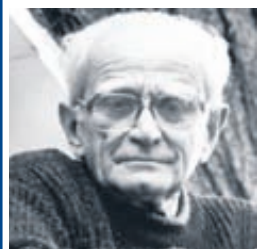


## НЕПРЕХОДНО



Валери Петров  
остава в сърцата  
на българите

на стр. 13

## ПРИЗВАНИЕ



Д-р Марияна  
Симеонова се бори  
повече хора да бъдат  
спасени с транс-  
плантации

на стр. 19

**Actavis**

Над 700 000 читатели всяка седмица

Брой 31 (112), 2 - 8 септември 2014 г. (год. III)

# ЖИВОТЪТ ДНЕС

www.jivotatdnes.bg

Разпространява се  
безплатно

Снимка: Рада ПЕТКОВА



Пламен Константинов:

Липсва ни  
колективният  
и отборен дух

Интервю на  
Ивайло Пампулов и Тодор Иванов на стр. 7

Земеделците  
вече търпят  
последници от  
руското  
ембарго

на стр. 5

Собственици-  
те на сгради  
трябва да се  
грижат и за  
асансьорите

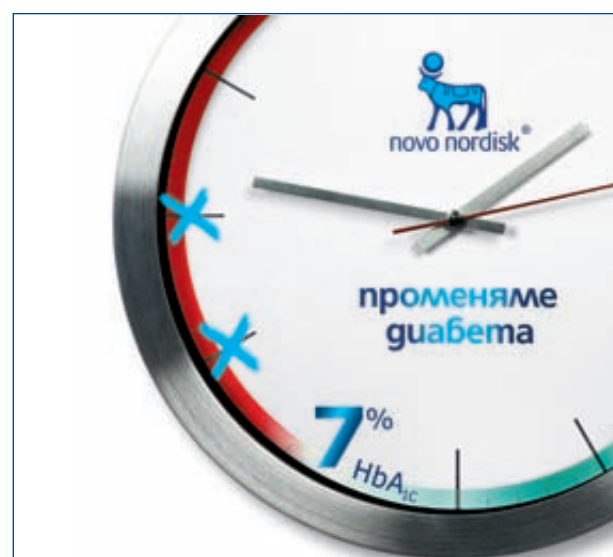
на стр. 9

Нови помагала  
ще привлекат  
интереса на  
първолаците

на стр. 12

Кой има  
право на  
наследствена  
пенсия

на стр. 16



Гликираният хемоглобин (HbA<sub>1c</sub>) е златен стандарт за оценка на лечението на захарния диабет и е критерий за дългосрочния му контрол. Той отразява средната кръвна захар през последните 2-3 месеца. За повечето пациенти целта е да постигнат и поддържат HbA<sub>1c</sub> <7%, за да се намали рискът от съдови усложнения. Целта се индивидуализира в зависимост от продължителността на диабета, наличните сърдечносъдови и други съпътстващи заболявания и усложнения на диабета.

Добрият Съсед наблизо!

**T MARKET**

ЦЕНИТЕ СА ВАЛИДНИ ОТ 02 ДО 08 СЕПТЕМВРИ

**1.70**  
Цена за 3 броя

Краве кисело мляко "Саяна" 2%, 400 гр

Цена извън промоция **0.85** лв./броя

**1.89**  
0.19 лв./бр

Яйца 10 броя, размер М

**0.99**  
0.99 лв./кг  
с карта "Български"

**4.29**  
4.29 лв./кг

Краве сирене "Бял Извор" кг

**1.09**  
1.09 лв./кг

Бяла кристална захар "Diamant", кг



Лудогорец върна  
България на  
европейската  
футболна карта

на стр. 32



## Все повече българи пътуват за граница

Пътуванията на български граждани в чужбина през юли 2014 г. са 453,8 хил., или с 1,8% повече в сравнение със същия период на миналата година, показват данните на НСИ. Увеличение е регистрирано към Обединеното кралство - с 67,7%, Германия - с 36,9%, Чешката република - с 16,3%, Австрия - с 15,3%, Руската федерация - с 15,2%, Турция - със 7,1%, и други.

Същевременно намаляват пътуванията към Италия - с 24,0%, Франция - с 24,0%, Гърция - с 14,9%, Испания - с 10,5%, Македония - със 7,9%.

Посещенията на чужденци в България са

1,792 милиона, или с 4,9% над нивото от юли 2013 година. От общия брой чужденци, посетили България през юли, делът на гражданите от Европейския съюз е 61,6%, като в сравнение със същия месец на предходната година се увеличава с 3,6%. Увеличение е регистрирано при посещенията на граждани от Нидерландия - с 35,8%, Германия - с 25,6%, Испания - с 21,1%, Белгия - с 19,7%, и други. Същевременно намаляват посещенията на граждани от Дания - с 34,7%, Обединеното кралство - с 28,2%, Унгария - с 22,6%, Франция - със 17,2%, и други.



## Бизнесът продължава да е песимистично настроен

И през август бизнес климатът продължава да се влошава, смятат мениджърите в строителството, промишлеността, търговията и услугите. Според данните на НСИ общият показател намалява средно с 1,6 пункта в сравнение с юли.

Най-сериозно е понижението на показателя в сектора на услугите - с 5,3 пункта спрямо месец по-рано. Това се дължи на по-умерените очаквания на мениджърите за бизнес състоянието на предприятията през следващите шест месеца. Те са резервирани за настоящото търсене на услуги, такава е и позицията им за следващите три месеца.

Несигурната икономическа среда и конкуренцията в бранша остават основните фактори, посочвани от предприятията като пречка за развитие на бизнеса в отрасъла. Логично при

тази оценка на ситуацията не се предвижда повишение на цените през идните три месеца.

Другият сектор със сериозно влошаване през август е строителството. Съставният показател в него се понижава с 2,2 пункта поради по-резервираните очаквания на строителните предприемачи за бизнес състоянието на предприятията през следващите шест месеца. Същевременно и очакванията им за строителната активност през следващите три месеца са по-неблагоприятни.

Мениджърите в търговията на дребно също не намират повод за оптимизъм нито в сегашното положение, нито през следващите три месеца.

Единствено в промишлеността показателът запазва приблизително равнището си от предходния месец.




### Социалната мрежа за здраве

- ◆ Информация за нови лечебни методи, услуги и медицински центрове
- ◆ Лекарите, стоматолози и фармацевти отговарят на Вашите въпроси
- ◆ Възможност да намерите точния лекар или зъболекар

**Регистрирайте се сега!**

**[www.credoweb.bg](http://www.credoweb.bg)**



**ПЪТЕВОДИТЕЛ ЗА КЛИЕНТА**

<http://www.cez.bg/bg/za-klienta.html>  
Информационна линия : 0700 10 010



## В епицентъра на медиите

След 25 години по-майване, усукване и забележителни аргументи за братски чувства министърът на отбраната Велизар Шаламанов каза по простичък и ясен начин очевидното. Русия е заплаха за националната сигурност на България. Точка. Независимо в какъв документ участва тази оценка, независимо в каква терминология е артикулирана, тя пряко казва това. Фразата има неадминативно значение, защото е изразена в официален държавен документ, документът засяга военностратегическо планиране и, това е особено важно, зад нея стои не друг, а министърът на отбраната. Фразата ще се запомни не защото е интересна и, ей така, просто запомняща се, а защото има освобождаваща сила - кой е посмял да изрече подобно, макар очевидно нещо за руската политика.

**Стефан Попов,**  
"Дневник"

Амбицията на служебния министър на отбраната не стига до тук. От първия си работен ден той се захвана да пише стратегия "България - НАТО 2020". Така де. Трябваше да дойде някой специалист, че да ни каже какво да правим следващата петилетка. Досега страната ни се шляеше като овца, болна от син език, по коридорите на алианса. Страната ни има действаща Стратегия за национална сигурност, която, за разлика от писанията на Шаламанов, е приета официално на 25 февруари 2011 г. от 42-рото народно събрание. Имаме действащи

# Спорът за "България - НАТО 2020"



Доктрина на въоръжените сили, Национална отбранителна стратегия и Бяла книга за отбраната.

**Диян Николов,**  
"Труд"

Президентът, който е принципал на служебното правителство, застава зад формулировките на документа, публикуван от Министерството на отбраната, а премиерът е против част от тях. Тук се появява въпросът чий премиер е Близнашки, тъй като по статут служебният кабинет е пряка функция на президентската власт. Мисля, че премиерът дължи обяснения на българските граждани за това какви точно разногласия има с президента Плевнелиев по въпросите на националната сигурност.

**Огнян Минчев, БНР**

Определени действия на ръководството на Руската федерация, свързани с анексирането на Крим, с подпомагане на сепаратистите,

с провеждане на информационна кампания по едни или други канали, включително на българска територия, които създават разделение в обществото, дестабилизируют понякога работещи български институции, е сериозен риск за националната сигурност на България, както и за сигурността на Алианса, и това е въпрос, който ние консултираме. Думата "информационна война" (използвана в документа - б.р.) е част от средствата за натиск, които са извън конвенционалните методи за водене на война, част от споделените оценки на Северноатлантическия алианс и е част от развиващата се концепция за хибридна война, която представлява сериозен риск. Документът няма термин "военна заплаха". Има термин "риск за сигурността на България и Алианса и заплаха за нашата сигурност". Не ми се иска да говорим за премахване на една или друга оценка, по-скоро става въпрос за разработване на след-

ваща версия на документа, която отчита в много по-голяма степен вижданията на други министерства и ведомства.

**Велизар Шаламанов,**  
Нова телевизия

Тук не става дума за футболен мач, в който едните викат за Америка, а другите - за Русия. Става дума за принципите, по които искаме да живеем. Защото както Америка не е само шистов газ, така и Русия не е само Путин. Русия са хилядите смесени, надявам се, и щастливи семейства у нас. Русия са хилядите доволни туристи, които правят щастливи хиляди български предприемачи. Русия са Пушкин, Чайковски, Тарковски и т.н. Путин е временен, всичко по-горе ще го надживее. Затова разговорът не е "за" и "против" Русия или Запада по принцип, а за ценностите и правилата, по които живеем.

Аз лично не предпочитам принципите на Путинова Русия. Вие може да ги предпочитате. Дори и да спорим, важното е да го правим цивилизовано. (...) Затова, независимо какви позиции подкрепяме, да благодарим на Велизар Шаламанов, че ни провокира да започнем най-после да говорим за посоката пред България и за това кой в

какво общество иска да отгледа децата си.

**Иван Бедров,**  
clubz.bg

Служебният министър на отбраната Велизар Шаламанов сътвори външнополитически гаф с последствия, които ще горчат в отношенията ни с Русия. За пръв път в официален документ тя се сочи за наш враг. Дори позицията трябва да бъде поднесена от президента Росен Плевнелиев на срещата на върха на НАТО в Уелс идния месец като държавна политика. Не знам дали президентът осъзнава каква динена кора му подлага министър, когото назначава. Няма съмнение, че срамът ще бъде измит, но споменът от него - едва ли. Подобна позиция на ястреб спрямо една от великите сили в света не си позволява дори алиансът. Човек две неща не си избира - родителите и комшиите.

Защо да се карае с най-голямата държава в света, от която ни дели едно море? Недоумяващо е и че агресивните тези са одобрени от майор Велизар Шаламанов, защитил дисертация в СССР. А защо да не допуснем, че те може да са внушени от президента Плевнелиев? Неотдавна той няколко пъти се изказа за агресивната роля на Русия на международната арена.

**Евгени Генов,**  
"Преса"

## ПОСОКИ

### Балкан-туристко



**Петър ГАЛЕВ**

Ако знаеше какво го очаква догодина, масовият роден туристически бизнес изобщо нямаше сега да роптае от слаб сезон. Просто дойде време да плати сметката за дългогодишното издевателство срещу среднестатистическия българин. Същият, когото съдираше безобразно за паркинги, чадъри и шезлонги, ограждаше го със сергии, с когото се подиграваше чрез хранене тип "поточна лента" и набутваше в бетонни многоетажки с фалшиви звезди. Никой да не се заблуждава, че хората избягаха от нашите курорти заради лошо време или от липса на пари. Следващото лято окончателно ще се разбере, че не е така. Няма какво да се залъгваме с псевдопартиотични приказки как положението не е чак толкова зле. Зле е! Докато този бизнес не проумее, че печалбата му не започва и не завършва до вратата на хотела, че нашенският ол инклузив е катастрофа, че плажът не е касичка, а туристът не е клетъчно отглеждана кокошка. Всъщност има перспектива - пиянските групички от Острова не се интересуват къде са и какви са условията, стига шльокавицата да е евтина и да няма правила какво е забранено нощем на обществени места. А за нашите туристи не се притеснявайте! Когато завършат напълно магистралата към Солун и отсечката Калотина - Ниш, още по-лесно ще се изнасяме там, където плажът е чист, храната е вкусна и не ни гледат като натрапници. Това - за морето. Но и планинските курорти усилено вървят към презастрояването и принципа "ден година храни". Ако продължат така, през пролетта ще сме свидетели на нов сериал от жалби по изпуснат сезон. Вече и скиорите разбраха, че за същите пари ги чакат с поклон на 7-8 часа път от границата.

## СТОП КАДЪР



България се поклони пред паметта на големия поет Валери Петров



Снимки Росен ВЕРГИЛОВ



# Защо повтарящите се бедствия в България не водят до адекватни реакции



**Доц. Александър Маринов,**  
преподавател в Катедра  
"Публична администрация"  
в СУ "Климент Охридски"

## Коренът на повтарящото се зло е в липсата на контрол

Често виждаме как в обществото възникват сериозни проблеми, започва да се шуми като че ли кипи работа за отстраняване на причините, но скоро всичко заглъхва и проблемите се повтарят с всички произтичащи от това последици. Ще се опитам да обясня този феномен с катастрофално ниското ниво и дълбоките пороци на държавното управление у нас.

Ще взема за пример само най-сериозните проблеми (бедствия, аварии, пътни и други технически инциденти), които пряко и реално застрашават живота и здравето на много хора. От една страна, при тях цената е най-висока, а от друга - като че ли поне когато става дума за човешки живот, другите сметки би трябвало да останат на заден план.

Би трябвало, но не би. Да си припомним инцидентите с десетки жертви. Във всички тези случаи, дори когато е намесена природна стихия, основната причина е човешка грешка, пропуск, нехайство или злоупотреба. Този риск, свързан с човешкия фактор, може да се предвиди и управлява, а в голяма степен подлежи и на превенция. Тогава защо всичко се повтаря отново и отново? Причината не е в незнание или липса на ресурси, както често ни убеждават. Истината е много по-жестока - коренът на повтарящото се зло е в съзнателното ограничаване или премахване на контрола и санкциите на държавата върху определени дейности с една-единствена цел - печалба. Във всички тези трагични случаи може да се проследи

кой е имал интерес и кой е спечелил от нарушаването или заобикалянето на правилата. Този някой е имал възможност да повлияе върху държавните органи, щото те да си свършат работата както трябва.

И това се повтаря отново и отново. Вдига се шум, но скоро лошите практики се възстановяват в същия, дори и в по-опасен вид. Корупционните зависимости са се разпрострели до самия връх на политическата и държавната пирамида, затова всякакви мерки "долу" са неефективни и обречени.

В този смисъл лошото управление на българската държава, заради което рецидивират такива трагични инциденти, убива в буквалния и пълен смисъл на думата.



**Проф. Дончо Градев,**  
социален психолог

## Трябва институция, която да работи превантивно

Странно е, че хората бързо забравят за трагичните събития, които са се случили в близко минало. Те се случват доста често, не само в България, но и в целия свят. Обществото реагира доста бързо на информацията от медиите, пресата. Появяват се доброволци, дарения, сякаш обществото изразява своите социални чувства. Но когато събитието отмине, институциите се чувстват облекчени, че един товар се е махнал. Критичните събития са винаги по-силни от институциите. В България няма средства и

няма много подготвени хора. Всички, които имат отговорност, са политически назначения. Истинският изход в победни страни като нашата е да се наблегне на превантивната дейност. Всички хора със социални чувства са възмутени и се обръщат към институциите. А те отговарят, че проверката е била добра, че нямаме средства, че се прави най-доброто. А трагичните случки продължават. Трябват специалисти, които да работят всеки ден така, сякаш всеки ден може да се случи нещо критично. Не ни трябват обещания. Ня-

ма превенция, държавата се е отдръпнала от всичко. Притъпява се нашата търпимост. Хората са обезверени от това, че няма понесена отговорност. За да се направи единен модел на превантивна дейност, трябва да има стабилна институция, която да работи. Когато се работи превантивно дълго време, става и по-евтино. Изграждането на такава система изисква много време, но трябва да се почне веднага. Колкото и да сме обезверени, трябва да имаме чувство за самосъхранение и да реагираме на такива събития.



**Проф. Духомир Минев,**  
социолог, икономист,  
председател на Европейската  
антибедност мрежа - България

## Вината не се персонифицира

Като mine известно време, човек има усещането, че нищо не се е случило - няма извлечени уроци, няма предприети стъпки, които да помагат да не се случва същото. Това говори за състоянието на обществото ни. В цяла Европа се повишава уязвимостта на големи групи от населението спрямо подобни бедствия. Хората стават много слаби и не могат да се защитят. Една част от реакциите на случилото се, например в град Мизия, описват много ясно в каква държава, в какво общество живеем. Особено впечатлението направи реакцията на отхвърляне на възможността за

каквато и да било персонификация на вината. Няма насочване на вината. Няма вина. В Мизия категорично се отхвърляше вероятността даже това да е свързано с язовирите. Какво се оказа впоследствие - че язовирите са преливали през стените. А високопоставен служител беше готов да заложи честта си на професионалист. Образуват се дела срещу неизвестен извършител. Всячески се избягва ясно и прецизно очертаване на картината на това, което се е случило. А когато липсва картина, ние не можем да избегнем и втори, и трети път и ще се повтаря до безконечност. Лошите практики се

повтарят даже още по-зле. А причината е, че се сблъскваме със същностната специфика на обществото, в което живеем. А то е общество, в което взаимоделивията между индивиди и организации са на принципа на играта с нулева сума. За да спечели един, друг непременно трябва да загуби. И печалбата и изгодата на едни се организира чрез загубата на много други. Каквото и да вземете, ще намерите същата схема. Така е и в енергетиката, с водите, във всичко останало, което вземете.



Всичко започна през март, когато Москва си позволи да анексира Крим. Международното геополитическо пространство се нажежи до бяло, което съвсем не означаваше, че Путин ще развее знаме със същия цвят. Точно обратното, на обявените от Запада санкции стопанинът на Кремъл отговори с ембарго. Но едва ли някой е предполагал, че докато играчите на световната сцена сменят ролите си, зрители-те от последния ред, между които и нашият чичо на село, ще усетят най-силно последиците от голямата политика. Народът обаче отдавна знае какво става, когато атовете започнат да

# Русия отвръща на удара



се ритат.

Казват, че споделяната беда се понася по-леко. Затова има нещо успокоително във факта, че последиците от руското ембарго ще засегнат всички членове на Европейската общност, ще се усетят и зад Океана. Повече или по-малко болезнено. А докога ще продължи всичко това, зависи пак от политиките, държащи в ръцете си не само дипломатическите трикове, а и оцеляването на хората, които разчитат на онова, което ражда не голямата геостратегия, а земята.

Преките щети за България от ембаргото на Русия върху някои селскостопански стоки не са големи в сравнение с потенциалните косвени удари върху българската икономика от щетите върху производството в целия Европейски съюз. Това заяви служебният министър на земеделието Васил Грудев. Но призна, че, както вече споменахме, именно нашите производители на плодове и зеленчуци, които изнасят стоката си за Русия, ще усетят най-силно наложеното ембарго.

## Каква е конкретната ситуация?



### Полските домати вече заляха нашия пазар

**Дарина Ташкова, регионален координатор за Бургас на Асоциацията на земеделските производители в България**

предлагане на пазарите цената на различните свежи продукти вече е с 10-15 процента по-ниска.

От 10 дни има леко занижение на цените на зеленчуците. По-скоро домати, картофите. Това се отразява и на вноса от Европейския съюз, който, както споменахме, е чувствително завишен заради наложеното от Русия ембарго. От това печелят потребителите, но губят зеленчукопроизводителите в България. За момента е добре, но в глобален аспект е зле за България.

По отношение на домати - според българските производители първите полски домати, предназначени за руския пазар, вече заливат нашия, но стойността им е висока заради съсипаната от дъждовете ре-

колта. Все пак хубавото е, че въпреки кризисната ситуация имаме какво да противопоставим на вносните зеленчуци. Наши земеделци полагат сериозни усилия да поддържат и отглеждат български сортове. Тук има много производители, които са се ориентирали към нашите сортове и се опитват, при това успешно, да запазят това, с което българските зеленчуци са известни, а именно - отличен вкус. И имат пазар на продукцията си.

Ние се стараем въпреки финансовите проблеми да залагаме на родна продукция - наши сортове и честно казано, сме много доволни от това.

Българските производители се притесняват, че все още никой не ги обезщетява финансо-

во за загубите, които търпят. Според тях, ако ембаргото остане и през следващата година, ще изгубят безвъзвратно руските си партньори, а за продукцията им няма да има място на вътрешния пазар. Министърът на земеделието в служебното правителство Васил Грудев съобщи, че преките загуби за България от рестриктивната мярка на Русия са между 5 и 10 милиона лева. Но за да се обсъдят възможностите за компенсиране на производителите, на 5 септември ще бъде свикан общ европейски съвет на земеделските министри. Ние обаче не вярваме да има ефект и да се компенсират загубите. Добър вариант е да се затворят границите за внос на зеленчуци и плодове.

От държавата не очакваме помощ, особено от това правителство - служебното, защото може да има ефект на бумеранг.

Единственият начин да се справим със ситуацията е да се избегнат прекупвачите и да се осигурят достатъчно преработвателни мощности в страната ни. Навремето България имаше доста предприятия, които преработваха земеделската продукция и я изнасяха. Сега не виждаме изобщо такива.

Към ембаргото на Русия се насложиха и климатичните условия, които създадоха доста сериозни проблеми почти навсякъде и във всички райони на страната. Това прибави още различни по аспект загуби в различни ситуации...

## Оптимисти сме, че всички забрани ще отпаднат

**Таня Дъбнишка, експерт към Асоциацията на земеделските производители в България**

Основният ангажимент по отстояване на правата на българските земеделски производители е в ресора на министъра на земеделието и храните. Възможността за компенсиране на преки и косвени загуби на потърпевшите производители е свързана с регламента за обща организация на пазари-

те на европейско ниво. Там е описан механизъм за обезщетения при кризисни ситуации и нашата страна активно работи в тази посока. Свидетели сме на активна позиция от страна на министъра, а в началото на септември предстои европейска среща на министрите на земеделието от ЕС, където ще се изгот-

ви концепция и обща рамка за компенсиране както на преките, така и на косвените загуби на земеделските производители, които са потърпевши от руското ембарго. Европейската комисия вече реагира и въведе временни мерки за компенсация на тези загуби. Една схема е изтегляне на продукцията от пазарите и ней-

ното използване за благотворителни цели, а другата схема за компенсиране е за небране или за бране на зелено на плодовете. Това са доказано работещи механизми при непредвидени ситуации на пазара, които водят до незапознато намаление на цените и съответно до значими загуби за производителите.

В момента прогноза-та е за между 5 и 10 милиона лева преки загуби за земеделските производители у нас, които няма да могат да изпълнят договорите си с Русия.

Все пак ние сме оптимистично настроени, защото вече списъкът на ембарговите стоки е съкратен. Около 40 процента от хранителните стоки в Русия са вносни и руският министър на земеделието е обявил, че десетки милиарди рубли трябва да се изхарчат до края на 2014

г., за да се справят с последиците за тяхната страна заради забраната за внос. А в следващите една-две години, за да се пренастрои цялото хранително производство на Русия, ще са нужни над 100 милиарда рубли. Това е значителна тежест за тяхната страна - и за земеделските им производители, и за потребителите. Затова очакваме в обозрим период те да си преразгледат позициите и тези забрани да отпаднат. (ЖД)



# Къде са доказателствата, че Южен поток е полезен за България



Илиян ВАСИЛЕВ

**Н**е за пръв път давам толеранс на хора, които тепърва трябва да навлязат в сложната тематика на енергетиката. Тъй като "играта" не е в начална фаза, а в ендшпил; секторът е в безпрецедентна криза, то просторът за двусмисленост и толерантност е отрицателен. От доста години никак не й върви на енергетиката - все изборът пада на хора, които тепърва трябва да навлязат в материята. Докато влезнат - времето минало, проблемите нараснали. И пак нови хора - без предразсъдъци, без обремененост. Но в хоризонта на действие на това правителство то няма друга задача, освен да спре неотвратимото плъзгане на енергетиката към пропадта. Разчитам, че всички сме заинтересовани от това България да печели от всеки инвестиционен проект. Затова трябва

**да се обединим около критериите за измерване на "ползата" от крупните инвестиционни проекти,**

а след това да се опитаме да потърсим доказателствата за това - като се заровим в анализите на проектните документи и проектни приемания. И ако не ги намерим или ако те са достатъчно условни и несигурни, със сигурност можем да не припикаме пред камерите със съждения за безусловна подкрепа. Има много индикатори за ползи -

но можем да се спрем на най-очевидните: работни места, постъпления в бюджета, цена на природния газ, договори за български фирми, трансфер на технологии и на бизнес практики. Нарочно няма да мерим доходност от инвестицията, защото в този случай ще ни обземе всемирна тъга.

