби. Въпреки промоциите и ниските цени на техниката тя не се купува толкова поради свиване на потреблението.

- Очаквате ли заради продължаващата стагнация на икономиката да се завърти т.нар. дефлационна спирала - тоест цените падат, но няма и търсене, от което страда бизнесът. Заради ниските продажби да се съкращават заплати, да се уволняват служители, а безработицата да расте още повече?

- Според мен тази спирала вече се е завъртяла и това е факт. Има ненатоварване на мощностите на производителите поради ниското тър-

Практикуваме ролеви игри, правим презентации, решаваме казуси и се опитваме да доближим в максимална степен академичната подготовка до изискванията на пазара на труда

сене, от което страда цялата икономика. Мое лично мнение е, че проблемът с безработицата е структурен. Липсват кадри в определени сфери и знанията на хората не отговарят на изискванията на бизнеса. Тоест няма знак за равенство между търсенето на квалифицирана работна ръка и предлагането на труд.

- Как може да се справим с тази негативна тенденция?

- Чрез адекватна политика на правителството, бизнеса и ВУЗ-овете. Като представител от сферата на висшето образование мога да кажа, че се опитваме непрекъснато да направим системата по-гъвкава, за да могат възпитаниците ни да получат не само теоретични знания, но и практически. Практикуваме ролеви игри, правим презентации, решаваме казуси и се опитваме да доближим в максимална степен академичната подготовка до изискванията на пазара на труда. Въпреки това обаче

има разлика в това, което студентите получават като знания, и това как ще приложат тези знания в практиката. Опитваме се да ги научим на основни принципи в икономиката, а останалото е личностна ориентация и задача на кариерното им развитие. Освен това изключителен напредък в днешно време внасят иновациите във всяка сфера. Квалифицираните кадри могат да стимулират развитието на иновациите, ако са запознати с основите на проблематиката.

- Казвате, че иновациите са задвижващото колело на икономическия напредък, но в този смисъл нормално ли е производителите на електроенергия от възобновяеми енергийни източници (ВЕИ) да бъдат ограничавани, а не стимулирани? Тази седмица те протестираха срещу прехвърлянето на 10 до 39% от доходите им в полза на електроразпределителните дружества.

- Доколкото съм запознат, става въпрос за такси за присъединяване. Тоест това са напълно нормални искания, за да може да се компенсира по-голямата натовареност на електроразпределителните дружества. Това прехвърляне на част от доходите от производителите на енергия от ВЕИ на дружествата няма да е в ущърб на потребителя, дори напротив. Поскъпването на тока от 1 юли с 13% беше именно заради големия брой възобновяеми енергийни източници, които се присъединяват към мрежата. А така за потребителя отпада екотаксата. За момента може би пот-

ребителите не са усетили толкова силно поскъпването на тока, защото през летните месеци традиционно консумираме по-малко електроенергия. Но през зимата това определено ще се отрази на джоба ни.

- В. "Комерсант" тази седмица съобщи, че може би компанията Gunvor, собственост на известния руски милиардер Геннадий Тимченко, планира да се върне

към търговията с електроенергия и да продава ток на България. Необходимо ли е въвеждането на нов енергиен играч на българския пазар от гледна точка на конкурентната среда?

- Разбира се, ако изключим всички фактори, в това число и политически, икономически погледнато - колкото повече конкуренция има на пазара, толкова услугата е по-качествена и достъпна, тъй като цените падат. На теория. Доколкото съм запознат обаче, в България има излишни мощности на електроенергия. Така че Gunvor може би ще се опита да продава ток на България, за да изнесе електроенергия за съседни страни, които имат по-големи потребителски нужди. Такава е Турция например, където дефицитът на ток расте с близо 7% годишно.

*Запазете хартията
за детските рисунки!*



Заявете електронна фактура от ЧЕЗ:

- с регистрация на www.cez.bg
- с едно обаждане на 0700 10 010
- в Център за клиенти на ЧЕЗ

Необходимо е да знаете своя Клиентски номер и
Опериращия код от фактурата



Мирослава КИРИЛОВА

Представете си, че след няколко десетилетия всички имаме достъп до високоскоростен интернет, при това безплатно. В колите си разполагаме с модерна система за набиране на спешна помощ при произшествия, а електронното здравеопазване вече спестява време и пари на всички. Всичко това не е плод на нечие въображение, а реален дигитален дневен ред на Европа. Конференция под същото наименование срещна в София ИТ специалисти, шефове на водещи компании, политици и новатори в сферата на дигитализацията, за да си стиснат ръцете по въпросите за бъдещото развитие на сферата. Специален гост на събитието, организирано от неправителствената организация на Гергана Паси и от българското правителство, беше вицепрезидентът на Европейската комисия Нели Крус.

Според думите ѝ интелигентният начин да излезем от затрудненията е да се доверим на информационните и комуникационните технологии. "На практика те могат да трансформират и подобрят всяка сфера на нашия живот: да помогнат на хората да се свързват и общуват, да учат и да намират работа. Да направят транспорта и енергетиката ни по-екологични и по-интелигентни. Електронното правителство спестява време и пари, електронното здравеопазване помага на застаряващото население. Като цяло се стимулира бизнесът, подпомагат се хората в най-неблагоприятно положение, увеличават се растежът и развитието" - категорична беше комисар Крус.

Стана ясно, че насоките, по които трябва да се работи, за да се случи това, са: изграждане на високоскоростни широкоплатови интернет мрежи, умения за работа с цифровите технологии, инвестиции и иновации. Информа-

Дигиталният облик на Европа



ционната инфраструктура у нас за съжаление все още не е добре развита. Не са толкова много местата в големите градове с безплатен wi-fi интернет. Ниският достъп до глобалната мрежа в селските райони също е голям проблем за развитието им. Достъпът до интернет обаче е ключов за редица сфери, затова е смайващ фактът, че само 1% от българите имат достъп до 3G интернет на техните телефони. А повече от половината българи никога не са използвали интернет.

Няма връщане назад - новите информационни технологии ще станат част от ежедневието ни, но и ще са необходими квалифицирани кадри за управлението им. Кое е проб-

лем. Очаква се до 2015 г. в Европа да има около 700 хил. свободни работни места в областта на информационните и комуникационните технологии. Необходимостта от специалисти в областта се увеличава с 3% всяка година. Професията обаче е изключително предпочитана от мъжете. Жените рядко се насочват към кариера в областта на съвременните технологии, смятайки, че тази работа не е за тях, коментира комисар Крус с желание това да се промени.

Министърът на образованието и науката на Албания Генц Поло, който също участва в конференцията, акцентира, че още от училище трябва да започне образованието на

Очаква се до 2015 г. в Европа да има около 700 000 свободни работни места в областта на информационните и комуникационните технологии

младите поколения в тази сфера. "Наред с физиката, математиката, литературата трябва да се учат и информационни технологии", заяви той. Според неговото четено и писането за

днешния пазар на труда са това, което е цифровата грамотност за утрешния. Много скоро за 90% от работните места ще се изискват умения за работа с цифровите технологии. Факт е обаче, че и сега децата са много по-мобилни и запознати с новите технологии от възрастните. Те влизат в света на глобалните комуникации по свое желание и подхождат с много любопитство. Ето защо осигуряването на добри специалисти - учители в ИТ сферата, е ключово.

Участниците в конференцията се обединиха около идеята, че дигитализацията ще подобри начина на живот на хората, като това е възможно дори по време на криза. "Пове-

че електронни услуги за гражданите и бизнеса, електронен правителствен портал, електронна трудова борса, обществени поръчки, училищни ресурси, библиотеки и др. са вдъхновяващи цели за технологичния напредък", коментира косовският представител Раме Буя.

Еврокомисар Нели Крус натисна паник бутон по време на конференцията и се свърза с оператор от единната телефонна линия за спешна помощ 112. Това беше част от демонстрацията как работи новата система за сигурност в колите, наречена e-Call, която задължително ще се поставя в новите коли от първи януари 2015 г. При пътнотранспортно произшествие системата може да спаси над 2500 живота годишно в ЕС, като това е част от мерките за борбата с войната по пътищата. При тежък инцидент e-Call се обажда автоматично на единния европейски номер и изпраща информация за местоположението на автомобила до най-близката служба за спешна помощ. В момента едно такова устройство струва около 100 евро. Български учени обаче са разработили по-евтин вариант, който също работи много успешно, и са смъкнали цената му наполовина - 50 евро.

Главен инициатор на събитието беше Гергана Паси, която от месец насам е обявена за цифров шампион на България. "Това е нова фигура в Европейската комисия, както и в страните - членки на ЕС. Дигиталният шампион е посланик на добра воля, той е връзка между ЕК и бизнеса и гражданския сектор в съответната страна. Това е човекът, който вярва, че новите технологии ще променят начина на живот, и работи това послание да стигне до хората", отбеляза Гергана Паси. Тя е една от четирите жени сред 18-те дигитални шампиони на Стария континент и работи по проект за безплатен достъп до безжичен интернет навсякъде в Европа.



Google стана на 14 години

На 27 септември Google, най-голямата търсачка в света, отпразнува своя 14-и рожден ден. Както и досега, по този случай от компанията сменяха визията на главната си страница. Рождениците направиха милионите си фенове съпричастни с празника си, като ги "почерпиха" с торта със запалени свещи.

Точната дата, на която се появи търсачката, и до момента предизвиква спорове. Корпорацията Google Inc. беше основана на 4 септември 1998 г., а домейнът Google.com е регистриран почти година по-рано - на 15 септември 1997 г. През последните години основателите на компанията, аспирантите от Станфорд Лари Пейдж и Сергей Брин, предпочитат да празнуват рождения ден на 27 септември.

За Google изминалата година беше пълна със събития. Завърши най-голямата сделка в историята на корпорацията -

поглъщането на производителя на мобилна електроника Motorola Mobility за 12,5 милиарда долара. Платформата Android укрепил лидерството си на пазара на мобилни устройства, а браузърът Chrome се появи в мобилните технологии и за първи път задмина конкурентите си по популярност. А буквално в навечерието на рождения си ден Google получи подарък от ползвателите на устройствата, работещи с Android, броят на свалените приложения надхвърли 25 милиарда.

В търсачката работят 54,6 хиляди души по целия свят, от които 20,3 хиляди в Motorola.

През последните две седмици акциите на Google демонстрираха активен ръст, като ценните книжа обновили историческия за компанията рекорд, който сега е 76 489 долара за акция. Интернет корпорацията се оценява на 246,4 милиарда долара.

Сбогом на цигарите

Кристина ПЕШИНА

На 1 юни тази година, подобно на редица европейски държави, и у нас влезе в сила законът, забраняващ тютюнопушенето в закрити обществени заведения. Негодуванието, което предизвика у всички любители на вредния навик, бе огромно. Дискриминация, нарушаване на човешките права (сякаш непущачите нямат право да дишат чист безникотинов въздух!) бяха само част от доводите на хората, почувствали се онеправдани. Човек като нищо ще си помисли, че ако нещо може светкавично да обедини българите в национален протест, то това е именно посегателството върху някой от пороците им. За щастие за пореден път поговорката "Всяко чудо за три дни" доказва правотата си.

Срещу забраната се противопоставиха най-вече собственици на заведения, нощни барове и ресторанти. Техният аргумент бе, че ако изгонят пушачите, бизнесът им ще фалира и те ще трябва да станат част от и без това доста огромната армия от безработни.

Дали обаче българинът е готов да се откаже от социалния си живот само защото удоволствието му няма да е стопроцентово? Ще спрем ли да посещаваме любимите си заведения заради отнетата му цигарка? С тези въпроси посетихме един от популярните столични барове, за да получим информация от пър-



Макар забраната за тютюнопушене да подбужда различни чувства, мнения и емоции, тя категорично има своите положителни аспекти, с които дори пушачите ще се съгласят

ва ръка. Бившото съседство с билкова аптека му даде прозвището, с което днес е известно на всички. Там естествено не се предлагат лековити растения, но контактите и комуникацията със себеподобните също е здравос-

ловна, твърдят докторите.

С Гери, едно от момичетата, работещи там, поседнахме в приятната градина на по чаша кафе да поговорим за изминалото без тютюнев дим лято. И двете сме еднородни, че стратегията на правителството подобен закон да се въведе именно през топлото полугодие, когато обикновено хората предпочитат да са навън, е добре замислена. Тогава някак си не прави впечатление. Да, обаче по закон летните градини на заведенията работят до 22 часа. След това клиентите са принудени да влязат вътре. И, хоп, изненада! "Хората просто си тръгнаха. Дори

не слизаха за по едно", споделя Гери.

Макар и промяната да не е минала незабелязано, заведенията с градини оцеляха през лятото. Много обаче от нощните клубове с DJ партита нямаха този късмет. От една страна, е трудно да привлечеш клиента в затворено помещение в топли дни, но когато там е забранено и пушенето, мисията си е направо невъзможна.

Какво ще се случи след застудяването на времето можем само да гадаем. Събеседничката ми обаче е оптимистично настроена. След като се отърсят от шока на първите студени дни, хората ще се раздвижат. Забелязва се примиряване с невъзможността да пушиш в любимия бар. Но това определено не е причина да откаже посетителите. Още повече че предпочи-

таните през горещите дни паркове и градини "пускат кепенците" чак до пролетта. "Клиентелата е на приливи и отливи. Наличието на множество барове я разводнява, а не забраната за тютюнопушене", категорична е Гери.

Принуждавайки хората да излизат навън, за да поемат дозата си никотин, заведенията ще се сблъскат с друг проблем. Шумът! Няма да видите самотни пушачи пред заведенията, а тумби, цели компании, дърпащи цигари. "Можем да ги ограничим да не излизат с питиетата си навън, за да не се застояват, но не можем да им забраним да разговарят или да ги задължим да излизат един по един", продължава събеседничката ми. Може би студът ще ги накара да бъдат по-експедитивни. В противен случай сигналите на разгневени

съседи ще набъбнат стремглаво.

Макар забраната за тютюнопушене да подбужда различни чувства, мнения и емоции, тя категорично има своите положителни аспекти, с които дори пушачите ще се съгласят. Оказва се приятно усещането да се прибереш въщи и косата и дрехите ти да не са напоени с цигарен дим. За персонала подобна работна атмосфера също е много по-здравословна. Да не говорим за най-ощетените - пасивните пушачи. Потърсихме мнението и на клиенти.