**По отношение на работните места, които предстои да се разкрият,**

циркулират различни цифри, но да приемем най-оптимистичните - 4000 работни места. Тази "полза" трябва да съизмерим с нашите инвестиции - тези 625 млн. евро, които ще вземем в дълг за своята част от дялов капитал от другия партньор "Газпром", и още два пъти по толкова, които ще гарантираме като дълг. Оставяме настрана, че значителна част от тези работни места ще бъдат временна заетост и че няма никакъв начин ползите за България да се съизмерят като пропорционална заетост. Да не забравяме, че това е ключов тезис на застъпниците - как щял да се вдигне на крака целият Северозападен регион. Това е религиозно внушение, а не подкрепено от разчети, защото местната работна ръка не може да осигури типа квалификация и опит, от който проектът се нуждае. Става за политическо, но не и за експертно говорене.

**За ефекта от проекта върху бюджета, върху бизнеса и реги-**

**Синдромът Белене с пълна сила се проявява в проекта "Южен поток". Не е сигурно дали напредва проектът, но със сигурност нарастват "разходите". Постоянно ни облъчват с внуше-**

**оналната иконо-**

няма независими детайлни и професионални анализи. Всичко е на равнище пропаганда от заинтересованите страни. Затова един ден цифрите са две хиляди, а друг вече са набъбнали до десетки хиляди. Да се опитаме да дръпнем чертата - излиза, че заетостта на тези 4500 души ще ни струва (дял и дълг) близо два милиарда евро, т.е. по близо 450 000 евро за всяко работно място, а това е близо 50 пъти над разходите по създаване и поддържане на едно работно място у нас. Да разгледаме и компонента на работна заплата в тази сума - тоест пряката полза за конкретния български зает. Колкото и да потъваме в автоиндуциран оптимизъм - пак като заплати ще си върнем максимум 7-8% от вложената от нас сума в проекта. Накрая за обикновения потребител или данъкоплатец, в чието име се правят тези големи проекти и на чиято подкрепа се разчита - остават трохи. Сега си отговорете чий интерес преобладава, чий интерес движи подобни проекти и най-често се припознава като "национален" интерес.

**По-голямата част от ползите имат хоризонт не по-дълъг от срока на изграждане на Южен поток,**

т.е. 3 години. А последствията ще се консумират - като срок за погасяване на дълга - в продължение на минимум двадесет години. Ползите се приватизират, а разходите ще се социализират чрез относително по-високите цени, които потребителите на природен газ ще плащат. Каквато и

ня, че проектът е печеливш за България. Доказателства няма - ако има, те са зад десет ключа "търговска тайна". Трябва да вярваме като в религия. В този хор на радостта се

да е цената на транзита, тя е ключова за приходите и в последна сметка силно влияе върху крайната цена на природния газ, който сами купуваме. Твърде наивно е да се заблуждаваме, че всички заети български експерти или работници ще получават десетки хиляди лева възнаграждения, каквито една група висококвалифицирани кадри или топ мениджъри ще получават. Постъпленията в бюджета също са непропорционално ниски за мащабите на заявените общи инвестиции и поетия дълг. Достатъчно е да посочим, че над 70% от всички плащания по проекта ще се извършат към фирми и субекти извън територията на страната.

**Южен поток не решава стратегическите въпроси на диверсификацията и алтернативните доставки,**

които са основа на европейската енергийна стратегия и енергийна сигурност. Българската държава има все по-ограничени и стесняващи се - предвид кризата в енергийния сектор - управленски и финансови ресурси, поради което това, което прави по Южен поток, неизменно ще доведе до стеснени възможности по други направления - алтернативни доставки, местен добив, транзитни услуги. Съществува пряка причинно-следствена връзка и обусловеност между нищоправенето по интерконекторите, по разширяването на газохранилището Чирен, по разгръщането на потенциала за алтернативни на руски доставки и разработването на местните находища на нефт и газ през последните години

и устрема на поредица от правителства да придвижат проекта "Южен поток" напред, договаряйки все по-фантастични суми за крайна цена.

**И днес цената, на която купувате природен газ от Русия, е по-висока дори от Гърция,**

за която транзитираме същия този руски газ, да не говорим за Централна и Западна Европа. В замяна на авансирана добра воля във връзка с проекта "Южен поток" получихме пряка политическа намеса и правителство на Орешарски, арбитражно дело за над милиарда евро от "Атомстройекспорт" и високи цени на природния газ. Нещо повече, основната енергия на хората на върха в БЕХ и "Булгаз" отива в посока "Южен поток". Те имат лична изгода от случването на този проект, а в допълнение посредничат на политическите и бизнес кукловоди зад кадър. Те нямат пряк личен интерес да търсят по-ниски цени на природния газ и да натискат "Газпром". Същите тези компании, политики, бизнесмени пренасят и налагат от Русия нейните практики и бизнес стандарти, което ни отдалечава от ЕС, като възпроизвеждат порочния кръг от добавена бедност, в който живеем всички ние. Всички търсим причината

**защо въпреки жертвите и усилията през последните двадесет и пет години оставаме все на дъното на Европа.**

А отговорът е прост - с този преразпределите-

лен модел, който се самовъзпроизвежда чрез новите назначения и новите проекти, свива конкуренцията и убива личната перспектива и мотивация на всички български граждани, което предопределя оставането ни на дъното на Европа.

Питам господин Щонов, който подкрепя "Южен поток", как на фона на кризата в енергийния сектор, острия недостиг на ликвидност и нужда от преоценка на инвестиционните ни ангажменти, как точно разбра, че именно "Южен поток" е проектът, който ще оздрави енергетиката и стабилизира ситуацията. По стар съветски обичай анализът на икономическата и финансова състоятелност бе направен от компании от състава на "Газпром". Те са добри да правят инженерно-технически проекти и анализи по разходната част (обикновено с добра премия за посредници), но нямат никакъв опит и квалификация по международните стандарти за корпоративни финансии да правят финансово-икономически анализи на проекти с проектно финансиране или западно банкиране. Търговската тайна е смокинов лист за прикриване на критични управленски и проектни дефицити. Един от застъпниците на проекта се опита в спор с мен да изтъкне, че е виждал анализите и те били достатъчно убедителни, но само след няколко въпроса предпочете отново да се върне зад прикритието на "търговската тайна". Защото тя прикрива именно това - управленска немощ и корист.

**Със съкращения от блога на автора**



# Всеки лев, вложен в спорта, ще се върне многократно

● С Пламен Константинов разговарят Ивайло Пампулов и Тодор Иванов

Настоящият селекционер на българския национален отбор по волейбол за мъже Пламен Константинов е роден през 1973 г. в София. Той е между най-популярните личности у нас. Доказателството е, че през 2008 г. бе избран за Мъж на годината. Започва спортната си кариера през 1996 г. в "Левски" и след това играе в първенствата на Гърция, Турция, Италия, Франция и Русия. След приключване на активна състезателна дейност започва ка-

то треньор в Турция, след което се прехвърля в Русия. От 2012 г. е начело на руския "Губерния". През юли се съгласи да води и националния отбор на България след оставката на Камило Плачи. Пламен Константинов е убеден, че спортът е движещата сила за здравето на една нация. Срещаме се с него няколко дни преди дебюта му начело на националния тим на световно първенство - Мондиала в Полша, който започна на 30 август.

**М**есец и половина сте начело на националния отбор. Стигна ли Ви времето за подготовка, преди да заминете за Полша?

- Исках да имаме поне осем седмици, но ги нямаме. Двете седмици, които ни липсваха, се опитахме да ги съчетаем. Тоест физическата работа заедно с волейбола започнаха да се застъпват още на втората седмица, като това понякога е проблемно, защото се получават травми. Горедолу успяхме да се съхраним без сериозни проблеми и в същото време да свършим донякъде техническата част, която искахме.

**- Какво очаквате от волейбола на Световното първенство в Полша?**

- Очаквам тенденцията в последните десет години да продължи, а именно малките отбори да се приближават към големите. Не се променят толкова топ отборите като игра и като ниво, колкото се наблюдава приближаване между всичките. Така че очаквам по-изравнено първенство. В географията на волейбола се появиха отбори, за които преди 6-7 години не сме и мислили. Като Иран, преди време никой не броеше техния отбор за сериозен. Австралия направи пробив в световната лига, след като достигна финалите и отстрани Франция, отбор с традиции. И този, който събърка и подцени някой съперник на Световното, може да си плати.

**- Кое място на Бъл-**

**гария би Ви задоволило?**

- Ако влезем в шестията, ще бъда щастлив.

**- Какви са шансовете ни да се открием и в отборните спортове, а не само в индивидуалните като тениса и бокса?**

- Според мен са минимални, защото за целта трябва да има някаква основа. И преди съм давал за пример Полша, която има второ или третото по сила волейболно първенство в Европа. Разполагат с много сериозно финансиране и сериозни спонсори. Всеки град разполага със зала за по пет или десет хиляди зрители, които се пълнят до горе на всички мачове. И волейболът е спорт №2 след футбола. Когато България участва на приятелски турнир в зала за 15 000 зрители, едвам намерихме четири билета за моите шефове в руския "Губерния". Полската федерация има бюджет от около 20-25 милиона евро, докато българската - 1-1,5 милиона, ако броим и средствата от спонсорите.

**- Причината за успехите ни в индивидуалните спортове не се ли дължи и на менталитета ни да мислим преди всичко за себе си...**

- Без всякакво съмнение! Ако ме питате дали ставаме за колективните спортове, отговорът ми е, че не ставаме. Винаги сме били по-силни в индивидуалните дисциплини, първо, защото е по-лесно да се роди един и да израсне един. Много по-

сложно е в едно поколение да имаш 15-20 качествени състезатели, без значение дали във волейбола, баскетбола или във футбола. Второто нещо е менталитетът - "аз да се оправям, пък останалите - каквото стане". Нямаме го, липсва този колективен и отборен дух.

**- Какъв е пътят към големия спорт?**

- Няколко са нещата. Първо трябва да има талант и нужните антропологични и физически качества. И те да бъдат насочени в правилната посока, тоест в правилния спорт.

**- Споделяте ли мнението на Франц Бекенбауер, че "за голям спортист е нужно 95% труд и 5% талант"?**

- Не го споделям, независимо че уважавам много Бекенбауер. Просто 5-те процента талант ми се виждат малко. Да, трудът е важен, но ако съм 2 метра висок и се трудя денонощно, спортна гимнастика няма да мога да играя. Необходим е правилен подбор, което не се случва винаги в България, защото системата е унищожена. Не е задължително едно високо момче да става непременно за волейбол само защото е високо. Ако не е координиран, но има точна ръка, по-тежък е, но и по-здрав и по-стабилен, тогава може да се окаже по-подходящ за баскетбола. Затова мисля, че първото нещо, което трябва да се направи, е правилният подбор и правилното насочване, а това трябва да тръгва от училище. Там е основата и е големият проб-

лем на спорта ни. Системата от комунистическите години е унищожена. Въпросът е, че ние продължаваме да я караме на някакви стари спомени и дори на стари системи и се надяваме, че те пак ще произведат нещо. Рано или късно резултатите се виждат: а именно, че отиваме много надолу. И не бива да се възстановява старата система, а да се започне всичко от начало - именно от училището.

**- Сигурно имате идеи как това да се случи...**

- Трябва да се извади физическото възпитание от останалите учебни часове. Например: учебни занятия - сутрин, спорт - следобед. По този начин ще се помогне и на родителите, които са по цял ден на работа и не могат да контролират децата си. Не може физическото да бъде между математиката и физиката и децата да ходят да ритат топката по дънки. Това е несериозна работа. Спортът възпитава и други добродетели. В училище може детето да тренира, без да става професионален спортист, а просто заради фигурата си. Не всички искат да се занимават професионално със спорт, но всички искат да изглеждат добре. Постепенно може и да го запалиш по спорта, защото той има и социална функция. Сигурен съм, че всеки родител ще бъде щастлив, ако детето му тренира. Затова предлагам сутрин училище, следобед - спорт. Ако се види, че детето има някакви качества за даден спорт,

да бъде насочвано към конкретните школи. Аз бях изготвил карта на България според традиционните центрове в различните спортове. Според нея биха могли да се синхронизират учебните занятия. Например ако в един регион е развита борбата, да се добавят в училищата по два часа повече борба и да се купи тепих. Става въпрос за една социална дългосрочна политика, защото всеки лев, вложен в спорта, ще бъде многократно изплатен в бъдеще. С една здрава нация, производителна, по-малко харчове за здравеопазване, повече данъци.

**- А защо не се прави това, след като много бивши, а и настоящи спортисти бяха в парламента?**

- Нашата политика с малки изключения в последните 25 години е без дългосрочни перспективи. Никой не залага на тези цели, които са на практика истинските. Днешният политик залага на схемата от днес за утре. Никой не дойде и не заложи една основа, която ще бъде оценена след 25 години. Всички искат да се възползват от момента и да имат дори минимални резултати, без значение на дългосрочните планове. Мнението ми е, че ако искаш да правиш някакви реални промени, то на политическо ниво трябва да се изпокараш с всички. Така поне ще има гаранция, че нещо се случва.

**- Отказахте ли се от политическите си амбиции?**

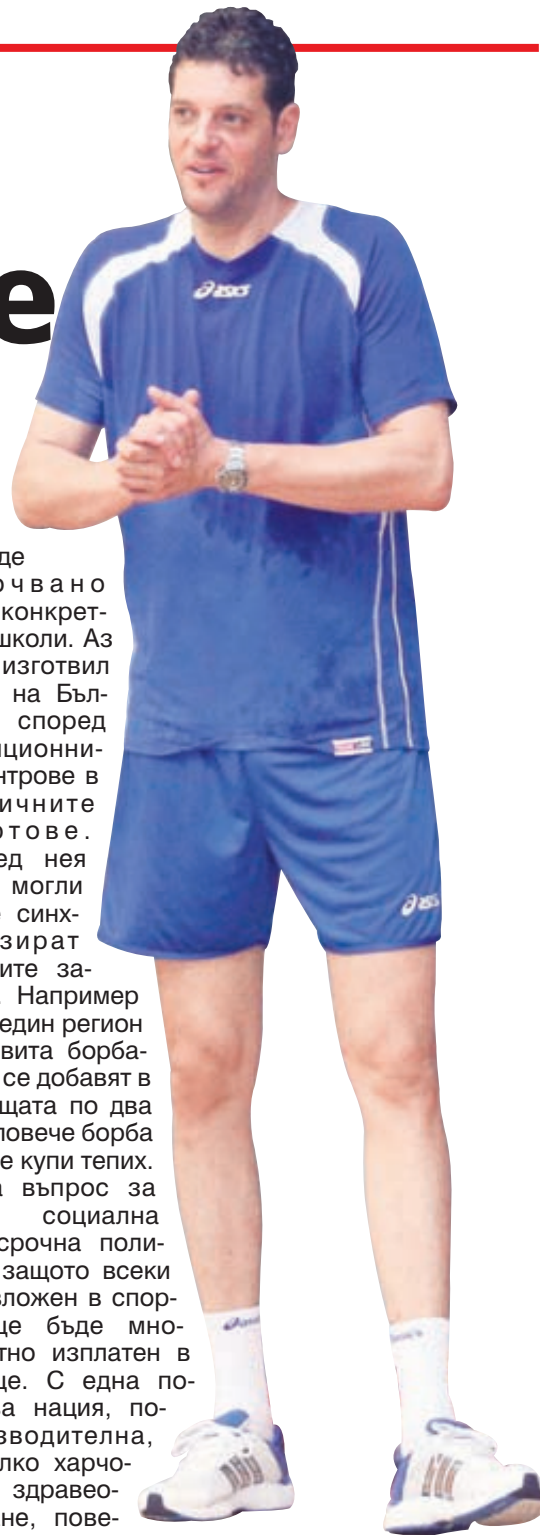
- Засега да. За да направиш някаква промяна или реформа, трябва да имаш подкрепа. Ако те подкрепят само 5%, а 95% казват "Не", къде се буташ? Не

Трябва да се извади физическото възпитание от останалите учебни часове

съм се отказал завинаги, но само при условие, че някога бъда подкрепен.

**- Имате ли някаква максима в живота?**

- Много са нещата, които може да ги впишеш по някакъв начин в живота си. Има една приказка в България, която гласи: "Керванът си върви, кучетата си лаят". Ако я перифразирам малко, след като си избрал един път, на всяка пресечка все ще се намери куче да те лае. Но ако се спираш да ги гониш с камъни, то никога няма да стигнеш до целта, която си си поставил. За нашите географски ширини това важи в пълна сила. За съжаление повече гласност се дава на негативното, а подкрепя и позитивизъм вече не са така интересни. Ако не можеш да съжителстваш с всичко това, не ставаш. Поне за българската действителност.





# Офшорките - данъчни оазиси или перални за пари

Мирослава  
КИРИЛОВА

Между 700 и 3000 долара струва регистрацията на офшорна фирма в над 50 юрисдикции, т.нар. данъчни оазиси по света, показва проучване на в. "Животът днес". Освен че се радват на ниски (или нулеви) данъчни ставки, собствениците на такива компании могат да запазят анонимността си, както и произхода на средствата си.

Едни от най-популярните сред българските бизнесмени офшорни зони са Британските Вирджински острови, Панама, Кайманите и Швейцария, обясни управителят на консултантската фирма Андрей Граменов. Те са предпочитани от нашите, а и от чуждите мениджъри не само заради данъчното облекчение, но и заради спазването на банковата тайна - не се разкриват никакви данни за собствениците и активите на дружествата. Класическите примери за популярни офшорни зони са още тропическите острови като Сейшелите, Бахамските острови, Вануату и други. За част от компаниите

**оперирането през "данъчен рай" е легитимен начин за оптимизация на разходите им** за правене на бизнес.

"Мотивацията на големите компании да регистрират офшорни фирми е различна. Най-често основните причини са две - намаляване на данъците и/или скриване на собственост" - обясни адвокат Миглена Томовска от Варна, която съдейства за регистрация на офшорни компании. Имайки предвид, че в България данъчните ставки са сред най-ниските в ЕС обаче, създаване на

компании в офшорните центрове може да означава

**удобно прикритие за капитали с неясен произход**

или иначе казано, "пране на пари". Мениджърите, които предпочитат този тип дестинации, така успяват да запазят в тайна цената или реалния източник на финансиране по даден проект. Немалко инвестиции, направени от известни международни корпорации в България, също влизат през подобни юрисдикции. "Схемата е следната. Компанията майка основава свой клон в България и перепари, като оправдава прехвърлянето на средства като покриване на разходи за дъщерната фирма, което така и не се случва", обясни адвокат Райна Кирилова от София.

Ето защо върху контрола на офшорните зони работят както Международният валутен фонд, така и централните банки на различни страни по света. По данни на Еврокомисията

**всяка година на Стария континент не се реализират приходи от над 1 трилион евро**

заради укриване на данъци. "Подобна загуба на публични приходи е скандална, особено в такива тежки времена за икономиката", заяви еврокомисарят по данъчните въпроси Алгирдас Шемета. Битката на ЕС с офшорните зони продължава с редица ограничаващи мерки и създаване на "черен списък" на данъчните убежища по света. Икономическите данни на "Евростат" показват, че сивата икономика в ЕС е в размер на 2 трилиона евро годишно. 35% от "небанковите депозити" на граждани от страни-членки се държат в непрозрачни офшорни фирми. Миналата година британските Кайманови острови и Швейцария са държали 20% от подобни депозити в световен мащаб на стойност 1,4 трилиона долара. Обама също изрази възмущението си, че



Остров Ман

чрез непроследими схеми с фирми на офшорни зони големи корпорации дори и като "Майкрософт" укриват до 4 трилиона данъци годишно.

**Данъчните оазиси условно могат да се разделят на три групи**

(според неофициална класификация). В първата група влизат страни, където има нулеви или много ниски данъчни ставки и където не се изисква отчетност на финансовите операции. В общи линии това са страни от Третия свят, които се характеризират с висока степен на конфиденциалност и липса на контрол от страна на властите. Такива са Британските Вирджински острови, Бахамските и Каймановите острови, Белиз. Втората група са т.нар. сигурни пристани. В такива страни офшорните компании се радват на значителни данъчни облекчения, но и властите изискват финансова отчетност на дейностите. Престижът на компаниите, регистрирани в подобни зони, е по-голям. Такива са Ирландия, Гибралтар, остров Ман, Хонконг. Третият вид са "неофициални офшорки" като Исландия и Кипър. Поддържането и регистрацията на офшорна компания там е сравнително евтино, има и данъчни облекчения.

**Европейските юрисдикции обаче са задължени да предоставят информация**

за действителния собственик на дружествата при съмнения за пране на пари или друг тип нарушения на закона на държавите - членки в ЕС. Но има и държави, като Кипър, където заради трусове в банковата им система загубиха популярността си на данъчно убежище. От Кипър се отказаха много гръцки и руски собственици на компании.

Според разследване на в. "Файненшъл таймс" новият хит сред бизнесмените при "изваждане на пари на светло", изпрани чрез офшорни компании, е инвестирането в луксозни имоти. Първенец в това отношение е Лондон, където се намират всеки два от три офшорни имота. Само през миналата година във Великобритания са налетели 150 млрд. евро за покупката на луксозни имоти с пари от офшорни компании. "Корумпирани лидери използват офшорни фирми и тръстовете, за да скрият идентичността си и да опазят откраднатите богатства, често под формата на имоти. Очевидно голяма част от парите им са от съмнителни източници", казва Робърт Барингтън от "Трансперънси интернешънъл" пред "Дойче веле".

Схемата е конструирана така, че властите не могат да проследят отношенията на собственост, т.е. не могат да установят истинския притежател. Най-големи "инвестиции" на Острова са направили компании от Британските Вирджински острови - 100 милиарда евро.

британският премиер Дейвид Камерън попари очакванията за прозрачност, като заяви, че транзакциите посредством подставени лица или офшорни фирми няма как да бъдат прекратени изцяло.

"Ние се славим сред международните бизнес среди с репутация на полуофшорна зона заради ниската данъчна тежест", обобща Андрей Граменов. От друга страна, сериозните инвеститори биха предпочели да стоят на разстояние от популярните офшорни зони и това дава предимство на България.

"Ниската данъчна ставка от 10% (за сравнение с германската - 40%), евтината работна ръка и изгодното поддържане на бизнес и офис сгради прави България предпочитана дестинация за чуждестранни инвеститори, особено в сектора на аутсорсинга", сподели Емил Илиев, консултант от сайта firmata.bg. "Предимството ни е, че нямаме репутация на офшор, притежаваме квалифицирани кадри и поддържахме много ниски цените на недвижимите имоти и индустриалната собственост", обобща експертът. Според него обаче с тромавото ни законодателство, тежка бюрокрация и нестабилна банкова система България плаши инвеститорите като ненадеждна дестинация за инвестициите им.

## Речник

**Офшорки, офшорни зони - територии с привлекателни за бизнеса условия благодарение на ниските данъчни ставки, облекчено законодателство за инвестиционните фондове, опростена система за регистрация на компания и конфиденциалност (разбирайте не може да се проследи собственикът на фирмата) на дейността. За разлика от свободните икономически зони, свързани преимуществено с реални сектори от икономиката, офшорните зони са особено благоприятни за извършване на финансови операции. По-общият термин на понятието офшорна фирма означава въобще компания, която е регистрирана извън юрисдикцията на територията, в която протичат основните ѝ стопански дейности.**



# Асансьорите ни пъплят по етажките на... безхаберие

Галина СПАСОВА

Злощастните инциденти като станалия напоследък в София обикновено са повод за (справедливи!) упреци към всеки друг, но не и към стопаните на тези по принцип опасни съоръжения. Тяхната отговорност при това е и нормативно описана. А трябва да сме наясно, че както във всичко друго, единствено натискът отдолу променя нещата горе. Видно е - в регулацията, практическите дейности, контрола, санкциите и всичко, свързано с безопасността на асансьорите, има много пробойни. Ситуацията без розови очила е силно обезпокояваща. Сградният фонд старее, по правило е поддържан зле, частично или никак. Опасни са хиляди козирки, полуразрушени комини, разпадащи се облицовки и мазилки и, както казват експертите - огромната част от асансьорите. Според своя интерес гилдиите в бранша гледат на причините под различен ъгъл. За производителите и вносителите проблемът е основно във възрастта на повечето асансьори (на 30-50 години). Техниците пък твърдят, че има и нови, недотам качествени съоръжения (макар да отговарят на стандарта) и че ключът към безопасността е в компетентната поддръжка и адекватния постоянен контрол, а не в годините експлоатация на асансьора. Въпросът е, че тази поддръжка струва пари. Ще добавим - и силна, активна заинтересованост от страна на стопанина.

## Какви са ангажиментите на собствениците и обитателите в жилищната сграда -

в лицето на домоуправителя на етажната собственост, според Наредбата за безопасна експлоатация и технически надзор на асансьори? На първо място е задължението да има сключен договор както с фирма за поддръжка на съоръжението, така и с

Откъде започва домът ни? В подредените и уютни за живеене страни - от кварталните улици и градини, пространството между къщите и жилищните блокове, от цялото населено място. У нас домът - като собствена отговорност и грижа - започва от изтривалката пред входната врата на апартамента. Затова някак сме свикнали, че добре, дори луксозно поддържани апартаменти се помещават в мърляви, олющени блокове с изгнили стълбищни дограми, потрошени пощен-



орган за надзор. Собственикът на асансьора (в случая етажната собственост) трябва да си направи проучване за работата на тези фирми, да се увери, че имат съответния лиценз - списъкът им е на сайта на Държавната агенция за метрологичен и технически надзор, в раздел "регистри". Добре е проверката да е периодична и внимателна. Възможно е междуременно лицензът на фирмата за поддръжка или за технически надзор да е отнет. Всяка етажна собственост трябва да има ревизионна книга на асансьора, която се съхранява от домоуправителя. Тя се съставя от осъществяващия техническия надзор и в нея информация за резултатите от проверките нася единствено той.

Екземпляр от ревизионния лист се поставя и в досието, каквото има всеки асансьор - то съдържа всички документи, чертежи, паспорти, сертификати и т.н. Досие на асансьора се съхранява от представител на етажната собственост, както и от

лицензиращия орган за технически надзор. Нещо, което собствениците в жилищните блокове не знаят, не следят и затова почти като правило не се спазва - това е задължението

## поддържащата асансьора фирма да извършва функционална проверка на всеки 10 дни.

Самата проверка включва десетки дейности (изброени са в наредбата по списък) и тя трябва да бъде отразена в дневник, който стои в машинното отделение на асансьора. Контролът дали това се спазва е работа на Държавната агенция за метрологичен и технически надзор, но при 120 хил. асансьора и недостатъчен брой инспектори очевидно ролята на заинтересованите стопани да следят и сигнализируют за нередност е наистина решаваща. Тук няма как да не припомним, че веднага след последния фатален инцидент съпругът на загиналата жена заяви - асансьорът им се трясал силно от

ски кутии, задръстени с боклуци плошадки и общи тавани и мазета... Да не говорим за течашите покриви, износените водопроводни и канализационни инсталации. Но сега думата ни е за асансьорите в жилищните блокове - дали и доколко ги възприемаме като неразделна част от дома си, като нещо лично наше? Не чакаме ли някой друг да се погрижи за тази наша собственост - когато, както и доколкото може или иска?

известно време!? Излиза, че всичките десетки обитатели са очаквали някой да направи нещо за тяхната лична собственост и сигурност? Ако се повреди колата ни, ще чакаме ли съседът да съобщи на монтьор? Но автомобилът е личен, а асансьорът, оказва се, не е. Друго често срещано нарушение (за което собствениците също трябва да следят) е неспазването на срока за технически преглед от надзорния орган - на всеки 36 месеца, и продължаващата въпреки това експлоатация на асансьора. Това става, когато ползвателите нехаят за безопасността, а някои недобросъвестни фирми за поддръжка не спират асансьора, за да не губят абонаментната такса.

## И сред асансьорните техници се намират нерегистрирани и с неясна компетентност "копърки",

макар от контролните органи да твърдят, че не

са толкова много. Домоуправителите нерядко им се доверяват заради по-ниската цена на услугата, но поемат с това извънредно голям риск.

В договора с фирмата за техническа поддръжка е добре да се уточнят подробности, на които държите - въпреки че независимо от текста на документа изпълнението на изискванията в нормативните актове е задължително. Но примерно, за да сте сигурни, че проверката на всеки 10 дни наистина се извършва "по списък", а не просто се вписва в дневника от набързо наминал техник, може да изискате това да става в присъствието на определено лице от етажната собственост. Във всяка асансьорна кабина трябва да има указател за ползване - какъв товар може да превозва, какви са ограниченията и забраните, телефони при повреда, авария или заседнали пътници.

Фирмата, отговаряща за техническата поддръжка, е задължена да инструктира срещу подпис ползвателите или техен представител за безопасна

експлоатация на съоръжението.

Като извънредно нелицеприятен се очертава изводът (идващ от средите на професионалистите), че се правят големи компромиси със сигурността, тъй като

## конкуренцията сред нароилите се фирми за техническа поддръжка е огромна,

а обитателите в етажните собствениности търсят най-ниската цена. По нашенски обичаме да се впуснем в безкрайни коментари какво в закони и наредби не е доизкусурено, но нека дискусиите да вървят редом със спазването на съществуващите правила. Да не забравяме, че за неспазването на не толкова многобройните ангажименти, които етажната собственост в лицето на домоуправителя има за сигурността на собствения си асансьор, се носи и административнонаказателна отговорност. А разговарят за начина, по който е регламентирано управлението на етажната собственост, е отделен и все по-належащ. Понеже всекидневната практика по стопанисването на тази собственост доказва, че принципът на доброволното и съзнателно социалистическо самоуправление е мит, остатък от комуналното съжителство от съветски тип и е доказано неработещ и вреден.

Тук е мястото да се каже, че проектите по европейските програми за цялостно саниране на жилищните сгради (включително и асансьорите) предлагат изключително благоприятни финансови условия - но включването в тях също изисква вече споменатата доброволна самоорганизация и единомислие на собствениците. Доколко това е реално постижимо в нашите условия показва пренебрежимо малкият брой погледени проекти.



# 5 нови начина за идентификация

В много паспорти и шофьорски книжки са вградени холограми и други видове сложни системи за сигурност, но в повечето случаи хората се идентифицират с личните си карти. На някои големи летища по света вече се използват биометрични технологии за идентификация, като пръстови отпечатьци и ирисово сканиране. Тези технологии непрекъснато се развиват и за ускоряване на достъпа до класифицирана информация

вече са разработени алтернативни начини на традиционното идентифициране. Нови устройства могат да различават хората по вените им, мозъчните сигнали и дори по миризмата на тялото.

## Телесна миризма

Всеки индивид излъчва уникална и разпознаваема миризма. Затова учените се опитват да постигнат сензори с чувствителността на кучешкия нюх. От 2009 г. Техни-

ческият университет в Мадрид разработва технология за идентифициране чрез различните химически аромати. Главната цел на този биометричен проект е да се съчетаят ирисовото и пръстовото сканиране със специфичната телесна миризма на хората, за да се усъвършенства идентификацията и да се намалят възможностите за измами на граничните контролни пунктове. Испанските учени са установили, че сигурността на разпознаване по телесната

миризма е над 85%. Технологията обаче е все още в процес на разработка.

## Телефони

След като миналата година се разбра, че Агенцията за национална сигурност на САЩ събира и съхранява записите на телефоните на американските граждани, специалистът по компютърни науки от Станфордския университет Христо Божинов направи интересно откритие: сензорите на смартфоните са предс-



казуемо несъвършени. Божинов и неговият екип създадоха компютърна програма, с която може да се измерват и най-малките промени в акселерометрите и микрофоните на смартфоните. Програмата се използва успешно за копиране на повече от дузина устройства.

Почти по същото време инженери от Техническият университет в Дрезден разработиха метод за проследяване въз основа на констатациите, че всеки радиосигнал на мобилните телефони съдържа неизменни цифрови пръстови отпечатьци. Според тях тази съвременна технология може да помогне за откриване на престъпници, които изхвърлят SIM картите на телефоните си или използват предплатени телефони за еднократна употреба, които обикновено се проследяват трудно.

## Сърдечен пулс

Канадската компания Bioput разработи специалната гривна Numi за цифрова идентификация по сърдечната дейност. Технологията използва алгоритми за разчитане на графиките на електрокардиограмите, които са уникални за всеки индивид. След като гривната Numi установи автентичността на ползвателя, тя подава чрез специално устройство цифровата информация към смарт телефони, компютри, автомобили и дори врати на хотелски стаи. Освен че замества ключове и карти, Numi съдържа акселерометър и жироскоп, с които може да се програмират някои движения на ръцете, като отваряне на багажника на кола или превключване на телевизора.

## Структура на вените

С новото електронно устройство търговците вече могат да идентифицират клиентите си само с едно кратко сканиране на техните вени. След идентификацията устройството автоматично извършва плащането на касата. Когато клиентът сложи ръката си върху скенера на устройството, то веднага разпознава неговата уникална структура на вените. Компанията, която е създавала BiyoWallet, има за цел да изгради мрежа с биометрични плащания, която няма да допуска измами и кражби на лични данни и ще защитава банковите сметки.

## Мисловен процес

Учени от Калифорния извършили опити за идентификация чрез мозъчните вълни. Те използвали безжично устройство за приемане на мозъчните сигнали. Устройството има биосензори за разчитане на данните от електроенцефалографии. Учените наблюдавали хората, докато те изпълнявали различни умствени задачи с прикрепеното към главата им устройство. Понякога те поставяли едни и същи задачи на участниците в експеримента, а друг път ги карали да добавят и някоя своя мисъл и да се съсредоточат върху нея за 10 секунди. Например да си представят, че пеят избрана от тях песен или че играят някакъв спорт. Установено било, че данните от мозъчните сигнали по време на тези мимолетни мисли са достатъчни за потвърждаването на идентичността. (ЖД)

Хранителна добавка

# Resvirol

**НОВО**

## Природен антиоксидант

## Мощно действие!

**ESO PHARM**  
Food supplement  
**Resvirol**  
Natural antioxidant neutralizing free radicals  
formed in the body.  
Supports the normal function of the heart, liver and blood vessels.  
30 gelatin capsules

**Неутрализира свободните радикали, образуващи се в организма**

**Подпомага функцията на сърцето, черния дроб и кръвоносните съдове**

Произведено от: Alfa Vitamins Laboratories, Inc. САЩ

**ESO PHARM** Есофарм ЕООД, бул. "Черни Връх" №14, бл. 3, 1421 София, България  
Тел. 02/ 963 15 96, 963 15 97, Факс: 02/ 963 15 61



Ако Сърбия стане неразделна част от ЕС, Русия ще изгуби влиянието си на Балканите или поне то значително ще ѝ бъде ограничено. Москва не е готова да допусне това и работи усилено, за да го предотврати. Европейският съюз обаче е прекалено зает със себе си, с Източната криза, с проблемите в Близкия изток, Ирак и Сирия, за да обърне необходимото внимание на процеса на разширяване към Западните Балкани. И макар ЕС и особено Германия да заявяват, че имат неотменим ангажимент към страните от региона, на този етап изглежда, че Русия печели в голямата и дългосрочна битка. Докато ЕС беше във ваканция и чакаше новия си върховен представител за външната политика, руският посланик не почиваше в Белград. Срещите на високопоставени представители от сръбското правителство с Александър Чепурин (руският посланик в Белград - бел.ред.) бяха доста чести, както и интервютата му в сръбски медии, които се набиват на очи на фона на рехавите европейски реакции към региона.

Аделина МАРИНИ  
[www.euinside.eu](http://www.euinside.eu)

Вярно е, че напоследък ситуацията се променя, но стъпките са твърде предпазливи и твърде закъснели. Сърбия в момента е разчекната между стратегическата си национална цел да стане пълноправен член на ЕС до края на това десетилетие, за което работи усилено. Същевременно обаче не желае да прави избор между ЕС и Русия. Откакто ситуацията в Украйна се ожесточи, са ежедневие изявленията на високопоставени сръбски представители, че Сърбия иска в ЕС, но желае също така да запази и специалните си отношения с Русия. Отвъд чисто емоционалните съображения, които са трудни за доказване в днешно време, Сърбия има сериозни икономически причини да не желае да е в епицентъра на геополитическата битка.

Основната причина, заради която Сърбия избягва да заеме страна в конфликта между Запада и Русия, е, че е изключително енергийно зависима и Москва не пропуска да напомни на Белград, че приятелството си е приятелство, но сиренето (петролът/газът) е с пари. Това е същият подход, който Москва приложи съвсем по роднински, братски и приятелски в Украйна. Русия притежава 56,5% от сръбската държавна петролна компания Naftna Industrija Srbije (NIS) по договор за приватизация от 2008 г., който е в

пакет с ангажимента на Сърбия към "Южен поток". Белград продаде 51% от акциите на NIS на "Газпром" за 400 милиона евро, като получи и ангажимента на Москва да вложи още 500 милиона евро в модернизацията на петролната рафинерия в Панчево и в запълването на газохранилището Банатски двор.

Не е просто съвпадение, че правителството на Александър Вучич създаде анкетна комисиия, чиято задача е да провери дали сключените с "Газпром" договори не са във вреда на националния интерес. Ситуацията много наподобява подобно разследване на газовите договори, сключени от бившия украински премиер Юлия Тимошенко, от избягалия впоследствие украински президент Ющенко. Целта, разбира се, не беше да се гледа украинският интерес, а да се ликвидира всякаква възможна опозиция в Украйна.

**Съществуват опасения, че премиерът Вучич концентрира цялата власт в ръцете си,** както сподели в Дубровник Соня Бисерко, шеф на Хелзинкиския комитет в Сърбия. Според нея всички фактори са налице за силна концентрация на власт - слаб парламент, слаба опозиция и зависими медии.

Вече месеци наред преобладаващите теми в сръбската преса са две: престрелки между управляващите и Демократичната партия на Сърбия, предвождана



## Сърбия - балканската Украйна

някога от бившия президент Борис Тадич, и натискът върху Сърбия да (не) налага санкции срещу Русия. Ако ситуацията се запази, каквато е в момента по отношение на сръбските амбиции за започване на преговори с ЕС и максимално бързо присъединяване, то тогава сценарият "Тимошенко" изглежда малко вероятно да се осъществи в Сърбия. Въпросът е дали ситуацията ще остане същата.

Правителството на Александър Вучич, макар и да върви към еднолично управление, изглежда твърдо устремено към отваряне на ключови преговорни глави, най-вече 23 и 24. Това според него и членовете на кабинета му ще бъде първото голямо изпитание, по време на което Сърбия иска да покаже, че е готова. Ако ЕС не отговори на тези свръхочаквания, има голяма вероятност страната да изпадне в турския синдром - да не се стреми повече към евроинтеграция, а да извършва реформи избирателно. Рискът за това е много голям, защото

**Сърбия не от вчера страда от солидна доза национализъм,** а и антиевропейското лоби е все още живо. То може да получи допълнителна енергия, ако ЕС

не покаже, че е по-добрият избор от приятелството с Русия.

На второ място, за Сърбия е много важно да намери начин да възстанови икономиката. Правителството изглежда напълно наясно какви реформи трябва да бъдат извършени и Европейският семестьор със сигурност ще се окаже добър ориентир. Само че на Сърбия е нужно много повече. Реформите, които трябва да бъдат направени, са болезнени и изключително закъснели. ЕС трябва да може да предложи някакъв "подсладител". Икономиката в региона беше очертана като най-важния приоритет за Западните Балкани по време на "Хърватия форум" в Дубровник и по всичко личи, че Германия е чула посланието (германският канцлер беше в Дубровник тази година за срещата от процеса Бърдо-Бриони със страните от региона), защото на 28 август в Берлин се проведе среща на върха за Западните Балкани с основен акцент именно икономиката.

Третият проблем на Сърбия е, че е подложена на натиск да избира. През изминалата седмица водещата новина в сръбските медии беше демаршът, изпратен от ЕС, с искане Сърбия да не се възползва от нишата, която европейски-

те компании и стоки ще освободят заради санкциите срещу и от Русия. Нещо, към което силно призовава Москва. В едно от интервютата си наскоро посланик Александър Чепурин заяви, че възможностите на Сърбия за износ са огромни. *"Освобождава се място на руския пазар, държано досега от големите западни компании. Сърбия би могла да заеме мястото на някои от тях, особено по отношение на износа на месо, млечни продукти, зеленчуци и плодове"*, каза г-н Чепурин.

**За ЕС е от изключителна важност Сърбия да бъде част от него,**

защото в противен случай страната ще продължи да е източник на напрежение и сериозни проблеми. Моментът е повече от подходящ, защото сегашното сръбско правителство демонстрира нечувана досега готовност да скъса с миналото си и да отвори нова страница в историята си. Русия вече даде ясно да се разбере, че за нея Балканите остават сериозна сфера на влияние, от която Москва няма намерение да се отказва. Сърбия е перфектното слабо звено - все още не е тръгнала по дългия път

към интеграцията и няма много какво да губи. Затова е изключително важно как ЕС ще отиграе сръбския казус.

Подразбира се от само себе си, че досегашната политика на разширяване е неприложима в този случай. Нужно е Съюзът да намери друг подход към Белград, който да е основно съсредоточен в премахване на сръбската икономическа зависимост от Русия и готовност за поемане на шоките, когато Москва реши да развали приятелството със Сърбия. Това може да включва реално приобретаване към единния пазар още преди да са започнали преговорите по същество. Единствено тогава Сърбия може да усети предимствата на членството в ЕС. Не би трябвало единният пазар да е наградата за приключените преговори, защото това отнема твърде много време, през което Москва ще има стратегическо и историческо предимство.

*Бъдещият върховен представител на ЕС, новият еврокомисар на разширяването и страните членки трябва да са наясно, че без Сърбия никога няма да има стабилност на Западните Балкани. Москва знае това много добре и го използва, докато ЕС беше във ваканция.*



Гергана ПЕТКОВА

Да си (отговорен) родител на първокласник не означава просто да му купиш хубава раничка, дрехи и маратонки, да го заведеш на 15 септември в школския двор и да го връчиш на госпожата.

Първата година в училище е особено важна за цялостното развитие на детето - както му потръгне, така ще върви и напред и е трудно нещата да се оправят по-късно. Затова е важно: първо, при кого учи. Дори училището да не е елитно, дори да е и под средното, най-важна е класната - ако тя е добра и отдадена на професията, всичко е наред; второ - вие да му помагате. На практика ще изкарате първи клас заедно - от държането на ръката, за да пише лулички и ченгелчета, до диктовките вкъщи и задачите, които го карат да бърчи чело. Тъй че ще опознаете и учебниците му, и учебните тетрадки, и така наречените помагала, които първоначално могат да ви се сторят излишни и прекалено много, но после ще разберете, че са необходими и неизбежни.

На първата родителска среща класната ще каже кои помагала е избрала за своя клас и даже ще събере пари или ще натовари някой инициативен родител да ги закупи на едро, тъй като е по-евтино. Обикновено учителките гледат да се вместят в абсолютно необходимия минимум, за да не натоварват родителския бюджет. За един поамбициозен родител обаче е важно да знае кое е сред най-доброто на пазара и ако не е включено в този минимум - да си го набави сам, за да работи вкъщи с детето по него. Издателство "Просвета" предлага наистина качествени помагала, с които се работи лесно и материалът се овладява безпроблемно.

## За отличен успех

### "Упражнителни тетрадки"

Тетрадката за упражнение по писане за първи клас е изключително полезна за самостоятелна работа и за изработване на красив и четлив почерк. Тя съдържа упражнения за правилно изписване на буквите. В мрежа от



# Помагалце, помагалце...

тесни и широки редове детето се научава да ги пише по образец. Отделено е специално внимание на свързването на буквите и на наклона на писане. Тетрадката за упражнение по математика помага на първокласниците да се научат да пишат красиво и правилно цифрите, математическите знаци и числата до 20.

### "Езикови задачи за 1. клас"



Учебното помагало "Езикови задачи за 1. клас" е сборник със занимателни задачи за писане, рисуване и оцветяване. То има за цел да повиши нивото на знания по български език и литература на първокласника. Игровите похвати стимулират интереса му към четенето и писането и му дават възможност да прави звуков анализ на думи и да пише текстове под диктовка - нещо, на което много държат в училище. Помагалото се използва и към двата буквара на издателство "Просвета" и е подходящо както за работа в час, така и за самостоятелна подготовка у дома. Сборникът е част от поредица за деца от 1. до 4. клас, което позволява затвърждаване и постепенно и методично надграждане на знанията по български език и литература по време на целия цикъл на основно образование.

### "Вълшебното ключе"



За 1. клас поредицата "Вълшебното ключе" предлага помагала по мате-

матика и роден край за целодневно обучение и самоподготовка вкъщи. В тях децата рисуват, оцветяват, свързват, огравждат и се забавляват. С тяхна помощ те развиват своята логика, съобразителност и творческо прилагане на знанията. Отговарят на възрастта и уменията на първокласника и позволяват дори и на тези, които още не могат да четат, да се подготвят успешно. Упражненията покриват всички теми от учебното съдържание по предмета, а цялата поредица "Вълшебното ключе" предлага помагала по различни предмети за деца и във втори, трети и четвърти клас.

### "Диктовки за 1. клас"

Учебното помагало има три раздела, в които постепенно се увеличава степента на трудност. Диктовките в първите два раздела следват съдържанието в учебника и учебните тетрадки - в началото са по-леки, липсват буквите, които децата все още не са взели. Постепенно те се усложняват с изучаването на нови звукове и букви. Помагалото дава възможност да се проверяват знанията. Децата се учат да пишат под диктовка дори и в този ранен етап.

В третия раздел текстовете са по-сложни и по-обемни. Те имат не само контролна, но и обучаваща функция. Сборникът позволява на учителя (а и на родителя) да провери доколко преподаваният в учи-

лище материал е усвоен и едновременно с това учи детето на нещо ново.

## За игра

### "Уча и играя. Концентрация за 1. клас"



Книжката "Концентрация за 1. клас", част от поредицата "Уча и играя", предлага ценни педагогически стратегии за развиване на логическото мислене и трениране на възприятията и вниманието на децата. Тя е в удобен за работа формат и съдържа много и разнообразни загадки, лабиринти, рисунки и упражнения, които превръщат ученето в забавление. На гърба на всяка страница децата могат да намерят и вярното решение, което дава възможност за бърз контрол на уменията.

### "Умното гардже Гого"



"Умното гардже Гого" е интерактивна поредица на издателство "Просвета", предназначена за деца в 1. клас, която превръща математиката в истинско удоволствие. Предвидени са две книжки - "Концентрация" и "Смятам и играя", с интересни и увлекателни упражнения и игри за развиване на паметта и концентрацията. Задачите в нея са ясно структурирани и

забавно илюстрирани, като на всяка страница са дадени указания за тяхното решаване.

### "Четящите детективи."



"Четящите детективи. Чети и рисувай!" е поредица засега от две книжки за 1. клас - "Принцеса Ела търси приключения" и "Мимо учи за магьосник". С тяхна помощ малчуганите се учат да четат внимателно всяка дума, да разбират темата и смисъла на прочетеното и едновременно се забавляват.

В първата книжка принцеса Ела въвлеча детето в своите приключения, като го прави пряк участник в действието - то рисува нейните начинания, измисля диалози и неусетно се превръща в автор на своя собствена история. "Мимо учи за магьосник" разкрива на детето един магически свят на тайни стаи, малки дяволчета, магьоснически принадлежности и тайнствени заклинания.

Едно от предимствата на поредицата е, че е обособена в книжки с различни теми, подходящи и за момичета, и за момчета.

## За компютър

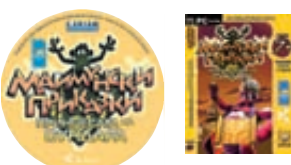
### "Електронен буквар за 1. клас"

Издателство "Просвета" предлага елект-

ронни учебници по всички предмети за 1. клас. Те са изготвени на базата на печатните издания, одобрени от МОН, но са обогатени с допълнителни мултимедийни ресурси - аудио- и видеофайлове, интерактивни упражнения и задачи. Електронните учебници правят заниманията на първокласника забавни, лесни и интересни.

В електронния вариант на буквара например невидима ръка изписва малките и главните букви и детето многократно може да проследи движението на молива върху листа и да го усвои. Упражнения за правилно изписване на думи са разработени като анимирана игра с локомотив и вагончета, носещи срички. При правилна подредба локомотивчето потегля с верния вагон. При грешка системата отказва да прикачи вагона към композицията. Добавени са още много анимации, аудиозаписи и интерактивни упражнения. Е-букварът позволява да се увеличават отделни смислови сегменти - упражнение или илюстрация. Той задържа интереса и вниманието на първокласниците, тъй като ангажира и слуховите, и зрителните им възприятия.