"На мен лично ми е приятно да съм в заведение, което не е задимено. Не ми е проблем да излизам да пуша навън. През зимата с якенцето, набързо и пак вътре", девойката очевидно не е във възторг от диалозите, забулени в тютюнев дим.

"Неудобството от това, че трябва да излизаш навън за всяка цигара, те кара да пушиш по-малко. Съответно и сутрин се чувстваш по-добре. Не си задръстен от дима", добави друг редовен клиент.

Независимо дали ни харесва, или не, забраната е факт. Ще се наложи да свикнем с нея, пък може дори да се хареса и на пушачите. Убедени сме, че това ще стане, защото и двамата клиенти, с които разговаряхме, пушат, но не страдат, че вредният им навик е притиснат в ъгъла. Друг вариант е да продължим да мърморим под мустак, но това няма да промени действителността. Така че по-добре е да бъдем гъвкави и да се приспособим към новите правила на играта и към цивилизованите държави, където със или без закон, просто не се пуши.



Походът срещу пушенето започва още през 1557 г., когато употребата на тютюн била забранена в мексиканските църкви, както и във всички други, намиращи се в испанските колонии в Карибско море. През 1590 г. папа Урбан VII, следвайки примера на Мексико, заплашва да отлъчи от църквата всеки, който го-несе тютюн дори близо до святото място.

Днес са неизброими доказателствата за вредата от тютюнопушенето, затова в много страни цигарите са забранени на закрити обществени места.

Глобите за нарушителите са различни, но съвсем не и сим-

волични. В Италия законът влезе в сила на 11 януари 2005 г. Собствениците на заведения, които го нарушават, ще се разделят с 2000 евро, а твърдоглавите клиенти - с 275 евро. Във Франция глобите са съответно 750 и 450 евро. Във Великобритания от 2006 г. е забранено да се пуши на обществени и работни места, както и на стадионите. Глобата за нарушителите е 50 лири. От 1 юни 2004 г. норвежците не пушат в ресторантите, баровете и кафенетата, а рекламата на тютюневи изделия е забранена от 30 години. Цената на цигарите също "работи" срещу вредния навик - над 6 евро.

Цивилизацията изпусна

В края на 2011 г. населението на Земята достигна 7 млрд., а до 2050 г. се очаква то да наброява 9,3 млрд., като 97% от това увеличение ще се дължат на развиващите се, най-бедните страни. По данни на Продоволствена и селскостопанска организация към ООН (FAO) около 1 млрд. жители на нашата планета системно не си доядат, а 500 млн. откровено гладуват. Т.е. в настоящия момент на границата на оцеляването са милиард и половина хора - повече, отколкото са жителите на Китай, и три пъти повече от тези, живеещи в границите на ЕС. Всеки ден от глад или лечими болести умират повече от 300 000 деца до 5-годишна възраст, т.е. толкова, колкото са жертвите от атомни-

те бомби, хвърлени над Хирошима и Нагасаки.

Как ще бъдат изхранени тези допълнителни над два милиарда хора? Според професор Паул Ерлих от Станфордския университет в САЩ, автор на книгата "Демографската бомба", разбунила твърде много духовете в края на 70-те години на миналия век с мрачните си прогнози, оптималният брой на населението на Земята, на което може да се осигурят адекватни условия за живот, е... два милиарда. Дори и тази цифра да е малко занижена, последвалите събития показва, че тя не е много далеч от истината. В онези години оптимистите виждаха решението на ескалиращите сложни демографски и продоволствени проблеми, които застрашително надвисваха над

света, в т.нар. Зелена революция, която се разви през втората половина на миналия век. Нейните инициатори намираха спасението в рязкото увеличение на финансирането на авангардни изследвания в областта на земеделието, в създаването и приложението на множество препарати за растителна защита и изкуствени торове, както и в широкото разпространение на генно модифицираните храни.

Трябва да признаем, че в световен мащаб Зелената революция решително подобри облика и особено резултатите в земеделието. В частност, добивът на зърнени храни нарасна цели два и половина пъти. В хода на Зелената революция населението на света на-

расна с четири милиарда и според мнението на редица експерти без нея то би се изправило пред кошмара на небивал глад и катастрофален недостиг



Храната между преяждането и глада

За съжаление огромният хранителен ресурс, произвеждан на земята в наши дни, не успява да нахрани хората, които са на ръба на оцеляването. От една страна, през последните пет-шест години цените на хранителните продукти скочиха почти двойно, а от друга - разликата в покупателната способност на бедните и богатите по света нарасна повече от драстично. По данни на УНИЦЕФ един милиард и триста милиона души съществуват само с един долар на ден, а три милиарда разполагат едва с два долара! Според статистиката на ООН съотношението на доходите на 20% от най-бедните и 20% от най-богатите на света е 1:100, т.е. срещу един долар, заработен от богатия, бедният получава едва един цент. Като драстичен пример на пълен крах на социалната справедливост представлява фактът, че състоянието на 225 най-богатите хора на Земята е равно на годишния доход на половината от нейното население. Наред с всичко това почти мили-

ард и половина жители на Земята са с наднормено тегло, а триста милиона страдат от затлъстяване. Ако такава огромна армия от хора, редовно злоупотребяващи с храната, премине на нормален хранителен режим, спестените по такъв начин провизии ще са достатъчни за препитаването на два милиарда души. Тук даже не става дума за лишаване на свръхбогатите от привилегията на кошмарното разточителство на изискани храни и всевъзможни деликатеси, които не може да обхване и най-богатата фантазия. В развитите страни, където живее около един милиард от населението на света, годишно ресурсно потребление на месо на човек е 80 кг, т.е. 220 г дневно. Според диетолозите оптималното количество съставлява 150-200 г. Намалението на консумацията на месо в тези страни само с 20% би позволило да се икономиса зърно (необходимо за отглеждане на животните), с което могат да се изхранят два милиарда души.

Водата вече е дефицитен природен ресурс

Съгласно доклад, представен на Световния икономически форум в Давос, потреблението на вода в световен мащаб нараства с много по-големи темпове в сравнение с увеличаването на населението. През изминалия век нейната консумация е нараснала цели шест пъти! В резултат след по-малко от две десетилетия нейният недостиг ще доведе до рязко намаление на реколтите и особено в САЩ и Индия. В наши дни прясната вода постепенно се превръща в един от най-дефицитните природни ресурси, с който в буквалния смисъл е свързан животът на Земята и от който зависят огромен

брой жизненоважни човешки дейности. Понастоящем над два милиарда души, т.е. 30% от населението, изпитват сериозна нужда от питейна вода, а петстотин милиона ежегодно заболяват поради несъответствие на нейното качество с елементарните санитарни норми. По данни на програмата на ООН за околната среда през 2050 г. този процент ще достигне убийствената цифра 75! Наред с това замърсяването на наличните водни ресурси с всевъзможни битови и промишлени отпадъци, пестициди, нитрати и петролни продукти допълнително утежнява и без това повече от песимистич-

ните прогнози. По официални данни в резултат на замърсяване половината от реките по света са загубили чувствително запасите си от риба. По същата причина и поради безконтролния улов рибата в моретата е намаляла с почти една трета.

Немалко учени са на мнение, че с разпространяването на генно модифицираните храни духът от бутилката вече е изпуснат. Защото веднъж засята с такава култура, земята не може повече да се използва за други растения. Наред с това страховете, че тези храни могат да доведат до сериозни и непоправими беди за живота на Земята на генетично ниво, се



ЖИВОТ И ЗДРАВЕ

Стоматолози диагностицират остеопороза



тите установили, че има връзка между влошената костна тъкан в челюстта и в другите части на тялото. Сега благодарение на разработената програма дентистите могат да диагностицират остеопорозата по време на рутинни стоматологични прегледи и по резултатите да препоръчат на пациентите лечение срещу коварното заболяване. Ранното откриване на остеопорозата може не само да спаси живот, но и да икономиса значителни финансови средства.

От остеопороза страдат около три милиона британци. Заболяването повишава чупливостта на костите, което може да доведе до счупвания. Често остеопорозата се открива чак когато се стигне до травми.

Стоматолози от университета в Манчестър са разработили технология, позволяваща да се определи рискът от развитие на остеопороза по снимка на зъбите. Специали-

Отново „Медицина за пътешественици“

За втора поредна година цикълът от лекции "Медицина за пътешественици" ще се фокусира върху оцеляването, поведението в екстремни ситуации и справянето със здравни проблеми по време на пътешествия и приключения.



Поканата на организаторите от "Банско филм-фест" е към обичащите пътешествията, приключенията, любителите на екстремни спортове, както и към здравните специалисти.

"Медицина за пъте-

шественици" ще се проведе на 6 и 7 октомври 2012 г. в Aula Maxima на болница "Св. Екатерина" в София. През първия ден лекциите ще са ад-

ресирани към работещите в сферата на здравеопазването, студенти по медицина и биология. Темите през втория ден ще са интересни и полезни за всички, чиято страст са екстремните предизвикателства, пътешествията до екзотични места или просто общуването с природата. Лектори са авторитетни наши и чужди експерти с богат опит в медицината, свързана с пътешествията.

Всичко за програмата, темите и лекторите на двудневното събитие ще намерите на <http://adventure-medicine.com/>

НОВОТО В HEALTH.BG



Напълнява ли се от социалните мрежи?

www.health.bg/17492



Помощ! Световъртеж и проблеми с паметта...

www.health.bg/17518



История в картинки: Измерване на кръвното

www.health.bg/17517

Червеното вино може би е ключът към дълголетието



Резултатите от ново изследване показват, че редовната употреба на червено вино в неголеми количества може да се окаже ключът към дълголетието. Учени от Харвард провели редица тестове и доказали, че резвератролът, съдържащ се в червеното вино, е способен да удължи живота на клетките, тъй като е природен антиоксидант и може да спре стареенето на всички системи в организма. Резвератролът присъства още в много други растения, но при ферментацията той придобива други важни свойства, главно противоракови и противовъзпалителни.

Учените все още не са установили оптималната доза, като споровете се водят между 3-4 чаши до 14-15 чаши червено вино на седмица. Причината за голямата разлика е във факта, че до голяма степен не са изяснени самите процеси, чрез които резвератролът оказва благоприятното си въздействие върху човешкия организъм.

5 билки за добро храносмилане

COMFOTEX®



Само 2 капсули след хранене

- премахват излишните газове
- облекчават болките и чувството на тежест
- подобряват храносмилането



www.ecopharm.bg

Умерената активност е най-полезна за ставите

Д-р Генева, кои са най-честите причини, поради които изпитваме болки в ставите?

- Това е доста обширен въпрос, но най-общо мога да кажа, че проблемът е много разпространен. Има данни, че причината за около 59 на сто от посещенията при лекар са болки в опорно-двигателния апарат. Болките в ставите се дължат на две основни причини - възпалителни и дегенеративни изменения. Сред възпалителните най-често се срещат ревматоидният полиартрит, псориатичен артрит, реактивни артрити. В групата на дегенеративните заболявания основно място заема остеоартрозата. Сред хората тя е по-известна като "шипова" болест - наслагване на ново костно вещество в някои от големите носе-

С г-р Мариела Генева от Университетската клиника по ревматология в УМБАЛ „Св. Георги“ разговаря Камен Здравков

щи стави. Шиповете се образуват най-често в коленните и тазобедрените стави и в поясната част на гръбначния стълб.

- Този тип изменения нормални ли са с възрастта, или са израз на заболяване?

- Смята се, че възрастта е един от определящите фактори за появата на остеоартрозата. Но при около 20-25 на сто от възрастните хора не се намира дегенеративно изменение на ставите. От друга страна, има и млади хора на 25-30 години с доста увредени ставни хрущяли. Факторите, които определят тези състояния, са комплексни - генетична пред-

разположеност, начин на живот и хранене, професия, натоварвания.

- Активното движение, или покоеят повече щадят ставите?

- Тук основно важи принципът за мярката. Всичко прекалено е вредно за организма - както прекаленото движение, така и прекаленото обездвижване. Умереното редовно движение, например ходене по около пет километра на ден се препоръчва не само за здрави стави, но за добра кондиция на целия организъм. Важно е всичко да е съпроводено и с приятна емоция, да се възприема позитивно, а не като задъл-

жение.

- Има ли сезонност в оплакванията?

- Наблюдава се един пик през есента, когато температурите спадат, слънчевото греене намалява и се увеличава влажността. Но не бих казала, че заболяването се обостря задължително от климатичните условия.

- При болка хората най-често прибегват към нестероидните противовъзпалителни препарати, които действат бързо, но имат и странични ефекти. Какъв е правилният подход?

- Неслучайно според здравното законодателство е предвидено нестероидните противовъзпалителни средства да се изписват от лекар и да се приемат в доза и времетраене, определени от наблюдаващия специалист. Грешка е човек да се лекува сам с такива лекарства, защото тогава е най-голяма опасността от ув-

реждане на стомашно-чревния тракт, бъбреците или други органи. Затова при остри или хронични болки в ставите консултацията със специалист е задължителна.

- Но каква е алтернативата по отношение на лечението?

- За продължително и поддържащо лечение се прилагат препарати от групата на хондропротекторите. Те съдържат основно глюкозамин, хондроитин, витамини и микроелементи, като подобряват метаболизма на хрущяла, неговата функция и изобщо целия ставен апарат. През последните години имам добър опит с "Хондросейв", който е на природна основа.

- Колко време трябва да се приемат хондропротекторите?

- Препоръчителният курс е от три месеца, следва почивка от три месеца и нов курс на прием. Тази схема може да се редува продължително. През определен период от време могат да се редуват различни препарати. Това не са токсични продукти и нямат вредни странични въздей-

Наблюдава се един пик през есента, когато температурите спадат, слънчевото греене намалява и се увеличава влажността

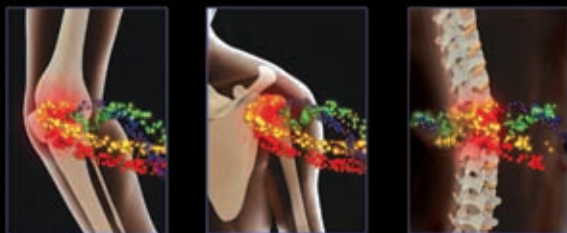
ствия върху организма.

- Може ли да се взимат профилактично хондропротектори, за да не се разрушават ставите?

- При млади хора без оплаквания това едва ли е необходимо. Но при възрастни хора още при по-дискретните оплаквания може да се приемат тези препарати. Същото важи и за хора, които подлагат ставите си на извънредни натоварвания. При тях износването на ставния апарат е доста по-ранно и отчетливо.

За консултация с д-р Мариела Генева тел. 032 602 411 ДКЦ "Св. Врач", Пловдив

Времето променя ставите...



С грижа за всяка става!



CHONDROSAVE
Хранителна добавка

Ecopharm



ВЗЕХТЕ ЛИ СИ КАЛЦИЙ?



Защо COXAMIN се препоръчва от специалистите?

Натурален мултиминерален комплекс с най-високо съдържание на биоактивен калций;

Съдържа още Магнезий, Желязо, Цинк, Фосфор, Селен (общо 74 биоактивни микроелемента и минерала) и Витамин Дз (за COXAMIN D);

Хранителна добавка с клинично доказани най-добри резултати при: остеопороза, остеопения, калциев недостиг, активен спорт и мускулна умора - проф. Фани Рибарова;

Единственият мултиминерален комплекс, който въздейства по-добре от глюкозамините върху болки в ставите и гърба, подобрява подвижността. Това уникално качество на Coxamin е доказано чрез редица научни изследвания, отпечатани в специализирани издания /2008, Nutrition Journal/;

Сигурни резултати без странични ефекти, като запек и стомашни киселини - доц. Антоанета Тончева;

Скъсява времето за възстановяване след фрактури - проф. Марко Даскалов;

Като най-богат мултиминерален комплекс се препоръчва да се приема за здрави коси, кожа и нокти; Коксамин и Коксамин Д се предлагат в аптеките без рецепта; Една опаковка е достатъчна за двумесечен прием; Производител: MARIGOT LTD - Ирландия

Търсете опаковките със стикер 3+1, за да получите



60 табл. COXAMIN!

Prim Oil
МАСЛО ОТ ВЕЧЕРНА ИГЛИКА

чиста форма за ясни резултати при:

- суха, чувствителна кожа
- екзема, дерматит
- болки в гърдите - масталгия
- предменструален синдром
- менопауза
- доброкачествени образувания на гърдите
- кисти на яйчиците
- репродуктивни проблеми



Произведено от NutraLab - Canada съвместно с Хербамедика EOOD, тел.: 02/818 48 70

Онкохематологията е уникална платформа за напредък в борбата с рака

Четири компонента на модерната онкохематология я представят като пионер, движеща сила в развитието на онкологията като цяло. За тези направления и техния потенциал да променят представата за възможностите на съвременната медицина в борбата с най-тежките онкохематологични болести разказва доц. Георги Михайлов, началник на Клиниката по хематология в НСБАЛХЗ, София.

Хематологията е изключително интегративна дисциплина, защото кръвотворната система е имплантирана в цялото тяло, има значение към всички дейности на човешкия организъм. Хематологията е особено важна като гранична специалност, която борови в своята диференциално-диагностична палитра с много заболявания и би могла да бъде инкорпорирана в диагностичния панел при други големи групи заболявания, като напр. автоимунните, солидните тумори. Двете части на тази специалност не бива да се смесват, защото са различни като патология и възможност за лечение. Белигнената (доброкачествена) хематология се занимава с вродени, придобити анемии, разстройства в коагулацията и т.н. Онкохематологията е уникална платформа, мястото, където са реализирани най-големите успехи на съвременната онкология през последните 20-30 години. В този период се създадоха няколко основни направления. Многокомпонентната химиотерапия, която се развива от средата на 80-те, коренно промени прогностиката. И се потвърди - онкохематологичното заболяване може да бъде "изтръгнато" от организма чрез една много агресивна терапия за пациенти, които са готови да я поемат (успехите са много по-големи във възрастта под 60 години).

Второто голямо направление е трансплантацията на хемопоетични стволови клетки. От полуксperimentalна технология в началото на 70-те години, рутинна през 90-те, днес тя е част от затворения кръг на терапевтичните възможности и тотално промени представата ни за тях. Тази технология се основава на принципа на химерата - смяната на биологичната идентичност на кръвотворната система с тази на донора. Паралелно се разви авто-



Доц. Георги Михайлов

ложната трансплантация, което пък позволява да бъдат използвани клетъчни концентрати от самия пациент. Третото направление, с което онкохематологията се класира като пионер в съвременната онкология, бе създаването на таргетната терапия като принципно нова философия на лечение.

Четвъртото, също изключително важно направление е следенето на минималната остатъчна болест. То дава възможност много точно, успоредно с лечението, да се мониторира нивото на остатъчната болест в организма, да се разгърне представата ни за това как се движи лечението, кога можем да го спрем, как можем да следим за рецидива на заболяването в размер, налагащ отново лечение.

Тези четири компонента създадоха целия огромен пакет от възможности, с който трудният могат да се сравняват други области на т.нар. тежка медицина. Само за 20-30 години преживяемостта от онкохематологични заболявания стана такава, че ги превърна от фатално протичащи в хронично протичащи.

И всичко това естествено в крайна сметка рефлектира върху усещанията на българския пациент - къде той се намира сред модерните представи за диагностика и лечение. Онкохематологията у нас е много неравноправно положение по отношение на необходимостта от съвременно развитие и ръководствата на онкологичните и онкохематологичните звена са дължни

да полагат огромни усилия, за да може българският пациент в тези тежки направления на медицината все пак да се чувства защитен. И имайки информацията от интернет, да усеща, че поне в значима степен също може да се докосне до съвременните постижения на медицината. Но трябва да кажем, че сме големи длъжници на българските пациенти. Всеки ден нашите специалисти се сблъскват с въпросите им за медикаменти, които са рутинни на световния пазар в практиката за лечение на определени туморни заболявания, но все още не са достъпни на българските пациенти. Създават се условия медикаменти, които отдавна имат по-голяма или по-

Онкохематологията у нас е в много неравноправно положение по отношение на необходимостта от съвременно развитие

малка значимост, по някаква абсолютно необяснима за професионалистите причина да бъдат изключвани от реимбурсиране, създават се условия поради липса на елементарна логистика да не се осигурят медикаменти, които са в позитивната листа. Конкретен пример - държавата не е осигурила болниците за лечение на такива тежки заболявания като онкохематологичните за случаи, в които дистрибуторът не може да осигури медикаментите. С временни наредби, в рамките на два-три месеца проблемът се решава, но през това време пациентите попадат в, меко казано, странни ситуации. Създава се напрежение в системата, негативно отношение сред пациентите и професионалната общност и в крайна сметка към държавата, което не е от полза за никого. Това трябва да бъде всячески избегнато през следващата година в диалог между администрацията в здравеопазването и професионалната общност.

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 продукта 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 капс. - 16 лв., а за 120 капс. - 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 кръвооросяването

Най-добър продукт – „Виногин макс“ – Допринася за подобряване на паметта и концентрацията, кръвооросяването 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 педотвърдяване на схващания и крампи. *Цена за 30 капс. - 12 лв, а за 60 капс. - 20 лв.*



При цистит, проблеми с бъбреците и пикочните пътища

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



Антиоксидант N:1 в света.

Най-добър продукт – „Германор 132“ – Създаден по формула на японския учен проф. д-р Казухито Асаи - според който действа като мощен имуномодулатор и подпомага при проблеми с туморни и сърдечно-съдови оплаквания. Изчиства организма от токсини и забавя процесите на стареене. *Цена за 60 + 20 капс. подарък - 60 лв.*



При проблеми с имунитета и често боледуване

Най-добър продукт – „Коластра фемели протект“ – Подпомага при сриг на имунната система, грип и вирусни заболявания, ангина, бактериални инфекции, възпаления на дихателните пътища и нарушена микрофлора. Подходящ и за деца. *Цена за 30 капс. - 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 табл. 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, пърхот. *Цена за 60 капс. - 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 капс - 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 63, www.vitagold.bg

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

Имунитетът зависи и от храносмилателната система

Доц. Маринова, през последните години активно се заговори за връзката между стомашно-чревното здраве и състоянието на имунитета. Какво е обяснението за този интерес?

- Обикновено когато става дума за храносмилателна система, повечето хора имат предвид само функцията ѝ да преработва и усвоява храната. Тази функция, разбира се, е основна, но не единствена. Има и друга, изключително важна за организма. Храносмилателната система представлява бариера срещу микроорганизми и всички вредни вещества, които неминуемо влизат в организма с храната и течностите. Тази бариера има механична част - епителния слой, моториката на храносмилателния тракт, стомашния сок. Най-малко известна е имунологичната роля на храносмилателния тракт. Тя се свежда до две неща - това е имуноглобулин А, който се съдържа както в кръвта, така и в лигавици-

С доц. Мариана Маринова от Университетската педиатрична болница в София разговаря Галина Спасова



Доц. Мариана Маринова

те, и второто е чревната флора.

- Като чуят за микроорганизми, повечето хора си представят малките зли същества от рекламите...

- ... които ги разболяват. Но микроорганизмите в чревната флора поспециално са три вида - патогенни, които разболяват, условно патогенни, които само при определени условия биха могли да имат неблагоприятно влияние, и третата група са желаните гости в храносмилателния тракт. При новороденото той е напълно стерил, като последващото поселява-

не с микроорганизми зависи от начина на раждане. При естественото раждане това става по-бързо. Поселяването при родените със секцио и при недоносените е забавено. Освен това микроорганизмите, които поселяват дебелото черво, се различават при естествено и при изкуствено хранените бебета. И именно това е едно от най-големите предимства на кърменето - защото чрез него се поселява щам, основен "противник" на условно патогенните микроорганизми. Постепенно чревната флора на бебето се доближава до тази на възрастните и се изравнява след отбиването и въвеждането на другите храни.

- Каква е функцията на чревната флора, като визираще "добрите" бактерии?

- Това са, най-общо казано, млечнокиселите бактерии. На първо място е защитата срещу вредните или потенциално

вредните микроорганизми. Получава се по две линии. От една страна, като се поселят в храносмилателния тракт, тези полезни микроорганизми се конкурират с вредните и им отнемат жизнено пространство. Освен това отделят вещества, наречени инхибитори, които потискат вредните бактерии. Много важно е - колкото и непознато да е за повечето хора може би, - че тези микроорганизми подпомагат и самото смилане на храната. Например те стимулират ензима лактаза, който е много важен за разграждането на млечната захар. Освен това са важни за производството в организма на някои витамини - на първо място витамин К, но също и на витамин В, улесняват усвояването на калция и, разбира се, подпомагат изхвърлянето на нежелани химически елементи. Пробиотиците стимулират производството в организма на

имуноглобулин А, за чиято важна защитна функция споменахме.

- Какъв е пътът, по който постигат целта си?

- Те са живи микроорганизми, които, добавени в храната, проявяват своя положителен ефект чрез подобряване на микробния баланс в храносмилателния тракт. Интересът към пробиотиците тръгва от руския учен Мечников в началото на миналия век, но се възражда през последните десетилетия (първо в Япония, после в САЩ) във връзка с широката употреба на антибиотиците. За да действа пробиотикът, той трябва да бъде поселен изцяло в храносмилателния тракт. Ако има и пребиотик в храната, той улеснява пробиотика да изтика всичко нежелано извън стомашно-чревния тракт. Има три условия, за да е налице очакваният ефект на пробиотиците. Пър-

Интересът към пробиотиците тръгва от руския учен Мечников в началото на миналия век, но се възражда през последните десетилетия

вото е микробното число да е достатъчно високо, на второ място - преминавайки през стомаха, тези микроорганизми да останат живи, но най-важното е, когато достигнат дебелото черво, да запазят размножителната си способност. Ако тези условия са налице, пробиотикът има реален ефект. На пазара има голямо разнообразие, повечето продукти са с добри качества, но при избора е препоръчително човек да се допита до лекар, на когото се доверява. Най-добре според мен е продуктът да е комбинация от няколко микроорганизми, какъвто е примерно Лакто 4. Но искам специално да посоча необходимостта да се спазва указаниято и препаратът да се държи в хладилник.

Хранителна добавка

Lacto 4
Пробиотични капсули



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

ЖИВИ ЛАКТОБАЦИИ



Здраве през всички сезони



**Поддържа жизнеността на чревната микрофлора
Подпомага храносмилането**



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

Масло от крил - мощна Омега-3 формула и с уникален състав!

В пъти по-ефективна от което и да е рибено масло на пазара.

Гренландският парадокс - Двама датски учени изследват храненето на ескимосите през 70-те години и установяват "странни зависимости". Поради суровия климат почти липсва растителна храна. Ето защо местното гренландско население се хранва предимно с риба и месо от китове и тюлени. Това е диета с много високо съдържание на животински мазнини и холестерол, но въпреки това се установява ниска честота на коронарна болест, диабет и ревматизъм.

Години по-късно се открива и причината за това - въздъсещата Омега-3.

Омега-3 от морски източници е особено важна есенциална мастна киселина и употребата ѝ широко се препоръчва от СЗО. Доказаната ѝ ефективност върху понижаване на триглицеридите, на кръвното налягане, на риска от сърдечно-съдови заболявания, както и силният антикоагулантен ефект я правят незаменима част от дневното меню на всеки човек.

Най-новата на световния пазар Омега-3 се добива от антарктически крил (*Euphausia superba*). Крилът е плаваща маса от полупрозрачни, подобни на скариди морски ракообразни със средна дължина само от около 3 cm. Класифицират се като зоопланктон и се хранят с водорасли, богати на Омега-3. Крил Ойл е богато на Омега-3 мастни киселини (EPA и DHA), включени в състава на фосфолипиди, което ги прави лесни за усвояване за разлика от липсващите такива в рибеното масло. Стои в началото на хранителната верига и поради тази причина е най-чистият източник на Омега-3. Единствено в маслото от крил учените откриват астаксанти, който е и най-мощният антиоксидант. Доказват и че крилът е единственият животински източник на така важните флавоноиди.

Крил ойл е единствената Омега-3 с морски произход, която съдържа, и то в натурален вид, най-мощния антиоксидант - астаксанти! Ето защо Крил ойл е с антиоксидантен капацитет:

- > 47 пъти повече от Омега-3 (18:12) рибено масло
- > 34 пъти повече от Co-Q10
- > 6.5 пъти повече от ликопен
- > 4.0 пъти повече от червена боровинка
- > 2.6 пъти повече от бъз.