### "Маймунски приказки"



"Маймунски приказки" е образователна математическа поредица от интересни, забавни и полезни компютърни игри за деца. "Принцесата на Сундара" е първата игра от серията и е предназначена за ученици в 1. клас. Може да се използва както в класната стая, така и вкъщи за затвърждаване на материала и развиване на пространственото мислене. Сюжетът е в атрактивен екшън стил: драконът Ринжин е отвлякъл принцесата на Сундара и за да я спасят, децата трябва да се впуснат в шуро приключение, което ще провери тяхното логическо мислене и математически умения.

ВСИЧКИ ТЕЗИ ЗАГЛАВИЯ МОЖЕТЕ ДА РАЗГЛЕДАТЕ НА [WWW.PROSVETA.BG](http://WWW.PROSVETA.BG). ПОРЪЧКИ ЗА ЕЛЕКТРОННИ ИЗДАНИЯ МОЖЕТЕ ДА НАПРАВИТЕ НА [WWW.E-UCHEBNIK.BG](http://WWW.E-UCHEBNIK.BG), А ЗА ХАРТИЕНИ - НА [WWW.STORE.BG](http://WWW.STORE.BG), [WWW.MOBILIS.BG](http://WWW.MOBILIS.BG) И [WWW.HELKON.BG](http://WWW.HELKON.BG).



# РАЗДЯЛА С ВАЛЕРИ ПЕТРОВ - МАЙСТОРА НА СЛОВЕСНИТЕ БИЖУТА

Любимият поет на няколко поколения българи, който възпя летящите хора, отлетя към невидимия хор на Вселената. Написаното обаче от Валери Петров остава тук, където почти вековното му присъствие е забележимо както Млечния път в небето на България. Майсторът на римата усъвършенства родния ни език, разкри неподозирани тайни, насити съвременната ни поезия с меко-та, благодост и доброта.

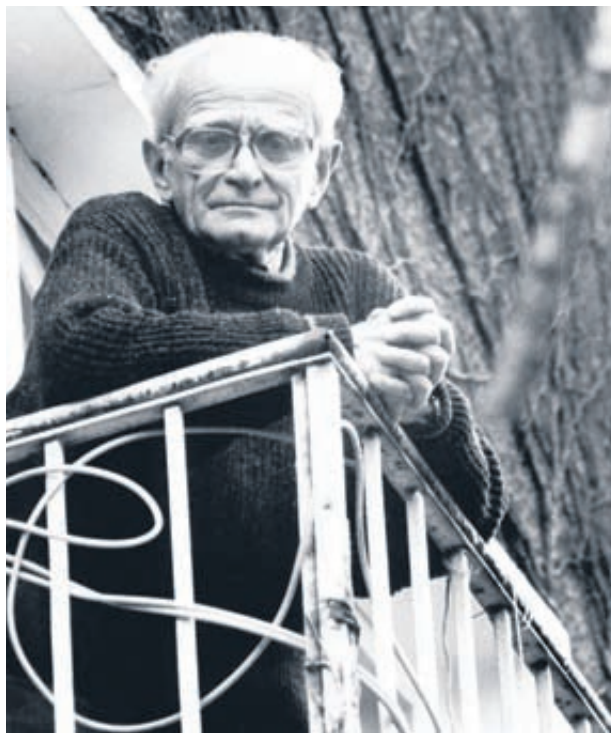
Румен ЛЕОНИДОВ

Всеки може да претендира, че стиховете, които пише, са истинска поезия, но невинна е така. Валери Петров бе роден за поет, той знаеше как се извайва всяко словесно бижу и го правеше с невиджана досега лекота. Музичираше мислите и вдъхновенията си в различните жанрове - от кратки форми до лирически поеми, от сценарий за киното до пиески за деца, с които не само обнови и озонира литературата ни, но изведе националната ни культу-

ра до нови небеса.

Вродената му скромност и ненатрапчивост не му попречи да ни остави и своите сатирични състояния, в които се оглеждат изкривените същности на човешките несъвършенства, смешните и жалки социални порядки, всекидневните сблъсъци на добродетелните хора със злочестието и безчестието.

Надарен от Бога с висок и изискан дух, талантът му се съизмерва и с блестящите преводи на редица световни поети, които пресътвори с прецизността на своята мярка за върховно качество. Тези поети той



подбираше според своя изискан литературен вкус и своите стилистични възможности. Затова в творчеството на Шекспир Валери Петров намери най-проникновеното убежище за богатия си и разнороден талант. От любовните сонети през островърхия и остроумен комедийен сюжет до философията на световната драма.

Но наред с всичко

това поетът Валери Петров бе единица за праведност. Той обичаше децата и те го обожаваша, а връзката им с добрия магьосник, който изобрети Копчето за сън, остава за цял живот.

Днес, между отлива на дъждовното лято и прилива на меката есен, най-звънкият щурец на поетичното ни поле замлъкна, но не завина-

Снощи късно пред къщи си гарирах колата  
и ключето от нея изтървах в тъмнината.

Тази сутрин излязох да го диря към седем,  
тротоара пред къщи с учудване гледам -  
със зъбати листенца цял постлан край москвича  
и на жълто ключенце от тях всяко прилича!

И е доста студено, дим струи от комини,  
но сред клоните редки небесата са сини,  
и без сам да усетя, вече влязъл съм в парка  
и колата далече сред мъглица се мярка,  
и е жълто и тихо, с оня мирис на есен,  
такъв влажен и гнил, и приятен, и пресен!

И живота си чувствам как е минал през мене  
в едно бързо шуртене, в едно пъстро въртене.

Ах, до люлката детска така близо бил гроба -  
откъде тази завист и защо тази злоба?

Трябва друго! - И ето, на полянка открита  
бледо слънце ме среща и с усмивка ме пита:

- Какво още там дириш, остаряло момченце?

- Нецо дребно - му казвам. - Едно златно ключенце.

Златното ключе на добротата му ще се предава на бъдните българи като лек за душата и бистрота за главата. Валери Петров си тръгва от земния свят като цяло осъществена личност, оставила щедрото си завещание на все повече обедняващия като духовност наш народ. Дано да не скърбим само по детинската му чистота, а по-често да

разгръщаме удивителните му творби, които ни правят по-мъдри и помислещи, по-близки помежду ни, по-сърдечни към съдбата на общия ни тукашен живот.

Бог да помилва приказния дух на Поета, дошъл от сказанията на приказките и завърнал се отново там, там, където Светлината е светлина, а не само отсъствие на Мрак.



Световноизвестният италиански бас Феручо Фурлането ще пее на тържественото откриване на сезон 2014-2015 г. на Софийската опера и балет на 20 септември от 19:00 ч. с операта "Дон Карлос" от Верди. Спектакълът с участието на звездата от Италия в ролята на Филип II е в рамките на честването

на юбилея на Борис Христов и с него се отбелязват 100 години от рождението на оперния режисьор Михаил Хаджимишев. Фурлането идва за първи път у нас.

Израснах в преклонение пред Чезаре Сиепи и Борис Христов и те бяха нещо като пътеводна светлина за мен", разказва Феручо Фурлането в сайта си. "С Христов се срещнах още при втората си опера в Торина, когато пех Монаха в "Дон Карлос", а той пееше крал Филип II. Той ми даде идеята да бъда не само певец, но и интерпретатор, да обичам актьорската игра на сцената, да обичам да създавам образи и да успявам в то-

ва. Да го гледам и да изучавам малките жестове, които той правеше, да разбирам как дребното движение и малките жестове могат да са много по-важни от големите - това беше много ценно за мен, също толкова, колкото използването на гласа."

Един от най-великите басы и най-търсените изпълнители на нашето време Фурлането е хвален от критиката за големия му диапазон, впечатляващата му вокална мощ и отличните му актьорски способ-

## СВЕТОВНИЯТ БАС ФЕРУЧО ФУРЛАНЕТО ОТКРИВА СЕЗОНА В СОФИЙСКАТА ОПЕРА И БАЛЕТ

● Прочутият италиански изпълнител ще пее Филип II в "Дон Карлос"

ности. След дебюта му през 1979-1980 г. на сцените на Ла Скала и Метрополитън опера, в средата на 80-те той последователно пее във виенската Щатсопера, на фестивала в Залцбург, в Ковънт Гардън и в Националната опера в Париж, както и в Рим, Торина, Флоренция, Болоня, Палермо, Буенос Айрес, Лос Анджелис, Сан Диего и Москва.

В София Фурлането ще пристигне след участие в Будапеща в началото на септември. През сезона 2014-15 в ролята на Филип II ще го слуша публиката във виенската Щатсопера и в нийоркския Метрополитън. Преди тях е гостувал на Феручо Фурлането в легендарната



постановка на "Дон Карлос", която 26-и сезон не слиза от сцената на Софийската опера и балет. В нея са участвали Николай Гяуров, Стефан Еленков, Гена Димитрова, Стефка Евстатијева,

Стефка Минева, Калуди Калудов и две други нови поколения български оперни таланти. Постановката на режисьора Пламен Карталов с огромен успех е гостувала в Япония с участието на

Никола Гюзелев и Анна Томова-Синтова.

В деня след началото на новия сезон - на 21 септември, се открива Международният конкурс за млади оперни певци "Борис Христов".



# Кой носи вината за Втората Балканска война



Акад. Григор Велев

**А**кад. Велев, нека да завършим започнатия в предишния брой на вестника разговор за Междусъюзническата война. Началото е успешно за Царство България...

- Да, начало на военната акция е успешно. На 16 срещу 17 юни по заповед на ген. Савов две български армии атакуват сръбските и гръцките войски. Отваря се доста широк фронт - от поречието на р. Брегалница до Орфанския залив. При това настъпление войската ни постига частичен успех: очисти левия бряг на Струма от гръцките войски и прекъсва връзката им със сръбските, завладява подстъпите към връх Султан тепе в Осоговската планина, дислоцира се в района на Трън и Брегово. Но спира дотук и не навлиза в стара Сърбия. За това настоява тогавашното правителство на Данев с оглед на опитите му да постигне уреждане на конфликта. В същото време гарнизонът ни в Солун от 1300 души е пленен от гърците.

**- Кога настъпва решаващият обрат във военните действия?**

- На 18 юни 1913 г. министър-председателят Стоян Данев издава заповед за едностранно спиране на военните действия и това лишава българската армия от стратегическа инициатива. От решението на нашето правителство се възползват сръбската и гръцките армии, които минават в контра-настъпление.

**- Каква е вината на цар Фердинанд?**

- След края на войната няколко анкетни комисии разследват причината за българското нападение срещу

## ● С акад. Григор Велев разговаря Румен Леонидов

съюзниците като предпоставка за националната ни катастрофа, но те не доказват, че цар Фердинанд е издал устна или писмена заповед за нападение на българската армия.

**- Кой тогава е отговорен за започването на Междусъюзническата война?**

- Общото становище на повечето непреднамерени изследователи е, че тази акция е стана-

то спиране на настъплението на българската армия сръбско-гръцките войски преминават в контранастъпление... Нещо повече - на 28 юни 1913 г. 5-и румънски корпус навлиза в Добруджа. Българското правителство се обръща за помощ към Русия, но вместо помощ то получава съвет да отстъпи Южна Добруджа на Румъния. Намесва се и Франция, която подкре-

ново условие: българската армия да преустанови операциите срещу сръбите и гърците. Междувременно румънската конница достига село Враждебна, Софийско.

**- Какви са ходовете на правителството на Радославов? Имало ли е изобщо полезен ход?**

- То е принудено да търси примирие със сръбите и гърците, но те му отказват всякакви

Лозенград и Одрин. Опожарени са десетки села, а населението им е прогонено. В началото на август Русия и Великобритания оказват натиск върху цариградското правителство да изтегли войските си зад старите български граници.

**- Какви са споразуменията от Букурещкия мирен договор?**

- България отстъпва на Румъния Южна Доб-

сметка получава минимално разширение на територията си - само около 11 000 кв. км. Кое-то прави 17%, докато Сърбия разширява територията си с 85%, а Гърция със 100%. Османската империя губи най-много територии, но успява да си върне Източна Тракия.

**- А икономическите последици?**

- Двете Балкански войни се отразяват твърде отрицателно на българското стопанство. Това се отнася преди всичко до земеделието, което е главен източник на приходи на държавата и изхранва почти 3/4 от населението на страната. Стопанските последици са три: значителен бюджетен дефицит поради теглене на гигантски заеми (500 милиона марки) от чужди банки, главно германски, за въоръжаване и издръжка на армията. На второ място са разходите за издръжка на бежанци, които са повече от 250 хил. души, на сираците и на вдовиците и на трето място, инвестиции в новоприсъединени територии, където се създават нови административни структури.

**- А каква е участта на българите в Македония?**

- Окупирането на Вардарска Македония от сръбските войски е съпроводено с опит за прогонване на българския интелектуален елит - учители, свещеници, лекари и по-богати хора. Пристъпва се към насилствена денационализация и асимилация. Закриват се българските училища, сменят се имената на населението. Сръбската четническа организация "Черна ръка" провежда поредица от наказателни акции с арести, побои и масов терор. Българските митрополити от Скопие, Охрид, Битоля и Дебър са прогонени в България.

ВМОРО организира съпротивително движение, което през септември 1913 г. вдига Охридско-Дебърското въстание, но то бързо е потушено с изключителна жестокост от сръбската армия.



ла по инициатива на амбициозния ген. Савов, подкрепян от генералитета на армията, вероятно с дискретно участие на дворцовата камарила. Той и другите ни генерали са убедени в непобедимостта на българското оръжие и вярват, че армията ни е в състояние сама да накаже съюзниците с мощен военен удар. За тази оценка те имат право, но при условие че войската ни ще води военни действия само срещу армиите на Сърбия и Гърция. Обаче политическата недалновидност и липсата на задълбочен анализ относно позиционирането на другите антибългарски сили, тези на Румъния и на Турция, ги тласка към вземане на фаталното решение, което води до национална катастрофа.

**- Румъния кога се включва във войната?**

- След едностранно-

пия румънските претенции. Войските на северната ни съседка напредват към Шумен и Варна.

**- А какво прави кабинетът на Стоян Данев?**

- Подава си оставката... Правителството пада на 2 юли, а на 3 юли цар Фердинанд се обръща към румънския крал Карол с молба да прекрати интервенцията, като заявява, че приема исканията на Румъния за Южна Добруджа. На 4 юли е съставен кабинет от д-р Васил Радославов, който уведомява румънското правителство, че България отстъпва Южна Добруджа на Румъния.

**- Как реагират на тази новина Сърбия и Гърция?**

- Те се договарят да продължат военните действия срещу България, за да си осигурят допълнителни териториални придобивки в Македония. А румънското правителство поставя

преговори и продължават военните си операции. Сръбите окупираят, заедно с румънците, цяла Северозападна България без гр. Видин.

**- А българската армия?**

- Тя успява да обкръжи цялата гръцка армия в Кресненското дефиле и крал Константин е принуден да поиска спешно спиране на бойните действия. На мирна конференция в Букурещ е договорено примирие, което влиза в сила на 18 юли 1913 г.

**- Кога и Турция се включва в разграбването на България?**

- Османското правителство следи с интерес развитието на военните действия между бившите съюзници. На 29 юни турската флота започва десантни операции, а на 30 юни сухопътните сили настъпват от Чатаджа и Булаир към старата българска граница, превземайки Люлебургас, Виза, Бунархисар,

руджа. Българо-сръбската граница преминава по вододела между Вардар и Струма. Българо-гръцката граница преминава по Беласица и Места. След това се сключва Цариградският мирен договор, съгласно който България си запазва Беломорска Тракия, а Османската империя си възвръща Одрин, Лозенград, Бунархисар и Люлебургас.

**- Каква е равностметката ни след края на втората Балканска война?**

- Трагична. България изнася основната тежест на войната с Турция, дава най-много жертви, а в крайна

**Ако искате да научите повече подробности по темата, потърсете в книжарниците книгата „Българската национална кауза 1762-2012“ на акад. Григор Велев**



# Моят град

## СОФИЯ



### Археологическото наследство ще бъде спасено

„Ларгото ще стане най-голямата атракция на града“. Това заяви кметът на Столична община Йорданка Фандъкова на пресконференция, в която бяха представени съвместните мерки между Министерството на културата и

общината за спасяване на археологическото наследство на територията на Античен културно-комуникационен комплекс "Сердика". Г-жа Фандъкова съобщи, че общината със своите специалисти и със съответните материали ще направи временна кон-

сервация. "Министерството на културата с техните експерти ще направят отводняването, поставяне на временни помпи, докато се реализира целият проект. Зелени системи ще почистят тръбите - за съжаление водата не може да се изпомпва на 100% и това се вижда, защото не го позволява теренът", обясни Фандъкова. "Столична община е показала в последните години ангажимента към културно-историческото наследство на града и за мен е неприятен фактът, че е в такова състояние най-атрактивният от обектите", каза още столичният кмет. По думите ѝ в обекта Столична община е вложила 6 млн. лв. за разкопките и за укрепването на конструкцията.

## БУРГАС

### Летището посрещна двумилионния пътник за 2014 г.



На летище Бургас с полет от Минск на авиокомпания "Бела-виа" кацна двумилионният пътник за 2014 година. Тя се казва Надежда Макаревич и пристигна заедно със съпруга си Юрий Абражевич и двете им деца Константин и Екатерина. Беларуската гражданка и семейството ѝ бяха изненадани от "Fraport Twin Star" с ВИП обслужване, индивидуален трансфер с луксозен автомо-

бил. Една от най-хубавите си стаи и комплимент за гостите предостави хотел "Хризантема" в Слънчев бряг, а обслужващата ги страна "Теди Кам" допълни комплекта подаръци, предоставяйки им безплатно посещение на една от най-предпочитаните от туристите екскурзии. Специалните гости бяха посрещнати на самолета от г-н Георги Чипилски - директор на летище Бургас, д-р Лорис Мануелян - зам.-кмет на Община Бургас, и представители на авиокомпания "Бела-виа". През тази година двумилионният пътник на летище Бургас кацна 3 дни порано спрямо миналата година. Към момента летище Бургас бележи 3% ръст на обслужените пътници от началото на годината до момента. Традиционно най-много са пътуващите от Русия, следвани от Великобритания и Германия.

## БЛАГОЕВГРАД

### Въженият парк ще бъде достъпен за всички деца

Започна изграждането на въжения мегапарк в парк "Бачиново", който ще бъде открит на седми септември. Новото съоръжение ще бъде единствено по рода си в региона и по настояване на кмета Атанас Камбитов ще се използва срещу минимална такса от един лев, за да бъде достъпно за всички деца. "На атракциите в този парк трябва да се радват всички благаевградски деца, затова цената на входния билет ще бъде минимална", каза д-р Камбитов. В допълнение са предвидени и други облекчения. Всички съоръжения в парка ще отговарят на основните изисквания за безопасност съгласно

действащите европейски стандарти. Според специалисти игрите във въжените паркове помагат на децата да укрепват физически и психически. Масщабната стратегия на общинското ръководство предвижда в парк "Бачиново" да бъде разположен още един фитнес на открито, но от южната страна на езерото. Той ще разполага с 6 уреда, един от които ще бъде специално за хора с увреждания. Така на територията на парка ще има общо два фитнеса и 10 уреда за тренировка. Плановите на екипа "Камбитов" предвиждат още обособяването и на футболно игрище в близост до детската площадка в парка.

## ПЛОВДИВ

### Пол Грийн ще снима уникалното шоу на PARADISE LOST



Известният режисьор и видео-продуцент Пол Грийн ще снима концерта на PARADISE LOST в Пловдив. Британецът предприе специално разузнавателно пътуване до България, за да огледа Античния театър. Грийн направи схема на разположението на камерите и други предварителни подготвителни

работи.

PARADISE LOST ще свирят за първи път с оркестър на 20 септември, като ще изпълнят 8 от песните в програмата си заедно с Филхармонията на Държавна опера Пловдив под диригентството на Левон Манукян. След това групата ще представи още песни самостоятелно.

От коментарите във Фейсбук става ясно, че уникалният концерт привлича вниманието на почитатели на групата от цяла Европа, които няма да я пропуснат за първи път на живо с оркестър. Закупени са билети и от Франция, Германия и Испания.

Шоуто ще бъде издадено на Blu ray и DVD от компанията Century Media.

## СТАРА ЗАГОРА

Общината подписа договорите за проектиране на важни инфраструктурни обекти. "През програмния период 2014-2020 г. Стара Загора ще се превърща във все по-модерен и динамично развиващ се европейски град." Това каза зам.-кметът Йордан Николов при подписването на договорите с проектантските фирми, които ще изготвят работните инвестиционни проекти за модернизиране на градската среда в Стара Загора. Проектът "Създаване на проектна готовност за кандидатстване на община Стара Загора по

### Стартират важни инфраструктурни обекти

Оперативна програма Регионално развитие за периода 2014-2020 г." е на стойност 1,5 млн. лв. и е с продължителност 18 месеца. "Сред проектите са важни инфраструктурни обекти, които са с голям обществен отзвук и ще променят облика на Стара Загора", подчерта Йордан Николов. Сред тях са пешеходната зона по бул. "Цар Симеон Велики" - от ул. "Хаджи Димитър Асенов" до бул. "Патриарх Евтимий", парк "5-ти октомври" (градска градина), парк

"Митрополит Методий Кусев" (Аязмото), площад "Берое", надлезът над жп линията и бул. "Славянски", десетки улици и междублокови пространства, кварталите "Три чучура - север", "Три чучура - юг", "Казански", училища и детски градини и др. Предстоят обществени обсъждания за повечето от проектите и затова призовавам гражданите да бъдат активни и да вземат участие в тях, за да бъдат чути и обсъдени всички предложения", каза зам.-кметът.

## ВАРНА



Символ на доброволец беше открит във Варна навръх празника на града - Успение на Пресвета Богородица. Символът е изграден в знак на благо-

### Издигнаха 4-метров Символ на доброволеца

дарност и похвала за безкористната помощ, която оказаха стотици доброволци на пострадалите хора в кв. "Аспарухово" след водното бедствие на 19 юни. Поставянето се намира в градинката до читалище "Просвета" в квартал "Аспарухово".

Идеята на кмета на града Иван Портних за изграждане на такъв символ се възприе с ентузиазъм от Обществения съвет по естетизация на градската среда и през юли работна гру-

па от художници и поети предложи макети на символа и текстове за паметната плоча. От тях бяха одобрени проектът на художника Венцеслав Антонов и текстът на поетесата Елка Няголова. Символът е наречен "Благодарност" и е висок близо 4 метра, изработен е от листова стомана и представлява три ръце, съединени над плочата.



# Как и от кого се наследява пенсия

Загубата на близък роднина е тежък момент в живота на всеки човек независимо от неговата възраст. Особено чувствителни към такава загуба са най-младите хора, защото освен мъката от ненавременната раздяла с човека, когото обичат и който се е грижил за тях - родителя, те се изправят пред трудности с осигуряването на

издръжката си, докато ходят на училище или следват. Не по-безпроблемно е положението, когато почина единият съпруг в семейството, а преживелият съпруг остава с много намалени доходи. Поради тази причина законодателят е предвидил заместваща грижа от страна на държавата чрез отпускането на наследствена пенсия.



Владислава ГАЛЕВА,  
юрист

**П**раво на наследствена пенсия имат децата, преживелият съпруг и родителите. Наследяват се всички лични пенсии с изключение на пенсии за гражданска инвалидност, социалните пенсии за старост или инвалидност, пенсията - държавна награда, и персоналните пенсии. Отпускането на персонални пенсии е регламентирано в чл. 92 от Кодекса за социално осигуряване, според който Министерският съвет по определени от него условия и ред в изключителни случаи може да отпуска пенсия на лица, по отношение на които не са налице някои от изискванията на Кодекса за социално осигуряване. Този вид пенсия не е свързана с трудовата дейност и средствата за изплащането ѝ са за сметка на републиканския бюджет.

Когато наследник направи отказ от наследство, този акт не го лишава от право на наследствена пенсия.

## Наследствена пенсия за деца

Децата имат право

на наследствена пенсия до навършване на 18-годишна възраст, а ако след като станат пълнолетни, продължат своето образование, те ще получават наследствената пенсия за срока на обучението, но не по-късно от навършването на 26-годишна възраст. Наследствена пенсия може да се получава и над тази възраст, ако лицата са получили инвалидизация до 18-ата си годишнина, съответно до 26-годишната си възраст.

Право на наследствена пенсия имат както родените в брака, така и извънбрачните и осиновените деца. При пълно осиновяване децата нямат право на наследствена пенсия от родените си родители и обратно, освен в случаите, когато родителят на осиновения е съпруг на осиновителя. Ако междувременно осиновяването се прекрати, осиновените деца възстановяват правото си на пенсия от родените си родители и обратно.

За лица, които учат след навършване на 18-годишна възраст, се смятат тези, които продължават образованието си в училищата, създадени по реда на Закона за народната просвета, независимо от степента и формата на обучение. Това обстоятелство те установяват в началото на всяка учебна година с документ от съответното учебно заведение. Наследствена пенсия могат да получават и лица, навършили 18-годишна възраст, независимо от формата и степента на обучението им, приети и записани във висшите училища, създадени по

реда на Закона за висшето образование, като те установяват това обстоятелство в началото на всеки семестър с документ от съответното висше училище.