Справянето със стреса и с отслабването на защитните функции на организма става все по-важна мегазадача на съвременните общества. Един от много популярните биолекове в тази битка е първото мляко, с което майките бозайници хранят рожбите си. Производството му продължава от 48 до 72 ч. преди появата на обичайната кърма. Секретът, който се отделя, преди да дойде млякото, е известен като коластра. Течността съдържа висока концентрация на жизнено важни растежни и модулиращи развитието и съзряването на имунната система фактори, които са от решаващо значение за нормалното изхранване и развитие на всички тъкани и органи в човешкото тяло. Образоването ѝ е много по-сложно от това на първата храна за новороденото - обикновеното мляко. Съставките ѝ не се срещат в толкова големи концентрации другаде в природата.

Въпреки че всички бозайници произвеждат коластра, установеното налично количество в млякото от крави прави този вид идеален източник на естествени антитела, имунни фактори и факто-

Коластрата пази от инфекции и стрес



на витамини и минерали, които в същото време са отлично и естествено балансиран. Знайно е, че коластрата на всички бозайници е със сходен състав, но тази на кравата е 20 пъти по-богата на имунни и антибактериални фактори в сравнение с тази на човека. Такива са особеностите на носене на плода, обръщат вниманието специалистите. Майката не може директно по кръвен път да предаде своя пасивен имунитет и природата осигурява защитата на новороденото още чрез първата храна. Именно тя е неговата бариера за заплахите от външната среда. Секретът носи цялата имунна памет от тялото на майката, чрез него новороденото получава наготово пасивен имунитет от майчиния организъм и затова предшественикът на първото мляко бива наричан и "първия лекар".

Както в миналото, така все повече и в днешно вре-



ри на растежа, както и на други хранителни вещества. Много и разнообразни изследвания по света установяват в състава на този естествен еликсир серия субстанции, групирани в четири фракции: с фактора на растежа, с имуноглобулини - широкоспектърни антитела, за-

читаващи организма от бактерии, гъбички, плесени, вируси и алергии и притежаващи противовъзпалителни свойства, както и с антитела, действащи срещу около двадесет болестотворни микроби, включително ротавирус, хеликобактер пилори, салмонела, кандида и други. Много богато е и съдържанието

ме коластрата се произвежда и предлага като незаменима храна, като профилактика и като лекарство. Биотехнологии помагат естественият природен продукт да се преработи щадящо, за да се запазят напълно хранителните и лечебните му качества. Подходящ е както за възрастни, така и изключително много за деца, включително кърмачета.

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

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

Живот без тютюн - ученически конкурс

През учебната 2012/2013 г. за пета поредна година българските ученици от 1 до 12 клас отново ще могат да участват в Националния ученически конкурс "Проектът на нашия клас - за живот без тютюн, 5". За първи път в тазгодишното издание партньори са депутатът в Европейския парламент г-жа Илиана Иванова и народната представителка в 41-вото Народно събрание г-жа Моника Панайотова.

Националният конкурс започва от началото на учебната година и продължава до 14 април 2013 г. По традиция участниците са разделени в три възрастови категории - 1-4 клас, 5-8 клас и 9-12 клас.

Конкурсът ще протече в две фази. През Първата фаза (15 септември - 31 октомври 2012 г.) участниците трябва да изготвят и да изпратят в МЗ своите проекти в следните области - превенция на тютюнопушене, отказване

от тютюнопушене, превенция на пасивно тютюнопушене. Всеки участник може да представи проекти както в една от изброените области, така и във всички от тях. През Втората фаза на конкурса (10 ноември 2012 - 14 април 2013 г.) ще стартира реализацията на проектите и тяхното отчитане. Всеки кандидат задължително трябва да участва и в двете фази на конкурса!

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 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, ланофил, 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.

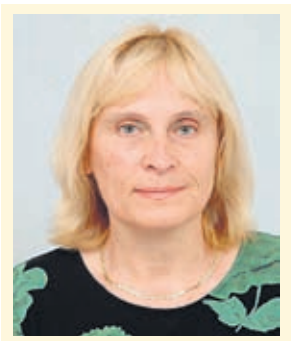
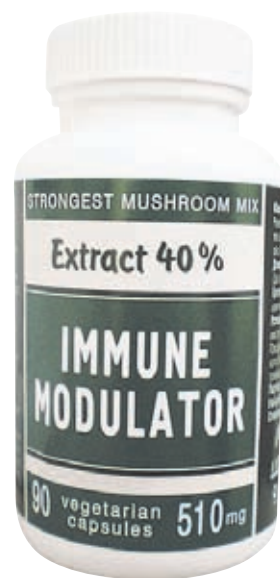
Каква е разликата между евтините и скъпите гъбени препарати?

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

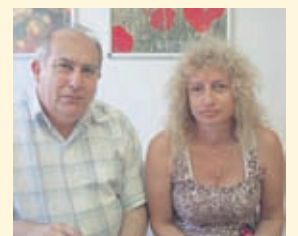


Баща ми е на 70 години. Преди 5 години беше опериран от рак на дебелото черво. Туморът беше голям колкото ябълка и беше запушил червото. В Бургаската онкология отстраниха по-голяма част от дебелото черво, тъй като имаше и разсейки. Беше поставена колостомата. Лекарите решиха да не правят лъче- и химиотерапия,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



Снимка Рада ПЕТКОВА



Българските бири са силни антиоксиданти

Според ново изследване на Института по криобиология и хранителни технологии и Института за изследване и развитие на храните българските видове пиво имат силна антиоксидантна способност благодарение на високото

съдържание на полифеноли, които идват от суровините малц и хмел. В изследването са анализирани 12 марки бира пилзенски тип, произведени от пивоварните в България и присъстващи на нашата трапеза.

Наред с познатите хранителни антиоксидан-

ти - витамин С, витамин Е, селен и каротеноиди, пивото съдържа и други вещества, борещи се със свободните радикали, които не трябва да се пренебрегват. Направените проучвания сочат, че всички съставки в пивото, които имат антиоксидантна способност, се

абсорбират в човешкото тяло. Така например феруловата киселина в българската бира е несвързана, което я прави 100% лесна за абсорбиране, докато само до 25% от тази киселина в доматите се абсорбира в човешкия организъм, тъй като е свързана с клетъчните стени.

Съдържанието на флавоноиди в изследваните проби пиво варира от 17,4 до 44,90 милиграма на литър. Съотношението между флавоноиди и полифеноли при три от бирите, бутилирани в PET бутилки, е подобно на съотношението на тези съставки в много плодове и зеленчуци, включени в здравословния хранителен режим.

Антиоксидантната способност на пивото е най-ефективна, когато съдържанието на полифеноли в него е по-високо.

Съдържанието на здравословните вещества в пивото зависи от редица фактори - качества на изходните суровини (ечемик и хмел), технологията за получаване на пивна мъст, технологичните параметри на ферментацията, използваните дрождени култури и др. Установено е, че основната антиоксидантна способност на пивната мъст и пивото се формира от използвания малц. Например клетъчните стени на ечемика съдържат антиоксиданта ферулова киселина. Допълнително дозирането на хмела води до повишаване на тази способност. Ксантохумолът, съдържащ се в зърната на хмеловата шишарка, се смята за ефективно хемопревентивно раково средство в началната, поддържащата и прогресивната фаза на карци-

ногенезиса. Той има и антипаразитна активност.

Изследванията на Института по криобиология и хранителни технологии и Института за изследване и развитие на храните потвърждават тезата, че пивото е необикновен комплекс от биоактивни вещества. Силни антиоксидантни свойства притежават полифенолите и флавоноидите, които заедно с витамините и ензимите допринасят положително за цялостната защитна система на организма.

Благодарение на балансираните, естествени съставки и антиоксидантите, съдържащи се в пивото, най-общо се смята, че умерената консумация на бира се включва в рамките на здравословния начин на живот.

Полезни съвети:

- ✓ консумацията на пиво над нормите за умерена употреба не носи допълнителни здравословни ползи, а, напротив, предизвиква сериозни вреди;
- ✓ здравословните предимства на умерената консумация на пиво не могат да бъдат повод да принуждаваме други да пият пиво, за да са по-здрави;
- ✓ умерената консумация на бира се отнася до пълнолетните, за малолетните алкохолът не е разрешен;
- ✓ по-добре пийте пиво с храна, отколкото на гладен стомах;
- ✓ по-добре консумирайте всеки ден по две стандартни питиета бира, отколкото два дни в седмицата по седем;
- ✓ комбинирайте пивото с други здравословни храни и физическа активност;
- ✓ за някои индивиди умерената консумация на пиво може да носи повече вреди, отколкото ползи.

Сияйната кожа е на един сок разстояние

Някои хора харчат хиляди, за да се докоснат до гладката и красива кожа. Едни използват натурални продукти, други се къпят в скъпа козметика - и всичките искат блестяща кожа като на звездите от екрана.

Преди да сте се втурнали презглава към магазина за поредната партида кремове и мазила, прочетете следващите редове.

Появи се нова мода в разкрасяването на кожата - консумацията на пресни плодови сокове. Имайки предвид, че повечето плодове съдържат много хранителни вещества и полезни минерали, не е чудно, че са подходящи за придобиването на сияйна кожа. Соковете бързо и лесно се абсорбират от орга-

низма, което води и до експресни резултати.

Най-подходящите сокове за красива кожа са от портокал, ябълка, лимон и диня. Не забравяйте и някои зеленчуци - спанак, зеле и др., които

също са полезни за кожата.

Превърнете в навик изпиването на поне една чаша плодови сок дневно, но пресен, не от кутия, за да се радвате на здрава и красива кожа.



HEPA

Хранителна добавка

SAVE

Експакт ом
Picrohiza kurroa

По-добрият хепатопротектор

- Спомога за по-бързата детоксикация при спазване на диети, прием на лекарства и работа във вредна среда!

Екофарм
www.ecopharm.bg

Защо е важен водният баланс в организма

С доц. Марин Георгиев от Клиниката по урология на УМБАЛ „Александровска“ разговаря Галина Спасова

Доц. Георгиев, всеки знае, а и мнозина са изпитали какво значи да имаш камъни в бъбреците. Как се появяват те?

- Модерният термин е уролитиаза, защото, говорейки за бъбречнокаменна болест, повечето хора наистина смятат, че камъни се образуват само в бъбреците. Уролитиаза е

по-широк термин за обозначаване на камъни по хода на пикочоотделителната система - в бъбреците, в уретерите, в пикочния мехур.

По принцип на лечение се поддават камъни от цялата пикочоотделителна система - без значение къде се намират. При тези до 2 см първата стъпка е извънтелесното разбива-

не. Пациентът ляга върху специална маса, до него се допира с много добър контакт източник на ударни вълни чрез силиконова възглавничка, намазана с гел, и без никаква инвазия в тялото проникват електромагнитни ударни вълни, които атакуват камъка. След процедурата пациентът може да си отиде веднага вкъщи или на ра-

бота. В 95% от случаите не се използва дори анестезия. Ако от първата стъпка няма резултат (но успеваемостта е до 80%), втората може да е минимално инвазивно проникване в уретера, за да се стигне до камъка и да се унищожи с лазер или ултразвук. Друг вариант е да се проникне през бъбрека с малък отвор.



Доц. Марин Георгиев

- От какво зависи да намалим риска от образуване на камъни?

- Увеличават се тези заболявания, а един от рисковите фактори е богатата на белтъчини храна. Известно е, че в периодите на войни, когато хората са бедствали, почти са липсвали и въпросните болести. Другите рискови фактори са обездвижването, недостатъчният прием на течности. Дневното количество вода би трябвало да се определи така - килограмите, умножени по 2,5 или по 3. Ако човек тежи 70 кг, той трябва да изпие два литра течности.

- Ако не изпитва жажда?

- Водният баланс е нещо твърде по-сложно, отколкото си представяме. Организмът губи вода по много пътища, например с дишането - до 300-500 мл. И когато дишаме топъл въздух или при физическа активност количеството може да достигне литър. Вода се губи и чрез потта, жлъчния, стомашния сок, течност има и в изпражненията. Не бива да се отива в другата крайност - понеже в урината има фактори, способстващи образуването на камъни, но има и такива, които предпазват. И с прекалено голямото количество течности всъщност започва унищожаването на предпазващите фактори. Важно е също течностите да бъдат разпределени равномерно в денонощието.

- Какво казва статистиката за уроинфекциите?

- Също имат ръст. По данни за САЩ (но те са съпоставими със ситуацията в Европа и у нас) през миналата година има 7 млн. посещения при лекар поради инфекция на пикочните пътища. По тази причина са изписани и 15% от всички антибиотици, а около 100 хил. души са приети в болница. Инфекцията може да влезе по кръвен или лимфен път, но най-често прониква от уретрата нагоре към пикочния мехур и бъбреците. Този път обяснява и факта, че от такива инфекции страдат най-вече жените - заради късата и широка уретра. Друга причина е обструкцията - т.е. нарушен ток на урина, някъде по пътя и има пречка. Най-често това са

камъните - в бъбрека, в пикочния мехур или в уретера. Механизмът се състои в това, че при задръжка на урина поради това, че не може да се оттича добре, се нарушава защитната сила, локалният имунитет на лигавицата на пикочните пътища. И така се случва обикновено - има камъни, те предизвикват инфекция.

Най-често причинителите на тези инфекции са няколко, наричаме ги уреазопродуциращи бактерии. А точно уреазата (бактериален ензим) унищожава защитния слой на лигавицата и бактериите много по-лесно се "залавят" за нея. По-нататък пък се образуват инфектираните камъни - като цяло това са фосфатни камъни. Специфичното при тях е, че много често рецидивират - ако не изчистим инфекцията, дори и да сме ликвидирали камъка, той ще се появи пак.

- Значи не само камъните причиняват инфекция, а и тя може да "произвежда" камъни?

- Точно така. И лечението на тази група пациенти трябва да е комплексно. Освен премахването на камъка трябва да се лекува и инфекцията. Това може да продължи много дълго - месец, два, три, дори шест. И освен антибиотиките, които не могат да се прилагат прекалено дълго, тук роля имат различните чайове, фитопрепарати (винаги ги препоръчваме при продължително лечение), както и средства за повишаване на имунитета от най-често срещаните причинители.