За лица, които продължават обучението си в учебни заведения в други държави, обстоятелството се установява с документи, издадени от чуждестранното висше учебно заведение в началото на всеки семестър или учебна година, като документите в зависимост от страната трябва да бъдат оформени в съответствие с разпоредбите на двустранните или многостранните международни договори, по които Република България е страна, или на Правилника за легализациите, заверките и преводите на документи и книжа.

Право на наследствена пенсия имат и тези лица, които са прекъснали обучението си поради заболяване, съгласно правилата на съответното учебно заведение, както и поради бременност, раждане и отглеждане на малко дете до навършване на 3-годишната му възраст, но общо за не повече от 2 години. Ако възникне обстоятелство по прекъсването на обучението поради незаверен семестър, имащият право на наследствена пенсия я получава до датата, посочена в заповедта на ректора, а ако няма такава дата - до датата, на която е издадена заповедта.

Наследствената пенсия се получава и през периода на ваканциите. За всяка нова учебна година, която е записана, трябва да се предс-

тави удостоверение за това обстоятелство от съответното учебно заведение. Удостоверението се представя в НОИ, защото в противен случай пенсията ще бъде спряна. Ако удостоверението не се представи навреме, а по-късно, пенсията ще бъде изплатена и за отминалия дължим период.

## Наследствена пенсия за преживял съпруг/съпруга

Преживелият съпруг има право на наследствена пенсия 5 години по-рано от възрастта за придобиване на пенсия за осигурителен стаж или преди тази възраст, ако е неработоспособен. Пенсия за осигурителен стаж и възраст се придобива при навършване на определена възраст.

## Наследствена пенсия за родители

Родителите имат право на наследствена пенсия от починалото си дете, ако са навършили възрастта за пенсиониране съгласно Кодекса за социално осигуряване и не получават лична пенсия.

## Как се определя наследствената пенсия

Наследствената пенсия се определя като процент от полагащата

се лична пенсия на починалото осигурено лице както следва:

- при един наследник - 50 на сто;
- при двама наследници - 75 на сто;
- при трима и повече наследници - 100 на сто.

Наследствената пенсия се отпуска общо на всички лица, които имат право на тази пенсия, и се разпределя поравно между тях.

## Процедура по отпускане на наследствена пенсия

За да се получи наследствена пенсия, е необходимо на първо място да се подадат документи за получаване на наследствена пенсия в Главно управление "Социално осигуряване". Наследниците прилагат и удостоверение, което се издава от общинската администрация. Това удостоверение е различно от удостоверението за наследници и съдържа допълнителна информация, като осиновяване и разсиновяване, настояничество и попечителство, когато наследодателят е бил самотен родител, при доказване на родителски права и др.

Лицата, които имат право на наследствена пенсия, трябва първо да подадат молба за издаване на удостоверение за наследници до общината (района, кметството) по постоянния адрес на починалия, както и удостоверение за отпускане на наследствена пенсия.

Самата молба за получаване на наследствена пенсия правоимащият наследник подава в общината (района, кметството) по последния постоянен адрес на починалия. Към нея се прилагат удостоверението за наследници и други доказателства и документи.

За да бъде приета молбата, първо се проверява дали подателят ѝ отговаря на изискванията на чл. 82 от Кодекса за социално осигуряване, а именно дали е сред посочените в закона правоимащи лица. След като се установи чрез справка в личния регистрационен картон на починалото лице или в личния регистрационен картон на наследниците, че лицето отговаря на изискванията на закона, на лицето се издава исканото удостоверение за отпускане на наследствена пенсия.

За издаване на удостоверение за отпускане на наследствена пенсия така не се заплаща. Сроктът, в който следва да бъде издадено удостоверението за отпускане на наследствена пенсия, е 7 работни дни.

В случай че се получи отказ за издаване на удостоверение или не сте съгласни с размера на отпускнатата пенсия, този отказ може да се обжалва пред директора на съответната териториална дирекция в срок до 3 месеца от получаването му. Ако отново не сте удовлетворени от решението, спорът може да се отнесе пред съда.



# ЖИВОТ & ЗДРАВЕ

2 - 8 СЕПТЕМВРИ 2014

## Здравните рискове на есента

Според специалистите простудата може да отключи урологична инфекция. Защо възпалителните проблеми на отделителната система се увеличават през този сезон и как да се предпазите ще научите

на стр. 18

## Да забавим стареенето на мозъка

Никой не е застрахован от нарушения в паметта, а с напредването на годините за много хора забравянето се превръща в проблем. Има обаче препарати, които подобряват пъргавината на ума, познавателната функция и премахват последиците от стреса. Кои са те прочетете

на стр. 22

## Какво не знаем за човешките органи

Често ни се струва, че някои органи в собственото ни тяло са създадени само за да ни причиняват неприятности. Доколко това е вярно и какво е научно обяснение за съществуването им вижте

на стр. 25

## Рагуката - плевел или лекарство



Свикнали сме да виждаме глухарчето, популярното име на радиката, къде ли не. Подминаваме го, но експертите твърдят, че грешим. Непретенциозното растение съдържа изключително ценни за човешкия организъм вещества. Повече за глухарчето

на стр. 27

## СОЛТА УБИВА ВСЕКИ ДЕСЕТИ ЖИТЕЛ НА ПЛАНЕТАТА

Световната здравна организация препоръчва на възрастните хора да не употребяват повече от 2 грама натриева сол на ден. А съвсем скорошно изследване е установило, че превишаването на тази норма води до сърдечносъдови заболявания и до смъртта на една десета от жителите на планетата годишно. Натрият може да се открие в много продукти - готварската

сол, млякото, цвеклото и даже целината. Добавят го в големи количества в обработените продукти, включително в месото и хляба. Излишъкът на натрий повишава кръвното налягане, което увеличава риска от инсулт и сърдечносъдови заболявания. Според специалистите обаче не се обръща достатъчно внимание на пораженията върху здравето, които нанася прекомерната

му употреба. Анализирайки данните от 205 изследвания, обхванали 75% от населението на Земята, учените установили, че в целия свят средната употреба на натрий е 3,95 грама на ден, което два пъти превишава нормата. Тенденцията се наблюдава в една или друга степен във всички държави. Например в Африка средната употреба на сол е 2,18 г, в САЩ - 3,6 г, в Централна Азия -



5,51 г. Най-много смъртни случаи вследствие на сърдечносъдови заболявания, предизвикани от прекаля-

ването със солта, са констатирани в бедните държави и страните, чиито жители имат средни доходи.

## ЖИВОТЪТ В ГРАДОВЕТЕ ПРЕДИЗВИКВА АЛЕРГИИ

вяха, че когато живеят в градовете, те по-често страдат от алергии към мляко, яйца и фъстъци. Според резултати от изследване, проведено от специалистите, всяко десето дете, живеещо в градска среда, има хранителна алергия. А при децата, родени в гъсто населени райони, непоносимостта към фъстъци и мекотели се диагностицира над два пъти по-често. Това е особено актуално за децата, които не са могли да изработят имунитет про-

тив разпространените бактерии заради широкото използване на дезинфекциращи средства, употребата на антибиотици или ако са родени със секцио. Повишен риск се наблюда-

вал дори когато бекетата са били кърмели. Затова специалистите съветват родителите да използват всяка възможност да извеждат наследниците си сред природата.



Градският живот не се отразява благоприятно върху

здравето на децата. Учени от университета "Джон Хопкинс" устано-

## АКТАВИС ДАРИ ЛЕКАРСТВА НА ПОСТРАДАЛИТЕ В МИЗИЯ

Активис се включи в дарителската кампания за подпомагане на пострадалите от наводнението в гр. Мизия. В знак на съпричастност най-голямата фармацевтична компания у нас дари 600 опаковки лекарствени продукти от първа необходимост.

Дарението включва ОТС продукти от портфолиото на компанията - Ацетизал, Беналгин, Проалгин, Спазмалгон, Цитровит Витамин С и

Парацетамакс. Лекарствените продукти бяха доставени в МБАЛ Бя-

ла Слатина - основната болница в региона на бедствието.



Можете да поръчате линейка с екип за пренасяне на болни на телефони: 02 49 69 000; 08 89 12 69 00, или чрез имейл: [office@lineikata.bg](mailto:office@lineikata.bg)



• специализиран медицински транспорт от врата до врата в София, страната и чужбина

### Медик Транс Асист

• Специализиран медицински транспорт от врата до врата в София, страната и чужбина

## ИМОМЕД

Лоперамид хидрохлорид 2 мг x 10 табл.



- ✓ Бърз ефект
- ✓ Отлична цена



Лекарствен продукт без лекарско предписание.  
За възрастни и деца над 12 год.  
Преди употреба прочетете листовката!

А 70/18.04.2013



# ПРОСТУДАТА НА КРАКАТА МОЖЕ ДА ОТКЛЮЧИ УРОИНФЕКЦИЯ

Вярно ли е разпространеното убеждение, че есента носи често неприятности за хората с проблеми в пикочните пътища? Какво е мястото на билковите препарати при профилактиката и лечението на тези страдания и на какво се дължи ефектът им? Отговорът е на д-р Янка Георгиева, началник на отделениято по нефрология към МБАЛ "Пловдив".

Възпалителните проблеми на отделителната система се обострят през есента и зимата, болните при нас се увеличават, като основният фактор за това

е простудата. Преохлаждането, специално на краката и кръста, винаги се отразява неблагоприятно при пациентите с хронични бъбречни заболявания. Обяснението - ешерихия ко-

ли, най-често причиняващата рецидивиращи инфекции бактерия, има свойството да си губи обвивката, да се "вмества" между клетките на бъбрека и само едно преохлаждане е достатъчно тя да атакува отново. Така че от простуда, и то не само през студения сезон, трябва да се пазят най-вече хората с хроничен проблем. Важно е краката да са на топло и сухо.

Полът има също значение по отношение на

риска. Жените са по-уязвими, особено по време на бременността. Втората податлива на такива повтарящи се инфекции група са възрастните. Симптомите са много добре различими. Най-често хората търсят нефролог, когато имат чести позиви за уриниране, парене, болки при уриниране, болки в кръста, зачестило нощно уриниране, промяна в цвета на урината - това са все оплаквания, които навеждат на

мисълта за инфекция на отделителната система. За да се установи обаче точната диагноза, лекарят предписва необходимите изследвания.

Дори човек да не е имал никога уроинфекция, профилактичното изследване на урина поне веднъж годишно е необходимо. Ако обаче даден пациент има проблеми с пикочните пътища, то първата стъпка по отношение на профилактиката е потесняният контакт с неговия лекар, за да може при появяла се необходимост да не се забави лечението. За предпочитане е острата фаза да бъде лекувана в болница, а последващият период - в домашни условия. Билковите препарати имат място най-вече в периода след прилагането на антибиотичното лечение - като

т.нар. "опашка" на лечението. Тези препарати се използват широко заради предимството, че не са токсични, не водят до увреждането на други органи, подобряват общото състояние на организма. В много случаи продуктите на билкова основа укрепват както общия, така и локалния имунитет - това е също много важен момент, защото по този начин се ускорява оздравителният процес.

Аз имам в практиката си много добър (включително и личен) опит с препарата "Урокомфорт". Ефектът му е отличен, понася се леко, може да се приема и по-продължително време. Първоначално поне един месец, а после през два-три месеца може да се провежда отново курс.

## БЪДЕЩЕ ЗА РОБОТИЗИРАНИ ОПЕРАЦИИ В УРОЛОГИЯТА

УМБАЛ "Д-р Г. Странски" в Плевен разполага вече с два робота Да Винчи. Най-продължителен опит с тази високотехнологична апаратура има екипът на проф. Григор Горчев - в областта на гинекологичната хирургия. Вече е поставено началото и на урологичните роботизирани операции, като досега екипът на доц. Николай Колев е извършил почти 30. "Простатната жлеза е много труден за опериране орган, тъй като се намира дълбоко в малкия таз и от всички страни е заобиколен с тъкани - дебелото черво, нервите, които отговарят за това мъжът след това да може да уринира нормално и да има нормална сексуална функция. С робота Да Винчи можем да извършим тези операции много по-лесно, по-щадящо, като съхраним тези тъкани. За съжаление все още

няма реимбурсиране на тези операции и разходите се поемат изцяло от болницата" - казва доц. Колев.

В световен мащаб най-голям брой роботизирани операции се извършват именно в урологията, предимно за радикална простатектомия при простатен карцином. В САЩ около 85% от операциите при този вид рак се извършват чрез робот. В Европа роботизираната урологична хирургия също се развива бързо - примерно в Швеция тези операции са 85%, а само в Милано има 12 робота. Доц. Колев пояснява, че заедно с елиминирането на фактора човешка грешка се постига същият, а и по-добър процент на онкологичен контрол на заболяването. Целта е при операцията да не останат никакви ракови клетки и да няма рецидив.

Хранителна добавка

# Urocomfort

Благоприятно повлиява  
функцията на пикочните пътища



**Урокомфорт при уроинфекции**

**ESOPHARM** Бул. "Черни Врх" №14 Бл. 3, 1421, София, България.  
Тел. 02/ 963 15 96, 983 15 97, Факс: 02/ 963 15 61

Европейски съюз

ОПМВ България и действа

ЕСО

**ОПЕРАТИВНА ПРОГРАМА „АДМИНИСТРАТИВЕН КАПАЦИТЕТ“**

Изпълнителна агенция по трансплантация

Проект:

„Електронно обслужване на граждани и бизнес чрез изграждане на интегрирана информационна система, предоставяща административни услуги в ИАТ“

www.bgtransplant.bg

Проектът се осъществява с финансовата подкрепа на Оперативна програма „Административен капацитет“, съфинансирана от Европейския съюз чрез Европейския социален фонд.



Д-р Марияна Симеонова е завършила Медицинската академия в София. Има специалност по анестезиология и реанимация. Работила е по специалността си във водещи клиники в България и в чужбина. От януари 2013 г. е изпълнителен директор на Изпълнителната агенция по трансплантация. Гледа на работата си като лекар, който трябва да се погрижи за пациентите - чакащи или вече трансплантирани.

**Д-р Симеонова, на какво се дължи увеличаването на трансплантациите от донори в мозъчна смърт през последните една-две години?**

- Дължи се основно на близките на починалите хора, които даряват техните органи, за да спасят чужд живот. Искам да Ви уверя, че изконна българска черта е милосърдието и безкористното дарителство. Напоследък често се говори негативно за нашия народ по различни поводи. Но истината е, че хора в цялата страна са склонни дори в най-голямата си мъка, когато са загубили родител, дете, съпруг, да помогнат на другия. Това са истински достойните българи. Другият фактор за увеличаването на трансплантациите е трудът и отдадеността на лекарите. Въпреки кризата, проблемите, негативната настройка на част от обществото лекарите от най-тежките специалности - анестезиология и реанимация, хирургия, имунология, работят от сърце и душа в опит да спасят всеки свой пациент.

**- Дълго време обаче имахме само единични случаи на донорство...**

- Защото хората нямаха информация, не им беше обяснено какво точно означава мозъчна смърт, как тя се установява и доказва, какво става с органите, които даряват... Виждаме, че когато има повече информираност за същността на донорството и за трансплантациите, много хора откликват. Важното е всички да са сигурни, че в тази област не може да има злоупотреби, всичко е изключително прозрачно, в процеса участват десетки специалисти.

**- Кое всъщност е най-трудното при трансплантациите?**

- Това, че освен медицински професионализъм те изискват много морални сили, а всичко трябва да се

извърши в неимоверно кратки срокове. Веднъж лекарите се борят за спасяването на пострадалия пациент, а когато се установи, че въпреки всичко е настъпила мозъчна смърт, колегите трябва да се преборят за спасяването на други пациенти. Това включва тежък разговор с близките, изключително сложно поддържане на сърцето на донора, експлантация, съхраняване и транспортиране на органите, подбор на най-подходящите реципиенти, трансплантациите, възстановяването на реципиентите.

**- В момента прилагат ли се законът чисто административно - ако някой не е заявил, че не желае да бъде донор след смъртта си, неговите органи да се взимат в съответната ситуация?**

- Всеки човек според закона има право да заяви по определен ред, че след смъртта си не желае да бъде донор. За това при нас се води специален регистър, до който достъп имат строго определен кръг хора. Но това не означава, че ако някой не е заявил отказ от донорство, неговите органи при настъпването на мозъчна смърт ще се вземат без съгласието на близките. Близките задължително се информират и се иска тяхното решение. Хората все по-често се съгласяват да дарят органите, защото осъзнават, че благодарение на отишлия си тежен роднина дават шанс на няколко души да живеят. Няма по-благородна постъпка от тази. В Испания например има по 46 трансплантации дневно и само 2-3 процента от близките на пациенти в мозъчна смърт отказват да дарят органите. Но там приживе в семействата са водени разговори на тази тема и се знае желанието на всеки дали иска, ако с него се случи нещастие, да се дарят органите му. Всеки може да се окаже и от другата страна - да се нуждае от дарите-

# ЧОВЕШКАТА ДОБРОТА СТОИ В ОСНОВАТА НА ТРАНСПЛАНТАЦИИТЕ

● С д-р Марияна Симеонова разговаря Петър Галев



Хората все по-често се съгласяват да дарят органите, защото осъзнават, че благодарение на отишлия си тежен роднина дават шанс на няколко души да живеят

лски орган, за да продължи да живее... Много е важна тази зрялост на обществото и ние вървим към нея.

**- Какви обикновено у нас са мотивите на хората, които даряват органите на починалите си близки?**

- Прекият контакт с тези хора е от страна на координаторите по донорство в съответните болници в цяла България. Това, което те споделят пред мен, е, че близките изразяват увереността си, че самият починал тежен роднина би искал да помогне на други хора да живеят. Нека всеки да се замисли в колко тежка ситуация, в какъв шок са тези хора - от една страна, научават страшната вест, че са загубили най-скъп човек, а съвсем скоро трябва да вземат и решение даряват ли органите му. Позитивното решение е най-висшата форма на човешка съпричастност, на доброта и безкористност. Важно е обаче предварително

да знаеш какво е мозъчна смърт и защо сърцето все още бие, но човекът си е отишъл от този свят. Тази информираност е отговорност и на лекарите, и на медиците, и на образователната система.

**- Кажете накратко какво е мозъчната смърт.**

- Това е състояние, което е равносилно на биологична смърт. Няма шанс човек в мозъчна смърт да оживее, за съжаление. Става въпрос за пълно прекратяване на кръвообращението в мозъка и загиването му. Сърцето има определени автоматизми, които му позволяват да работи още известно време, разбира се, с помощта на сложни реанимационни методи. Но човекът е загинал. Има редица категорични критерии и изследвания за установяването на това състояние. След настъпването на мозъчната смърт имаме съвсем кратко време да поддържаме кръвообращението в другите органи, така че те да могат да се използват за спасяване на тежко болни пациенти.

**- Какво правят координаторите по донорство?**

- Това са лекари реаниматори, които работят като останалите си колеги, дават дежурства, спасяват всеки ден живот. Но освен това са отговорни, когато

в тяхната болница попадне пациент, най-често след тежка черепно-мозъчна травма или спонтанен мозъчен кръвоизлив, и този пациент въпреки всички усилия за спасяването му изпадне в мозъчна смърт, да предприемат необходимите стъпки за искане на съгласие от близките и поддържане на тялото за евентуално даряване на органите. Това е много тежък труд, искрено съм благодарна на колегите за всеотдайността им! Но подробна информация всеки може да намери на [www.bgdonor.com](http://www.bgdonor.com). Искам да Ви уверя, че за всеки пациент се полагат неимоверни усилия да бъде спасен след мозъчен инцидент. И повечето пациенти оцеляват. Някои от тях остават във вегетативно състояние - така наречената будна кома. Но те все пак са живи. Докато при мозъчна смърт изходът е еднозначен и негативен.

**- Какво лично Вас Ви мотивира да оставите за известно време практическата работа като анестезиолог реаниматор и да се захванете с управлението на Агенцията по трансплантации?**

- Познавам в детайли всекидневната работа в операционната и в реанимацията и тя винаги ми е носила удоволствие. Натрупаният опит сега ми позволява

да бъда партньор на всички колеги, които участват в процеса по извършването на трансплантациите. Приемам като мисия обществото да бъде по-добре информирано за трансплантациите, както и за същността на лекарския труд. Никой няма полза от това, че губим лекари заради недоверие и неуважение към тях. Не е водещият мотив заплащането за изтичането на лекари навън. Постоянният негативизъм към колегите ги демотивира най-много!

**- Има ли ограничение за възрастта на един донор?**

- Вече няма. Преди години е имало такива ограничения, но науката и практиката доказаха, че е важно конкретното състояние на един донор, а не възрастта му. Но в много случаи млади хора в мозъчна смърт не могат да станат донори по чисто медицински причини. Също така е мит, че всеки загинал при катастрофа може да стане донор. Ако човек загине на място, без да е стигнал до болница, няма как да е донор, органите са трайно увредени.

**- Какъв е шансът ни да влезем в Евро-трансплант?**

- Реално от 6 януари 2014 г. сме асоцииран член на Евротрансплант. Когато имаме донор, но нямаме подходящ реципиент у нас, можем да подадем съобщение и с органите да се спасят хора в други европейски държави. Вече сме подали четири органа, за които у нас не е имало подходящ реципиент, и благодарение на това вече имаме първия българин, на когото е трансплантиран бял дроб от донор от Австрия. Още една млада пациентка е в европейския списък за чакащи за бял дроб. Всичко е еквивалентно. Ако ние даряваме, и на нас ще даряват. Няма как само да искаме, а да не даваме. Това е една общоевропейска солидарност от най-високо ниво.



# В СТАРА ЗАГОРА ЛЕКУВАТ АРИТМИИ С АВАНГАРДЕН МЕТОД

**З**а първи път извън столицата беше извършено електрофизиологично неутрализиране на животозастрашаваща сърдечна аритмия в МБАЛ "Св. Иван Рилски" - Стара Загора. Това съобщава болницата в профила си в CredoWeb. Отскоро там вече разполагат с модерна апаратура за електрофизиологично лечение и диагностика. Апаратурата позволява на кардиолозите по безкръвен път да достигат до увредения участък в сърдечния мускул, който предизвиква аритмията, и буквално да го изгорят с пускане на радиорефрак-

тентна енергия. До мястото на аритмията се достига по венозен път чрез прецизно въвеждане на специални катетри през вените на долните крайници на пациента.

Първият опериран в старозагорската болница е 76-годишен мъж от Казанлъшко, страдащ от години от сърдечна аритмия, лекувана безрезултатно с медикаменти. След операцията аритмията е премахната окончателно, а пациентът се възстанови бързо и сърцето му вече работи много добре, казва началникът на Кардиологично отделение с интервенционен център в МБАЛ "Св. Иван Рилски" д-р

Борислав Борисов. Самата интервенция беше извършена от неговите колеги кардиолози в болницата - д-р Михаил Протич и д-р Милко Стоянов.

"Досега тези аритмии се лекуваха единствено медикаментозно, което невинаги даваше резултат. Съществуват доброкачествени аритмии, както и злокачествени, които са животозастрашаващи. Има и аритмии, които могат да бъдат оперирани - те са неблагоприятни в дългосрочен план и водят до влошаване състоянието на пациентите, до многократни визити до спешните центрове



за медицинска помощ и често до хоспитализация. Наличието на тази апаратура вече ни позволява да лекуваме окончателно сърдечните аритмии в почти 100% от случаите", посочи д-р Борисов.

"Всички процедури в кардиологичното отделение на МБАЛ "Св.

Иван Рилски" - Стара Загора са по клинични пътеки, при нас няма допълване въобще за всички болни, които се нуждаят от инвазивна помощ, постоянна кардиостимулация, от имплантация на сложни устройства", допълни той.

Внедряването на модерната система за

безкръвно лечение на сърдечни аритмии е част от стратегията на инвеститорите от "Металик" АД за развитие на МБАЛ "Св. Иван Рилски" като високотехнологичната болница на България, в която се практикуват най-съвременните методи на лечение в света.

## ЛИТОТРИПТЕР РАЗБИВА И НЕВИДИМИ ЗА РЕНТГЕНА КАМЪНИ



**Н**ов литотриптер позволява разбиране на камъни в бъбреците и уретера под ехографски контрол, съобщава в профила си в CredoWeb Сити Клиник Брегалница във Варна. Апаратът "открива" рентген-негативни камъни и спестява рентгеново облъчване на пациента. Вече има случаи на уратен камък с размер 17 мм, който е открит и успешно разбит с новия литотриптер. Методът на екстракорпоралната литотрип-

сия не извежда човека от ежедневието - процедурата трае около 30 минути. Не се слага упойка. Ударната вълна и системите за изобразяване могат да се въртят около една-единствена фокусна точка. Х-гау локализацията и ултразвуковите прозорци могат да вариат в много широки граници за оптималното изобразяване, без да се губи връзката с терапевтичния фокус.

Флексибилността на източника на ударни

вълни осигурява комфорт на пациента, който е винаги легнал на гръб. Исоцентричното рамо позволява разбиране на камъни и с ехографски контрол. Това е необходимо условие за рентген-негативната литиаза. Трансдюсерът на ехографа е в постоянен контакт с кожата, което осигурява продължително наблюдение по време на процедурата.

Методът на електромагнитната литотрипсия е един от най-разпространените терапевтични методи, но съществуват строги индикации за приложение: да няма остра инфекция, съпътстваща много често уролитиазата, камъкът да бъде в достъпни размери за литотрипсия - средно не по-голям от 2 см в диаметър. Хората смятат, че "разбиването" е някакъв механичен процес. Това не е така. Най-важното е да се знае, че ударната вълна, която се фокусира върху камъка, разрушава кристалната му ре-

шетка. По този начин го раздробява на по-малки парчета, за да бъде елиминиран по естествен път.

Конкременти до 20-25 мм са подходящи за този метод на лечение на бъбречнокаменната болест. Има пациенти,

при които конкременти до 10 мм се елиминират още след първата процедура. За някои случаи са нужни повече процедури.

Лечението по този метод в Сити Клиник Варна е безплатно за здравноосигурените па-

циенти. Методът се покрива изцяло от НЗОК с направление за хоспитализация по клинична пътека 75. Всеки пациент с доказани конкременти в пикочоотделителната система има право на 3 процедури за 12 календарни месеца.

### НЗОК В CREDOWEB:

#### Влизат в сила нови рецептурни бланки и протоколи за лекарства

От 15 август 2014 г. влязоха в сила нови рецептурни бланки и протоколи за предписване на лекарства, заплащани от здравната каса, съобщава НЗОК в профила си в CredoWeb. Това стана, след като в "Държавен вестник" от същата дата (бр. 68) е публикувана Наредба за изменение и допълнение на Наредба № 4 от 2009 г. за условията и реда за предписване и отпускане на лекарствени продукти. Тя предвижда изменения в образците на следните документи:

1. Рецептурна бланка МЗ-НЗОК №5;
2. Рецептурна бланка МЗ-НЗОК №5А;
3. Протокол за предписване на лекарства, заплащани от НЗОК/РЗОК;
4. Решение на онкологичния комитет по химиотерапия.

Фабрично отпечатаните рецептурни бланки могат да се използват до изчерпване на наличните количества, посочват от НЗОК. Издадените рецептурни бланки (в стария фор-

мат) могат да се приемат и отчитат от аптеките до изтичане на техния срок на валидност. В този случай магистър фармацевтът следва да вписва на ръка "УИН на отпускания магистър фармацевт".

Всички издадени до 30 септември 2014 г. от експертните комисии на съответните болнични лечебни заведения нови "Протоколи за предписване на лекарства, заплащани от НЗОК" - по стария образец, следва да се заверяват от РЗОК. При отпускане на лекарства по протоколи, издадени по стария образец, магистър фармацевтът следва да вписва на ръка "УИН на отпускания магистър фармацевт".

Болничните лечебни заведения, издаващи протоколи за лекарства за злокачествени заболявания, заплащани от НЗОК извън стойността на клиничната пътека, са уведомени за въвеждането и влизането в сила на новия образец "Решение на онкологичния комитет по химиотерапия" чрез районните здравноосигурителни каси.



**З**дравната ни система е устроена така, че ако човек се сблъска със сериозен проблем и се налага консултация или терапия при специалист, обикновено трябва сам да се ориентира в морето от информация къде, какво и как се лекува. Социалната мрежа за здраве CredoWeb е мястото, където всеки може да потърси решение за себе си. Богатата информация за нови терапии, съвети за справяне с различни заболявания се създават от самите потребители - лекари, стоматолози, болници и клиници. В credoweb.bg можете да намерите статии по темата, която ви интересува. Но не само това! Системата предлага опция да зададете конкретен здравен въпрос, да напишете лично съобщение до лекар или лечебно заведение, както и да си запишете час за преглед онлайн (ако докторът е активирал тази опция).

Има редица инструменти, с които потребителят (пациент) може да извлече максимална полза за себе си от credoweb.bg:

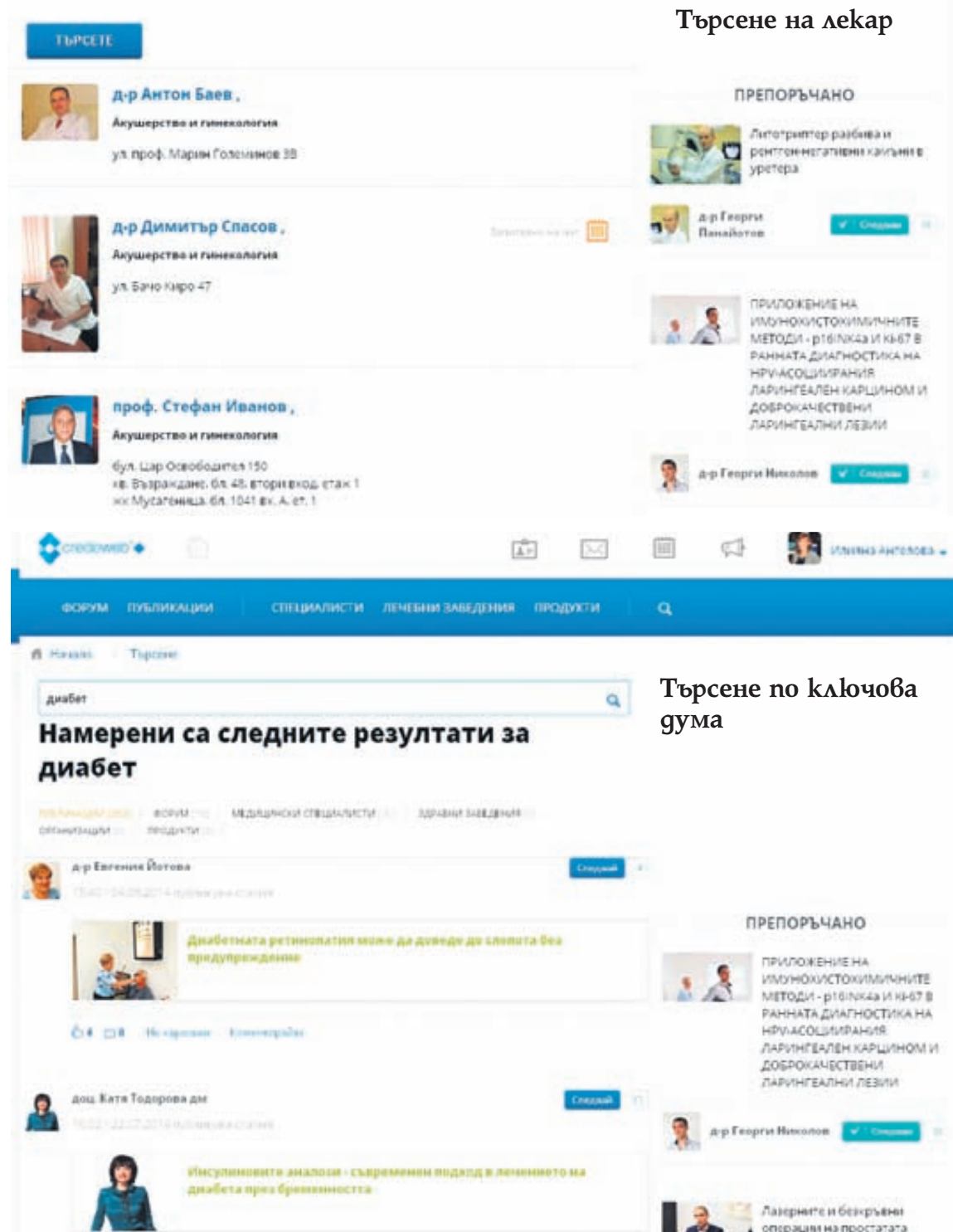
#### Търсачка

Търсачката е разположена на хоризонталното меню (лупата). В нея можете да напишете ключова дума (например диабет) или име на специалист. Резултатите са групирани според това в коя секция на онлайн платформата са те - в списъка на специалисти, във форума или при публикациите.

#### Нюзфийд

Това е стената на всеки потребител, където той вижда определени публикации или коментари на други потребители. Информацията тук може да се филтрира по специалности, ко-

# КАК ДА НАМЕРИМ ЗДРАВНА ИНФОРМАЦИЯ В CREDOWEB



**Търсене на лекар**

**ПРЕПОРЪЧАНО**

**Търсене по ключова дума**

**Намерени са следните резултати за диабет**

**ПРЕПОРЪЧАНО**

ната си ще виждате и новите коментари по теми от форума, в които вие сте участвали.

#### Лекари и болници

Ако ви интересува определено лечебно заведение или лекар, тогава можете да посетите техния профил и да ги последвате. До профилите се стига или чрез общата търсачка, или чрез тази за специалисти/лечебни заведения. Така се абонирате за съдържанието им. Ще виждате статии и съобщения за новости, които те публикуват.

Освен това можете да им зададете въпрос чрез зеления бутон със символ на писмо или пък направо да се запишете за преглед чрез оранжевия бутон "Записване на час" (ако лекарят или кабинетът са активирали тази опция). Лекар, на когото вече сте писали или пък сте ходили при него на преглед чрез CredoWeb, остава в списъка с вашите контакти. Той е достъпен през икона горе вдясно до името ви (4-ти от дясно наляво).

#### Форум

Форумът е място, където можете да поставите своя конкретен здравен въпрос или проблем. Той е разделен по специалности. Например въпрос за миома или бременност попада в секцията "Акушерство и гинекология", ако е за кожни болести - в "Дерматология и венерология". Ако друг потребител коментира по вашата тема, ще видите това на стената си.

ито се посочват още в процеса на регистрация. Например, ако сте диабетик и ви интересу-

ва само това заболяване, можете да изберете специалността ендокринология, ако сте хипер-

тоник - кардиология и т.н. Ако не изберете нито една специалност, ще получавате всички

текстове, които се публикуват със свободен достъп за немедицински специалисти. На сте-

## ОТ ФОРУМА НА CREDOWEB.BG:

**Наталия Андреева:**

*Уважаеми специалисти,*

*От 3,5 години с моя съпруг се опитваме да забременеем, но безуспешно. Преди малко повече от година се подложихме на пълни изследвания и се установи, че и двете ми тръби имат нагънат ход, разширени ампуларни части и пропускат в ограничени пространства. В хормонално отношение всичко е в нормата. При съпруга ми спермограмите за периода на изследване показаха, че е в нормата, макар и на долната граница. Направихме двукратна инсеминация без резултат. Сега сме се насочили директно към инвитро, но коя процедура би била най-подходяща при такива изследвания? Необходимо ли е да се направят и още изследвания, които да покажат дали няма и други пречки за забременяване? Благодаря*

**Д-р Лилия Димитрова, акушер-гинеколог:**

Здравейте,  
г-жо Андреева,

При условие че имате проблем с тръбите (нагънат ход, разширени ампуларни части и пропускат в ограничени пространства), не ви съ-

ветвам да правите вътрематочни инсеминации.

Моят съвет е директно инвитро процедура, като преди стартирането ѝ са необходими някои изследвания, които трябва да бъдат назначени от специалист по репродуктивна медицина.

След снемане на анамнеза за изясняване на подробности при вашия казус трябва да бъде направена оценка на яйчниковия резерв за точна преценка на доза и вид на медикаментите за стимулация и вида стимулационен протокол. Нужен е и ултра-

звук преглед на органите в малкия таз и специално на статуса на маточната лигавица. В зависимост от параметрите на спермограмата (и в каква степен са отклоненията) трябва да се определи начинът на оплождане (класическо инвитро или ICSI), а

при нужда - да се извършат и допълнителни изследвания на семенната проба. Във вашия случай в зависимост от анамнезата (предишни бременности и как са завършили) могат да бъдат назначени имунологични изследвания и консултация с генетик.



# КОГАТО ПАМЕТТА ИЗНЕВЕРЯВА

Проблемите, свързани с влошена работоспособност заради слаба концентрация и нарушения на паметта, са толкова често срещани, че се възприемат почти като част от всекидневното - специалистите ги наричат функционални, защото са логична последица от умствена преумора, хронично недоспиване, стрес, нездравословен живот.

Леките когнитивни (мисловни) разстройства не създават големи затруднения в рутинните ангажименти и най-често не събуждат сериозна тревога. Те обаче могат да се ока-

жат много коварни именно заради това, че биват дълго време пренебрегвани.

Лекото познавателно нарушение увеличава риска от задълбочаване на проблемите на по-късен етап, но при

някои хора състоянието се запазва и влошава не настъпва до края на живота им. При други нарушенията се преодоляват и се възстановява напълно състоянието на интелекта им, съответстващо на образованието, възрастта, социалния опит и т.н.

При различните хора се засягат различни мозъчни функции. При едни повече е нарушена паметта, а при други - способностите за осмисляне, подреждане и решаване на проблеми. Съществува и смесена форма, при която са засегнати всички сфери

на висшата нервна дейност. Когато страда паметта, човек може да започне да забравя важна информация, която по-рано би си спомнил лесно, като насрочени срещи, разговори или скорошни събития. Другият тип нарушение се проявява с проблеми при способността да се вземат рационални решения, да се преценява времето или последователността на стъпките, необходими за завършване на сложна задача, или визуални възприятия.

По отношение на функционалните раз-

стройства всеки може сам да прецени, че "в главата му е настъпила пълна каша" и трудно се справя със задълженията си. Обикновено паметта при младите и хората на средна възраст изневерява заради стреса, преумората, недобрия и недостатъчен сън, а при пациентите в пенсионна възраст могат да се търсят и по-сериозни причини.

Опитен специалист може да установи проблема чрез преценка на медицинската история на пациента, настоящите симптоми, предишни заболявания и други медицински състояния, както и чрез анализиране на заболяванията в предишните поколения на семейството. Важно е на такъв преглед да присъства близък на пациента, който да може да направи сравнения в състоянието преди оплакванията и след тяхната поява. Разработени са и тестове, с които се оценяват паметта, планирането, способността да се разбира визуална информация и други ключови способности за мислене. Лекарят може да назначи различни лабораторни и визуални изследвания, които да му помогнат в оформянето на становище.

Когато от проблеми

с паметта се оплакват хора в активна възраст, без хронични заболявания, това може да се преодолее с промяна в начина на живот. Например чрез редовни физически упражнения според възрастта и конкретното състояние, социално ангажиращи дейности, които стимулират работата на ума. От навременното установяване и контрол на сърдечносъдовите рискови фактори - наднормено тегло, обездвижване, хипертония, диабет, висок холестерол - също зависи добрият контрол на появили се когнитивни проблеми. Има и препарати с доказано невропротективно въздействие, които подобряват пъргавината на ума, познавателната функция и умствената дейност, включително концентрацията. Влияят благоприятно на вниманието, обучението и възстановяването на паметта. Освен това забавят процесите на стареене на мозъка, премахват последиците от прекомерно умствено натоварване и стрес. Такъв продукт е "Мемостор", който е подходящ и при по-млади хора, чиито проблеми с паметта или концентрацията се дължат именно на умора и стрес. (ЖД)

Хранителна добавка

## За допълнителна памет - Memostore

...Когато мислите идват по-бавно, паметта е неуслужлива, а концентрацията - недостатъчна...

Съдържание на една капсула:

- Уридин 75 mg
- Цитидин 75 mg
- Глутамин 25 mg
- Желязо 1.05 mg
- Пантотенова киселина 0.45 mg

ЕКОФАРМ

Memostore

Допринася за поддържане на Мозъчната Функция и Паметта

Подпомага периферната, познатеелната функция и успешната връзка на мозъка

30 капсули

Съдържа ефективна комбинация от ключови компоненти, които подпомагат функционирането на мозъка и забавят процесите на стареене

Екофарм ЕООД, Бул. "Черни Върх" №14, бл. 3, 1421 София, България  
Тел. 02/ 963 15 96, 963 15 97, Факс: 02/ 963 15 61

## СПАНЕТО НА СТУДЕНО СТОПЯВА КИЛОГРАМИ



Можем ли да отслабнем, докато спим? Възможно е, стига да си лягаме в студени помещения, тъй като тялото изгаря допълнителни мазнини, за да се стопли. Такива са резултатите от американско проучване. Експерти от Националния здравен институт на САЩ съветват хората, решили да отслабнат, да спят или с много тънки завивки, или в по-студени от обичайното стаи. По-ниските градуси стимулират метаболизма на организма и той гори мазнини, за да поддържа нормалната си температура. Учените нап-

равили експерименти с доброволци от мъжки пол, които били настанени да спят в климатизирани стаи. На всички участници била сервирана една и съща храна с едно и също енергийно съдържание в продължение на четири месеца. От експериментите проличало, че онези от доброволците, които прекарвали нощта при най-ниски температури, губели и най-големи количества телесна маса, защото се ускорявал метаболизмът на организма им. При спането при високи стайни температури ефектът бил противоположен.



# НОВО ПОКОЛЕНИЕ ПРОБИОТИЦИ - СПЕШНА ПОМОЩ ПРИ ДИАРИЯ И СТОМАШЕН ДИСКОМФОРТ

При остри и по-леки диарии, при дисбактериоза от лечение с антибиотици, при синдром на раздразненото дебело черво, срещу системни колики при възрастните и децата, особено при кърмачетата, лекарите препоръчват прием на пробиотици, съответен на конкретното състояние. Най-новото поколение пробиотични до-

Какво представяват пробиотиците и в какво е тяхното предимство?

Според дефиницията на СЗО това са "живи микроорганизми, които, приети в подходящо количество, влияят здравословно на организма". Отделящите млечна киселина бактерии, изолирани от стомашно-чревния тракт на човека - от растителен материал и от храни са най-обичайните типове микроорганизми, използвани като пробиотици. Те се използват често в млечни ферментирани продукти или в хранителни добавки, подпомагащи ефективността на храносмилателната система и имунитета.

Положителната роля на пробиотичните бактерии доказва експериментално нобелистът Иля Мечников. В началото на миналия век ученият констатира, че в някои райони на Европа, вкл. в България, където хората консумират много мляко, преминало ферментация с млечнокисели бактерии, има много дълголетници. Именно на Мечников е идеята, че процесът на старене води до активизиране на гнилостни бак-

бавки комбинират различни щамове живи млечнокисели бактерии с допълнително включен термично обработен темен концентрат, плюс пребиотици, както и подходящи за отделните случаи минерали и витамини, важни за бързото възстановяване на здравето и на нормалния баланс и тонус на организма.

тери, произвеждащи токсини в дебелото черво. Срещу този нежелан процес той предлага контрадействие - промяна на лошата чревна флора чрез внасяне на полезни микроорганизми, които заменят вредните.

Над 100 трилиона микроорганизми (до 1-2 кг бактерии) има в нашия стомашно-чревен тракт, като само 5-7% от чревната флора са пробиотични. Повечето от бактериите не са нито полезни, нито вредни, но с тях е свързана до 60% от сухата маса в изпражненията. Без тях не би била възможна ферментацията на въглехидратите, съответно смилането на фибри, нишесте и на захари. Пак те превръщат фибрите в мастни киселини с по-къса верига, което е изключително важно за доброта и нормална перисталтика.

Точният пробиотик, приеман по точна схема, може да изиграе ролята на спешна, спасителна помощ при различни видове диарии, предизвикани от различни инфекции на стомаха, тънките черва, дебелото черво. Той може да ни помогне и когато действието на определен силен антибиотик унищожи естествено срещащите

се в организма непатогенни микроорганизми и в него настъпи частичен или остър дисбаланс. Отлично средство е срещу колики, от които страдат най-вече кърмачетата. Както и за овладяване на състоянието при т.нар. синдром на раздразненото дебело черво. Според най-нови проучвания пробиотиците работят отлично и в подкрепа на имунната

система.

Най-новото, 5-о поколение пробиотици комбинира различни щамове живи млечнокисели бактерии и допълнително включен термично обработен темен концентрат, плюс пребиотици, минерали и витамини, важни за възстановяване на нормалната микрофлора. Специално концентрираните неживи (тиндализира-

ни или топлинно обработени) млечнокисели бактерии, от които се получават бактерициди, имат буквално удивителен ефект при бактериални инфекции и стомашно-чревни разстройства. Те действат целево и много резултатно срещу патогенните микроорганизми (без да засягат непатогенните бактерии), което ускорява рязко възстановителния про-

цес. Тяхно доказано действие е и блокадата на развитието на инфекции, причинени от Salmonella, E.coli и др., чрез намаляване на способността на патогените за имплантиране. Специалната им обработка ги прави и много трайни - **силно устойчиви на стомашен сок и жлъчни киселини.**

Actavis

**LACTACARE STOP**

**БЪРЗА ПОМОЩ ПРИ ДИАРИЯ**

**Ново!**  
Уникална комбинация

- Тиндализирани млечнокисели бактерии
- Живи бактерии (пробиотик)
- Пребиотик
- Магнезий

**Ефект още с първите две сашета**

**4 в 1**  
МАГНЕЗИЙ  
МЛЕЧНОКИСЕЛИ БАКТЕРИИ

**LACTACARE STOP**

**LACTACARE**  
Здраве за всеки

За повече информация  
Активис ЕАД, София 1407, ул. "Атанас Дуков" 29  
тел.: (+359 2) 9321 732



# ГЪБИТЕ И РАКЪТ



д-р Пламен Дончев,  
гр. София,  
тел. 02/952 51 99



д-р Лилия Евтимова,  
гр. Пловдив,  
тел. 032/62 24 55



д-р Веселин Кънев,  
гр. Стара Загора,  
тел. 0878 780 491



д-р Цветан Балкански,  
гр. Бургас, тел. 0878 950 397

## Георги Гаров, бивш преподавател и автоинструктор, тел. 0884 71 65 70



Неврохирургът от Пловдив гледа половин час дискетата и казва: "Такова чудо е много рядко нещо - тумор на гръбначния мозък. Интрамедуларен тумор на гръбначния мозък". Казва ми: "Няма лечение". И после прочетох за лекарствени гъби... Те лекарите нищо не направиха, а сега на тези гъби!... Ама няма как - почвам и ги пия! Само заради децата и заради внуците! Вече се парализирах и 40 дена ей тука, на това легло, не мога да мръдна, обаче пия гъбите... Минаха 40 дена... Една сутрин се събуждам и гледам - а, мога да си мърдам палците на краката!"

Г-н Гаров разказа своята история на 20 септември 2013 г. Вече почти година по-късно той се чувства много добре и ходи без бастун. Всеки ден до обяд той прави разходки по около 3 километра.

Виж тук: [www.mikoterapia.bg](http://www.mikoterapia.bg)

## БАЩА МИ ОЗДРАВЯ ОТ РАК! Разказано от Борислав Пеев (ветеринарен специалист), тел.: 0879 890 242



"Баща ми е на 70 години. Преди 6 години беше опериран от рак на дебелото черво, голям колкото ябълка и с разсейки. В Бургаската онкология отстраниха по-голяма част от ректума и поставиха колостомата. Лекарите решиха да не правят лъче- и химиотерапия, тъй като баща ми има поставен пейсмейкър, отстранен жлъчен мехур заради голям камък и с дългогодишна язва на стомаха. След шестия месец дебелото му черво беше "прибрано". Две години му поставяхме противотуморна и имуностимулираща ваксина на основата на БЦЖ, но се появиха много сил-

ни болки.

Изследванията с рентген и ехограф показаха 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 микотерапията и това, което се предлага в подобни случаи. По препоръка на микотерапевт първите 4 месеца приложихме възможно най-силната схема, която включваше препарата Имюн Модулятор в допълнение с Мейтаке, Херициум, ленено олио, Алое Арборесценс, сребърна вода и

много строга вегетарианска диета. Баща ми тогава беше загубил много килограми и нямаше апетит.

Още след втората седмица му се появи апетит и той започна да се храни нормално. След четвъртия месец продължи да приема само препарата Имюн Модулятор и така вече 4 години. През този период той не пожела да се изследва, тъй като много се притесняваше какво ще се открие при изследванията. Преди година го поканиха за планово изследване 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 3 години работи нелека физическа работа на село."

Виж тук: [mikoterapia.bg](http://mikoterapia.bg)

## Николина Калянджиева, 92 години, гр. София

"Преди около 4 години ми се появи втвърдяване в областта на корема. Отидох в Институт "Пирогов", там ме изследваха и ми казаха, че това е тумор, който трябва спешно да се оперира. През живота си съм преживяла няколко операции и реших, че на моята възраст не искам да бъда оперирана още

веднъж. Реших да опитам друг вид лечение. Прочетох за лекарствени гъби, направих консултация със специалист по фунготерапия и започнах да приемам 4 различни гъбени препарата на фирма "Доктор Биомастер". Постепенно туморът започна да се разнася и след 4 месеца изчезна напълно."