Въобще не е за подценяване баланеолечението - поне два пъти годишно - при пациенти с рецидивирани инфекции. От личен опит мога да кажа, че при баланеолечение рецидивите намаляват драстично и може да се очаква трайно излекуване. Освен водата за пиене при специалните процедури бъбрекът започва да отделя повече урина, уретерът релаксира и това позволява изхвърлянето на песчинки, бактерии, левкоцити и т.н. В Хисар например има отлични възможности, колелите са с голям опит и резултатите наистина са впечатляващи.

UROCOMFORT

Благоприятно повлиява
функцията на пикочните пътища



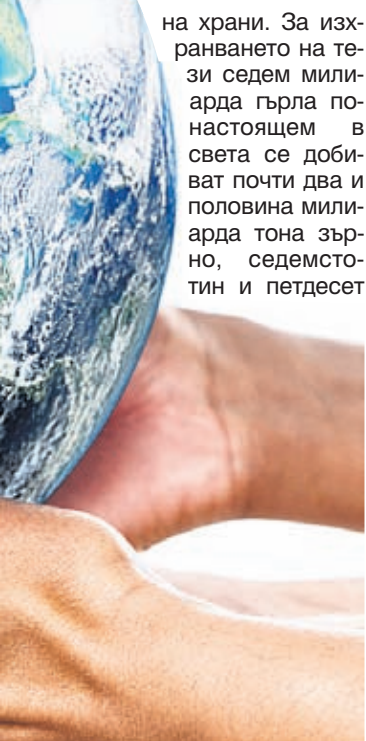
УРОКОМФОРТ –
РАЗЛИЧНИЯТ ПРОДУКТ
НАЙ-ДОБРОТО ОТ ТРАДИЦИЯТА

Ecopharm

ЕКОФАРМ ЕООД 1421 София
бул. Черни Врх № 14 б.з
тел. 963 15 98; 963 15 97
факс: 963 15 61

www.ecopharm.bg

на духа от бутилката



на храни. За изхранването на тези седем милиарда гърла понастоящем в света се добиват почти два и половина милиарда тона зърно, седемстотин и петдесет

милиона тона месо и още толкова мляко, около 160 милиона тона риба, над 170 милиона тона захар и т.н. Обратната страна на медала обаче, свързан със Зелената революция, изглежда твърде разочаровашо и навява изключителен песимизъм. Според американския икономист и политолог Уилям Ендгал масовото и безконтролно използване на пестициди, хербициди и изкуствени торове, усвояването на нови земеделски площи и реализирането на мащабни иригационни проекти доведе до невиджано изтощаване и замърсяване на почвата, до повече от застрашително замърсяване на водите и непоправими изменения в крехкото екологично равновесие на нашата планета.



Светът се приближава до хаоса

ищитен

подсилват от немалко научни изследвания в тази насока.

Ако се вземе предвид фактът, че богатите, които съставляват около 1% от населението на Земята, консумират колкото половината бедняци, идеята последните да живеят по стандартите на богатия свят предпо-

лага използването на още повече природни ресурси - природен газ, петрол, вода и др. Т.е. те биха се изчерпали още по-бързо от предвидените срокове. И колкото и нехуманно да звучи, подобряването на жизнения стандарт на бедните не е никак в интерес на богатите.

Глобалното затопляне, свързано с колосалното отделяне на емисии от въглероден диоксид, вече не е оригинална научна хипотеза, а реален факт. Доказателства за това са сериозните климатични промени и ужасяващите природни бедствия през последните няколко години - безпрецедентната суша и пясъчните бури в Китай през 2010 г., невиджаните през последните 130 години рекордно високи температури и пожари в Русия и Украйна, обширните наводнения в Пакистан, в резултат на които под вода останаха седемнадесет милиона акра

плодородна земя и се удавиха няколко хиляди глави добитък. Подобни мащабни природни бедствия сполетяха Индия, Канада, Австралия и други страни. Всичко това доведе до рязко покачване на цените на хранителните продукти. Нещата придобиха още по-драматичен характер, след като неотдавна Южна Корея, един от най-големите световни износители на месо, беше принудена да унищожи милиони селскостопански животни поради епидемия от шап. Според Роберт Зоелик, директор на Световната банка, само още една неурожайна го-

дина отделя света от хаоса. Според информация, промъкнала се в глобалната мрежа, лидери на някои водещи държави инициират създаването на специални войскове подразделения за справяне с евентуално глобално въстание вследствие на недостига и изключително високите цени на храните, недостъпни за все по-голяма част от населението на Земята. Според Оксфордския комитет за подпомагане на гладуващите (Oxfam) до 2030 г. цените на основните хранителни продукти ще нараснат още два пъти в сравнение със сегашните нива.

След половин век оставаме без петрол



Според специалистите на Международната организация на кредитаторите (WOC) в условията на пренаселеност от особена важност са ресурсите на храна, енергия и вода.

За никого не е тайна, че крехкото равновесие на нашия високотехнологичен свят се крепи на... петрола. Той е източник на енергия, гориво за неизброимия брой транспортни средства, суровина за химическата промишленост, използвана за производство на колосален брой продукти - текстилни изделия, обувки, пластмаси, най-разнообразни химикали за бита, строителството и промишлеността, препарати за расти-

телна защита, торове и т.н. и т.н. През последните петдесет години световното потребление на петрол нарасна седем пъти. Според оптимистичните прогнози неговите запаси ще се изчерпят само след половин век. А после? Ще последва ли след това ефектът на доминото, който ще ни лиши от всички тези безброй придобивки и "глезотийки" на цивилизацията, от които сега така безметежно се ползваме? Малко по-оптимистични са прогнозите за изчерпване на запасите на природен газ - основен и относително евтин енергиен ресурс. Те се оценяват на 60 години.

Дойде часът да се запитаме накъде вървим

Безспорен факт е, че научно-техническата революция доведе до съществено изменение в структурата на населението на Земята. Сега повече от половината от него живее в градовете, които заемат нищожните 2% от площта на сушата, но за осигуряване на адекватни на постиженията на века условия на живот на техните обитатели те консумират повече от три четвърти от всички земни ресурси. Наред с това в редица градове повече от половината жители живеят в бордеи и при отчайващи санитарни условия. Край големите градове изникнаха огромни сметища, които създават колосални хигиенни и екологични проблеми и чието решаване изисква огромни средства. Според експерти най-могъщата

световна индустрия е туризмът, който обаче е с най-принизен надзор и липса на адекватна регулация. В резултат с непонятна разточителност се съсипват най-красивите и малкото останали "девствени" кътчета на Земята. За осигуряването на максимален комфорт и охолство, както и за удовлетворяването на всевъзможни капризи на платежоспособните (климатични инсталации, басейни, разнообразни водни процедури, сауни, голф игрища, ловни резервати, частни летища и др.) се влагат огромни инвестиции и се изразходват ценни природни ресурси и енергия.

Ще дойде ли часът на истината? Може би наистина е дошъл моментът, в който да осъзнаем, че и ние, и нашите

деца и нашите внуци и техните внуци, всички ние, ще живеем на същата тази планета. Защото фантастичната идея да се изнесем на някоя друга такава евентуално би се реализирала в безкрайно далечно и необозримо бъдеще. Според оптимистите човешкият гений ще намери решение на повечето от изброените проблеми, застрашително надвиснали над нас и заплашващи да разрушат изградените с толкова много усилия високотехнологичен свят. Но това са само очаквания, надежди, а реалностите са вече тук, пред нас, около нас. Не е ли крайно време да се запитаме: Quo vadis, homine? Защото, ако днес не си зададем този въпрос, утре определено ще бъде късно.



Галерия „Артур“ пламна от „Вариациите“ на Любен Генов

**Есенният
пожар на
художника
може да бъде
видян го
12 октомври**

Шефът на Съюза на българските художници Любен Генов предпоче да изложи новите си творби в малък арт център вместо в "полагамото" му се място - в някоя от залите на "Шипка" 6. Може би защото сам признава, че не обича да провокира другите, както и те да го провокират, не харесва онези, които кре-

щят, за да бъдат забелязани. Галерия "Артур" е идеална за такъв тип натура, тя от три години живее в достъпната тишина около площад "Журналист", ул. "Цанко Церковски" 36, в партерния етаж на стара реставрирана къща. Галерията представя съвременно българско изкуство и вече се наложиха като трайно и уютно средище на различни артистични изяви - литера-

турни четения, камерни музикални и актьорски проекти. Затова изборът на Любен Генов не е случаен - предпочел е това стилно място за своите интимни, изобразителни и в някаква степен въздействащи като цветна музика състояния.

Любен Генов е роден на 18 ноември 1966 г. в гр. Оряхово. Завършил е живопис в частната академия "Жул Паскин", от 2001

г. е приет за член на СБХ. Автор е на редица самостоятелни изложби, редовен участник е в различни много престижни живописни биеналета и триеналета у нас и в чужбина, от 2008 до 2011 г. завежда изложбената дейност в СБХ. Носител е на първа награда в Националния конкурс по живопис на тема "Българската идентичност по пътя към Европа", също след конкурс печели правото на творческо пребиваване в "Сите дез' ар" в Париж. Негови творби са притежание на частни колекции във Франция, Англия, САЩ, Унгария. От април 2011 г. е председател на СБХ.

Живописецът признава, че е омагьосан от природата, от неръководно и величие. "Опитвам се

да изразя красотата или драматизма, запечатани в съзнанието, усещанията ми от природните "зрелища", спектаклите на натурата. Морето, езерото, големата река, бреговете, широките земни пространства, далечният хоризонт, гледките от високо, небето, облаците, изгревите, залезите, сноповете светлина, луната и звездите, растителността, вятърът, дъждът, снегът, вълните, нощта, утрото, сезоните - това са нещата, които вълнуват художника в мен."

Галерия "Артур" ви очаква да се потопите в тишината и предпочитаните визии на този умен, деликатен и много сетивен живописец, чиято сила е мека като водата...

ДУМИТЕ

**Джоан Роулинг
написа
скандален
роман**



Действието се развива в измислено английско село, обхванато от люти политически битки. Далеч от магическата вселена на Хари Потър, първият роман за възрастни на Джоан Роулинг излиза във Великобритания, а търговският му успех е гарантиран, ако се съди по предварителните поръчки. От романа "Вакантен пост" на британската писателка вече са поръчани един милион бройки. Книжарите във Великобритания очакват новата творба на Роулинг да стане най-продаваната книга от фантастичния жанр през тази година. "Това е един от най-големите тиражи на XXI век", коментира Филип Стоун, журналист от списание "Букселър".

47-годишната писателка обаче, чието богатство се изчислява на повече от половин милиард британски паунда, може да си позволи лукса да не се тревожи за финансовите последици при евентуални лоши отзиви. "Аз съм най-свободният писател в света. Мога да правя каквото си поискам", признава Роулинг в интервю за в. "Гардиън". "Ако някой каже: "Това е ужасно лошо, върнете се към вашите магьосници", разбира се, няма да празнувам. Но ще мога да го преживя", допълва тя. Макар издателството "Литъл Браун" да разкри някои подробности от книгата, едва неколцина журналисти успяха да се доберат до нея предварително. Действието на романа се развива в Пагфорд, очарователно измислено градче в Югоизточна Англия, а отправната точка е смъртта на член на общинския съвет. Жителите му заплитат серия от интриги за намиране на негов заместник, подходящ за тяхната кауза - да освободи Пагфорд от управлението на злобещия квартал HLM. "Нашето общество е изключително снобско, то е мина за писане. Средната класа е толкова смешна", коментира Роулинг. В новата си книга тя засяга теми, които са много далеч от магьосническата вселена, описана в поредицата за Хари Потър, като зависимостта от хероина, проституцията, семействата с един родител и сексуалното желание при юношите.

ЧЕТИВО С ПРОДЪЛЖЕНИЕ

Македония през IX-XI в. е в България

**Акад. проф.
д-р Григор ВЕЛЕВ**

През 904 г. Южна Македония е присъединена към българската държава. За това свидетелства граничният камък край с. Наръш, на който е записано: "В годината от сътворението на света 6412 индикт 7 (904 г.). Граница между ромеите и българите. Във времето на Симеон, от бога княз на българите, при Тодор Олгутахан и при комита Дристра".

Македония се включва в рамките на българската държава по времето, когато се формира българската народност с едно общо име - българи. В продължение на 140 г. Македония се намира в покрайнините на българската държава.

През 967 г. Византия нарушава 40-годишния мир и предприема опити за ликвидиране на българската държава. За тази цел тя привлича за свой съюзник киевския княз Светослав. По време на двата си похода през 968 и 969 г. той превзема Преслав.

През 970 г. начело на земите ни в Западна и Югозападна България застават четиримата братя Давид, Мойсей, Арон и Самуил, синове на средецкия комита Никола. Те стават продължители на непокорената част от Византия и са представители на политическия живот, като организират борбите на българите за отстояване независимостта на тази територия. Тук се преселва от Преслав и българският патриарх Дамян, който продължава църков-



ната традиция на българската държава.

През 986 г. Самуил, като пръв пълководец на българския цар Роман, разбива византийската войска, предвождана от Василий II Македонец (бъдещ Българоубиец) при Траянови врата (Ихтиманско). През 997 г. след смъртта на цар Роман за цар на българите е обявен Самуил. През 1014 г. в битката при Беласица (с. Ключ, Петричко) българската войска е разбита.

15 000 български пленени войници са ослепени по нареждане на Василий II Македонец (Българоубиец). След смъртта на цар Самуил на престола се възкачва неговият син цар Гаврил Радомир. По-късно при дворец преврат Гаврил Радомир е убит и на престола се възкачва неговият братовчед, син на Арон, Иван Владислав (1015-1018). Той премества столицата си в Битоля. Тук той укрепва крепостната стена, като поставя надпис, останал до наши дни. Надписът гласи: "През 6253 година от сътворението на света обнови се тази крепост, зидана и правена от Йоан самодържец български и с помощта и молитвите на пресветата владичица, нашата Богородица, и за застъпничеството на дванадесетте и на върховните апостоли. Тази крепост бе направена за убежище и за спасение за живота на българите..."

При обсадата на Драч цар Иван Владислав загива. Така България преминава под византийско владичество.