## Жанета Манчева, тел. 0877 14 37 03



"Казвам се Жанета Каменова Манчева. Имах рак на черния дроб, отидох в "Токуда", направиха ми операция на 28.06.2010 година.

Но след две години се почувствах зле. Отидох в "Токуда" на преглед, минах на скенер, там се откриха множество разсейки на белия дроб. И на черния дроб на обвивката също имах; и вътре в зоната на операцията... уголемени лимфни възли на корема, един на таза, външен илиачен възел.

И на обвивката на самите черва също имах лезии. Получих излив в таза. Преди да започна терапията, отидох при професор и го попитах какво мога да направя, дали мога да го отстраня. Той каза: "Ако ще да те одерем като прасе, нищо не можем да направим. Освен химиотерапията нищо друго". Започнах химиотерапията и чух за лекарствени гъби, започнах да ги пия. Билки! И тях съм пила! Пиех билков чай, който се казваше "ЕСИАК". От

него се почувствах много добре. Шест месеца го пих заедно с гъбите. След това минах на ПЕТ скенер във Варна. Когато ме видяха, не можах да повярват на очите си и ме изпратиха отново да мина на скенера! Ка-

то ме пуснаха да си отивам, казаха: "Абе Жанета, нищо не видяхме от твоето заболяване!". Относно химиотерапията - моята докторка каза, че не може да се бори с моя рак и не може да воюва с него и ме спира от

химиотерапия. Но аз продължих да употребявам гъбите. Вече всичко е "потушено" и вече нищо няма благодарение на гъбите."

## ЗА КОНСУЛТАЦИЯ И ЗАКУПУВАНЕ НА ПРОДУКТИТЕ

### • гр. СОФИЯ

Магазин и консултация,  
ул. Лайош Кошут № 24  
(до Руски паметник),  
вътрешен двор, офис 8,  
д-р Пламен Дончев,  
консултация само при записан час  
на тел./факс: 02/ 952 34 49,  
GSM: 0878 93 12 52  
(от понеделник до петък от 9 до 17 часа)

### • гр. ПЛОВДИВ

ул. Филип Македонски № 37, ет. 2,  
кабинет 8 (в сградата на "Медлайн клиник"),  
тел./факс: 032/ 62 24 55  
и GSM: 0878 780 742  
д-р Лилия Евтимова, GSM: 0878 790 336  
(от понеделник до петък от 9 до 13 часа)  
• гр. СТАРА ЗАГОРА  
ул. Цар Калоян № 30,  
д-р Веселин Кънев  
GSM: 0878 780 491  
• гр. ВАРНА  
ул. Христо Попович № 15  
(до сладкарница "Маргарита")

### Свилен Лапаков, натуропат

тел.: 052/ 65 13 65  
и GSM: 0878 10 54 76  
• гр. БУРГАС  
ул. Трайко Китанчев № 23,  
тел. 056/ 82 11 70 и GSM: 0878 950 397  
д-р Цветан Балкански,  
GSM: 0878 800 044  
• гр. КЮСТЕНДИЛ  
д-р Василка Захариева,  
тел. 078 52 32 39 и GSM: 0889 32 67 58  
• гр. ПЛЕВЕН  
д-р Иванова,  
GSM: 0886 07 50 24

### • гр. ВЕЛИКО ТЪРНОВО

д-р Радосвета Запрянова,  
GSM: 0898 466 376  
• гр. РУСЕ  
д-р Дарина Кънева,  
GSM: 0896 83 15 80  
• гр. ШУМЕН  
д-р Стоян Стоянов,  
GSM: 0878 646 034  
(само от 21.00 до 22.00 часа)  
• гр. МАДАН  
д-р Недко Димитров,  
GSM: 0897 92 22 30



Често се налага лекарите да ни отстранят сливиците, апендикса, кътниците мъдrecи и хората обикновено се питат защо съществуват такива безполезни части от тялото, които създават само неприятности. От днешна гледна точка може да се спори дали даден орган е важен, въпреки че без него спокойно може да се живее. Но истината е, че за нашите далечни предшественици всички анатомични структури на тялото са били особено важни.

Ето как учените обясняват съществуването на ненужните на пръв поглед части на тялото:

### 1. Зърна на гърдите

Не всички знаят, но ембрионите в началото на вътреутробното си развитие са от женски пол. Някои от тях след това се превръщат в мъжки, но анатомията им не се променя особено. Зърната на гърдите са еднакви и при двата пола, но без действието на женския полов хормон естроген при мъжете те остават единствено като орнаменти.

### 2. Окосмяване

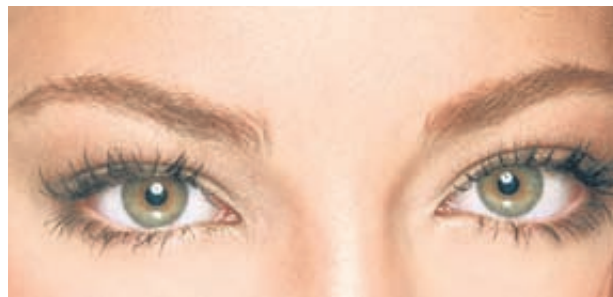
### под мишниците

В тялото има два вида потни жлези - екринни и апокринни. Повечето от апокринните жлези са разположени под мишниците и тяхната роля е да излъчват сексуални сигнали - феромони. Окосмяването задържа по-дълго отделяната от секретите миризма, която служи като следа за откриването на партньор.

### 3. Вежди

Различни са мненията за еволюционното предназначение на веждите. Според някои

# ИМА ЛИ БЕЗПОЛЕЗНИ ОРГАНИ В ТЯЛОТО НИ



учени те са предпазвали очите на прадедите ни от пот или дъжд, докато се движели и ловували. Хипотезата на други учени е, че веждите показват човешките емоции, а също така и идентичността. Доказано е, че хората идентифицират известни лица по снимки по-трудно, ако на тях липсват веждите, отколкото ако липсват очите.

### 4. Апендикс

Апендиксът е рудиментен орган, който е загубил предназначението си. Смята се, че той е остатък от една по-голяма в миналото

храносмилателна система, която е станала безполезна, след като хората са престанали да ядат основно сурови храни. Напоследък има научни данни, че в апендикса се развиват значително количество полезни бактерии, които действат благотворно при възпаления или храносмилателни проблеми. Затова немалко учени наричат апендикса "чревна сливица".

### 5. Сливици

Сливиците всъщност са лимфни възли - част от лимфната система, която е от решаващо

значение за имунитета. Устната кухина е вратата към организма и имунните клетки в гърлото помагат за справянето с респираторните инфекции. Понякога сливиците се възпаляват и инфектират хронично, което налага да бъдат отстранени. Лимфните възли са изключително важни, но те изобилстват в организма и отстраняването на два от тях не е фатално. Същевременно концепцията масово да се vadят сливиците вече е преодоляна в съвременната медицина.

### 6. Зъби мъдrecи

В миналото тези кътници не са създавали проблеми. Челюстта е част от костната система и както всяка друга част на тялото трябва да се използва, за да се развие правилно. Тъй като децата в днешно време се хранят с обработени и меки храни,

челюстта не може да порасне достатъчно и да осигури адекватно място за всички кътници. Често мъдrecите израстват накриво, притискат зъбната редица и се налага да бъдат извадени.

### 7. Препуциум

Препуциумът предпазва главата на пениса от инфекции и отвора на уретера от бактериални зарази. Той е важен и за репродуктивността на мъжете. При липса на препуциум главата на пениса загубва от допира до дрехите и губи чувствителността си. Едно от предназначенията на препуциума е да поддържа сексуалната чувственост на мъжете, за да се възпроизведат успешно. Същевременно се посочват и редица медицински ползи - основно хигиенни - от неговото отстраняване. (ЖД)

## КОМБИНАЦИЯ ОТ 5 ДРЕВНИ БИЛКИ ПАЗИ И УСПОКОЯВА ОЧИТЕ

LACRIMILLA е иновативен фитопродукт, който предпазва, овлажнява и успокоява и най-раздразнените очи. Разработен е под формата на изключително удобни и лесни за употреба 10 на брой монодозни в стерилни флакони. Предназначен е както за профилактика, така и за лечение на зачервени и уморени очи. Представлява комбинация от дестилирани води на пет билки, познати от древността.

LACRIMILLA е медицинско изделие за цялото семейство, за всички възрасти. Подходящ е и за най-малките - за бебета, навършили 6-месечна възраст. За децата до 3 години допустимата дневна доза е по една капка във всяко око.

Продуктът може да бъде използван постоянно, особено от лица, които носят контактни лещи, както и временно - за определен период, през който тече назначена от очен лекар терапия.

Много са състоянията, при които е налице очен дискомфорт. Такова състояние е сухото око. Предиизвиква се от промени на количеството и качеството на слъзите, което води до сухота и дразнене. Когато влиянието на околната среда е вредно за очите, съставът на слъзите се променя, слъзните жлези произвеждат по-малко секрет и слъзният филм се нарушава. Като последица от тези промени окото става по-лесно уязвимо и може да се появи възпаление.

Друг чест проблем са алергиите, както сезонни и хронични, така и появяващи се ситуационно по различни причини. В очите алергичната реакция се проявява често като конюнктивит, като може да засегне и роговицата. Известни са бактериален и алергичен конюнктивит. За разлика от бактериалния конюнктивит, характеризира се с гъзване, секрети и зачервяване, при алергичния симптомите са свързани основно със сърбеж, зачервяване и слъзене. В този случай билковият фитопродукт е незаменима помощ. LACRIMILLA kanku за очи може да бъде прилаган едновременно с предписани офталмологични лекарства.



От хилядолетния опит на Аюрведа

Хранителна гобавка

# Comfortex®



За повече  
комфорт  
при хранене

Съчетава ефектите на всички познати досега средства за повлияване на храносмилателните нарушения:

- газогонен ефект
- спазмолитичен ефект
- стимулиращ моториката и храносмилането ефект

ECOPHARM

Бул. "Черни Връх" №14 бл. 3, 1421, София, България  
Тел. 02/ 963 15 96, 963 15 97, Факс: 02/ 963 15 61  
www.ecopharm.bg







# ОПРОВЕРГАХА МИТА ЗА БИРЕНОТО КОРЕМЧЕ

● Почти половината от българите определят пивото като най-подходящото за тях питие

Съдържанието на калории в бирата е едно от най-ниските в сравнение с редица други храни и напитки. При умерена консумация пивото не надскача около 1/10 от обичайната дневна енергийна стойност за човека, която е между 2000 и 2500 kcal.

Тези твърдения се подкрепят от специално изследване на Съюза на пивоварите в България за определяне на хранителната стойност на бирата. Проучването е реализирано от Центъра по биология на храните и Националния център по обществено здраве и анализи на базата на лабораторни изследвания на 10 от

произвежданите в страната марки и видове пиво. Проведените анализи са съгласно международно приети методи.

Хранителните (енергийни) показатели на пенливата напитка се изчисляват въз основа на сумата от калорийната стойност на съставките на бирата - белтъци, мазнини, въглехидрати и алкохол. Тъй като пивото е със сравнително ниско алкохолно съдържание (около 4,5% Об.), съвсем естествено то има и по-малко калории, отколкото останалите алкохолни напитки.

Получените резултати показват, че средната енергийна стойност на бирата е 50,7 kcal на

100 г (милилитра). За едно стандартно питие от 330 милилитра това означава около 167 калории, а за 1 бира от 0,5 литра - 253,5 kcal. С най-малко калории е безалкохолното пиво - едва 25 kcal, което се дължи на отсъствието на алкохол в него. С приблизително 43 калории на 100 милилитра са бирените миксове тип радлер, които са смес от традиционно пиво и плодов сок. Според получените от изследването резултати с най-висока енергийна стойност е тъмното пиво, като причина за това са относително по-високите му нива на алкохол (около 5,9% Об.) и на сухо вещество (градус Плато), което го прави предпочитано през студените месеци на годината.

Направените лабораторни анализи потвърждават, че белтъците и мазнините в бирата са в минимални количества. Средната стойност за белтъците е 11,6 милиграма/100 г, а за мазнините - 16,8 милиграма/100 г. Заедно те формират под 1% от общото енергийно (хранително) съдържание на пивото, което е пренебрежимо малък дял.

Малко българи обаче са наясно с факта, че няма опасност от напълняване при умерена консумация на бира. Това показва национално представително проучване на агенция IPSOS България, проведено сред граждани на възраст между 18 и 69 години от 9 региона в страната. Само 6% от анкетираните знаят, че

пивото е напитка със сравнително ниско съдържание на калории и не води до напълняване при умерена консумация. Резултатите от анализа за хранителната стойност на бирата ясно оборват мита, че пивото води до т.нар. бирено коремче, тъй като бирата не съдържа мазнини и холестерол и е с ниско съдържание на прости захари. Редица научни изследвания от последните години сочат, че коремчето се появява заради приемане на висококалорични и богати на мазнини храни.

Проучването на агенция IPSOS България показва също, че 37% от анкетираните лица определят умерената консумация на бира като съвместима

със здравословния начин на живот.

Българинът остава голям почитател на бирата, като според същото проучване пивото продължава да е най-консумираната лятна напитка у нас след водата и газирани безалкохолни напитки. 42% от всички запитани определят пивото като най-подходящото за тях питие, а сред жените този процент е 25.

Данните показват, че през лятото бира се пие средно 2-3 пъти седмично. 41% от анкетираните в проучването лица възприемат иновативните предложения на категорията - бирените миксове, като най-модерната напитка в сравнение с всички останали.

## ЗДРАВЕ, КОМФОРТ И КРАСОТА ЗА ВАШИТЕ ОЧИ

SEIKO

виж разликата

ЛЯТНА ПРОМОЦИЯ

Отстъпки до **320 лв.** на чифт ПРЕМИУМ СЪТЪКЛА

В прогресива и 10 еднофокусни съткъла.  
Бели и фотосоларни съткъла, включително извити (BC)  
Изтънени съткъла, специални покрития.

ПРЕЦИЗНОСТ И ЕСТЕТИКА  
НА НАЙ-ДОБРА ЦЕНА

Промоцията е валидна от 01.08.2014 г. до 31.10.2014 г.

- Имате високи диоптри, а искате тънки, леки и естетични съткъла;
- Имате астигматизъм, а искате острота и панорамност на виждане като без очила;
- Детето ви е ученик с често главоболие заради очите, трудно се концентрира, търсите помощ.

Решението е SEIKO AS и AZ DESIGN - уникален новаторски дизайн към асферичните и двойноасферичните съткъла - 10 мм централна сферична зона.

Технологията успява да сведе до минимум адаптационния период на око до съткълата - премахва "плуващия ефект" и увеличава зрителното поле. Асферичният дизайн подобрява виждането по цялата повърхност - до самия ръб на лещата.

SEIKO AZ (двойноасферични съткъла) осигуряват отлично зрително поле с периферия 180° и острота на виждане при високи диоптри и астигматизъм. Не се получава и уголемяване/намаляване на очите - нежелан неестетичен "ефект" при високи стойности на диоптрите. Съткълата са до 50% по-тънки и по-леки от стандартните органични със същия диоптър.

- Работите на компютър, но и шофирате;
- Имате прогресив съткъла, но след половин час взирание в компютъра чувствате дискомфорт.

И тези проблеми са преодолени - с прогресив съткълата с пълна задна прогресия SEIKO SYNERGY XTRA SEIKO VISION X - отлична панорамност и острота на виждането във всички посоки при всякакви условия.

Фирмата създава прогресивните лещи със заден коридор през 1997 г. Годиш след началото на производството на иновацията за доближаване на повърхността за четене до око до тя започва да се прилага и от други производители. Предимствата на тези прогресивни съткъла са безспорни: ползвателят вижда образ, изчистен от "плуващия ефект" и па-

разитните зони, съткълата са красиви, тънки и плоски, вече са и широкодостъпни. Увеличението на зрителните полета на "SEIKO пълна задна асферична прогресия" спрямо стандартните мултифокални съткъла с предна прогресия в зоната за близко виждане е до 53%, при средни дистанции - до 55%, а при зона за далечно виждане - до 75%.

- Ярките слънчеви лъчи през лятото, но и през зимата са опасен враг за очите - важно е да ги защитим оптимално;
- Търсите възможност за защита, но искате и максимален комфорт.

SEIKO TRANSITIONS е верният избор. На открито, при ярка светлина съткълата осигуряват 100 UV защита и потъмняват - ефект на слънчеви очила с насищане до 88%. Решението е подходящо и в условия на закрито, вечер. Съткълата са прозрачни като на обикновени очила.

- Заповядайте в "Оптики ФОКС".
- Ние познаваме проблемите на хората с необходимост от диоптрична корекция и знаем как да помогнем.
- Сега имаме и неустойими лятно-есенни промоции.

**FOX**  
OPTICS

Централен офис и магазин в СОФИЯ:  
бул. Ал. Стамболийски 61,  
02/9883735; 02/9800215

e-mail: office@foxoptics.com  
www.foxoptics.com

ул. Сердика 18, 02/9800255;  
бул. Хр. Ботев 73, 02/981993; бул. Дондуков  
26а, 02/9864032; ж.к. Младост 4, Бизнес  
Парк София, сграда 10, 02/4899488;  
ж.к. Люлин, бл. 443, 02/8258673,  
0884298918; Търговски център "Галакси" -  
бул. Шипченски проход 18, 0878193342





Всеки е виждал това непретенциозно растение, което се среща по ливади и пасища, из затревените площи и крайпътните канавки. Придобило е статута на досаден плевел въпреки полаганите от него невероятни усилия да ни се хареса. От май до септември цъфти с красиви,

яркожълти, иглести цветове, а в края на лятото формира ефирни пухести сферички, които, разпадайки се, се понасят из въздуха при първия полъх на вятъра. Вероятно се досетихте, става дума за глухарчето, известно още като радика (Taraxacum officinale).

Доц. г-р Димитър ПОПОВ

Пренебрежение, с което се отнасяме към него, е повече от несправедливо, защото в себе си то съдържа редица изключително ценни вещества за човешкия организъм. В ранна пролет младите листа на растението широко се използват във Франция, Италия и други европейски страни като витаминозна и тонизираща салата. В Европа радиката е известна най-вече с френското си наименование pissenlit, което прави алузия с нейното изявено диуретично действие. Всъщност

полезни са всички части на растението - листата, цветовете и корените, в които са открити редица лечебни за човешкия организъм вещества. Най-много такива се натрупват в листата преди цъфтежа, в корените - през пролетта и есента, а в цветовете - по време на активния цъфтеж. При нараняване всички части на радиката отделят млечно-

бял сок, съдържащ монотерпеновия гликозид тараксацин, тритерпени (тараксерол, тараксастерол, бета-амирин и др.), каучукови вещества, церилов алкохол, фитостероли (бета-ситостерол, стигмастерол) и т.н. Фитостеролите, както е известно, противодействат на усвояването на холестерола от храната, с което способстват за понижаване на нивото му в организма. Най-активни са именно тези, съдържащи се в радиката - бета-ситостерол и стигмастерол. В листата на растението има до 5% протеини, гликозид - тараксацин, на който се дължи леката им горчивина, флавоноиди - апигенин и лутеолин, каротеноиди (флавоксантин, лутеин), смолисти вещества, сапонини, витамини - А, С (420 мг/100 г), В<sub>2</sub>, В<sub>3</sub> и минерални вещества (калий, натрий, желязо, манган, фосфор и др.).

Тараксацинът е една от най-важните съставки на глухарчето, за която е известно, че подобрява апетита, стимулира отделянето на храносмилателни сокове, подобрява дейността на черния дроб

и жлъчката и има пикочогонно действие. Активизирайки по определен начин дейността на черния дроб, тараксацинът способства за продуциране на веществата, които подобряват качествения състав на синовиалната (вътрешноставната) течност и спомагат за регенериране на увредения хрущял. Апигенинът има доказано антиоксидантно, противовъзпалително, антиалергично и противотуморно действие. Има сведения, че подобрява и растежа на косата. Лутеолинът защитава мозъка, способства за възстановяването на невроните, подобрява паметта и концентрацията.

Каротеноидите флавоксантин и лутеин имат силно антиоксидантно действие и спомагат за защита на организма от вредното въздействие на свободните радикали, увреждащи молекулата на ДНК и клетъчните мембрани и предизвикващи преждевременно стареене на клетките. Съществуват безспорни доказателства, че лутеинът има благотворно действие върху очите, забавяйки стареенето и износването на очната леща и пре-

## РАДИКАТА - ЧАРОДЕЙНИЯТ ПЛЕВЕЛ

дотвратявайки появата на катаракта (старческо перде).

**Съдържанието на калий в радиката е особено високо - до 30% от общия минерален състав,**

а на фосфор повече от това в познатите листни зеленчуци. Известно е, че калият подобрява дейността на мозъка, увеличавайки снабдяването му с кислород, участва в провеждането на нервните импулси. Съвместно с натрия той регулира водния баланс в човешкия организъм и нормализира сърдечния ритъм. Естествена горчивина на листата на радиката се намалява чувствително, ако се накиснат в продължение на 30-40 минути в подсолена вода.

Корените на растението съдържат значителни количества инулин (през есента до 40%), протеини (до 15%), въглехидрати - фруктоза, глюкоза и захароза (до 18%), масло, съставено от глицеридите на палмитиновата, олеиновата, линоловата, мелисовата и церотиновата киселина, както и повечето от изброените биологично активни вещества, съдържащи се в листата. Инулинът, който е полимер на фруктозата, е един наистина уникален въглехидрат. Той стоически устоява на агресивната среда на стомашния сок, достигайки почти безпрепятствено до дебелото черво, където дружествената

микрофлора го използва като енергиен източник за своята жизнена дейност и популация. А е добре известно, че от добрата кондиция на микроорганизмите, обитаващи дебелото черво, в много голяма степен зависи жизненият тонус на целия организъм.

**В корените са открити значителни количества от ценните минерали цинк, мед и селен.**

В цветовете се съдържат каротеноиди (придаващи им характерния жълт цвят) и голяма част от полезните съставки, намиращи се в листата и корените. Медът от цветовете на радиката е един уникален продукт, който по вкусови качества не отстъпва на пчелния и съдържа богат набор от изключително ценни за организма вещества. Този невероятен лечебен еликсир се приготвя по следния начин. 400 цвята се измиват обилно и се заливат с 2 л студена вода. Добавя се нарязан на кубчета цял лимон и сместа се вари в продължение на 15-20 минути. След 12 часа полученият извлек се прецежда през тензук, като цветовете внимателно се изстискват. Добавя се захарта (на 1 л течност - 1 кг захар) и получената маса (при периодично разбъркване с дървена лъжица) се оставя да ври без похлупак на тих огън (на най-ниската степен на котлона) до получаване на нужната консистенция. Съществуват различни "тестове" за пре-

ценка на готовността на продукта - при капване върху чинийка капката запазва формата си, а в чаша с вода тя стига дъното, без да се размие. Препоръчва се медът да се приема два пъти дневно - сутрин на гладно и вечер преди храна. Благотворното му действие настъпва само след няколко дни. Показан е като тонизиращо и повишаващо жизнените сили на организма средство, както и при болести на дихателната система (бронхит, синусит, възпаление на гърлото, хрема), черния дроб, жлъчката, проблеми с храносмилателната система (запек) и т.н.

Интересен и особено приятен продукт е и виното от глухарчето (не става дума за известната повест на писателя фантаст Рей Бредбъри "Вино от глухарчето"), което е популярно във Великобритания от незапомнени времена. Една от разпространените рецепти е следната. Около 1,5 л добре уплътнени цветове от радика в подходящ съд се заливат с 2,2 л вряща вода. След три дни сместа се прецежда в дамаджана и към нея се добавя 1,2 кг захар, разтворена предварително в 1 л гореща вода. Прибавят се сокът и корите на един портокал и кубче натрошена хлебна мая. След приключване на ферментацията виното се прецежда и оставя да престои в затворен съд в продължение на една година.

gpopov\_bg@yahoo.com

Преди много столетия целебните свойства на глухарчето са били известни в далечен Китай, както и на прочутите учени на древността Теофраст, Авицена и т.н. Първите писмени сведения за радиката се съдържат в китайски манускрипти от VII век, където по лечебни свойства тя се приравнява с прочутия женшен. Древните китайски лечители предписвали радиката за повишаване на защитните сили на организма срещу инфекции на горните дихателни пътища, бронхит, пневмония и мастит, а в арабския свят тя се е прилагала като слабително, пикочогонно и тонизиращо средство на черния дроб средство. По исторически сведения със своя богат състав от жизненоважни нутриенти тя е изиграла важна роля за запазване на живота и здравето на първите заселници на американския континент.



# ИСТИНСКАТА БИОКОЗМЕТИКА ТРЯБВА ДА ИМА СЕРТИФИКАТ

Тина БОГОМИЛОВА

Десетки козметични тубички и шишенца са наредени из рафтовете във всеки дом - за лице, тяло, коса, зъби, устни, очи, пети, нокти... Навремето са се разкрасявали само с природни дарове - мед, глина, зехтин, билки... А днес не знаем какво точно съдържа кутийката. Консервантите, преработените нефтени продукти, минералните масла, изкуствените аромати и оцветителите, емулгаторите, силиконите, ланолинът и алкохолът са вредни химични вещества, които често се използват дори и в скъпи марки козметични продукти. Затова и мнозина се връщат назад към природата, която май ражда всичко необходимо за разкрасяване

и подмладяване.

Зелената козметика се нарича био, еко или органик. Разликата обикновено идва от превода - на английски е популярно органик, на италиански - био, на немски - еко. Но има разлика между натурална и биокосметика. Натуралната използва природни съставки, най-често една на растителна основа - масло от жожоба например или екстракт от билка. Тя не съдържа синтетични съставки, но е възможно да има компоненти от животински произход като мед и мляко.

Понятието "био" изисква съставките не само да са натурални, но и да произхождат от биологично земеделие, където нищо не се обработва с химикали, изкуствени торове или пестициди. Не се използват генетично мо-

дифицирани организми (ГМО) и не се тестват върху животни.

Биокосметиката не съдържа консерванти, емулгатори, синтетични оцветители, аромати и парфюми, продукти на нефтена основа, парабени, съставки от животински произход, силикони, алкохол, полиетилен гликоли и каквито и да е други химически вещества.

Парабените (консерванти, които удължават срока на годност на продукта) са заменени например в биокосметиката с екстракти от грейпфрут или розмарин. Не се използва и популярният вазелин, тъй като това на практика е евтин нефтен продукт, който може да навреди на мазната и проблемна кожа.

В биошампоаните липсва Sodium Lauryl Sulfate (SLS) - синтетич-

но вещество за образуване на пяна. Измиващите биопроductи не образуват много пяна, но това не вреди на почистващите им свойства.

Биокосметиката залага на етерични масла като розово, лавандулово, арганово, масло от невен, лайка, ший. Също и най-различни екстракти - бреза, липа, лимон, ванилия, женшен, дори и люти чушки. Но дори и био, алергичните към тези продукти не бива да ги употребяват.

Често козметика се купува само заради приятен аромат, но трябва да се провери дали той не е синтетичен, което може да доведе до дразнене и алергии. Синтетичните аромати, които се използват в козметиката, са около двеста. Трудно е да се разбере какви химикали са, тъй като на етикета обикновено пише само "Fragrance".

Но и на пазара на биокосметиката има много плява. Често се слагат съмнителни етикети за екологичен продукт. Задължително трябва да пише страна на произход и ако е Китай, най-често в тубич-

ката няма нищо био.

Биопроductите са с кратък срок на годност - обикновено до 2 месеца след производство, тъй като в тях липсват консерванти.

Цената на биокосметиката е по-висока с около 30-40% от тази на обикновените козметични марки заради скъпото й производство и качествени съставки.

Биокреъмът не съдържа консерванти, изкуствени аромати и оцветители. Той е с натурален цвят, който може да е слонова кост, зеленикав или дори светлосин. Цената му е между 20 и 50 лева в зависимост от състава и количеството.

Опаковката на биокосметичните продукти винаги е от естествени материали като стъкло или керамика, а етикетът съдържа пълно описание на съставките, процентния състав на органичните компоненти, информация за производителя, срока на годност, условията за съхранение.

Както е и задължително логото на съответния сертификат. Ако е истински биопроduct, то задължително трябва да бъде сертифици-

ран. В света съществуват няколко знака за биокосметика, придобили известност заради своите строги правила и системи за контрол и сертификация - Natrue, BDIH, Ecocert, ICEA, NSF/USA, Soil Association, Cosmebio.

Например първата система за специализиран контрол и сертификация на натурална и биокосметика е BDIH - авторитетен немски стандарт, който разрешава само 100% натурални съставки. Растителните суровини във всички възможни случаи са от контролирано биологично земеделие или диворастящи. Не се допускат синтетични оцветители и аромати; етоксиланти суровини; силикон, парафин и други петролни продукти, ГМО; радиоактивно облъчване. Минимум 95% от всички съставки трябва да са органични.

Всичките авторитетни сертификати забраняват ГМО и тестове върху животни.

Биокосметиката у нас може да се намери в аптеките и специализираните биомагазини. Има и няколко сайта за онлайн продажби. А в интернет има и много съвети как да се приготви качествена козметика, въпреки че е трудно да се проследи чистотата и качеството на съставките, които по правило трябва да са био.

Хранителна добавка

## Ginkofol

Ginkgo Biloba 60 mg

С контролирано съдържание на токсичната гинколова киселина - пог 1 ppm

КОГНИЦИЯ  
ВНИМАНИЕ  
ИНТЕЛЕКТ  
ПОЗНАНИЕ  
ИНФОРМАЦИЯ  
ЛОГИКА  
МИСПЕНЕ

ЕСОPHARM

Екстракт от листата на Гинко Билоба

ЕСОPHARM

Екофарм ЕООД, бул. "Черни Врх" №14, бл. 3, 1421 София, България  
Тел. 02/ 963 15 96, 963 15 97, Факс: 02/ 963 15 61

## „СИРИУС-Д“ - ПОМОЩ ПРИ ЯЗВА, МНОЖЕСТВЕНА СКЛЕРОЗА, ШИПОВЕ, БОЛНИ СТАВИ

Какво е "Сириус-Д" и как тази храна подпомага лечението? В много случаи са необходими източници на белтъчини, които да съдържат всички аминокиселини и същевременно да се усвояват много бързо. Именно такъв продукт е "Сириус-Д" - хранителна добавка, която води до бързо възстановяване на всички дегенеративно променени тъкани и органи. Тя резорбира фиброзно болната, нефункционална тъкан, подпомага лечението на много органи, премахва шипове, кисти, миоми, абсорбира плаките, които се образуват при множествена склероза, като имаме 100% възстановени пациенти, доказано с ядрено-магнитен резонанс. Имаме и възстановени от глаукома, която в световната практика досега можеше да се подобри до 50%. Възстановява също черен дроб, бъбреци, жлъчка. Решително подобрява и стомашно-чревни проблеми като рефлукс, гастрит, язва. Тази храна отпушва и изчиства кръвоносните съдове. Важна функция на продукта е, че създава хрущялна тъкан в ставите и помага на много хора без операция да възстановят колене, таз, гръбначен стълб и да живеят пълноценно. Продуктът е напъл-

но натурален, безвреден, няма нежелани странични ефекти. В него има хранителни вещества, които не се съдържат в обикновената храна. Може да се консумира неограничено време, няма ограничение във възрастта. "Сириус-Д" има сертификат от МЗ - България и европейски сертификат. Водещи български лекари са дали становища за тази храна, придружени с десетки документирани примери за излекувани от "нелечими" болести. Всеки желаещ може да се запознае с тях. Хиляди са българите, получили изцеление след ползването само на тази храна. Между тях са много известни наши спортисти, лекари, артисти - имената им са в регистрите на фирмата с права да работи със "Сириус-Д".

Подпомага лечението на:

- ☐ множествена склероза
- ☐ коксартроза
- ☐ инсулт, инфаркт
- ☐ склероза, паркинсон
- ☐ остеопороза
- ☐ гастрит, язва

За допълнителна информация и поръчки: 0878 918 498, 0898 573 092, "Сириус-Д".



Пребиваването на островите е за "паркетни" туристи - там няма осем-хилядници за покоряване и не дебатат жилещите и хапещи креатури от джунглата на Амазония. Гостоприемството е традиционен, разработен и печеливш бизнес и ако не сте доволни от услугата, търсете проблема по-скоро в нашения туроператор, който ви я е продал.

**П**ървата асоциация е с обвития в мистика Малтийски орден. Това е популярното наименование на суверенната католическа военна организация на хоспиталиерите на свети Йоан от Йерусалим, Родос и Малта. Когато през 1522 г. ордите на Сюлейман Великолепни прогонват рицарите от Родос, те се заселват на Малта. Островът им е предоставен от Карл V, император на Свещената Римска империя и крал на Испания и Сицилия. Воините, разглезени от власт и почести, недоволстват от малката площ на новата си територия, но съзират предимствата на стратегическото местоположение и дълбокия, много удобен залив, където разполагат Голямото пристанище. Те строят грандиозни укрепления с щедри дарения на европейските монарси и излизат победители в Голямата обсада на Малта, с което слагат

# Изкушението Малта



край на хегемонията на турците над Западното Средиземноморие.

Всъщност държавата Малта представлява архипелаг от три обитаеми острова (по-малките са Гозо и Комино) и още три ненаселени. Размерите само на Малта са 5-6 пъти по-малки от Софийското поле. Така става ясно и защо се объркваме при пристигането във Валета: уличките край пристанището са тесни и криви и спираме при първия таксиметров шофьор. Има чертите на типичен малтиец - тъмна коса, червендалесто лице, светлокафяви очи.

## Историята

Малта има сходна историческа съдба с недалечната Сицилия - удобно стратегическо място сред морето и възможности за уединение и зареждане с вода и провизии. Първи я колонизирали финикийците (от около 800-

ната до 600-ната година преди Христа) и я нарекли Малет, убежище. После се сменяли подписалите се в различни части на Европа и Средиземноморието в този период на историята картагенци, византийци, араби, римляни и нормандци. През XIII век на острова слага ръка Арагонското кралство и испанците са передните, които оставят своя цивилизационен отпечатък. През XVI век настъпва ерата на обвинителите в мистика и кръвподвижи на кръстоносците. Малтийците са особено горди с тази част от историята си и всяка фамилия изтъква своите рицари воители.

Малта е владяна и от Наполеон, а от 1812 г. официално става част от Британската общност. Получава своята независимост през 1964 г., но запазва британските административна, образователна и законодателна системи и влиянието се усеща на

всяка крачка. Десет години по-късно държавата става република. В годините на самостоятелно управление икономиката и туризмът процъфтяват.

## Столицата

Бароквата красавица Валета (в списъка на ЮНЕСКО от 1980 г.) има очарованието на старинен италиански град и е пълна с архитектурни съкровища от XVI и XVII век, импозантни и величествени - над триста на брой. Гледките са изключителни: особено от горните тераси на старите казарми, където се разкриват Голямото пристанище, необятните крепостни стени и Трите града наоколо (Виториоса е от задължителните спирки). Смяната на караула и топовните гърмежи са част от атракцията за туристите.

Градоустройственият план на крепостта е реализиран през 1566 г.

под ръководството на италианския военен архитект Франческо Лапарели и представлява решетка, която създава условията на естествен климатик.

Сутрин магазинчетата вдигат кепенци, собствениците пият силно кафе с посетителите си, а следобед животът замира в отнесен свят на сиестата като в другите средиземноморски страни. Недокосната от 50-те години на миналия век е Strait Street, градското стъргало, където вечер е пренаселено от жадни за емоции и срещи хора. Впечатляваща е осанката на двореца на Великия майстор, който през 1571-1574 г. е бил официалната резиденция на основателя на Малтийския орден и Валета - Жан Паризо дьо ла Валет. Сградата сега приютава институциите на малтийския парламент и президент. Има богата оръжейна експозиция, стотици шедев-

Малтийците имат много и разнообразни национални, религиозни и сезонни festas (празници) през цялата година, затова можете да избирате кога да отидете и според тях. През 2014 обаче страната чества две специални годишнини - 50-годишен юбилей от независимостта (на 21 септември) и 40-годишнината от провъзгласяването на републиката (13 декември).

ри на изкуството и дори карета на Наполеон Бонапарт.

Главната катедрала "Св. Йоан Кръстител" (завършена през 1577 г.) е на централния площад и е строга и безлична отвън, но крие суперпищен бароквен интериор с позлати и осем параклиса, скулптури и уникална религиозна утвар, богата колекция от стенни гоблени от фламандски майстори плюс две платна на Караваджо, изложени в музея. Едното е единственото подписано от него - "Обезглавяването на св. Йоан". Прочутият художник е прекарал тук няколко години, избягвайки присъдата за убийство в родната си Италия, но пак се забъркал в неприятности и му се наложило да се измъкне инкогнито.

Страницата подготви  
**Бойка ВЕЛИНОВА**  
[www.bonboniera.bg](http://www.bonboniera.bg)

## ПОЛЕЗНО ИНФО

Можете да отидете в средиземноморската държава с пакетна туристическа услуга и чартърен полет или да си организирате пътуване по интереси (история, голф, гмуркане) сами. С предварително купен билет от Air Malta полетът е с техническо кацане в Атина и продължава около 3,5 часа. Цената в двете посоки и с включени летищни такси е около 220 евро.

Малта е постижима и за любителите на лежерните ваканции на колела, които биха взели експресния катамаран от Поцало, Сицилия. Посоката е юг, а разстоянието - 60 мили, или 90 км. Това е скъпичък вариант - двупосочният билет на човек е около 140 евро (варира през високия и ниския сезон), също толкова струва и превозването на автомобила.

Ако копнеете за плажни и морски забавления, изберете хотел или комплекс в някой от крайбрежните курорти в северната част на острова. Все пак внимателно оглеждайте офертите: златните пясъци не са в изобилие за сметка на скалистите брегове. Компенсират ги големите басейни, които дори са кацнали върху покривите на някои хотели. Пачевил и Сейнт Джулиънс са центровете на нощните забавления. До остров Гозо има редовни фериботни линии.

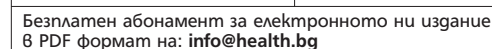
Ако търсите емоции в изучаването на историческото, културното, археологическото и религиозното наследство, изберете за база Валета. С Heritage Malta MULTISITE PASS за 35 евро на възрастен (или 75 евро за семейство с две деца) можете да посетите всички забележителности (без археологическата перла Хипогейум). С Valletta Multisite Ticket за 20 евро за възрастен (или 25 за семейство с три деца, валидност 1 седмица) ще разгледате Националния археологически музей, Националния музей за изящни изкуства,



Военноисторическия музей, дворецовите оръжейни сбирки и официалните зали. Някои от археологическите обекти се отварят само след предварително уговорена среща.

Градският транспорт на острова е много добре организиран, редовен и не е скъп. Прясната вода е оскъдна и за битови нужди се ползва пречистена морска.







# Световното първенство в Полша - повратна точка за мъжкия ни национален отбор

Ани КОЛЕВА

На 30 август стартира Световното първенство по волейбол за мъже в Полша. Най-престижният форум след олимпийските игри отново ще развихри страсти и очаквания, като ще държи в напрежение феновете от цял свят близо месец. Сред 24-те финалисти на Мондиал 2014 е и българският национален отбор, който е воден от новия селекционер Пламен Константинов.

Шампионатът на планетата естествено е най-важното изпитание за България през този сезон, но то се явява и много важна повратна точка за всички страни в мъжкия волейбол у нас - състезатели, треньор, федерация и фенове.

Повратна точка за волейболистите, защото точно на световното ще се види какво предстои за тима ни - възход или ново падение. Може ли отборът ни отново да се въздигне и да възвърне извоюваните позиции от последните години, или това ще се окаже непосилна задача? След вечното четвърто място през миналите няколко сезона (европейско първенство, олимпиада, Световна лига) през това лято националите направиха най-слабото си представяне досега в Световната лига, като отбелязаха 11 загуби и само една победа в турнира. Това доведе до отпадане от елита на Лигата, което ги срази психически и емоционално. Именно сега очакванията са за ново начало и изплуване, в което те могат да покажат дух и реалните си възможности. Възход след падение не е нещо непознато, виждали сме го и преди. Подобна ситуация се разигрва и на Олимпийските игри в Лондон 2012, когато тимът ни бе разединен, напуснат от играчи и селекционер, но успя да се събере и да направи чудото! Нашите заеха престижното четвърто място на Игрите, като малко не достигна да спечелим медал.

Повратна точка е и за треньора Пламен Константинов, който за първи път поема национален отбор, а световното ще определи до голяма степен дали той ще остане начело на България. От състав, изпаднал в тотален срив, той трябва да сглоби боеспособен тим за изключително кратко време. Трудна задача, с която обаче Пламен се нагърби с невероятен професионализъм и ентузиазъм. Специалистът заяви, че осъзнава сериозността на положението, като поема отговорността за всичко, което се случва с националния отбор. Той няма и договор с БФВ, а само устна договорка и мъжка дума. Засега Пламен се справя с огромното натоварване да води България и руския "Губерния" (Нижни Новгород). Но дали представянето на националите ще го удовлетвори? Дали ще може да преглътне разочарованието от евентуален провал и как ще го приеме в професионален план, ще успее ли да поеме целия негативизъм, който се изсипва при такива ситуации? Фактори, от които зависи до голяма степен решението му да продължи да бъде начело на България и за в бъдеще.

Повратна точка за волейболната ни федерация, чието ръководство не е от най-търпеливите. Централата практикува чести раздели с националните си треньори, като дори напечени ситуации не я притесняват. Сега от БФВ направиха всичко възможно да привлечат Пламен Константинов, като желанието за съвместна работа бе дотолкова голямо, че бяха забравени стари вражди. Даден му бе пълен картбланш за подготовката и селекцията. Всичко това е похвално, остава обаче да се разбере реакцията на ръководството след световното първенство. УС на централата трябва да се научи на търпение и толеранс към треньорите, като най-накрая с Пламен Константинов се случи и едно дългосрочно съ-

рудничество.

И не на последно място повратна точка за феновете, които са наточили треньор и състезатели с големи очаквания. Запаянковците също трябва да осъзнаят, че един успешен отбор се изгражда с време. А повечето от тях възприеха Пламен Константинов като един вид месия, който ще спаси националния отбор. Ще размаха вълшебната пръчица, а волейболи-

тите ни отново ще побеждават и ще атакуват върха. Само че това е дълъг процес, който не става от раз.

Рамката е зададена - задачата е класиране в осмицата на световното първенство. Кой и как ще се справи в Полша през идващите дни и последиците от участието на мондиала тепърва предстои да разберем. Факт е обаче, че волейболът е най-успешният колективен спорт в мо-

мента у нас и самото ни участие на световно първенство е ниво, за което другите колективни спортове само мечтаят. Затова нека всич-

ки да пожелаем успешно представяне на волейболистите ни, да им стискаме палци и позитивизмът да ни води.

BGvolleyball.com

## Групите на мондиала

### Група А

Вроцлав, зала "Кентениал": Аржентина, Австралия, Камерун, Полша, Сърбия, Венецуела

### Група В

Катовице, зала "Сподек": Бразилия, Куба, Финландия, Германия, Корея, Тунис

### Група С

Гданск - Сопот, зала "Ерго-Арена": БЪЛГАРИЯ, Канада, Китай, Русия, Египет, Мексико

### Група Д

Краков, "Арена Краков": Белгия, Франция, Иран, Италия, Пуерто Рико, САЩ



Емилиян ОНУФРИЕВ

Лудогорец успя да влезе в групите на Шампионската лига от третия опит. Първата година не знаеше какво го чака, втората не беше готов, третата... като че ли същото, макар да изглеждаше, че ще му е най-лесно. Всичко обаче е добре, когато свършва добре, и поне в първите дни след триумфа никой няма право да съди победителите.

Повече от сигурно е, че немалко от феновете на отбора бяха загнездили в себе си зрънцето на съмнение след първия мач със Стяуа, когато Лудогорец се измъкна с минимална загуба и след наистина неубедителна игра. Шампионите обаче се възползваха от редица събития, случили се едновременно на точното място в точния момент, и успяха да осъществят мечтата си - своята и на собственика.

Надменен и в същото време поотслабен кадрово съперник. Странен съдия, който, колкото и грехове да има към "орлите", без никакво съмнение има своето място в триумфа им. Чудесен избор за смяна в лицето на Вандерсон, добър вратар, който спаси две, но много важни положения (избиването в гредата и фаула за червения картон) и разбира се, "хванат на кеф" полеви играч, който нямаше нищо против да покаже на вратаря си "как се пази". И ако това се случи веднъж, може би щяхме да го определим като случайност, но ситуацията е различна. Лудогорец просто

# Лудогорец - една мечта по-малко...



Снимка Сергей АНТОНОВ

извървя пътя дотук.

Направи го в абсурдна държава, на моменти абсурдно първенство, за абсурден срок. Умишлено не споменах Разград като сбъднал мечтата си с влизането в Шампионската лига, тъй като е абсурдно дори това - някой там да си е мечтал нещо подобно.

Нещо любопитно - Лудогорец влезе в компанията на най-големите точно в сезона, в който даван често за положителен пример за развитие на футболен клуб като Манчестър Юнайтед отсъства от тази групичка.

Сега е времето на похвалите. Но е и време да се погледне трезво на случващите се събития. И без да си вътре в отбора, само от изказванията на ръководните фактори си личи притеснението им, че надгравдането спрямо миналия сезон или е съвсем минимално, или го няма. Освен качествата и добрата игра Лудогорец използва и част от

инерцията, натрупана от миналия сезон. Това не е минус, дори е задължително. Същото направи и Левски през 2006 г.

Дали обаче новите играчи ще вдигнат нивото? Ако Лудогорец беше отпаднал, никой нямаше да помни Вандерсон и прекрасния му гол, а по-скоро безумно изпълнената дупка, която изпусна. Този гол му вдигна акциите, въпреки че очакванията към него бяха далеч по-големи. Както и да играе обаче, той няма как да вдигне рязко класата.

Ангуло е скъпа загадка, но краен защитник принципно не е сионим на разлика в спортно-техническо отношение между два отбора.

Анисе и Хамза... И двамата не са плод на задълбочен трансферен анализ, а взети в Разград заради отворилата се възможност и лекото притеснение, че някой друг у нас може да ги привлече. Другите два трансфера са някакъв

вид поглед към бъдещето, но и те са малко странни на фона на амбицията да се гради сериозна футболна академия.

Това, което обаче задължително трябва да признаем на ръководството, на спортно-техническия щаб, а и на играчите, е, че всички заедно направиха нещо, което рядко се случва у нас - отбор, в който няма резерви и титуляри. Медии и фенове някак по навик определят този и онзи в Лудогорец като резерва, но истината е, че такива са единици. В днешния отбор това определение приляга основно на Мантула, Барт и Ернандес.

Друго положително е умението да се поправят грешките. А такива в Лудогорец има от ден първи. В началото бяха скандали с напуснали играчи, които никога не се превръщаха в христоматийни примери за конфликт между бивши работодател и слу-

жител, както в един ЦСКА например. После бяха тези, свързани с растежа - трансферните. Специално този сезон бяха оправени две много важни - първо бе върнат от ДЮШ Георги Дерменджиев. Все още е спорно какво ще направи като първи треньор, но работата му далеч от прожекторите даваше резултат в последните три години. Твърде вероятно е проблемите на отбора, които видяхме до момента (в Хасково, в Надежда и Букурещ), да бъдат отстранени постепенно с решителни и категорични действия от негова страна.

Другата беше Луму. Така и не разбрахме какви са точно качества на този играч. Шумът обаче беше основно при идването и заминаването му. И един гол срещу ЦСКА - нещо, което се обезценява с всяка изиграна между двата тима среща. Отстоянието от избухването на скандала с него до освобождаването му беше броени дни. Нещо, което по обясними причини не могат да си позволят повечето отбори у нас. Става дума както за

липсата на медиен шум, така и за бързата реакция.

В четвъртък Лудогорец получи добри новини от Монако, където бе изтеглен жребият за груповата фаза. Каквото и да ви говорят - Реал Мадрид и Ливърпул са подарък от Господ за всеки дебютант, който няма какво да губи. А какво е Базел? Шанс за поправителен, естествено. Преди година "орлите" не бяха готови за предизвикателството, но днес точките, по които отстъпват на швейцарците, са далеч по-малко. А Лудогорец показва, че знае как да се възползва от подобни възможности. Справка - Динамо Загреб.

Какво значи това? Двоен шанс за шампионите. Елитен футбол до Нова година и реален шанс да играят отново в Европа напролет. Всъщност сбърках - имат още няколко шанса. Да станат първият български клуб с точка от този етап в турнира, първият с победа и първият с повече от един отбелязан гол.

И разбира се, все повече сбъднати мечти.

BGfootball.com

## Програмата на Лудогорец

16 септември

Ливърпул - Лудогорец

1 октомври

Лудогорец - Реал Мадрид

22 октомври

Лудогорец - Базел

4 ноември

Базел - Лудогорец

26 ноември

Лудогорец - Ливърпул

9 декември

Реал Мадрид - Лудогорец

**Забележка:** Всички мачове ще започват в 21:45 ч. българско време.

**DOLOREN**  
Ibuprofen  
200 mg  
400 mg

**Хвърли болката!**

Долорен е ефективен при:

- Главобол
- Мускулно-ставни болки
- Болки в кръста
- Зъбобол

Лекарствен продукт за възрастни и деца над 12 години. Съдържа ибупрофен. Преди употреба прочетете листовката.

За пълна информация: **ECOPHARM**

Екофарм ЕООД, бул. "Черни Върх" №14, бл. 3, 1421 София, България  
Тел. 02/ 963 15 96, 963 15 97, Факс: 02/ 963 15 61