Продължението в следващия брой

„Книга за оперетата и мюзикъла“

Мира ЦАНЕВА

Първата българска "Книга за оперетата и мюзикъла, или от Жак Оффенбах до Андрю Лойд Уебър" е вече факт. Авторът Огнян Стамболиев представя 110 класически оперети и 50 световни мюзикъла. След премиерата си на Пролетния панаир в НДК книгата вече е по книжарниците в страната. Уникалното и прецизно подготвено справочно издание (изд. "Гей Либрис" с директор писателя Емил Кръстев, син на прочутия български баритон, основател на Русенската опера, Кирил Кръстев) съдържа очерци за живота и творчеството на отделните автори, както и най-значимите им музикално-сценични опуси, които са представени със съдържанието им, пълен списък на действащите лица, датите и мястото на изпълненията им, а също и на българските им премиери.

Кратък исторически очерк от автора проследява пътя на оперетата и мюзикъла от възникването им до днес. Специално внимание е обърнато на филмовия мюзикъл. Научната ръководителка на изданието проф. д-р Румяна Каракостова от БАН е написала и кратка студия за рецепцията на жанра в България, който присъства вече сто години у нас.

Представени са най-добрите образци от по-известните национални школи: Парижката оперета, Виенската и Нововиенската, Берлинската, Руска оперета, както и редица по-известни творби от Италия, Полша, Украйна, Великобритания, Чехия, Румъния, Швейцария, Испания. Много сериозно е застъпено не само творчеството на четиримата автори стълбове - Оффенбах, Щраус-син, Лехар и Калман, с максимален брой заглавия, но и композитори от "втората редица" като Паул Абрахам, Целер, Масе, Месаже, Рейналдо Хан, Цирер, Недбал, Линке, Одрен, Бенатски, които също са оставили забележителни образци в жанра.

Може да се каже, че тази първа българска книга за оперетата и мюзикъла е значително по-богата и по-пълна от повечето подобни издания в Европа, които акцентират предимно върху водещите световни и своите национални школи.

Книгата, която спечели конкурс на МОМН, е адресирана както към специалистите и особено музикалните театри у нас, така и към многобройните почитатели на вечно младия, очарователен и жизнерадостен лек жанр.



Обичам да съм насаме със себе си...

С Хари Хараламбиев разговаря Румен Леонидов

Хари, ние сме отколедни приятели и ще ми позволиш да се обръщам към теб на ти. Защо настояваш това интервю да бъде озаглавено "Обичам да съм насаме със себе си"... Защо насаме?

- Трудно ми е направо да ти отговоря. Навярно защото непрекъснато искам да си доизясня кой съм, от какви вътрешни подбуди се ръководя, когато вървя по тази многострадална земя. Идва ми наум следната случка. Веднъж Пенчо Славейков среща млад и преливащ от самочувствие поет. Попитал го: "Накъде така сам, млади човече?". "Аз не съм сам, уважаеми господине, аз съм със себе си!" - рекъл поетът. Славейков сякаш очаквал подобен отговор и казал: "Как можеш да ходиш в компанията на такъв идиот?". Навярно казаното от именития лирик е съотнесимо в случая и за мен.

- Разбирам твоята самоирония, но нека тогава попитам "другия" у теб: кой си, откъде идваш и накъде си се запътил...

- Роден съм от определени родители, възлувам се от определени идеи. Личното ми аз се съпротивлява срещу вродените ми слабости. Тръгнах от една безименна уличка в Перник, от един квартал, носещ странното име "Твърди ливади". Баща ми в продължение на три десетилетия бе миньор. Рудничните галери бяха негов втори дом. И макар че животът му беше изключително труден, никога не го чух да се оплаква. Три неща му бяха непознати: псувните, алкохолът и хленченето. От характера му нищо не наследих. Майка ми бе благочестива и религиозна жена, почти неграмотна, отдадена на съпруга си и децата. До края на живота си не каза лоша дума за някого. Сестра ми беше "жертвена" заради мен и учението ми. Тя прие жертвата, за което съм й благодарен. В училище не блестях. Обичах литературата, но математиката ми се струваше истинска Голгота. И до

днес простите аритметични действия ме затрудняват. Питаш ме закъде съм се запътил... Сам не зная, но във всеки случай не към безсмъртието...

- Кой те мотивира да следваш правни науки?

- Вече неживият поет на България Константин Павлов. Веднъж, вървейки из пернишките улици, ми каза: "Ако някога следваш, учи право. То ще те направи борбен, ще изостри сетивата ти за справедливост". Послушах го. За жалост днес е късно да му благодаря.

- Ти си известен адвокат, но малцина знаят, че не живееш в столицата.

- В далечната 1924 г. в сп. "Златорог" блестящият литературен критик Боян Пенев пише: "Провинцията е обикновената обстановка на една тиха трагедия. Трябва да имаш изключително съзнание и стоманена воля, за да се спасиш от ръждата на провинцията". Ако критикът беше жив, щях да му кажа: "Не съм съгласен. Столицата ражда избраници на съдбата, а провинцията - характери". За мен провинцията е състояние на духа. Мога спокойно да призная, че днес провинцията удобно се е настанила в столичния град. Що се отнася до известността, тя е измамна, славата - още повече. Или, както казва мадам Дьо Стал: "Славата е бляскав траур на щастие-то!". Мен ме забелязаха журналистите, без да знам защо. Спазвам заръката и повелята на знаменития Дими Паница, който казваше: "Хари, момчето ми, никога не се вземай на сериозно. Пагубно е. И никога не завиждай!".

- Кой бяха хората, които можеш да наречеш учители в усвояването на правото...

- Бях стажант-адвокат при Страхил Нейков. Безпощадно точен и горд човек. Адвокат по дефиниция. Той ме въведе в коридорите на адвокатурата. Не помня да е казвал похвална дума за мен, но се грижеше бащински за кариерата ми. Тайно го ко-

Адвокатът Хари Хараламбиев е роден на 10 юли 1939 г. Зодия Рак. Като студент, седмица преди първия му държавен изпит, е изключен завинаги от университета по абсурдни обвинения. Живее в Пазарджик. Работи в областта на наказателното право. Автор е на книгите "Ако имате търпение", "Вътрешно око", "Докосване до думите", "Казах, отсъдете", "Марианската падина" и "Ако имате търпение, отсъдете". Член е на Съюза на българските писатели.

пирах, но като че ли нищо не излезе от това. За свой духовен наставник приех Борис Димовски. Беше обременен от мъдрост и най-нравственият, когото познавах. Кръстният му път потвърди старата максима, че цената на достойнството е бедността. Иначе мои учители бяха професорите ни от Юридическия университет, можещи, елегантни, с харизма и европейска изисканост. От тях се научих да не абдикирам от бойното поле на словосражението, да пледирам ясно и смело. Ще ги нося в сърцето си до края на сетните си дни.

- Кой от многото съдебни процеси е процесът на живота ти?

- Най-абсурдният и парадоксален - либийският. Загубих го, но пък осъществих копнежа на живота ми да пледирам пред Върховния съд на чужда държава. За всичко онова, което се случи в съдебната зала и извън нея, съм разказал в книгата "Марианската падина".

- Какво мислиш за семейството, някои днес го смятат за отживелица...

- Според Римското право бракът е съюз между мъж и жена, общение в божественото и човешкото право, обединение за цял живот. Станах адвокат благодарение на това, че имам верен съмишленик - съпругата ми, с която сме вече повече от четири десетилетия, ако и да сме два остри камъка. По професия е инженер. Не признава полутоновете в



живота, шушукането. Пряма е до болезненост. Умна и интелигентна, с нагласа всеотдайно да помага. Синът ми, с когото се гордея, е известен ортопед травматолог. От двамата се уча на точност. Те са моите критици. Те осмислят живота ми.

- Имаш много приятели, по какъв критерий ги избираш...

- Приятелството не се избира. То се ражда спонтанно. Понякога случайността подрежда нещата. Приятел съм със занаятчии, строители, общи работници и неудачници. Близък съм и с хора от артистичните среди: Иван Ласкин, Александра Сърчаджиева, Филип Трифонов - Фипо, Стефан Илиев - Чечо, Валери Йорданов, Мирослав Пашов, Иван Радоев - син, както и с аса в киното Радослав Спасов.

- Хобито ти е да колекционираш картини...

- Да, поданик съм на изобразителното изкуство. Мой приятел е галеристът Веселин Досев. Той ми разкри хоризонтите на живописата, сближи ме с брат му Доси, знаменития актьор. Досев от 20 години е без галерия. Лъгаха го властници, които не се възмущават от изкуството. В други държави на такъв познавач и ценител щяха да му отредят престижна галерия. Омерзен, Досев напусна София. Днес му казвам: "Властниците идват и си отиват, хората на духа, сред които си и ти, остават в сърцата ни".

- Нали помниш сар-

Столицата ражда избраници на съдбата, а провинцията - характери

кастичните строфи на Константин Павлов: "Такова беше времето, убихме..."?

- Подсещаш ме за хуманиста Антоан дьо Сент Екзюпери, който в далечната 1948 г. публикува писмо в "Льо Летр Франсез" до свой приятел генерал: "О, генерале, мразя епохата си с всички сили. Не може да се живее само със сметки, хладилници, кръстословици и политика. Трябва да завали нещо като грегорианска песен, за да станат хората по-добри, за да им се върнат духовните тревоги".

- Дружиш с художници, писатели, поети, артисти, а си и луд по футбола, едното не изключва ли другото...

- Ще перифразирам приятеля ми поета и драматург Елин Рахнев и ще кажа: футболът е една от най-красивите версии на безсмъртието. По дух съм левскар, но от доста отдавна съм привърженик и на лондонския "Фулъм". Да си от "Фулъм" означава да обичаш, да разбираш и да страдаш. Внукът ми е лишен от подобни терзания, защото неговият "Манчестър Юнайтед" е отбор с високи валенции.

- Хайде тогава и един запалняковски

въпрос: Пеле или Марадона, Роналдо или Меси...

- Георги Аспарухов, несъмнено най-талантливият български футболист за всички времена. Беше красив и играеше красиво. Чужда му бе надменността. Прекършеният му без време живот потвърди мисълта, че умира млад този, който е скъп за небето. Ценя и Божидар Искренов - радостта на народа, с когото ме свързва искрено и дълготрайно приятелство.

- Ти излъчваш ведрост и едновременно житейска мъдрост... Как постигаш това?

- Животът трябва да бъде изживян достойно. Но за да стане това, е необходимо да сключиш примирие със себе си. Само тогава човекът е в състояние да излъчва житейска мъдрост.

- Започнахме със състоянието ти "насаме със себе си" и с него завършваме този разговор, с нуждата от примирие със себе си. Какво още би препоръчал на читателите на в. "Животът днес", българския седмичник с най-голям тираж...

- Ако ти донесат, че някой злослови по твой адрес, не отричай, а отговори - той явно не познава другите ми пороци, иначе не би казал само това! Срещнах тази мисъл в "Наръчник за живота". Нека всеки потърси този наръчник за живеене, защото мъдростта никога не е излишна.

Приключението Полежан

Пирин е истинска красавица и е толкова разнообразна в отделните части и сезони - както цялата удивителна природа на България. Нейният гранитен карвинг Полежан е само с 63 метра по-нисък от първенеца Вихрен и е сред отличниците със своите 2851 м. Той е мечтан и уникален в колекцията на туриста с 360-градусовата си панорама към наши и съседни върхове и планини.

Към Полежан може да се поеме и от Банско, но ние избираме за изходен пункт с. Добринище. Оставяме колата при хижа "Гоце Делчев" и още преди да си купим билети (на човек по 12 лева в двете посоки или по 7 в едната), изчитаме препоръките за ползване на седалковия лифт. Разстоянието се взема за около 40 минути с прекачване на междинна станция. Има и учудващо ненадраскани и цели (за природата ни на рушители) табели с информация за Националния парк "Пирин" и какво е разрешено да правим и какво - не. Ограмотени потегляме



нагоре и се кефим, че времето засега изглежда перфектно - слънчево, но с доста бели облаци, за да не е горещо. Достатъч-

но рано е, за да не се притесняваме за изкачването, слизането и хващането на последния лифт към 15,30 ч.



Още за върха

Старото име на Полежан е Мангър тепе и идва от оприличаваните на медните монети мангъри тънки каменни плочи, които хлопат под стъпките ни. Върхът е част от едnodневни маршрути и неколкодневни походи и е най-висок на Полежанското странично било, където се намират още Малък Полежан (2820 м), Газей, Безбог, Каймакчал и Дисилица, както и внушителният ръб Стражите.

матично дълбоки дерета. И какви ти панорами! Трябва непрекъснато да си гледаш в краката, да внимаваш къде стъпваш, за да не се пребиеш. До първото било - криво-ляво добре, а нататък? Част от "конкуренцията" от германски сеньори се търкулват по тесните килими от тревичка, за да си почиват и да чакат

другите да изкатерят гранитния красавец. Стискаш зъби и продължаваш, защото спра ли да почина - няма тръгване нагоре. Мотивирам се с целия си набор от поговорки за силата на волята, включвам и здравата себеирония в сравнението с баба Цоцолана. Знам, че ако се разкисна тук, двеста метра под върха, хич няма да ми е сладко следобедното пиетие. Най-възрастната германка припка пред мен и прави отказването ми от целта невъзможно. Последните сто метра ми костват сигурно половин час, но си струва: гледките са наистина несравними и многопластови. Ехааа, колко още върхове за изкачване наоколо! Ама друг път.

Както става обикновено, трудностите са забравени и остава само радостта от преодоляването на трудния маршрут. Походите из нашите планини са несравнимо освежаващи и зареждащи и май това е най-достъпният начин за гонене на дявола на стреса.

Тренировката прави шампионите

Още са ми ярки (и в никакъв случай нямам предвид приятни) спомените от катеренето на Вихрен преди осем години, когато си платих сметката за лековатия подход с изкълчени глезени, страдалческа мускулна треска и дълготрайно отдръпване от високата планина. Затова първата работа преди тръгване по пътеките е изборът на качествени обувки: с дебела подметка с грайфер и достатъчно високи, за да държат здраво краката. Те трябва да са с половин-един номер по-голе-

ми и да се носят със специални чорапи. Ще ви консултират във всеки добър магазин за екипировка. Трябва удобна раничка на гърба с дрехи според сезона (за евентуално преобличане), нещо енергийно за хапване (ядки, шоколад), нужното за първа помощ, вода. Телефонът трябва да е зареден, близките ви да знаят накъде и с кого сте се запътили и - специално за Полежан - е супер да имате щеки. Те поемат част от тежестта на тялото и облекчават коленете - особено в участъците, където пътеката е тясна, а камъните правят лангърлангър под краката ви.

Този връх е от целите, които планираме, след като сме потренирали предварително. Вредно е да се хвърлим в катерене, ако нямаме никаква физическа подготовка, защото - най-малкото - ще пропилием удоволствието от постижението. Отделете време да направите по-къси турове в предните дни, а най-добре - поддържайте формата при всеки повод, когато имате планинска пътека наблизо. Преди тръгване към високото научете прогнозата за времето и планирайте реалистично маршрута си. Подсигурете се с нощувки в хижите и не рискувайте да пренебрегвате маркировката: това е и за ваша сигурност, и начин за съхраняване и поддържане на екосистемите в националния парк. Идеалният вариант е да сте част от група с опитен водач и туристи със сходни физически възможности като вашите.

Текст и снимки
Бойка ВЕЛИНОВА

NeOx[®] Крем

Отново се движиш!

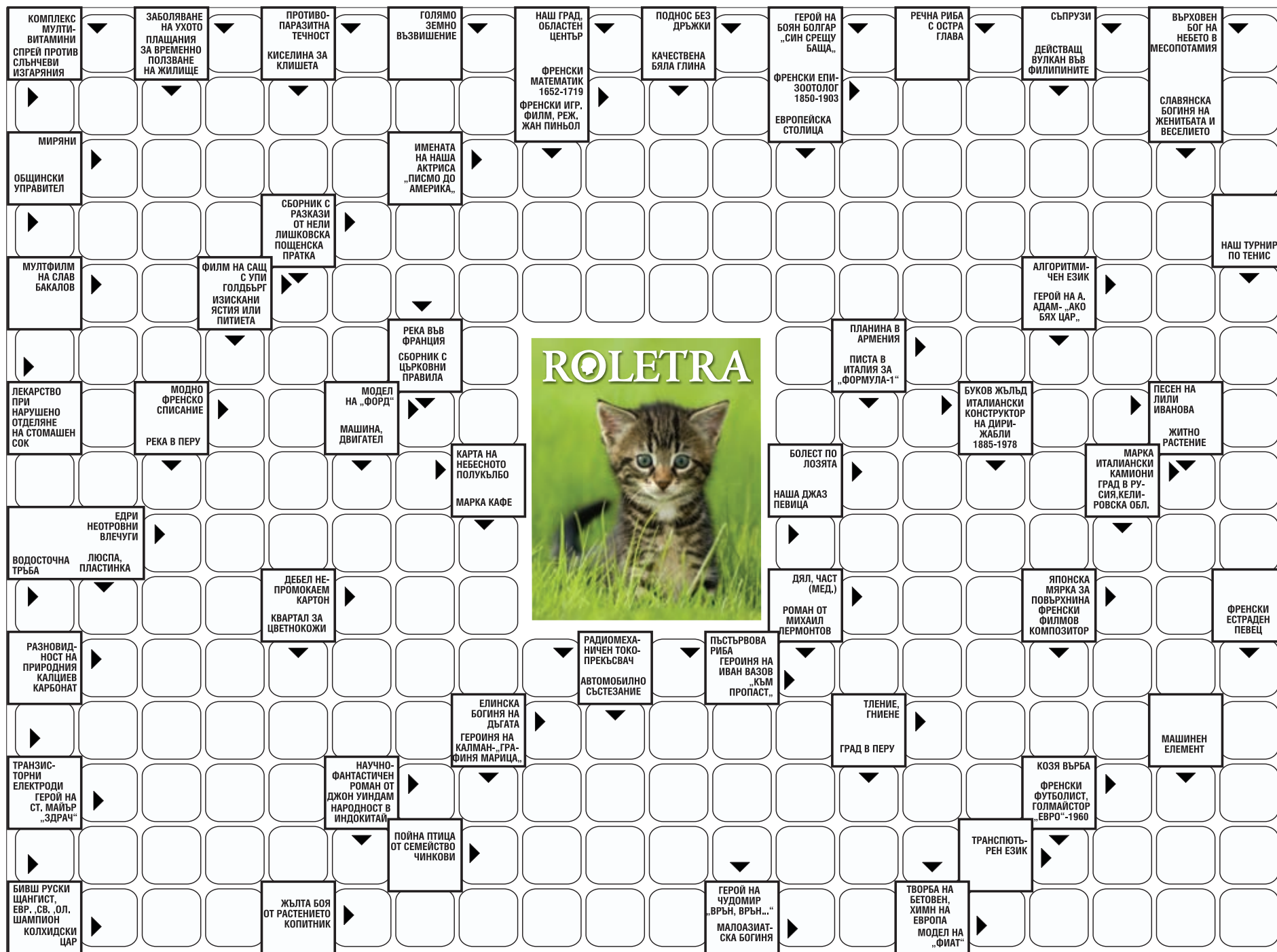
NeOx крем е комбинация от 5 оптимално подбрани природни съставки при активен начин на живот и натоварване!



За локално приложение!



ЕКОФАРМ 1421, София
бул. "Черни връх" 14, бл. 3
тел.: 02/963 15 96; 963 15 97



РЕЧНИК : АНИЗОЛ, АПУРИМАК, АРАГОНИТ, АЦИДОЛ, АТАР, ВАДИМ, НИН, НОКАР, ОСИНИКИ

МИХАИЛ МИЦЕВ

Отговори на кръстословицата от бр. 22:

ВОДОРАВНО: Силикоза. Орехите. Ана. Нерон. СЕРЕНА. Енакин (Кен). Мак. РАМ. Невена Цонева. "Машина за любов". Рали. Ринит. ТА. Весела. Лопатар. Ели. Ижан. Гушер. Низ. Ве. Томов (Александър). Топалов (Веселин). Киновар. Карате. Нит. Нели. Оби. Ода. Кокер. Левулоза. Арена. Вокал. Васил. Тамирид. ЗИЛ. Мими Николова. Ика. Чакона. "Акатоне". Анам.

ОТВЕСНО: Мина Милутинович. "Лека нош". Никола. Жир. Шипе-Тотек. Коритаров (Георги). Рамо. Нонан. Тиман (Ян). Лин. Мата (Хуан). Орел. Ма. Час. Зарев (Владимир). Леви (Етиен). "Ена". Ивана. Сорел. Усик (Олександр). Ревко. Илика (Луиджи). Денеб. Олот. Хановер. Коз. Ло. Пи. Авел. Табатон (Фабрицио). ТЕЦ. Синори. "Аве". Леноре. Ипа. Ама. Анализатори. Телаж. Ледерин. Ниви. АВО. Аника. Вана. Янева (Ева). Адам (Адолф-Шарл).

ΛΕCHO

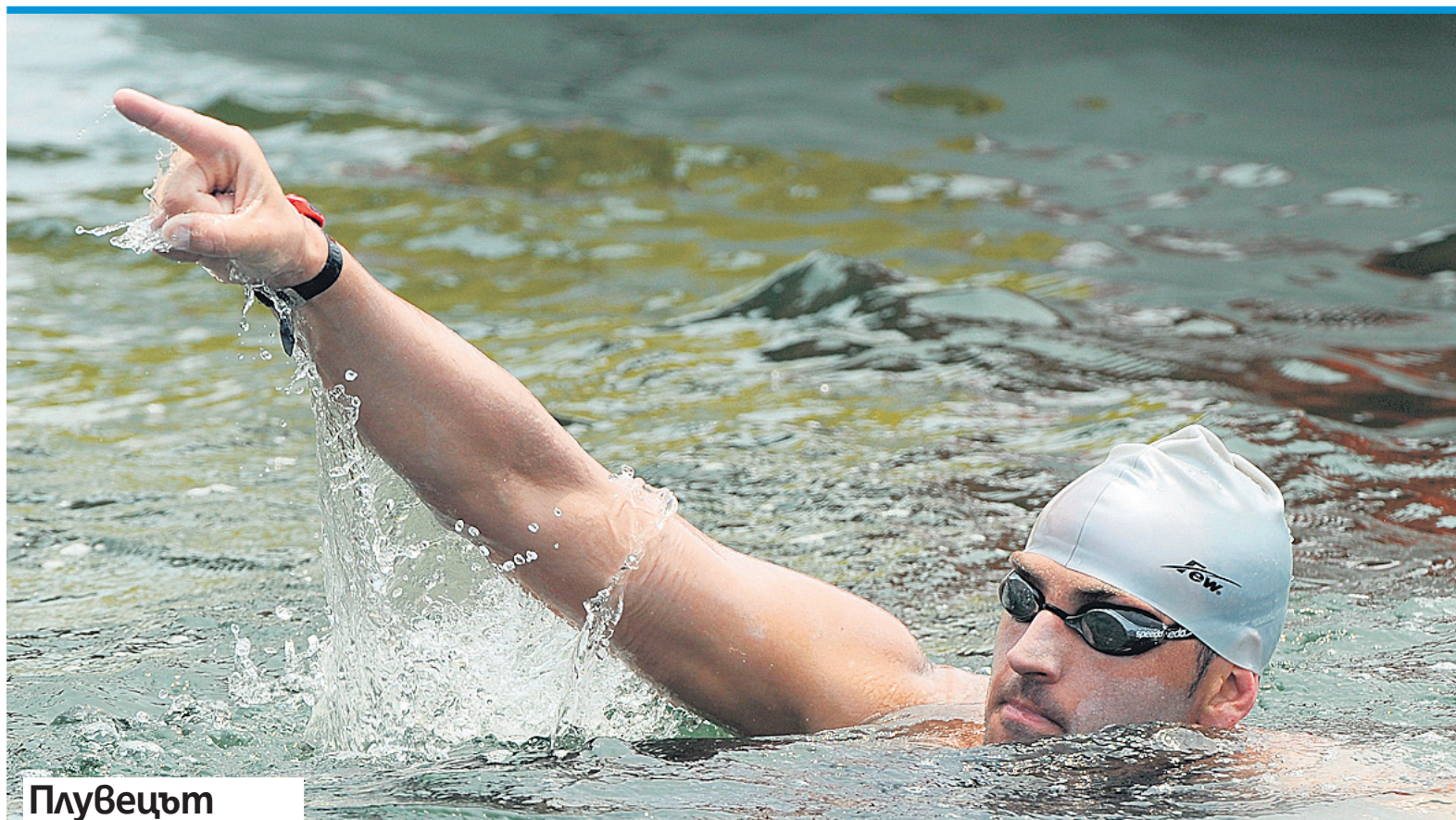
| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | 2 | 9 | | 5 | | |
| | | | | | 5 | 7 | | 2 |
| 2 | | 9 | 3 | | 7 | 8 | | 4 |
| | 2 | | 7 | 5 | 3 | 9 | | |
| 4 | 7 | | 9 | | | | | |
| | 9 | 5 | 4 | 2 | 6 | | 3 | |
| | | | | 7 | 2 | | 5 | 1 |
| 5 | | 4 | | | 9 | | | 6 |
| 7 | 6 | 2 | 5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

СРЕДНО

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

ТРУДНО

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



**Плувецът
готви нов
рекорд на
Ламанша,
отлага края
на своята
кариера**

Мара КАЛЧЕВА

Петър Стойчев получи статут на легенда в световното плуване още през 2009 г., когато официално бе приет в Залата на спортната слава във Форт Лодърдейл (САЩ). Преди седмица световният шампион и носител на 11 световни купи и Гран при в плуването в открити води спечели и липсващата в колекцията му европейска титла на 25 км. 36-годишният ветеран, изминал над 60 хиляди километра в марафонските дистанции и участник в четири олимпиади (Сидни 2000, Атина 2004, Пекин 2008 и Лондон 2012), вече се състезава с 18-годишни здравеняци. Но продължава да побеждава. Така на европейското първенство в Пиомбино, Италия, французинът Аксел Раймон (18 г.) водеше през по-голямата част от 25-километровата дистанция, но българинът съумя да изпревари момчето, родено, когато наше-нецът е бил на неговите години.

Уникалното спортно дълголетие на Петър е причина много млади състезатели от чужбина да го канят за треньор или поне за консултант. Но ветеранът не бърза да се отказва. След деветото място на 10 км на игрите в Лондон той не остана доволен от себе си. Затова смяташе да сложи точка на забележителната си спортна кари-



ера. Европейската титла обаче възвърна жаждата му да се състезава. Плюс това лекари и хора от неговия екип го съветват да не спира изведнъж с плуването. След толкова години интензивни ежедневни тренировки от 5 до 7 часа една рязка промяна може да се отрази зле на здравето му. "Затова съм решил да продължа още една година, но ще го давам малко по-крат-

ко. Смятам да участвам на световното в Барселона догодина и на още няколко силни турнира. А щом все още побеждавам, значи не ми е времето да се оттегля. Постигнал съм всичко, избяга ми само олимпийският медал. Не мога да искам повече от кариерата си. През следващата година просто ще се наслаждавам на плуването", обяви Стойчев при завръщане-

то си от Италия.

Изключително амбициозният плувец има още една причина да остане в големия спорт. Това е световният рекорд за преплуване на пролива Ламанш. Петър Стойчев го постави на 24 август 2007 г. и стана първият плувец, изминал разстоянието от 34 км под 7 часа - за 6:57:50 ч. Рекордът на българина обаче падна на 9 септември тази година. Австралиеца Трент Гримси слезе с 2,50 минути под върховото постижение на Стойчев. Това се оказа отлична възможност за ново предизвикателство пред ветерана.

"До няколко седмици смятам да опитам нов рекорд на Ламанша. Подготвям всички документи, за да отпътувам за Англия. Австралиеца, който би могъл да ми постави рекорд, никога не ме е побеждавал на състезание. Затова ми е криво, че сега той притежава върховото постижение. Мисля, че точно през 2012 г. не е времето, когато някой друг освен мен може да държи рекорда. Със семейството ми планираме да ходим на почивка, но сега се чувствам в много добра форма и ще използвам това, за да си върна върховото постижение на Ламанша", категоричен е Петър Стойчев.

Плувецът се радва на прекрасно семейство. Неговата половинка Ася Анастасова, бивша националка по синхронно

плуване, му роди две деца - Стефания на 4 г. и Петър-младши на 9 месеца. Но мечтаната обща почивка ще почака до следващото лято.

Петър вече мисли за бъдеще без адреналина на състезанията. Сега е ясно едно - работата му ще е свързана с неговия спорт. "Искам да направя така, че плуването като социален спорт да бъде по-достъпно за децата. Така българчетата ще изглеждат по съвсем друг начин. Ще се опитам да възпитавам нова спортна култура у хората, да ги накарам да обърнат внимание на себе си. Моето желание е да бъде полезен на обществото. Но ако басейните намаляват все повече, няма как да стане. Тогава ще потърся друг начин да продължа живота си. От чужбина непрекъснато ме канят", говори с нотка тъга големият шампион.

TV АКЦЕНТИ

Вторник, 2 октомври

21:45 ч. Бенфика - Барселона (футбол, ШЛ) по bTV action

21:45 ч. Клуз - Манчестър Юн (футбол, ШЛ) по Ринг.бг

00:00 ч. Ювентус - Шахтър (футбол, ШЛ) по Ринг.бг

Сряда, 3 октомври

21:45 ч. Манчестър Сити - Борусия Д (футбол, ШЛ) по bTV action и ZDF

21:45 ч. Аякс - Реал М (футбол, ШЛ) по Ринг.бг

00:00 ч. Порто - ПСЖ (футбол, ШЛ) по Ринг.бг

Четвъртък, 4 октомври

20:00 ч. Хелзинборг - Твенте (футбол, ЛЕ) по Ринг.бг

22:05 ч. Ливърпул - Одензе (футбол, ЛЕ) по БНТ 1

22:05 ч. Нюкасъл - Бордо (футбол, ЛЕ) по Ринг.бг

Петък, 5 октомври

21:30 ч. Аугсбург - Вердер (футбол, Първа Бундеслига) по Евроспорт 2

22:00 ч. В. Алуън - Б. Сутидзе (бокс) по Евроспорт

Събота, 6 октомври

14:45 ч. Манчестър Сити - Съндърланд (Висша лига) по Диема

17:00 ч. Уест Бромич - КПР (футбол, Висша лига) по Нова спорт

19:30 ч. Уест Хем - Арсенал (Висша лига) по Нова спорт

Неделя, 7 октомври

16:30 ч. Борусия М - Айнтрахт (футбол, Първа Бундеслига) по Евроспорт 2

18:00 ч. Нюкасъл - Манчестър Юн (Висша лига) по Диема

18:00 ч. Тотнъм - Астън Вила (Висша лига) по Нова спорт

18:30 ч. Ханوفر 96 - Борусия Д (футбол, Първа Бундеслига) по Евроспорт 2

Понеделник, 8 октомври

21:15 ч. Кьолн - Динамо Др (футбол, Втора Бундеслига) по Евроспорт 2

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

BGbasket.com
БАСКЕТБОЛЪТ
в един сайт

BG
basket



Две сестри от Дупница следват своите шампионски мечти. По-голямата, Ралица Василева, избра баскетбола за свое призвание, мина през Левски, Рилски спортист, Миньор (Перник), френския Дижон, за да акостира тази есен отново в Левски. Малката, Елица Василева, вече е звезда на националния отбор по волейбол. Кариерата ѝ започна в ЦСКА, мина през италианските Кремона, Перуджа и Бергамо, а сега я очаква Кампинас от далечна Бразилия.

Мара КАЛЧЕВА

Домът на родителите им е украсен с медали и стотици сувенири от цял свят. Не е чудно, че и двете им деца избират спорта за свое призвание. Бащата е бил лекоатлет. Състезавал се е на 800 и 400 м. Майката пък е играла баскетбол в тийнейджърските си години. Ралица и Елица също стартират с баскетбол. И двете отрано дръпват на ръст. Сега Ралица е 185 см, а с пет години по-малката Елица - 194 см. Треньори убеждават семейството да прехвърли Елица в друг спорт. Като физика тя е създадена за волейбол.

Сестрите се разделят и по друг показател. Едната е привлечена още на 14 г. като перспективна състезателка в баскетболната школа на Левски, а другата попада на 13 г. в ЦСКА. Те дори живеят една година заедно в общежитието на "червените", но разпри на тема "Левски - ЦСКА" никога не са съществували помежду им.

Легендарната Петкана Макавеева вижда потенциала на Ралица Василева и я изтегля от Дупница в София. "Живях в общежитията на ЦСКА, а тренирах в Левски", разказва Ралица. "Елица дойде на 13-годишна възраст при мен, аз бях на 18 и завършвах 12. клас. Винаги съм я закриляла, тя ми е малката сестричка. И двете сме едни и същи по характер - весели, отворени, абсолютно контактни личности."

На 18 г. младата бас-

кетболистка подписва първия си професионален договор с Рилски спортист (Самоков) благодарение на треньорката Краси Банова. "Беше приятно изживяване да съм част от нов отбор, нови момичета, нови запознанства. Местната публика даваше всичко за нас. За четири години в Самоков спечелихме бронзовите медали в първенството и в купата. После ме взеха в Миньор. Изкарах две много хубави години. Най-добрият колектив, в който съм работила. Събрахме се момичета, които се допълвахме и се разбирахме. Но на третата година почнаха проблемите. Не разбрахме какво се случва и досега не знаем. Още не са ни изплатили парите за цяла година. Затова и бойкотирахме известно време. Слава на Бога, че не се контузирахме. Защото не тренирахме, само играехме в мачовете. Пернишката публика беше бясна.



Две сестри между Левски и ЦСКА

Елица печели слава и пари във волейбола, Ралица следва призиванието си в баскета

Отдръпна се от нас, но като се върнахме на терена, пак ни заобича, оживя страстта. Всяка публика си обича своите", припомня си Ралица.

В този труден момент от нейната кариера идва предложение от френския Дижон. Трансфера урежда приятелката ѝ Екатерина Арабаджиева, която живее от 12 г. във Франция и играе баскетбол в същия отбор. Голямото изпитание за Ралица Василева е да научи френски. "Опитах се, но не успях. Това за мене е най-трудният език. Затова разговарях с всички на английски. Пак попаднах на хубав колектив. Или съм късметлийка, или съм много добър човек!", смее се баскетболистката. Другото предизвикателство за нея е да живее сама в отделна къща. Това, което не може да понася, е самотата. От няколко седмици Ралица Василева отново е в Левски - клубът, който я изгради като състезателка, и очаква да вземе първата си шампионска титла.

Миналия месец Елица даде своя принос за класирането на националния отбор на Евро 2013, като пожертва собственото си здраве. В решителния мач с Чехия волейболистката се контузи. Сега ходи с шиниран крак и патерици. Много скоро обаче ще се завърне в игра. Очаква я новият ѝ отбор Кампинас, чак в Бразилия.

Волейболистката признава, че ѝ е провървяло в кариерата. След ЦСКА много рано по-

да в силни италиански отбори. Чувства се отлично в Перуджа, понеже играе с великата Тони Зетова. "Тя се отнасяше към мен като към дете, грижеше се за мене. И в играта много ми помогна - повече от треньора. Тони Зетова е моят идол и пример във волейбола", категорична е Елица.

Тя е доволна и от двата сезона в Бергамо: "Работех с невероятни звезди и невероятно добри треньори. Там също много израснах, усъвършенствах се и станах това, което съм в момента. Бях адски щастлива, защото играех в един отбор с моята приятелка от ЦСКА Христина Русева - Паяка". Голямото изпитание за Елица ще бъде нейното заминаване в Южна Америка този сезон.



Sargenor



3 x 1

дневно

Нагвий умората!



Лекарство за възрастни и деца над 2,5 год. Съдържа Аргинин Аспарат. Преди употреба прочетете листовката. А09I/29.04.2010.

„ЕКОФАРМ“ ЕООД, 1421 София, бул. "Черни Върх" № 14, бп.3, тел. 963 15 96, 963 15 97, факс: 963 15 61
www.ecopharm.bg



Лидерски амбиции за Peugeot 2008

С близо 15 млн. продадени автомобили от серия 200, Peugeot се ползва по цял свят с огромно клиентско доверие при компактните модели. Този имидж бе подкрепен от 208, новото лице на марката в сегмента B. Наскоро Peugeot спечели легитимност и в класа на кросоувърите благодарение на успеха на 3008 и вдъхновяващия прототип SXC. В желанието си да обедини тези успехи

Peugeot създаде концепцията 2008, малък автомобил, който предлага едновременно маневреност, компактност, функционалност и стил, насочен към младите. Уникулността му се крие в елегантността на хечбека и в жизнеността на SUV. Концепцията се представя с изключителни размери - 4,14 м дължина и 1,74 м ширина, като същевременно е с дързък, спортен и модернизи-

чен силует. За да потвърди динамиката и мощта, които изразява дизайнът му, е оборудван с 3-цилиндров 1,2-литров бензинов двигател от ново поколение, с турбокомпресор и система за директно впръскване на горивото. Енергичен и лек, той допринася за многофункционалността на 2008, като осигурява мощност от 110 к.с., разумен разход на гориво и ниски емисии на CO₂.



Бързакът Mini John Cooper Works GP

В Париж дебютира най-бързата и мощна модификация John Cooper Works GP, която притежава 1,6-литров турбо мотор с мощност 218 коня - със 7 повече от досега познатия John Cooper Works. Хечбекът демонс-

трира 260 Нм въртящ момент, а двигателят е в синхрон с 6-степенна ръчна трансмисия. От 0 до 100 км/ч ускорява за 6,3 сек - с 2/10 повече, отколкото стандартния JCW. Максималната му скорост е 242 км/ч.

Изисканост и гостоприемие в Honda CR-V

Във френската столица четвъртата генерация на най-популярния всъдеход на Honda CR-V прави забележителен европейския си дебют. Новият модел е съхранил всички достойнства на предшествениците си, но вече е с по-високо качество, практичност и изисканост. За първи път в Европа достолепният SUV ще се предлага с избор между две и четири задвижващи колела. Honda CR-V е оборудван с екологични и икономични бензинови и дизелови двигатели със значително намалени стойности на емисиите на CO₂. На Стария континент продажбите на CR-V стартират от 3 ноември.



ФАКТИ

Германската марка Maybach изчезва от пазара от началото на 2013 г. Настоящият бос на Daimler Дитер Цетше уточни, че раздялата с Maybach се случва в много интересно време и напълно съзнателно. През 2011 Daimler отбеляза своята 125-годишнина и компанията обяви, че е постигнала рекордни приходи през изминалата година. Концернът, който е собственик на Mercedes-Benz, декларира нетен доход от над 6 млрд. евро, отчитайки ръст от 29% в сравнение с предходния период. Тогава защо се лишават от Maybach? Компанията с лекота отписа инвестицията си в Maybach, която се оценява на над 1 млрд. евро - парите бяха налети в бранда от 2002 г. насам, когато тя беше съживена от предшественика на Цетше - Юрген Шремп. Daimler закрива луксозната си марка Maybach, като основната причина са слабите продажби на свръхлуксозните лимузини. Според информация от Maybach компанията е продала 3000 автомобили за последните 7 години,

но всеки един от тях е носил по 330 000 евро загуба на компанията. За да се бори с Bentley и Rolls-Royce, които са собственост на преките конкуренти на Mercedes - Volkswagen и BMW, шефът на Daimler Дитер Цетше смята, че доскорошните им свръхбогати клиенти могат да бъдат привлечени от новото поколение на S-класата на Mercedes, което ще излезе на пазара през 2013. Именно тя ще се предлага в шест варианта и с по-дълга база. Уви, скептиците се съмняват в логиката на това решение. Едно е да кажеш, че имаш Maybach, съвсем друго S-класа. Представете си, че BMW Group се откаже от Rolls-Royce и заложи на BMW Serie 7 S например. Нали не е същото, коментират познавачите на луксозните марки.

Евтините автомобили имат най-големи възможности да променят автомобилния свят, казва Фердинанд Дуденхьофер, директор на CAR - Center Automotive Research в университета на Дуйсбург-

Есен. Сега годишно в световен мащаб се продават около 6,5 млн. бройки. Очаква се, че до 2030 г. те ще станат 25 млн. "Който иска да стане лидер на световния автомобилен пазар, не може да си позволи да не направи предложения и в тази категория", коментира Дуденхьофер. Какво се разбира под "евтини" автомобил зависи от региона. В Германия Dacia Sandero е един от тях, докато в Индия този модел на дъщерната на Renault компания почти попада в премиум сегмента. Евтини коли са превозните средства с цена около 35% под средните цени на моделите за съответния пазар. В Германия в момента такива са Dacia Sandero (от 6790 евро) и специалното предложение на Classic Fiat Panda (от 6990 евро). Като цяло германският пазар за коли под 8000 евро е много малък, признава Дуденхьофер. През 2011 г. са били продадени 8031 бройки с цена под тази граница.

Страницата подготви
Станчо ШУКЕРОВ



МЯСТОТО ЗА ВСИЧКО, ОТ КОЕТО ИМАШ НУЖДА

Посрещнете новия Chevrolet Cruze комби.



ЦЕНА ПО ЦЕНОВА ЛИСТА - ОТ 30 746 ЛВ. С ДДС | БОНУС ЗА НОВ МОДЕЛ - ОТ 3074 ЛВ. С ДДС | КРАЙНА ПРОМОЦИОНАЛНА ЦЕНА - ОТ 27 672 ЛВ. С ДДС ПЪЛЕН СЕКРЕТИ

Изцяло новият Chevrolet Cruze комби предоставя всичко, от което се нуждаете, дори повече. Повече пространство за Вашия начин на живот. Повече комфорт за водача и пътниците. Повече динамика, удоволствие и ефективност с новата гама двигатели, както и окачване, спечелило Световния шампионат за туристически автомобили (WTCC). Освен това получавате повече възможности за свързване посредством инфоразвлекателната система Chevrolet MyLink и Bluetooth®.

www.chevrolet.bg | 0800 31 031



Посочената цена е съгласно официалната ценова листа и е препоръчителна. Цената се отнася за Cruze комби версия LS+ 1.6. Показаният модел е само с илюстративна цел и може да съдържа допълнително оборудване и опции, които се заплащат допълнително. Среден комбиниран разход на гориво 4,5-7,2 л/100 км, среден комбиниран разход CO₂ емисии 119-170 г/км. Гаранция 5 години или 150 000 км (специални условия).

Следвайте ни във facebook.com/chevrolet

